

Doa *Margakrama* (*lamrim*): Jalan dengan Tiga Aspek Utama (*lam-gtso rnam-gsum*)

oleh Je Tsongkhapa

Saya bersujud kepada guru saya yang sempurna.

[1]

Inti dan arti dari semua ajaran Sang Pemenang,
Jalan yang dipuji oleh semua Pemenang suci dan keluarga mereka,
Pintu gerbang bagi mereka yang beruntung, yang menginginkan pembebasan—
Ini akan saya jelaskan semampu saya.

[2]

Mereka yang tidak terikat pada kenikmatan dalam pusaran keberadaan,
Yang berupaya untuk membuat kebebasan dan anugerah menjadi bermakna,
Yang mempercayakan diri mereka pada jalan yang menyenangkan para Pemenang—
Kalian yang beruntung: dengarkan dengan pikiran tenang.

[3]

Tanpa niat yang kalis untuk pengentasan dari pusaran keberadaan,
Tidak akan terbentuk cara menanggulangi kehausan akan kesenangan di lautan samsara,
Juga karena pendambaan kehidupan yang berpusar ini,
banyak makhluk malah terikat olehnya.
Maka untuk menanggulangnya, harus diawali dengan membentuk tekad untuk pembebasan.

[4]

Kebebasan dan anugerah sulit ditemukan
Dan dalam kehidupan ini tidak ada waktu untuk disia-siakan
Renungkan ini lagi dan lagi, hilangkan keterikatan pada kehidupan ini
Dengan berulang kali merenungkan tentang perilaku dan imbasnya yang tidak berkesudahan,
begitu juga penderitaan samsara yang berulang-ulang,
Ketertarikan dan keterikatan pada kehidupan masa depan tidak lagi layak jadi tujuan.

[5]

Setelah tumbuh kebiasaan untuk berpikir demikian,
Ketertarikan akan kenikmatan samsara tidak lagi muncul,
bahkan untuk sedetik pun,
Dan sepanjang siang dan malam niat mencari pembebasan muncul—
Dengan demikian, pada saat itu, lahirlah pikiran pengentasan sejati.

[6]

Namun, jika pengentasan ini tidak teresapi
Oleh motivasi murni pikiran penggugahan, bodhicita,
Itu tidak akan menjadi penyebab kebahagiaan sempurna dari penggugahan yang tak tertandingi,

Oleh karena itu, orang yang tahu membangkitkan pikiran yang tertinggi untuk penggugahan: bodhicita.

[7]

Tersapu oleh arus dari empat sungai yang deras,
Dirantai oleh belenggu karma yang erat, begitu sulit untuk dilepas,
Terkurung dalam sangkar besi pencengkeraman diri,
Sepenuhnya diselimuti oleh pekatnya kegelapan ketidaktahuan,

[8]

Lagi dan lagi terlahir dalam samsara tanpa akhir,
Tersiksa tanpa henti oleh tiga bentuk penderitaan—
Beginilah kondisi sekarang dari semua ibu kalian di kehidupan-kehidupan sebelumnya.
Renungkan penderitaan mereka dan bangkitkan bodhicita tertinggi.

[9]

Tanpa kewaskitaan untuk menyadari sifat segala sesuatu
Meskipun telah terbiasa dengan pengentasan diri
dan menyerap pikiran penggugahan, bodhicita,
Kalian tidak akan mampu memotong akar pusaran keberadaan
Oleh karena itu, kerahkan upaya agar dapat menghayati asas pembentukan yang berkaitan.

[10]

Bagi yang dapat melihat bekerjanya sebab dan akibat yang tanpa kesalahan
atas semua yang dialami baik dalam pusaran keberadaan—samsara,
maupun dalam keberadaan di luar ranah derita—nirwana,
Dan bagi siapa yang fokus ke objek konseptual apa pun telah hilang sama sekali,
Mereka telah memasuki jalan yang menyenangkan para Buddha.

[11]

Jika selama kedua pengetahuan ini terlihat terpisah,
yaitu pengetahuan bahwa penampakan muncul tanpa pengecualian dalam keterkaitan,
Dan pengetahuan bahwa itu sunya, bagaimanapun keberadaan-keberadaan dijelaskan—
Berarti maksud Buddha belum disadari.

[12]

Tetapi jika keduanya disadari bersamaan, tidak berurutan tetapi sekaligus,
Kemudian semata-mata melihat kemunculan bergantung yang tanpa pengecualian,
Rasa kepastian timbul, dan penghayatan inilah yang benar-benar meruntuhkan kesalahpahaman.
Saat itulah kewaskitaan pandangan telah mencapai kesempurnaan.

[13]

Jika kalian tahu bahwa penampakan menghilangkan keberadaan yang absolut
Dan sunyata menghilangkan ketiadaan yang absolut.
Dan jika kalian sadari bagaimana sunyata muncul sebagai sebab dan akibat,
Maka akan ada kekebalan terhadap pandangan apa pun yang berpegang pada yang absolut.

[14]

Ketika dengan cara ini, kalian telah memahami dengan benar
Pokok-pokok kunci dari tiga aspek utama dari jalannya,
Tariklah diri ke kesendirian, putraku, perkuat ketekunanmu,
Dan dengan cepat akan tercapailah tujuan tertinggi dan abadi.

Sumber:

FPMT Inc. (2017). A Short Sadhana of the Compassion Buddha, Arya Chenrezig, Compiled for Off-Site Participants in a 100 Million Mani Retreat on the Basis of Instructions by Lama Zopa Rinpoche.

Diterjemahkan ke bahasa Indonesia oleh tim Potowa Center. Juli 2023.