

Malam dan Pagi bersama Bhikkhu Tissa

*Dua Dialog tentang Dhamma*



Bhikkhu Nyanasobhano

DhammaCitta Press

**DhammaCitta Press**

Business Park Kebon Jeruk E2 No. 5

Jl. Meruya Ilir Raya No. 88

Jakarta Barat 11620 - Indonesia

<https://dhammacitta.org>

**Malam dan Pagi bersama Bhikkhu Tissa**

***Dua Dialog tentang Dhamma***

**Bhikkhu Nyanashobano**

**Judul Asli**

*Night and Morning with Bhikkhu Tissa*

*Two Dialogues on the Dhamma*

By Bhikkhu Nyanasobhano

Copyright © 1998 Bhikkhu Nyanasobhano

**Alih Bahasa**

**Editor**

**Tata Letak**

**Melia Yansil**

**William Kristianto**

**Hendra Susanto**

Sampul dan interior: Lato 12 pt



Untuk edisi ebook didapatkan di <https://dhammacitta.org>

## **Aturan Penggunaan**

Anda dipersilahkan menyalin, mengubah bentuk, mencetak, mempublikasi, dan mendistribusikan karya ini dalam media apapun, dengan syarat: (1) tidak diperjualbelikan; (2) Dinyatakan dengan jelas bahwa segala turunan dari karya ini (termasuk terjemahan) diturunkan dari dokumen sumber ini; dan (3) menyertakan teks lisensi ini lengkap dalam semua salinan atau turunan dari karya ini. Jika tidak, maka hak penggunaan tidak diberikan.

# Daftar Isi

Daftar Isi .....	iv
Bagian Satu .....	1
Bagian Dua .....	43
Penulis .....	91
Tentang DhammaCitta Press .....	92

## Bagian Satu

*Pada suatu malam musim panas – di luar sebuah wihara – hembusan angin siang telah mereda. Tanah serta hutan yang hangat dan lembab, dimeriahkan oleh suara jangkrik yang bernyanyi. Temaram senja mulai berakhir, dan warna langit berubah menjadi lembayung dan keabuan. Di bagian barat, di atas siluet pepohonan, kilat berkelebat tak bersuara. Cahaya lampu mobil mendekat dari arah jalan. Mobil tersebut melambat, lalu diparkir. Seorang pria muda keluar. Ia bernama Gene. Ia berhenti, melihat wihara sejenak dengan penuh pertimbangan. Kemudian ia melangkah ke beranda dan – dengan sedikit keraguan – mengetuk pintu. Beberapa saat kemudian pintu dibuka oleh seorang bhikkhu bernama Bhikkhu Tissa.*

GENE : Bhikkhu Tissa? Halo!

TISSA : Selamat malam, Gene.

GENE : Saya tahu, anda tidak menyangka kedatangan saya.

TISSA : Tidak apa. Apakah anda ingin masuk?

GENE : Saya biasanya tidak datang selama hari kerja. Dan anda mungkin harus mengerjakan sesuatu. Tetapi bila anda tidak... maksud saya, apakah anda punya sedikit waktu untuk berbincang-bincang?

TISSA : Ya, saya punya waktu.

*Ia membuka pintu lebih lebar untuk Gene yang melepaskan dan meninggalkan sepatunya di pintu masuk. Lalu Bhikkhu Tissa membimbingnya menuju sebuah ruangan yang diterangi oleh sebuah lampu. Terdapat ruangan kecil di balik dinding dan beberapa karpet tua dalam berbagai bentuk dan ukuran. Bhikkhu Tissa mempersilakannya duduk di atas karpet. Gene duduk agak jauh, di tempat yang dirasanya pantas.*

GENE : Sebenarnya tadi saya di rumah. Saya baru selesai makan malam dan saya berpikir untuk keluar sebentar sementara hari semakin gelap. Lalu muncul beberapa hal di benak saya, jadi saya berpikir, mungkin saya sebaiknya berkendara ke arah sini. Kelihatannya akan hujan tapi nampaknya saya telah terhindar darinya. Uh, ini adalah malam yang panas!

TISSA : (dengan sabar) Ya, benar.

GENE : Saya mempunyai beberapa pertanyaan, dan saya harap anda dapat membantu saya. Anda tahu saya telah mempelajari Buddhisme, tapi masih ada beberapa hal yang membingungkan saya.

TISSA : Saya akan senang menjelaskan apa yang saya bisa.

GENE : Terima kasih. Ya. Bagus. Oh, uh, Bhikkhu Tissa, saya lihat beberapa orang membungkuk padamu ketika mereka datang berkunjung. Tentu saja, anda mungkin tahu bahwa kebanyakan orang barat tidak melakukan hal ini. Kami tidak, uh, merasa nyaman melakukannya.

TISSA : Tidak apa. Orang-orang mempunyai kebiasaan yang berbeda-beda.

GENE : Tentu. Bagi saya, membungkuk dan hal-hal semacam itu sepertinya... Ya, saya harap anda tidak merasa tersinggung atau semacamnya.

TISSA : Tidak, itu hanyalah kebiasaan untuk menunjukkan rasa hormat. Kondisi pikiran merupakan yang terpenting.

GENE : Senang mengetahuinya. Sekarang, saya akan memberitahu anda tentang apa yang membuat saya datang ke sini malam ini. Beberapa minggu yang lalu saya berulang-tahun, dan untuk alasan tertentu, ulang-tahun kali ini benar-benar mengguncang saya. Saya mulai mengkhawatirkan keseluruhan arti hidup saya. Yang saya maksudkan bukanlah hal-hal biasa yang membosankan, seperti kekhawatiran tentang masa muda yang berlalu tanpa perkembangan di dalam karir atau pencapaian prestasi yang mengagumkan. Mungkin saya memang memikirkan hal-hal itu dari waktu ke waktu seperti halnya orang lain. Tetapi hal yang terutama mengganggu saya saat ini adalah pertanyaan tentang sebuah arti.

TISSA : Arti?

GENE : Saya punya bukti kuat - dari kalender yang tergantung di dinding saya - bahwa hidup saya benar-benar berlalu dan saya masih sulit memahami arti dari

apa yang sedang berlangsung. Tentu saja saya punya pemahaman intelektual, dan saya berterima kasih pada Buddhisme untuk itu. Tapi untuk memahaminya sendiri, benar-benar paham – di sinilah saya masih sangat kurang. Dan, setelah saya mempelajari Buddhisme, sangat jelas terlihat bagi saya, bahwa saya pasti akan menjadi tua dan mati suatu hari nanti. Saya juga tentu tidak akan menjadi lebih bijaksana secara otomatis. Jadi, dengan memikirkan hal ini dalam beberapa hari, saya mulai merasa agak depresi. Lalu, malam ini, menjelang tenggelamnya matahari, setelah makan malam di apartemen saya, saya duduk sendirian di balkon kecil saya. Saya merasa kenyang dan lamban serta siap beranjak untuk menghabiskan sisa malam dengan menonton TV. Saya sedang duduk di sana, merenung dengan muram dan melihat ke bangunan-bangunan apartemen dan tempat parkir. Saat itu seekor capung besar datang entah dari mana dan hinggap di pagar balkon di sebelah saya. Saya belum pernah melihat capung sedekat itu sebelumnya. Itu adalah capung yang besar, berwarna kehijauan, berkilauan, dengan sayap transparan – mengerikan sekaligus indah. Anda tahu jenis capung yang saya maksudkan?

TISSA : Ya, saya pernah melihatnya.

GENE : Ia berada sesaat di sana, bagaikan makhluk menakjubkan dari dunia lain. Namun tidak cukup lama bagi saya untuk memikirkan sesuatu. Ia hinggap di sana, berkilauan dan agak bercahaya, lalu – zip! – ia

terbang, pergi melintasi tempat parkir dan menghilang. Saya hanya melihatnya sekilas. Tapi anehnya – penglihatan sekilas akan keindahan atau misteri atau kekuatan atau apapun itu, benar-benar memengaruhi saya. Saya kira, saya akan senang mempelajarinya atau merenungkannya. Tapi ia pergi begitu saja, seperti itu. Tidak ada lagi yang harus dilakukan. Lalu saya berpikir, “Tidak kekal!”

TISSA : (tersenyum) Sebuah pemikiran yang tepat.

GENE : (tampak menyesal) Tapi setelah hampir dua bulan memikirkan diri saya sendiri sebagai seorang Buddhis, ini adalah hal terbaik yang bisa saya pahami.

TISSA : Memahami ketidakkekalan di dunia dan di dalam diri anda sendiri adalah sesuatu yang sangat berharga. Anda pasti mengetahui hal ini, Gene.

GENE : Ya, tapi apa yang mengganggu saya setelah itu adalah gambaran kejadian itu. Saya berpikir seandainya saya menghabiskan seluruh hidup saya hanya dengan duduk tenang dan kehilangan berbagai kesempatan. Maksud saya, mengapa saya harus menunggu kemunculan spektakuler tentang suatu kebenaran? Dan tentu saja Buddha benar, segala sesuatu adalah tidak kekal. Dan bahwa capung, yang adalah langka dan menakjubkan, begitu luar biasa, mengingatkan saya lagi bahwa saya bertambah tua dan masih saja tenggelam dalam keduniawian – tidak menaruh perhatian, tidak benar-benar belajar, tidak benar-

benar mencari arti dalam hidup saya. Sepertinya adalah mungkin menemukan kepuasan dan kedamaian dalam hal-hal sederhana, tanpa membutuhkan banyak kekayaan, popularitas, dan kegembiraan, tapi saya tidak tahu persis bagaimana caranya. Hal ini amat membingungkan saya. Jadi saya berdiri dan mulai berjalan mondar-mandir, dan menyalakan TV, lalu mematikannya, lalu saya berpikir untuk berkendara sebentar entah kemana untuk menghirup udara segar dan menenangkan diri saya, dan di jalan, saya secara alami mengarah ke sini. Sekarang saya ada di sini dan saya harap kedatangan saya cukup beralasan bagi anda. Adakah ajaran Buddhisme yang dapat membantu menjernihkan pemikiran saya?

*Bhikkhu Tissa diam beberapa saat. Dua jendela di ruangan itu terbuka dan udara diselimuti aroma hutan dan tanah. Kerik berirama dari jangkrik terdengar dari jarak dekat dan jauh. Di dalam pemandangan yang semakin gelap, dapat terlihat cahaya kuning-hijau dari kunang-kunang yang terbang.*

TISSA : Anda menyebut “arti.” Saya harap Anda dapat menjelaskan, mengapa menurut anda arti adalah penting.

GENE : Ia penting karena – saya benar-benar tidak tahu! Tapi tampaknya, terlepas dari kepuasan secara materi, saya butuh suatu arti atau pemahaman.

TISSA : Tapi bila perut anda kenyang dan tidak ada kesedihan tertentu yang menekan anda di saat itu, mengapa anda harus memikirkannya?

GENE : Saya rasa ini karena saya tahu bahwa meskipun saya memiliki cukup banyak uang dan merasa nyaman saat ini, namun hal ini tidak stabil, dan bagaimanapun juga keduanya tidak terlihat cukup untuk kehidupan bahagia dalam pengertian yang terdalam. Walaupun hampir di seluruh waktu, saya merasa baik-baik saja – saya rasa saya bahagia – tapi saya takut ini tidak akan bertahan. Dunia berubah-ubah begitu saja dan tidak dapat diandalkan. Ini adalah sesuatu yang saya curigai sejak lama, tapi sejak saya mempelajari Buddhisme, saya melihat hal ini lebih dan lebih jelas lagi. Dan ini semua berlalu. Tahun-tahun berlalu dan saya khawatir seandainya tidak ada arti atau tujuan di sini. Tampaknya untuk menjadi benar-benar bahagia, atau untuk mengatasi masalah yang seringkali muncul, adalah perlu untuk menembus tingkat pengetahuan yang lebih dalam. Sekarang, saya tanya pada diri saya sendiri, apakah saya terkelabui dengan meditasi dan filosofi? Apakah saya benar-benar bisa sampai pada suatu tempat? Bhikkhu Tissa, apakah pernyataan saya cukup jelas? Dan saya bahkan tidak tahu pertanyaan seharusnya saya tanyakan pada anda.

TISSA : Saya rasa keraguan dan pemikiran anda merupakan hal yang bermanfaat. Tidak ada orang yang akan mempraktikkan Buddhisme, atau berusaha

merealisasi kebebasan sejati jika mereka tidak menyadari masalah mendalam dari kehidupan.

GENE : Apa yang saya takutkan, mungkin adalah bahwa saya tidak cukup mampu untuk melakukan praktik yang baik, setidaknya dalam ranah seorang Buddhis. Saya hanya khawatir tentang berlalunya waktu dan ketidakmampuan saya untuk memperoleh pemahaman dari suatu momen ketika mereka berlalu. Saya butuh kebijaksanaan tapi saya tidak memilikinya.

TISSA : Saya takut tidak bisa sepenuhnya bersimpati atas kemurungan anda. Kedengarannya seolah anda memiliki ulang-tahun yang mendidik dan kunjungan paling menguntungkan dari seekor capung.

GENE : Tapi faktanya, keduanya membuat saya kecewa.

TISSA : Ya. Menurutmu, apakah seseorang yang tidur-tiduran sepanjang hidup mereka bisa menemukan kebenaran mendalam, suatu pencerahan dengan sendirinya?

GENE : Saya rasa tidak.

TISSA : Dikatakan bahwa dunia berubah-ubah begitu saja. Dapatkah seseorang yang sembrono dan berpuas diri (merasa bahwa ia sudah cukup baik), benar-benar bahagia dalam waktu lama?

GENE : Tidak, mungkin tidak.

TISSA : kalau begitu, saya ucapkan selamat atas ketidakpuasan anda! Bila anda mengubahnya menjadi tindakan bermanfaat, maka ia dapat membuahkan hasil yang sangat bagus.

GENE : Sebenarnya, saya ragu apakah saya memiliki cukup kekuatan atau ketekunan.

TISSA : Ini ibaratnya seperti anda ragu akan kemampuan anda untuk berenang melintasi sungai yang belum pernah anda lihat sebelumnya atau mendaki bukit yang hanya pernah anda dengar. Adalah lebih baik untuk berfokus pada saat ini. Lalu, anda katakan bahwa anda pikir diri anda adalah seorang Buddhis. Mengapa?

GENE : Karena menurut saya, Buddhisme menawarkan penjelasan terbaik dan paling jelas tentang kehidupan.

TISSA : Jadi anda mengaguminya?

GENE : Oh, lebih dari kagum. Pengalaman saya terbatas, tapi saya tetap merasa bahwa Sang Buddha benar-benar menunjukkan jalan yang paling sehat, paling bijaksana, dan paling menginspirasi.

TISSA : Apa tujuan dari jalan?

GENE : Ah... Untuk membimbing menuju suatu tempat. Sebagai alat untuk bepergian ke suatu tempat.

TISSA : Apakah seseorang yang sedang berjalan di jalan harus mengkhawatirkan apa yang tidak terlihat, di sekitar tikungan?

GENE : Ya, ia mungkin mengkhawatirkannya, tapi ia harus menaruh sebagian besar perhatian di mana ia berdiri saat itu

TISSA : Apakah anda bisa terus berjalan bersama rasa khawatir anda?

GENE : Itu mungkin, Yang Mulia. Tapi saya menemukan masalah di setiap arah. Sepertinya kaki saya tenggelam cukup dalam di lumpur.

TISSA : Oh, mungkin tidak terlalu dalam, Gene. Bagaimanapun juga, anda mengarahkan diri anda sendiri untuk datang ke sini malam ini.

GENE : Dan saya mungkin menghabiskan waktu anda dengan keluhan saya. Apakah ini benar-benar kelemahan saya atau sekadar kurang percaya diri, saya menyadari kalau saya ragu apakah saya benar-benar bisa membuat suatu kemajuan, apakah kehidupan seorang Buddhis sejati adalah mungkin bagi saya. Dan saya berpikir – ini adalah hal lain yang telah ada di benak saya – bahwa mungkin saya harus menciptakan hidup yang lebih bersemangat, melakukan lebih banyak hobi. Mungkin hal itu dapat memberikan rasa lebih tentang arti. Mungkin saya seharusnya mulai berpikir untuk menikah dan memiliki sebuah keluarga,

lebih serius dengan karier saya. Saya harus hidup di dunia ini jadi mungkin saya harus belajar untuk hidup di dalamnya karena demikianlah ia adanya, dan melakukan yang terbaik. Bagaimana menurut anda?

TISSA : Tentu saja kita harus melakukan yang terbaik dari hidup kita dan menggunakan tenaga kita dalam cara yang terbaik. Tapi pertama-tama kita harus tahu apa yang sebenarnya harus kita kerjakan. Dalam Buddhisme, kita belajar untuk tidak melakukan sesuatu tanpa suatu pertimbangan. Kita berusaha menyelidiki semua prasangka. Sebagai contoh, "Sebenarnya, apakah dunia itu?" Buddha mengatakan bahwa di dalam tubuh yang tingginya hanya sedepa ini bersama berbagai pencerapan dan pemikiran, terdapat dunia dan asal-mula dunia dan akhir dunia dan jalan menuju akhir dunia. Semua ada di sini! Ia juga berkata bahwa "semua" adalah sekadar mata dan bentuk-bentuk yang terlihat, telinga dan suara, hidung dan bau, lidah dan kecapan, kulit dan objek sentuhan, dan pikiran serta objek pikiran.

GENE : Jadi, dunia adalah semacam ilusi?

TISSA : Dunia ini adalah kumpulan hal-hal yang bergantung kondisi-kondisi, dan kita harus belajar memahaminya untuk mengatasi penderitaan dan merealisasi kedamaian. Ini bukan berarti bahwa kita harus menyiksa diri dengan berbagai spekulasi tentang kebenaran mutlak atau bukan kebenaran. Yang terpenting adalah memahami pengalaman kita saat ia

terjadi, saat ia muncul dengan sendirinya kepada kita di saat ini. Berdasarkan Buddhisme, dunia yang kita tinggali dan perlu kita pahami ini, bukanlah entitas yang kekal tapi sekadar dihasilkan oleh kondisi-kondisi yang tidak terhitung jumlahnya, yang kita sadari melalui indera kita yang berfungsi. Cahaya tertangkap oleh mata, atau suara oleh telinga, dan kesadaran muncul. Berdasarkan berbagai aktivitas indria kita, muncullah gagasan tentang dunia.

GENE : Dunia ini – saya yakin anda akan setuju – dipenuhi oleh berbagai bahaya dan penderitaan. Saya tidak melihat, dalam kasus saya, banyak harapan untuk menghindari semuanya. Saya khawatir seandainya saya tidak bisa lebih bersemangat dan lebih memanfaatkan waktu, agar setidaknya saya dapat memiliki kebahagiaan nyata dari dunia untuk mengatasi penderitaan. Mungkin hanya duduk dan berpikir terlalu banyak adalah tidak menyehatkan. Beraktivitas adalah sesuatu yang baik, bukan?

TISSA : Tergantung kualitas dari aktivitasnya. Aktivitas yang disadari dan bermanfaat, tentu akan mendatangkan kebaikan. Tapi apakah anda benar-benar berpikir bahwa hanya dengan terfokus pada aktivitas, bahkan yang menyenangkan atau menarik atau yang baik, akan membebaskan pikiran anda dari kekhawatiran akan ketidakkekalan kehidupan? Apakah capung-capung tidak akan lagi mengganggu atau menginspirasi anda?

GENE : (menghela napas) Saya tidak tahu.

TISSA : Jika gagasan ketidakkekalan muncul pada anda, dan jika anda memerhatikan berlalunya waktu, dan kebutuhan anda akan sebuah arti, maka anda telah membuat suatu perkembangan di dalam Dhamma, kebenaran yang disampaikan oleh Buddha.

GENE : Tampaknya perkembangan yang sangat kecil!

TISSA : Untuk berkembang lebih jauh, perlu untuk melihat 'pokok masalah'.

GENE : Saya tidak mengerti.

TISSA : Apa yang pertama kali Sang Buddha ajarkan, lalu diulang dan diulang lagi? Ajaran-ajaran Buddha, di dalam semua kebesaran dan kompleksitasnya, kesemuanya mengarah pada satu tujuan. Menurut anda apakah itu?

GENE : Menurut saya, tujuannya adalah mengatasi penderitaan. Ya, penderitaan adalah kebenaran dasar.

TISSA : Ya, benar. Kita tidak boleh melupakannya. Buddha, anda tahu, tidak akan menjawab pertanyaan yang murni spekulatif dan metafisik, karena hal-hal itu tidak bermanfaat dalam mengatasi dukkha, atau kesakitan, penderitaan, ketidakpuasan. anda menyadari dukkha ini, saya yakin, makanya anda

datang ke sini dan menyebut diri anda sebagai Buddhis.

GENE : Benar. Saya hanya takut bahwa saya tidak siap berhadapan langsung dengan masalah penderitaan ini ketika ia muncul.

TISSA : anda tahu, masalah penderitaan tidaklah hilang dengan sendirinya. Dari empat Kebenaran Mulia, yang paling pertama ditembus oleh Buddha adalah kebenaran akan penderitaan. Buddha telah menghadapi penderitaan ini dan menaklukkannya. Lalu Beliau menjelaskan pada kita bagaimana cara agar kita dapat menaklukkannya juga. Pertama, kita harus menyelidiki dan memahami keadaan kita sebagaimana adanya. Sementara setiap orang menyadari penderitaan pada tingkat tertentu, Buddha melihat masalah yang lebih mendalam dari yang diyakini oleh dunia.

GENE : Ya, saya memahaminya. Ia melihat dukkha dalam dimensi yang sesungguhnya. Ia juga melihat apa yang tidak dilihat oleh dunia – penyebab dan jalan keluar dari permasalahan.

TISSA : Ya, benar. Dan apa sajakah dukkha ini? Lahir, tua, meninggal. Semua jenis penderitaan, batin dan jasmani. Kesakitan, ketakutan, keraguan, penyesalan, dan keinginan. Kehilangan harta atau keluarga, kegagalan, kesalahan, kemiskinan, dukacita – banyak sekali jenis penderitaan.

GENE : Ya, itu adalah dukkha. Dukkha mencakup itu semua.

TISSA : Tidak, sebenarnya belum semua. Mereka hanyalah sebagian kecil yang bisa dilihat orang-orang sebagai penderitaan. Penglihatan Buddha jauh lebih luas.

GENE : lalu, apa lagi yang belum terlihat?

TISSA : Dukkha (penderitaan atau ketidakpuasan) terdiri dari tiga aspek. Terdapat penderitaan yang dikenali semua orang – penderitaan jasmani dan batin. Tapi ada lagi yang lain, aspek yang lebih halus, yaitu penderitaan atau ketidakpuasan terkait saṅkhāra, berbagai bentukan atau unsur dari eksistensi dunia itu sendiri.

GENE : Bagaimana bisa bentukan-bentukan semata, menimbulkan “ketidakpuasan”?

TISSA : Menurut Sang Buddha, semua bentukan adalah tidak kekal. Mereka tidak stabil, bergantung, tidak kekal, terus-menerus muncul dan lenyap, tunduk pada perubahan dan kerusakan. Di dalam perubahan ini, tidak ada kekekalan yang ditemukan dan dengan demikian tidak ada kedamaian yang stabil. Komponen tubuh kita saling menopang untuk sementara waktu saja; secara berangsur-angsur atau dengan cepat mereka terpisah. Baik jasmani maupun batin adalah perpaduan unsur-unsur materi dan mental yang tidak dapat bertahan. Perubahan tidak pernah berhenti. Dunia internal dan eksternal pada setiap tingkatan

adalah muncul dan lenyap, memperbaharui, berlalu, hancur.

GENE : Luar biasa! Jadi, penderitaan biasa, seburuk apapun itu, bukanlah satu-satunya penderitaan.

TISSA : Setiap proses eksistensi, yang memberikan kita penderitaan dan kesenangan, adalah lapuk dengan sendirinya. Karena ketidakstabilan mereka, maka mereka tidak dapat diandalkan – selalu cenderung menghasilkan penderitaan baru. Mereka tidak memberi pijakan yang kuat bagi kita untuk berdiri.

GENE : Tapi, Bhikkhu Tissa, terdapat kebahagiaan di dunia ini. Masih ada kegembiraan dan kepuasan dan kesenangan serta banyak hal yang bagus dan penting.

TISSA : Ya, benar. Tentu saja terdapat hal-hal yang baik. Tapi ketika Buddha berkata bahwa semua bentukan adalah dukkha, yang Beliau maksudkan adalah bahkan saat bentukan-bentukan tersebut tidak secara nyata berwujud rasa sakit, bahkan ketika mereka menyenangkan, mereka selalu memiliki kecenderungan pada penderitaan. Mereka adalah dukkha karena mereka dapat berakhir, tidak dapat bertahan.

GENE : Jadi, penderitaan tidak selalu berupa sakit dan penderitaan? Namun bisa juga sekadar ketidakpastian atau ketidakstabilan mendasar ini?

TISSA : Ya. Dan itu tidak dapat dipungkiri, aspek lain dari penderitaan. Selain apa yang dirasakan (pengalaman akan sakit jasmani dan batin), selain ketidakpastian dari semua bentukan, ada penderitaan di dalam perubahan. Bahkan hal-hal yang bagus, indah dan menyenangkan, menjadi sumber rasa sakit yang nyata, yang disebabkan oleh sifat alami mereka.

GENE : Bagaimana bisa?

TISSA : Mereka berubah, mereka berlalu, dan saat hal itu terjadi, kita menyesalinya; kita menderita. Bukankah ini alami? Apapun yang kita suka, ingin kita pertahankan, tetapi tidak bisa. Dapatkah anda memikirkan sesuatu di dunia ini, sesuatu yang berharga dan penting bagi anda, yang kebal terhadap perubahan, yang tidak pernah menua, yang tidak pernah lenyap, yang tidak pernah mengecewakan anda?

GENE : (mengerutkan dahi, berpikir) Tidak... Tidak terpikirkan satupun yang seperti itu. Semua hal-hal baik – dan buruk, juga – adalah sementara, sejauh yang saya tahu.

TISSA : Dan jangan lupa tentang keinginan itu sendiri – keinginan akan hal-hal yang disukai dan menyenangkan. Mereka juga muncul dan lenyap kapan saja, dan apa yang anda inginkan kemarin mungkin tidak anda inginkan lagi hari ini.

GENE : Saya rasa hal ini benar. Benda-benda berubah dan pendapat dan keinginan berubah juga. Suka dan tidak suka adalah tidak tetap.

TISSA : Dan sekali lagi – gagasan yang muncul pada anda. Tidak kekal.

GENE : Ya, anda benar. Tidak kekal!

TISSA : Itulah kata-kata yang muncul dalam pikiran anda ketika capung terbang pergi.

GENE : Lagi-lagi tidak kekal. Saya rasa, ini yang anda maksudkan tentang 'kembali ke pokok masalah'. Yang Mulia, dukkha ini lebih luas dari yang saya bayangkan. Alam semesta seperti ini! Dan saya rasa anda telah menghibur saya!

TISSA : (tersenyum) Ah, tapi marilah kita selidiki lebih lanjut. Mari ikuti jejak Buddha sedikit lebih jauh

*Di luar, dari kejauhan, kilat berkelebat tiba-tiba. Sesaat kemudian gemuruh guntur terdengar. Gene mendongak dan memandang ke kegelapan.*

GENE : Uh-oh, tampaknya akan hujan. Mungkin sebuah badai.

TISSA : (dengan santai) Mungkin. Tapi ia akan berlalu, akan berubah. Ketidakkekalan juga, bukan?

GENE : Saya rasa demikian. Tapi, Bhikkhu Tissa, tampaknya bahwa untuk mencari kebenaran – menyelidiki seperti yang saya lakukan – saya harus berhadapan dengan banyak penderitaan.

TISSA : Itu mungkin saja. Tapi apakah kamu menganggap bahwa kebenaran haruslah berupa sesuatu yang sepenuhnya menyenangkan?

GENE : Secara tidak realistis – mungkin saya menganggap demikian. Mungkin orang lain juga, pada suatu waktu tertentu. Kita katakan bahwa kita ingin mengetahui kebenaran, tapi nyatanya, kita menginginkannya dalam suatu bentuk tertentu. Kita ingin pendapat atau harapan kita benar. Tanpa disadari, kita lebih menginginkan kebahagiaan-sepele daripada kebenaran. Dan jika untuk mencari kebenaran adalah sama dengan menemukan semua penderitaan ini, saya berpikir, mengapa kita harus mencari, mengapa kita harus mencoba untuk mempelajarinya?

TISSA : Menurut anda, mengapa?

GENE : (dengan jujur) Saya kira – untuk menjawab pertanyaan saya sendiri – ini karena saya tahu, saya merasakan, bahwa apapun kebahagiaan yang telah saya miliki selama ini di dalam hidup, bukanlah yang terluhur, yang sejati. Ia sangat ditopang oleh hal-hal yang mengalami perubahan. Mungkin hampir semuanya adalah sekadar kegembiraan, tidak ada arti mendalam akan kebebasan atau kedamaian. Jadi

menurut saya, saya bersedia, untuk melihat penderitaan – memahami penderitaan, jika itu adalah sesuatu yang berharga yang harus dilakukan.

TISSA : Bagus! Anda berbicara layaknya seorang filsuf sejati.

GENE : (sedikit tertawa) Saya takut terdengar angkuh.

TISSA : Tidak, anda tidak terdengar angkuh. Seperti yang Buddha temukan dan ajarkan, jalan menuju kebebasan atau kebahagiaan sejati adalah dengan pemahaman mendalam akan penderitaan. Kita harus memahami keadaan kita yang sebenarnya sebelum kita dapat membuatnya menjadi lebih baik.

GENE : Namun, tidaklah begitu menyenangkan merenungkan penderitaan. Sangat tidak menyenangkan. Dan sekarang saya berpikir tentang dua aspek yang telah anda jelaskan – penderitaan karena bentukan dan penderitaan potensial yang muncul karena perubahan hal-hal yang menyenangkan – saya mulai ragu lagi apakah saya bisa melewati itu semua.

TISSA : Jangan patah semangat sekarang, Gene, karena ada hal yang lain.

GENE : Hal yang lain?

TISSA : Ada hal penting lainnya yang perlu dijelaskan tentang semua kesakitan dan masalah yang telah kita diskusikan. Mereka terus-menerus datang.

GENE : Apakah mereka tidak berhenti? Tapi mereka tidak kekal. Bahkan hal terburuk sekalipun akan berlalu.

TISSA : Ya, mereka berlalu. Tentu saja berlalu. Dan pemikiran itu dapat membantu kita melewati saat-saat buruk dalam kehidupan. Tapi yang saya maksudkan adalah: apakah kita pernah tiba pada akhir dari keseluruhan arus masalah dan penderitaan? Dapatkah secara realistis kita meramalkan kapan penderitaan yang baru tidak mungkin datang kepada kita? bagaimanapun, penderitaan memiliki suatu sebab, sebuah asal-mula. Asal-mula penderitaan adalah nafsu keinginan, seperti yang telah Buddha jelaskan dalam Kebenaran Mulia yang kedua. Selama nafsu-keinginan masih mengendap di pikiran, maka penderitaan akan datang lagi dalam berbagai bentuk.

GENE : Saya rasa demikian. Hingga hidup ini berakhir...

TISSA : Lebih lama dari itu. Kematian bukanlah penghalang. Nafsu yang tidak terpuaskan dari individu-individu terus berproses. Ia mengakibatkan kelahiran kembali, dengan kesenangan dan kesakitan yang baru. Dan di mana ada kelahiran, selalu akan ada dukkha. Kita tidak pernah menemui kesenangan abadi, yang tidak pernah berubah. Kita senantiasa melihat penuaan, penyakit, dan kematian berulang-ulang tanpa akhir. Karena nafsu keinginan, siklus itu terus berlanjut.

GENE : Anda berbicara tentang saṃsāra.

TISSA : Ya, saṃsāra, lingkaran besar kelahiran dan kematian. Buddha berkata bahwa tidak ada awal dari lingkaran ini yang dapat dilihat. Untuk menekankan tentang panjangnya masa lalu dan penderitaan yang telah kita alami dalam kelahiran kita selama berkappa-kappa. Beliau mengatakan bahwa air mata karena tangisan atas kematian sanak saudara kita adalah lebih banyak dari jumlah air di samudra.

GENE : Sungguh menyedihkan, betapa kesedihan yang tidak terhingga.

TISSA : Jadi kita perlu mempertimbangkan dengan penuh perhatian, lalu melakukan usaha bermanfaat untuk membebaskan diri dari lingkaran kelahiran dan kematian, lagi dan lagi. Waktu saja tidak dapat membebaskan kita.

GENE : Ya, sejauh kita memiliki nafsu keinginan yang mendorong kita dari satu kelahiran ke kelahiran berikutnya.

TISSA : Makhluh hidup terlahir kembali berdasarkan kamma mereka, perbuatan yang didasari niat, baik maupun buruk. Aliran faktor-faktor batin dan jasmani yang kita lihat sebagai “orang”, mewujudkan dirinya lagi dan lagi, di dunia ini atau di dunia lain, dalam keadaan yang menyenangkan atau menyakitkan atau keduanya, lagi dan lagi. Namun setiap kelahiran, setiap masa hidup tertentu, bahkan kelahiran yang

paling beruntung, adalah tidak kekal dan terbatas. Setiap alam-alam kehidupan adalah alam yang sementara.

GENE : Jadi tidak ada yang kekal di dalam saṃsāra.

TISSA : Benar. Jadi mengapa – izinkan saya bertanya – mengapa Sang Buddha mengungkapkan kebenaran ini? Mengapa beliau melukiskan gambaran demikian tentang alam semesta?

GENE : Mungkin agar kita bisa melihat kondisi kita. Untuk memberi alasan bagi kita untuk mengembangkan diri kita.

TISSA: Jika kita tahu situasi kita yang sebenarnya dan bila kita memahami bagaimana perbuatan kita sendiri menghasikan kebaikan atau penderitaan, maka kita akan melakukan perbuatan bermanfaat dengan niat baik dan semangat. Kita mengalami penderitaan demikian lama karena tidak memahami sifat alami kebenaran, kita mendambakan (melekat) pada sesuatu yang tidak penting, hal-hal yang tidak dapat diandalkan. Keberuntungan kita dalam kehidupan ini dan kehidupan mendatang akan ditentukan oleh tingkat pengendalian diri akan hal-hal tidak bermanfaat dan secara aktif menerapkan hal-hal bermanfaat serta mencoba membersihkan pikiran kita. Teladan yang Buddha ajarkan bertujuan memadamkan penderitaan, kecil dan besar. Kita harus memiliki pandangan benar dan kritis tentang diri kita

sendiri dan dunia, lalu berperilaku secara cerdas dan bermoral. Saat Dhamma dipraktikkan dengan benar, maka Dhamma akan mendatangkan manfaat di sini dan saat ini. Anda dapat membuktikannya sendiri.

GENE : Yang Mulia, siklus eksistensi ini telah berlangsung sangat lama - tanpa permulaan, sejauh yang saya pahami. Dapatkah saya berharap untuk keluar dari penderitaan ini di masa depan? Atau ini akan berlangsung selamanya? Dapatkah saya secara nyata merealisasi kebahagiaan sejati?

TISSA : Buddha menemukan dan memperkenalkan jalan tersebut. Tapi untuk menjalaninya, Gene, tergantung pada diri anda sendiri.

GENE : Ah, ya. Saya sendiri. Saya rasa begitu.

*Tiba-tiba angin berembus di antara pepohonan. Kilat berkelebat diikuti guntur. Tetes hujan yang besar mulai memerciki ambang jendela dan berhamburan di sekitar kaca. Bhikkhu Tissa bangkit untuk menutup jendela. Saat ia kembali duduk, ia dan tamunya terdiam sesaat sementara hujan turun dan halaman diterangi oleh setiap kilatan petir yang muncul.*

GENE : (perlahan) Anda tahu, saya berpikir tentang capung itu lagi. Mungkin saya melihat secara salah. Mungkin itu tidaklah indah, tapi agak ganas dan mengerikan - seperti perwujudan dari nafsu keinginan. Atau simbol dari dukkha!

TISSA : (tersenyum tipis) Apakah anda berpikir begitu?

GENE : Ya... mungkin. Tapi bagaimanapun juga, Yang Mulia, tampaknya penderitaan tidak harus muncul di dalam diri saya di masa depan; ia dapat muncul atau tidak, tergantung pada perbuatan saya. Saya mungkin mengalami minimal suatu tingkat kebahagiaan.

TISSA : Ya. Inilah prinsip penting dalam Buddhisme. Segala sesuatu muncul dari kondisi-kondisi. Penderitaan adalah hasil dari nafsu keinginan; penderitaan muncul dengan nafsu keinginan sebagai dasar atau pengondisi.

GENE : Ya, semacam proses otomatis – nafsu keinginan dan penderitaan lagi dan lagi.

TISSA : Otomatis, mungkin demikianlah cara kita biasanya hidup. Tapi ia tidak ditakdirkan atau mutlak ditentukan.

GENE : Apa perbedaannya?

TISSA : Buddha tidak mengajarkan fatalisme – gagasan bahwa pengalaman kita adalah tidak terelakkan dan pasti, bahwa kita – dengan pasrah – harus menjalani penderitaan atau kesenangan. Dan, di sisi lain, Beliau tidak menggambarkan alam semesta sebagai sesuatu yang muncul secara kebetulan atau tidak memiliki sebab. Beliau menjelaskan bagaimana fenomena muncul dan hanya bertahan apabila kondisi-kondisi

pendukungnya masih ada. Sebagai makhluk hidup, kita membuat pilihan dan melakukan perbuatan yang selanjutnya menyediakan kondisi untuk kebahagiaan atau penderitaan. Walaupun kita terbiasa atau bahkan secara otomatis mempersilahkan nafsu keinginan dan berbagai kecenderungan tidak bermanfaat dan mengalami penderitaan sebagai konsekuensinya; sebenarnya kita tidak harus demikian.

GENE : Jadi jalan keluar dari hutan belantara saṃsāra adalah mungkin.

TISSA : Ya. Namun, bahkan di dalam lingkaran kelahiran dan kematian, tepat di dalam kehidupan ini, kita dapat mengurangi penderitaan dan meningkatkan kedamaian dan kebahagiaan pikiran melalui perbuatan baik. Sekali lagi, ia tergantung pada perbuatan anda.

GENE : Anda tidak sedang menyindir saya, bukan? Hal ini adalah tanggung jawab saya.

TISSA : Apakah anda akan benar-benar bahagia, Gene, jika saya memberitahumu bahwa penderitaan adalah sekadar penyimpangan yang dapat hilang sendirinya dan tidak akan pernah kembali?

GENE : Ya, hal itu terdengar bagus, tapi saya tidak bisa mempercayainya.

TISSA : Sang Buddha mengajarkan tentang penderitaan dan akhir dari penderitaan. Selalu ingat ini dalam pikiran. Jika kita ingin bahagia, jika kita ingin bebas dari berbagai bentuk penderitaan, pertama-tama kita harus mempelajari sifat alami dari penderitaan kita. Kita harus memahami bahwa dukkha ini tidak muncul tanpa suatu sebab. Asal-mula dukkha adalah nafsu keinginan.

GENE : Saya memahaminya secara umum. Namun, bukankah nafsu keinginan dalam takaran tertentu adalah perlu? Bukankah kita membutuhkan sedikit kesenangan? Karena penderitaan begitu meresap dalam kehidupan ini, seperti yang telah anda jelaskan. Setiap orang mungkin merasa bahwa mereka membutuhkan hal-hal tertentu minimal sebagai hiburan - untuk menutupi atau meringankan penderitaan mereka. Jadi singkatnya, saat saya merasa murung, biasanya saya mencari kesenangan dan hiburan.

TISSA : Apakah selalu begitu? Bagaimana dengan malam ini?

GENE : Oh. Malam ini berbeda, tentu saja.

TISSA : Sudah jelas anda datang ke sini bukan untuk hiburan.

GENE : Tidak, saya rasa tidak.

TISSA : Dan bukankah anda mematikan televisi dengan sengaja?

GENE : Ya, saya melakukannya.

TISSA : Jadi mungkin hiburan bukanlah pelipur lara untuk anda malam ini?

GENE : Tidak, saya harus mengakui itu, Yang Mulia Tissa.

TISSA : Apa yang kita pikir harus kita miliki dan apa yang sebenarnya kita butuhkan, belum tentu merupakan hal yang sama. Biasanya, dengan dibanjiri oleh nafsu keinginan, kita percaya bahwa kesenangan indria adalah suatu kebutuhan; tapi terkadang, mungkin bagi anda malam ini, gagasan akan kemungkinan adanya kebenaran yang lebih tinggi, kepuasan atau kedamaian yang lebih halus, muncul di benak anda.

GENE : Tapi apakah semua keinginan adalah buruk?

TISSA : Tidak selalu. Selama kita mengembara di dalam saṃsāra, kita memiliki keinginan, dan dengan bertindak sesuai dengannya, akan menimbulkan hasil yang baik atau buruk. Contohnya, keinginan untuk mempraktikkan Dhamma, adalah bermanfaat. Keinginan untuk merealisasi Nibbāna – kebebasan tertinggi – adalah keinginan yang bermanfaat. Keinginan untuk berperilaku terhormat atau menyokong anggota keluarga atau berdana, adalah juga patut dipuji. Perbuatan yang disadari dan disengaja berdasarkan keinginan, memulai proses perputaran yang menghasilkan kebaikan atau keburukan, tergantung banyak faktor. Namun

keinginan bodoh dan keinginan akan kesenangan indria, adalah selalu berbahaya dan cenderung menimbulkan masalah. Keinginan yang bodoh, obsesif, akan meningkatkan penderitaan karena, seperti yang sedang kita diskusikan, semua hal di dunia ini yang kita cengkeram atau sandari, sebenarnya hanyalah kabut dan buih. Tidak ada kepuasan sempurna di dalamnya.

GENE : Tentang nafsu keinginan ini, Bhikkhu Tissa, yang cukup banyak diperhatikan dalam Buddhisme – dapatkah anda menjelaskannya secara lebih spesifik?

TISSA : Dalam menjelaskan asal-mula penderitaan, Buddha berbicara mengenai tiga jenis utama nafsu keinginan atau taṇhā. Pertama adalah kāma-taṇhā – nafsu akan kesenangan indria. Ini berarti hasrat akan pengalaman menyenangkan dan menggairahkan dari indria.

GENE : Ini tidak sulit untuk dipahami. Saya rasa saya telah menghabiskan banyak waktu untuk mengejar berbagai sensasi menyenangkan, tanpa benar-benar memahami kenyataannya. Tapi, tidak terpikirkan oleh saya tentang apa lagi yang diinginkan selain kesenangan indria.

TISSA : Ada jenis kedua dari nafsu keinginan, yaitu bhava-taṇhā – keinginan akan eksistensi atau penjelmaan.

GENE : Keinginan akan eksistensi? Apakah yang anda maksudkan bahwa, bahkan hasrat untuk menjadi atau menjelma, adalah sejenis keinginan?

TISSA : Ya. Ini adalah keinginan untuk terus eksis selamanya. Kita sebagai makhluk hidup, ingin mengalami berbagai hal terus-menerus. Karena ketidaktahuan mendasar kita tentang sifat alami dari kebenaran, kita haus, mendambakan dan terpicat dengan perubahan samsāra yang terus-menerus. Karena ketidaktahuan, kita ingin terus-menerus menegaskan sesuatu yang kita anggap “diri” kita.

GENE : Dan kita bahkan tidak akan pernah menemukan diri dalam bentuk apapun.

TISSA : Benar. Dan karena semua fenomena adalah tidak kekal, maka keinginan untuk hidup selamanya akan menuntun pada dukacita. Kita ingin hidup selamanya, tapi apapun faktor batin dan jasmani yang kita anggap “diri” kita adalah berubah-ubah dan sementara. Kita tidak dapat menemukan diri atau inti yang sejati dalam proses dinamis kehidupan. Inilah kenyataan akan anattā atau tanpa-diri, yang banyak ditekankan oleh Buddha. Lalu, jenis ketiga dari nafsu keinginan adalah vibhava-taṇhā, keinginan akan pemusnahan. Ia juga didasari oleh ketidaktahuan, tidak melihat kebenaran secara apa adanya.

GENE : Jadi seluruh tiga jenis nafsu keinginan menghasilkan penderitaan. Saya rasa saya punya sebuah gagasan.

Kesenangan indria – saya memahaminya, minimal secara teori. Mereka selalu berkaitan dengan sejumlah masalah atau kesakitan, dan dalam keadaan apapun mereka tidaklah kekal; mereka lenyap dan meninggalkan penyesalan. Dan nafsu keinginan akan eksistensi abadi terlihat seperti pengabdian khayalan menyedihkan tentang diri, dengan semua penderitaan yang termasuk di dalamnya. Dan keinginan akan pemusnahan, sudah pasti menjadi masalah juga karena anda tidak dapat menghancurkan diri yang pada dasarnya tidak dapat anda temukan.

TISSA : Dan anda tidak dapat terbebas dari penderitaan dengan keinginan semacam itu. Kamu tidak dapat menghentikan momentum keinginan dengan lebih banyak keinginan. Hasil dari keinginan adalah penderitaan dalam berbagai bentuknya, seperti yang telah kita diskusikan. Jadi, untuk mengatasi penderitaan, untuk merealisasi kebahagiaan, kedamaian, dan kebebasan sejati, kita harus memadamkan keinginan melalui kebijaksanaan. Inilah yang Buddha lakukan. Kebenaran Mulia ketiga adalah kebenaran tentang padamnya penderitaan – kebebasan tertinggi yang direalisasikan saat nafsu keinginan pada akhirnya ditaklukkan.

GENE : Tapi untuk memahami caranya, adalah sangat sulit. Dan ada suatu masalah mengenai pemahaman jika seseorang memiliki kemampuan...

TISSA : Kemampuan bukanlah sesuatu yang statis (tetap). Semua sifat dan kecenderungan yang membentuk kepribadian anda terus-menerus berubah berdasarkan perbuatan dan reaksi anda terhadap pengalaman. Anda mempunyai keterampilan dan kemampuan tertentu tidak anda miliki sebelumnya. Mereka muncul karena anda melatih diri anda sendiri serta berusaha dan mempraktikkan.

GENE : Benar, tapi untuk kemampuan spiritual...

TISSA : Pada prinsipnya sama. Melalui pengulangan dan usaha tekun, kamu mendapat kekuatan dan keterampilan. Melalui kebiasaan buruk dan gegabah membuat anda semakin lemah.

*Hujan yang tadinya menerpa jendela, kini telah berkurang. Suara terdengar dari sebelah timur, tidak sekuat sebelumnya. Gemuruh tampaknya telah berakhir. Gene terdiam beberapa saat, sambil merenung. Lalu ia mulai berbicara.*

GENE : Anda tahu, capung itu, mungkin saya terburu-buru menganggapnya mengerikan. Mungkin ia bersifat ambigu – semacam baik dan jahat – sekadar simbol dari kontradiksi kehidupan.

TISSA : (tersenyum) Oh?

GENE : Ya, itu bisa saja. Indah, kuat, tapi juga instingtif dan bodoh. Makhluk saṃsāra! Atau... apakah ini terdengar berlebihan?

TISSA : Katakan saja kita bisa memperoleh ide-ide provokatif pada capung atau objek-objek lain dari pengalaman kita. Tapi tidak pernah ada akhir dari spekulasi, dan spekulasi sendiri tidak membebaskan kita dari penderitaan. Kita perlu cara pandang yang jenih, tidak memihak.

GENE : Bagaimana cara agar bisa demikian?

TISSA : Dengan cara melatih diri kita untuk memperhatikan hanya apa yang sesungguhnya muncul pada kita. Buddha katakan bahwa di dalam apa yang terlihat, hanya ada apa yang terlihat; di dalam apa yang terdengar hanya ada apa yang terdengar; di dalam apa yang tersentuh hanya ada apa yang tersentuh; dan di dalam apa yang dipikirkan atau dikenali, hanya apa yang dipikirkan atau dikenali. Inilah cara memotong pertumbuhan cepat dan liar dari konsep-konsep.

GENE : Apakah ini berarti bahwa kita harus belajar melihat segala sesuatu sebagaimana adanya, tanpa melibatkan pendapat kita?

TISSA : Ya, Tapi itu tidak mudah, bukan? Kita sangat terbiasa menghubungkan batin dan membangun kompleksitas besar dari khayalan yang membingungkan kita; kita memikirkan lebih dari apa yang sebenarnya ada. Dan apa yang terabaikan.

GENE : Saya tidak begitu paham.

TISSA : Marilah ambil sebuah kasus. Bayangkan seseorang yang tidak anda sukai berjalan ke ruangan ini sekarang. Apa yang akan muncul dalam benak anda?

GENE : Saya rasa saya akan terganggu dan gelisah.

TISSA : Tapi mengapa hal itu terjadi? Mari kita pertimbangkan. Dari data sensoris dan kebiasaan batin anda, anda dengan cepat mengumpulkan kesan akan keberadaan diri dan membiarkan diri anda mengizinkan munculnya ketidaksukaan ketika anda memikirkannya

GENE : Mungkin begitu, tapi bukankah hal tersebut sangat alamiah?

TISSA : Alami, tapi salah. Ini adalah hasil dari pandangan salah.

GENE : Karena sebenarnya semua hal adalah bukan-diri?

TISSA : Ya, tapi kenapa bukan-diri?

GENE : Uh, sebentar. Karena mereka tidak kekal?

TISSA : Ya, semua bentukan tidak kekal dan gabungan berbagai kondisi serta tidak memuaskan. Dan seseorang, secara teknis, hanya terdiri dari lima kelompok kehidupan atau faktor yaitu jasmani, perasaan, pencerapan, bentukan pikiran, dan

kesadaran. Lalu, ketika anda melihat orang yang tidak anda sukai berjalan masuk ke ruangan, apa yang sesungguhnya anda lihat? Apa yang terjadi? Cahaya memasuki indera mata anda, dan kesadaran mata muncul; kesadaran akan bentuk dan warna muncul. Demikian juga getaran suara menerpa indera telinga anda dan kesadaran telinga muncul. Dari kedua indera ini dan indera lainnya, anda menyusun gagasan tentang orang itu. Tapi jika “orang” itu sebenarnya hanya terdiri dari lima kelompok yang impersonal dan berubah-ubah, lalu siapa yang sebenarnya tidak anda sukai?

GENE : Sungguh, saya tidak dapat berkata apa-apa.

TISSA : Apakah jasmani, tubuh orang ini yang tidak anda sukai? Atau perasaannya? Atau penceraapannya atau bentukan pikiran atau kesadarannya?

GENE : Tidak, persisnya, tidak satupun di antaranya. Ini sulit dikatakan. Jika saya tidak menyukai orang itu, itu bersifat umum, gagasan menyeluruh bahwa saya tidak suka. Mustahil membenci sekadar faktor-faktor impersonal, saya tahu. Dan membenci mereka semuanya sebagai sejenis ego adalah tidak masuk akal juga. Ini membingungkan!

TISSA : Apakah kita memikirkan tentang orang lain atau gagasan-gagasan atau objek-objek materi, kemungkinan besar kita bingung ketika kita membangun konsep-konsep yang keliru. Kita butuh

pandangan yang segar dan teratur. Inilah mengapa Buddha menasihatkan kita untuk memerhatikan pengalaman indria secara sederhana sebagaimana mereka adanya – hanya sekedar kemunculan pemandangan, suara, bau, dst. Jika kita melakukannya, kita akan mempunyai pandangan yang lebih baik akan kebenaran dan tidak terlalu ditindas oleh keserakahan, kebencian, dan khayalan.

GENE : Dan akhir dari keserakahan, kebencian, dan khayalan adalah Nibbāna, bukan? Kedamaian sempurna. Tidak ada lagi penderitaan.

TISSA : Itulah yang dicapai Sang Buddha. Dan hal itu adalah mungkin bagi orang yang benar-benar tekun.

GENE : Dan saya ragu apakah saya adalah orang yang tekun. Saya tahu, anda berpikir bahwa saya seharusnya begitu. Tampaknya bahwa dalam pencarian arti atau kebenaran, saya harus menempatkan diri saya ke jalan yang serius dengan usaha nyata. Bahkan ajaran Sang Buddha yang sedikit telah membuat perubahan yang begitu besar pada saya. Saya sering malas; saya sering lalai. Tapi saya tidak dapat melupakan Dhamma. Saat capung itu muncul, ia membuat saya berpikir lagi, makanya saya datang ke sini. Sekarang, dari apa yang saya pelajari dan pikirkan dan dari apa yang anda katakan, saya sepertinya merasa bertanggung jawab untuk mencoba membuat perkembangan. Saya tidak dapat berpura-pura hanya dapat bersantai-santai tanpa sebuah perhatian di

dalam hidup. Saya rasa, ini adalah tantangan yang Buddha ungkapkan.

TISSA : Sang Buddha menjelaskan tentang ikatan dari nafsu dan kebebasan dari pencerahan. Ketika kita menyadari keduanya, kita tidak akan melepaskan tanggung jawab kita, bukan? Sebenarnya, kita telah memiliki tanggung jawab ini, tapi baru sekaranglah kita benar-benar menghadapinya. Jadi kita harus memilih secara cerdas dan teliti. Dan apakah anda benar-benar mengharapkan tidak ada tantangan sama sekali? Apakah sekarang anda berharap untuk tidak menyadari luasnya dukkha dan tidak menyadari kemungkinan pencerahan?

GENE : Tidak. Saya bahagia bahwa saya memahami walaupun sedikit. Ini sangat aneh – bahkan dengan seluruh keraguan saya, saya senang telah mempelajari Dhamma, dan saya ingin lebih mendalaminya.

TISSA : Sang Buddha mengatakan bahwa empat hal luar biasa terjadi saat Sang Tercerahkan Sempurna muncul di dunia. Walaupun orang-orang berkuat dalam kemelekatan mereka, namun ketika seorang Buddha mengajarkan tentang ketidakmelekatan, mereka tertarik dan berusaha untuk memahaminya. Walaupun Orang-orang berkuat dalam keangkuhan, namun ketika seorang Buddha mengajarkan untuk terbebas dari keangkuhan, mereka tertarik dan berusaha untuk memahaminya. Dan juga, walaupun orang-orang berkuat dalam kegelisahan, namun

ketika mereka mendengar Dhamma yang menyejukkan dan menenangkan yang diajarkan seorang Buddha, hal yang sama terjadi. Dan walaupun orang-orang terperangkap dalam jaring ketidaktahuan, namun ketika Buddha mengajarkan Dhamma untuk terbebas dari ketidaktahuan, mereka juga tertarik dan berusaha untuk memahami.

GENE : Ya, hal itu benar, bahkan bagi saya saat ini, setelah sekian lama berlalu sejak kehidupan Sang Buddha. Begitulah - walaupun saya rasa saya menyukai kemelekatan dan kegelisahan seperti orang lain, namun pesan Buddha begitu mengena dan membuat saya memerhatikannya. Benar-benar luar biasa! Setelah 2500 tahun Dhamma masih memiliki pengaruh yang sama.

TISSA : Apakah kamu mengingat pepatah terkenal? Dhamma dibabarkan dengan sempurna, terlihat jelas, tak lekang oleh waktu, mengundang untuk dibuktikan, menuntun kedalam batin, dapat diselami sendiri oleh orang bijaksana.

GENE : Ya, tak lekang oleh waktu, bahkan jika kata-kata Sang Buddha telah melewati waktu berabad-abad. Masalah manusia masih sama.

TISSA: Dan jawaban untuk masalah-masalah itu masihlah sama. Ingat, Sang Buddha mengajar untuk memberi harapan bagi makhluk hidup, membantu mereka keluar dari dukacita, menjelaskan jalan menuju

kebebasan sempurna. Kita datang ke situasi sekarang dari kehidupan ini, dengan penderitaan kita dan kelebihan serta kekurangan kita, karena perbuatan kita yang baik dan buruk, perbuatan kita yang bijaksana dan tidak bijaksana, selama banyak periode waktu. Sekarang dengan Dhamma untuk membantu kita, kita dapat belajar untuk bersikap secara benar dan konsisten, dan perbuatan serta pikiran yang baik dan bijaksana akan membawa kita menjadi lebih murni.

GENE : Sekarang saya di sini dengan berbagai masalah, harapan, dan kekhawatiran; namun saya memiliki intuisi – bahwa sesuatu yang lebih tinggi dan lebih baik adalah mungkin.

*Bhikkhu Tissa tidak berkata apa-apa. Beberapa saat kemudian ia membuka jendela lebar-lebar. Hujan telah reda; guntur telah berlalu ke timur. Di luar air mengalir, keadaan sangat gelap dan tidak ada jangkrik yang bernyanyi. Udara yang segar dan dingin disertai aroma tumbuhan memenuhi ruangan. Bhikkhu Tissa berdiri memandang ke arah kegelapan.*

TISSA : Lihat, Gene, apa yang kamu lihat di sana? Apa yang anda perhatikan?

*Gene berdiri dan memandang ke luar jendela. Ada kegelapan – tak terukur, sejuk, dengan kilat dan guntur yang telah berlalu.*

GENE: Di sana hanyalah – alam. Ia diam sekarang. Berubah, tentu saja, selalu berubah. Ini sungguh misterius,

alam! Sangat misterius. Luas dan indah serta penuh dengan... penuh dengan kemungkinan. Seolah-olah petualangan hebat sedang menanti.

TISSA : Dan apakah kamu adalah seorang petualang?

GENE : Saya ingin menjadi petualang.

TISSA : kalau demikian, anda harus mempelajari peta, mendisplinkan diri sendiri, dan lihat apa yang bisa anda lakukan.

GENE : Ya, anda benar, Yang Mulia. Saya tidak bisa hanya berharap dan mengeluh, bukan? Saya rasa saya mempunyai pekerjaan untuk dilakukan.

TISSA : Dunia terus berubah, dan pemandangan muncul dan berlalu di hadapan kita. Kita perlu memerhatikan semua proses ini untuk memahami ketidakkekalan dan memadamkan api nafsu keinginan.

GENE : Ketidakkekalan. Ini adalah gagasan yang menyertai saya ke sini – dan, saya pikir, ini juga adalah gagasan yang harus menyertai saya pergi. Saya akan pulang sekarang. Anda memberi banyak hal untuk saya pikirkan dan renungkan. Saya masih memiliki selusin pertanyaan yang mengganggu di benak saya, tapi mungkin saya perlu memikirkannya dahulu – atau sekadar membiarkannya tenang. Terima kasih! Lebih baik saya pergi sekarang dan lihatlah, saya akan tiba di rumah sebelum guntur berikutnya datang. Anda

tahu, saya merasa penuh semangat. (Dia tertawa.)  
Seolah saya baru memulai sebuah petualangan!

*Bhikkhu Tissa menemani Gene ke pintu depan dan menunggunya memakai sepatu, lalu pergi bersamanya menuju beranda yang gelap dan basah. Di atas mereka, mendung telah pudar, membiarkan cahaya bulan memancar.*

GENE : Cuaca musim panas sangat tidak menentu. Semacam contoh nyata dari ketidakkekalan! Terima kasih sekali lagi, Yang Mulia, Selamat malam!

TISSA : Selamat malam.

*Gene menyeberang dan masuk ke dalam mobil. Mesin mobil berderum dan berlalu perlahan, bannya mendesis di atas jalan basah. Lampu mobil memudar kemudian lenyap di atas tanjakan. Untuk beberapa saat Bhikkhu Tissa tetap berdiri di beranda, tetap diam dalam hening, malam yang semerbak. Lalu ia masuk ke dalam vihara dan menutup pintu. Sesaat keheningan masih ada, lalu entah di mana, jangkrik mulai mengerik bersahutan. Satu, dua, dan selusin jangkrik, tidak terlihat di dalam malam, sekali lagi mereka menyanyikan lagu-lagu lama mereka.*



## Bagian Dua

*Dini hari itu, kabut kelabu mengelilingi vihara. Bagian atas pepohonan baru saja disinari sinar matahari. Semuanya masih tenang dan hening. Halaman di depan vihara dan jalan di atasnya dikotori oleh ranting dan dedaunan yang jatuh karena hujan semalam. Di atas jalanan, sesuatu mendekat, keluar dari kabut. Itu adalah mobil Gene. Ia memutar menuju tempat parkir lalu berhenti. Mesin mobil berhenti; lampu dimatikan; dan Gene keluar. Ia berdiri sejenak melihat vihara yang tertutup kabut. Tidak terlihat tanda-tanda aktivitas. Ia berjalan ke beranda dan mengetuk pintu perlahan, lalu mundur selangkah dan menunggu. Setelah beberapa saat, pintu dibuka oleh Bhikkhu Tissa.*

GENE : Halo, Yang Mulia Tissa, ini saya lagi.

TISSA : Ya, Gene, selamat subuh untuk anda.

GENE : Saya minta maaf telah mengganggu. Saya sedang dalam perjalanan menuju tempat kerja, namun singgah dulu ke sini. Saya sengaja berangkat lebih awal – untuk menyempatkan waktu. Dan sekali lagi, saya mungkin datang pada waktu yang salah. Saya minta maaf. Tapi bisakah saya berbincang-bincang dengan anda? Apakah bisa? Saya akan sangat menghargainya.

TISSA : Baiklah.

GENE : Saya tahu saya tidak seharusnya mengganggu anda. Jika anda sedang sibuk, saya bisa datang di waktu lain. Saya hanya berpikir untuk mencoba datang saja...

TISSA : Saya tidak mau kedatangan anda sia-sia. Silahkan masuk.

GENE : Terima kasih! Pagi ini benar-benar berkabut.

TISSA : (menyetujui) Benar, tapi ia akan berubah.

*Gene meninggalkan sepatunya di pintu dan mengikuti Bhikkhu Tissa ke dalam ruangan yang terlihat sederhana dan agak gelap dalam cahaya kelabu yang datang dari jendela yang terbuka. Gene menunggu Bhikkhu Tissa duduk. Lalu ia duduk di tempat yang sama seperti semalam.*

GENE : Sekali lagi saya minta maaf karena datang sekarang, tapi semalam saya menyadari bahwa masih banyak hal yang ingin saya ketahui, dan saya tidak suka melewati hari sulit di tempat kerja lalu saya mungkin kehilangan antusiasme atau momentum yang saya rasakan. Dan Yang Mulia, bukankah masih ada lagi yang belum dijelaskan pada saya?

TISSA : Tergantung apa yang anda tanyakan.

GENE : Ya, ya... lagi-lagi saya seperti tidak tahu harus bagaimana. Baiklah, pertama-tama saya akan

mengatakan apa yang saya pikirkan. Semalam, saat saya pulang ke rumah, saya gelisah. Saya berjalan mondar-mandir di apartemen saya, penuh dengan semangat namun tidak tahu apa yang dapat saya lakukan dengan semangat ini. Seolah-olah saya siap untuk beberapa petualangan tapi saya tidak tahu darimana memulainya! Lalu saya berpikir untuk duduk di luar, di balkon saya dan minum minuman ringan dan sekadar menenangkan diri. Dan begitulah yang saya lakukan. Saya duduk di sana dan melihat keluar bangunan apartemen lain dan tempat parkir yang hampir seluruhnya gelap namun ada cahaya di sana sini. Dan sementara saya mempertimbangkan apa yang akan saya lakukan dan bagaimana mempraktikkan Dhamma lebih baik, saya memerhatikan apa yang sedang berlangsung di sekitar saya – beberapa mobil keluar ke jalan, dua pesawat terlihat, orang-orang berkendara menuju tempat parkir, membuka dan menutup pintu, mengobrol dan tertawa. Saya bisa mendengar hentakan perlahan musik dan suara TV, dan saya memerhatikan beberapa ngengat berputar di sekitar lampu keamanan. Bukan aktivitas yang luar biasa, anda tahu, hanya sekadar ini dan itu – makhluk hidup melakukan urusan rutin pada malam yang biasa-biasa saja. Bagi saya, perbedaannya adalah bahwa saya sadar untuk memerhatikannya, memerhatikan potongan kecil kehidupan yang berlalu. Maka ketika saya sedang duduk di sana, saya tidak bisa tidak memikirkan tentang saṃsāra dan ketidakkekalan,

yang telah kita diskusikan. Inilah dia, tepat di depan saya. Saya rasa di waktu itu, saya tidak merasa tertekan, sekadar netral dan enteng. “Baiklah, inilah dunia berlangsung seperti biasa. Bagaimana caranya saya memulai Sang Jalan?” Dan saya menyadari diri saya berpikir bahwa jika saja capung luar biasa itu datang lagi, seandainya ia muncul secara misterius di malam hari dan hinggap di pagar beranda lagi. Saya benar-benar mengharapkannya. Ya, tentu saja capung itu tidak muncul, tapi saya tidak terlalu kecewa. Jika makhluk fantastis muncul setiap saat, saya mungkin tidak memerhatikan mereka lebih daripada nyamuk. Nyamuk sangat banyak!

TISSA : Anda harus memerhatikan nyamuk-nyamuk juga, Gene. Siapa tahu ada yang bisa anda pelajari?

GENE : Ah, ya, itu benar, Yang Mulia. Saya harus. Dan saya tidak terlalu mengharapkan capung datang lagi pada saya. Namun, saya memikirkan apa yang telah anda sampaikan, dan selagi saya duduk di sana tanpa inspirasi atau tanda tertentu di depan saya, saya ingat anda telah mengatakan bahwa segala sesuatu muncul karena berbagai kondisi. Jadi saya tahu bahwa saya harus tekun dan melakukan sesuatu berdasarkan apa yang ada di sekitar saya di dunia – untuk menghasilkan kondisi-kondisi atau pendukung yang baik. Kemudian, Yang Mulia, saya sadar bahwa saya lupa bertanya padamu secara rinci bagaimana agar terbebas dari penderitaan dan berusaha merealisasi

pencerahan. Jadi saya pergi ke rak buku saya, karena anda katakan bahwa saya harus “mempelajari peta”.

TISSA : Itu bagus. Ketika anda bersemangat, manfaatkanlah itu.

GENE : Saya membaca, setelah itu saya bermeditasi sejenak, duduk di karpet ruang tamu. Saya merasa lebih tenang, seolah-olah saya mulai menemukan arah yang benar. Tapi masih ada banyak pertanyaan bermunculan. Jadi pagi ini, untuk alasan yang sama, saya bangun lebih awal, dan merasa harus memanfaatkan momentum yang saya miliki. Jadi saya datang ke sini, Bhikkhu Tissa – dan saya juga membawa pertanyaan-pertanyaan saya.

TISSA : (tersenyum) Baiklah, apa yang ada di pikiranmu?

GENE : Anda mengatakan, saya harus ingat bahwa Buddha mengajarkan penderitaan dan akhir penderitaan. Sekarang, akhir penderitaan adalah Nibbāna. Ini adalah Kebenaran Mulia ketiga. Tapi Nibbāna sepertinya sering dijelaskan dalam istilah negatif. Saya tahu apa yang ‘bukan’ – Nibbāna bukan surga di mana seseorang tinggal, dan bukan penghancuran sebuah diri. Tapi sebenarnya Nibbāna itu apa?

TISSA : Nibbāna berada jauh di luar pengalaman duniawi, dan tidak dapat dijelaskan dengan konsep duniawi; bahasa tidak dapat menggambarannya kecuali

secara tidak langsung. Contohnya, dapatkan kamu melukiskan rasa garam pada orang yang tidak pernah merasakannya?

GENE : Hal itu akan sangat sulit – mungkin mustahil.

TISSA : Kamu mungkin mengatakan bahwa rasa garam adalah tidak manis dan tidak asam, tapi sejauh apakah kamu dapat menggunakan bahasa? Cara satu-satunya untuk mengetahui rasa garam adalah dengan mencicipinya. Demikian pula Nibbāna adalah untuk direalisasikan dan dialami oleh diri sendiri.

GENE : Tapi, Nibbāna terasa sangat jauh. Jika ia adalah sesuatu yang tidak terpikirkan, bagaimana kita tahu bahwa Nibbāna adalah sesuatu yang berharga untuk direalisasikan?

TISSA : Pertama-tama, kita memiliki kesaksian dari Buddha dan beberapa murid-Nya yang telah tercerahkan. Saat Buddha merealisasi Nibbāna, Beliau tahu bahwa beliau telah mencapai yang tertinggi; Beliau telah menyelesaikan perjalanan; Beliau telah merealisasi kebebasan. Selama sisa hidup-Nya, Beliau mengajar agar makhluk lain berkesempatan merealisasi kebahagiaan sejati dan bebas dari siklus saṃsāra. Selain itu, bahkan di dalam ketidaktahuan kita, kita memiliki intuisi tentang sesuatu yang lebih mulia, bukan? Kita dibebankan oleh kekhawatiran dan ketakutan dan semua masalah, tapi kita bisa sedikit

membayangkan kebebasan dari semua ini, kebebasan dan kedamaian. Intuisi ini menggambarkan, secara samar-samar, keindahan Nibbāna. Kita semua ingin bebas dari penderitaan dan memperoleh kebahagiaan sejati, dan ini semua pada akhirnya adalah sama, yaitu Nibbāna.

GENE : Saya ragu bahwa kebanyakan orang tahu tentang kebahagiaan sejati. Sepertinya orang-orang berpikir bahwa kebahagiaan adalah pemenuhan hasrat (nafsu keinginan) mereka.

TISSA : Keinginan tidak memiliki batas; Nafsu adalah tanpa akhir. Kebahagiaan sejati – kebahagiaan yang sempurna – bukanlah pemuasan nafsu namun ketenangan, pemadaman nafsu. Sekarang, ini adalah gagasan yang luar biasa, tapi bukan berarti tidak terpikirkan, bukan?

GENE : Ya. Saya memahaminya sampai tingkat tertentu. Saya merasakan ketertarikan menuju tujuan itu, menuju kebijaksanaan dan kebebasan.

TISSA : Nah, jadi, Nibbāna terbentang di arah itu. Dan Buddha mengajarkan bahwa Nibbāna dapat diusahakan dalam kehidupan ini; ia mengundang, menarik, dan dapat dipahami oleh para bijaksana. Beliau berkata bahwa ketika seseorang ditaklukkan oleh keserakahan, kebencian, dan khayalan, ia akan menyebabkan kejatuhannya sendiri, kejatuhan orang

lain, atau kejatuhan dirinya dan orang lain, dan, ia akan menderita kesakitan dan dukacita. Namun jika ia mengatasi keserakahan, kebencian, dan khayalan, maka ia tidak menyebabkan kejatuhannya sendiri atau kejatuhan orang lain, atau kejatuhan dirinya dan orang lain, dan ia tidak menderita kesakitan dan dukacita lagi. Selama ia mencapai dan merealisasi penghancuran dari keserakahan, kebencian, dan khayalan, sejauh itulah ia merealisasi Nibbāna dalam kehidupannya. Perhatikanlah, ini adalah proses yang berangsur-angsur – semakin kita mengurangi kekotoran-kekotoran batin ini, kita pun semakin mendekati tujuan.

GENE : Baiklah, saya dapat memahaminya. Apakah Nibbāna adalah sesuatu yang terjadi setelah kematian?

TISSA : Nibbāna dapat dibagi dalam dua jenis. Arahat, yang telah tercerahkan sempurna, mencapai pengetahuan pembebasan, merealisasi Nibbāna dalam kehidupan ini, dan ia melanjutkan kehidupan menurut sisa kehidupannya. Lima kelompok kehidupannya – jasmani, perasaan, pencerapan, bentukan pikiran, dan kesadaran – terus berfungsi dengan sisa daya-pendorong dari kamma masa lalu, tapi ia telah sepenuhnya bebas dari nafsu keinginan yang dapat mengarahkannya menuju kelahiran berikutnya. Selama tubuhnya masih sanggup menopang, ia melanjutkan hidupnya dan indrianya terus berfungsi, tapi tidak ada lagi keserakahan, kebencian, dan

khayalan apapun dalam dirinya. Ini adalah jenis pertama dari Nibbāna. Lalu, setelah meninggal, ia sepenuhnya terbebaskan. Ini adalah Nibbāna di mana tidak ada lagi yang tersisa.

GENE : Saya rasa, anda tahu apa yang selanjutnya ingin saya tanyakan. Apa yang terjadi pada Arahāt, orang yang sepenuhnya tercerahkan, setelah kematiannya?

TISSA : Gene, hal itu di luar batasan bahasa dan konsep. Seorang Arahāt bebas dari kelahiran dan kematian dan segala jenis pemikiran. Ia sepenuhnya bebas dari semua penderitaan.

GENE : Hal itu tetap terdengar bagus. Terdengar seperti kebahagiaan sejati, sekalipun tidak seorang pun yang mampu secara tepat menggambarkannya dalam bahasa duniawi.

TISSA : Ketika Buddha pergi dari kehidupan rumah menuju kehidupan tanpa-rumah, Beliau mencari apa yang dikatakannya sebagai “tidak dilahirkan, tidak menua, tidak sakit, tanpa kematian, tanpa dukacita, kebebasan tertinggi tanpa-cela, Nibbāna.” Dan inilah apa yang Ia temukan. Jadi, walaupun bahasa tidaklah memadai, namun Buddha menguraikan Nibbāna dalam ungkapan yang merujuk pada keindahan, mengagumkan, murni, kebebasan, sebuah pulau, tempat berlindung, dan seterusnya. Tapi hal terbaik yang dapat dilakukan untuk mereka yang belum

tercerahkan adalah dengan menginspirasi mereka melalui teladan dan menjelaskan bagaimana mereka dapat merealisasinya sendiri.

GENE : Pastinya, Buddhisme adalah sesuatu yang harus dipraktikkan, bukan sekadar direnungkan.

TISSA : Pencapaian Nibbāna adalah hal terluhur yang mungkin untuk direalisasikan. Dan ketika kita mempertimbangkan dalamnya dukkha, Nibbāna bahkan terlihat lebih mengagumkan.

GENE : Maksudnya?

TISSA : Seperti yang kita diskusikan semalam, penderitaan tidak sesederhana yang terlihat, seperti kesakitan nyata dari batin dan jasmani tetapi juga saṃsāra yang begitu luas dan tak berawal, yang rapuh, menyebabkan dukacita, tidak dapat diandalkan, tidak aman, dan terus-menerus bersifat menipu. Berdasarkan hal itu, Buddha dan para mulia setelah Beliau melakukan usaha berani demi kebebasan tertinggi. Sang Buddha berkata bahwa semuanya terbakar oleh api nafsu, kebencian, dan khayalan – terbakar oleh banyak bentuk penderitaan. Nibbāna adalah pemadaman dari api-api mengerikan ini; Nibbāna adalah sembuhnya demam, gemetar yang diredakan, kedamaian termurni, pengakhiran mutlak dari segala penderitaan.

GENE : Walaupun bahasa tidak memadai, namun dapat menggambarkan keistimewaannya.

TISSA : Terdapat dua hal yang khusus yang baik untuk diingat: Nibbāna sangat luarbiasa, dan ia dapat dicapai. Jika ia sama sekali tidak dapat dicapai, atau jika bahasa dan ajaran tidaklah berguna, maka Buddha tidak akan mengajarkannya. Namun, dengan mengetahui apa yang telah diketahui-Nya, maka Beliau mengajarkannya. Beliau mendorong murid-Nya untuk mengembangkan usaha meraih yang terluhur.

GENE : Pastinya membutuhkan usaha yang tekun.

TISSA : Tentu saja. Tidak mungkin mudah. Kebiasaan nafsu yang telah kita ciptakan melalui banyak kalpa dalam saṃsāra bertahan sangat kuat, tapi mereka dapat dihancurkan.

GENE : Jadi seseorang yang berusaha dan memadamkan seluruh nafsu dalam dirinya, akan mencapai Nibbāna dengan sendirinya?

TISSA : Ya, tapi seseorang harus menempuh jalan yang benar. Bahkan usaha seorang manusia-super tidak akan menghasilkan kebebasan jika salah diarahkan.

GENE : Bagaimana jika seseorang tidak memercayai kebebasan atau Nibbāna namun hanya mencoba untuk menjalani kehidupan bajik atau mulia?

TISSA : Samsāra terus berlangsung sesuai berbagai perbuatan, terlepas dari apakah seseorang menyadari dan mengakuinya atau tidak. Perbuatan baik menghasilkan akibat baik dan perbuatan buruk menghasilkan akibat buruk, begitu seterusnya secara alami. Orang yang berbuat baik akan memperoleh akibat dari perbuatan baiknya; ia mengarahkan dirinya menuju kehidupan bahagia di masa depan. Inilah pentingnya ajaran dalam Buddhisme. Tapi kita tetap harus ingat bahwa semua keadaan duniawi – bahkan yang paling tenang dan indah – adalah tidak kekal. Bahkan kelahiran-kembali di alam yang lebih tinggi dan menyenangkan hanya bersifat sementara. Jika nafsu seseorang terus berlanjut maka serangkaian kelahiran dan kematian dan dukkha akan berlanjut.

GENE : Dan bagaimana jika seseorang memercayai bahwa kebebasan adalah mungkin?

TISSA : Selanjutnya, kita harus berusaha mencapainya.

GENE : Tapi, Yang Mulia Tissa, sepertinya orang biasa membutuhkan perubahan pemikiran yang luar biasa. Maksud saya, bukankah kebanyakan dari kita mencari sedikit kedamaian dan ketenangan saat ini? Bukankah

kebanyakan dari kita hanya mengharapkan dari kesejahteraan dan kenyamanan serta kebebasan dari masalah secara duniawi? Lagipula, berapa banyak orang yang akan mengarahkan energinya untuk mencapai Nibbāna?

TISSA : Dhamma adalah untuk kebahagiaan dan kedamaian makhluk hidup, di sini dan saat ini, demikian pula di masa depan. Prinsip dasar dari Dhamma – moralitas, konsentrasi, dan kebijaksanaan – memberi manfaat untuk siapa pun secara nyata. Dengan menaati aturan moral seperti tidak membunuh, tidak mencuri, tidak melakukan hubungan seksual yang salah, tidak berbohong, dan tidak mengonsumsi minuman keras, seseorang membebaskan dirinya dari masalah, menenangkan pikirannya, memiliki kesadaran yang jernih, dan dikasihi serta dihormati orang lain. Dengan mempraktikkan konsentrasi, ia memantapkan dirinya dan menjadi mampu bertindak bijaksana dengan pandangan jernih. Dengan kebijaksanaan, ia menyadari penyebab penderitaan dan kebahagiaan. Ia melatih kesabaran dan ketidak-melekatan. Ia tahu kapan berbicara dan kapan harus diam. Pada tingkat di mana seseorang memiliki moralitas, konsentrasi, dan kebijaksanaan, ia semakin aman dalam dunia yang tidak aman. Dan semua praktik ini, semua usaha religius setiap hari ini, mendorong praktisi menuju keamanan mutlak, Nibbāna. Semakin ia melihat manfaat Dhamma, semakin ia akan terinspirasi untuk berusaha merealisasi 'yang termulia'. Di samping itu,

satu hal lagi untuk dipertimbangkan: semua dari kita manusia membutuhkan – untuk kedamaian batin saat ini – teladan untuk memberi makna dalam kehidupan, teladan untuk dihormati. Dan jika kita secara jujur merenungkan keadaan kita, kita akan menginginkan pencapaian sesuai keteladanan itu.

GENE : Pasti, itu benar. Hal itu benar bagi saya. Saya hanya berharap Jalan itu menjadi sedikit lebih jelas. (Ia menatap ke luar jendela, pada pemandangan kabut yang tidak bergeming.) Seluruh dunia ini tampak tertutup oleh kabut yang membingungkan, seperti halaman di luar sana.

TISSA : (Melihat keluar jendela) Ah, bukakah pagi mulai sedikit lebih terang? Dan tentang Jalan, itu telah ditunjukkan dengan sangat jelas. Namun untuk menjalaninya, tentu adalah tugas dan tanggung jawab kita.

GENE : Perjalanan itu mungkin sangat panjang, dilihat dari kelemahan saya.

TISSA : Jangan berpikir seberapa panjangnya. Tugas kita – tugas kita yang bermanfaat – adalah dengan mempraktikkan ajaran Sang Buddha saat ini.

GENE : Nibbāna sangat menginspirasi saya, Yang Mulia, dan anda meyakinkan saya bahwa saya tidak bisa hanya duduk dan berharap. Dan saya menyadari bahwa saya

harus berusaha sendiri. Tapi anda tahu, untuk hidup di dunia ini saya harus bekerja dan berhubungan dengan orang lain dan memerhatikan berbagai urusan duniawi. Ini menghabiskan begitu banyak waktu. Saya ragu, apakah benar-benar mungkin membuat perkembangan menuju pencerahan di tengah-tengah seluruh aktivitas ini? Bagaimana persisnya saya dapat menjalaninya?

TISSA : Tentu saja hal itu mungkin. Dan caranya berkenaan dengan Jalan Mulia Beruas Delapan. Ini adalah Kebenaran Mulia keempat. Jalan ini menuntun menuju Nibbāna, akhir mutlak dari penderitaan. Kita harus berusaha tekun dalam menerapkan faktor-faktor dari Jalan ini.

GENE : Yang Mulia, saat saya membaca penjelasan tentang jalan mulia berfaktor delapan, saya merasa sepertinya semuanya adalah kebajikan yang kebanyakan tidak saya miliki. Bagaimana caranya agar saya dapat beranjak dari keadaan saya ini ke arah sana?

TISSA : merupakan hal yang baik untuk memperhatikan ajaran mendasar. Jalan Mulia Beruas Delapan terdiri dari delapan faktor yang harus kita praktikkan dan kembangkan, demi kedamaian dan kenyamanan saat ini dan untuk mencapai kebebasan tertinggi. Pertama-tama marilah kita bahas tentang Pandangan Benar. Apakah kamu mengerti artinya?

GENE : Ya, kurang lebih. Artinya adalah pemahaman akan sebab dan akibat. Melihat segala sesuatu sebagaimana mereka adanya.

TISSA : Ya, tapi masih ada lagi. Pandangan Benar terdiri dari berbagai jenis pemahaman penting. Berdasarkan Karma, atau perbuatan yang dikehendaki, Pandangan Benar adalah suatu pandangan bahwa perilaku kita yang disengaja, akan menghasilkan hasil yang bersesuaian kepada kita.

GENE : Bukankah ini adalah pengetahuan umum?

TISSA : Tidak. Orang-orang sering berpikir bahwa perbuatan mereka, khususnya perbuatan buruk, akan lenyap setelah dilakukan dan tidak akan menimbulkan masalah bagi mereka. Atau mereka berpikir bahwa ketika mereka melakukan pembenaran di dalam pikiran mereka sendiri, maka suatu perbuatan tidak akan menimbulkan akibat di masa depan. Tentu saja, ini adalah gagasan yang salah. Pandangan Benar adalah pemahaman bahwa kita adalah pemilik dan pewaris perbuatan kita dan bertanggung jawab atas perbuatan tersebut. Selain itu, seseorang yang memiliki Pandangan Benar mengetahui, mana perbuatan yang bermanfaat dan mana yang tidak dan juga apa akar dari keduanya. Orang seperti itu tahu bahwa perbuatan yang dilakukannya merupakan hal yang berarti, dan ia bertanggung jawab terhadapnya – baik atas perbuatan baik dan murah hati maupun

perbuatan jahat dan egois. Pandangan Benar juga adalah pemahaman bahwa semua faktor batin dan jasmani pada seseorang adalah tidak kekal, tidak memuaskan, dan tanpa adanya diri. Kehidupan sekarang atau aliran eksistensi, muncul karena berbagai kondisi; ia ditopang oleh kondisi; ia meninggal dan dilahirkan kembali oleh kondisi-kondisi. Semua ini disebut Pandangan Benar.

GENE : Jadi, tampaknya ini merupakan dunia dari proses-proses yang bergantung pada berbagai kondisi.

TISSA : Ya. Jadi jika kita menginginkan kebahagiaan, kita harus menyediakan kondisi atau penyebab yang menghasilkan kebahagiaan.

GENE : Pandangan Benar pastinya merupakan gambaran yang luas. Ia sebenarnya membutuhkan jangkauan luas dari kebijaksanaan.

TISSA : Dalam istilah yang paling luas, Pandangan Benar merupakan pemahaman akan penderitaan, asal-mula penderitaan, lenyapnya penderitaan, dan jalan menuju lenyapnya penderitaan – Empat Kebenaran Mulia itu sendiri.

GENE : Tapi, Yang Mulia, pemahaman utuh dari Empat Kebenaran Mulia adalah pencerahan itu sendiri, bukan?

TISSA : Ya, tapi ada beberapa tingkatan Pandangan Benar. Awalnya kita perlu memiliki pemahaman tertentu tentang sifat alami kehidupan ini dan kesediaan untuk mempraktikkan prinsip-prinsip dasarnya. Semakin banyak kita praktik, semakin kita memahami akan hal-hal yang lebih dalam.

GENE : Saya rasa jika kita tidak memiliki minimal sedikit Pandangan Benar, kita hanya akan mengembara terus-menerus dalam teori, atau dalam hasrat-hasrat sementara.

TISSA : Buddha mengatakan bahwa, seperti halnya langit kemerahan di waktu fajar merupakan pratanda terbitnya matahari, demikian juga Pandangan Benar adalah pratanda atau pelopor dari hal-hal bermanfaat.

GENE : Itu adalah gagasan menarik. Dan berbicara tentang pagi hari, Yang Mulia, saya yakin lingkungan di luar sudah menjadi lebih terang. (Di luar ruangan, kabut menipis. Pepohonan serta rumput yang berembun menjadi kelihatan dan bersinar karena sinar matahari. Gene menghela napas.) Sekarang benar-benar indah! Itu adalah pemandangan yang saya harap akan bertahan selamanya. Tapi saya tahu itu tidak mungkin.

TISSA : Itu adalah Pandangan Benar. Pemandangan akan berubah.

GENE : Jadi saya rasa, lebih baik saya tidak melekatinya! Tapi, Yang Mulia, hanya dengan memiliki jenis Pandangan Benar yang mendasar seperti ini, tidaklah cukup, bukan? Buddha mengajarkan lebih banyak lagi.

TISSA : Pandangan Benar sangatlah penting karena kita bertindak atas apa yang kita yakini. Tindakan kita yang disengaja, kamma kita, menentukan keberuntungan atau kemalangan kita. Tapi selanjutnya, bagaimana sebenarnya cara berperilaku benar, hidup dengan benar? Faktor kedua dari Jalan Mulia Beruas Delapan adalah Pikiran Benar. Bagaimana kita mendisiplinkan pikiran kita? Jenis pikiran apa yang harus kita kembangkan dan apa yang harus kita padamkan? Buddha mengatakan bahwa Pikiran Benar adalah pikiran untuk melepas-keduniawian, pikiran yang bebas dari kebencian dan pikiran tanpa-melukai. Inilah tiga kualitas baik yang harus menyertai pikiran dan mengarahkan perbuatan kita pada dunia.

GENE : Apa yang dimaksudkan dengan “melepas-keduniawian” di sini?

TISSA : Saat seseorang mengamati dengan Pandangan Benar bahwa kesenangan indria menghasilkan sedikit kebahagiaan namun memberi banyak penderitaan dan tekanan, maka ia akan cenderung mencari kebahagiaan yang lebih tinggi yang ditemukan di dalam redanya nafsu keinginan, melepas, dan

meninggalkan nafsu. Pikiran untuk melepaskan keduniawian adalah kesadaran untuk berpaling dari keserakahan.

GENE : Bagaimana dengan 'bebas dari kebencian'? Harus saya akui bahwa terkadang saya mempunyai pikiran buruk pada beberapa orang. Biasanya saya sopan di luar, tapi di dalam diri saya, saya tidak selalu menginginkan yang terbaik untuk mereka.

TISSA : Pikiran dan kehendak kita tidak boleh diabaikan. Keduanya menegaskan karakter kita. Mereka menuntun kita pada rasa sakit atau kedamaian. Oleh karena itu kita harus berusaha untuk bebas dari niat jahat dan menggantinya dengan niat baik. Selain itu, kita harus mengembangkan pikiran tanpa-menyakiti. Anda tahu, Buddhisme menganjurkan kita untuk bersimpati pada semua makhluk hidup, karena mereka semua, kita semua, berputar dalam samsāra dan menanggung penderitaan.

GENE : Itu adalah salah satu hal indah yang menarik saya kepada Dhamma – gagasan akan belas-kasih dan cinta-kasih. Itu benar-benar menginspirasi.

TISSA : Dan simpati atau belas-kasih yang sebenarnya tergantung pada pikiran yang berada di balik perbuatan. Oleh karena itu kita harus memurnikan pikiran kita, demi kebaikan diri sendiri dan orang lain.

GENE : Bahkan gagasan terluhur butuh persiapan dan usaha/praktik, bukan?

TISSA : Tentu saja. Jalan Mulia Berunsur Delapan yang menuntun menuju pembebasan merupakan jalan praktik dan realistis. Faktor selanjutnya adalah: Ucapan Benar. Kita tinggal bersama orang lain. Untuk berbaur dengan masyarakat, kita harus berbicara dengan baik. Dan untuk kebaikan kita sendiri, untuk perkembangan religius kita sendiri, kita tidak boleh mengabaikan Ucapan Benar karena Ucapan Benar, seperti halnya pikiran, adalah perbuatan yang akan menghasilkan kebaikan atau keburukan bagi kita.

GENE: Ucapan Benar pada dasarnya adalah tidak berbohong, bukan?

TISSA : Bisa berarti begitu, dan juga lebih dari itu. Secara rinci, ia berarti bebas dari pembicaraan salah, fitnah, ucapan tajam, jahat, dan ucapan sia-sia, bodoh atau omong-kosong. Seorang pengikut Dhamma membicarakan kebenaran dan menghindari semua jenis kebohongan dan penipuan. Ia adalah orang jujur yang kata-katanya dapat dipercaya.

GENE : Sudah pasti bahwa kejujuran adalah hal yang baik di sini dan saat ini, untuk masyarakat dan dunia, untuk mencapai pencerahan. Orang yang jujur merupakan berkah bagi orang lain.

TISSA : Ucapan Benar juga berarti tidak melibatkan diri dalam fitnah dan ucapan jahat. Ini artinya menjadi berhati-hati. Kita tidak seharusnya mengucapkan kata-kata yang menyebabkan perselisihan. Kita seharusnya senang mendukung keharmonisan dan persahabatan di antara orang-orang. Selain itu, kita haruslah bebas dari pembicaraan jahat (pembalasan dendam). Kata-kata yang tajam adalah menyakitkan untuk didengar. Ucapan Benar adalah ucapan yang lembut, baik, dan sopan dan bisa diterima. Kita suka mendengar ucapan demikian, jadi kita juga harus berbicara dengan demikian kepada orang lain.

GENE : Ini semua adalah patokan yang tinggi! Sekarang, bagaimana dengan ucapan tidak bermanfaat?

TISSA : Untuk mempraktikkan Ucapan Benar adalah menjauhkan diri dari ucapan kosong dan tidak bermanfaat.

GENE : (tertawa) Yang berarti apa yang dibicarakan oleh hampir kebanyakan orang.

TISSA : Walaupun demikian, kita tampaknya menghabiskan banyak waktu untuk membicarakan hal-hal sepele atau konyol, bukan?

GENE : Ya, saya melakukannya. Dan saya banyak mendengarnya juga. Saya rasa adalah lebih baik untuk

mengucapkan sesuatu yang bermanfaat atau tetap diam.

TISSA : Buddha mengatakan bahwa seseorang harus berbicara pada waktu yang tepat, sungguh-sungguh, berbicara tentang apa yang bermanfaat, tentang Dhamma. Ucapan seseorang berpengaruh pada orang lain dan diri sendiri. Oleh karena itu seseorang harus berbicara dengan hati-hati, penuh pertimbangan, pantas, tidak sekadar asal berbicara.

GENE : Oh, sepertinya saya masih jauh dari itu, Yang Mulia. Saya sering mengucapkan apapun yang ada di pikiran saya tanpa memikirkan atau mempertimbangkan konsekuensinya. Dan orang-orang sensitif tentang bagaimana mereka dibicarakan.

TISSA : Jika kita mengendalikan ucapan kita, kita tidak hanya menambah pertemanan dengan orang lain, kita juga menjernihkan pikiran dan memberi kesempatan pada pikiran bermanfaat untuk berkembang. Seperti halnya pikiran, apa yang kita ucapkan adalah penting. Jika kita mengendalikan ucapan kita, tidak berbohong, tidak memfitnah, tidak menghina orang lain, atau tidak berbicara omong-kosong, dan jika kita berbicara dengan pantas dan baik-hati, maka kita akan berperilaku baik – melakukan hal baik di dunia dan melemahkan kekotoran-kekotoran batin yang menyebabkan penderitaan.

GENE : Dhamma benar-benar membumi. Selama ini saya menganggapnya sebagai ajaran-ajaran yang terlalu jauh, yang mahamulia.

TISSA : Dhamma mencakup keduanya, mahamulia dan membumi. Buddha mengajarkan hal-hal praktis yang harus dilakukan untuk hidup dengan baik dan untuk meraih yang tertinggi. Kemudian, Perbuatan Benar adalah faktor berikutnya dari Jalan.

GENE : Maaf, Yang Mulia, tapi bukankah pikiran dan ucapan adalah semacam perbuatan juga? Bukankah demikian yang anda ucapkan?

TISSA : Ya, benar. Bagus, kalau anda menyimak. Pikiran Benar merujuk pada aktivitas pikiran yang dikehendaki. Ucapan Benar merujuk pada apa yang kita ucapkan. Sedangkan, faktor Perbuatan Benar berkenaan dengan apa yang dikenali sebagai aksi/perbuatan; yaitu aktivitas jasmani. Dalam istilah paling sederhana, Perbuatan Benar berarti menghindari dari pembunuhan, pencurian, dan bebas dari perbuatan salah sehubungan dengan nafsu indria.

GENE : Baiklah, dua hal yang pertama cukup jelas bagi saya. Membunuh makhluk hidup atau mencuri adalah kamma buruk yang pasti menghasilkan akibat buruk. Tapi bagaimana dengan yang ketiga? Setahu saya, ia adalah pengendalian diri untuk tidak berzina saja.

TISSA : Itu adalah aplikasi dasarnya. Nafsu indria adalah nafsu pada berbagai objek berdasarkan berbagai indria kita. Nafsu dapat muncul dalam berbagai cara. Tapi di sini Buddha merujuk secara khusus pada nafsu seksual. Ia perlu diwaspadai dan dikendalikan dengan hati-hati. Pengikut Dhamma tidak boleh melakukan hubungan seksual dengan istri atau suami orang lain. Ia tidak boleh berzina. Selain itu seseorang tidak boleh memiliki hubungan seksual dengan orang di bawah umur, tidak pantas, atau orang yang masih bergantung pada orang lain. Seseorang juga harus mengendalikan diri untuk tidak menggoda atau memaksa seseorang secara seksual. Singkatnya, seseorang haruslah terhormat dan menghormati orang lain.

GENE : Saya khawatir bahwa membunuh, mencuri, dan perilaku seksual yang salah adalah hal yang terlalu umum di dunia ini.

TISSA : Ya, dan karena mereka, makhluk-makhluk hidup amat menderita. Jadi, Perbuatan Benar adalah menghindari perbuatan-perbuatan menyakiti dan mengembangkan perbuatan yang tanpa-menyakiti, menghargai milik orang lain, dan integritas terkait seksualitas. Prinsip-prinsip ini sangat luas dan mengharuskan kita untuk bijaksana dan terkendali dalam seluruh aspek kehidupan kita.

GENE : Satu hal yang saya perhatikan adalah bahwa jika orang-orang mempraktikkan faktor-faktor dari Jalan ini dengan tekun, maka akan sangat bermanfaat untuk orang lain, masyarakat secara keseluruhan, demikian juga untuk diri mereka sendiri. Kelihatannya ajaran-ajaran ini menyebarkan kebaikan pada dunia dan juga pada diri sendiri.

TISSA : Jalan Dhamma selalu menyebarkan kebahagiaan dan keamanan pada makhluk-makhluk hidup. Tindakan-tindakan kita yang disadari melalui tubuh, ucapan, dan pikiran adalah signifikan; kita bertanggung jawab atasnya; jadi kita harus memperhatikan mereka dan berusaha mengembangkan hal-hal bermanfaat dan meninggalkan hal-hal yang tidak bermanfaat.

GENE : Saya sedikit kurang jelas pada apa yang sebenarnya merupakan hal-hal yang bermanfaat dan tidak bermanfaat. Dan juga, sebelumnya anda membahas tentang “akar.”

TISSA : Hal-hal tidak bermanfaat, perbuatan buruk muncul dari tiga akar yang tidak bermanfaat. Mereka adalah keserakahan, kebencian, dan khayalan (delusi). Kita memiliki kekotoran-kekotoran ini jauh di dalam batin kita, dan saat kita bertindak berdasarkan itu, kita akan melakukan perbuatan tidak bermanfaat yang akan menyakiti diri sendiri dan orang lain. Terdapat juga tiga akar baik. Mereka adalah ketanpa-serakahan, ketidak-bencian, dan ketanpa-khayalan. Dalam istilah

lain: kemurahan hati, niat baik, dan kebijaksanaan. Dan perbuatan kita yang muncul berdasarkan akar-akar ini disebut perbuatan bermanfaat.

GENE : Apakah seringkali orang-orang tidak tahu atau tidak menyadari akar-akar ini?

TISSA : Ya, kita tidak memerhatikan, atau kita mungkin tidak mengakui akar sesungguhnya dari tindakan kita, tapi hal itu tidak mengubah sifat sejati mereka. Oleh karena itu kita harus mencoba untuk melihat secara dekat dan jujur untuk memisahkan hal-hal baik dari hal-hal buruk, lalu bertindak dengan bijaksana.

GENE : Faktor-faktor Jalan Mulia Beruas Delapan yang anda jelaskan adalah lebih luas dari yang saya pikirkan. Tampaknya mereka meliputi seluruh aspek kehidupan manusia.

TISSA : Baik hal-hal yang biasa maupun luarbiasa, harus dipertimbangkan oleh orang yang ingin menjalani Jalan menuju kebebasan. Faktor kelima dari Jalan, adalah Penghidupan Benar, yang memperlihatkan bahwa Buddha bahkan tidak melupakan pentingnya penghidupan (mata-pencaharian).

GENE : Mengapa hal-hal serutin pekerjaan adalah sangat penting?

TISSA : Karena ia juga berkaitan dengan perbuatan yang disengaja - perbuatan berulang dan kebiasaan. Penghidupan kita mengambil bagian besar kehidupan dan pusat perhatian serta energi kita. Secara mendasar, berpenghidupan benar berarti mencari nafkah secara terhormat dan mulia, tidak menyebabkan kerugian atau bahaya bagi makhluk-makhluk hidup. Kita harus menghindari berbagai jenis penipuan, kecurangan, dan keserakahan. Kita harus jujur dan adil.

GENE : Setidaknya, saat ini saya tidak perlu khawatir terlalu tentang hal ini. Pekerjaan saya tidak berbahaya dan orang-orang yang bekerja bersama saya kebanyakan baik-baik saja. Namun saya tidak pernah terlalu banyak memikirkan hal ini.

TISSA : Kita akan menerima akibat dari perbuatan-perbuatan kita, jadi adalah penting untuk memerhatikan apa yang sedang kita lakukan dan memastikan bahwa kita berperilaku benar.

GENE : Yang Mulia, saya dapat melihat bahwa Buddhisme sangat menekankan tanggung jawab individual. Kita bebas untuk berusaha mencapai pembebasan, dan kita didorong untuk melakukannya. Di saat yang sama, kita bertanggung jawab atas apa yang kita lakukan, kamma kita sendiri. Tapi, anda tahu, bukanlah sesuatu yang mudah untuk berperilaku benar sepanjang waktu. Kemurnian pikiran, ucapan,

atau perbuatan, bukanlah sesuatu yang terjadi secara alami bagi saya.

TISSA : Baiklah, Gene, anda tidak sendirian. Kebajikan tidaklah terjadi tanpa usaha kita sendiri. Kita perlu menggunakan faktor Usaha Benar. Terdapat empat jenis Usaha Benar. Pertama adalah usaha untuk menghindari atau mencegah pikiran tidak bermanfaat yang belum muncul – mencegahnya agar tidak muncul dan berkembang. Karena kita seringkali berhubungan dengan objek-objek indria yang menarik dan menjijikkan, kita dapat dengan mudah memberi jalan bagi keserakahan, kebencian, atau khayalan. Jadi kita harus berusaha menghentikan munculnya pikiran-pikiran tidak bermanfaat.

GENE : Bagaimana jika kita tidak dapat menghentikan mereka? Kadang mereka muncul begitu saja. Saya bisa saja dengan cepat berubah dari sedikit jengkel menjadi marah. Ini menyebalkan.

TISSA : Jenis kedua dari Usaha Benar adalah usaha mengatasi hal-hal tidak bermanfaat atau buruk yang telah muncul. Jangan mempertahankannya; kita harus berusaha membebaskan pikiran darinya. Lalu, untuk keadaan pikiran yang baik – dan saya yakin kamu pasti memiliki beberapa pikiran baik juga – kita tidak seharusnya hanya menunggu untuk merasa baik-hati atau murah-hati; kita harus membuat usaha nyata untuk menciptakan hal-hal bermanfaat. Ini adalah

jenis ketiga dari usaha benar. Lalu, kapanpun kita menyadari bahwa kita memiliki keadaan batin yang bermanfaat, jangan gegabah atau berpuas diri; namun kita harus mempertahankan atau mengembangkannya. Jadi, saat kita memperhatikan hal-hal baik dalam diri kita, kita tentu saja harus berusaha memperkuat dan meningkatkannya. Ini adalah jenis keempat dari Usaha Benar.

GENE : Banyak usaha yang dibutuhkan untuk Jalan ini!

TISSA : Ya, tentu saja. Kita perlu mengendalikan indria kita, mempertajam pemahaman kita, dan berjalan di arah yang benar. Mari kita perhatikan dua faktor terakhir: Perhatian Benar dan Konsentrasi Benar.

GENE : Mereka secara spesifik mengacu pada praktik meditasi, bukan?

TISSA : Tidak, bukan hanya itu. Mereka mempunyai arti yang lebih luas – seluas kehidupan itu sendiri. Jika kita ingin bertindak bijaksana, kita akan membutuhkan cara pandang akurat tentang dunia, bukan? Jika pengamatan kita dangkal dan perhatian kita goyah dan plin-plan, kita akan mengambil gagasan yang salah. Jadi kita perlu merasa yakin bahwa kita melihat sesuatu secara mendalam dan sungguh-sungguh, bukan sesuai kebiasaan kita atau memandangi mereka seperti yang kita inginkan. Perhatian Benar berarti memerhatikan sebagaimana adanya, kewaspadaan,

dan perenungan yang tidak bias. Ini adalah kualitas yang sangat penting yang menuntun menuju kemurnian, untuk mengatasi dukacita, untuk merealisasi Nibbāna. Jika tidak ada kemurnian dalam cara pandang seseorang akan realitas, ia akan salah memahami dan salah menilai, sekalipun ia mencoba untuk bertindak benar. Tapi dengan perhatian, adalah mungkin untuk melihat fenomena dalam sifat sejati mereka sebagai tidak kekal, tidak memuaskan, dan tanpa diri – tidak memiliki inti yang bisa digenggam. Penembusan pemahaman adalah apa yang pada puncaknya menghancurkan nafsu.

GENE : Tapi apakah Perhatian Benar hanya sejenis perhatian secara umum? Ini terlihat tidak jelas.

TISSA : Buddha menjelaskan praktik dengan rinci. Terdapat empat landasan perhatian, atau empat cara untuk membangun dan mengembangkan perhatian. Pertama adalah perenungan pada jasmani. Seseorang memerhatikan jasmani dalam berbagai aspeknya, memerhatikan perubahannya, pada napasnya, posturnya, memerhatikan aktivitasnya saat ia muncul, menyelidiki organ-organ yang menyusunnya, mengamati sifat-sifatnya tanpa menyukai atau membencinya – dengan ketenangan yang netral

GENE : Mengapa kita harus memerhatikan jasmani kita?

TISSA : Untuk memperoleh pemahaman realistis, lalu ketidakmelekatan. Jasmani adalah objek yang menimbulkan banyak kemelekatan dan kebingungan. Ia menua, sakit, menyakitkan – dan kita tidak dapat mencegahnya. Jadi kita perlu melihatnya dengan kebijaksanaan sebagaimana adanya, tanpa keangkuhan – sebagai sekadar unsur-unsur fisik yang bersifat sementara dan tanpa adanya diri apapun di dalamnya. Kita harus mempraktikkan perenungan pada jasmani untuk memperoleh pemahaman matang dan ketidakmelekatan. Dari sisi batin juga memerlukan perenungan. Landasan perhatian murni yang kedua adalah perenungan terhadap perasaan; yaitu perasaan menyenangkan, tidak menyenangkan, dan netral yang muncul bersamaan dengan pengalaman indria kita.

GENE : Bagaimana cara kita memandang perasaan-perasaan ini?

TISSA : Kita harus memandang mereka secara objektif, tanpa melekat padanya atau bergembira karenanya. Mereka juga memiliki sifat tidak kekal, tidak memuaskan, dan bukan-diri. Tugas dari pengamat adalah mengamati perasaan, melihat bagaimana mereka muncul dan bagaimana mereka berlalu.

GENE : Tanpa menganggap mereka sebagai perasaan “aku”?

TISSA : Ya, tepat sekali. Pengalaman batin yang lain juga membutuhkan perhatian saksama. Landasan perhatian murni ketiga adalah perenungan terhadap pikiran. Apakah pikiran dipenuhi nafsu atau tanpa-nafsu, penuh kebencian atau tanpa-kebencian, terkonsentrasi atau tidak terkonsentrasi? Kita sekadar mencoba mengetahui pikiran sebagaimana adanya – tanpa kemelekatan – memerhatikan kesadaran yang muncul dan berlalu, dengan jelas dan tenang memerhatikannya.

GENE : Bagaimana dengan aktivitas spesifik dari pikiran, seperti pemikiran, kehendak, dan seterusnya? Maksud saya, semua aktivitas mental yang berlangsung.

TISSA : Mereka berhubungan dengan landasan perhatian murni yang keempat – perenungan terhadap objek-objek pikiran. Perenungan ini berkaitan dengan objek-objek spesifik dari apa yang kita ketahui dan pikirkan. Kita harus berusaha memerhatikan dengan jelas dan tanpa nafsu pada hal-hal ini yang mengalihkan perhatian kita dari waktu ke waktu. Dengan kata lain, kita tidak menyerah begitu saja pada kesemrawutan pikiran, tetapi kita memperhatikan apa yang sebenarnya berlangsung di dalam pikiran kita. Jika nafsu indria hadir di dalam diri kita, kita mengetahuinya. Jika ada niat jahat, kita mengetahuinya. Jika ada ketumpulan dan kelambanan, kegelisahan dan gejolak, atau keraguan,

kita juga mengetahuinya. Kita harus memerhatikan pengalaman kita berdasarkan ajaran Buddha, contohnya mengamati lima kelompok kehidupan seperti jasmani, perasaan, pencerapan, bentukan pikiran, dan kesadaran, memerhatikan bagaimana mereka muncul dan lenyap. Kita juga harus memerhatikan indria kita yaitu mata, telinga, hidung, lidah, kulit, dan pikiran saat mereka bekerja, melihat bagaimana objek muncul dan kemana objek tersebut menuju. Faktor-faktor baik dan buruk yang muncul di pikiran harus diperhatikan saat ia muncul. Kita juga harus memerhatikan dengan tanpa nafsu, hal-hal di dalam diri kita dan di sekitar kita berdasarkan Empat Kebenaran Mulia – merenungkan penderitaan saat ia benar-benar muncul dan berlalu. Tidak boleh ada objek yang lolos dari mata Perhatian Benar.

GENE : Saya perhatikan, anda menekankan bahwa kita harus memerhatikan dengan tanpa nafsu, tanpa melekat. Kedengarannya seperti kita harus berusaha untuk memerhatikan secara objektif apa yang biasanya kita lihat secara subjektif.

TISSA : Gagasan tentang suka dan tidak suka, tentang aku dan milikku, memelintir pandangan kita akan realitas. Buddha mengatakan bahwa seseorang yang mempraktikkan empat landasan perhatian murni ini akan bertahan tanpa bergantung atau berpegang pada apapun di dunia. Tidaklah sulit untuk memahami bahwa saat kita melekat pada sesuatu, ketika kita

memerhatikannya dengan sifat serakah, kita tidak dapat memiliki kebebasan yang sebenarnya dan pandangan akurat tentangnya. Oleh karena itu kita harus berusaha untuk melangkah mundur dari prasangka kita yang biasa dan merenungkan dunia dengan jernih, dengan perhatian objektif.

GENE : Yang Mulia, sepertinya faktor Jalan ini membutuhkan perubahan dari cara pandang yang biasa. Hal ini sangat masuk akal tapi cukup menantang.

TISSA : Jika kita ingin menyempurnakan pemahaman kita, jika kita ingin memutuskan belenggu nafsu, kita harus berusaha dan tekun untuk melawan kebiasaan dan prasangka kita dan melihat sesuatu berdasarkan sifatnya yang sebenarnya, berdasarkan realitas.

GENE : Ya, saya mengerti betapa pentingnya hal itu. Kita butuh informasi yang dapat diandalkan untuk bekerja secara tepat dan sampai dimanapun. Tampaknya anda telah menjelaskan setiap aspek. Bagaimana dengan Konsentrasi Benar? Apa fungsinya?

TISSA : Konsentrasi Benar, faktor terakhir dari delapan faktor, berarti pencapaian jhāna, yang merupakan keadaan batin yang sangat halus, kedamaian dan konsentrasi yang dalam. Secara umum, Konsentrasi Benar berarti kemanunggalan pikiran bersama dengan keadaan batin bermanfaat. Ini adalah

pemusatan pikiran secara kokoh pada satu objek yang ingin kita ketahui secara mendalam.

GENE : Bukankah kita semua telah melakukannya?

TISSA : Tidak, biasanya konsentrasi kita lemah dan goyah, hampir tidak cukup untuk kehidupan sehari-hari. Untuk membantu perhatian melakukan tugasnya melihat apa yang sedang terjadi, kita harus memiliki konsentrasi tajam. Kualitas-kualitas bagus berkembang dengan baik dan membawa manfaat saat mereka terkonsentrasi, bertahan, tercurahkan pada tugas. Jika kita bergerak dalam kebingungan, tidak pernah bertahan pada satu titik, kita tidak akan bisa menyelidiki apapun secara mendalam. Bakat, kecerdasan, niat baik, dan semangat, tidak akan membuahkan hasil kecuali mereka dengan sabar dikonsentrasikan pada sebuah masalah atau objek. Untuk menancapkan paku di papan, anda tidak bisa sekadar mengayunkan palu sembarangan. Anda harus mengendalikan diri anda, melihat secara saksama, dan memalu lagi dan lagi. Contoh lain, anda memiliki mikroskop canggih yang dapat memperlihatkan objek dalam detail yang indah. Tapi jika anda tidak menyesuaikan dan memfokuskannya dengan tepat, anda tidak akan mampu memperoleh kepuasan melihat apapun. Konsentrasi memperkokoh dan memfokuskan kemampuan anda sehingga anda mampu memerhatikan sesuatu dengan jernih.

GENE : Itu masuk akal. Konsentrasi adalah hal lain yang tidak terpikirkan oleh saya sebelumnya. Tapi tentu saja tidak masuk akal untuk mengharapkan kemajuan pemahaman jika seseorang tidak mengonsentrasikan energinya cukup lama. Dan saya khawatir saya membutuhkan lebih banyak konsentrasi; saya sulit mempertahankan pikiran cukup lama pada satu hal. Ia terus melompat dan berlari ketika saya ingin ia tetap diam!

TISSA : Sifat alami dari pikiran yang tidak terlatih adalah berlari kesana kemari. Jangan berkecil hati. Hal ini bukan sesuatu yang aneh atau mengejutkan. Mungkin, hampir selama anda hidup, anda belum pernah benar-benar mencoba mendisiplinkan pikiran anda. Jadi, secara alami ketika anda pertama kali mencoba, anda menemukan betapa sulitnya ia dikendalikan. Tapi pikiran dapat dilatih; kita dapat membangun konsentrasi perlahan-lahan.

GENE : Itu adalah hal lain yang perlu diselami.

TISSA : Melihat realitas – menyelidiki sesuatu – adalah apa yang harus dilakukan oleh pengikut Buddha. Delapan faktor dari Jalan adalah saling melengkapi satu sama lain. Jadi kamu harus menyelidiki dan mempraktikkannya.

GENE : Semakin anda menjelaskan, semakin saya menyadari betapa luasnya Jalan Mulia Beruas Delapan. Dan saya

tahu anda hanya menguraikan garis-besarnya untuk saya. Ada begitu banyak yang harus dipraktikkan, begitu banyak yang harus diselidiki di sini.

TISSA : Jadi, dengan mengetahui apa yang kamu ketahui sejauh ini, apakah kamu berpikir bahwa Jalan ini adalah tidak mungkin (sangat sulit)? Apakah sepenuhnya di luar kemampuanmu?

GENE : ini menantang, pastinya. Tetapi saya tidak dapat mengatakan bahwa ini tidak mungkin. Jika saya mengatakan demikian, maka saya adalah orang yang pasrah - saya hanya akan menghindarinya tanpa memedulikan apakah saya mampu atau tidak. saya akan sekadar berusaha mengikuti Jalan dan lihat seberapa jauh saya bisa.

TISSA : Itu benar. Hal itu tergantung pada anda. Jalan Mulia Beruas Delapan adalah jalan tanpa bandingan untuk mengakhiri penderitaan yang telah diajarkan Buddha kepada kita.

GENE : Saya tahu, Yang Mulia, minimal secara teori. Seolah saya berdiri dijalanan dan berusaha melihat ke depan, tapi ada bukit dan tikungan dan saya hanya bisa melihat tempat ini di mana saya berdiri.

TISSA : Yang persisnya merupakan apa yang harus anda lihat. Momen saat ini adalah di mana kita berdiri dan di mana kita harus melakukan tugas kita. Semua yang

kita miliki adalah kilasan saat ini di indria kita. Jangan mengkhawatirkan apa yang ada di balik bukit – bagaimana dengan di sini dan sekarang? Sang Buddha mengatakan bahwa kita harus mencapai akhir dunia untuk mengatasi penderitaan, tapi Beliau juga berkata, seperti yang telah saya katakan pada anda, bahwa tepat di sini, di jasmani ini lengkap dengan pencerapan dan pemikirannya, terdapat dunia, asal mula dunia, akhir dunia, dan jalan menuju akhir dunia. Seseorang tidak bisa tiba di sana hanya dengan berjalan; tapi seseorang yang memurnikan dirinya sendiri dan memahami dunia secara bijaksana, akan mencapai tujuan. Selidiki batin dan jasmani anda sendiri, dan indria-indria anda: mata, telinga, hidung, lidah, tubuh, dan pikiran, dan objek-objek yang bersesuaian dengannya – bukankah semua ini ada di sini, di dalam genggamannya?

GENE : Ya, mereka semua ada di sini. Saya hanya berharap semua hal ini akan menjadi lebih jelas lagi – seperti pepohonan di luar sana yang muncul dari balik kabut.

*Mereka berdua duduk diam untuk sesaat, melihat keluar jendela. Pemandangan rumput dan pepohonan hijau tampak semakin terang, diselimuti cahaya. Hembusan angin tipis mulai menggerakkan dedaunan, dan ilusi dari keheningan mulai memudar. Hari tampak jelas makin terang.*

TISSA : Kabut di luar sana, datang dan pergi sesuai kondisi-kondisi alamiah. Kabut di pikiran kita juga bergantung

pada berbagai kondisi. Tapi kita sendirilah yang tanpa disadari menciptakan kondisi-kondisi salah, berdasarkan nafsu kita. Tahukah kamu mengapa banyak hal dari Sang Jalan, berhubungan dengan penghindaran dan pantangan? Hal ini karena kita adalah perancang penderitaan kita berdasarkan gagasan salah dan perilaku salah. Penghentian kekerasanlah yang memberikan kedamaian. Jalan adalah penurunan beban yang adalah kebebasan. Apakah kamu mengerti? Saat matahari dan angin datang, kabut berlalu. Lalu dunia tampak oleh kita. Dhamma adalah seperti matahari dan angin.

GENE : Kalau begitu saya membutuhkan banyak Dhamma untuk bebas dari kekotoran-kekotoran saya. Yang Mulia Tissa, apa yang bisa saya lakukan untuk mencegah keserakahan, kebencian, dan khayalan agar tidak mencengkeram dan mengelabui pikiran saya?

TISSA : Perkuat perhatian anda. Dan, khususnya, berusaha melihat dunia dengan perhatian bijak. Ini berarti tidak takluk pada penampilan palsu dari segala sesuatu, dan merenungkan mereka tanpa rasa suka dan tidak suka, mengingat sifat sejati mereka. Indria-indria kita adalah tidak memilih-milih – mereka memberi makan kita sejumlah besar pencerapan yang dapat membanjiri kita jika kita tidak waspada. Kita harus mengendalikan indria-indria kita, kuasai mereka dan

kendalikan mereka sehingga kita tidak hanyut oleh perasaan-perasaan yang ditimbulkannya.

GENE : Itu adalah gagasan menarik – mengendalikan indria-indria. Saya rasa, sedikit banyak saya selalu beranggapan bahwa indria-indria saya harus mencerap sebanyak mungkin.

TISSA : Tidak, fungsi dari indria-indria perlu pengendalian yang cerdas. Contohnya, apakah anda membiarkan jendela apartemenmu terbuka lebar setiap saat?

GENE : Tidak, saya menyesuaikannya dengan cuaca.

TISSA : Anda harus menutupnya ketika hujan atau ketika udara luar dingin. Saat anda membutuhkan udara segar, anda membukanya sedikit atau banyak. Anda mungkin memiliki tirai untuk mengatur berapa banyak cahaya yang masuk. Demikian pula, kita harus memerhatikan indria-indria kita sehingga kita tidak kewalahan dan dibingungkan.

GENE : Beberapa pencerapan yang saya miliki adalah lebih menyulitkan daripada yang lainnya.

TISSA : Ya, beberapa hal secara khusus memicu keserakahan, kebencian, dan kebingungan atau khayalan. Beginilah apa yang mereka lakukan jika kita membiarkan indria kita tidak dijaga. Jika kita waspada dan menerapkan perhatian bijaksana, merenungkan ajaran Buddha,

maka hal-hal tidak bermanfaat hanya akan memiliki sedikit kesempatan untuk muncul.

GENE : Bagaimana persisnya saya harus merefleksikan?

TISSA : Anda harus merenungkan fenomena dengan hati-hati, ingatlah bahwa mereka semua muncul dan lenyap.

GENE : Mereka tidak kekal.

TISSA : Anda harus merenungkan juga bahwa semua fenomena adalah dukkha – tidak memuaskan, tidak mampu memberi kesenangan terus-menerus. Anda juga harus merenungkan bahwa semua kumpulan bentuk, warna, dan suara adalah seperti buih di sungai – sekedar gelembung, kosong dari inti yang kekal. Biarkan buih mengalir. Perhatikan ia dengan ketenangan, tanpa menggenggam. Dengan melihat seperti ini, kamu akan semakin sulit ditaklukkan oleh serbuan hal-hal menyenangkan dan menjijikkan. Kebahagiaan sejati ditemukan dalam redanya nafsu, bukan di dalam demam nafsu akan kesenangan tidak konstan dari dunia indria.

GENE : Kebahagiaan sejati adalah apa yang saya mau.

TISSA : Kita semua menginginkannya, tapi ia tidak bisa direalisasikan hanya karena kita menginginkannya. Kita harus melakukan tugas kita – menghindari

kejahatan, melakukan hal baik, dan membersihkan batin kita.

GENE : Saya ingin melakukan tugas itu. Jika saya bisa melakukannya – bahkan secara perlahan atau sedikit saja – saya rasa itu akan membuat hidup saya lebih baik dan membuat hidup orang-orang di sekitar saya menjadi lebih baik.

TISSA : Anda bebas melakukannya, dan metode yang benar masih relevan di dunia. Ketika Sang Buddha menemukan dan memabarkan Dhamma, Ia memberi hadiah yang terindah kepada semua makhluk hidup.

GENE : Hal ini sangat luar biasa bagi saya, Yang Mulia, bahwa ajaran yang telah begitu lama, dari dunia yang sangat jauh, namun sekarang terlihat sangat segar dan nyata dalam kehidupan saya.

TISSA : Apa yang direalisasikan dan diajarkan oleh Sang Buddha adalah kebenaran yang tidak lekang oleh waktu – sesuatu yang ditembus sendiri oleh para bijaksana. Beliau sendiri dulunya adalah petapa yang bertekad dalam kebajikan, berusaha demi kebebasan di tengah ketidaktahuan dan penderitaan dunia. Terdapat hujan, angin, matahari, dan kesunyian, dan melalui itu semua, Beliau mencari kedamaian tak terlukiskan, termulia. Beliau mencarinya, pantang menyerah, tidak berpuas diri pada pencapaian kecil,

hingga Ia mengatasi rintangan terakhir dari ketidaktahuan dan mencapai pencerahan sempurna.

GENE : Setelah itu, Ia tidak perlu melakukan apa-apa lagi, bukan? Ia telah meraih tujuan. Saya tidak tahan untuk tidak bertanya – mengapa kemudian Beliau mengajar?

TISSA : (tersenyum) Beliau melihat dunia dan melihat makhluk-makhluk hidup menderita dan tersesat, dan Beliau berbelas-kasihan pada mereka. Untuk itu, selama sisa hidup-Nya, Beliau mengajar, menjelaskan jalan merealisasi Nibbāna, mendorong dan membimbing para pencari.

GENE : Dan Dhamma masih dikenal di dunia ini. Jadi belas-kasih Buddha masih membuahkan hasil, bahkan setelah berabad-abad – memberi hasil bahkan untuk saya, mungkin.

TISSA : Ya, tapi ingat, para Buddha hanya menunjukkan kepada kita jalan untuk dijalani. Kita harus berusaha sendiri.

GENE : (dengan perlahan) Saya merasa... beruntung. Saya tidak bisa mengatakan bahwa segalanya jelas sepenuhnya bagi saya, tapi saya memiliki gagasan bagus. Yang Mulia, saya rasa, saya dapat memberikan arti bagi hidup saya jika saya menjalani Sang Jalan.

TISSA : Hidup anda adalah saat ini. Sang Jalan adalah sekarang. Sang Buddha menjelaskan penderitaan dan jalan mengakhiri penderitaan. Kita telah memikul banyak kebingungan dan kesakitan, menduga-duga dan berjuang keras, dikendalikan oleh nafsu yang tidak terkendali. Apakah kita tidak mengharapkan kemurnian dan kedamaian? Sang Buddha telah melakukan apa yang dapat dilakukan oleh seorang guru untuk siswa-Nya, mengharapkan kesejahteraan dan kebahagiaan mereka. Sekarang semuanya terpulang kepada kita. Jadi, inilah saatnya. Inilah saat di mana kamu hidup, Gene, dengan jasmani dan batin dan semua bentukan-bentukan luar biasa dari dunia. Lihat apa yang bisa kamu lakukan dengannya.

*Gene duduk mendengarkan. Lalu ia melihat ke sekitar ruangan, melihat keluar jendela pada hutan yang hijau. Ia tersenyum, kebingungan dan malu.*

GENE : Anda telah menjawab pertanyaan-pertanyaan saya, Yang Mulia. Apapun yang tadinya ada di pikiran saya – keraguan atau semacamnya – tampaknya telah pergi, menghilang. Oh, saya harap mereka datang kembali – pastinya saya akan memiliki lebih banyak pertanyaan. Tapi sekarang tidak ada lagi apapun untuk dikatakan atau ditanyakan. Saya rasa saya harus lebih banyak latihan lagi. Dan saya harus pergi sekarang. Pekerjaan saya – ini waktunya – ah, saya tidak memedulikan waktu, tapi saya tidak ingin menyulitkan anda lagi pagi ini. Lebih baik saya pergi.

TISSA : Kita semua memiliki kewajiban masing-masing. Anda memiliki pekerjaan untuk diselesaikan.

GENE : Ya, saya memiliki pekerjaan, dan juga saya memiliki pekerjaan yang sebenarnya, pekerjaan Dhamma.

TISSA : Dhamma akan memenuhi dan menerangi seluruh waktu anda. Teruslah berlatih, Gene.

Gene duduk diam selama sesaat, lalu ia membungkuk kepada sang bhikkhu.

GENE : Terima kasih banyak, Yang Mulia.

*Bhikkhu Tissa tersenyum. Lalu mereka berdua berdiri. Di pintu depan, Gene berhenti untuk mengenakan sepatu. Bhikkhu Tissa melangkah menuju beranda, dan sesaat kemudian Gene datang sambil tersenyum.*

GENE : Oh, lihatlah cuacanya! Ini akan menjadi hari yang indah. Aromanya menakjubkan. Semua kabut telah pergi. Seandainya saya dapat mengatasi kabut di pikiran saya!

TISSA : Tetaplah memerhatikan, Gene, teruslah menyelidiki. Semua dunia yang berubah, di dalam dan di luar ini dapat mengajarkan kita jika kita sabar dan penuh perhatian. Kita dapat menemukan kebenaran di dalam apa yang indah maupun yang buruk, di dalam

apa yang menyakitkan maupun menyenangkan, pada pepohonan, angin, hujan, dan kabut.

GENE : Inilah semua ranting dan dahan yang patah karena badai semalam. Saya dapat melihatnya cukup jelas! Lagi-lagi ketidakkekalan.

TISSA : Ah, kamu mendapat inspirasi. Semua hal-hal ini dapat mengajarkan kita. Jasmani, napas, dan pikiran kita, dapat mengajari kita.

GENE : Dan capung-capung juga!

TISSA : Dan capung-capung.

*Gene bergerak dengan langkah ringan ke mobilnya. Dia melihat-lihat ke sekeliling dan menarik napas yang dalam dan bahagia.*

GENE : Terima kasih lagi, Yang Mulia. Oh, bukankah ini adalah pagi yang menakjubkan! Pagi yang sangat indah. Bukankah ini adalah cuaca yang luar biasa?

*Bhikkhu Tissa melihat ke langit biru dengan senyum kecut.*

TISSA : Hmm... Ya, tapi itu akan berlalu.

Gene : (tertawa) Ya, Yang Mulia!

*Gene melompat ke dalam mobil, menutup pintu, menyalakan mesin, dan mengendara pergi. Senyum bahagia masih merekah di wajahnya.*

## Penulis

Penulis, Bhikkhu Nyanasobhano, adalah seorang bhikkhu Amerika yang ditahbiskan di Thailand tahun 1987. Tulisannya, *Two Dialogues on Dhamma* (BPS [Wheel No. 363/364](#)) juga diperankan oleh Bhikkhu Tissa.

## Tentang DhammaCitta Press

**DhammaCitta Press** adalah divisi penerbitan dari DhammaCitta yang aktif menerbitkan buku-buku Buddhisme sejak tahun 2009 yang dianggap bermanfaat untuk mengali lebih jauh Buddhisme Awal yang dapat berguna bagi praktisi maupun akademisi. Buku cetak maupun elektronik terbitan DhammaCitta Press dibagikan secara gratis kepada semua dengan diutamakan kepada akademisi, guru, dhammaduta, maupun praktisi serius dan tidak memerlukan mengganti biaya cetak karena DhammaCitta mengusung konsep “Hadiah.” Dhamma adalah sebuah hadiah yang tidak dijual maupun tidak menerima uang ganti biaya cetak, ongkos kirim maupun jasa pengerjaannya. Seluruh karya dan hasil kerja DhammaCitta Press merupakan hadiah dari para relawan dan hadiah dari supporter dan donatur DhammaCitta Press untuk Buddhisme Indonesia. Dalam prosesnya semua relawan tidak ada yang dibayar atau menerima imbalan.

Beberapa penerbitan DhammaCitta Press,

- Khotbah-Khotbah Panjang Sang Buddha - **Dīgha Nikāya**
- Komentar Anattalakkhana Sutta dan Malukyaputta Sutta
- Jejak Langkah Gunung Absurd - Otobiografi dan Wejangan Master Ch’an Han-Shan
- Asoka
- Komik Kembali ke Masa Sang Buddha
- Khotbah-Khotbah Berkelompok Sang Buddha - **Samyutta Nikāya**
- Kebebasan Sempurna - Pentingnya Sutta-Vinaya

- Sepasang Utusan Cepat - Ketenangan Dan Pandangan Terang Dalam Khotbah Sang Buddha
- Kelahiran Kembali dan Keadaan Antara Dalam Buddhisme Awal
- Bhikkhu Tissa Bertemu Seorang Skeptik
- Kumpulan Khotbah Sang Buddha
- Khotbah-Khotbah Menengah Sang Buddha - **Majjhima Nikāya**
- Bagaimana Memilih Agama
- Khotbah-Khotbah Numerikal Sang Buddha - **Aṅguttara Nikāya**
- Khuddaka Nikāya - **Theragāthā** - Syair-Syair Para Bhikkhu Senior
- Khuddaka Nikāya - **Therīgāthā** - Syair-Syair Para Bhikkhunī Senior

Untuk kontribusi dan dāna penerbitan selanjutnya dapat disalurkan lewat rekening

**BCA 6560708091 / Benny**

Konfirmasi dana: [dana@dhammacitta.org](mailto:dana@dhammacitta.org)

Silahkan kunjungi <https://dhammacitta.org> untuk perpustakaan buku elektronik dan edisi onlinenya.

Informasi lainnya:

[sumedho@dhammacitta.org](mailto:sumedho@dhammacitta.org)

WA +62.812.1860.7850