
Apa Pertanda Pencapaian Yoga (Kontak)?

(Upadesa M.A Lian Sheng, "True Buddha News No. 18, 15-30 September 1992)



Kemarin kita berbincang-bincang mengenai Nimitta abhiseka yakni pertanda baik yang muncul setelah di abhiseka. Hari ini kita akan berbincang-bincang mengenai pertanda pencapaian yoga. Tentu saja kita telah cukup banyak membahas masalah yoga misalnya dalam mimpi atau meditasi Sang Yidam muncul memberkati atau menyinari anda. Ini boleh disebut sebagai pencapaian yoga. Tanda-tanda pencapaian yoga bagi seorang Tantrika terpapar dengan jelas dalam Sutra Susiddhikara. Disebutkan bahwa ada sejumlah pertanda yang muncul pada diri orang yang telah mencapai yoga:

1. Ia jarang sakit, karma penyakitnya telah jauh berkurang.
2. Tubuhnya penuh dengan spirit dan prana.
3. Ia jarang merasa lelah, penampilan yang loyo dan lemas, bukanlah pertanda pencapaian yoga.
4. Tubuh Tantrika sering bercahaya, baik yang kasat mata maupun yang tidak.

5. Tubuh Tantrika mengeluarkan sejenis bau yang enak dan alamiah. Bau tubuh (yang tidak enak) tentu saja sudah jauh berkurang.
6. Tantrika selalu bersadhana dengan kesadaran sendiri, bukan secara terpaksa, bukan karena terdesak waktu. Bersadhana dilakukan dengan senang hati. Di samping itu Tantrika sendiri juga suka berbuat kebajikan, selalu melakukannya dengan senang hati.
7. Selalu ingat terhadap Yidam. Bukan hanya saat bersadhana, saat visualisasi saja baru teringat pada Yidam. Melainkan setiap saat selalu ingat terhadap Yidam, paling kurang sehari tiga kali mengingat-ingat Yidam, Guru dan Dakini, Dharmapala. Dewasa ini kita telah mengurangi sampai hanya sehari bersadhana sekali saja, tetapi masih banyak juga orang yang tak mampu mempraktekkannya. Ini berarti belum memiliki tanda-tanda pencapaian *yoga*.

Bila diri sendiri sering sakit, selalu memperlihatkan wajah yang lesu, prana dalam tubuh tidak penuh, tubuh tidak bercahaya, bau tubuh masih sangat kuat, tak mampu setiap saat ingat terhadap Yidam, sering lupa bersadhana, malas, mimpi buruk datang bertubi-tubi, setiap kali bermimpi kalau bukan dikejar orang melainkan membunuh orang, atau melakukan kejahatan, bahkan satu pertanda mimpi baik pun tak ada. Gejala demikian sudah dapat dipastikan bukanlah pertanda pencapaian *yoga*.

Pertanda pencapaian *yoga* yang sebenarnya adalah seperti yang telah saya sebutkan tadi, pertanda yang baik, selalu merasa sejahtera dalam Dharma, suka berbuat kebajikan, suka bersadhana, muncul sinar tubuh baik yang kasat mata maupun yang tidak kasat mata, tubuh mengeluarkan bau wangi. Setiap malam muncul mimpi yang baik, inilah tanda-tanda pencapaian *yoga* yang disebutkan dalam Sutra Susiddhikara.

Om Mani Padme Hum!

Sumber : Lembaran Renungan Dharmasangha Vihara Vajra Bumi Nusantara, Karawaci.

Compiled by: VVBS Web Team