

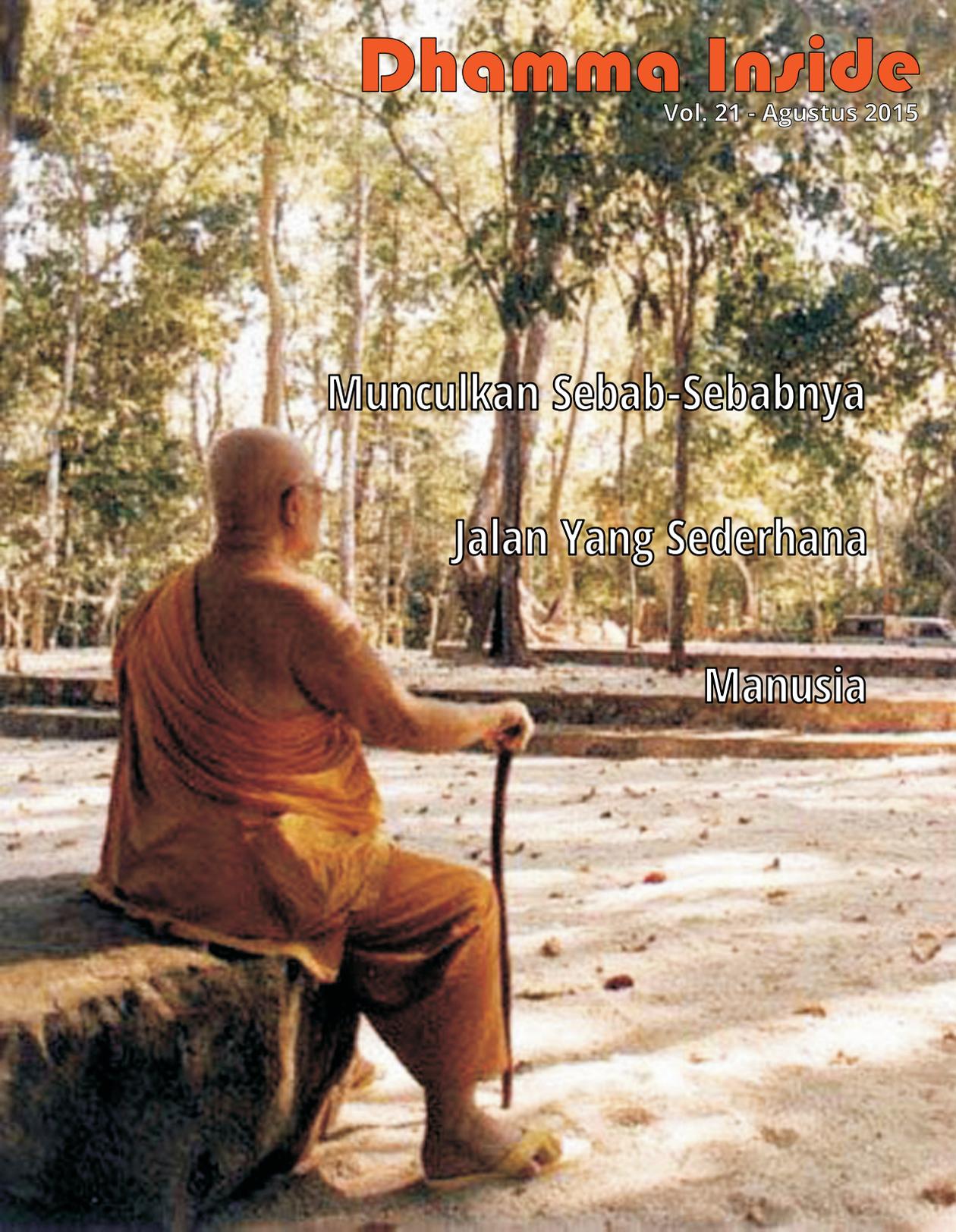
Dhamma Inside

Vol. 21 - Agustus 2015

Munculkan Sebab-Sebabnya

Jalan Yang Sederhana

Manusia





Munculkanlah Sebab-Sebabnya

Oleh : Bhikkhu Santacitto

Salah satu kecenderungan kita sebagai manusia adalah ketika menginginkan sesuatu, kita seringkali terdorong ingin meraihnya sesegera mungkin, kita ingin mendapatkannya secara instan. Kecenderungan ini muncul tidak hanya berkaitan dengan kesuksesan duniawi tetapi juga dalam kehidupan spiritual. Beberapa di antara kita, setelah membaca atau mendengarkan ajaran-ajaran Sang Buddha tentang pencapaian-pencapaian tertentu, sering begitu bergairah dan ingin segera mendapatkannya. Gairah dalam praktik Dhamma tentu sangat baik dan bahkan sangat dibutuhkan. Namun demikian, ketika tidak diantisipasi secara bijak, keinginan yang berlebihan ini dapat menjadikan kita lupa bahwa kesuksesan dalam perjalanan spiritual harus melewati proses tertentu. Seseorang tidak serta merta, hanya sekali duduk, mencapai konsentrasi apalagi merealisasi nibbāna.

Perumpamaan dapat diberikan di sini. **Seorang petani jagung tidak akan segera memanen buah jagung ketika baru sehari menyebarkan biji jagung. Ia harus menyebarkan biji-biji jagung tersebut di tanah yang cukup subur, memberikan air yang cukup supaya biji-biji itu bertunas, memberikan pupuk, dan harus merawatnya dengan baik, memberikan hal-hal yang dibutuhkan, dan melenyapkan hal-hal yang mencegah pertumbuhannya.** Dengan demikian, biji-biji jagung yang sudah bertunas itu akan tumbuh subur dan akhirnya menjadi

tanaman yang kokoh dan besar. Jika waktunya tiba, tanpa diminta pun, pohon-pohon jagung yang dirawat demikian akan berbuah. Demikian pula, dalam proses olah batin, seseorang tidak dapat dengan serta merta memperoleh pencapaian-pencapaian yang pernah ia dengar atau baca. Ia harus melewati proses perjuangan yang tidak kecil.

Agar batin memperoleh perkembangan yang diharapkan, ia harus menjaganya dengan baik, dengan tidak membiarkan hal-hal yang mencegah perkembangan batin itu muncul dan bercokol, dan mengembangkan hal-hal yang membantu perkembangan batin itu tumbuh dan berkembang. Inilah sesungguhnya yang terpenting – mengkondisikan, memunculkan dan mengembangkan faktor-faktor yang menjadi pendukung bagi perkembangan batin itu sendiri.

Oleh karena itu, dalam usaha mengembangkan batin, hal terpenting yang harus dikerjakan bagi para yogi adalah upaya melenyapkan kekotoran batin seperti misalnya lima rintangan batin, yakni nafsu ragawi, kebencian, kemalasan pikiran dan jasmani, keresahan dan penyesalan serta keragu-raguan. Di saat yang sama, kembangkan kualitas-kualitas atau faktor-faktor yang membantu perkembangan batin seperti menyenangkan kesendirian (*paviveka*) dengan tinggal di tempat sunyi (*pattañca sayanasanam*), puas dengan apapun yang dimiliki (*santuṭṭhi*), sedikit keinginan (*appiccha*), penuh pengendalian indra (*indriyasamvara*), pengembangan perhatian (*satisampajañña*), dan juga kembangkan kekuatan keyakinan (*saddha*), semangat (*viriya*), kebijaksanaan (*pañña*), dan lain-lain.

Dengan menumbuhkan faktor-faktor demikian, seperti seorang petani jagung yang tidak meminta kapan tumbuhan-tumbuhan jagungnya akan berbuah, seorang pencari spiritual akan memperoleh apa yang memang harus didapatkan. Demikianlah, memunculkan sebab-sebab yang menimbulkan kesuksesan jauh lebih penting daripada hanya sekedar berfantasi menanti kesuksesan datang.

Vihara-Vihara Theravada di Kaltim

Vihara Muladharm

Jl. Panglima M. Noor No. 9
Samarinda 75119
Telp : (0541) 221315

Mahavihara Buddha Manggala

Jl. MT. Haryono RT. 033 Batu Ampar
Ring Road
Balikpapan 76114
Telp/Fax : (0542) 861106

Vihara Dharma Cakra

Jl. Haji Maskur No. 59
Tanjung Selor, Kab. Bulungan

Vihara Sinar Borobudur

Jl. Slamet Riyadi RT.17 No. 25
Tarakan 77111
Telp : (0551) 23537

Vihara Santi Graha

Jl. Pangeran Antasari 1080 RT 1
Tanjung Redep, Berau
Telp : 08125855528

Jalan Yang Sederhana

Oleh : Ven. Achaan Chah

Biasanya ajaran tentang Jalan Mulia Berunsur Delapan diajarkan dengan delapan langkah seperti Pengertian Benar, Ucapan Benar, Konsentrasi Benar dan seterusnya. Namun kebenaran dari ajaran tersebut ada di dalam diri kita - pada dua mata, dua telinga, dua lubang hidung, satu lidah, dan satu tubuh. Delapan pintu ini adalah seluruhnya Jalan kita, dan batin adalah salah satunya yang berjalan pada Jalan tersebut. Mengetahui seluruh pintu ini, mengamati mereka, maka semua dhamma akan terungkap.

Inti dari ajaran ini adalah begitu sederhana. Tidak memerlukan penjelasan yang panjang. Hentikan kemelekatan dari mencintai dan membenci, hiduplah dengan hal-hal/benda-benda sebagaimana mereka adanya. Itulah semua yang saya lakukan dalam latihan saya.

Janganlah mencoba untuk menjadi sesuatu. Janganlah jadikan dirimu sebagai sesuatu. Janganlah menjadi meditator. Janganlah menjadi Yang Mencapai Pencerahan. Ketika anda duduk, biarkanlah demikian. Ketika anda berjalan, biarkanlah demikian. Janganlah menginginkan atau menggenggam sesuatu. Janganlah menahan sesuatu.

Tentu, ada banyak teknik dalam meditasi, untuk meningkatkan konsentrasi dan banyak pula jenis Vipassana. Tapi semuanya itu akan kembali kepada satu hal yaitu hanya membiarkan semuanya demikian (let it be).

Mengapa anda tidak berusaha mencobanya? Tidak beranikah anda?



Manusia

Oleh : Bhikkhu Upasamo

Dalam ajaran Buddha, setiap akibat yang timbul, itu timbul dari satu sebab. Tidak ada yang muncul tanpa sebab. Demikian juga dengan kelahiran kita sebagai manusia, kita bisa ada di dunia ini karena ada sebabnya.

Dalam dunia kedokteran, kita bisa terlahir sebagai manusia karena adanya ayah dan ibu, ada pertemuan antara ayah dan ibu. Saat hubungan terjadi, dalam kandungan ibu, dari 250 juta sperma yang berlomba meloncat, melompat, dan berlari menuju sel telur, akhirnya hanya satu yang berhasil keluar sebagai pemenang. Itulah cikal bakal anda dan saya. Kalau prosesnya seperti itu tentunya kita semua ini orang yang luar biasa bisa jadi pemenangnya.

Sebab yang lainnya adalah ada makhluk yang karena kamma kehidupannya sudah habis dan cocok dengan kamma orang tua kita, bergabung, membentuk diri ini yang kita sebut sebagai manusia.

Dalam Anguttara Nikaya disebutkan, "Ada tiga landasan tindakan berjasa, yaitu dana (kedermawanan), sila (kemoralan), dan bhavana (pengembangan batin). Seseorang yang melatih dana dan sila dalam skala kecil, akan dilahirkan sebagai manusia yang kurang beruntung. Seseorang yang melatih dan dana sila dalam skala medium akan dilahirkan sebagai manusia sejahtera. Dan seseorang yang

melatih dana dan sila dalam skala tinggi akan dilahirkan di alam surga. Yang tidak melatih dana dan sila akan dilahirkan di tiga alam rendah, yaitu alam hantu, binatang, dan neraka. Kebanyakan orang terlahir di tiga alam rendah itu.

Menjadi manusia yang tidak beruntung seperti cacat fisiknya, idiot, berpenyakit, dan lain lain. Menjadi manusia sejahtera, memiliki fisik yang sehat, fasilitas-fasilitas mudah diperoleh, pendidikan, kesehatan, terpenuhi dengan baik.

Dari penjelasan di atas, kita bisa memberikan penilaian skala dana dan sila yang kita lakukan pada kehidupan lampau. Jadi jika muncul pemikiran di dalam diri, kenapa saya bisa lahir sebagai anak dia, bukan yang lain, dengan tubuh ini, bukan dengan tubuh seperti itu, itu semua tergantung kebajikan diri kita sendiri. Jadi jangan menyalahkan orang tua kita.

Jika sekarang kita merasa menderita, jangan berputus asa, perbanyaklah kebajikan. Sebaliknya, kita merasa menjadi manusia yang sejahtera, jangan sampai hanyut dalam keadaan sekarang. **Seperti seorang petani yang saat ini lagi menikmati hasil panen, tapi lupa menanam, maka di masa akan datang dia tidak bisa panen.** Jadi, jika sekarang dalam keadaan sejahtera, teruskan menanam, menanam kebajikan, karena jika kebajikannya habis, kita akan jatuh ke alam rendah.

Dalam Dhamma dikatakan: “Selama seseorang belum mencapai tingkat kesucian pertama (Sotapanna), masih ada kemungkinan ia terjatuh di alam penderitaan”. Jadi kita masih dalam keadaan belum aman. Kecuali kita sudah jadi sotapanna baru kita aman. Selama belum menjadi sotapanna, seseorang bisa terlahir di alam neraka, hantu, atau binatang. Setelah mencapai sotapanna, baru kita aman, karena sotapanna hanya terlahir di alam manusia dan alam dewa.

Mari manfaatkan kehidupan sebagai manusia dengan sebaik baiknya.

Kegiatan Baksos

Hari jumat tanggal 21 Agustus 2015, Dhamma Inside mengadakan Baksos ke Panti Asuhan Qolbun Salim di jalan Siradj Salman No.22 Samarinda. Kedatangan kami di sambut hangat oleh pengurus panti sambil menceritakan singkat sejarah Panti Asuhan Qolbun Salim yang saat ini menampung sekitar 25 anak yatim.

Kami memberikan bantuan sembako yang terdiri dari 3 sak beras 10 kg, 6 pcs minyak goreng 2 Liter dan 4 dus mie instan yang diserahkan oleh Bapak Kuswanto, S. Ag kepada pengurus panti asuhan.

Bantuan yang kami berikan merupakan sumbangan dari beberapa umat yang menyisihkan sedikit materi mereka. Untuk itu kami ingin mengucapkan terimakasih kepada para donatur yang telah berpartisipasi dalam kegiatan baksos ini.



Jadwal Kegiatan Dhamma Inside

Meditasi Subuh - 30 Agustus | 05:00 | Dhammasala - Vihara Muladharna

Meditasi dan Diskusi Dhamma - 01 September | 20:00 | Ruang Meditasi - Vihara Muladharna

Meditasi Subuh - 06 September | 05:00 | Dhammasala - Vihara Muladharna

Meditasi dan Diskusi Dhamma - 08 September | 20:00 | Ruang Meditasi - Vihara Muladharna

Penasehat. Bhikkhu Adhikusalo Thera
Layout & Design. Anthony Muliadi
Andy Goeyana

Kontributor. Bhikkhu Upasamo
Bhikkhu Santacitto

Email. dhamma.inside@gmail.com

Like fanpage facebook kami www.facebook.com/pages/Dhamma-Inside/376830222480196 Untuk terhubung dengan Dhamma Inside dan mendapatkan berita serta artikel Dhamma