

## **Kesalingterkaitan (*Interdependence*)**

oleh His Holiness Dalai Lama

*I usually consider the teachings of the Buddha under two headings: activity and view.*

Saya biasanya melihat ajaran-ajaran Buddha dalam dua kategori: tindakan dan cara pandang.

*Activity means refraining from harming others. This is something that is universally helpful, something that all people appreciate, whether they are religious or not.*

Tindakan dalam arti tidak mencederai makhluk lain. Ini adalah sesuatu yang berguna secara universal, sesuatu yang dihargai semua orang, baik mereka yang beragama maupun tidak.

*View refers to the principle of interdependence. Happiness and suffering, and the beings who experience them, do not arise without cause nor are they caused by some eternal creator. In fact, all things arise from causes corresponding to them. This idea is upheld by all schools of Buddhism, and so I usually say that our view is that of interdependence.*

Cara pandang merujuk pada prinsip kesalingterkaitan. Kebahagiaan dan penderitaan (*duhkha*), serta makhluk-makhluk yang mengalaminya, tidak muncul tanpa sebab, juga tidak disebabkan oleh pencipta abadi. Kenyataannya, segala sesuatu muncul dari sebab-sebab yang sesuai. Pemikiran ini diyakini oleh semua tradisi Buddhadharma, oleh karena itu, saya biasanya mengatakan bahwa cara pandang kita adalah pengertian kesalingterkaitan.

*The view of interdependence makes for a great openness of mind. In general, instead of realizing that what we experience arises from a complicated network of causes, we tend to attribute happiness or sadness, for example, to single, individual sources. But if this were so, as soon as we came into contact with what we consider to be good, we would be automatically happy, and conversely, in the case of bad things, invariably sad. The causes of joy and sorrow would be easy to identify and target. It would all be very simple, and there would be good reason for our anger and attachment. When, on the other hand, we consider that everything we experience results from a complex interplay of causes and conditions, we find that there is no single thing to desire or resent, and it is more difficult for the afflictions of attachment or anger to arise. In this way, the view of interdependence makes our minds more relaxed and open.*

Pengertian kesalingterkaitan membawa keterbukaan pikiran. Secara umum, alih-alih tahu bahwa apa pun yang kita alami muncul dari jaringan sebab-sebab yang rumit, kita cenderung menganggap, sebagai contoh, kebahagiaan atau kesedihan, bersumber dari sebab-sebab yang berdiri sendiri. Tapi jika demikian halnya, begitu kita mengalami sesuatu yang kita anggap baik, seharusnya secara otomatis kita akan bahagia, sebaliknya, ketika mengalami hal-hal yang tidak baik, kita akan selalu bersedih. Sebab-sebab kebahagiaan dan kesedihan akan mudah diidentifikasi dan ditargetkan. Semuanya akan menjadi sangat mudah, dan akan ada alasan yang masuk akal untuk

menolak, marah atau terikat. Di sisi lain, jika kita menganggap segala sesuatu yang kita alami adalah hasil dari kesalingterkaitan yang kompleks dari sebab-sebab dan kondisi-kondisi, kita temukan bahwa tidak ada satu hal pun yang patut didamba atau ditolak; *klesha*: ketertarikan (*lobha*) atau penolakan (*dvesha*) pun akan lebih sulit untuk muncul. Dengan demikian, pengertian kesalingterkaitan membuat *citta* kita lebih rileks dan terbuka.

*By training our minds and getting used to this view, we change our way of seeing things, and as a result we gradually change our behavior and do less harm to others. As it says in the sutras:*

*Abandon evildoing;  
Practice virtue well;  
Subdue your mind:  
This is the Buddha's teaching.*

Dengan membudidayakan *citta* kita dan membiasakannya dengan pengertian ini, kita mengubah cara kita melihat sesuatu, dan sebagai hasilnya, lambat-laun kita mengubah perilaku kita dan mengurangi tindakan mencelakai makhluk-makhluk lain. Seperti dikatakan dalam sutra-sutra:

*Tinggalkanlah perbuatan negatif;  
Tumbuhkembangkan kebajikan;  
Disiplinkan pikiranmu;  
Inilah ajaran [para] Buddha.*

*We should avoid even the smallest negative actions, and we should perform even the most insignificant positive actions without underestimating their value. The reason for this is that the happiness we all want and the suffering we all try to avoid are produced precisely by our actions, or karma.*

Kita hendaknya meninggalkan tindakan-tindakan negatif sekecil apa pun, dan melakukan tindakan-tindakan positif bahkan yang paling kecil sekalipun, tanpa menganggapnya remeh. Alasan untuk hal ini dikarenakan kebahagiaan yang kita semua inginkan dan penderitaan yang kita semua coba hindari, persis adalah hasil dari tindakan-tindakan, atau karma kita.

*Everything we experience is, as it were, programmed by our actions, and these in turn depend on our attitude. Whatever we do, say, and think in our youth is the cause of the happiness and suffering we experience in our old age. Moreover, what we do in this life will determine the happiness and suffering of the next life. And the actions of this kalpa [eon] will result in the experiences of future kalpas. This is what we mean by the law of karma, the law of cause and effect.*

Semua yang kita alami, seakan-akan terprogram oleh tindakan-tindakan kita, dan ini pada gilirannya tergantung sikap kita. Apa pun yang kita lakukan, katakan, dan pikirkan di masa muda merupakan sebab kebahagiaan atau sebab penderitaan yang kita alami di hari tua. Lebih lanjut, apa yang kita lakukan dalam hidup ini akan menentukan kebahagiaan atau penderitaan di kehidupan mendatang. Dan tindakan-tindakan di kalpa ini akan menghasilkan pengalaman-pengalaman di kalpa-kalpa mendatang. Ini yang dimaksud prinsip karma, prinsip sebab-akibat.

*On this basis, an action is called negative or evil if it results in suffering, which is something we wish to avoid. It is called positive or virtuous if it*

*results in happiness, which is something we want. We consider an action positive or negative not on its own account but according to whether it leads to joy or sorrow.*

Berlandaskan ini, suatu tindakan disebut negatif atau tidak baik jika membawa penderitaan, sesuatu yang kita ingin hindari. Disebut positif atau baik jika membawa kebahagiaan, sesuatu yang kita inginkan. Kita menganggap suatu tindakan itu positif atau negatif, bukan dari segi tindakan itu sendiri tetapi didasari apakah itu membawa kebahagiaan atau penderitaan.

*This all depends on motivation, and so the text says, "Subdue your mind." A mind that is not disciplined will experience suffering, but a mind that is under control will be happy and at peace.*

Ini semua tergantung motivasi, karenanya teks-teks mengatakan, "Disiplinkan pikiranmu." Pikiran yang tidak disiplin akan mengalami penderitaan, sebaliknya pikiran yang terdisiplin akan bahagia dan damai.

*It is important to know all the methods for subduing the mind through the instructions of the vast and profound path. The antidote to hatred is meditation on love. To overcome attachment, we should meditate on the ugliness of what attracts us. The antidote to pride is meditation on the skandhas, or aggregates. To counteract ignorance we should concentrate on the movement of the breath and on interdependence.*

Penting untuk mengetahui bahwa semua cara mendisiplinkan pikiran dilakukan melalui petunjuk-petunjuk: ekstensif (*vistara*) dan mendalam (*gambhiram*). Penawar dari penolakan (*dvesha*) adalah meditasi cinta kasih. Untuk mengatasi ketertarikan (*lobha*), kita hendaknya memeditasikan ketidakmurnian (*asubha*) dari apa pun yang memikat kita. Penawar dari kesombongan adalah meditasi atas *skandha-skandha*, atau agregat-agregat. Untuk mengatasi kesalahpengertian (*avidya*) kita hendaknya memperhatikan gerakan napas dan mengontemplasikan kesalingterkaitan.

*The root of the mind's turmoil is in fact ignorance, on account of which we fail to understand the true nature of things. The mind is brought under control by purifying our mistaken notion of reality. This is the teaching of the Buddha. It is through training the mind that we can transform the way in which we act, speak, and think.*

Sumber dari pikiran yang bergejolak sebenarnya adalah kesalahpengertian (*avidya*), di mana karenanya, kita gagal memahami sesuatu sebagaimana adanya. Pikiran didisiplinkan dengan memurnikan kesalahpengertian kita tentang realitas. Inilah ajaran Buddha. Melalui budidaya pikiran inilah, kita dapat mentransformasi cara kita berbuat, berbicara, dan berpikir.

*It would be helpful at this point to say something about the Buddha's teaching in general. According to the Mahayana, after attaining enlightenment, the Buddha turned the Wheel of the Dharma, setting forth his teaching in three stages.*

Pada titik ini, akan membantu untuk membahas sesuatu mengenai ajaran Buddha secara umum. Menurut [perspektif] Mahayana, setelah merealisasi

penggugahan, Buddha memutar Roda Dharma, memabarkan ajaran beliau dalam tiga tahap.

*First he taught the Four Noble Truths, on which the entire Buddhist doctrine is based. These are the truth of suffering, the truth of the origin of suffering, the truth of the cessation of suffering, and the truth of the path.*

Pertama-tama, beliau mengajarkan Empat Kenyataan Arya, yang merupakan dasar seluruh Buddhadharma. Yakni, kenyataan tentang *duhkha*, kenyataan tentang sumber *duhkha*, kenyataan tentang berhentinya *duhkha*, dan kenyataan tentang jalan yang menghantarkan pada berhentinya *duhkha*.

*With the second (or middle) turning, he gave the teachings on emptiness and the profound and detailed aspects of the path, which make up the Prajnaparamita Sutras.*

Pada putaran Roda Dharma kedua (atau pertengahan), beliau memberikan ajaran tentang *shunyata* serta aspek-aspek marga yang mendalam dan terperinci, yang membuahkan sutra-sutra Prajnaparamita.

*With the third turning of the wheel, he presented the teachings on emptiness in a more accessible fashion. In sutras such as the Sutra of Buddha Nature, he spoke of an absolute nature that is devoid of the dualistic concept of subject and object. This is also the subject of the Sublime Continuum.*

Pada putaran Roda Dharma ketiga, beliau memabarkan ajaran tentang *shunyata* dalam cara yang lebih bisa dimengerti. Dalam sutra-sutra seperti *Sutra Tathagatagarbha* (*Sutra of Buddha Nature*), beliau memabarkan kenyataan terdalam yang tidak "berbelah" (*advaya*) dari subjek dan objek. Ini juga merupakan pokok bahasan dalam *Uttaratantra Shastra* (*Sublime Continuum*).

*The origin of suffering – namely, negative emotions – may be understood with varying degrees of subtlety, and this requires an understanding of the nature of phenomena.*

Sumber *duhkha* – yakni *klesha* – dapat dimengerti dengan berbagai tingkat kedalaman, dan ini membutuhkan pemahaman tentang sifat keberadaan dari pengalaman (apa pun yang dialami).

*In the second turning of the wheel, the Buddha explained in detail the truth of the cessation of suffering. He showed that an increasingly subtle analysis of phenomena leads to a greater understanding of the negative emotions and finally to an ever more refined insight into the nature of emptiness. This in turn leads to more profound understanding of the truth of the path.*

Pada putaran Roda Dharma kedua, Buddha menjelaskan dengan mendetail kenyataan tentang berhentinya *duhkha*. Beliau menunjukkan bahwa analisis yang semakin mendalam terhadap pengalaman (apa pun yang dialami) menghasilkan pemahaman yang semakin seksama tentang *klesha*, dan pada akhirnya, menghasilkan pandangan yang semakin tajam mengenai *shunyata*. Ini pada gilirannya menghasilkan pemahaman yang lebih mendalam tentang kenyataan jalan yang menghantarkan pada berhentinya *duhkha*.

*In the third turning we find a detailed explanation of the path for attaining enlightenment. It emphasizes the potential that we all have for future enlightenment. This potential, called Tathagatagarbha, or Buddha nature, is something we have always had, from time without beginning. When we talk about the truth of the path, we are not talking about something completely foreign to our nature, which might suddenly appear like a mushroom, as though without a seed or cause. It is because we have this foundation or capacity for ultimate omniscience that we are able to attain enlightenment.*

Pada putaran Roda Dharma ketiga, kita temukan penjelasan mendetail mengenai marga untuk merealisasi penggugahan. Putaran Roda Dharma ketiga menekankan potensi yang kita semua miliki untuk penggugahan di masa mendatang. Potensi ini, yang disebut *Tathagatagarbha* atau benih penggugahan, adalah sesuatu yang senantiasa kita punya, sejak masa tak berawal. Ketika berbicara mengenai jalan yang menghantarkan pada berhentinya *duhkha*, kita tidak berbicara mengenai sesuatu yang sepenuhnya asing bagi sifat keberadaan kita, yang mungkin muncul tiba-tiba seperti jamur, seolah-olah tanpa benih atau sebab. Ini dikarenakan kita punya landasan atau kapasitas untuk memiliki pengetahuan sempurna sehingga kita dapat merealisasi penggugahan.

*The texts belonging to the second turning demonstrate the empty nature of phenomena, while the Sutra of Buddha Nature and other teachings relating to the third turning emphasize wisdom, the clear and luminous aspect of the mind.*

Teks-teks yang termasuk dalam Putaran Roda Dharma kedua menunjukkan sifat *shunya* dari semua pengalaman, sementara *Sutra Tathagarbha (Sutra of Buddha Nature)* dan ajaran-ajaran lainnya yang berhubungan dengan putaran Roda Dharma ketiga menekankan *prajna*, aspek *citta* yang semata-mata "tahu" dan "jernih."

*The Buddha taught the Four Noble Truths first, as the foundation of his whole doctrine. As he elaborated his teachings, he adapted his words to suit different needs and mental capacities. The way he taught varied considerably, and what he said was more or less profound, depending on those he was addressing. It is important, therefore, to know which teachings express the ultimate sense and which have been adapted to the particular capacities of his disciples.*

Pertama-tama Buddha mengajarkan Empat Kenyataan Arya sebagai landasan dari semua ajaran beliau. Sewaktu mengelaborasi ajarannya, beliau menyesuaikan kata-kata beliau agar selaras dengan berbagai kebutuhan dan kapasitas [para pendengar]. Cara beliau mengajar sangat bervariasi, dan apa yang beliau sampaikan, tingkat kedalamannya berbeda-beda tergantung siapa yang beliau tuju. Oleh karena itu, adalah penting untuk mengetahui ajaran mana yang mengungkap pengertian terdalam dan ajaran mana yang disesuaikan dengan kapasitas murid-murid beliau.

*If, on analysis, we find that the Buddha's words, taken literally, appear illogical or lead to contradictions, we should understand that such teachings are a relative expression of the truth necessarily adapted to the comprehension of particular beings. On the other hand, if his words can be*

*taken literally and are without any contradictions or flaws, we can accept these teachings as expressing the ultimate truth.*

Jika setelah dianalisa kita temukan kata-kata Buddha diartikan secara harafiah, tampak tidak logis atau membawa kontradiksi, kita hendaknya tahu bahwa ajaran-ajaran demikian adalah ungkapan dari kenyataan konvensional yang disesuaikan dengan tingkat pengertian orang-orang tertentu. Di sisi lain, jika kata-kata beliau bisa diartikan secara harafiah dan tanpa kontradiksi atau kekeliruan, kita dapat menerima ajaran-ajaran ini sebagai ungkapan dari kenyataan terdalam (*ultimate*).

*Faith is very important in Buddhism, but wisdom is even more so. True faith has to be based on reasoning. Simply to say, "I take refuge," or "I am devoted," blindly and without reflection, is of no value. Without rational investigation, it is impossible to distinguish whether the Buddha was speaking in an adapted, or relative, sense or whether his words are to be taken literally as expressing the ultimate meaning. This is why the sutras mention the four reliances:*

*Do not rely on individuals, rely on the teachings.*

*Do not rely on the words, rely on the meaning.*

*Do not rely on the adapted meaning, rely on the ultimate meaning.*

*Do not rely on intellectual knowledge, rely on wisdom.*

Keyakinan (*sraddha*) sangatlah penting dalam Buddhadharma, tetapi lebih penting lagi adalah *prajna* – ketajaman pikiran. Keyakinan sejati hendaknya didasari logika. Semata-mata berucap, "Saya andalkan," atau "Saya berbakti," secara membabi-butu dan tanpa kontemplasi, tidak ada gunanya. Tanpa disidik secara logis, tidak mungkin dapat membedakan apakah Buddha berbicara dalam arti konvensional atau relatif, atau apakah kata-kata beliau hendaknya diartikan secara harafiah sebagai ungkapan dari kenyataan terdalam. Inilah alasannya sutra-sutra menyebut empat andalan:

Jangan andalkan orangnya, tapi andalkan ajaran-ajarannya.

Jangan andalkan kata-kata, tapi andalkan artinya.

Jangan andalkan arti konvensional, tapi andalkan arti terdalam.

Jangan andalkan apa yang diketahui secara intelektual, tetapi andalkan *prajna*.

*In contrast to ordinary intellectual understanding, the true nature of the mind is clear and knowing and has never been veiled by obscurations. The practice of the Mahayana is entirely based on this understanding.*

Bertolak belakang dengan pemahaman intelektual, sifat keberadaan *citta* adalah "jernih" dan "tahu," serta tidak pernah terselubung oleh halangan-halangan. Praktik Mahayana sepenuhnya didasari pemahaman demikian.

\*\*\*

*Diterjemahkan ke Bahasa Indonesia oleh tim Potowa Center. Juli 2018.*