



Siang Dan Malam Tak Terlewati Sia-Sia

Somdet Phra Buddhaghosacariya
(P. A. Payutto)

Penerjemah:

Bhikkhu Dhammadhīro Mahāthera

Siang Dan Malam Tak Terlewati Sia-Sia

Somdet Phra Buddhaghosacariya
(P. A. Payutto)

Penerjemah:
Bhikkhu Dhammadhīro Mahāthera

SIANG DAN MALAM TAK TERLEWATI SIA-SIA

Penulis: Somdet Phra Buddhaghosacariya (P. A. Payutto)

Penerjemah: Bhikkhu Dhammadhīro Mahāthera (Phramaha Suprayitno)

Hak Cipta © Yayasan Sammāsayambhū

Jl. Surya kencana No.18

Pamulang Barat Rt.001/ Rw.004

Tangerang Selatan 15417

Penerbit:



SAMMĀSAYAMBHŪ

Cetakan ulang terbuka bagi siapa pun dengan seizin penerbit secara tertulis.

Edisi Dhamma Dana, tidak diperjualbelikan

Edisi Bahasa Indonesia cetakan pertama: Januari 2019

Cetakan Pertama, 10.000 jilid

Anumodanā – Turut Bersukacita

Sabbadānaṃ Dhammadānaṃ Jināti

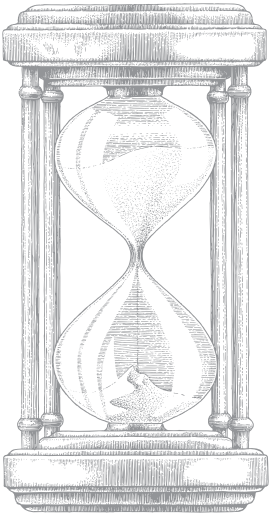
*Di antara semua pemberian,
pemberian Dhamma adalah tertinggi*

Pencetakan buku ini adalah hasil kerjasama:

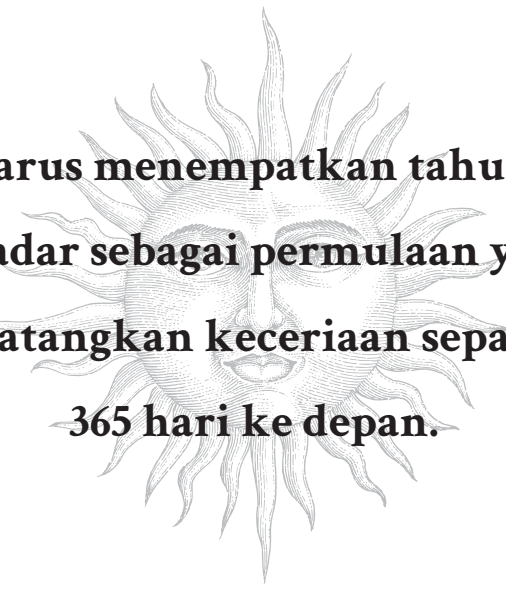


Daftar nama harum donatur

Dapat dilihat di web: www.sammasayambhu.org



Ratyo Amoghā Gacchanti
Siang dan malam tak terlewati sia-sia



**Kita harus menempatkan tahun baru
sekadar sebagai permulaan yang
mendatangkan keceriaan sepanjang
365 hari ke depan.**

Tahun baru adalah waktu baru yang penuh keceriaan, masih segar sehingga patut menjadi dambaan, hal menyenangkan, dan membuat hati semarak. Akan tetapi, untuk menjadi baru, menjadi ceria, itu bergantung pada kita menjadikannya karena waktu adalah sama saja untuk setiap harinya. Hari di tahun baru atau hari di akhir tahun adalah waktu antara matahari terbit dan matahari terbenam seperti biasa. Bumi terus berputar. Kitalah yang harus menjadikannya baru, yaitu dengan membuat hati kita baru, setidaknya bisa menjadi ceria dan segar. Hanya saja, dalam menjadi ceria ini, semestinya tidak berceria dengan warna kebodohan, yakni janganlah bersuka ria tanpa mengingat ke belakang dan menimbang ke depan, sebaliknya memandang lurus ke depan bahwa hari di tahun baru bukan hanya ada satu hari, masih ada sisa 364 hari untuk bersuka ria. Kita harus membuat hari pertama di tahun baru sekadar sebagai hari permulaan untuk mendatangkan kesukariaan sepanjang 364 hari.

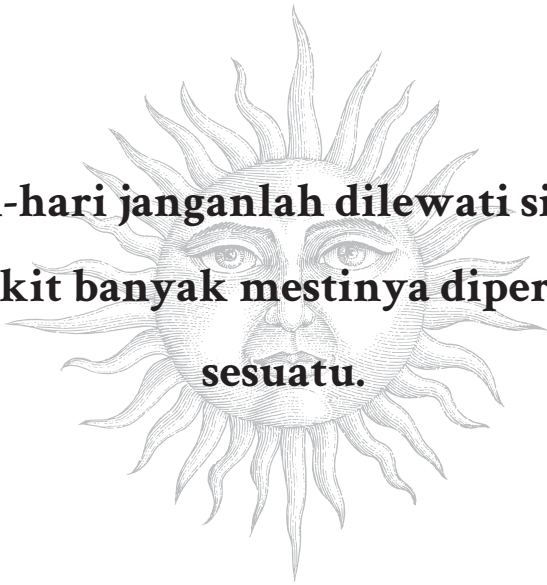
SIANG DAN MALAM TAK TERLEWATI SIA-SIA

Tahu menggunakan waktu.



Bagaimanakah hari di tahun baru bisa menjadi hari permulaan untuk bersuka ria sepanjang 364 hari? Ini bisa terjadi bilamana kita memiliki pikiran yang diliputi dengan nilai-nilai baik, bukan sebatas dengan berhura ria secara bego, secara tumpul otak. Kita mesti berpikir yang baik, berniat yang baik, punya daya upaya, bahwa kita harus maju ke depan, harus berkreasi, menjadikan hidup kita diwarnai hal-hal baik, kebahagiaan, dan kemajuan; bahwa kita akan membuat masyarakat, bangsa, dan negeri kita mendapatkan hal-hal baik, kebahagiaan, dan kemajuan. Dengan berniat demikian, batin kita akan sudah bersuka ria. Setelah berniat, kita, dengan menggunakan pengetahuan yang kita miliki, membenahi dan memajukan hidup kita untuk bisa melangkah ke depan, termasuk bisa memakai waktu agar berguna. Hari di tahun baru dapat diibaratkan sebagai titik tantangan bagi kita, bahwa seberapa mampukah kita memakai waktu; berhasilkah kita menciptakan perkembangan dan kebahagiaan; dan betulkah keberkahan akan datang pada kita.

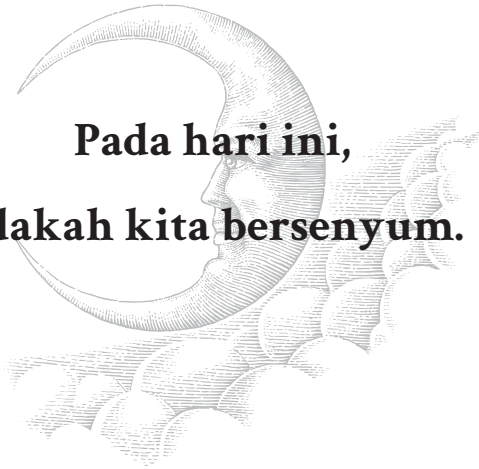
**Hari-hari janganlah dilewati sia-sia.
Sedikit banyak mestinya diperoleh,
sesuatu.**



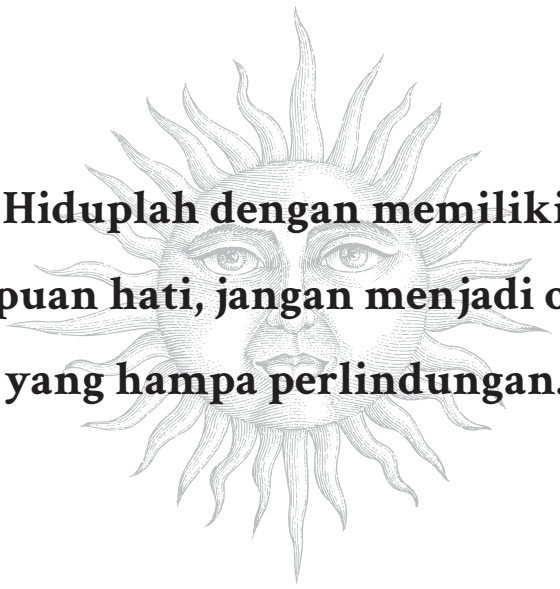
Ada suatu ajaran Sang Buddha yang patut direnungkan, “Hari-hari janganlah dilewati sia-sia. Sedikit banyak mestinya diperoleh, sesuatu.” Kata ‘diperoleh’ ini ada banyak macam. Sebagian orang berpikir tentang memperoleh harta kekayaan, manfaat; sebagian memaksudkan memperoleh karier, sebagian menginginkan memperoleh hal-hal bajik untuk perkembangan batin, dan sebagian yang lain mengartikan ke memperoleh kemajuan di bidang pendidikan, pengembangan talenta. Kalaupun sebagian orang tidak memperoleh sesuatu apa pun sepanjang hari, setidaknya saat menjelang tidur ia bisa memperoleh batin yang jernih; pada menit-menit terakhir sebelum terlelap ia tidur dengan batin yang nyaman dan mekar. Tahun baru pun pasti menjadi tahun baru yang indah.

SIANG DAN MALAM TAK TERLEWATI SIA-SIA

**Pada hari ini,
adakah kita bersenyum.**



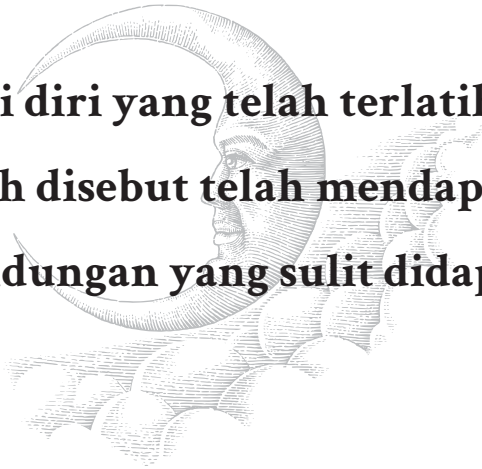
Pada setiap harinya kita perlu berpikir, bahwa pada hari ini bisakah kita bersenyum; di sepanjang hari ini adakah kita bersenyum. Jika belum ada, segeralah bersenyum. Carilah orang untuk menerima senyuman untuk sekali saja sebelum tertidur lelap melewatkan satu hari. Jika batin belum berseri lega, belum bersuka cita untuk sekali, usahakanlah membuatnya.



**Hiduplah dengan memiliki
tumpuan hati, jangan menjadi orang
yang hampa perlindungan.**

Perasaan kesepian, kekosongan, kerinduan, kesendirian, atau apapun namanya ini banyak menguasai batin orang di masyarakat zaman sekarang. Orang-orang demikian itu lalu lari menjauh dari diri sendiri, mencari hal luaran untuk diisikan ke dalam diri. Keberadaan demikian ini disebut ketidakmampuan hidup sendiri, atau ketidakmampuan berbahagia dalam berada dengan diri sendiri.

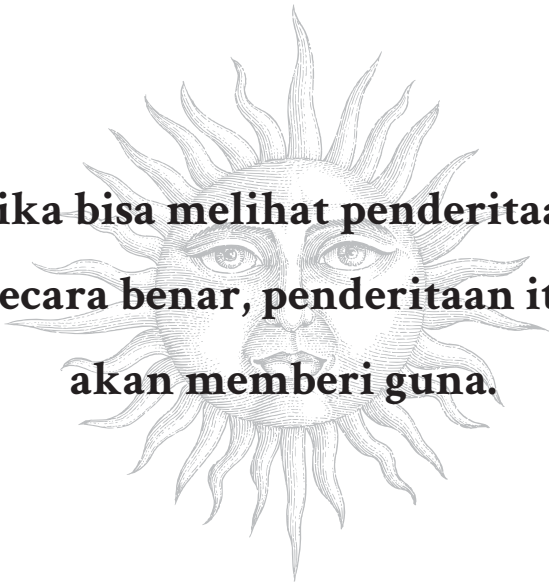
**Memiliki diri yang telah terlatih baik
itulah disebut telah mendapat
perlindungan yang sulit didapat.**



Dalam Agama Buddha, cara pandang diubah dengan melihat dari sisi kebalikannya, yaitu mengubah rasa kesepian, kesendirian dalam berada seorang diri menjadi berbahagia dalam berdiam seorang diri, sebagaimana ada sebutan ‘hidup bahagia dalam penyepian’ atau *vivekasukha* yang merupakan titik tekanan dalam Agama Buddha.

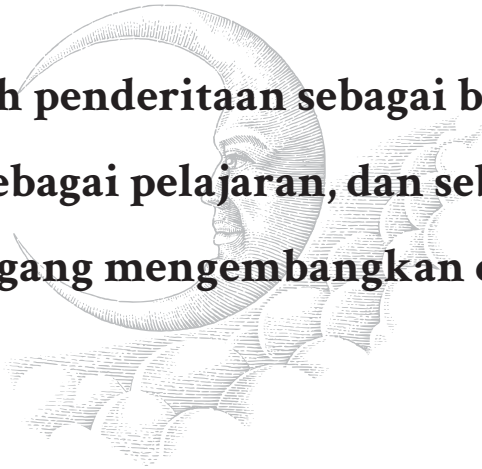
Begitu bisa hidup dengan bahagia seorang diri, bisa berada dengan diri sendiri, memiliki rasa penuh dalam diri, orang tidak perlu lari mencari sesuatu dari luar untuk diisikan karena sisi dalamnya telah penuh, tidak kurang, tidak kosong, tidak melompong. Bila pun ia keluar untuk bersosialisasi, ia tetap segar berseri, berbahagia di komunitasnya.

**Jika bisa melihat penderitaan
secara benar, penderitaan itu
akan memberi guna.**



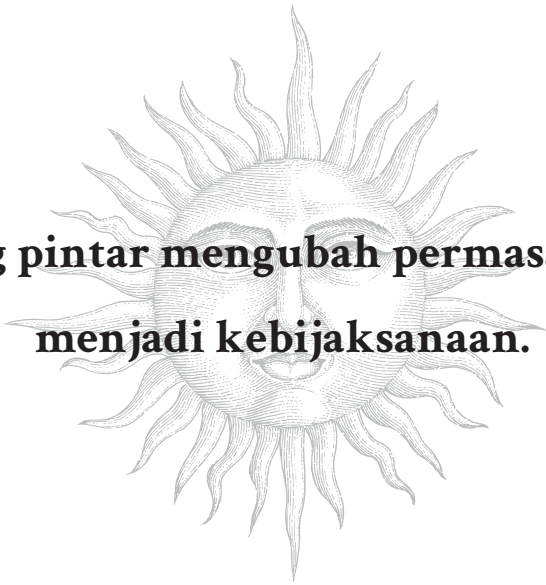
Bilamana menderita, janganlah panik, sebaliknya lihatlah kondisi secara benar dan seimbang, yaitu tidak terlalu buruk ataupun terlalu baik; tidak melihat secara sempit, melainkan melihat jauh ke depan bahwa kita dapat melampaui situasi buruk kali ini dengan baik. Penderitaan dan kebahagiaan adalah perihal wajar. Kita semua sama-sama menginginkan jauh dari penderitaan, mendapati kebahagiaan. Akan tetapi, karena kita hidup di dunia, kita wajar bertemu dengan keduanya, silih berganti, berubah-ubah, dan tidak pasti. Dan, walaupun dapat berpikir begitu, kita tidak semestinya berserah atau melepas diri dengan berbaring tanpa peduli, melainkan berusaha menalar mencari penyebab dan cara mengatasi, setidaknya menjadi tahu bahwa kebahagiaan dan penderitaan memiliki sisi baik dan sisi buruknya sendiri. Jika kita tidak mampu memakai penderitaan, penderitaan itu akan menghimpit diri kita, dan segala hal di sekitar kita, lahiriah maupun batiniahnya, tampak buruk semuanya. Sebaliknya, jika kita mampu memakainya, melihat penderitaan secara benar, penderitaan itu pun akan mendatangkan guna.

Pakailah penderitaan sebagai bahan ujian, sebagai pelajaran, dan sebagai gelanggang mengembangkan diri.



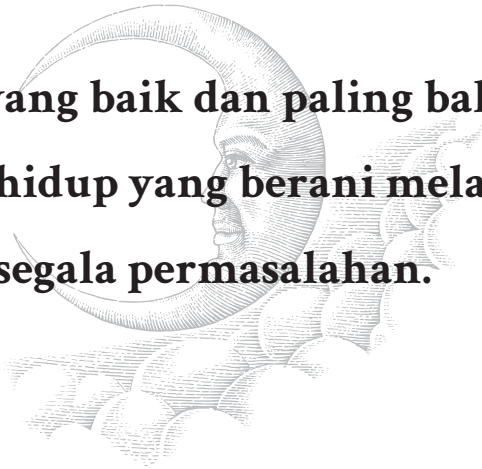
Pakailah kebijaksanaan dalam melihat permasalahan pada masa lalu-lalu, bahwa kejadian negeri hancur, perang dunia adalah masih jauh lebih buruk. Jangalah putus asa. Bila ada orang di lingkungan kita jatuh menderita, salingilah berbantu. Pihak yang menderita pun jangan mengucilkan diri, harus mencari penasihat, mencari cara pandang dari berbagai sudut. Pandanglah penderitaan sebagai alat uji diri bahwa, 'Aku telah lama nyaman. Begitu menemui derita, bisakah aku lolos. Jika bisa lolos, ini berarti bahwa aku adalah orang cukup pintar.' Pakailah penderitaan sebagai alat uji, sebagai pelajaran, dan sebagai medan pengembangan diri. Berpikirlah bahwa kini medan pengembangan diri telah tiba. Pakailah medan ini dalam melawan permasalahan, mengembangkan kebijaksanaan dan kemampuan yang pada akhirnya nanti pada kita pun, akan muncul kebanggaan bilamana keberhasilan diraih.

**Orang pintar mengubah permasalahan
menjadi kebijaksanaan.**

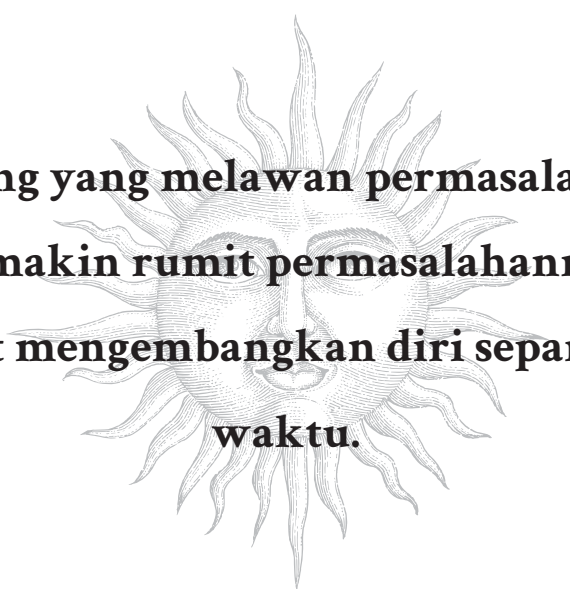


Orang pintar mengubah permasalahan menjadi kebijaksanaan. Orang-orang yang berkembang maju kebijaksanaannya itu memperolehnya dari berpikir menyelesaikan masalah semuanya. Oleh karena itu, permasalahan itu sesungguhnya adalah sumber kebijaksanaan, dan penderitaan pun dapat berubah menjadi pondasi untuk berkembang maju. Dengan hanya mengganti satu aksara, *pañhā* ('permasalahan') pun akan menjadi *paññā* ('kebijaksanaan').

**Hidup yang baik dan paling bahagia
adalah hidup yang berani melawan
segala permasalahan.**

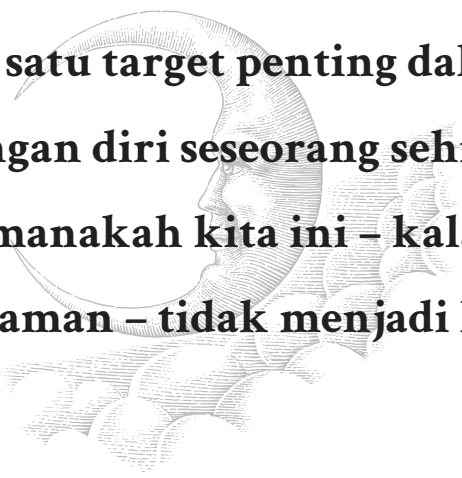


Hidup yang baik dan paling bahagia adalah hidup yang berani melawan segala permasalahan. Beradalah di sudut pandang yang benar terhadap permasalahan-permasalahan itu, dan selesaikanlah dengan cara yang benar. Sikap menjauh untuk tidak tahu menahu keberadaan permasalahan adalah sikap menutup mata atau menipu diri sendiri yang tidak membantu untuk lepas dari penderitaan, bukan penyelesaian masalah dan penemuan kebahagiaan yang sejati.



**Orang yang melawan permasalahan
– semakin rumit permasalahannya –
dapat mengembangkan diri sepanjang
waktu.**

Jika seseorang tidak pernah menghadapi masalah, tidak pernah menyelesaikan masalah, bagaimanakah hidupnya bisa maju berkembang. Orang yang hanya mau nyaman, tidak berani melawan masalah, tidak berani melawan sesuatu yang sulit, akan tetap berada di tempat semula. Seperti halnya orang yang hanya suka melakukan pekerjaan yang mudah-mudah, bagaimanakah ia bisa mengembangkan diri, sebatas pekerjaan yang ia lakukan itulah yang didapat. Sebaliknya, orang yang melawan masalah, semakin sulit masalahnya, akan dapat mengembangkan diri di sepanjang waktu.



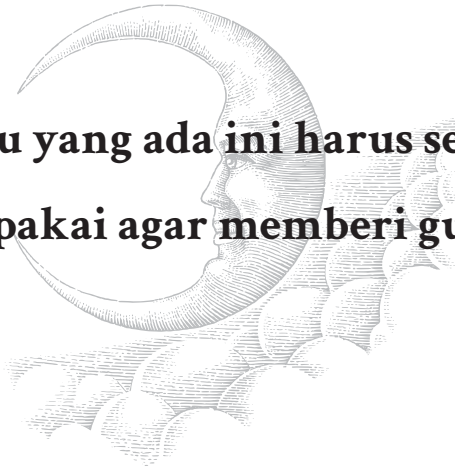
Salah satu target penting dalam pengembangan diri seseorang sehingga ada di bagaimanakah kita ini – walaupun hidup nyaman – tidak menjadi lengah.

Salah satu target penting dalam pengembangan diri seseorang sehingga terletak di bagaimanakah kita ini – walaupun hidup nyaman – tidak menjadi lengah karena sesungguhnya keberadaan nyaman inilah yang memberikan celah – ketika muncul kesulitan – terjadinya kebuntuan, tersendat untuk mengatasinya. Waktu dalam penderitaan adalah waktu-waktu yang sulit melakukan segala sesuatunya, menjadi macet dalam mengerjakan segala sesuatunya, namun sebenarnya waktu dalam penderitaan inilah orang akan beranjak bangkit melawan, meronta, dan mencari.



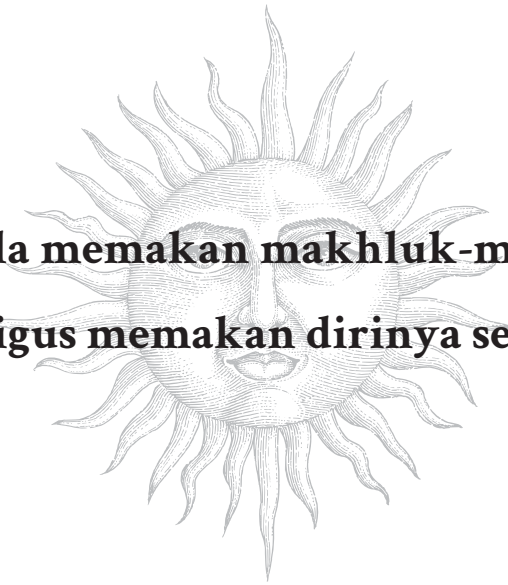
Jika kita bermasalah dengan urusan kelahiran, ketuaan, kesakitan, kematian, dan sebagainya, lalu merasa perlu untuk tidak menjadi lengah, memacu diri untuk mencari hal-hal bajik, inilah yang disebut muncul keprihatinan.

**Waktu yang ada ini harus segera
kita pakai agar memberi guna.**



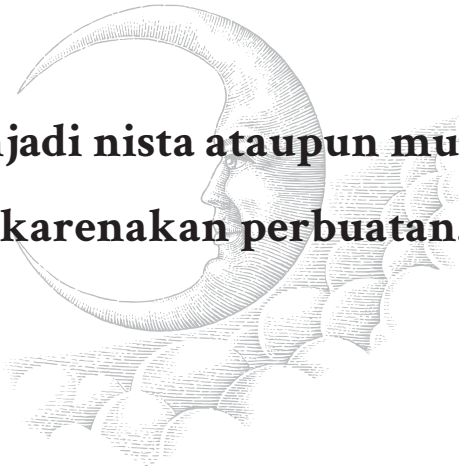
Yang disebut ‘memunculkan keprihatinan’, ‘memunculkan kekuatan’, tidak lain bertujuan untuk menjadi tidak lengah. Kekuatan batin (atau keprihatinan) diperoleh dari merangsang pemahaman suatu kebenaran bahwa ‘Oh, demikian ini kebenarannya. Hidupku tidak bisa berlanjut selamanya. Hal-hal lain pun tidak bisa berlangsung sepanjang kala, pasti terjadi keberpisahan. Oleh karena itu, untuk waktu yang ada ini aku harus bergegas memakainya agar berguna.’ Dengan merangsang pemahaman demikian ini, pada kita akan muncul kekuatan batin untuk segera melaksanakan Dharma, hal-hal bajik, tanpa keacuh-takacuhan, tanpa penelantaran, tanpa ada pembiaran waktu berlalu sia-sia. Pada situasi demikian inilah kita akan dapat memunculkan kebergegasan, keteguhan hati yang sesungguhnya.

**Sang kala memakan makhluk-makhluk,
sekaligus memakan dirinya sendiri.**



Waktu berlalu. Ia memakan seluruh makhluk hidup. Jikalau ia memakan kita, agar bisa mendapat manfaat setimpal, kita perlu memakannya juga. Inilah yang disebut pemakaian waktu agar berguna, atau tahu cara menggunakan waktu. Pemakaian waktu tidak lain adalah pemakanan waktu. Oleh karena itu, bilamana kita tahu memakai waktu, kita pun disebut tahu memakan waktu.

**Menjadi nista ataupun mulia
dikarenakan perbuatan.**



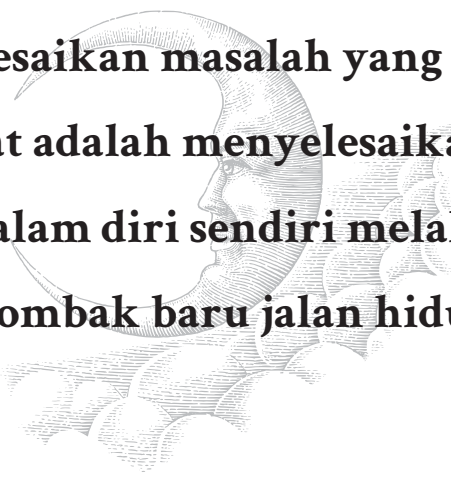
Orang menjadi mulia atau nista bukan disebabkan oleh kelahirannya, melainkan dikarenakan perbuatan. Kesimpulannya, penentuan terhadap seseorang adalah didasarkan pada perbuatannya, yaitu kehendak yang muncul dalam bertindak, bertutur kata, dan berpikir. Penentuan keberadaan seseorang bukan didasarkan pada kelahiran atau harta kekayaan. Dalam memuji, menghargai, seseorang pun dipakai prinsip ini.

SIANG DAN MALAM TAK TERLEWATI SIA-SIA



Apakah arti proses perjalanan hidup manusia. Ada sebuah ungkapan lama, 'Hidup adalah perjuangan', maksudnya bahwa dalam kita hidup ini kita harus menghadapi masalah, menemui berbagai hal yang menghimpit. Kita harus melawan, harus bersusah payah, yang singkat katanya, menurut istilah ilmiahnya, adalah 'penyelesaian masalah'. Perkataan 'hidup adalah perjuangan' pun sama dengan perkataan 'hidup adalah penyelesaian masalah'. Orang yang pandai dalam menyelesaikan masalah, mampu menyelesaikan masalah, akan dapat menjalankan hidup dengan baik, bisa memenangkan peperangan.

**Menyelesaikan masalah yang paling
keramat adalah menyelesaikannya
di dalam diri sendiri melalui
merombak baru jalan hidup.**



Orang kebanyakan, ketika dihipit oleh derita atau dicekam oleh ketakutan, akan bangkit melawan, menjadi memiliki tenaga, kemudian berupaya untuk mencari jalan keluar. Ia pun akan memiliki kekuatan. Bagaimanapun, kekuatan yang ada ini perlu juga dibarengi dengan perhatian penuh, tidak gegabah, dan menggunakan pengetahuan bijak untuk menilik, mempertimbangkannya. Saat menemui penderitaan, janganlah berputus asa atau bersedih hati secara berlebihan. Gunakanlah penderitaan itu sebagai kekuatan pendorong untuk maju ke depan. Orang-orang yang meraih keberhasilan seluruhnya pernah menderita sebelumnya. Permasalahan yang kita temui pada saat sekarang ini harus diselesaikan. Permasalahan itu tidak lain adalah permasalahan yang muncul dari kekeliruan dalam memilih jalan hidup. Setelah mengetahui jalan tersebut keliru, hal yang mesti dilakukan adalah menyelesaikannya dengan menapak ke jalan baru yang benar. Hidup pun akan menjadi baik. Menyelesaikan masalah yang paling keramat adalah menyelesaikan masalah di diri sendiri dengan merombak baru jalan hidup melalui harus menjadi penghasil, pengkreasi, tidak melantur, tidak berkutat pada hanya menjadi pengasup (konsumer), cermat dalam menggunakan hal yang paling sedikit untuk meraih manfaat paling banyak.

Tutur Kata Tak Kunjung Mati

Manopubbaṅgamā dhammā

Segala keberadaan* dipelopori oleh cipta.**

Attanā codayattānaṃ

Tegurlah diri sendiri oleh diri sendiri.

**...Evaṃ anāvilamhi citte
so passati attadatthaṃ paratthaṃ**

Bilamana air jernih, bening, seseorang dapat melihat kerang, bukur, kerikil, pasir, dan kawanan ikan dengan jelas. Bilamana cipta tidak keruh, demikian pula seseorang dapat melihat manfaat diri sendiri dan manfaat orang lain dengan jelas.

Anumajjhaṃ samācare

Berperilakulah sedang-sedang.

Sanantā yanti kusubbhā tuṇhī yanti mahodadhi

Sungai kecil mengalir keras menderu.

Sungai besar mengalir diam tenang.

Yadūnakaṃ taṃ santi yaṃ pūraṃ santameva taṃ

Sesuatu yang kosong nyaring bunyinya.

Sesuatu yang penuh diam tak bersuara.

* Maksud 'keberadaan' di sini adalah hal-hal batiniah, yaitu perasaan, kehendak, dan lain-lain.

** Kata 'cipta' = kesadaran, pikiran.

**Sukhena phutṭhā athavā dukkheṇa
na uccāvacam paṇḍitā dassayanti**

Orang bijaksana, disentuh oleh suka atau pun duka,
tidak menunjukkan sikap naik atau pun turun.

Paṭikacceva taṃ kariyā yaṃ jaññā hitamattano

Setelah mengetahui manfaat bagi diri sendiri,
segera seseorang patut membuatnya.

Garahāva seyyo viññūhi yañce bālappasamsanā

Orang bijak mencela adalah lebih baik daripada orang dungu memuji.

Na hiṃsanti akiñcanam

Tiada suatu hal apa pun. Tidak ada apa pun menyakiti.

Viriyena dukkhamacceti

Seseorang dapat melampaui penderitaan dengan daya upaya.

Amoghaṃ divasaṃ kayirā appena bahukena vā

Tidak semestinya hari terlewatkan sia-sia.
Sedikit atau banyak semestinya sesuatu dibuat.

Kathambhūtaṃ me rattindivā vītipatanti

Malam dan siang berlalu. Apatah yang aku sedang lakukan kini.

Kita harus menempatkan tahun baru
sekadar sebagai permulaan yang
mendatangkan keceriaan sepanjang
365 hari ke depan.

*Happy
New Year*



SAMMĀSAYAMBHŪ

www.sammasayambhu.org