

# Kadampa dan Gelugpa

བཀའ་གདམས་ལ། དགོ་ལུགས་ལ།

oleh: གཏུལ་ཤེས་བཟང་པོ། Shakyas yeshe-bzangpo | Nyanabhadra

## Pendahuluan

Kearifan dalam studi dan praktik ajaran Buddha sangat penting untuk menyadari bahwa sesungguhnya kendaraan (Skt. Yāna; Tib. theg pa; རྟོག་པ།) Buddha hanyalah satu, yaitu kendaraan Buddha; mazhab dan sekte muncul karena berbagai interpretasi masing-masing pendengar maupun praktisi, oleh karena itu perlu menumbuhkan sikap menghargai dan harmonisasi dalam satu keluarga buddhis. Buddha tidak pernah menyebut dirinya sebagai seorang praktisi Mahayana maupun Pratimoksayana, inilah fakta yang perlu kita ingat dan kita jadikan sebagai panutan.

Pada tingkat pengertian dasar kita membutuhkan berbagai kendaraan, karena kendaraan menjadi perantara atau alat bantu bagi kita, ketika sudah sampai kepada pengertian tertinggi dan murni, seseorang sudah tidak membutuhkan kendaraan apa pun lagi, karena kendaraan bukanlah kebenaran tertinggi, namun kendaraan merupakan alat untuk membantu kita menemukan kebenaran tertinggi, kita harus bisa melepas untuk naik ke tingkat lebih tinggi, apabila kita terjebak dan melekat kepada 'kendaraan' maka kita macet, saya merupakan seseorang yang memiliki 'kendaraan' pada saat bersamaan saya bebas dari kendaraan.

Walaupun disebutkan dengan jelas bahwa mazhab dan sekte muncul setelah Buddha Sakyamuni mahaprainirvana, namun bukan berarti ajaran Buddha terpecah belah, bukan berarti muncul inferior dan superior, bukan berarti 'kendaraan' ini paling murni, bukan juga berarti 'kendaraan' itu paling unggul, bagi mereka yang sungguh-sungguh berlatih dalam jalur spiritual hendaknya waspada terhadap sikap demikian.

Ajaran Buddha Dharma bagaikan aliran air sungai, siapapun boleh meneguk dan melegakan dahaganya; air menyesuaikan dirinya dengan wadah yang menampungnya,

begitu juga ajaran Buddha, bahkan tak heran kalau ajaran Buddha telah bercampur baur dengan budaya maupun sistem kepercayaan lokal, air merupakan bagian dominan dalam tubuh, dan mereka yang menyebut dirinya sebagai *samana* selayaknya menjadikan studi dan praktik dharma bagian dominan dirinya. Berbagai warna dan bentuk telah berkembang, dan sekarang tugas kita untuk berusaha melihat dengan jelas makna sesungguhnya ajaran Buddha yang telah diwariskan hingga saat ini.

Dharma mengalir ke banyak negara, Bodhidharma membawa ajaran Buddha ke Tiongkok, menyebar hingga ke Jepang, Korea, dan Vietnam; kemudian Guru Padmasambhava membawa ajaran Buddha dari tanah para arya ke Tibet, Serlingpa Dharmamati membawa ajaran Buddha ke Suwarnadipa (Pulau Emas atau Sumatra) mekar indah di zaman Kerajaan Sriwijaya.

Tibet termasuk salah satu negara yang ikut melestarikan ajaran Buddha yang diwariskan ke berbagai guru besar di Universitas Monastik Nalanda di India, seorang Raja Tibet bernama Tride Tsukten mengundang Buddhaguhya dari India, dari sinilah ajaran Buddha mulai mengalir ke Tibet, berbagai naskah Sanskerta juga diterjemahkan ke bahasa Tibet, kita kita ketahui bahwa bahasa Tibet merupakan derivasi dari bahasa Sanskerta, berkat Thonmi Sambhota yang dikirim oleh Raja Tibet Srongtsan Gampo untuk belajar ke India, lahirlah bahasa Tibet. Salah satu aliran besar yang bernama *Nyingma* (Tib. rnying ma; རྟིང་མ།) yang secara harfiah berarti 'Aliran Tua' muncul, selama periode 78 tahun Aliran Tua ini diselewengkan oleh para praktisi Ngagpa (Tib. sngag pas; སྒག་པ་ས།) dan dharma semakin bias, dan kemudian muncullah tiga aliran baru disebut 'Aliran baru' atau *Sarma* (Tib. gsar ma; གསར་མ།) yaitu Sakya, Kagyu, dan Gelug. Nyingma adalah periode pertama ajaran Buddha masuk ke Tibet, sedangkan Sarma adalah periode kedua yang mana mereka fokus mengandalkan semua sutra dan tantra dari India yang diterjemahkan ke bahasa Tibet.

Ajaran Nyingma memang sangat banyak berkaitan dengan Tantra dan semua itu berasal dari Samantabhadra (Tib. kuntu bzangpo; ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ།) atau primordial Buddha (Tib. sdang po'i sangs rgyas; སྐད་པོའི་སངས་རྒྱལ།) atau *Adi Buddha*, Samantabhadra merupakan emanasi

Dharmakaya dari semua Buddha, berangkat dari sinilah ajaran, naskah, praktik, ritual, dan realisasi ini diturunkan dalam silsilah tak terputuskan hingga saat ini; beberapa guru dalam wujud manusia yang sangat penting dalam silsilah ini adalah Padmasambhava yang berasal dari India Selatan, Vimalamitra, Vairocana, dan Sāntaraksita.

Jey Tsongkhapa, Losang Dragpa (Skt. Sumatikirti; Tib. blo bzang grags-pa; ལྷོ་བཟང་གྲགས་པ།) (1357 s.d. 1419) merupakan pioner yang memberi kontribusi besar pada kemunculan Gelugpa (Kadang-kadang disebut sebagai *Kadampa Baru* karena menjadikan ajaran Atisa sebagai basisnya), seorang cendekiawan, meditator, dan filsuf tersohor dari Tibet; ia mengintegrasikan praktik sutra dan tantra, penalaran analitis, meditasi yogi dalam ajaran Buddha. Jey Tsongkhapa, seorang biksu yang mencurahkan seluruh hidupnya untuk mereformasi ajaran Buddha di Tibet dan sekaligus meng-enskapsulasi intisari ajaran Buddha. Jey Tsongkhapa sangat terinspirasi oleh para cendekiawan dari tradisi Kadampa yang mana tradisi ini bermula dari Dromtonpa (1004 s.d. 1064), Dromtonpa adalah murid utama dari Atiśa Dīpamkaraśrījñāna (980 s.d. 1053), Atisa memiliki banyak guru spiritual, namun satu-satunya guru yang sangat dijunjung tinggi adalah Serlingpa Dharmamati (Tib. chos kyi blo dro gser gling pa; ཚོས་ཀྱི་ལྷོ་གྲོ་གཤེད་གླིང་པ། ) dari Sumatra, Indonesia.

# Kadampa བཀའ་གདམས་པ།

Tradisi Kadampa memang acap kali terdengar, inilah cikal bakal dari Gelugpa. Kadampa 'Ka' བཀའ། berarti Intruksi lisan yang berasal dari Tripitaka dan 'dam' གདམས། berarti disatukan bersama, dan 'pa' པ། merupakan praktisi, jadi Kadampa adalah praktisi yang menyatupadukan seluruh instruksi (ajaran) lisan yang berasal dari Buddha, atau secara singkat kadampa adalah tradisi yang menjadikan semua nasihat guru sebagai dasar untuk belajar dan berlatih, sedangkan 'Gelugpa' secara harfiah berarti sistem kebajikan atau mereka yang mengikuti sistem kebajikan, tonggak kemunculan Gelugpa sangat erat dengan berdirinya Wihara Ganden pada tahun 1410, wihara ini secara khusus menjadi tempat bagi para praktisi dari tradisi kadampa; sebuah tradisi yang berasal bermula dari Atisa dan Dromtonpa, tradisi ini yang mana para biksu sangat melaksanakan disiplin monastik (Skt. Vinaya; Tib. 'dul ba; དུལ་པ།) sangat ketat, memperkuat sistem pemikiran filosofis dengan cara berdebat, dan berlatih dalam tantra tertinggi.



## *Dari Vikramashila ke Tibet*

Tradisi Nyingma yang mekar ketika zaman Padmasambhava, ajaran Buddha berhasil dilestarikan di Wihara Samye hingga akhir tahun 792, konflik dan perang saudara dalam kerajaan tidak terhindarkan karena perebutan kekuasaan, Raja Langdharma (Tib. glang dar ma; ལྷ་དར་མ།) (836 s.d. 842) mengakibatkan keruntuhan kejayaan ajaran Buddha di Tibet, tahun 978 Lhalama Yeshe Od berniat membangun kembali kejayaan ajaran Buddha, banyak cendekiawan yang dikirim ke India untuk belajar demi membawa dharma kembali ke tanah Tibet, namun tidak ada yang berhasil, bahkan Rinchen Zhangpo dan Ngog Legphai Sherab juga tidak membawa banyak perubahan.

Lhalama Yeshe Od mengubah strategi, ia mendapat informasi dari Rinchen Zhangpo tentang kemasyuran Atisa (982 s.d. 1054) yang tinggal di Wihara Vikramashila,



Tibet, merespon permohonan itu Atisa menyusun sebuah karya berjudul Cahaya Penerang Jalan Menuju Pencerahan (Skt. Bodhipatha-pradipa; Tib. byang-chub lam-gyi sgron-ma; བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲིབ་པ།), naskah ini dimulai dengan “muridku yang paling unggul” yang mana Atisa merujuk pada Jangchub Od; Kepala Wihara Vikramashila, Ratnakara bahkan sangat terkejut membaca terjemahan Bodhipatha-pradipa, “Sungguh karya luar biasa, saya sama sekali tidak keberatan kalau Atisa terus menetap di Tibet, kalau Ia tidak berangkat ke Tibet, karya langka seperti ini tidak akan pernah mungkin lahir, walaupun Atisa berada di Tibet; dengan datangnya kirim naskah ini, saya merasa seperti Atisa berada di Vikramashila”, karya ini sangat terstruktur dari sutra hingga tantra, semua ini bisa direalisasikan tanpa ada kontradiksi sama sekali. Ratnakara bahkan meminta Atisa membuat komentar atas karya itu, maka lahirlah Bodhimargapradipanjikanama.

Mengingat situasi ajaran Buddha telah banyak menyimpang di Tibet, banyak ajaran Buddha yang dibawa oleh Guru Padmasambhava telah mulai diselewengkan, bahkan banyak yang mencampurkan dengan ajaran lokal yaitu Bon, muncullah praktik aneh yang sama sekali bertolak belakang, oleh karena itulah Atisa yang kerap disebut 'Jorbo Je' (Yang Mulia Buddha) mulai dari hal-hal sederhana, menginterpretasi ulang ajaran Buddha sesuai dengan perubahan zaman dan berbagai praktik buddhis, sebagaimana yang dilakukan oleh Buddha yang memberikan pelajaran dharma berdasarkan pendengar, keadaan, dan kondisi lokal setempat, bahkan karena terlalu sering memberikan pelajaran tentang 'Karma' akhirnya ia mendapat julukan Lama Karma; Atisa bahkan dengan julukan Karma saja bisa memberi manfaat kepada banyak orang.



### *Upasaka Jenius*

Kepergian Atisa ke Tibet mempertemukannya dengan Upasaka Dromtomba Gyalwe Jungne (Tib. bron ston pa rgyal ba'i byung gnas; རྩོན་སྟོན་པ་རྒྱལ་བའི་བྱུང་གསལ།) juga Marpa Lotsawa; perjalanan dalam kurun waktu 3 tahun telah hampir selesai, Ngagtso Lotsawa bersama Atisa menuju Puhreng di perbatasan Tibet dan India, mereka menempuh

perjalanan kembali ke India. Saat itu Puhreng sedang terjadi perang, mereka terpaksa tinggal di Rangjung Phagpay Lhakhang selama setahun, karena situasi tidak memungkinkan lagi, Ngagtso Lotsawa bersama Atisa kembali ke Sentral Tibet dan memenuhi undangan Dromtonpa. Ngagtso Lotsawa sangat khawatir karena ia telah melanggar komitmennya untuk membawa Atisa kembali ke Vikramashila, namun Atisa mengatakan kepadanya bahwa ia tidak melanggar komitmennya karena ia telah berusaha kembali ke India namun gagal akibat perang, jadi tidak ada siapapun yang harus merasa bersalah atau disalahkan.

Atisa kemudian memberikan banyak pelajaran dharma dan mempertontonkan berbagai kekuatan supranatural, suatu ketika mengajar di Wihara Samye, Atisa masuk ke wihara tanpa melalui pintu gerbang dan melakukan pradaksina di stupa tanpa menyentuhkan kakinya di tanah, keyakinan rakyat Tibet semakin kokoh dengan dharma.

Dromtonpa menerima semua ajaran Buddha dari Atisa, pandangan murni, mahzab, dan etika, filosofi, dan sebagainya, yang mana ajaran-ajaran itu dipercayakan kepadanya, semua ini memberi manfaat besar sepanjang jalan spiritual. Atisa menghapus semua pandangan keliru di Tibet, persepi keliru tentang praktik sutra dan tantra, mereka bagaikan 'panas' dan 'dingin' yang tak mungkin dikombinasikan, namun Atisa dengan piawai menyatukan dua praktik itu, ia menjadikan dirinya sebagai teladan dalam menegakkan disiplin monastik untuk merekonsiliasi praktik sutra dan tantra, oleh karena itu masyarakat Tibet melihat Atisa sebagai Buddha dan Dromtonpa sebagai Ananda.

Tradisi Kadampa yang lahir dari kunjungan Atisa ke Tibet, sebuah tradisi yang sangat menjunjung tinggi disiplin monastik yang menjadi basis atau fondasi bagi seluruh praktik, 3 jenis komitmen yaitu Komitmen pembebasan diri, Komitmen Bodhisatwa, dan Komitmen Tantra disatupadukan menjadi satu praktik dengan mengandalkan pada mendengarkan, merenungkan, dan kemudian mengerti intisari paling dalam dari latihan itu. Metode inilah menjadi dasar latihan spiritual kadampa yang mengalir murni dari Atisa.

Atisa sendiri juga melalui latihan gigih selama 12 tahun dengan Lama Serlingpa Dharmamati dari Sumatra-Indonesia, Atisa menerima transmisi lisan Bodhicitta, Tujuh Lipatan Kausalitas Etika, Teknik menukarkan diri dengan orang lain (Tib. tong len), cinta kasih dan welas asih. Semua warisan Atisa kepada Dromtonpa yang terceminkan dalam Tradisi Kadampa memberi manfaat besar dan pencapaian spiritual bagi masyarakat Tibet, bahkan hingga zaman sekarang, masyarakat Tibet masih memiliki kapasitas luar biasa dalam latihan spiritual.



### *Tradisi Kadampa Mekar di Wihara Reting*

Atisa menghabiskan 13 tahun di Tibet dan meninggal pada tahun 1053, saat itu Atisa berusia 72 tahun, tepat seperti ramalan sebelum ia berangkat ke Tibet. Dromtonpa yang terkenal dengan 'jenius' itu mampu belajar apa pun dengan cepat; ia meneruskan tradisi Kadampa dengan membangun Wihara Reting pada tahun 1056, inilah saat pertama muncul istilah Kadampa.

Suatu ketika Atisa bilang kepada Dromtonpa, “Engkau bagaikan orang yang menakhlikkan semua makhluk di daerah utara di masa akan datang, kebahagiaan dan kemakmuran semua makhluk tergantung pada ajaran Buddha dan ajaran Buddha tergantung pada anggota sangha monastik. Jadi engkau harus membangun wihara, setelah anda menyelesaikan semua tugasmu, 'Datanglah ke Tushita!’” Dromtonpa tak merasa yakin bisa melakukan tugas besar ini, lagipula ia hanya seorang upasaka dan bukan seorang biksu, Atisa membalas, “Lakukanlah seperti yang kuinginkan, jangan kuatir, aku akan memberkahimu”.

Sebanyak 72 karya yang ditulis dan diterjemahkan oleh Atisa, 32 karya yang mana ia hanya bertindak sebagai penulis, 77 karya yang ia terjemahkan, dan masih banyak lagi, semua ini dikumpulkan dalam Tagyur atau Kitab Komentar.

Penekanan utama Kadampa adalah pada tampil sederhana dan tulus. Mereka sangat menekankan kepada aspek yang memberi manfaat kepada latihan spiritual, lebih baik menerapkan semua pelajaran dharma ke dalam kehidupan keseharian daripada hanya melafal kitab suci setiap hari. Tradisi Kadampa secara total menganut sistem Madhyamika sebagai sistem filosofi sentral terutama tentang pandangan terhadap 'kesunyataan', sistem filosofi yang dijabarkan oleh Nagarjuna (Tib. klu drub; ལུ་ལྷན་པོ།), Bodhicitta menjadi praktik paling utama, membangkitkan welas asih tanpa batas demi membebaskan semua makhluk dari lingkaran samsara.



### *Tripurusamargakramana dan Tripitaka*

Terdapat 3 naskah penting dalam ajaran Buddha yaitu Sutra Pitaka, Vinaya Pitaka, dan Abhidharma Pitaka, tiga keranjang ini dikompilasi oleh Atisa menjadi *Tripurusamargakramana* (Jalur bertahap tiga wawasan). Wawasan pertama adalah mereka yang mencurahkan semua usahanya demi kehidupan dan kebahagiaan di kehidupan ini dan kehidupan akan datang, wawasan kedua adalah mereka yang memiliki niat kuat untuk terlepas dari semua derita samsara, oleh karena itu mereka meditasi pada 4 kebenaran mulia, 12 mata rantai kemunculan yang saling bergantung, menembus makna terdalam dari sunyata yang menjadi *sapu* pembersih akar-akar kekotoran batin; kemudian wawasan ketiga adalah mereka yang menjadikan bodhicitta sebagai praktik utama demi mencapai pencerahan sempurna setingkat dengan Sammasambuddha demi membantu semua makhluk lepas dari derita nestapa samsara.

Tripurusamargakramana jelas mengindikasikan bahwa Tradisi Kadampa mencakup Pratimoksayana maupun Mahayana. Robert Thurman menyatakan “Jalur empat sudut merupakan motto Atisa,” jalur itu adalah:

*Sesungguhnya seluruh ajaran Buddha tanpa kontradiksi*

*Seluruh ajaran Buddha akan memberi hasil apabila ajaran itu dijadikan sebagai instruksi latihan*

*Niat Buddha sudah jelas tertampak dalam ajarannya*

*Tingkah laku buruk yang bertentangan dengan dharma membawa kehancuran*

Atisa melakukan distilasi Tripitaka hingga menghasilkan intisari latihan yaitu tiga wawasan itu.

Tradisi Kadampa berbakti kepada 4 sosok yaitu Buddha Sakyamuni, Avalokitesvara, Tara, dan Acala) yang mana empat sosok ini merupakan representasi dari badan jasmani pencerahan, Tiga wawasan sebagai representasi batin pencerahan, dan Tripitaka merupakan representasi ucapan pencerahan. Guru besar Kadampa bilang bahwa apabila kita menelusuri setahap demi setahap dalam Tripitaka, maka seseorang akan menyadari bahwa intisarinya adalah Tripurusamargakramana, ketika seseorang menelusuri Tiga wawasan bertahap dan akhirnya ia akan seperti belajar Tripitaka secara keseluruhan.

Tripurusamargakramana tersusun rapi dalam Bodhipatha-pradipa (Tib. byang chub lam gyi sgron ma, བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲིབ་མེ།), naskah ini merupakan kombinasi ajaran Buddha yang menjadi basis dari Tradisi Kadampa, disamping itu juga berbasiskan:

- Riwayat hidup Buddha (Skt. Tib. Jatakamala; skyes rab; རྗེས་རབ།)
- Ajaran khusus Buddha (Skt. Udanavarga; Tib. chad du brjod pai tshoms; ཆད་དུ་བརྗོད་པའི་ཚོམས།)
- Tahapan Bodhisatwa oleh Asanga (Skt. Bodhisatwabhumi; Tib. byang sa; བྱང་ས།)
- Ornamen Sutra Mahayana oleh Asanga, bersumber dari Maitreya (Skt. Mahayanasutralamkara; Tib. mdo sde rgyan; མདོ་སྡེ་རྒྱུན།)
- Pedoman hidup bodhisatwa oleh Shantideva (Skt. Bodhicaryavatara; Tib. spyod 'jug; སྤོང་འཇུག།)
- Kompendium (Ikhtisar suatu karya yang lengkap dan padat) latihan bodhisatwa oleh Shantideva (Skt. Siksamucchaya; Tib. slob btus; སློབ་བཏུས།)

Dromtonpa menerima komitmen Upasaka dari Zhan Nanam Dorje Wangchuk, ia

mendapat nama Gwalwai Jungne, sehingga nama lengkapnya menjadi Dromtonpa Gwalwai Jungne, ia kemudian menurunkan ajaran ini kepada 3 kakak beradik spiritual yaitu Potowa Rinchensal (1027 s.d. 1105), Puchungwa (1031 s.d. 1106), dan Chengawa (1038 s.d. 1103).

Potowa menekankan pada enam naskah kadampa (Zhung Drug), murid terkenalnya adalah Langrithangpa yang menulis Delapan Syair Latihan Mental (Tib. blo sbyong tshig brgyad mar; ལོ་སྦྱང་ཚིག་བརྒྱད་མཁའ་), transmisi lisan *Blo Sbyong* berasal dari 3 orang Guru kepada Atisa, mereka adalah Serlingpa Dharmamati dari Sumatra, Maitreya Yogi (Kusali bungsu) dari India, dan Dharmarakshita dari India, kemudian Atisa menurunkan kepada Dromtonpa dan kemudian kepada Potowa dan sampai kepada Langrithangpa, banyak murid Potowa yang memikat banyak murid baru dan ini menjadi penerus tradisi Kadampa.

Puchungwa menekankan pada Empat Kebenaran Mulia, Duabelas Mata Rantai kemunculan saling bergantung, keyakinan, dan bakti murid. Ia menerima pelajaran unik Kadampa yaitu Thigle Cudug (Enambelas Bindu atau enambelas jalur perenungan), Chengawa juga memulai dari Empat Kebenaran Mulia, dan biksu yang berlatih di jalur tradisi Kadampa semakin banyak menyebar di seluruh pelosok Tibet.

Wihara Reting dibangun oleh Dromtonpa pada tahun 1056, Wihara Sangphu Neuthog dibangun oleh Ngog Lehpai Sherab pada tahun 1073, Wihara Pal Narthang, Wihara Rinchen Gang, dan masih banyak lagi. Pada kepemimpinan Dalai Lama ke-5, blo bzang rgya-mthso; ལོ་བཟང་རྒྱ་མཚོ།, sebagian besar wihara Kadampa diubah menjadi Wihara Gelugpa.

Awalnya Wihara Reting hanya memiliki 50 orang biksu, mereka menjaga ketat disiplin monastik dan berlatih sungguh-sungguh, disebutkan bahwa mereka telah merealisasi kebijaksanaan dan pengetahuan sempurna atas semua ajaran yang telah diberikan, dari titik inilah Wihara Reting berkembang menjadi semakin besar dalam kuantitas. Empat peristiwa puja terbesar di Wihara Reting adalah Jada Chodpa (Tib. bya

zla mchod pa; བྱལ་མཚོ་དཔལ།), Khjug Chodpa (Tib. khu byug mchod pa; ལྷ་བྱལ་མཚོ་དཔལ།), Methog Chodpa (Tib. me thog mchod pa; མེ་ཐོག་མཚོ་དཔལ།), dan Nyadug Chodpa (Tib. nya drug mchod pa; ཉ་དུག་མཚོ་དཔལ།).



### *Objek Suci*

Di Wihara Reting terdapat sebuah patung Tara (Tib. sgrol ma; སྒོ་ལ་མ།) yang terbuat dari perunggu dengan sebutan Yulgayma (Tib. gyul rgyal ma; རྒྱལ་རྒྱལ་མ།), dikisahkan bahwa Patung Tara ini pernah berbicara langsung dengan Dromtonpa sehingga rupang itu juga diberi nama Sungjon Dolma (Tib. gsung byon sgrol ma; གསུང་བྱེད་སྒོ་ལ་མ།) yang berarti 'Tara berbicara', suatu ketika Wihara kebakaran dan Patung itu sama sekali tidak rusak sehingga patung itu mendapat nama baru lagi yaitu Medunma Dolma (Tib. me sgugs sgrol ma; མེ་སྤུགས་སྒོ་ལ་མ།) yang berarti 'Tara yang tak binasa oleh api'.

Sebuah Patung Buddha Sakyamuni yang dikenal dengan nama Trichan Thoganma (Tib. khri can mtho gang ma; ཁྱི་ཚན་མཚོ་གང་མ།) ditemukan dalam timbunan tanah oleh Lama Serlingpa Dharmamati ketika ia masih kecil, Lama Serlingpa mempersembahkan Patung itu kepada Atisa dan kemudian diberikan kepada Dromtonpa, akhirnya singgah di Wihara Reting. Patung Maitreya (Tib. byam pa shing kham pa; བྱམ་པ་ཤིང་ཁམ་པ།) yang ada di Wihara Reting dikisahkan berasal dari Arya Nagarjuna.

Terdapat sebuah tempat yang khusus dipersembahkan kepada Lama Serlingpa, Guru utama Atisa dari 'pulau emas' atau Sumatra, tempat suci ini dibangun atas bantuan pemahat dari India yang bernama Tulgyi Demeg (Tib. phrul gyi lde meg; ཕུལ་གྱི་ལྡེ་མེག) dan pemahat Nepal yang bernama Lahikyu (Tib. lha'i khy'au chung; ལྷ་འི་ཁྱེ་ཅུང་།) dan dirancang sendiri oleh Atisa sebelum ia meninggal. Dikisahkan bahwa relik Lama Serlingpa dikirim oleh Dharma Guru kepada Atisa, Lama Serlingpa berkomunikasi lewat cahaya dan memohon Dharma Guru untuk membawa semua reliknya kepada Atisa.

Pada tahun 1029 ketika Atisa tiba di Wihara Than daerah Nepal, 4 orang biksu yang merupakan murid dari Dharma Guru terbang dengan menggunakan kekuatan spiritualnya untuk bertemu dengan Atisa dan menyerahkan semua relik Lama Serlingpa beserta surat yang ditulis oleh Dharma Guru, isi surat itu menyatakan bahwa Lama Serlingpa menginginkan Atisa untuk menyimpan reliknya karena tak ada orang lain yang lebih layak menyimpan reliknya.



### *Kitab Suci*

Banyak kitab suci dari India yang dibawa oleh Atisa ke Tibet dan naskah yang ditulis Atisa juga disimpan di Wihara Reting, tak kurang dari 10 juta naskah yang tersimpan rapi di situ, sebut saja Hevajrasadhanadvaya (Tib. kye rdo rje'i sgrub thabs gnyis), Trayodasastrota (Tib. bstod pa le 'u bcu gsum pa), Vajrayanatika (Tib. rdo rje theg pa le 'u bcu gsum pa), Vajramandapatantra (Tib. rdo rje gur gyi rgyud), Astasahasarikaprajnaparamitasatika (Tib. brgya stong pa dang de'i grel pa) yang dibawa dari Budhgaya, Pramanatattvasamgrahatika (Tib. tshad ma de kho na nyid kyi 'grel pa), Abhidharmakosa (Tib. chos mngon pa mdzod), Prajnahradyapanjika (Tib. shes rab snying po'i 'grel pa), Srighuhasamajdvayasukhatika (Tib. dpal gsangba 'dus pai bde gnyis rtsa 'grel pa), Mahamayatika (Tib. ma ha maya'i 'grel pa).

Sebuah tempat suci terletak di tengah Wihara Reting bernama Tashi Palbar (Skt. Shrimangalana; Tib. bkra shis dpal bar) yang mana terdapat terjemahan Sutra Penyempurnaan Kebijakan (Tib. rgyal yum rgyas bring bsdus gsum) versi panjang, menengah, dan ringkas, sekitar 6993 volume.

Sungguh sedih apabila kita melihat kembali Wihara Reting pada zaman sekarang ini, selama 10 tahun lebih ketika terjadi revolusi Cina di Tibet (1966 s.d. 1976). Wihara Reting rusak berat dan bahkan wihara yang paling banyak mendapat serangan, hampir seluruh objek suci telah binasa.

### *Tripitaka, Kagyur, dan Tagyur*

Tripitaka dikompilasi dalam bahasa Tibet dalam 2 volum, pertama adalah Kagyur (Tib. བཀའ་འགྲུས། | terjemahan dari sabda-sabda Buddha) dan kedua adalah Tengyur (Tib. བཞུགས་འགྲུས། | Terjemahan dari Risalah atau kitab komentar).

Kagyur memiliki 108 sub-bagian yang terdiri atas 7 divisi yaitu Vinaya (Tib. Dulwa), Prajnaparamita (Tib. sher chin; ཤེར་ཕྱིན།), Buddhavatamsaka (Tib. Palchen), Ratnakuta (Tib. kontseg; དཀོན་བརྗེས།), Sutra (Tib. mDo; མདོ།), Nirvana (Tib. Myangdas; མྱེང་འདས།), dan Tantra (Tib. rgyud; རྒྱུད།). Secara total terdiri atas 1108 naskah.

Tagyur terdiri atas Sutra dan Tantra. Koleksi ini terdiri atas 255 volum dan total naskah sebanyak 3,458<sup>300</sup>, edisi pertama dari semua koleksi ini disiapkan di Narthag, sebuah kota dekat Tashilunpo, Buton Rinpoche (1290 s.d. 1364) mengkompilasi katalog sistematis menjadi 101 volum Kagyur dan 229 volum Tagyur.

Zaman sekarang ini, tradisi Kadampa sudah tidak pernah terdengar lagi, namun semua tradisinya terceminkan dengan jelas dengan merujuk kembali pada kisah perkembangannya, banyak Guru besar dari berbagai tradisi menerima pelajaran dari tradisi guru-guru besar Kadampa.

Jey Tsongkhapa menerima pelajaran dari berbagai aliran, namun paling utama adalah dari Kadampa, ia kemudian memunculkan tradisi baru yang merupakan fusi dari Kadampa hingga menjadi Gelugpa.

Sakya Pandita juga mendapat pelajaran dari Sadharma Mahayana dari tradisi Kadampa, tradisi Kagyu yang muncul oleh Gampopa Dwangpo Lhaje juga mengkombinasikan ajaran Kadampa dengan mahamudra, Gampopa mengkompilasi karya yang mirip dengan Lamrim yang mana karya ini bernama Thorgyen (Margakramanatalamara), ia bahkan membangun wihara kagyu dengan berbasiskan disiplin monastik dari Kadampa.

Para praktisi Kadampa menjaga tingkah laku murni secara eksternal yaitu mentaati vinaya, dan secara internal mereka membangkitkan motivasi altruistik untuk mendahulukan orang lain daripada dirinya sendiri, berlatih gigih dalam dua tahap yoga tantra tertinggi sementara itu tetap mempertahankan sistem pandangan filosofis mazhab Madhyamika-Prasangika dan mereka juga terkenal dengan penganut ajaran Buddha sejati non-sektarian (ris mad; རིས་མཐད།). Studi kisah Kadampa menguak tabir bahwa semua tradisi ajaran Buddha di Tibet memiliki akar yang berasal dari tradisi Kadampa.

# Gelugpa དགེ་ལུགས་པ།

Aliran Gelugpa di bangun oleh Tsongkhapa Losang Dragpa (1357 s.d. 1419), seorang cendekiawan, meditator, dan filsuf yang sangat masyur di zaman itu, ia menulis banyak karya yang mengintegrasikan Sutra dan Tantra, penalaran analitis, dan meditas yoga.

Kehadiran Gelugpa bermula dari pembangunan wihara Ganden, para biksu yang melaksanakan disiplin monastik (Skt. Vinaya; Tib. 'dul ba) secara ketat, mempertajam intelektual melalui cara debat, mempraktikkan tantra tertinggi. Awalnya bernama Aliran “Gandenpa”, dan kemudian berubah menjadi “Gelugpa” (aliran kebajikan) karena sesuai dengan orientasi reformasi Tsongkhapa,



## *Biografi Singkat Tsongkhapa*

Biografi Lama Tsongkhapa menyebutkan bahwa kelahiran beliau ke Tibet merupakan kelahiran kulminasi dari kehidupan sebelumnya di zaman Buddha Sakyamuni, seorang bocah kecil mempersembahkan keong kepada Buddha, kemudian Buddha memberitahukan kepada Ananda bahwa anak ini akan membangun wihara besar dan menjadi figur sangat berpengaruh dalam penyebaran Buddhadharama di “Tanah bersalju”, kemudian Buddha memprediksikan bocah ini akan bernama Sumatikirti (Tib. *tsong kha pa blozang drags pa*; ཙོང་ཁ་པ་བློ་བཟང་གྲགས་པ།).

Guru Rinpoche (Padmasambhava) juga memprediksikan kehadiran seorang biksu agung bernama Losang Dragpa yang merupakan emanasi dari bodhisatwa. Ayah dan Ibu Lama Tsongkhapa mendapatkan mimpi pertanda baik, ayahnya mimpi seorang biksu muda datang dari Wu T'ai Shan, sebuah gunung yang berkaitan erat dengan Manjusri

(Bodhisatwa Pengertian Mendalam; Tib. འཇམ་དཔལ་དབྱེངས།).

Sebelum lahir, Ibundanya mendapatkan mimpi Avalokitesvara (Bodhisatwa Welas Asih; Tib. ལྷན་རྒྱལ་གཞིགས།) muncul di hadapannya dan masuk ke dalam tubuhnya, oleh karena itu Lama Tsongkhapa dianggap memiliki koneksi dekat dengan Manjusri dan Avalokitesvara.

Lama Tsongkhapa ditahbiskan oleh Karmapa ke-4, yaitu Rolpe Dorje (1340 s.d. 1383) dengan nama Kunga Nyingpo pada usia 3 tahun. Pada usia 7 tahun ditahbiskan sebagai samanera dengan nama Losang Dragpa, dalam usia sangat belia sudah menguasai berbagai filsafat khususnya naskah Abhisamayalamkara dan latihan spiritual berkaitan dengan Yamantaka, Vajrapani, Manjusri, Amitayus, dan deiti lainnya.

Pendekatan Lama Tsongkhapa berdasarkan non sektarian, ia belajar dengan berbagai silsilah sehingga memantapkan cara pemikirannya yang sintetik, Lama Tsongkhapa menempuh perjalanan jauh, terlibat dalam berbagai debat dengan filsuf ternama, sehingga membuat dia semakin terkenal, intelektual dan pencapaian meditasi yang sangat luar biasa.

Tsongkhapa bertemu dengan seorang guru Sakya ternama yaitu Rendawa (1349 s.d. 1412), belajar banyak naskah buddhis dan mengerti dengan cepat, kemudian memperteguh pengertian disiplin monastik, walaupun semakin hari semakin terkenal, ia tetap hidup sangat sederhana tak terlihat gaya arogan sama sekali. Lama Tsongkhapa tidak pernah bertindak kasar atau tidak sopan dalam setiap sesi perdebatan, berada dalam ketenangan dan menjawab semua pertanyaan dengan penuh respek.

Pada usia 32 tahun, Lama Tsongkhapa mulai mensintesis pengetahuan Buddhis yang ia miliki dengan menulis komentar terhadap Prajanaparamita dengan mempersatukan sebanyak 21 komentar maha guru terkenal dari India atas Abhisamayalamkara.

Setelah itu, Tsongkhapa memasuki retreat panjang melaksanakan praktik tantra yang berasal dari tradisi Kagyu, sehingga dia cukup familiar dengan Enam Sesi Naropa, Siklus Tantra Niguma, terutama dalam tantra pembangkitan panas internal (Dumo), kemudian juga praktik Kalachakra.

Pada kesempatan lain, Lama Tsongkhapa masuk retreat selama 4 tahun bersama 8 muridnya, memulai namaskara penuh sebanyak 3,5 juta kali, pesembahan mandala 1,8 juta kali, batu tempat beliau melakukan namaskara terlihat sedikit cekung dan hingga saat ini masih bisa ada.

Setelah selesai retreat panjang, beliau berniat untuk berkunjung ke India, namun seorang Lama menasihatinya agar jangan pergi ke India, lebih baik berkarya di Tibet, kemudian itu beliau menulis karya berjudul “Eksposisi Luas Tentang Jalur Bertahap Menuju Pencerahan” (Tib. lam rim chen mo; ལམ་རིམ་ཆེན་མོ།), karya ini ditulis berdasarkan karya Atisa Dipamkara yaitu “Cahaya Penerang Jalur Menuju Pencerahan” (Skt. Bodhipattapradipa; བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རྒྱོད་མེ།), kemudian Lama Tsongkhapa juga menulis karya yang berkaitan dengan Tantra yaitu “Eksposisi Luas Tentang Mantra Rahasi” (Tib. Ngagrim; རག་རིམ།), semua ini menjadi landasan utama bagi studi dan latihan dalam Aliran Gelugpa.



### ***Reformasi Lama Tsongkhapa***

Tujuan utama Lama Tsongkhapa dalam mengajar, menulis, dan berlatih adalah demi mereformasi ajaran Buddha di Tibet yang selebran dalam melaksanakan disiplin monastik, terlalu bobrok dalam pemikiran eksoterik yang hanya untuk kalangan terbatas, dan kemerosotan praktik tantra. Bagian dari reformasi ini adalah pembentukan Tradisi baru yang kembali menegaskan pelaksanaan disiplin monastik, fokus studi mendalam pada sistem pemikiran buddhis, mereformasi praktik tantra sesuai dengan komitmen seorang anggota sangha monastik.

Lama Tsongkhapa mencurahkan banyak perhatian pada praktik tantra yang berkaitan dengan seksual yang sama sekali tidak akur dengan latihan sangha monastik, terutama berkaitan dengan praktik tantra yoga tertinggi. Rekonsiliasi praktik tantra dan kehidupan monastik yang menjadi fokus utama Lama Tsongkhapa.



### ***Pembentukan Aliran Baru***

Pemahaman Lama Tsongkhapa atas sunyata telah mencapai tahap kesempurnaan, dan sesuai dengan instruksi dari Manjusri untuk meneruskan sistem pengajaran Nagarjuna dan Atisa.

Lama Tsongkhapa bertemu dengan seorang cendekiawan dan pendebat masyur dari aliran saky, Gyaltsap Dharma Rinchen (1364 s.d. 1432).

Pertemua pertama Lama Tsongkhapa dengan Gyaltsap Dharma Rinchen pada ceramah dharma, saat itu sebuah tahta disediakan untuk Lama Tsongkhapa, namun Gyaltsap Dharma Rinchen datang duluan dan duduk di atas tahta itu sebagai pertanda ingin menantang untuk berdebat, Lama Tsongkhapa datang dan duduk di atas tahta bersama Gyaltsap Dharma Rinchen, setelah Lama Tsongkhapa mulai memberikan pelajaran dharma, Gyaltsap Dharma Rinchen terkejut dan menyadari bahwa pengetahuan Lama Tsongkhapa jauh lebih dalam daripadanya dan juga menjawab beberapa pertanyaan sulit dalam dirinya yang sudah ia pikirkan beberapa tahun namun belum ada jawabannya, akhirnya Gyaltsap Dharma Rinchen turun dari tahta, bersujud tiga kali untuk memohon maaf dan kemudian ia duduk di bawah mendengarkan ceramah Lama Tsongkhapa.

Gyatsap Dharma Rinchen kemudian menjadi murid utama Lama Tsongkhapa, kemudian Geleg Belsangpo (1385 s.d. 1438) juga telah menjadi murid Lama Tsongkhapa, dua orang murid utama inilah yang meneruskan tradisi Lama Tsongkhapa.

### *Lamrim Chenmo dan Karya Lain*

Lama Tsongkhapa menepuh perjalanan jauh dan kemudian menetap di Wihara Reting yang dibangun oleh Dromtonpa (1004 s.d. 1064) seorang upasaka jenius yang merupakan murid dari Jowo Je Atisa. Lama Tsongkhapa terinspirasi oleh Jowo Je Atisa dan Buddha Sakyamuni, sehingga lahirlah karya Lamrim Chemo (Eksposisi Luas tentang Jalur Bertahap Menuju Pencerahan). Manjusri juga memberikan instruksi untuk menulis Lamrim versi singkat dan menegah.

Lama Tsongkhapa terus mengajar dan menulis, beliau menghasilkan 18 volume besar karya yang mencakup semua aspek teori buddhis dan latihan. Interpretasi utama terhadap dua aliran Buddhis yang ada di India yaitu Mahdyamika dan Yogacara.

Lama Tsongkhapa juga sebagai inisiator untuk perayaan festival religius pada tahun baru Tibet (Tib. lo gsar; ལོ་གསར་), Festival Doa Agung.



### *Wihara Ganden*

Usia Lama Tsongkhapa menginjak 52 tahun, para muridnya memohon agar beliau jangan melakukan perjalanan lagi, oleh karena itu muridnya membangun sebuah wihara di dekat Lhasa untuk beliau, Lama Tsongkhapa memberi nama “Ganden” (Skt. Tushita) yang berarti tempat Buddha Maitreya bersemayam.

Lama Tsongkhapa bersama seorang muridnya bernama Gedun Druba (1391 s.d. 1474) yang kemudian sebagai Dalai Lama pertama (Istilah “Dalai” muncul di kemudian waktu kelahiran yang ke-3 yang bernama Sonam Gyatso, orang Mongolia). Setelah Wihara Ganden, kemudian disusul pembangunan Drepung pada tahun 1416, setelah itu Wihara Sera pada tahun 1419. pada tahun 1959 telah dihancurkan oleh tentara Tiongkok, kemudian tiga wihara ini dibangun kembali di India Selatan untuk meneruskan tradisi skolastik dan meditatif yang telah dibangun oleh Lama Tsongkhapa.

### *Suksesor Lama Tsongkhapa*

Setelah Lama Tsongkhapa meninggal, maka posisinya digantikan oleh Gyelsap Jey, ia naik posisi tertinggi di Wihara Ganden, beliau memimpin selama 12 tahun, kemudian digantikan oleh Khedrup Jey selama 6 tahun berikutnya. Mereka bertiga, Jey Tsongkhapa, Gyelsap Jey, dan Khderup Jey terkenal dengan tiga “Jey”, dan mereka berdua yang disebut sebagai anak spiritual Jey Tsongkhapa, pada umumnya Thangkha (Lukisan kain) Tsongkhapa selalu mengikutkan Gyelsap Jey dan Khedrup Jey di bagian bawahnya.

Setelah itu, aliran gelugpa semakin banyak menghasilkan cendekiawan, nama besar gelugpa pun menyebar luas, gelugpa sangat harum karena sangat ketat dalam melaksanakan vinaya, dan latihan meditasi.

Dalai Lama pertama membangun Wihara Tashilunpo yang kemudian menjadi basis kedudukan bagi Panchen Lama. Pada abad ke-16, ketika itu Dalai Lama ke-3 terlahir ke Mongolia, sehingga Tibet memiliki koneksi yang sangat dekat dengan Mongolia, Dalai Lama ke-3 bernama Sonam Gyatso yang merupakan cucu dari Altan Khan, Dalai Lama ke-3 kemudian memegang tampuk politik di Tibet.

Sejak itu, tampuk politik tertinggi dipegang oleh Dalai Lama, Ngawang Losang Gyatso merupakan Dalai Lama ke-5 yang memiliki peranan sangat penting dengan Mongolia dan perkembangan politik di Tibet.

Kehadiran Dalai Lama memang sangat dominan dalam spiritual, filsafat, pelaksanaan vinaya, praktik tantra, dan tanggung jawab politik. Para Dalai Lama juga menjadi simbol unifikasi dan pelestarian kebudayaan Tibet.

◉◉◉◉

## *Sistem Monastik Gelugpa*

Aliran gelugpa sangat menekankan pada sistem monastik dan pemahaman secara filsafat, pembagian sangat jelas seperti biksu biasa, lama tinggi yang kelahiran kembalinya ditemukan lagi atau disebut sebagai tulku.

Pada umumnya karir monastik dimulai sejak kecil, bahkan anak kecil yang berumur 6 tahun juga sudah diperbolehkan untuk masuk anggota monastik, bahkan ada keluarga yang percaya bahwa dengan memasukkan anak lelakinya ke wihara merupakan suatu berkah sehingga banyak orang tua yang melakukan hal demikian.

Para anak-anak kecil akan diterima sebagai rabjung, kemudian sampai usia tertentu akan ditahbisakan menjadi samanera, ketika mereka sudah berusia minimal 20 tahun, maka mereka berhak menentukan apakah akan ditahbisakan menjadi biksu atau memilih menunda bahkan ada juga yang lepas jubah.

Sistem pendidikan dimulai dari [1] Logika (Skt. Pramana; Tib. ཚོད་མ) berdasarkan naskah Pramanavartika karya Dignaga, [2] Penyempurnaan Prajna Paramita berdasarkan naskah Abhisamayalamkara (Tib. མངོན་རྟོགས་རྒྱུ་མཁོ།), [3] Madhyamika berdasarkan naskah Madhyamakavatara (Tib. དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ།) karya Chandrakirti, [4] Abhidharma berdasarkan naskah Abhidharmakosa (Tib. ཚེས་མཛོན་པ་མཛོན་དུ།) karya Vasubhandu, dan [5] Vinaya (Tib. འདུལ་བ།) berdasarkan Vinaya Sutra karya Gunaprabha, setelah itu baru masuk Tantra.

◉◉◉

## *Geshe*

Seorang anggota monastik yang menyelesaikan 5 naskah utama itu pada umumnya akan ikut serta dalam ujian debat untuk memperoleh gelar Geshe (Skt. Kalyanamitra; Tib. དཔེ་བཞེས།), program ini secara keseluruhan akan menghabiskan waktu sekitar 18 s.d. 25 tahun, tergantung kecakapan masing-masing orang. Sistem debat merupakan warisan dari Universitas Nalanda yang dibawa ke Tibet, debat merupakan cara sangat ampuh

dalam melatih batin dan sekaligus analisis logika, konsentrasi dan validitas pemahaman terhadap ajaran Buddha.

Seseorang harus lulus dalam 5 naskah utama itu di wihara masing-masing, dan setelah itu baru bisa mengajukan ujian debat untuk menerima gelar Geshe, gelar tertinggi adalah Geshe Lharampa, mereka harus bisa mengalahkan Geshe Lharampa senior yang ditunjuk untuk berdebat dengan mereka. Tidak banyak yang bisa lulus dari ujian debat Geshe Lharampa, karena memang tingkat kesulitan yang sangat luar biasa, seseorang harus mampu menunjukkan kemampuannya dalam sutra dan kemampuan debat, logika, dan abhidharma.

Gelar Geshe hanya bisa diperoleh oleh mereka yang telah menerima penahbisan penuh sebagai seorang biksu, kemudian mereka juga telah menyelesaikan studinya di 3 wihara utama yaitu Ganden; དགའ་མགོ།, Sera; སེ་ར།, dan Drepung; འབྲས་བུ་དགོ།. Masing-masing wihara ini terbagi lagi menjadi Ganden Jangtse, Ganden Shardtse, Sera Je, Sera Me, Drepung Loseling, Drepung Gomang, dan Drepung Deyang.

Mereka yang lulus dengan cemerlang bisa dipromosikan menjadi tutor Dalai Lama, apakah tutor junior maupun tutor senior.

Mereka yang mendapat gelar geshe lharampa, umumnya wajib melakukan retreat selama 3 tahun, sistem berpikir gelugpa adalah memperoleh pemahaman tuntas dalam hal filsafat, kitab suci, dan logika, kemudian bahan ini akan dijadikan modal utama untuk meditasi. Setelah itu mereka akan meneruskan dengan pelajaran Tantra di Universitas Gyuto dan Gyumed.

Tingkat selanjutnya, mereka bisa naik ke posisi wakil kepala wihara besar, apakah di Universitas Tantra, maupun di Ganden, Sera, atau Drepung, ketika mereka di promosikan oleh Dalai Lama menjadi kepala wihara di sana, maka mereka secara otomatis diberi gelar Rinpoche dan silsilah mereka bisa dimulai dari situ.

## Daftar Pustaka

**Kadampa School In Tibetan Buddhism**, *Meenakshi Rai*, Saujanya Publication, Delhi

**Introduction To Tibetan Buddhism**, *John Powers*, Snow Lion Publication

**The Life and Teaching of Tsongkhapa**, *Robert A.F. Thurman*, Library of Tibetan Work and Archives, Dharamsala.

**Cutting Through Appearances**, *Geshe Lhundrup Sopa and Jeffrey Hopkins*, Snow Lion Publication

**Path to Bliss**, *H.H The Dalai Lama - Tenzin Gyatso*, Snow Lion Publication