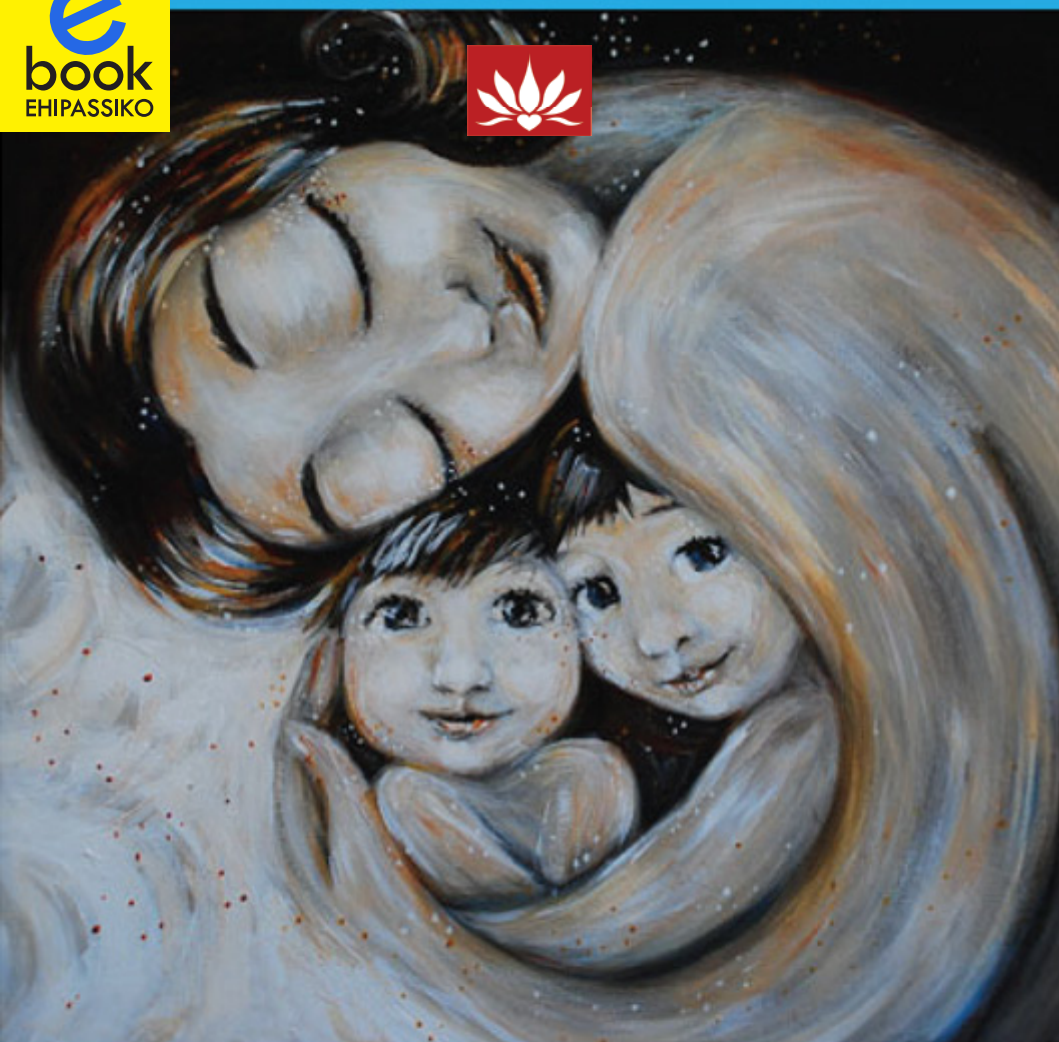




Kasih Orangtua Tiada Batas

Piyanetti Setiadi





Piyanetti Setyadi, biasa disapa MoMMi, merupakan anak ke-7 dari 9 bersaudara dari pasangan Alm. Tjia Fung Tjung dan Almh. Sumarsih Setyadi. Ia lahir di Jakarta pada tanggal 27 Oktober 1965.

Ibu dari Paramita Devi dan Adhitthana Parami ini mengisi waktu dengan membantu usaha kakaknya.

Waktu senggang dimanfaatkan untuk melakukan kegemarannya membaca, menulis, memasak, dan bercengkerama dengan keluarga.

Semasa remaja mempunyai impian menjadi penulis untuk berbagi inspirasi. Usia tua tidak menghalangi cita-cita ketika impiannya terwujud melalui buku pertamanya yang diterbitkan oleh Ehipassiko Foundation dalam Seri Dharma Putra Indonesia ini.

Penulis dapat dihubungi melalui e-mail: piyanettisetyadi@gmail.com atau melalui Facebook: Piyanetti.

Kumpulan artikel pendek ini adalah hasil perenungan seorang ibu rumah tangga yang disarikan dari pengalaman dan pengamatannya terhadap berbagai kejadian sekitar.

Jika kita jeli, hikmah Dhamma bisa kita petik dari mana saja, mulai dari pengalaman ikut seminar, tontonan film, bacaan novel, dunia maya, curhatan kawan, bahkan lamunan!

- Pernahkah Anda begitu rindu dengan seseorang, tapi Anda tidak bisa lagi bertemu dengannya karena telah dipisahkan oleh kematian?
- Kecintaan pada anak, pasangan, benda yang disukai, ataupun tubuh ini, sehingga rela menghabiskan begitu banyak uang untuk merawatnya, semuanya bersumber pada kelekatan.
- Tidak salah bila dikatakan lebih mudah menghilangkan kemarahan daripada menghilangkan kelekatan. Kelekatan bukan saja kepada yang dicintai, tapi juga kepada yang dibenci. Akibatnya, pada kelahiran mendatang kita bisa bertemu lagi dengannya, terus dan terus.

Intuisi Penulis sebagai seorang ibunda membuat buku ini penuh ekspresi tentang kasih orangtua kepada anak—dari sinilah judul buku ini diunggah.



Kasih Orangtua Tiada Batas

Piyanetti Setiadi



Judul	Kasih Orangtua Tiada Batas
Penulis	Piyanetti Setyadi
Penyunting	Devi Yuttikā, Handaka Vijjānanda
Penata	William Tjhia
Penerbit	Ehipassiko Foundation 085888503388 BB 29DFC495 ehipassikofoundation@gmail.com www.ehipassiko.net
Hak Cipta	©2013 Piyanetti Setyadi
ISBN	978-602-8194-10-1
Cetakan	1, Mei 2013

Anda boleh mengunduh, mencetak, menyalin,
dan membagi buku ini selama tidak dijual.

Senarai Isi

Prakata	4
1. Dead Poets Society	5
2. Jangan Dua Bata Jelek	9
3. Kasih Orangtua Tiada Batas	14
4. Kematian	19
5. Bungkus Luar	24
6. Kecantikan	28
7. Kolektor	31
8. Facebook	35
9. Marah	41
10. Kakek-Nenek	45
11. Semoga Kau Bahagia Bersamanya	48
12. Bunuh Diri	57
13. Cinta Mati	61
14. Penghidupan Benar	65
15. Cinta Sejati	70
16. Dihormati, Bukan Ditakuti	73
17. Anak yang Tumbuh	76
18. Ulang Tahun	79
19. Lahir-Tua-Sakit-Mati	82
20. In Loving Memory: My Dear Mother	85
21. Nenek dan Bocah Kecil	89
22. Hari Ibu	92
23. Stop Bullying	94
Terima Kasihku	96



Prakata

Sebuah pepatah Barat mengatakan, *life begins at forty*, “hidup dimulai pada usia 40”. Bagiku yang kala itu masih berusia belasan, membaca hal tersebut tentu saja aku tidak setuju. Hidup itu ya sejak aku dilahirkan. Mana mungkin hidup baru dimulai pada usia setua itu? Tapi sekarang, ketika aku berada pada umur tersebut, aku mulai merasa kalau pepatah itu benar. Saat ini, aku kok merasa belum tua-tua amat... ha-ha-ha, dan yang pasti adalah, aku baru merasa benar-benar hidup pada usia ini. Salah satu hal yang membuat aku baru merasa hidup adalah pada usia inilah salah satu impianku terwujud, untuk pertama kalinya tulisan tentang pemikiranku selama 40 tahun mengarungi kehidupan bisa terealisasi dalam sebuah buku.

Terima kasih banyak kepada Ehipassiko Foundation, khususnya MoM Handaka Vijjānanda, yang sudah membantu mewujudkan impianku sejak remaja ini.

Cita-citaku waktu remaja adalah menjadi penulis. Waktu itu aku suka menulis puisi. Namun sebagian besar puisi-puisi itu hanya kukoleksi sendiri. Beberapa saja yang pernah dimuat di majalah. Bagi penulis, impian utama adalah jika karyanya bisa *go public*, dinikmati, disukai, dan menginspirasi banyak orang. Dengan terbitnya buku ini, tercapailah satu tahap impianku sebagai penulis. Semoga apa yang kutulis di sini bisa dinikmati, menginspirasi, dan membawa kebaikan bagi semuanya.

Piyanetti Setyadi
Waisak, 2013



1

Dead Poets Society

Film “Dead Poets Society” menjadi film yang wajib diputar di kelas Inggris sekolah menengah di Amerika Utara. Film yang memenangkan berbagai penghargaan Piala Oscar ini berlatar di Akademi Welton, Vermont. Tokoh utama film ini adalah tujuh anak lelaki yang berteman, salah satunya Neil Perry (Robert Sean Leonard) yang bersekolah di sekolah khusus anak laki-laki itu. Akademi Welton ini menganut prinsip: tradisi, kehormatan, disiplin, dan prestasi.

Kisah dimulai dengan kedatangan seorang guru pengganti bahasa Inggris, John Keating (Robin Williams). Guru pengganti ini mendobrak kemapanan otoritas lembaga sekolah yang selalu berupaya menjadi penengah. Ideologi yang ditanamkan oleh guru pengganti tersebut adalah bahwa hanya diri kita sendiri yang dapat mengetahui siapa kita sebenarnya.

Pemikiran bebas seperti ini lantas menjadi masalah ketika Neil

memutuskan untuk belajar drama daripada kedokteran seperti keinginan ayahnya.

Akhir cerita film ini begitu tragis. Neil akhirnya bunuh diri di ruang kerja ayahnya, ia menembak kepalanya dengan sebuah pistol setelah ia gagal menyenangkan hati ayahnya dengan penampilan perdana dramanya di sekolah.

Sedikit cuplikan film yang diputar pada waktu seminar yang saya hadir di sekolah, sangat membekas di hati saya. Dalam kehidupan nyata, banyak sekali orangtua dengan tipe seperti ayah Neil dalam film itu, tipe otoriter. Orangtua tipe ini selalu memaksakan kehendaknya sendiri, tanpa mempedulikan bagaimana keadaan dan kemampuan sebenarnya sang anak.

Kasus-kasus orangtua otoriter ini sangat banyak terjadi di tengah-tengah kita. Bisa kita temukan dengan mudah teman-teman, saudara, atau mungkin diri kita sendiri yang sekolah atau kuliah sesuai dengan pilihan orangtua. Contohnya, orangtua memaksakan jurusan kedokteran, padahal anaknya lebih memilih jurusan seni. Akibatnya bisa diduga, si anak menjadi berulah, mulai dari malas kuliah, sampai-sampai pindah jurusan atau bahkan berhenti kuliah.

Kita tidak sepatutnya menyalahkan anak-anak yang berulah akibat pemaksaan kehendak orangtuanya. Anak menjadi berulah karena mereka merasa tidak dihargai, mereka menjadi kecewa, sedih, malu, minder. Hasilnya adalah mereka menjadi seorang pendiam atau malah membangkang dan berulah.

Mengapa sih ada orangtua yang tidak bisa mengerti dan memahami keinginan anaknya? Biasanya orangtua yang otoriter lebih menggunakan mulutnya daripada telinganya. Mereka selalu menganggap pendapat

Kasih Orangtua Tiada Batas

merekalah yang terbaik, anak-anak tidak tahu apa-apa, jadi sebaiknya mengikuti pendapat orangtua yang sudah kenyang asam garam kehidupan. Tentu saja konsep ini tidak benar.

Mendengarkan adalah kunci keharmonisan orangtua dan anak. Anak ingin didengarkan idenya ataupun keluh kesahnya dengan HATI, dengan penuh kasih dan pengertian. Dengan mendengarkan menggunakan hati, kita bisa memahami orang lain seperti apa adanya: apa yang dipikirkannya, apa yang dirasakannya, dan alasan mengapa mereka bertindak demikian.

Beda halnya apabila mendengar dengan pikiran: kita akan cenderung menganalisis, membandingkan, mencari kelemahan, menilai, membantah, dan akhirnya ingin membuktikan bahwa yang lain salah, dan hanya pendapat kita yang benar.

Tipe orangtua yang kedua adalah orangtua yang permisif (terlalu bebas). Tipe ini termasuk orangtua-orangtua yang terlalu cuek dan tidak mau tahu tentang anaknya. Ini berbanding terbalik dengan tipe orangtua otoriter.

Tipe ini tidak selalu berarti bagus, malah bisa berarti sebaliknya. Terlalu bebas malah akan menjadi bumerang untuk diri sendiri. Sudah sering kita lihat dan dengar contoh nyata di sekitar kita akibat orangtua yang terlalu membebaskan pergaulan anak-anaknya seperti anak remaja terlibat pergaulan bebas, terlibat obat-obatan terlarang, dan tindakan-tindakan kriminal.

Selain itu karena terlalu cuek, biasanya orangtua tipe ini jarang menegur anaknya saat anak-anaknya melakukan hal yang salah. Mereka cenderung mendiamkannya saja. Padahal dengan mendiamkan, anak

Kasih Orangtua Tiada Batas

tidak akan tahu apa kesalahannya. Akibatnya, sampai besar mereka tidak bisa membedakan mana yang baik dan mana yang buruk. Anak yang keras kepala, kemauan yang harus selalu dituruti, adalah contoh lain dari akibat anak yang tak pernah ditegur saat bersalah.

Tipe orangtua yang ketiga adalah orangtua yang asertif-demokratis (tengah-tengah). Tipe ini adalah yang paling ideal, tidak mengekang, juga tidak terlalu membebaskan. Mereka mampu menghargai pendapat anak, mendengarkan curhat anak-anaknya dengan hati. Namun mereka tahu kapan harus tegas. Mereka akan menegur anak bila mereka salah, bukan dengan mendiampkannya saja. Anak dengan gaya asuh orangtua yang seperti ini akan tumbuh menjadi anak yang bijaksana dan berbudi luhur.

Lalu, orangtua tipe yang manakah Anda? Tanyalah pada diri Anda sendiri, apakah selama ini Anda sudah cukup bijak sebagai orangtua? Mulailah berubah sedikit demi sedikit ke arah yang lebih baik demi anak-anak kita. Ingatlah bahwa seorang anak butuh dipahami, dihargai, dan merasa aman. Kebutuhan dasar ini dibutuhkan oleh siapa saja, bukan hanya seorang anak, namun setiap orang, setiap saat, dan di mana saja.

Kita memang perlu belajar susah payah untuk menjadi profesional sebagai ahli hukum, dokter, pilot, dan profesi-profesi hebat lainnya. Tetapi untuk menjadi orangtua yang bijak, kita hanya perlu berbekal naluri dan pengalaman didik yang baik dari orangtua kita dahulu.

Inti menjadi orangtua yang baik dan benar sama pada setiap zaman, tetapi bagaimana menerapkannya ke dalam tindakan sehari-hari, itulah yang selalu berubah dari zaman ke zaman. Cara mengasuh yang bijak 25 tahun yang lalu, belum tentu bijak untuk masa kini.



2

Jangan Dua Bata Jelek

Aku beruntung sekali bisa menghadiri sebuah seminar di sekolah anakku pada hari Sabtu, 23 Oktober 2010. Sebetulnya saat itu aku sedang mengantuk berat karena malam sebelumnya kurang tidur. Namun ternyata topikny menarik dan bermanfaat untuk para orangtua, rasa kantukku pun jadi hilang sedikit demi sedikit.

Dari seminar itu, aku mendapatkan ilmu yang semoga bisa kuaplikasikan dalam kehidupanku dan pembaca. Ilmu berharga itu adalah tentang cara-cara untuk meningkatkan prestasi anak. Cara-cara tersebut antara lain:

1. Menunjukkan sikap positif dan apresiatif orangtua terhadap pendidikan dan kegiatan sekolah.

Biasanya anak akan senang dan bahagia jika orangtua bisa menghadiri segala kegiatan di sekolah yang melibatkan mereka. Entah itu pentas

seni di sekolah, menyanyi, membaca puisi, ataupun pengambilan rapor. Bagi mereka, hal ini berarti menunjukkan kepedulian dan perhatian orangtua terhadap mereka. Lebih dari itu, kedatangan kita pada acara mereka menunjukkan dukungan kita terhadap apa yang mereka lakukan sehingga mereka akan lebih percaya diri dan berani.

2. Mengenal teman dekat anak kita.

Hal ini sangat penting. Bukan berarti kita terlalu mencampuri urusan anak-anak kita, namun sebagai orangtua, wajib memantau mana teman yang baik atau tidak. Bukan pula berarti kita mengajarkan anak kita memilih-milih teman. Alangkah bijaknya untuk tidak terlalu dekat dengan teman yang tidak baik. Tidak bisa dipungkiri bahwa pergaulan adalah penentu pribadi kita, seperti kata pepatah Buddha: *yadisam kurute mittam, yadisam cupasevati; sopi tadisako hoti, sahavaso hi tadiso*, yang artinya: "orang akan menjadi sama dengan teman pergaulannya, karena begitulah sifat pergaulan".

3. Hubungan harmonis di dalam keluarga.

Bagaimana kita mengharapkan anak kita mendapat nilai yang bagus kalau setiap hari kita sebagai orangtua selalu bertengkar?

4. Penghargaan dalam bentuk pujian atau hadiah.

Atas segala usaha dan jerih payah si anak dalam prestasi di sekolah atau kegiatan lainnya, tidak ada salahnya sebagai orangtua kita memberikan apresiasi, dapat berupa hadiah atau pujian untuk anak-anak kita. Apresiasi dapat diberikan tidak hanya pada saat mereka memperoleh nilai bagus, tapi juga pada saat anak membantu pekerjaan rumah tangga kita. Pujian akan membuat anak merasa dirinya dihargai. Mereka akan termotivasi untuk senantiasa menjadi lebih baik lagi.

Namun, perlu berhati-hati dalam memberi penghargaan dalam bentuk hadiah atau materi. Bila terlalu sering, anak akan terbiasa memandang

segala sesuatu dari titik materi. Tentunya kita tidak ingin anak-anak kita menjadi materialistis kan?

5. Memantau prestasi belajar anak.

Orangtua perlu bahkan wajib memantau prestasi anak-anaknya di sekolah, apakah sedang meningkat atau malah menurun. Hendaknya orangtua bisa menerima dengan lapang dada kondisi prestasi anaknya. Namun pada kenyataannya, bagi kebanyakan orangtua sangat sulit untuk bersikap bijak menerima rapor yang “kebakaran”, alias ada nilai merah di sana sini. Begitu nampak ada nilai merah sedikit saja, mereka sama sekali tidak melihat berapa nilai yang berwarna biru. Perhatian hanya terfokus pada nilai merah saja. Persis seperti kata-kata Ajahn Brahm, yang terlihat hanya dua bata jelek saja.

Ada seorang ayah hebat yang kukenal. Suatu hari, anaknya dinyatakan tidak naik kelas. Lalu apa reaksinya? Apakah marah besar? Ternyata sama sekali tidak. Ayah ini dengan hebatnya hanya tertawa dan berkata, “Sekarang kamu lihat kan, kamu tinggal kelas. Apakah kamu tidak malu dengan teman-teman?” Benar-benar hanya kalimat itu saja yang terucap. Sederhana, tak pakai bentak dan maki, namun cukup untuk membuat si anak sadar. Emosi tidak selalu membuat seorang anak tunduk pada orangtuanya. Kesabaran dan kelembutanlah yang mampu memberi ruang bagi anak untuk berpikir akan kesalahannya. Sang anak menjadi terpacu untuk belajar lebih giat lagi ke depannya. Sayangnya, cara ini tak bisa diterapkan kepada semua anak. Orangtua mesti jeli mengenali tipe pribadi anak kita dan memutuskan cara yang tepat untuk menghadapinya.

Yang sering kita temui adalah orangtua yang berbanding terbalik dengan ayah hebat tadi, yaitu orangtua-orangtua yang menganggap prestasi akademis dalam nilai-nilai angka adalah segalanya. Peringkat kelas menjadi ukuran keberhasilan akademis. Akibatnya, anak dipaksa

untuk terus belajar di luar kemampuan dan keinginannya. Tidak heran saat ini banyak anak-anak sekolah yang stres. Kecil-kecil sudah stres, hanya karena dipacu untuk belajar demi angka-angka yang bagus.

Perlu diingat oleh para orangtua, bahwa kemampuan setiap anak berbeda, dan kecerdasan setiap anak berbeda-beda bidang. Orangtua perlu membuka pikiran agar tidak terjebak dalam konsep bahwa anak yang pintar adalah anak yang juara kelas. Ada anak yang memang pandai di ilmu eksak, namun ada juga yang pandai dalam hal seni, komputer, atau bahasa. Untuk itu, ada baiknya kita memahami bagaimana kecerdasan anak kita dan tidak memaksa mereka berusaha di luar batas kemampuan. Berikan anak-anak kita motivasi, bukan paksaan, untuk menjadi yang terbaik bagi dirinya sendiri dan orang lain.

6. Berikan tanggung jawab sesuai porsinya.

Sedari kecil anak perlu diajari tanggung jawab, sesuai dengan porsi dan usia mereka. Belajar bertanggung jawab bisa dimulai dari hal-hal kecil seperti membereskan kamarnya sendiri atau mengerjakan semua tugas sekolah yang diberikan. Dengan dididik untuk bertanggung jawab, anak akan belajar menghargai diri sendiri dan orang lain.

Setelah acara seminar tersebut selesai, tibalah saatnya pembagian rapor. Disini aku "diuji", apakah hasil seminar yang baru saja kuikuti hanya akan menjadi sekadar teori atau aku akan berhasil mempraktikkannya, terutama poin keempat dan kelima. Ternyata... aku lulus! Horeee...! Tidak sia-sia duduk selama beberapa jam, karena aku dapat langsung mempraktikkan saran-saran baik yang kuterima.

Hasil nilai rapor mid semester anak bungsuku ada dua angka merah. Alangkah tidak bijaksana kalau yang kulihat hanya "2 bata jeleknya" saja sementara nilai birunya ada 57 buah. Ada 9 mata pelajaran

Kasih Orangtua Tiada Batas

dengan perincian 59 kategori. Jumlah nilai semua 472, kalau dirata-rata mendapat nilai 8. Bahkan angka 10 ada 9, angka 9 ada 11, angka 8 ada 17, angka 7 ada 17, sisanya angka 6, dan 5.

Sungguh betapa aku tak menghargai usaha-usahanya untuk memperoleh 57 nilai bagus kalau aku memarahinya hanya karena ada 2 nilai merah. Yang kemudian kulakukan adalah memeluknya, menghiburnya, dan memintanya agar belajar lebih giat lagi.

Motivasi bukanlah celaan, omelan, ataupun nasihat yang berlebihan. Jadikanlah diri kita teladan untuk anak-anak kita, *walk the talk*.



3

Kasih Orangtua Tiada Batas

Alkisah ada seorang wanita tua yang mempunyai lima putra dan lima putri. Suaminya sudah meninggal dua puluh tahun yang lalu. Sang suami meninggalkan banyak harta termasuk dua rumah besar. Satu untuknya tinggal, satu lagi diberikan untuk anak sulungnya setelah menikah.

Karena desakan dari anak-anaknya, harta warisan itu mulai dibagi-bagi mengingat sang ibu sudah mulai renta. Sang ibu juga tidak berdaya ketika rumah besar peninggalan suaminya dijual. Mereka beralasan, lebih baik ibu tinggal bersama mereka, untuk apa tinggal sendirian di rumah besar itu dan hanya ditemani pembantu. Harta pun harus dibagi-bagi sekarang untuk mencegah keributan di antara saudara setelah ibu mereka meninggal.

Sejak rumah itu dijual, sang ibu tinggal bersama anak lelaki tertuanya.

Kasih Orangtua Tiada Batas

Pada mulanya sang ibu merasa nyaman dan tenteram tinggal bersama mereka. Namun karena hasutan dari menantu perempuannya, anak lelakinya tega mengusir wanita tua ini dari rumah warisannya sendiri. Sejak itu penderitaan wanita tua ini pun dimulai. Ia hidup berpindah-pindah dari rumah anaknya yang satu ke anaknya yang lain. Sampai akhirnya wanita tua ini merasa kerasan di rumah salah seorang putrinya yang juga sudah berkeluarga. Mereka hidup bahagia walau hidup putrinya dalam kesederhanaan karena putrinya ini lebih memilih pria miskin sebagai suaminya, tapi sangat dicintainya.

Ketika wanita tua ini meninggal, hanya putrinya ini yang tidak menangis. Hal ini membuat dia dicemooh oleh saudara-saudaranya yang lain. Ia dianggap sebagai anak yang tidak berbakti karena tidak mengekspresikan kesedihan sedikit pun. Si putri bungsu ini pun menjawab, “Bukan ratapan, bukan tangisan yang diperlukan oleh mereka yang sudah tiada. Tapi berbuat baiklah selama mereka masih ada di dunia ini dan mendoakan mereka ketika sudah tiada.”

Pada zaman Buddha, juga ada kisah yang mirip dengan kisah di atas, yaitu kisah Bahuputtikā Theri yang mempunyai tujuh putra dan tujuh putri. Semua putra-putrinya sudah menikah dan hidup dengan tidak kekurangan. Setelah ayah mereka meninggal, sang ibu mewarisi banyak harta. Pada mulanya sang ibu tidak mau membagi sedikit pun kekayaannya kepada putra dan putrinya. Tapi karena bujukan mereka, sang ibu akhirnya menyerahkan seluruh hartanya kepada putra dan putrinya. Setelah harta didapat, sang ibu tinggal dari rumah satu putra ke putranya yang lain. Dari rumah putrinya ke rumah putrinya yang lain. Ternyata, mereka melakukan berbagai cara supaya sang ibu tidak kerasan di rumah mereka masing-masing. Sang ibu akhirnya mengetahui hal itu dan merasa sakit hati. Akhirnya ia memutuskan untuk memasuki persamuan bhikkhuni. Karena dahulunya ia dikenal sebagai wanita dengan banyak anak, maka ia disebut dengan Bahuputtikā.

Kasih Orangtua Tiada Batas

Ada satu lagi kisah nyata.... Ada seorang Ibu tua yang hidup di panti jompo. Kebiasaan ibu ini sungguh aneh. Dia selalu menyusui kucing yang ada di tempat itu. Para perawat sudah tak bisa melarang kebiasaan aneh ini. Sampai suatu ketika, seorang presenter mewawancarainya karena tertarik dengan kebiasaannya itu. Jawaban ibu ini sungguh di luar dugaan. Ia mengaku melakukan kebiasaan itu karena sangat merindukan empat orang anaknya yang tak pernah datang menjenguknya.

Aku benar-benar tertegun mendengar kisah ini. Begitu banyak kita melihat contoh di sekeliling tentang anak-anak yang menyia-nyiakan orangtuanya semasa hidup. Mengumpat, berkata kasar, memarahi, bahkan berniat untuk membunuh. Bukan hanya dilakukan anak-anak lelaki saja, tetapi juga anak perempuan. Setelah orangtua renta, anak-anak durhaka ini tak mau merawatnya, membiarkan mereka hidup kesepian sendirian ataupun “membuang” mereka ke panti jompo, seolah mereka barang usang yang harus dibuang jauh-jauh. Dengan alasan kesibukan, mereka tega melakukan hal ini, padahal mereka hanya tidak mau direpotkan. Tidak semua orangtua senang berada di panti jompo. Ada dari mereka yang memang memilih untuk menghabiskan masa tua di panti jompo. Namun ada juga dari mereka yang lebih bahagia jika hidup di antara anak-anaknya. Sebagai anak yang berbakti, kita wajib menerima dan mengurus orangtua kita pada hari tua mereka.

Pernahkah Anda berpikir: apakah orangtua juga tidak repot mengasuh kita dahulu? Apalagi zaman dahulu umumnya anak mereka banyak, tidak hanya 1-2 orang, mungkin 5-10 orang anak, bahkan lebih. Tidak seperti orangtua zaman sekarang, punya 1-2 orang anak saja sudah mengeluh kerepotan. Banyak anak yang tak ingat lagi pengorbanan orangtua merawat dan membesarkan mereka dengan susah payah. Setelah orangtua meninggal dunia pun, mereka tak mau mengingat-ingat lagi. Sehubungan dengan cerita ini, ada 4 tipe orang. Yang

Kasih Orangtua Tiada Batas

pertama adalah mereka yang ketika orangtua masih hidup mereka mau merawat, tapi ketika orangtua meninggal, mereka sudah tak mau mengingat-ingat lagi. Harus dilupakan untuk selama-lamanya. Biasanya mereka beranggapan, hidup hanyalah satu kali. Toh yang meninggal sudah bahagia di alam surga. Padahal kenyataannya belum tentu seperti itu. Mereka yang meninggal bisa terlahir kembali di salah satu alam rendah (alam neraka, alam binatang, alam hantu, dan alam asura). Di sinilah pentingnya mendoakan mereka yang sudah "pergi". Anak-anak dan sanak saudara berdoa dan melimpahkan jasa kebaikan agar orangtua yang sudah meninggal dapat terlahir di alam yang lebih bahagia.

Tipe orang yang kedua adalah mereka yang ketika orangtua masih hidup, mereka tidak mau merawat. Tapi ketika orangtua meninggal, mereka sibuk mempersiapkan upacara kematian besar-besaran. Seperti halnya mempersiapkan pesta, makanan lezat tersaji, persembahan beraneka ragam, kertas-kertas uang dibakar tanpa henti, katanya untuk bekal di alam sana. Padahal selama orangtuanya hidup, tak pernah dibawakan masakan yang lezat, apalagi diberi uang. Bukankah ini sangat ironis?

Tipe yang ketiga adalah mereka yang tidak pernah mau merawat orangtua, terlebih ketika sudah meninggal, tidak ingat lagi segala kebaikan orangtua. Orang tipe seperti inilah yang tak pantas disebut anak. Dapat dipastikan, setelah kematiannya, para anak durhaka ini akan menuju alam derita.

Tipe yang keempat adalah mereka yang mau merawat orangtua dengan tulus dan cinta kasih. Ketika orangtua meninggal pun, mereka tetap mengenang kebaikannya dengan cara mendoakan dan melimpahkan jasa untuk mereka.

Jujurlah kepada diri Anda sendiri, tanyakan pada hati nurani Anda:

Kasih Orangtua Tiada Batas

“Aku termasuk tipe yang mana?”

Berbaktilah kepada orangtua sebelum terlambat. Tidak ada gunanya upacara pemakaman yang mewah atau makanan yang lezat di meja perabuan untuk orang mati.

Brahmati matapitaro.

Sukha matteyyata loke.

Atho petteyyata sukha.

Na te putta ye na bharanti jinnam.

Ayah dan ibu adalah brahma.

Penghormatan terhadap ibu membawa kebahagiaan di dunia.

Penghormatan terhadap ayah membawa kebahagiaan.

Anak yang tidak merawat orangtua ketika tua, bukanlah anak.



4

Kematian

Bagi kebanyakan orang, membicarakan soal kematian adalah hal yang tabu. Mereka lebih suka menghindari dari fakta itu. Karena kelekatan dengan kehidupan, mereka yang masih muda selalu berpikir bahwa kematian masih lama datangnya. Padahal bayang-bayang kematian mengikuti kita begitu kita dilahirkan ke dunia. Kematian selalu mengintai seseorang, tak peduli apakah dia itu masih bayi atau masih sangat muda.

Kematian yang paling sulit diterima oleh kebanyakan orang adalah kematian anak-anak. Biasanya orang tidak bisa menerima kematian pada usia yang masih sangat muda. Ini adalah akibat pikiran mereka yang selalu menganggap kematian hanya menjemput orang yang sudah tua renta. Tak dapat dipungkiri, kematian seorang anak adalah kehilangan terbesar, apalagi kalau anak itu adalah anak satu-satunya. Sungguh sangat sulit menerima kenyataan ini.

Kasih Orangtua Tiada Batas

Setelah kematian merenggut orang-orang yang kita cintai, seringkali kita tidak bisa menerima kenyataan ini. Mungkin pada awalnya kita terkejut, tidak mau menerima kenyataan, sedih, atau malah marah. Pada zaman Buddha Gotama, kisah yang paling terkenal adalah kisah Kisā Gotamī yang kehilangan putra satu-satunya dan kisah Patācārā yang kehilangan orangtua, ketiga kakak laki-lakinya, suaminya, dan dua putranya. Dari kesedihan dan kehilangan yang terbesar, mereka menjadi tercerahkan. Cinta kasih Buddha menyadarkan mereka bahwa kematian pasti akan dialami oleh semua makhluk. Buddha membawa mereka keluar dari duka melalui pemahaman yang bijak, bukan dengan cara yang salah, yaitu menghidupkan mereka yang telah mati. Hal itu melawan hukum alam. Pada akhirnya toh mereka juga akan mati, yang berarti duka kehilangan akan terulang kembali.

Berbicara tentang kelekatan akan hidup dan orang-orang di dalamnya, ada beberapa kisah nyata tentang orang-orang yang tidak terima ditinggal selamanya oleh orang-orang tercinta. Mulai dari dalam negeri, ada seorang bapak di salah satu daerah di Indonesia yang terus memanggul tulang-belulang putranya yang telah meninggal 7 tahun yang lalu.

Ada pula seorang janda tua di Amerika yang mengawetkan mayat suaminya dengan balsam. Mayat itu di taruh di sofa di garasi rumahnya. Padahal suaminya sudah meninggal 10 tahun yang lalu! Orang-orang seperti inilah yang mempunyai kelekatan yang sangat tinggi terhadap orang yang sangat dicintainya.

Setelah banyak membahas tentang kehilangan dari sebuah kematian, saatnya kita membahas, bagaimana kalau kematian itu datang pada kita sendiri? Ketika melewati tempat yang gelap dan sepi pada malam hari, aku sering membayangkan bagaimana kalau aku mati secara tiba-tiba akibat kecelakaan, serangan penjahat, sakit, atau sebab yang lain. Perasaan kelekatan dengan kehidupan, dengan orang-orang yang

Kasih Orangtua Tiada Batas

kucintai, bisa membuatku terjatuh ke alam yang rendah dan "bergabung" bersama mereka. Ada rasa takut, kengerian, membayangkan bagaimana aku tiba-tiba mati, sedangkan masih banyak rencana yang belum kuwujudkan. Sungguh tak terbayangkan menderita di alam rendah untuk waktu yang sangat panjang dan lama.

Dalam film yang sangat terkenal: *Ghost*, ada adegan menarik di mana kedua tokoh utama dalam film itu, Sam dan Molly, sedang menonton televisi sambil berbincang tentang rajutan kisah indah masa depan. Namun, tak disangka keesokan harinya Sam terbunuh oleh preman. Preman tersebut ternyata adalah orang suruhan dari sahabat Sam sendiri yang ingin merebut Molly dari pelukan Sam. Bayangkan Anda adalah Sam dan saat ini Anda mendapati diri Anda sudah menjadi hantu. Padahal Anda sedang menikmati kebahagiaan, merancang masa depan bersama kekasih Anda. Menyaksikan bagaimana hancurnya perasaan kekasih Anda. Melihat teman akrab mengkhianati Anda. Bagaimana perasaan Anda? Apakah setelah menonton film ini Anda semakin takut mati? Ha-ha-ha.

Menarik untuk diamati bagaimana kelakuan seseorang ketika akan menghadapi kematian atau menghadapi bahaya yang akan merenggut nyawanya. Ada yang ketakutan, ada yang pasrah, ada yang terus berdoa meminta keselamatan, ada yang karena tahu tidak bisa melakukan apa-apa lagi, mereka bernyanyi, ada juga yang berjuang sekuat tenaga menyelamatkan diri dari bahaya kematian yang mengintai.

Menurut Dr. Elisabeth Kübler-Ross, seorang psikiatri dari Swiss, ada 5 fase yang biasanya dialami oleh orang yang berduka karena kehilangan orang-orang yang dicintainya. Lima fase itu adalah:

1. *Denial* (penyangkalan)
2. *Anger* (kemarahan)

3. *Bargaining* (menawar)
4. *Depression* (berduka)
5. *Acceptance* (penerimaan)

Untuk orang-orang yang melakukan tindakan aneh seperti dua kasus di atas, mereka masih berada fase penyangkalan atau berduka yang tiada henti. Sungguh kasihan orang-orang seperti ini.

Buddha selalu menyadarkan mereka yang bersedih atas kematian orang yang dicintainya dengan pengetahuan yang mencerahkan batin melalui suatu syair. Syair ini mampu menyadarkan Kisā Gotamī, Patācārā, dan Visākhā dari rasa kehilangan akibat kematian orang-orang yang dikasihi.

Sabda Buddha kepada hartawati Visākhā:

“Dari cinta muncul kesedihan, dari cinta muncul ketakutan. Ia yang terbebas dari cinta, tiada kesedihan apalagi ketakutan.”

(Dhammapada 213)

Sabda Buddha kepada seorang hartawan:

“Dari rasa sayang muncul kesedihan, dari rasa sayang muncul ketakutan. Ia yang terbebas dari rasa sayang, tiada kesedihan apalagi ketakutan.”

(Dhammapada 212)

Tam tance anusoceyya attanamanusoceyya.

Yam yam tassa na vijjati, sada maccuvasam pattam.

Alih-alih bersedih hati terhadap orang yang telah tiada, yaitu mereka yang telah meninggal dunia, sesungguhnya seseorang lebih patut bersedih hati terhadap dirinya yang jatuh dalam kekuasaan Raja Kematian sepanjang waktu.

Kasih Orangtua Tiada Batas

Yavuppatti nimissati, tatrapī saratī vayo.

Tatthattani vatappanthe, bhutam sesam dayitabbam.

Vinabhava asamsaye, cavitam ananusociyam.

Apabila usia berkurang terus seperti ini, perpisahan pasti terjadi tanpa diragukan. Kelompok makhluk yang masih tertinggal hendaknya saling mencintai dan mengasihi, dan tidak seharusnya bersedih hati terhadap mereka yang telah tiada.



5

Bungkus Luar

Suatu siang, di sebuah trotoar terlihat seorang bapak tua sedang berjalan kaki. Bapak tua itu berusia sekitar 60-an. Bertubuh agak kurus dan berpakaian sederhana. Dia memanggul sebuah karung besar, kelihatannya tidak begitu berat, karena dia berjalan dengan begitu santainya. Sekilas, tidak ada yang istimewa dari pemandangan seperti ini.

Yang membuat heran adalah bapak ini kemudian memasuki sebuah *show room* mobil sedan baru. Sudah tentu pemandangan ini kontras sekali. Sebuah *show room* mobil baru dengan tamu seorang bapak yang berpakaian sederhana dan memanggul karung!

Kehadiran bapak tua itu segera saja menarik perhatian nona pramuniaga yang cantik. Nona itu baru saja mau mengusirnya, ketika bapak tua itu dengan antusias bertanya berapa harga-harga mobil yang dipajang di

sana. Dimulai dari mobil pertama, bapak ini menanyakan harganya dan apa saja keunggulan mobil itu. Sudah tentu nona ini malas meladeni pertanyaan bapak tersebut yang toh, menurut dia, bapak ini tidak akan mampu membelinya. Akan tetapi dia tetap menjawab, walau dengan acuh tak acuh.

Nona pramuniaga itu menatap tajam bapak ini dari ujung kaki sampai ke ujung rambut. Memelototi pakaian lusuh sekaligus karungnya, dengan harapan bapak ini segera sadar diri, tak pantas untuknya berada di tempat seperti ini.

“Merusak pemandangan saja!” gerutu nona itu dalam hati. Dia berharap bapak ini segera pergi dari showroom itu sebelum lebih lama lagi membuang-buang waktunya.

Sayangnya, bapak ini makin semangat saja melihat-lihat mobil yang lain, mengaguminya, dan lagi-lagi bertanya berapa harganya.

Wajah nona cantik itu semakin masam. Pikirnya, mimpi apa aku semalam hingga sekarang harus melayani seorang bapak tua miskin yang gila, bermimpi punya mobil mewah. Karena kesabarannya sudah habis, nona itu mengusir, “Sudahlah Pak, pergi saja!”

Tapi bapak ini tak menghiraukan kata-katanya. Dia terus bertanya-tanya tentang mobil-mobil yang ada di sana sampai akhirnya pilihan bapak itu jatuh pada mobil sedan terbaru. Sambil tertawa-tawa, bapak itu bertanya lagi berapa harga mobil pilihannya ini.

“650 juta!” jawab nona pramuniaga itu dengan ketus. “Baiklah, saya beli yang ini saja,” sahut bapak itu. Nona itu dibuat melongo. Sungguh jawaban yang tak terduga. Tidak sampai disitu saja, masih dengan tertawa-tawa bapak ini lalu melakukan sesuatu. Dia membuka

karungnya dan menuang semua isinya ke atas meja. Seketika wajah nona ini dibuat pucat pasi, dia gemetar melihat apa yang ada di hadapannya. Bertumpuk-tumpuk uang kontan terserak di atas meja! Sejak awal bapak itu tahu kalau ia diperlakukan dengan semena-mena dan diremehkan. Ia juga sadar kalau nona itu tak percaya bahwa ia hendak membeli mobil baru karena penampilannya tidak menunjukkan kalau ia orang “berduit”. Namun ia tetap anggun menghadapi pelecehan itu. Daripada marah-marah atau berbicara yang tidak perlu, bapak itu lebih memilih melakukan tindakan yang langsung menjelaskan maksud dan tujuannya.

Kalau kita mau berkaca, banyak di antara kita yang masih bersikap seperti pramuniaga itu. Seringkali kita menilai seseorang hanya dari apa yang dikenakan atau dandanannya saja. Kita sepertinya terbiasa untuk bersikap hormat terhadap orang yang berpenampilan “wah” dan menyepelekan orang yang berpakaian sederhana. Akibatnya kita sering terpedaya oleh penampilan. Lihat saja, penipu-penipu zaman sekarang penampilannya persis seperti direktur. Dari penampilan luarnya, pasti tidak ada yang mengira kalau ia adalah orang yang hendak berbuat jahat. Dengan baju yang dikenakannya, mereka melakukan tindakan yang tak terpuji, seperti menipu, memperdaya orang, merampok, dan kejahatan lainnya.

Contoh nyata, saya sering bertemu dengan gerombolan pencopet di angkot. Karena penumpang akan mencurigai kalau mereka berpakaian lusuh, mereka pun mengenakan baju rapi, berkemeja, bersepatu, tampak seperti pegawai kantoran lengkap dengan tas kerja. Tapi tahukah Anda apa isi tas itu? Isinya ternyata senjata tajam yang akan digunakan saat ada kesempatan.

Masih banyak kasus lain yang disebabkan kekeliruan kita dalam mengartikan penampilan fisik, yang pada akhirnya merugikan kita

sendiri. Karena itu, janganlah kita menilai seseorang dari tampak luarnya, seperti kata pepatah: *Don't judge a book by its cover*. Baik buruknya seseorang bisa diketahui dari kepribadiannya, bukan dari penampilannya.

Selalu lebih mudah menilai hal-hal yang kasat mata. Untuk itu diperlukan pengalaman dan kejernihan hati untuk bisa melihat apa yang tidak tampak di luar.

Badan berkaki dua ini tidak bersih, membawa bau busuk, dan menjijikkan penuh kotoran yang keluar dari pelbagai bagian tubuh. Dengan jasmani seperti itu, jika orang menyombongkan dirinya dan merendahkan orang lain, bukankah itu karena kebodohan semata-mata?

(Sutta Nipata 205-206)



6

Kecantikan

Konsep kita tentang kecantikan kerap berubah dari zaman ke zaman. Pada tahun 60-an, perempuan yang dianggap cantik di Amerika adalah mereka yang bertubuh montok. Orang Amerika sangat menyukai perempuan bertubuh sintal seperti Marilyn Monroe. Berbanding terbalik dengan Amerika, di Inggris yang disebut cantik adalah perempuan yang bertubuh kurus seperti ranting atau dikenal dengan istilah *twiggy*. Dan sekarang, yang disebut cantik adalah perempuan dengan tubuh ramping dan berkulit cerah.

Produsen berlomba-lomba mencekoki konsep ini kepada konsumen produk kecantikan melalui iklan-iklan dengan model sesuai dengan kriteria kecantikan masa kini. Produk kecantikan laris di mana-mana. Dari krim pemutih wajah, antikerut, pelangsing tubuh, sampai sedot lemak yang menghabiskan biaya puluhan juta rupiah. Dari ujung rambut sampai ujung kaki semua tak luput dari perhatian dan perawatan.

Pada zaman modern yang materialistik ini, semua diukur dari harta dan penampilan. Untuk mereka yang berlebihan materi, apa pun akan dilakukan untuk memperbaiki penampilan meski harus merogoh kocek yang bisa membuat orang tak punya menjadi tak habis pikir. Mereka juga rela melakukan perawatan kecantikan dengan hal yang tak biasa. Pernah mendengar di Amerika ada perawatan wajah dengan memakai kotoran burung bulbul? Wajah diolesi dengan kotoran burung selama 55 menit. Kadar nitrogen yang tinggi dalam kotoran burung ini dipercaya bisa mengangkat sel kulit mati dan menghilangkan bakteri di kulit. Konon masker ini sudah ratusan tahun yang lalu digunakan oleh geisha di Jepang.

Ada yang tak kalah unik. Di Jepang ada spa yang menawarkan perawatan tubuh dengan berendam dalam bak yang berisi mi ramen! Ha-ha-ha. Kita jadi persis seperti makanan. Konon perawatan ini dipercaya untuk meningkatkan metabolisme kulit.

Yang lebih gila lagi adalah emas dijadikan perawatan wajah. Bubuk emas 24 karat dipercaya untuk mencerahkan kulit, meningkatkan kekencangan kulit, sebagai antiradang, melawan radikal bebas dan memberi efek berkilauan pada kulit wajah. Bahkan sekarang berlian juga dipakai untuk perawatan wajah sebagai masker.

Sangat disayangkan, orang-orang hanya sibuk merawat kecantikan luarnya saja. Mereka lupa ada kecantikan di dalam yang lebih perlu untuk dirawat. Seseorang yang memiliki wajah cantik atau tampan, seringkali lupa bahwa itu adalah hasil perbuatan baik yang telah mereka lakukan pada kehidupan lalu. Bukannya terus berbuat baik dan memperbanyak kebajikan, banyak di antara mereka yang malah menjadi sombong, angkuh, arogan, dan bertindak semaunya. Menyakiti orang-orang yang menyayanginya. Celaknya, banyak orang di sekitarnya yang sangat memuja mereka. Segudang persediaan maaf

tersedia untuk mereka, meski mereka melakukan hal yang menyakiti hati dengan menyalahgunakan kepercayaan dari orang-orang terdekat, misalnya berselingkuh. Ada pula yang menggunakan kecantikan atau ketampanannya untuk menipu.

Mereka tidak sadar, suatu saat kecantikan atau ketampanan itu akan hilang seiring waktu. Pepatah yang mengatakan “kecantikan hanyalah sebatas kulit” sangat benar adanya.

Untuk mereka yang sangat memuja kecantikan atau ketampanan, aku punya resep; bayangkanlah 15 atau 20 tahun kemudian, apakah wajah ini masih tetap cantik atau tampan? Kecantikan atau ketampanan akan digantikan oleh kerut-kerut, lemak yang menggembung dan kulit keriput. Apalagi yang tersisa? Masihkah ada yang patut untuk dibanggakan?

Kecantikan di dalam jauh lebih penting dan berarti. Bahkan orang yang terlahir dengan wajah yang biasa-biasa saja, bisa terlihat sangat menarik apabila orang itu mengembangkan sifat-sifat luhur, seperti ramah, sopan, bajik, sabar, kewelasan, dan murah senyum. Kebajikan akan terpancar dari wajahnya dan membuat mereka terlihat lebih menarik dan berkarisma. Sangat berbanding terbalik dengan kecantikan luar, kecantikan dari dalam lebih permanen, tak lekang dimakan usia. Sementara kecantikan fisik seperti sekuntum bunga, hanya indah dipandang sesaat saja, untuk kemudian layu. Namun kecantikan dari hati akan terus bersinar selamanya.



7 Kolektor

Ketika aku masih duduk di bangku SD, aku punya hobi mengoleksi stiker. Uang jajanku yang hanya Rp25 kuhabiskan untuk membeli stiker seharga Rp20. Harga yang cukup mahal. Aku selalu membeli stiker bergambar pesilat dari Tiongkok, gambar yang sama, itu-itu saja.

Beranjak remaja, aku mulai mengoleksi perangko. Ketika sudah mulai dewasa, kesukaanku mengoleksi benda-benda mulai berubah-ubah. Dari yang suka mengoleksi uang kuno, gantungan kunci dari berbagai negara, sampai pakaian dan tas.

Aku punya koleksi pakaian lebih dari dua lemari, ratusan potong pakaian. Sebagian besar memang pemberian dari orangtua, saudara, atau teman. Sebagian lagi kubeli sendiri, karena pada zaman itu harga barang-barang apa pun sangat murah.

Memiliki pakaian sebanyak itu, tidak berarti membuatku menjadi

modis. Pada kenyataannya, baju yang kupakai itu-itu saja. Sisanya hanya menumpuk di lemari, untuk kemudian menjadi tak bisa dipakai lagi. Entah karena rusak, tidak mode lagi, atau tidak muat lagi di tubuh. Ha-ha-ha.

Begitu pula dengan tas. Seperti umumnya perempuan lain, aku juga suka mengoleksi tas. Tasku yang mungkin berjumlah lebih dari dua puluhan, kupakai yang itu-itu saja. Memang tidak berharga jutaan apalagi ratusan juta.

Menarik untuk diketahui orang-orang yang memiliki hobi mengoleksi benda dari yang aneh sampai yang berharga mahal. Ada yang suka mengoleksi kantong plastik belanja. Ya betul, kantong plastik sehabis kita belanja itu, dan nyaris tak ada harganya, karena setelah kita gunakan biasanya langsung kita buang. Ada pula yang hobi mengoleksi bungkus permen, mengoleksi mainan miniatur, boneka Barbie, mainan robot, meski sudah dewasa. Ada juga yang mengoleksi barang-barang antik seperti sepeda antik, motor antik, sampai mobil antik yang sudah tentu harganya mahal.

Untuk perempuan-perempuan metropolitan, mereka gemar mengoleksi baju, tas, sepatu, dan alat-alat kecantikan. Mereka tak ragu mengeluarkan uang ratusan juta hanya demi sebuah tas. Lebih tepatnya mereka hanya membeli sebuah merk dan demi sebuah gengsi. Mereka menyebut dirinya kaum sosialita. Padahal kenyataannya, mereka salah kaprah. Yang disebut kaum sosialita itu justru kaum kelas atas atau bangsawan yang terjun dalam kegiatan sosial, membantu mereka yang hidup dalam kemiskinan atau kesulitan, bukan hanya berkumpul bersenang-senang dan menghamburkan begitu banyak uang.

Lalu bagaimana para pelakon dunia hiburan? Pastinya lebih konsumtif lagi. Mereka dengan mudahnya mengeluarkan ratusan juta bahkan

miliaran rupiah hanya demi sehelai baju atau sebuah tas. Bisa dibayangkan berapa harga seluruh koleksi mereka. Ada selebriti dunia yang menghabiskan miliaran rupiah untuk sepasang sepatu. Sampai saat ini tercatat sepatu termahal di dunia seharga 12,4 miliar! Sepatu ini terbuat dari 464 butir berlian yang dirangkai dengan platinum. Ck-ck-ck....

Tetapi ada saatnya manusia perlu merenung dan berubah. Demikian pula dengan diriku. Aku sering merenung tentang kegunaan benda-benda yang kukoleksi ini. Aku pernah begitu menggilai benda-benda itu. Aku sangat senang ketika memilikinya, namun benar-benar frustrasi ketika kehilangan salah satu dari benda-benda itu. Aku menjadi begitu melekat karena terlalu suka. Yang baru aku sadar adalah ketika aku mati, aku tak bisa membawa satu pun benda kesayanganku.

Kurenungi kembali kata-kata Ajahn Brahm di buku "Si Cacing dan Kotoran Kesayangannya" tentang betapa menyenangkan hidup sebagai bhikkhu. Ibarat burung terbang yang tidak membawa bagasi. Betapa menyenangkan hidup sebagai bhikkhu yang hanya punya sebuah mangkuk dan dua helai jubah. Bhikkhu dapat tinggal di mana pun, di setiap wihara yang dia kunjungi, atau malah di hutan. Tak ada benda yang dilekati. Semakin sedikit benda yang dipunyai, akan semakin sedikit kelekatan.

Aku juga ingat kisah Bhikkhu Tissa yang melekat pada jubahnya yang bagus sehingga ketika Bhikkhu Tissa meninggal, beliau melahirkan kembali menjadi kutu yang hidup di jubah yang dilekati itu.

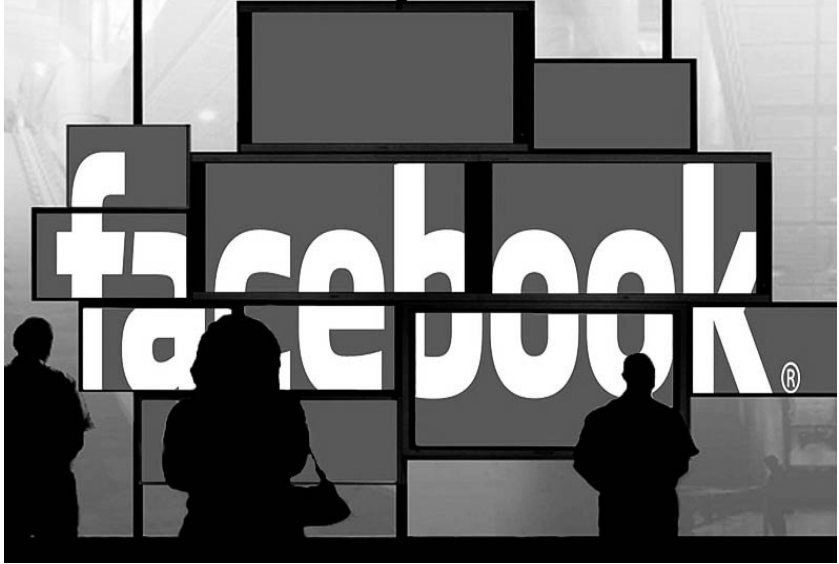
Sekarang aku sudah tak punya keinginan untuk mengoleksi benda apa pun. Karena jika aku melekat pada benda yang kusukai, misalnya pakaian, maka mungkin saja aku terlahir menjadi kutu di pakaian, seperti Bhikkhu Tissa. Beliau menjadi kutu hanya tujuh hari karena

Kasih Orangtua Tiada Batas

karma baiknya banyak, tapi aku kan belum tentu. Karena banyak benda-benda yang kulekati, mungkin banyak pula karma burukku.

Terlalu menyukai suatu benda, berarti meletakkan kebahagiaan kita di sana. Buat apa mempertaruhkan kebahagiaan di benda-benda yang dilekati? Karena ketika benda itu hilang atau rusak, kebahagiaan kita bisa hilang juga.

Daripada menghamburkan uang untuk mengoleksi benda-benda yang hanya bisa dipandangi, lebih baik mengoleksi karma baik. Semakin banyak, semakin besar tabungan kita untuk menyelamatkan diri dari kelahiran di alam rendah.



8

Facebook

Salah satu kebutuhan dasar seorang manusia adalah diperhatikan. Jarang kita sadari bahwa sejak kita lahir sampai tua renta kita sering sekali mencari-cari perhatian. Ada yang melalui cara-cara positif, ada juga yang melalui sensasi-sensasi aneh. Sekarang ini, mencari perhatian semakin mudah saja, tidak perlu susah-susah melalui ulah-ulah *nyeleneh*, karena sudah dibantu oleh dunia maya. Dunia maya sangat cocok dengan masyarakat Indonesia yang pada umumnya senang bersosialisasi, itulah sebabnya Indonesia termasuk negara tertinggi dalam penggunaan Facebook.

Pecinta Facebook pastilah berterima kasih kepada seorang Mark Zuckerberg. Seorang anak muda berusia 23 tahun yang berhenti sekolah dan pindah ke Silicon Valley. Pada tahun 2004 memulai bisnis situs jejaring sosial. Pada mulanya sebagai media saling pengenalan untuk mahasiswa Harvard. Kemudian banyak kampus-kampus lain bergabung. Sampai sekarang sudah 150 juta orang yang mendaftar

dan bergabung di Facebook. Mark bahkan termasuk miliuner terkaya sepanjang sejarah karena usahanya sendiri. Kekayaannya ditaksir kira-kira 15 miliar dollar Amerika.

Film “The Social Network” mencoba mengungkapkan bagaimana sosok dari seorang Mark, sosok yang melahirkan Facebook. Mark adalah seorang pria dengan jiwa yang kesepian, terdepak dari pergaulan sosial. Pacar Mark, Erica, menyebut Mark sebagai *nerd*, atau bahasa Indonesianya adalah jenius tapi hanya asyik di dunianya sendiri (asosial), dengan kata lain: cowok yang menyebalkan. Ketika putus dengan pacarnya, Mark kecewa dan makin kesepian. Dia membalas dendam pada gadis-gadis kampus. Lewat Facemash, para lelaki bisa memberi nilai terhadap kecantikan gadis-gadis kampus. Inilah cikal bakal munculnya Facebook.

Fenomena Facebook sangat luar biasa. Dalam sekejap kita bisa memperoleh banyak teman dari berbagai belahan dunia. Jarak dan waktu tidak lagi jadi halangan. Ketika kita sedang galau atau sedang gembira, kapan pun kita butuh perhatian, kita tinggal *online*, lempar status, dan dalam sekejap perhatian berdatangan melalui komentar-komentar teman-teman di dunia maya. Namun Facebook seperti pisau yang bermata dua. Bisa bermanfaat bila kita menggunakannya dengan baik dan bijak, tapi juga bisa juga mengundang permasalahan atau perselisihan yang serius bila tidak hati-hati.

Orang yang bergabung di Facebook memiliki beragam motif. Ada yang murni hanya mencari pertemanan, mencari teman lama yang sudah kehilangan kontak, mencari pacar, ataupun mencari jaringan bisnis. Bahkan seorang Barrack Obama yang waktu itu masih menjadi capres, menggunakan Facebook untuk menggalang dukungan dan dana kampanye. Pendukungnya di Facebook tercatat lebih dari 5 juta! Di Facebook orang-orang bebas berekspresi dan beropini. Apa pun

yang dirasakan dan dialami hari itu bebas dibagikan kepada teman-temannya. Sedang senang, sedang sedih, bahkan hal-hal yang remeh temeh juga di-*update*. Saking bebasnya, kadang-kadang sampai keluar dari jalur. Karena di dunia maya orang-orang tidak langsung bertatap muka, mereka jadi lebih berani "bersuara". Komen-komen yang hujat-menghujat, maki-memaki, saling berkata kasar, seolah sudah tak ada batasannya lagi. Hal-hal ini disebut *cyber bullying*. Padahal, seperti di dunia nyata yang punya aturan, etika, dan tata krama, dunia maya juga punya aturan demikian, antara lain:

Jangan menggunakan huruf kapital.

Penggunaan huruf kapital bisa dianalogikan dengan suasana hati si penulis. Biasanya huruf kapital mencerminkan si penulis sedang emosi, marah, atau berteriak. Adakalanya dapat digunakan untuk memberi penegasan maksud. Tapi harus dicatat, gunakanlah penegasan maksud ini seperlunya, satu sampai dua kata, jangan sampai seluruh kalimat atau paragraf.

Perlakuan terhadap pesan pribadi.

Jika seseorang mengirim informasi atau gagasan kepada Anda secara pribadi melalui Private Message, Anda tidak sepatutnya mengirim atau menjawabnya kembali ke dalam forum umum atau menampilkan isi dari pesan tersebut.

Hati-hati terhadap informasi atau berita yang kebenarannya tidak dapat dipertanggungjawabkan.

Tidak semua berita yang beredar di internet itu benar adanya, contohnya *flaming*, *trolling*, atau *junking*. *Flaming*, *trolling*: mengirim *posting* yang bisa membuat pembacanya tersinggung; biasanya berisi kata kasar, hujatan, atau meremehkan perorangan, suku, ras, gender, dan agama. *Junking*: memposting artikel dengan kategori basi, *out of date*, tidak layak didiskusikan.

Sebelum Anda mem-*forward* atau menyebarkan kembali informasi tersebut, pastikan terlebih dahulu bahwa informasi tersebut benar adanya. Jika tidak, selain akan menambah jumlah orang yang salah paham, Anda juga akan dianggap sebagai penyebar kebohongan, yang akhirnya kepercayaan orang-orang terhadap Anda pun akan luntur.

Hindari menyerang pribadi (*ad hominem*)

Ketika Anda tengah dalam situasi debat yang sengit, jangan sekali-sekali Anda menyerang kelemahan pribadi lawan sebagai senjata untuk melawan argumennya. Sebab ini hanya akan menunjukkan seberapa dangkalnya pengetahuan Anda. Lawan argumentasi hanya dengan kata atau fakta saja, sedikit langkah diplomasi mungkin bisa membantu. Jangan sekali-kali menggunakan rahasia pribadi lawan diskusi sebagai senjata, sekalipun ia adalah orang yang Anda benci. Budayakan sikap diskusi yang sehat.

Kritik dan saran yang bersifat pribadi harus lewat pesan pribadi atau *private message*.

Jangan mengkritik seseorang di forum. Ini hanya akan membuatnya rendah diri. Kritik dan saran yang diberikan harus bersifat konstruktif, bukan destruktif. Bila kritik dan saran itu ditujukan untuk anggota forum secara umum atau pihak moderator dalam rangka perbaikan sistem forum, Anda boleh mem-*posting* di depan forum selama tidak menunjuk orang tertentu.

Masih banyak etika lainnya, seperti:

- Dilarang menghina suku, agama, ras dan aliran lain dalam bentuk apa pun.
- Terapkanlah cara bertanya yang baik.
- Gunakan bahasa yang sopan.
- Jangan berasumsi bahwa Anda berhak mendapat jawaban.
- Susun pertanyaan Anda dengan bahasa yang baik dan mudah dimengerti.
- Bila memungkinkan buat kesimpulan setelah pertanyaan Anda terjawab.

Aturan-aturan di atas sudah jelas dan tampaknya mudah dilakukan, tapi nyatanya masih banyak orang yang melanggarnya.

Di Facebook seorang bisa dengan kejam memutuskan pertemanan jika dirasa pertemanan itu sudah tak diperlukan lagi. Atau yang lebih kejamnya lagi memblok orang-orang yang tidak disukai, sehingga orang itu sama sekali tak bisa membuka atau membaca info apa pun tentang kita.

Sebaliknya, di Facebook seorang bisa juga saling jatuh cinta, walau belum pernah tatap muka. Kemudian memutuskan untuk kopi darat. Bahkan ada yang sampai ke jenjang pernikahan. Ini benar-benar terjadi. Sungguh aneh tapi nyata!

Hanya dari kata-kata, seorang bisa merasa melambung tinggi. Mungkin benar mereka adalah jiwa yang kesepian, sehingga ketika ada orang yang memperhatikannya, mereka merasa bahagia. Tak jarang pula ada yang tertipu oleh kata-kata manis di Facebook. Sebaliknya, dengan kata-kata seorang bisa jatuh terjerembab, terluka harga dirinya. Balas-membalas kata-kata kasar disaksikan ratusan bahkan ribuan orang. Perang kata-kata tak terhindarkan lagi.

Di Facebook bisa kita lihat dengan jelas, betapa tinggi ego seorang manusia. Ingin diperhatikan, ingin dipuji, ingin dianggap hebat. Senang apabila statusnya bisa di-*like* dan direspon banyak orang. Senang dan bangga mempunyai teman ratusan atau ribuan orang. Senang dan bangga bisa memimpin diskusi, dari yang tak penting sampai bisa berujung keributan. Atau yang merasa dirinya hebat karena memiliki pengetahuan agama yang dalam. Semua berlomba memperlihatkan keakuannya, seolah hanya mereka yang benar, yang lain salah. Dan yang lebih membuat hati ini miris, mereka membentuk forum agama tertentu yang anti agama tertentu. Untuk apa melakukan hal bodoh semacam itu? Ini hanya akan menimbulkan bibit kebencian

dan permusuhan di antara sesama umat beragama. Ujung-ujungnya mereka terpecah-belah. Bukankah sesama umat beragama harus bersatu? Bukannya malah menghujat, mencari pembenaran diri.

Contoh lainnya, artis terkenal, Miley Cyrus misalnya. Banyak yang suka padanya, tapi banyak juga yang membenci dia dengan berbagai macam alasan. Semua orang terkenal memang memiliki *lovers* dan *haters*. Kalau artis itu baik, *lovers*-nya lebih banyak daripada *haters*. Apa yang dilakukan oleh *haters* ini? Mereka akan membuat grup pembenci Miley dan menghina lewat media sosial. Untuk apa sih membuat grup semacam ini? Hanya menguras tenaga dan waktu.

Tidak ada salahnya berkata santun, baik secara nyata maupun maya. Orang bisa menilai kualitas diri dari tulisan yang Anda buat, walau hal ini tidak bisa dijadikan ukuran yang tepat. Karena, sekali lagi, ini dunia maya, dunia yang tidak nyata. Orang begitu asyik di dunia ini, bebas berekspresi, melarikan diri, melupakan sejenak himpitan masalah di dunia nyata, bahkan begitu kecanduan di dunia ini.

Fenomena aneh lain dari Facebook adalah mereka bisa berakrab-akrab di Facebook, tapi dalam kehidupan keseharian, walau mereka berteman, mereka tidak saling bertegur sapa, bahkan cenderung seperti orang yang tidak saling mengenal. Bukankah ini aneh dan lucu?

Yang menarik, orang-orang yang punya kehidupan sosial yang bagus, biasanya malah tidak begitu menyukai dunia maya, dunia yang tidak nyata ini.

Jadi? Ya silakan ambil kesimpulan sendiri. ☺

Teknologi telekomunikasi membuat jarak antar-jagat semakin dekat, tetapi membuat hubungan antar-jiwa semakin menjauh.
(Bhante Dhammasubho)



9

Marah

Bagi banyak orang, sangat sulit untuk mengendalikan kemarahan. Marah, benci, dan dendam merupakan persoalan yang sangat sulit diatasi. Banyak cara-cara untuk mengendalikan kemarahan, dari yang mencoba untuk menarik napas dalam-dalam, membasuh wajah, sampai yang terasa aneh dan terdengar lucu, tapi juga ampuh buat dicoba. Begini, ketika rasa marah itu tak tertahankan lagi, cobalah Anda berkaca. Anda akan lihat secantik atau setampan apa pun Anda, akan kelihatan sangat jelek ketika Anda marah! Bawalah selalu cermin kecil di kantong Anda. Setiap Anda merasa ingin marah dan meledak, berkacalah! Ha-ha-ha. Terdengar lucu bukan? Tapi Anda bisa praktikkan hal ini.

Ada seorang kenalan baru yang meminta tips padaku bagaimana mengendalikan kemarahan. Dia melihat wajahku teduh dan tenang seperti tidak pernah marah... ha-ha-ha. Padahal kalau mau jujur, aku

pun sedang berusaha terus berlatih mengendalikan kemarahanku. Tapi dibanding beberapa tahun yang lalu, aku sudah lumayan.

Kalau ada yang patut disesali, maka itu adalah kejadian enam tahun silam. Seumur hidup, tak pernah aku sampai begitu marahnya. Aku sampai bisa merasakan aliran darah ke kepalaku, membuat kepalaku langsung pusing berat, berdenyut-denyut. Walaupun tindakanku saat itu bisa dibenarkan, karena kubela pihak yang benar, tetapi aku melakukan kesalahan yang amat fatal: ketika keributan terjadi, tanpa kusadari anak-anakku mendengar segala kata-kata kasar kedua belah pihak.

Yang tidak kuduga, anak bungsu yang ketika itu berumur empat tahun mengucapkan sesuatu yang membuat seolah jantungku berhenti berdetak. Sebuah tamparan yang sangat keras untukku. Dia berkata, “Mengapa Mama begitu? Walaupun Mama yang benar, tapi Mama tidak boleh seperti itu.”

Bagaimana mungkin anak bungsu yang masih TK bisa berkata dan berpikir seperti itu? Selama ini aku masih menganggapnya sebagai bayi yang manis dan masih manja. Sungguh tak terpikir bagaimana dia bisa mengucap kata-kata seperti itu? Bahkan waktu itu ia mengucapkannya dengan polos sambil melompat-lompat di atas sofa.

Kalimat-kalimat anak bungsu itu sungguh mengagetkan dan menyadarkanku. Tahun-tahun selanjutnya aku tenggelam dalam penyesalan. Ingin minta maaf kepada pihak lawan tapi tidak berani. Mungkin harga diri pihak yang bertengkar denganku juga ikut tersakiti karena kata-kata kasarku.

Pepatah “waktu akan menyembuhkan segalanya” sangat benar adanya. Suatu kali, ada kesempatan buatku untuk bertemu dengannya. Ragu-ragu dan tak percaya diri langsung menyergapku. Aku takut kalau dia menolak

Kasih Orangtua Tiada Batas

permintaan maafku atau mungkin juga dia akan balas memakiku di depan umum. Tapi aku berusaha keras memantapkan hati. Kesempatan kadang tak datang untuk kedua kalinya. Aku pun menghampirinya dan meminta maaf.

Di luar dugaan, dia memaaaafkan aku! Pada awalnya, jelas terlihat di wajahnya kalau dia sangat terkejut. Tapi untuk sesaat kemudian dia membalas jabatan tanganku. Legalah hatiku... fiiuhhh....

Betapa ringannya, betapa damainya hati ini setelah mampu meminta maaf atas kesalahan kita. Bebas dari permusuhan, kebencian, dan dendam selama sekian tahun. Untuk selanjutnya, aku tak mengalami kesulitan lagi meminta maaf kepada orang-orang yang bahkan sudah menyakitiku.

Kemarahan, kebencian dan dendam, ibarat karung yang berat. Kita memanggulnya ke mana pun kita pergi untuk waktu yang sangat lama. Bukankah itu sangat melelahkan? Ketika sudah ada pemaafan untuk diri sendiri dan orang lain, beban itu sudah menghilang. Bebas, lepas!

Memang berat memaafkan orang lain, apalagi meminta maaf kepada orang-orang yang sudah menyakiti kita. Walau kita tidak terluka fisik, tapi ego kita, harga diri kita sudah terlanjur diserang dan runtuh. Sehingga muncul keinginan untuk menyerang balik dan membalas dendam.

Tapi ingatlah petikan *Dhammapada* 5 ini: “Dengan kebencian, kebencian tak pernah reda di dunia ini. Dengan kasih, kebencian reda.”

Ingatlah juga segala kebaikan orang tersebut. Pinjam istilah Ajahn Brahm: “Jangan hanya melihat 2 bata jeleknya saja. Lihatlah 998 bata baiknya. Pasti ada kebaikannya, walau hanya sedikit.”

Kasih Orangtua Tiada Batas

Ingatlah juga hukum karma. Siapa yang menabur, dia yang akan menuai. Dia berbuat begitu kepada kita kemungkinan besar adalah akibat perbuatan kita pada kehidupan lalu kepadanya. Hanya saja, masalahnya, kita tidak ingat pernah melakukan apa kepadanya. Tidak ingat bukan berarti tidak pernah terjadi.

Jagalah batin kita dari cemaran niat buruk, benci, dan dendam. Kemarahan ibarat api yang membakar rumah kita. Kita tidak berusaha memadamkan apinya, malah membiarkan rumah tetangga juga ikut terbakar.

Kembangkanlah cinta kasih kepada semua makhluk, yang tampak maupun yang tak tampak, kepada orang-orang yang mengasihi kita, juga kepada yang membenci kita. Bisakah itu kita lakukan?

Taklukkan kemarahan dengan kelembutan.

Taklukkan keburukan dengan kebaikan.

Taklukkan kekikiran dengan kedermawanan.

Taklukkan kebohongan dengan kebenaran.

(Dhammapada 223)



10 Kakek-Nenek

Alkisah pada zaman dahulu kala, di Kyushu, Jepang, hiduplah sepasang kakek-nenek. Sampai setua itu mereka tidak memiliki seorang putra pun. Mereka hanya hidup berdua saja di sebuah gubuk di tengah hutan.

Pekerjaan sang kakek adalah menebang pohon untuk dijadikan kayu bakar yang dijual di pasar. Walau kehidupan mereka sangat sederhana, mereka bahagia. Mereka adalah pasangan yang bersahaja dan baik hati. Cinta kasih mereka kepada semua makhluk sangatlah besar. Mereka mempunyai kebiasaan yang sama: sering memberi makan hewan-hewan, terutama burung-burung liar yang singgah di halaman rumah mereka.

Suatu hari, seperti biasanya sang kakek pergi ke hutan. Di tengah perjalanan, sang kakek menemukan seekor burung yang terluka.

Kasih Orangtua Tiada Batas

Karena cinta kasihnya sangat besar, dibawahlah burung itu pulang. Bersama istrinya, kakek merawat burung itu sampai sembuh kembali.

Suatu ketika gubuk mereka terbakar. Untungnya, kakek dan nenek itu berhasil menyelamatkan diri dari kobaran api. Mereka hanya bisa memandangi gubuk mereka dilalap api. Sungguh tak disangka, di kejauhan tampak sekawanan burung di langit. Mereka terbang mendekati gubuk yang terbakar itu. Kemudian tampaklah bentangan kain yang sangat indah, seperti terbuat dari kain sutra. Di dalam bentangan kain yang dibawa oleh sekawanan burung itu berisi air. Airnya pun berkilauan seperti kristal. Kain tersebut dilepaskan oleh kawanan burung itu di atas gubuk yang sedang terbakar. Dalam sekejap, api pun padam.

Kakek dan nenek itu terpana, tak percaya pada apa yang dilihatnya. Mereka tidak tahu kalau sekawanan burung itu adalah penjelmaan para dewa, termasuk seekor burung yang pernah mereka tolong dahulu.

Dan kisah ini adalah sebuah kisah nyata!

Perbuatan yang kita lakukan, baik ataupun buruk, kita sering berpikir bahwatidakakanadaseorangpunyangtahu selain dirikita. Tapi ketahuilah, ada makhluk-makhluk lain yang tak kasat mata, baik di alam rendah ataupun di alam bahagia ternyata menyaksikan dan mengetahuinya.

Contohnya saat kita melakukan perbuatan mencuri, kita mungkin berpikir aman-aman saja karena tidak ada orang atau saksi yang melihat kita. Tapi tahukah Anda berapa banyak makhluk *peta* yang melihat perbuatan itu? Atau misalnya Anda kehilangan barang kemudian Anda pergi ke orang pintar untuk bertanya siapa yang mengambil barang Anda, dan Anda mendapatkan jawabannya kalau ternyata si A pelakunya. Pernahkah berpikir dari mana orang pintar itu secara jelas dan yakin mengatakannya? Bagaimana kalau dia salah?

Kasih Orangtua Tiada Batas

Saya berkesimpulan orang pintar tersebut pastilah dengan kemampuan batinnya berkomunikasi dengan makhluk-makhluk tak tampak yang ada di tempat kejadian. Dari mereka inilah, orang pintar ini mendapatkan jawabannya. Masuk akal bukan?

Begitu pula dengan perbuatan baik yang Anda lakukan, para dewa di alam surga juga mengetahuinya. Perbuatan baik itu bagaikan wangi bunga atau kayu cendana, keharumannya sampai tercium ke alam surga. Para dewa suka dengan orang yang bermoral baik, yang silanya terjaga. Mereka akan melindungi dan membantu orang-orang seperti itu saat mereka berada dalam kesulitan. Namun tentunya hal ini dapat terjadi jika sesuai dengan karma orang tersebut, apakah "berjodoh" dengan dewa tersebut dan karma buruk atau karma baik yang dominan berbuah lebih dahulu.



11

Semoga Kau Bahagia Bersamanya

Sore itu selepas pulang kerja, aku terduduk bersandar di pintu rumahku. Sekarang aku punya kebiasaan baru, melamun. Rasanya begitu indah membayangkan masa lalu. Kadang kutersenyum sendiri. Kadang kumenangis. Aku tak peduli apa anggapan orang melihat keadaanku. Mungkin mereka berpikir aku sudah gila. Aku merasa mereka tidak mengerti diriku.

Ingatanku melayang pada kenangan delapan belas tahun yang lalu. Aku gadis remaja berusia 22 tahun. Wajahku lumayan walau tidak cantik-cantik amat. Ada beberapa pria yang suka padaku. Aku gadis yang pendiam dan pemalu. Oleh sebab itu aku merasa minder, karena gadis-gadis di sekelilingku pada umumnya sangat ceria dan supel. Mereka dengan mudahnya mendapat teman dan pacar. Sedangkan aku, temanku sedikit, sampai pada saat itu aku juga belum pernah berpacaran. Bukannya aku tak mau, tapi sifat minderku benar-benar membuatku tak bisa bebas berekspresi.

Aku mengenal Rendy, seorang pria yang supel. Wajahnya cukup ganteng. Dia juga sangat menarik. Cara dia berbicara sangat menyenangkan, penuh humor dan perhatian. Sejalan dengan waktu kami merasa ada kecocokan dan kami memutuskan untuk berpacaran. Tapi waktu pacaran yang sudah berjalan selama 3 tahun tidaklah selalu mulus. Aku seringkali cemburu melihat dia dikejar banyak gadis. Aku adalah pacarnya yang keempat. Mengingat wajahnya yang cukup ganteng dan kepribadiannya yang menarik, tidak heran kalau sebelumnya dia sudah menaklukkan hati beberapa gadis.

Betapa bahagianya waktu dia mengatakan ingin menikahiku. Saat itu aku merasa menjadi pemenang. Tapi yang jadi masalah adalah orangtuaku tidak menyetujui hubungan kami. Entah bagaimana mereka menilai pacarku. Aku merasa mereka telah salah menilai Rendy.

Namun pada akhirnya aku berhasil meyakinkan orangtuaku bahwa Rendy pria yang baik. Dia juga sopan, tak pernah marah atau kesal mendapat perlakuan yang tidak menyenangkan dari kedua orangtuaku. Mungkin ini sebabnya orangtuaku mengalah dan memberi restu untuk kami.

Aku tersenyum sendiri....

Di luar hujan gerimis, tapi sungguh aku tak memedulikan suasana di luar. Tak kulihat lagi suasana romantis pada hujan gerimis. Aku sedang sibuk mengenang masa lalu, yang aku tahu tak akan pernah kembali lagi. Namun masih kuharapkan keajaiban terjadi pada hubunganku dengan mantan suami.

Setelah menikah, tak berarti badai berhenti. Para gadis, juga teman-teman suamiku, masih tetap nekat menggoda dan mengejar suamiku. Suamiku mendirikan perusahaan sendiri. Kami memulai usaha ini bersama dari nol. Aku tahu, mereka kadang datang ke kantor. Mereka

bisa membohongiku, tapi tidak dengan firasatku. Bahkan ada yang tak tahu diri, datang ke rumahku dengan berbagai alasan hanya untuk menemui suamiku. Sebagai tuan rumah, aku tetap menyambut mereka dengan baik karena aku juga mengenal mereka walau tak akrab. Tapi aku tahu tujuan mereka datang bukan untukku, tapi untuk suamiku.

Sebagai istri, sudah sewajarnya aku tak rela perhatian suamiku terbagi pada wanita lain. Hatiku terbakar api cemburu. Kami pun mulai ribut, dari ribut kecil menjadi ribut besar. Suamiku mulai menilai aku orang yang posesif. Kukatakan padanya bahwa semua itu karena cintaku yang teramat besar. Namun Rendy tak mau mengerti akan hal ini. Dia merasa terikat, tak bisa bergerak bebas karena menurutnya aku terlalu pencemburu.

Ketika aku sudah memiliki dua orang anak, badai itu tak juga usai, malah semakin besar. Akhirnya pada saat itu kubawa kedua anakku, kutinggalkan rumah dengan air mata berderai.

Tak kusadari air mataku pun jatuh mengenang kembali masa itu.

Aku ingat, saat itu duniaku serasa runtuh. Kupersiapkan diriku untuk hidup bersama dengan anak-anakku saja. Walau aku tahu sangatlah berat karena aku begitu mencintai suamiku. Akhirnya orangtuaku turun tangan. Kami pun didamaikan kembali.

Tapi tak berarti rumah tangga kami lantas kembali seperti semula. Para gadis tak kunjung lelah mengejar suamiku. Celaknya, suamiku juga meladeni mereka. Mulai dari berakrab-akrab, bercanda ria, dan yang paling sulit kuterima adalah sampai bersentuhan fisik.

Rasanya tidak ada seorang istri yang rela mengalami hal demikian. Kukatakan pada Rendy bahwa apa yang dilakukannya dengan gadis-gadis itu tidaklah wajar. Menurutku sebagai sesama wanita, seharusnya

mereka mengerti bahwa harus menjaga jarak dengan pria yang sudah beristri. Tapi Rendy tak menerima pendapatku. Beda pendapat ini membuat kami tak ada titik temu. Yang ada hanyalah pertengkaran demi pertengkaran.

Kuhela napasku. Hatiku ngilu ketika kuingat lagi peristiwa itu.

Dia bernama Eva. Gadis delapan belas tahun itu bekerja di kantor suamiku sebagai operator. Orangtuanya memohon kepadaku dan suamiku agar Eva diterima bekerja. Karena ketiadaan biaya, dia tidak bisa kuliah.

Pertama dari bisik-bisik antar pegawai. Akhirnya ada juga yang bersimpati kepadaku. Ada yang membocorkan rahasia ini kepadaku. Kata mereka, suamiku sering mencium Eva di sela-sela jam istirahat di ruang kerja suamiku. Dan yang membuatku emosi, Eva ternyata meladeninya. Rasanya amarahku begitu meluap waktu itu. Aku tak bisa lagi mengontrol diriku, kudatangi kantor suamiku, kulabrak perempuan itu di hadapan para karyawan. Bagaikan seekor singa yang terluka, aku mengamuk. Aku tidak ingat lagi berapa tamparan dan pukulan yang kudaratkan ke pipi dan tubuhnya. Pertikaian itu usai sampai suamiku datang dan menahanku.

Kusemburkan kata-kata tajam kepadanya bahwa dia perempuan yang tak tahu diri. Sudah ditolong malah menikamku dengan penghianatan. Kuminta dia agar keluar dari pekerjaannya; kalau tak mau, rahasia ini akan kubongkar kepada orangtuanya. Suamiku hanya terdiam, tak bisa berbuat apa-apa.

Napasku menderu, tersengal-sengal. Rasanya aku masih begitu emosi kalau ingat peristiwa itu.

Rasanya sudah puas aku menamparnya, melukai wajahnya yang cantik.

Tetapi suamiku sangat marah dengan tindakanku. Setelah kejadian itu dia tak mau bicara kepadaku. Mungkin dia malu perbuatannya terbongkar di hadapan karyawan. Tapi aku tak peduli. Bagiku, yang penting seorang pengganggu sudah kukalahkan.

Sejenak aku tertawa mengingat kemenanganku, tapi sejeurus kemudian aku bersedih kembali.

Suamiku rupanya menyimpan dendam. Bukannya kapok, malah semakin menjadi. Selanjutnya adalah Irene, seorang janda beranak satu. Orangnyanya modis, senang berdandan, wajahnya lumayan dan penampilannya menarik. Segera saja suamiku tertarik dengannya.

Kali ini aku benar-benar kecolongan. Diam-diam mereka sudah menikah di bawah tangan. Aku baru tahu ini belakangan. Jangan tanya bagaimana perasaanku. Rasanya untuk kesekian kalinya dunia runtuh menimpaku.

Racun itu sudah kusiapkan. Surat wasiatku untuk anak-anakku yang sekarang beranjak remaja, sudah kutulis dengan tintanya yang agak pudar karena air mataku....

Aku tidak mengerti kenapa pada saat itu suamiku pulang. Sungguh di luar dugaanku. Dia membuka pintu kamar tepat di detik akhir ketika aku sedang bersiap menenggak racun. Suamiku langsung menepis tanganku. Gelas terlempar dan pecah, isinya tumpah. Bau menyengat menyebarkan di udara.

Suamiku memelukku. Aku menangis meronta-ronta. Menurutku tidak ada gunanya aku hidup di dunia kalau hanya penderitaan demi penderitaan yang kualami. Untuk pertama kalinya suamiku meminta maaf dan menangis.

Kupikir masalah selesai sampai disitu, tapi ternyata tidak....

Irene tahu suaminya kembali lagi padaku. Dia punya rencana yang tak kalah licik. Ternyata dia juga mencoba bunuh diri dengan cara yang sama dengan apa yang kulakukan!

Aku pun membesuknya ke rumah sakit bersama suaminya. Kunasihati dia, apa yang dia lakukan tidak ada gunanya. Lebih baik tinggalkan suaminya dan cari pria yang lebih pas. Dia menangis. Dia tetap menangis ketika aku tanya suaminya, pilih aku atau Irene. Dan suaminya menjawab: memilih aku....

Tapi rupanya Irene pantang menyerah. Ternyata dia hanya bersandiwara di depanku. Mereka masih melanjutkan hubungannya. Belakangan baru kutahu, suaminya juga membelikan rumah dan mobil untuknya. Mereka juga tetap menikah. Bodohnya aku!

Dari informasi yang kudapat, suaminya berada di rumah yang dibelikannya untuk Irene. Aku pun segera mendatangnya. Kuhancurkan pintu pagarnya karena suaminya tak kunjung keluar. Mereka tetap mendiamkan aku, sampai aku lelah sendiri, suaraku serak karena aku berteriak-teriak menyuruh mereka keluar. Hmmm... pintar benar mereka memilih rumah itu. Rumah itu berada di pojok dan terpencil. Benar-benar tempat persembunyian yang aman.

Untuk kesekian kalinya kuajukan kata cerai. Ternyata suaminya menerima tantanganku. Dia setuju bercerai denganku! Genderang peperangan sudah dimulai, pantang bagiku mundur kembali. Aku mengajukan syarat agar anak-anak ikut bersamaku dan seluruh kekayaannya kalau bisa semua jatuh ke tanganku. Bukan karena serakah akan harta, aku hanya tak rela kalau apa yang sudah kami perjuangkan selama ini dinikmati oleh perempuan itu.

Pengadilan memenangkanku. Hak perwalian anak-anak jatuh ke tanganku, tapi harta dibagi dua.

Hari-hari sepi mulai kulalui. Anak-anak yang dahulu takut kepadaku karena aku sering melampiaskan amarahku kepada mereka, sekarang mulai tak takut lagi. Mereka rupanya mengerti penderitaanku dan merasa kasihan kepadaku. Sungguh aku merasa bersalah kepada mereka. Rasa hormat mereka kepada papanya luruh seketika karena papanya lebih memilih selingkuhannya. Walau dalam kasus tertentu mungkin papanya benar, tapi kalau sudah menyangkut perselingkuhan, tidaklah bisa dibenarkan dalam sudut mana pun.

Anak-anak adalah hartaku yang paling berharga di dunia ini. Pernikahanku hancur berkeping-keping. Tak ada lagi cinta dan kehangatan seperti yang dimiliki pasangan lain. Sedih? Sudah pasti! Rasanya tak ada hari yang tak kulalui tanpa air mata. Segala memori akan momen indah akan Rendy hanya membuat hatiku sakit.

Sekarang kutemukan jawabannya, mengapa orangtuaku dahulu tidak menyetujui hubunganku dengan Rendy. Mungkin pada saat itu mereka melihat "sesuatu" dalam diri Rendy. Dari wajah dan gesturnya, Rendy merupakan tipe pria flamboyan. Tipe pria yang disukai para wanita karena pintar menyenangkan hati. Belakangan baru kusadari ini, kemampuanku untuk menilai seseorang terbutakan oleh cinta. Sungguh ironis. Yang membuat penyesalanku makin menjadi-jadi adalah aku tidak mau menurut pada orangtuaku waktu itu. Orangtua memang tidak selalu benar. Namun, firasat dan pandangan orangtua seringkali lebih jeli. Untuk itu, tak ada ruginya mempertimbangkan opini orangtua.

Dukungan dan keceriaan kedua anakku perlahan menyembuhkan aku dari segala luka. Mereka mencoba menghiburku dengan keceriaan.

Mereka sering memeluk dan menciumku dengan hangat. Ternyata kedua anakku adalah anak-anak yang manis. Sekarang aku lebih sering menghabiskan waktu dengan mereka. Pergi ke tempat-tempat yang indah dan menyenangkan di berbagai belahan negara lain. Aku merasa jauh lebih hidup. Aku kini bisa menikmati kebebasan dan kedamaian. Sesuatu yang dahulu yang tak bisa kurasakan.

Aku tersentak dari lamunanku. Kulihat kedua permata hatiku sedang tertawa gembira di keindahan taman bunga Suzhou. Mereka sedang asyik berfoto. Kuhela napas. Sungguh kini tidak ada sedikit pun rasa sakit yang menyempil di relung dada. Aku tersenyum. Beban berat kebencian dan dendam yang kupanggul selama dua tahun karena perceraian sudah cukup membuatku menderita. Aku pun membuang jauh-jauh beban yang melelahkan itu. Tak ada gunanya bila terus kusimpan. Aku kini orang yang baru. Aku merasa jauh lebih kuat sekarang.

Apalagi kini aku lebih bersemangat mempelajari Dhamma. Sesuatu yang telah lama kutinggalkan. Kini kumengerti, apa yang kuterima saat ini dan perlakuan-perlakuan buruk suamiku mungkin adalah akibat yang harus kuterima. Siapa tahu, pada kehidupan silam, aku pernah mengkhianati suamiku, dan sekarang aku menerima perlakuan yang sama.

Aku ingat kisah seorang suami yang menikah lagi karena istrinya tak kunjung memberinya anak, yaitu kisah Kalayakkhini. Karena takut dicerai, si istri mencarikan seorang wanita untuk suaminya. Ketika mengetahui istri muda mengandung, istri pertama menjadi tidak senang. Istri pertama mendendam kepada istri muda. Segala cara dilakukan untuk menggugurkan kandungan si istri muda. Akhirnya ia berhasil, tapi malah menyebabkan kematian pada istri muda. Sebelum meninggal, hati istri muda itu dipenuhi dendam dan kebencian, bersumpah akan membalas dendam. Sejak itu permusuhan dimulai. Dan selama banyak kelahiran berikutnya, mereka selalu bertemu dan menjadi musuh.

Kasih Orangtua Tiada Batas

Istri pertama menjadi ayam, istri muda sebagai kucing. Kemudian terlahir lagi menjadi macan tutul dan rusa. Terakhir menjadi perumah tangga dan peri yang bernama Kali. Peri itu mengejar-ngejar wanita yang sedang menggendong bayinya. Wanita itu berlari ke wihara dan meminta perlindungan dari Buddha. Pada mulanya peri ini dihadap oleh dewa penjaga wihara, tapi Buddha mempersilakan peri itu masuk. Buddha menceritakan asal mula permusuhan mereka. Kedua perempuan ini akhirnya berdamai dan permusuhan panjang itu pun berakhir.

Sesungguhnya, dengan kebencian, kebencian tak pernah reda di dunia ini. Dengan kasih, kebencian reda. Inilah hukum abadi. (*Dhammapada* 5)

Kumaafkan diriku. Kumaafkan orang-orang yang pernah menyakiti hatiku. Aku juga memohon maaf kepada suamiku dan kepada orang-orang yang telah kusakiti.

Terima kasih suamiku, sebab kau telah mengajarkan aku pelajaran berharga, berdamai dengan diri sendiri. Tulus kudoakan, semoga kau bahagia bersamanya....

*Kisah ini dituturkan oleh seorang teman. Nama bukan nama sebenarnya.



12

Bunuh Diri

Akhir-akhir ini fenomena tentang bunuh diri kembali marak. Bayangkan, baru dua minggu kita memasuki tahun 2011, sudah 10 kasus bunuh diri terjadi di wilayah Jabodetabek. Kemiskinan adalah salah satu faktor terbesar penyebab orang bunuh diri. Menurut seorang ahli, 40% alasan orang bunuh diri adalah depresi, 60% karena berbagai sebab lain.

Seorang anak ABG yang putus cinta, merasa dunianya hancur. Kenangan-kenangan indah saat bersama kekasihnya terus menerus diingat. Semakin diingat semakin sakit, karena kenyataannya sekarang kekasihnya sudah tidak bersamanya lagi. Mungkin sudah bersama dengan gadis lain. Karena terlalu melekat dengan kekasihnya, ia tak bisa menerima kenyataan pahit itu. Lalu bunuh diri tampak menjadi satu-satunya pilihan.

Sekarang sedang *nge-trend* bunuh diri dengan cara melompat dari

ketinggian, entah itu di pusat perbelanjaan atau dari gedung-gedung tinggi seperti apartemen.

Ada juga orang-orang yang melakukan aksi bunuh diri di tempat-tempat yang indah. Contohnya di Air Terjun Niagara di Amerika Serikat dan Air Terjun Sioux di Australia. Ada yang melompat dari tebing berpemandangan indah di The Gap, Australia, di Beachy Head di Inggris, atau melompat ke jurang dengan dasar berbatu, yang bisa dipastikan akan mati seketika dengan kepala pecah di Sandanbeki, Jepang. Ada juga yang melompat dari jembatan yang sangat terkenal di Amerika, Golden Gate Bridge dan Cold Springs Canyon Arch Bridge dengan ketinggian 1.214 kaki (370 meter). Sudah puluhan orang-orang depresi yang sukses melakukan aksi mereka. Pemerintah setempat pun sampai mengeluarkan larangan untuk bunuh diri. Bahkan ada hukuman penjara bagi yang nekat (dan gagal mati tentunya).

Salah satu negara yang terkenal dengan kebiasaan bunuh dirinya adalah Jepang. Jepang merupakan sebuah negara maju, namun tidak menjamin masyarakatnya memiliki kepuasan hidup. Di Jepang, bunuh diri bukan suatu hal yang tabu. Di sana bunuh diri dikenal dengan istilah *harakiri*. Pada zaman dahulu, jika kalah bertarung, *harakiri* adalah jalan yang diambil.

Zaman sekarang, budaya itu masih tetap ada, walau hanya di kalangan *yakuza*. Bahkan ada masa-masa orang untuk melakukan bunuh diri, yaitu akhir Maret sampai awal April. Pada waktu itu merupakan masa periode akhir untuk tutup buku suatu perusahaan. Jika merugi, maka bunuh dirilah jalan yang diambil.

Mengapa bunuh diri jalan yang diambil? Tujuan utama bunuh diri sebenarnya adalah untuk mencari perhatian. Selain itu bunuh diri juga dilakukan untuk membuat pihak penyebab depresi itu merasa

bersalah. Mungkin bagi pelaku-pelaku bunuh diri yang sukses, di alam selanjutnya mereka merasa puas dan berhasil "menghukum" pihak-pihak penyebab. Mereka juga mungkin puas karena masalah mereka selesai dalam tempo sesingkat-singkatnya.

Konsep bunuh diri tentu saja sebuah kesalahan besar dalam Dhamma Buddha. Bunuh diri menimbulkan penderitaan yang hebat pada detik-detik terakhir kematian. Dalam Buddhisme, momen-momen terakhir sebelum kematian sangatlah penting karena menjadi penentu alam tempat kita akan terlahir kembali. Dan pastinya, mereka yang bunuh diri, akan sulit terlahir kembali di alam bahagia. Penderitaan berupa rasa sakit atau ketakutan akibat bunuh diri hanya akan mengondisikan mereka terlahir di alam rendah.

Dengan logika di atas, masiakah kita berpikir bahwa penderitaan kita lenyap seketika seiring dengan berhentinya napas kita?

Menurut seorang ahli, paling tidak ada dua hal yang mencirikan seseorang yang ingin bunuh diri. Pertama, perubahan perilaku. Mereka menarik diri dari pergaulan. Yang tadinya ceria, bisa berubah menjadi pendiam. Kedua, mereka sering berkata: "Aku ingin mati saja," atau, "Aku sudah tidak kuat lagi," dan kalimat-kalimat keputus-asaan lainnya.

Dari ciri itu, mereka sebenarnya sedang melakukan usaha awal untuk menarik perhatian orang di sekitarnya. Tapi orang-orang terkadang tidaklah peka. Kita sibuk dengan urusan masing-masing. Setiap dari kita merasa bahwa kitalah orang yang paling menderita di dunia ini. Padahal di luar masih banyak orang-orang yang lebih menderita.

Tingkat pendidikan bukan menjadi tolok ukur para pelaku bunuh diri. Mereka bisa diukur dari imannya. Mereka yang melakukan bunuh

diri sudah pasti sangat rendah keimanannya. Pemahaman terhadap Dhamma atau ajaran-ajaran agama lain pastinya sangat dangkal. Tidak ada satu pun agama yang menganjurkan bunuh diri. Karena itu agama berperan penting sebagai pegangan dalam mengondisikan keadaan psikologis seseorang saat stres atau depresi.

Orang-orang yang bunuh diri adalah orang-orang yang tidak cukup bahagia dalam hidupnya. Mungkin banyak keinginan yang tidak tergapai atau tidak siap menerima perubahan hidup. Akibatnya jadi merasa tidak senang, tertekan, putus asa, lalu bunuh diri. Padahal kunci untuk bahagia cukup dengan bersyukur, bercukup hati, dan tentunya menyadari bahwa segala sesuatunya tidak kekal.

Kita boleh saja punya keinginan dan impian, tapi kita juga harus realistis. Kalau kita menggantungkan impian kita jauh di atas kemampuan kita dan kita tak berhasil mencapainya, maka kita harus siap mengalami kekecewaan. Gagal bukan berarti dunia ini runtuh, melainkan kita punya kesempatan lagi untuk berusaha lebih baik.

Selain itu, terima kenyataan bahwa segala sesuatunya berubah. Hal-hal yang kita senangi pasti akan berubah. Untuk itu, hindari kelekatan agar tidak menimbulkan kekecewaan mendalam.

Jangan taruh kebahagiaanmu di luar dirimu, di benda-benda atau pada orang-orang yang kau cintai. Jika suatu saat mereka hilang atau pergi, penderitaanlah yang kita dapat. Carilah kebahagiaan di dalam dirimu sendiri.



13

Cinta Mati

Sudah lama aku mencarimu. Aku mencari dari keindahan taman Loo, sampai keelokan pantai Delfzijl. Dari ujung dunia ke ujung dunia lainnya. Namun aku tak berhasil menemukanmu, cinta sejitaku. Tapi aku tak akan pernah lelah mencarimu. Pantang bagiku untuk menyerah begitu saja.

Akhirnya kutemukan kau, di sebuah desa terpencil di Asia. Bisakah kau bayangkan bagaimana perasaanku?

Kau masih tetap sama di mataku. Gadis cantik dan agak pendiam yang mempunyai kharisma tersendiri. Walau kulitmu sekarang berwarna kuning langsung, berambut hitam sebahu, dan bermata agak cokelat, tapi aku masih mengenalmu. Dahulu kau berkulit putih, berambut ikal agak kecokelatan seperti keturunan Belanda pada umumnya.

Aku muncul di belakangmu ketika kau sedang bercakap-cakap dengan

Kasih Orangtua Tiada Batas

seorang gadis remaja. Aku tidak tahu siapa dia. Yang membuatku heran, kau tidak bisa melihatku, tapi gadis itu bisa melihatku.

Aku selalu datang ke rumahmu, melihat keseharianmu. Aku datang ke kamarmu ketika kau baru saja bangun tidur, aku tersenyum dan selalu menjadi yang pertama mengucapkan selamat pagi untukmu. Aku juga sering menyelinap masuk ke kamarmu pada tengah malam, saat kau sudah terlelap di alam mimpi....

Pada hari-hari tertentu, pada tengah malam, aku datang ke rumahmu. Kutata meja makan. Tak lupa kurangkai juga bunga kesukaanmu. Aku pernah mencegatmu di tangga ketika kau akan pergi tidur, kutanyakan kenapa kau tak pernah datang pada malam ulang tahunmu. Aku sudah menunggumu semalaman, tapi kau berlalu begitu saja, tak berkata sepatah kata pun....

Kini kutahu banyak hal. Ternyata kau sudah menikah. Kau juga sudah memiliki dua anak putra dan putri. Gadis remaja itu ternyata putri sulungmu. Kenyataan ini cukup memukul perasaanku. Tapi aku masih tetap mencintaimu sampai kapan pun, tak peduli bagaimana keadaanmu sekarang. Kaulah cinta pertamaku.

Yang lebih membuat aku terpukul adalah keadanku dan keadaanmu sekarang sudah jauh berbeda. Kau manusia, sedangkan aku adalah

Walau begitu, sungguh aku tetap tak peduli....

Sekarang aku ingat kalau ini adalah malam terakhirku bisa melihatmu. Kenangan-kenangan itu tiba-tiba muncul lagi. Aku sudah berpakaian rapi, memakai jas hitam dan dasi, pakaian favoritku. Wangi semerbak menyeruak ke udara. Aku memang suka berpakaian rapi dan harum. Rambut pirangku sudah kussisir rapi. Hari itu aku sangat bahagia, karena

Kasih Orangtua Tiada Batas

aku akan bertemu kau sebentar lagi di rumahmu. Namun rencana hanya tinggal rencana, siapa pun tak ada yang bisa meramalkan masa depan. Kereta yang kutumpangi mengalami kecelakaan hebat. Kebahagiaan yang meluap-luap lenyap begitu saja.

Sejak itu aku tak bisa mengetahui lagi di mana keberadaanmu.... Aku meninggalkan dunia ini bersama dengan cintaku. Cintaku padamu kubawa sampai mati....

Dia seorang pemuda yang tampan dan menyenangkan. Pintar dan mempunyai bakat menulis. Karena itu dia menjadi seorang penulis. Dia teman kerjaku, kami sama-sama penulis.

Dahulu aku pernah mencintainya. Tapi semakin lama aku merasa lebih nyaman dia menjadi teman saja. Aku tahu dia masih sangat mencintaiku.

Malam itu dia janji mau ke rumahku. Tapi dia tak pernah datang. Sampai akhirnya kudengar berita yang sangat mengejutkan. Kereta yang ditumpangnya mengalami kecelakaan hebat dan dia tewas seketika. Rasanya aku tak bisa mempercayainya. Baru tadi pagi kami bertemu, bercanda ria. Rasa bersalah segera menyergapku. Bersalah kenapa aku tidak bisa mencintainya lagi seperti dahulu. Karena itu sepanjang hayatku aku memilih untuk tidak menikah....

Rasa kelekatan dengan seseorang, cinta maupun benci, sangatlah berbahaya. Bisa membuat kita terjatuh ke alam rendah, baik alam binatang maupun alam hantu.

Sungguh menyedihkan ketika akan meninggal, kita melekat dengan seseorang, membawa cinta yang sangat besar dan mengakibatkan kita selalu mencari terus orang yang kita cintai. Padahal bisa saja sudah berbeda alam kehidupan seperti kisah di atas. Dan seringkali terjadi,

salah satu pihak tak rela pasangan hidupnya pada masa lampau sudah memiliki pasangan lain. Atau orangtua yang terlalu melekat pada anak atau cucunya sehingga terus mencari-cari keberadaan mereka, dan bila bertemu akan terus mengikutinya.

Begitu pula apabila ketika kita meninggal dengan membawa beban kebencian terhadap seseorang, bisa dipastikan akan terjatuh ke alam rendah. Kalau pun beruntung terlahir ke alam manusia, kita akan mempunyai kecenderungan membenci orang tersebut dengan atau tanpa sebab.

“Hanya dengan melupakanmu, aku akan bahagia di kehidupan selanjutnya....”

(Ucapan perpisahan yang sangat mengharukan dari sesosok hantu yang masih sangat mencintai kekasihnya, film “49 Days”)



14

Penghidupan Benar

Siang tadi aku melihat acara di salah satu stasiun televisi tentang seorang pengusaha ternak ikan lele. Di desa tempat ia tinggal sebagian besar penduduknya adalah peternak ikan lele. Suatu hari ia melihat peluang usaha untuk mengolah ikan lele menjadi sale lele (ikan yang diasap). Usahanya cukup maju, terbukti banyak pelanggannya tersebar di dalam dan di luar negeri. Ikan lele yang masih muda berusia sekitar 6 bulan itu dipanen. Sekali panen bisa mencapai ratusan ekor.

Yang membuat hati ini miris adalah ketika melihat bagaimana lele itu diolah. Ikan yang masih hidup itu langsung dibelah dalam keadaan hidup! Katanya jika disayat dalam keadaan mati, akan memengaruhi rasanya. Masih belum cukup penderitaan ikan tersebut, masih dalam keadaan setengah hidup, bagian dalam ikan itu dikeluarkan, dan kemudian bagian terakhir, kepalanya, dipotong. Sungguh sadis!

Menurut pengakuan pengusaha tersebut, dalam sebulan dia bisa

memproduksi 15 ton sale ikan. Coba bayangkan, berapa banyak karma buruk yang telah dilakukannya dalam sebulan? Berapa puluh ribu nyawa ikan yang dibunuhnya? Sungguh mengerikan. Tak terbayang berapa banyak dan berapa lama buah karma buruk yang akan dialaminya.

Tak hanya di bidang pangan, dalam dunia mode pun binatang sering jadi korban. Demi memuaskan hasrat gaya, para wanita kalangan atas dan selebriti menggunakan kulit dan bulu binatang, seperti kulit macan, ular, beruang, domba, berang-berang, buaya, dan masih banyak lagi. Hewan-hewan itu dibunuh secara sadis dan dikuliti. Hal ini menarik perhatian beberapa kalangan sehingga mereka membuat suatu organisasi pemberantasan eksploitasi hewan, yaitu PETA (People for the Ethical Treatment of Animals).

Seorang selebriti dunia, Paris Hilton, tak luput dari perlakuan tidak menyenangkan dari aktivis PETA karena kesukaannya menggunakan pakaian dari bulu binatang. Demikian juga dengan selebriti lainnya yang terkenal dengan kehebohannya dalam berbusana yang aneh-aneh, yaitu Lady Gaga. Dia memakai pakaian berbahan dasar daging mentah!

Aku juga pernah melihat bagaimana demi memuaskan nafsu manusia bisa menyiksa makhluk lain. Hanya untuk memperoleh kemenangan dalam kompetisi, kambing-kambing disiksa dengan cara menaruh keempat kakinya di tonggak kayu yang tidak sama rata. Kedua kaki depannya lebih tinggi daripada kaki belakangnya. Di keempat kakinya di taruh benda tajam, dan diolesi minyak angin. Kalau kambing itu bergerak, benda tajam itu akan melukai kakinya dan kambing akan jatuh dari tonggak kayu. Hal ini dilakukan untuk melatih kaki kambing supaya kuat.

Hewan kera juga tidak luput dari penyiksaan. Untuk melatih kaki kera, kera digantung terbalik, dan dipaksa untuk berjalan seperti manusia. Padahal hewan kera tidak seperti manusia. Mereka

terbiasa berjalan dengan empat kaki, bukan dua kaki. Kalaupun berjalan dengan dua kaki mereka hanya tahan beberapa saat. Apabila mereka tak mau menuruti pelatihnya, mereka akan disiksa dengan cara tidak diberi makan. Aku pernah menyaksikan cerita ini di sinetron, semula kupikir itu hanyalah karangan belaka, tapi ternyata semua itu benar adanya. Kera-kera yang sudah “lulus” pelatihan, dipekerjakan oleh manusia untuk meminta-minta uang di jalan.

Sebagai umat Buddha, seyogianya kita berpenghidupan benar. Penghidupan benar masuk dalam urutan kelima dalam Jalan Mulia Berfaktor Delapan, yaitu *Sammā Ājīva*. Yang termasuk mata pencaharian benar adalah tidak berdagang: senjata, makhluk hidup, daging, racun, dan minuman keras.

Berkaitan dengan hal ini, ada kisah tentang Buddha Gotama yang menegur seorang nelayan bernama Ariya. Ketika itu Buddha melihat dengan kemampuan batinnya yang luar biasa, sudah tiba waktunya bagi seorang nelayan meraih kesucian Sotapatti. Dalam perjalanan pulang selesai *pindapata* bersama murid-murid-Nya, Buddha berhenti di dekat nelayan itu. Ketika melihat Buddha, nelayan itu melemparkan alat penangkap ikannya dan bergegas menghampiri Buddha. Di hadapan nelayan itu, Buddha menanyakan nama murid-Nya satu persatu. Ketika sampai pada giliran nelayan tersebut, nelayan itu mengatakan namanya adalah Ariya. Buddha berkata, bahwa dia tidak pantas menyandang nama Ariya. Ariya berarti “mulia”. Seorang Ariya sudah tidak mungkin lagi menganiaya apalagi membunuh makhluk hidup. Setelah mendengar penjelasan itu, nelayan itu pun mencapai kesucian Sotapatti.

Apabila kita sudah terlanjur bermata pencaharian yang menyangkut kehidupan makhluk lain, sebisa mungkin beralih profesi. Meskipun penghasilan lebih sedikit, tapi setidaknya kita tidak menabung karma buruk. Buah karma buruk dari menyiksa dan membunuh makhluk lain

adalah berumur pendek atau menderita suatu penyakit bila terlahir di alam manusia. Untuk mengurangi buah karma buruk dari tindakan tersebut, perbanyaklah melakukan karma baik, salah satu caranya dengan melalui *fang sheng*.

Buah karma buruk dari pembunuhan makhluk hidup diceritakan dalam kisah Dhamma Dinna. Dhamma Dinna adalah salah seorang murid wanita terbaik Buddha. Dalam salah satu kehidupan lampau, ia hanya membunuh sekali saja, membunuh anak kambing. Tindakannya yang hanya sekali saja itu mengakibatkan kelahiran di alam neraka selama ribuan tahun. Tidak sampai disitu saja buah karma buruknya, setelah keluar dari sana, dia terlahir ulang menjadi anak kambing yang dibunuh dalam banyak kehidupan, sebanyak jumlah bulu di badan anak kambing yang dibunuhnya.

Mengapa membunuh sekali saja berakibat begitu mengerikan? Kedengarannya tidaklah adil. Tapi *Abhidhamma* bisa menjelaskan hal ini.

Karena lebih dari satu triliun pikiran bisa muncul dan padam dalam satu jentikan jari saja, miliaran karma baik atau buruk tersimpan di arus batin ketika sebuah perbuatan baik atau buruk dilakukan dan menunggu kondisi yang tepat untuk berbuah. Itulah sebabnya, selain melakukan derma dan menjalani sila, bermeditasi sangatlah penting untuk menjaga pikiran. Tiga serangkai ini (*Dāna, Sīla, Bhāvanā*) adalah satu-satunya jalan untuk terbebas dari *Saṅsāra*.

**Semua gentar terhadap hukuman,
bagi semua, kehidupan itu berharga.
Setelah mengumpamakan dengan diri sendiri,
janganlah membunuh, janganlah menyebabkan pembunuhan.
(*Dhammapada* 130)**

Kasih Orangtua Tiada Batas

Tidak di langit, tidak di tengah samudra,
tidak dengan memasuki celah pegunungan,
tidak ada tempat di jagat ini,
yang di sana seseorang bisa lepas dari perbuatan buruknya.
(Dhammapada 127)



15

Cinta Sejati

Apakah di dunia ini ada cinta sejati? Pertanyaan ini susah-susah gampang untuk dijawab. Kalau kita mendengar kata “cinta sejati”, asumsi kita pasti cinta antara pasangan pria dan wanita, yang berujung pada jenjang pernikahan dan awet sampai usia tua, bahkan sampai ke liang kubur bersama.

Sejak zaman dahulu, kisah cinta sejati selalu menarik untuk dibahas, baik kisah dongeng maupun kisah nyata. Dari kisah Romeo-Juliet yang berakhir tragis, kisah Sam Pek Eng Tay, sampai kisah cinta nyata yang fenomenal, yaitu Kaisar Shah Jahan yang mempersembahkan sebuah istana untuk permaisurinya, Mumtaz Mahal. Kini istana tersebut dikenal sebagai Taj Mahal.

Akan tetapi berjodoh di banyak kehidupan, bukan berarti berjodoh selamanya dengan orang yang sama. Pada kenyataannya, sudah tak

bisa terhitung berapa banyak yang telah menjadi pasangan kita dalam beribu kehidupan. Begitu pun dengan orang yang sekarang menjadi anak kita, papa-mama kita, kakek-nenek kita. Bukan tidak mungkin, pasangan hidup kita pada kehidupan lampau adalah anak kita, begitu pun sebaliknya. Aku pernah menyaksikan di televisi, kisah seorang ibu yang suaminya telah meninggal. Ibu tersebut mempunyai anak laki-laki. Tanpa rasa malu, walaupun dicemooh tetangganya, ibu ini melakukan hubungan terlarang dengan anak kandungnya sendiri. Ketika ditanya mengapa melakukan hal tersebut, ibu itu menjawab, "Entah kenapa setiap melihat dia, saya selalu melihat diri suami saya ada padanya. Selain itu wajahnya memang mirip dengan almarhum suami saya."

Perbuatan ibu tersebut memang tidak bisa dibenarkan dari segi mana pun. Tapi hal demikian bisa dijelaskan dalam Buddhisme lewat regresi masa lampau atau lewat penerawangan seorang yang mempunyai kemampuan batin. Bukan tidak mungkin anak lelaki itu dahulunya memang suami ibu tersebut.

Aku juga sering menemukan kasus antara dan ibu yang selalu bertengkar. Ada satu kasus yang menarik. Seorang anak lelaki selalu bertengkar dengan ibunya, bahkan karena soal yang sepele bisa meledak jadi besar. Dengan putus asa si ibu datang ke tempat konsultasi dan menceritakan masalahnya. Jawabannya sungguh di luar dugaan. Ternyata anak lelakinya ini dulunya adalah suaminya. Karena kesalahan fatal yang dilakukan si ibu, berselingkuh, membuat suaminya memendam rasa marah dan kekesalan yang terus terbawa ke kehidupan selanjutnya. Sekarang suami pada kehidupan lampau itu menjadi anaknya.

Perasaan cinta, benci, kesal, suka kepada seseorang seringkali terus sinambung, terbawa ke kehidupan selanjutnya. Tidaklah mengherankan kita bisa tiba-tiba suka bahkan jatuh cinta kepada orang yang baru pertama kali kita temui. Atau sebaliknya bisa tiba-tiba ada perasaan

sebal, benci pada seorang yang baru saja kita kenal. Atau perasaan akrab dengan orang yang baru pertama kali kita kenal, seakan-akan kawan lama.

Kembali ke pokok masalah, apakah cinta sejati itu ada? Menurutku, cinta sejati di dunia ini, cinta yang tulus, tanpa pamrih, hanyalah cinta seorang ibu kepada anaknya. Seorang ibu rela kelaparan asalkan anaknya tidak kelaparan; rela kedinginan, asalkan anaknya tidak menggigil. Kasih ibu hanya memberi tak harap kembali, bagai sang surya menyinari dunia.

Cinta kepada pasangan kebanyakan adalah cinta yang penuh nafsu dan pamrih. Mungkin ada cinta sejati, tapi betul-betul hal yang langka dan sulit ditemukan di dunia ini. Contoh paling nyata adalah kisah cinta sejati Pangeran Siddhattha dengan Putri Bimbadevī (Yasodharā) yang telah bersama mengarungi samudra *Sangsāra* dalam banyak kehidupan.



16

Dihormati, Bukan Ditakuti

Anak-anakmu bukanlah anak-anakmu.
Mereka adalah anak-anak kehidupan yang rindu akan dirinya sendiri.

Mereka dilahirkan melaluimu, tapi bukan darimu.

Meskipun mereka ada bersamamu, tapi mereka bukan milikmu.

Pada mereka engkau dapat memberikan cintamu, tapi bukan pikiranmu, karena mereka memiliki pikiran mereka sendiri.

Engkau bisa merumahkan tubuh mereka, tapi bukan jiwa mereka.

Karena jiwa-jiwa itu tinggal di rumah hari esok, yang tak pernah engkau kunjungi meskipun dalam mimpi.

Engkau bisa menjadi seperti mereka, tapi jangan coba menjadikan mereka sepertimu, karena hidup tidak berjalan mundur dan tidak pula berada pada masa lalu.

Kasih Orangtua Tiada Batas

Engkau adalah busur-busur tempat anak-anakmu menjadi anak-anak panah yang siap diluncurkan.

Sang Pemanah telah membidik arah keabadian, dan merenggangkanmu dengan kekuatannya, sehingga anak-anak panah itu dapat meluncur cepat dan jauh.

Jadikanlah tarikan tangan Sang Pemanah itu sebagai kegembiraan. Sebab ketika mencintai anak-anak panah yang terbang, maka ia juga mencintai busur teguh yang telah meluncurkannya dengan sepenuh kekuatan.

(Dari "Cinta, Keindahan, Kesunyian", oleh Kahlil Gibran)

Aku sangat menyukai Kahlil Gilbran. Seorang seniman, penyair, dan penulis puisi cinta yang fenomenal. Berkebangsaan Amerika, tapi lahir di Lebanon.

Puisi di atas kutempel di dinding kamarku. Sebagai remaja kala itu aku suka menyuarakan protes melalui puisi. Sebagian remaja memprotes larangan orangtua dengan melanggar aturannya; sebagian lagi hanya bisa diam. Anak-anak yang pendiam (*introvert*) tidak bisa mengungkapkan perasaannya kepada orang lain. Justru anak dengan tipe seperti inilah yang perlu dikasihani. Ibarat gunung api yang siap meletus kapan saja, bila sesuatu sudah tak bisa disimpan lagi, akan timbul tindakan-tindakan di luar dugaan. Banyak kasus di mana bunuh diri atau membunuh orang lain dilakukan oleh orang-orang yang tertutup pribadinya. Buat yang *introvert*, maaf ya, tidak semua kok.

Orangtua seringkali memaksakan kehendak pada anak-anaknya. Memaksakan pilihan pendidikan, bahkan pasangan hidup untuk anaknya. Pada dasarnya orangtua bermaksud baik, tapi seringkali cara-cara nya tidak bisa diterima oleh anak. Sedangkan anak menganggap

Kasih Orangtua Tiada Batas

orangtuanya adalah diktator yang harus dituruti semua keinginannya. Mereka tidak mendapatkan penjelasan yang cukup bisa diterima oleh logikanya, kadang bahkan tanpa penjelasan sama sekali. Hal ini membuat anak merasa terbebani dengan pilihan orangtuanya.

Begitu pula halnya dengan larangan. Kebanyakan orangtua hanya bisa melarang, tanpa adanya penjelasan, kenapa hal itu tidak boleh dilakukan, kenapa harus ini dan itu. Ada sebagian anak yang merasa tertantang, justru melakukan apa yang dilarang, menimbulkan pertentangan dan percekocokan dalam keluarga.

Bagi anak, ingatlah bahwa orangtua hanya menginginkan yang terbaik untuk anaknya, agar anaknya tak salah pilih dan hidup bahagia.

Dan satu tip buat orangtua: “Jadilah orangtua yang dihormati anak, bukan ditakuti anak.”

Bukan dengan kata-kata kasar atau dengan hukuman fisik seorang anak akan mematuhi perkataan orangtuanya, tapi dari bagaimana orangtua menjadikan dirinya layak untuk dihargai.



17

Anak yang Tumbuh

Tiada hal yang lebih menyedihkan di dunia ini bagi seorang ayah atau ibu, ketika menyaksikan anaknya melakukan perbuatan buruk, apalagi sampai terlibat tindakan kriminal. Orangtua akan merasa gagal dalam usahanya mendidik anak. Bagaimana tidak? Ketika mereka mengetahui akan mendapatkan seorang anak, betapa begitu bahagianya mereka, apalagi bila anak itu anak pertama. Selama masa mengandung seorang ibu begitu menjaga kandungannya, rela memakan sesuatu yang tidak disukainya, sebaliknya rela tidak memakan makanan kesukaannya demi kesehatan kandungannya. Mengalami masa-masa yang sulit seiring dengan bertambah besar kandungannya. Rasa sakit ketika melahirkan sirna begitu melihat anaknya yang lahir sehat dan lengkap.

Peran seorang ayah juga begitu besar: bekerja keras, mencari nafkah untuk menghidupi keluarganya. Bahkan kadang-kadang seorang ayah lebih terampil dalam merawat putranya.

Kasih Orangtua Tiada Batas

Mengingat pengorbanan mereka yang sangat besar ini, tak salah bila ada kata-kata indah seperti ini: ayah dan ibu adalah bodhisatta yang ada di rumah, atau, ayah dan ibu adalah brahma (makhluk luhur).

Namun banyak peristiwa, setelah besar seorang anak salah jalan, bisa karena pengaruh luar, atau kurangnya pendidikan di rumah. Orang bilang, pendidikan paling awal dimulai dari keluarga. Karena itu keluarga adalah pondasi bagi watak dan moral seorang anak. Seorang anak yang terbiasa melihat kekerasan dalam keluarga, tanpa disadari alam bawahsadarnya akan menyimpan memori tersebut. Karena terlalu sering melihat, akan timbul penilaian bahwa kekerasan secara fisik maupun verbal adalah biasa. Tak mengherankan bila dewasa ini kita sering melihat ada anak usia balita bisa berkata-kata kasar kepada temannya atau pengasuhnya. Dan bisa ditebak, ketika dia menikah kemungkinan besar dia akan melakukan hal yang sama kepada keluarganya.

Anak-anak yang terbiasa bertutur kata baik, menghargai orang lain, memancarkan kasih sayang kepada sesama, tak lepas dari peran orangtua yang hebat. Mereka dibesarkan dan dididik dengan cinta dan kasih sayang. Diajarkan dengan bijak tentang salah dan benar. Ketika melakukan kesalahan, ditegur baik-baik, dan bukan dibiarkan. Seorang anak perlu diberitahu kesalahannya, agar kelak tahu mana yang salah dan yang benar. Banyak orangtua tidak mau ambil pusing, diam saja ketika anak melakukan kesalahan. Cara ini sungguh tidak benar.

Ketika melakukan perbuatan baik, seorang anak perlu untuk dihargai dengan cara memberinya pujian. Jadilah pendengar setia untuk cerita-ceritanya. Selalu ada di sampingnya ketika dia membutuhkan Anda untuk mengatasi masalah-masalahnya.

Nikmatilah momen-momen bersama anak Anda sekarang. Banyak keluarga muda yang mengeluh dalam merawat bayi atau balitanya.

Kasih Orangtua Tiada Batas

Merawat bayi ataupun anak balita memang sangatlah melelahkan di tengah kondisi tubuh yang belum pulih atau lelah seharian bekerja. Tapi ingatlah, semua ada saatnya. Ketika anak kita sudah bertumbuh remaja, mereka akan sibuk dengan dunianya sendiri, dengan teman sebayanya. Waktu untuk kebersamaan itu akan tersedia sedikit sekali. Dan ketika itu terjadi, kita akan merindukan masa-masa ketika mereka kecil dahulu.... Maka nikmati saja saat-saat bermain dengan mereka. Jadilah teman terbaik bagi anak.

Biasakanlah ucapkan kata "terima kasih" dan "maaf" jika Anda memang bersalah. Jangan merasa gengsi mengucapkan kedua kata tersebut, dan merasa harga diri Anda jatuh. Justru mereka akan lebih menghormati Anda. Ada satu hal yang tak kalah penting, yaitu kontak fisik. Sering-seringlah Anda mencium dan memeluk anak Anda. Rasa nyaman dan terlindungi membuat kepercayaan dirinya bertambah, rasa menghargai dan kasih sayang membuatnya tumbuh menjadi sosok yang kuat dan menyenangkan bagi orang di sekelilingnya.

Anak yang tumbuh dengan ejekan, belajar menjadi bodoh.

Anak yang tumbuh dengan penuh celaan, belajar menjadi pencela.

Anak yang tumbuh dengan tidak dipercaya,
belajar menjadi pembohong.

Anak yang tumbuh dengan kekerasan, belajar menjadi kasar.

Anak yang tumbuh dengan kasih sayang, belajar mencintai.

Anak yang tumbuh dengan dorongan, belajar menjadi percaya diri.

Anak yang tumbuh dengan kebenaran, belajar menjadi adil.

Anak yang tumbuh dengan pujian, belajar untuk menghargai.

Anak yang tumbuh dengan berbagi, belajar menjadi pengertian.

Anak yang tumbuh dengan pengetahuan, belajar menjadi bijaksana.

Anak yang tumbuh dengan kesabaran, belajar menjadi toleran.

Anak yang tumbuh dengan kebahagiaan,
akan menemukan cinta dan keindahan.

~ Ronald Russel ~



18 Ulang Tahun

Surat Akhir Tahun
Apa yang akan kau lakukan
menjelang berakhirnya suatu masa ini?
Merencanakan masa depan
tanpa peduli pada apa yang kau kerjakan
di hari-hari yang berlalu?
Ataukah justru sebaliknya:
Mengenangnya dengan mesra
karena sadar semuanya itu
tak akan kembali tiba?

Apa yang akan kulakukan
Menjelang berakhirnya suatu masa ini?
Merencanakan masa depan
yang mudah-mudahan baik

Kasih Orangtua Tiada Batas

dari apa yang kualami selama ini?
Ataukah justru sebaliknya:
mengenangnya dengan mesra
karena menyelinap keyakinan
bahwa apa yang telah lalu
senantiasa baik
dari apa yang masih bayangan?

Apa yang akan kita lakukan
menjelang berakhirnya suatu masa ini?
Mempersibuk diri, ataukah
tidak berbuat apa pun,
cuma menerima apa yang akan tiba
entah bagaimanapun adanya?

Apa yang akan kita lakukan
menjelang berakhirnya suatu masa ini?
Ya, apa yang akan kita lakukan?

(Rahadi)

Aku menemukan puisi itu ada di salah satu buku, tapi lupa apa judul bukunya. Puisi itu cocok sekali menggambarkan keadaanku saat itu. Hari itu aku berulang tahun, tapi hanya hampa yang kurasakan. Pernahkah Anda merasa demikian? Anda berulang tahun, tapi Anda tidak bahagia?

Aku pernah mengalami masa itu, masa di mana kurasakan satu tahun terlewati tanpa berbuat apa-apa. Rasanya syok ketika membaca kartu ucapan ulang tahun dari temanku ternyata sudah satu tahun yang lalu. Satu tahun tanpa berbuat apa-apa. Satu tahun terlewat begitu saja tanpa arti. Waktu itu aku sudah selesai sekolah, praktis tak ada kegiatan

apa-apa. Waktu habis untuk bermalasan, melamuni hari esok, sampai tak sadar setahun berlalu. Kartu ucapan dari temanku itulah yang menyadarkanku, seolah berkata, "Hei ke mana saja kamu selama ini? Hanya asyik di dunia sendiri, sampai kehadiranku saja kamu tak sadari."

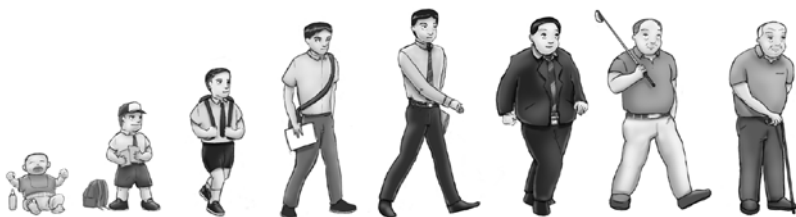
Dalam keluargku, tak pernah ada yang namanya perayaan ulang tahun. Dari sembilan orang anak, tak pernah sekali pun mama atau papa merayakan ulang tahun anak-anaknya, walau kami keluarga yang berkecukupan. Kami terbiasa dididik sederhana.

Itulah sebabnya aku tak habis pikir jika ada orang yang merayakan ulang tahun sampai menghabiskan biaya puluhan bahkan ratusan juta. Harga satu buah rumah atau harga satu buah mobil mewah dihamburkan begitu saja hanya untuk perayaan ulang tahun yang memakan waktu hanya 2 jam saja.

Bagiku, ulang tahun berarti umurku di dunia berkurang satu. Kesempatanku hidup di dunia ini, untuk berbuat lebih banyak lagi kebaikan, semakin berkurang. Aku semakin mendekati "antrian kematian", walau memang kematian itu tak dapat diketahui pasti kapan datangnya.

Alangkah bijaknya di momen ulang tahun kita merenung, introspeksi, dan berpikir perbuatan baik apa lagi yang bisa kita lakukan? Apakah berbagi kasih sayang dengan anak-anak yatim piatu di panti asuhan? Mengunjungi panti jompo? Bernamaskara kepada kedua orangtua kita? Berderma? Melepas satwa? Membaca *paritta*? Bermeditasi?

Hari ulang tahun bukanlah saatnya pesta, namun saatnya untuk melihat ke dalam diri, merenung, apa saja yang telah dilakukan selama satu tahun. Perbuatan baik dan buruk apa yang telah dilakukan. Kesalahan apa yang telah diperbuat. Saatnya memperbaiki kesalahan untuk menjadi pribadi yang lebih baik.



19

Lahir-Tua-Sakit-Mati

Lahir

Kelahiran seorang bayi hampir selalu disambut dengan sukacita, oleh orangtua maupun kerabat dan sahabat mereka. Ada yang bilang, seorang bayi itu masih suci, bersih tanpa dosa. Pada kenyataannya, mereka bukan baru sekali saja terlahir. Tapi sudah berulang-ulang kali terlahir sampai tak terhitung lagi.

Ketika seorang bayi terlahir kembali ke dunia ini, justru itulah awal dari kematian. Karena di balik kelahiran, ada bayangan kematian yang akan terus mengikutinya. Semua makhluk, sebenarnya berjalan menuju kematian, meski dia masih seorang bayi yang baru lahir.

Tua

Ketika bayi itu menjadi batita, balita, remaja, dewasa, kemudian memasuki usia tua, seiring bertambahnya usia, tubuh semakin

melemah, penyakit mulai datang menggerogoti, walaupun ada yang tetap sehat, tanpa penyakit berat sampai menutup usia.

Apakah sepanjang usia Anda, Anda sudah mengisinya dengan hal-hal positif dan bermanfaat? Sudahkah Anda memaksimalkan potensi diri Anda, melakukan banyak kebajikan dan membuat hidup Anda berarti?

Sakit

Banyak pelajaran bagus yang bisa diambil ketika kita mengunjungi orang sakit yang dirawat di rumah sakit. Melihat bagaimana seseorang tergeletak tak berdaya, hidupnya sepenuhnya bergantung pada alat bantu. Harta benda yang berlimpah, yang dikumpulkan ketika orang itu masih sehat, menjadi tak ada artinya karena orang itu tak bisa menikmati harta kekayaannya. Kenyataan ini membuatku bersyukur, aku masih hidup dan masih bisa bernapas sampai detik ini tanpa penyakit berat.

Kita datang ke dunia ini sendiri, mati pun sendiri, meski dalam mengarungi *Sangsāra* ini kita mempunyai keterikatan hubungan karma dengan orang lain, entah mereka itu ayah atau ibu kita, anak, saudara, atau kerabat. Pernahkah merenung sejenak, mereka tak ubahnya tamu yang datang ke rumah kita? Datang dan akan pergi. Berapa lama kita hidup bersama dengan orangtua, suami atau istri, dan anak-anak kita? Sepuluh tahun? Dua puluh tahun? Tiga puluh tahun? Bahkan ada yang hanya sekejap saja mengenal mereka.

Mereka datang dan pergi. Sekarang menjadi anak kita, belum tentu pada kehidupan selanjutnya mereka jadi anak kita lagi. Sekarang menjadi orangtua kita, siapa tahu selanjutnya jadi anak kita. Sekarang menjadi suami atau istri kita, belum tentu pada kehidupan selanjutnya mereka menjadi pasangan hidup kita lagi.

Mati

Ketika kita sudah sampai di penghujung usia, saatnya memejamkan mata untuk selamanya, saatnya untuk melepas orang-orang yang kita cintai, dan benda-benda yang kita sukai dengan ikhlas rela, tanpa beban, menuju ke kehidupan baru yang semoga lebih baik dari kehidupan kita sebelumnya. Jangan ada perasaan sedih, marah, atau benci, lepaskan... let it go....



20

In Loving Memory: My Dear Mother



*I adore thee my mother,
who, full of affection on me,
fed me with your own blood turned into milk,
and brought me up
to this position today.*

*Popo, wherever you are,
I hope you always be happy.*

Kasih Orangtua Tiada Batas

Ibu, kata yang sungguh indah. Tidak ada seorang pun dilahirkan ke dunia ini tanpa melalui seorang ibu. Sembilan bulan sepuluh hari kita dikandungnya, dengan melewati berbagai macam kesulitan dan penderitaan. Merawat, membesarkan, mendidik kita dengan peluh dan air mata. Kita menjadi pintar, sukses, ataupun mulia tidak lepas dari jasa seorang ibu. Oleh sebab itu jasa ibu sungguh besar, tak terlukiskan dan tak terbayarkan. Sungguh tak salah bila menurut Buddhisme, kalau kita sampai hati membunuh orangtua, ganjaran yang patut kita terima adalah Neraka Avici, neraka yang terberat tanpa bisa kita tawar-tawar lagi.

Berbahagiaalah orang-orang yang masih mempunyai ayah dan ibu. Masih mempunyai kesempatan berbuat karma baik dengan merawat mereka di usia senja mereka, seperti yang dahulu mereka lakukan kepada kita ketika kecil. Sekaranglah saatnya membalas jasa mereka. Dalam Buddhisme, jasa orangtua amat besar sehingga tak terbalaskan. Bila kita bisa mengenalkan Dhamma kepada mereka, membuat tahu dari yang tidak tahu, mengubah sifat buruk menjadi baik, apalagi bila mereka sampai meraih kesucian, itulah balas jasa sesungguhnya seorang anak.

Sedihnya, aku tak punya kesempatan itu lagi.... Ketika aku masih berusia 14 tahun, Mama selalu menolak kalau kuajak ke wihara. Kata Mama pada waktu itu, "Nanti saja kalau Mama sudah tua...." Mama pada akhirnya memang ke wihara, ketika aku sudah menikah, ketika Mama sudah berumur 60 tahunan. Dan ketika sudah berumur 70 tahunan, Mama semakin giat ke wihara. Meskipun pada umur itu ia sudah tak mampu berjalan, sulit berbicara, dan kemampuan untuk menangkap Dhamma mungkin juga sudah terlalu susah untuknya. Namun keadaannya itu tak mengurangi semangatnya datang ke wihara.

Pada kehidupan lampau, Mama kurang mengenal Dhamma. Sampai di kehidupan ini pun, Mama hanya sedikit tahu teori Dhamma. Meski

Kasih Orangtua Tiada Batas

begitu, Mama adalah sosok orang yang hebat di mataku. Ia seorang ibu yang baik hati, sabar dan tabah. Wajahnya sungguh memancarkan ketabahan yang luar biasa.

Kebaikan hati Mama akan tetap terus hidup di hati orang-orang yang mengenalnya. Kasih sayang Mama kepada anak-anaknya, terutama aku, sangatlah besar.

Air mata ini masih saja terus menetes bila aku ingat segala kebaikan Mama. Terlalu banyak kenangan-kenangan indah bersamanya. Bila melihat masakan kesukaannya, benda-bendanya yang masih tertinggal, apa pun itu, selalu membuatku mengenang kembali sosok Mama.

Inilah kenangan yang akan kuingat sampai kapan pun....

Suatu kali, sepulangku bekerja.... Waktu itu sehabis hujan, jalanan becek, kakiku kotor penuh lumpur tanah. Mama yang berjalan di belakangku bersama seorang pegawai, tiba-tiba membeli sebotol air mineral. Aku cukup heran, di udara sedingin ini kok malah beli air untuk minum, pikirku. Apa yang dilakukan Mama kemudian membuatku terkejut bukan kepalang. Mama menyuruhku menjulurkan kakiku. Tiba-tiba Mama menuang air mineral itu di kakiku yang kotor dan membasuhnya. Mama membeli air mineral hanya untuk membersihkan kakiku yang kotor!

Aku masih belum bisa membalas kebaikan Mama, begitu pun ketika Mama pergi untuk selamanya. Pada saat terakhir pun, Mama tetap tak mau merepotkanku. Mama "pergi" ketika ia berada di rumah kakaku. Padahal selama ini Mama tinggal bersamaku. Aku merasa "kecolongan" akan kepergian Mama. Tapi mungkin ini sudah kondisi karmanya, harus terjadi seperti ini kejadiannya.

Walau mungkin sekarang Mama sudah bahagia di alam surga, tapi

Kasih Orangtua Tiada Batas

aku masih manusia biasa, kadang masih bersedih karena kehilangan dan kerinduan akan sosok Mama. Yang bisa kulakukan hanyalah mendoakannya setiap saat, membacakan *paritta* dan melimpahkan jasa kebaikan kepada Mama.

Aku pun sudah merancang masa depanku. Aku bertekad bahwa setelah kematianku di kehidupan kali ini, aku akan bertemu kembali dengan Mama di alam surga. Setelah kematianku di alam surga, aku ingin terlahir kembali menjadi manusia. Akan kukorbankan beberapa kehidupanku untuk Mama, melanjutkan tugas dan kewajibanku yang tertunda dan menuntaskannya. Dan semoga pada saat itu aku bisa mencoba kembali mengenalkan Dhamma padanya, berjuang bersama hingga mencapai Pantai Seberang. *Sādhū....*

Baik hati, welas asih, pernaungan yang memberi makan kita dengan air susunya, ibu adalah jalan menuju surga, dan engkaulah yang amat ia kasihi.

(Jātaka 532)



21

Nenek dan Bocah Kecil

“Nenek...,” sapaan lirih meluncur dari bibir mungil seorang bocah perempuan. Kulitnya sawo matang dan berparas khas Asia Barat. Tanpa beranjak dari pangkuan orangtuanya, bocah kecil itu terus memanggil-manggil nenek kepada wanita renta yang duduk di seberangnya. Ayah dan ibunya bahkan tidak mengenali wanita itu.

Wanita renta yang dipanggil nenek oleh bocah tadi duduk diam di kursi roda, menunggu giliran namanya disebut oleh suster. Warna kulitnya kuning langsung dan berwajah khas Timur Tengah.

“Nenek...,” suara kecil itu kembali memecah keheningan. Wajah-wajah muram selalu terlihat di ruang tunggu praktik dokter. Karena merasa sapaan itu ditujukan untuknya, Nenek itu menoleh sedikit dengan susah payah dan tersenyum. Keadaan fisiknya tidak memungkinkan untuk leluasa bergerak bebas. Anak dan cucu perempuan dari nenek ini juga ikut tersenyum meskipun tidak mengenali bocah kecil itu.

Kasih Orangtua Tiada Batas

“Nenek...,” karena merasa tak ditanggapi, bocah kecil itu terus memanggil-manggil orang yang ia pikir neneknya.

“Nenek kamu ada di rumah...,” jawab si ibu.

“Nenek...,” panggilnya lagi tak kenal lelah.

Ayah dan ibu si bocah kecil pada mulanya ikut tersenyum. Mereka pikir, tindakan putrinya hanyalah kepolosan anak kecil yang mengira semua wanita tua adalah neneknya. Tapi lama kelamaan putrinya ini menjadi agak mengganggu. Si ibu mulai marah dan menghardik: “Dia bukan nenekmu! Nenekmu ada di rumah!”

“Tidak... tidak... nenekku yang ini...,” si bocah kecil meronta dan mulai menangis.

Anak dan cucu perempuan dari nenek menoleh dan tertegun. Rasa penasaran tiba-tiba menyergap. “Kenapa anak ini berkata demikian? Apakah pada kehidupan lampau ibu saya adalah neneknya?” tanyanya dalam hati. Bila itu benar maka sungguh begitu luar biasa cara kerja hukum kamma ini.

Pernahkah dalam hidup Anda mengalami seperti kisah di atas? Atau paling tidak mendengar kisah yang mirip? Pada zaman Buddha, ada kisah yang mirip. Seorang brahmana tua ketika melihat Buddha, sontak menyapa dan berseru, “Oh Nak, mengapa Engkau tidak mengizinkan kami melihat-Mu selama ini? Ikutlah bersamaku dan biarlah ibu-Mu juga melihatmu.”

Maka Buddha pun mengikuti brahmana itu sampai di rumahnya. Sesampainya di rumah, istri brahmana juga mengatakan hal yang sama dan memperkenalkan Buddha sebagai kakak tertua kepada anak-

anaknya. Para bhikkhu yang sedari tadi mengikuti Buddha terheran-heran, mengapa pasangan brahmana itu mengatakan Buddha adalah putranya. Para bhikkhu lalu bertanya kepada Buddha. Buddha menjawab, "Mereka memanggilku 'Nak' karena aku adalah anak atau keponakan dari salah satu di antara mereka selama 1.500 kelahiran yang lampau...."

Sungguh luar biasa bukan? Kadang ketika kita bertemu dengan seseorang yang tidak dikenal untuk pertama kalinya, tiba-tiba muncul perasaan akrab, serasa kita pernah bertemu sebelumnya, atau seperti sudah mengenal lama. Istilah kerennya *déjà vu*, dari bahasa Perancis yang artinya "pernah dilihat". Kita bisa bercerita banyak, tertawa bersama, obrolannya pun *nyambung*. Kemungkinan besar kita memang punya hubungan yang erat dengannya pada kehidupan silam, entah sebagai teman, saudara, tetangga, anak, kekasih, atau malah orangtua kita.

Tentang *déjà vu* ini, saya sendiri pernah mengalaminya. Ada seorang kakek yang sudah berusia lebih dari 80 tahunan. Hampir setiap minggu kakek ini pergi ke wihara sendirian, pulang dan pergi dijemput oleh putranya. Semua anak-anaknya beragama lain, termasuk juga istrinya. Entah mengapa aku merasa dekat dengannya dan sayang padanya, yang bahkan namanya saja aku tak tahu. Aku selalu menuntunnya dan mengantarkannya ke mobil. Yah... mungkin kakek ini dahulunya pernah menjadi ayahku.

Kembali pada kisah di atas, mungkin bocah kecil itu pada kelahiran lampainya pernah menjadi cucu nenek tersebut. Namun pada kehidupan sekarang mereka berdua terlahir berbeda.

Tidaklah mudah untuk menemukan satu makhluk pun yang belum pernah menjadi ibumu, ayahmu, saudara laki-lakimu, saudara perempuanmu, putramu, putrimu pada suatu ketika di masa silam. (Mata Sutta, Sangyutta Nikāya XV, 14-19)



22

Hari Ibu

Hari Ibu yang jatuh pada tanggal 22 Desember 2011 lalu sungguh memberikan kesan indah yang luar biasa. Kedua anakku memberikanku kartu ucapan yang mereka buat sendiri, lengkap dengan hadiah coklat kesukaanku. Yang membuatku tersenyum sekaligus terharu adalah rapor yang disertakan bersama kartu ucapan itu. Putriku memberikanku selembar kertas berupa rapor. Rapor itu berisikan penilaian putriku terhadap peranku sebagai seorang ibu. Putriku itu memang kreatif, idenya ada-ada saja. Inilah "raporku":

Semoga pada tahun-tahun selanjutnya aku masih dapat mempertahankan "nilaiku" yang baik, malah jika mungkin, akan kutingkatkan prestasiku sebagai seorang ibu.

Semoga aku bisa menjadi seorang ibu yang dapat dibanggakan oleh kedua buah hatiku. Dalam kelahiranku yang kesekian kalinya ini aku

Kasih Orangtua Tiada Batas

tidak akan menyia-nyiakan kesempatan menjadi seorang manusia.

Terima kasih untuk kedua anakku tercinta. Mama sungguh sangat menyayangi kalian. Love You....

Selamat Hari Ibu untuk semua ibu di Indonesia!

NAME : Piyanethi Setyadi

PROGRESS REPORT SEMESTER ASSESMENT 2
as a good mom

☒	Faithful.
☒	Nice.
☒	Teach good things, everything.
☒	Proud and show off her child good points.
☒	Never forget the duties
☒	Tell a sleepy head story before going to bed.
☒	Kiss me.
☒	Hug me.
☒	Cook delicious food.
☒	Can tell jokes when her child cry.
☒	Apologise for making mistakes at times.
☒	Super-mom
☒	Has pretty smile
☒	Has fashion-sense
☒	Give attention so much.
☒	Love her child before after♥

Note : Awesome ! You're the best mum forever. Your child must love you so much.

Score
A+



23

Stop Bullying

Siapa yang tak kenal Lady Gaga? Seorang penyanyi yang sangat kontroversial pada abad ini karena dandanan serta gaya busananya melampaui zamannya. Sempat terpikir, Lady Gaga datang dari planet lain, karena gaya busananya yang tak terpikirkan oleh manusia pada umumnya.

Lady Gaga, contoh orang yang dicela sekaligus dipuja. Dicela, oleh aktivis PETA (People for the Ethical Treatment of Animals) karena kesukaannya memakai pakaian dari daging mentah. Dipuji, oleh *fans*-nya yang mendukung aksinya dalam memerangi *bullying*.

Aksinya memerangi *bullying* dilatarbelakangi kasus bunuh diri salah seorang *fan* Lady Gaga karena tekanan mental akibat *bullying*. Adalah remaja laki-laki berusia 14 tahun, yang bernama Jamey Rodemeyer. Dia menjadi korban *bullying* sejak mengaku dirinya seorang *gay*

(homoseks). Mulai dari perkataan jahat, tatapan sinis, dan hal-hal buruk lainnya hampir setiap hari menyimpannya di sekolah. Di dunia maya pun dia terus menerima *cyber bullying*, bahkan kata-kata yang diterima lebih jahat. Tak tahan dengan perlakuan sekitarnya, ia pun memutuskan bunuh diri. Sebelum bunuh diri, dia sempat mengirimkan pesan terakhirnya untuk Lady Gaga, yang dipanggilnya Mother Monster, lewat akun Twitter-nya, “Bye Mother Monster, thank you for all have you done, paws up forever.”

Kata-kata kadang bisa menjadi lebih tajam daripada pedang. Kita tak bisa menyepelekan kata-kata hujatan di dunia maya. Bahasa tulisan kadang lebih “menusuk” daripada bahasa lisan. Itu pulalah yang dialami Jamey.

Menindak lanjuti kasus yang terjadi pada fan-nya, Lady Gaga bahkan menemui Presiden Obama untuk membahas undang-undang anti-bullying. Presiden Obama berterima kasih atas perhatiannya dalam masalah ini.

Lady Gaga, contoh paling nyata dalam menyikapi kebenaran Buddhism: dipuji sekaligus dicela (delapan kondisi dunia: untung-rugi, suka-duka, terkenal-tersisih, dipuji-dicela). Bahkan seorang manusia sempurna pun, Buddha, tak luput dari celaan. Hanya bedanya, batin seorang Buddha tidak terpengaruh lagi oleh celaan dan pujian, tenang-seimbang.

It's important that we push the boundaries of love and acceptance.
(Lady Gaga)

Terima Kasihku

~Untuk Papa dan Mamaku. Kalian telah mengenalkanku kebaikan, kesabaran, ketabahan, kegigihan, dalam mengarungi kehidupan ini. Semoga kita bisa bersama lagi, suatu saat nanti.

~Untuk keluargaku, pendamping hidupku, dan kedua belahan hatiku: Paramita Devi dan Adhitthana Parami. Berkat dukungan kalian, aku tetap *survive* dalam kehidupan yang sulit ini. Kita telah bersama dalam banyak kehidupan. Semoga kita bisa tetap bersama, berjuang bersama, sampai akhir.

~Untuk kedelapan saudara kandungku: Fenny, Harry, Lina, Rudy, Tedy, Berlian, Ricky, dan Jaya. Terima kasih telah menjadi saudaraku, memberikanku semangat dan dukungan terbaik.

~Untuk Ehipassiko Foundation, khususnya MoM Handaka Vijjānanda, yang telah memberiku kesempatan untuk menuangkan buah pikir dalam sebuah buku.

~Untuk anak-anak angkatku: Erwin, Danakusalo Boey, Robin Sung, Rudyanto Jo, dan Lie Ellen, yang selalu memberikan dukungan dan semangat untuk maju.

~Untuk sahabat-sahabatku di dunia nyata maupun di dunia maya: Lanny Theresia, Lie Ming Tju, Deng Keh Zhong, Jesika Geovani, Manggala, Sao Dhammacariya, Harthendy, Chiu, Felix Honggo, Danny Chen, Dhamma Sukkha Gotama, Eltan Sujianto, Dharmawaty Chang, Eni Marshya, Vivianne Lim, Leena Wati, Connie Herawati, Mhel Latie, dan kawan-kawan yang, maaf, tak bisa kusebut satu per satu. Terima kasih atas dukungan kalian.

Love you all!