

Minggu, 26-08-2018 09.00-11:00 WIB

Dhammadesana: YM Bhante Tejanando

Tema Dhamma: "_Inspirasi Hidup_"

Kita sebagai manusia akan melewati jenjang-jenjang kehidupan.

Perkiraan umur manusia sekitar 70-75 tahun.

Jika saat ini usia kita 40 tahun, maka perkiraan sisa usia kita adalah 30 tahun (70 tahun dikurangi 40 tahun).

Dari sisa 30 tahun tersebut, dipergunakan untuk tidur sekitar 8 jam per-hari atau 1/3 dari sisa waktu hidup kita dipergunakan untuk tidur; maka sebenarnya waktu efektif kita yang tersisa hanyalah 20 tahun (karena 10 tahun dipakai untuk tidur).

Sekarang kita baru sadar kalau ternyata hidup kita maksimal sisa 20 tahun lagi; lalu pertanyaannya mau dipakai apa sisa waktu yang 20 tahun ini? Mau diisi dengan apa??

Hidup adalah sangat berharga.

Bagaimana kita menjalani hidup kita adalah tergantung pada diri kita sendiri.

Mengapa kita selalu sibuk mengurus orang lain? Mengapa kita tidak pernah fokus untuk mengurus diri sendiri??

Sadar atau tidak, dalam hidup ini kita banyak memupuk karma buruk yang merugikan diri sendiri. Kita telah banyak membuang waktu, tenaga, dan kesempatan untuk hal-hal yang tidak bermanfaat.

Pedoman umur hidup manusia:

Usia 0-10 Tahun (Pendidikan Hidup)

Yaitu saat bayi lahir dan tumbuh menjadi anak-anak. Pada masa anak-anak inilah walaupun polos tetapi memiliki daya rekam yang sangat kuat; maka orang tua hendaknya tidak bersikap buruk di depan anak-anak. Jadilah orang tua yang bijaksana.

Sikap orangtua dalam mendidik anak adalah ibarat menggoreskan tinta diatas kertas yang masih polos.

Selain didikan orang tua, mainan anak-anak juga menjadi pembentuk karakter. Batasi kebiasaan anak bermain game, karena hal tersebut akan membentuk karakter tidak baik yaitu: egois (pada saat

kalah ataupun menang). Berikan porsi yang besar untuk hal-hal yang baik yaitu dengan menunjukkan praktek kebaikan secara langsung kepada anak-anak; misalnya mengajak anak ke vihara, anak-anak diajak melakukan kegiatan sosial, dan hal-hal positif lainnya.

Tugas pokok para orangtua adalah menanamkan moral yang baik kepada anak dengan cara yang bijaksana, tidak perlu dengan banyak berkata-kata / omelan.

Usia 10-17 Tahun (Masa Rentan)

Pada masa ini adalah usia yang mudah dipengaruhi oleh lingkungan sekitar; dimana masih mencari jati diri.

Orang tua dapat memanfaatkan teknologi misalnya dengan "video call" untuk memonitor anak-anak, melihat anak-anak bergaul dengan siapa, berada dimana, dan apa yang dilakukan.

Selain itu, manfaatkan waktu sabtu/minggu/libur bersama dengan keluarga agar terjalin komunikasi yang baik sehingga aspirasi/keinginan anak bisa tersampaikan dan tersaring. Anak perlu diperhatikan dan dirangkul; tetapi tidak mendikte.

Beri kebebasan kepada anak secukupnya dengan tetap berpegang pada norma.

Dalam keluarga diperlukan kasih sayang, perhatian, dan pengertian; tidak hanya melulu memikirkan uang.

Usia 17-20 Tahun (Pandangan Hidup)

Adalah saat beranjak dewasa.

Janganlah seperti gerbong kereta api yang hanya mengikuti; tidak ikut-ikutan teman; tidak punya prinsip.

Orangtua memberikan "warna-warna", anak sendirilah yang harus memilih.

Prinsip hidup hendaklah dimiliki oleh anak. Orangtua hanya mendorong dari belakang.

Anak tidaklah hanya memandangi tetapi juga harus dapat menentukan mau kemana.

Usia 20-30 Tahun (Sentuhan Hidup)

Adalah saat sudah selesai kuliah, sudah bekerja, sudah berkeluarga.

Saat ini adalah saat orang tua memberikan bimbingan dalam hal kehidupan rumah tangga. Bagaimana menjalani kehidupan dengan beragam kesulitan dan tantangan. Petuah orang tua adalah "kitab sakti kehidupan".

Orang tua menjadi 'Leader' yang mewariskan kemampuan untuk menjalani hidup.

Usia 30-40 Tahun (Pegangan Hidup)

Kita perlu Agama sebagai pegangan hidup. Jadilah umat Buddha yang baik, bukan umat kapal selam yang hanya muncul 4x setahun hanya pada saat ada perayaan.

Dalami ajaran Agama, bentuk-bentuk kebaikan, manfaat, dan bagaimana jalannya.

Jangan percaya tanpa praktek. Agama Buddha mengajarkan praktek bukan teori.

Isilah kehidupan kita dengan perbuatan baik; senantiasa tersenyum walau sulit.

Ingatlah bahwa diri sendiri adalah pelindung bagi diri sendiri.

Usia 40-50 Tahun (Perjuangan Hidup)

Memasuki masa pensiun bukan berarti berhenti bekerja.

Tidak perlu banyak mengeluh. Teruslah berjuang. Sukses tidak melulu milik anak muda, tapi dapat diraih oleh siapapun. Kita sendirilah yang mengisi hidup kita.

Seperti dikatakan dalam 'Nidhikanda Sutta' bahwa perbanyaklah tabungan kebajikan karena jika tabungan kebaikan kita habis maka kekayaan kita juga pasti akan habis.

Umur boleh tua tapi semangat hidup harus tetap muda.

Usia 50-60 Tahun (Mengisi Sisa Hidup)

Isi dengan hal bermanfaat. Berkarya tidak berhenti karena sudah tua. Bisa dengan membaca paritta, ber-meditasi.

Dana dan sila saja tidaklah cukup; sangat perlu ditambah dengan Bhavana.

Meditasi memberi pencerahan pada kehidupan kita. Kebijakan digali dalam diri kita sendiri.

Jika kita tidak pernah melihat dukkha maka kita tidak akan menemukan jalan menuju bahagia. Perbanyak membaca buku Dhamma.

Usia 60-70 Tahun (Meninggalkan Kenangan Hidup)

Semua kenangan baik / buruk kita sendiri yang membentuknya. Setiap ada kesempatan isilah dengan kebaikan. Lakukan hal yang positif.

Jangan takut untuk menghadapi hidup.

Pahit, getir, manis, susah, senang akan datang silih berganti.

Tidak akan terjadi sesuatu apapun pada dirimu kalau itu bukan bagian dari karmamu.

*Usia >70 Tahun (Bonus Kehidupan)

Kesempatan umur panjang haruslah disyukuri dan diisi dengan kebaikan yang lebih banyak. Kebajikan bisa dilakukan dimana saja, terhadap siapa saja.

Demikian pengulangan Dhammadesana dari YM Bhante Tejanando.

Mohon maaf jika ada kesalahan pendengaran dan pemahaman.

Semoga bermanfaat dan menambah keyakinan kita untuk selalu semangat menjalankan hidup sesuai Dhamma.

Sādhu...Sādhu...Sādhu