

“Yang Paling Bermanfaat” (*“The Most Beneficial”*) oleh Atisa Dipamkara Srijnana

Atisa Dipamkara Srijnana (982-1054)

Dipamkara Srijnana datang ke Tibet tahun 1042 dan memulai tradisi Kadampa di abad XI, abad yang aktif dan penuh kreativitas. Meskipun tradisi Kadampa tidak bertahan lama sebagai tradisi yang independen, tapi tradisi ini berasimilasi dengan tradisi-tradisi lainnya, dan karenanya, membawa pengaruh bahkan hingga saat ini.

Teks singkat di bawah ini adalah sebuah dialog, nasihat dan suatu introspeksi antara Atisa Dipamkara Srijnana dan murid-muridnya, yang merupakan ciri khas tradisi Kadampa dalam menekankan ajaran mendasar Buddhadharma sebagai fondasi bagi keseluruhan jalan spiritual Penggugahan.

Ajaran-ajaran dari para Guru tradisi Kadampa dikenal karena kejelasannya, kesederhanaannya yang hampir tak terbantahkan. Para Guru ini terus-menerus menantang kita dengan fakta-fakta mendasar kehidupan (eksistensi) kita, menantang kita untuk mengadopsi respons yang bermanfaat sekaligus praktis. Mereka berulang kali menunjukkan bahwa jalan spiritual juga mungkin diliputi oleh berbagai pengelabuan diri sebagaimana kehidupan duniawi. Untuk menghindari kekeliruan demikian, kita seyogianya terus-menerus memberi perhatian pada motif-motif terdalam kita, tujuan kita, komitmen kita, juga akhir hayat kita.

“Yang Paling Bermanfaat” (*“The Most Beneficial”*)

Ajaran Atisa Dipamkara Srijnana

...

Sekali lagi Khuton, Ngok dan Dromtonpa bertanya kepada Atisa, “Di antara semua ajaran, manakah yang paling bermanfaat?”

Guru Atisa menjawab:

- Pembelajaran yang paling bermanfaat adalah mengenai tiadanya keakuan.
- Kedisiplinan yang paling bermanfaat adalah mengendalikan pikiran kita sendiri.
- Kualitas manusia yang paling bermanfaat adalah berguna buat sesama.
- Petunjuk yang paling bermanfaat adalah selalu penuh perhatian.
- Obat penawar delusi yang paling bermanfaat adalah mengerti kekosongan.

- Perilaku yang paling bermanfaat adalah tidak hanya mengurus kebutuhan duniawi.
- Pencapaian yang paling bermanfaat adalah berkurangnya gejolak-gejolak pikiran.
- Hasil yang paling bermanfaat dari semua pencapaian adalah berkurangnya keterikatan.
- Kemurahan hati yang paling bermanfaat adalah tidak terikat pada kepemilikan.
- Etika moral yang paling bermanfaat adalah pikiran yang damai.
- Kesabaran yang paling bermanfaat adalah kerendahan hati.
- Usaha yang paling bermanfaat adalah tidak terikat pada hasil.
- Meditasi yang paling bermanfaat adalah pikiran yang legowo.
- Inteligen yang paling bermanfaat adalah menembus apa yang tampak.
- Guru yang paling bermanfaat adalah menanggulangi semua kelemahan.
- Petunjuk yang paling bermanfaat adalah membeberkan kekurangan-kekurangan.
- Sahabat yang paling bermanfaat adalah awas dan eling.
- Faktor motivasi yang paling bermanfaat adalah musuh, rintangan, penyakit dan penderitaan.
- Upaya terampil yang paling bermanfaat adalah bebas dari kekhawatiran.
- Tindakan yang paling bermanfaat adalah membantu orang menghargai hidup melalui Dharma.
- Pemberian bantuan yang paling bermanfaat adalah menanamkan rasa percaya diri dalam hidup melalui Dharma.

Sumber:

Sayings of the Kadam Masters

Compiled by Chegom Sherap Dorje (ca. twelfth century)

The Book of Kadam

The Core Texts

Attributed to Atisa and Dromtönpa

Translated by Thupten Jinpa

Wisdom Publications 2008, Boston

Diterjemahkan ke Bahasa Indonesia oleh tim Potowa Center. Desember 2015.