

ISSN 1979-5394

TITIK-TEMU

JURNAL DIALOG PERADABAN

Volume 2, Nomor 2, Januari - Juni 2010

Diterbitkan oleh Nurcholish Madjid Society (NCMS)

Sekretariat: Nurcholish Madjid Society

Graha STR, Lt. 4, Jl. Ampera Raya No. 11, Kemang

Jakarta Selatan 12550

E-mail: titik.temu@yahoo.com

Pemimpin Redaksi

Kautsar Azhari Noer

Sekretaris Redaksi

Fachrurozi • Sunaryo

Redaktur Pelaksana

Muhamad Wahyuni Nafis • Abdul Hakim

Dewan Redaksi

Abdul Hakim • Budhy Munawar-Rachman •

Fachrurozi • Kautsar Azhari Noer • Moh. Monib •

Muhamad Wahyuni Nafis • Sunaryo •

Yudi Latif • Zainun Kamal

Pewajah Sampul

Taqi Kanara

Pewajah Isi

Moh. Syu'bi

Titik-Temu terbit setiap enam bulan. Redaksi menerima tulisan ilmiah dari kalangan mana pun dan berhak menyunting, memperbaiki dan menyempurnakan naskah tulisan yang diterima. Naskah tulisan berkisar antara 15-25 halaman kuarto dengan ketikan spasi ganda dan dikirim via e-mail.

ISSN 1979-5394

TITIK-TEMU

JURNAL DIALOG PERADABAN

Volume 2, Nomor 2, Januari - Juni 2010

DAFTAR ISI

Pedoman Transliterasi	1
Daftar Surat al-Qur'an	3-4
Cuplikan dari Wirid Ibn 'Arabi	5-6
Kaidah Emas	7
Pengantar	9-13

SAJIAN KHUSUS

Simbol dan Simbolisme Keagamaan Populer serta Pemaknaannya dalam Perkembangan Sosial-Politik Nasional Kontemporer <i>Nurcholish Madjid</i>	17-59
Politik Kesalehan Nurcholish Madjid: Dari Kritik ke Apresiasi <i>Kusmana</i>	61-82
Belajar Kembali Membaca Tanda <i>Andy Setiawan</i>	83-88

ARTIKEL

Revolusi Spiritualitas: Sebuah Upaya Memperbaiki Diri dan Bangsa <i>Soetrisno Bachir</i>	91-97
--	-------

DAFTAR ISI

Kritik Nalar Kebangkitan Islam <i>M. Dawam Rahardjo</i>	99-114
Membangun Jembatan Mistikal untuk Dialog Antaragama: Sebuah Catatan untuk <i>When Mystic Masters Meet</i> <i>Kautsar Azhari Noer</i>	115-140
Pluralisme Agama dalam Perspektif Sufi <i>Muhammad Qorib</i>	141-168
Kesadaran dalam Hidup Sehari-hari <i>Sogyal Rinpoche</i>	169-171

RESENSI BUKU

Ketika Feminisme Bernegosiasi dengan Budaya Populer <i>Neneng Nurjanah</i>	175-178
Mencari Terobosan Baru dalam Shalat <i>Ikhsan Ramazani</i>	179-183

MAKLUMAT

Susunan Pengurus Nurcholish Madjid Society	187-188
Ucapan Terima Kasih	189
Pembetulan	190
Berlangganan <i>Titik-Temu</i>	191

KESADARAN DALAM HIDUP SEHARI-HARI¹

Sogyal Rinpoche

Ada sebuah kisah yang aku ingat mendengarnya pada masa kecilku di Tibet tentang seorang perempuan tua yang datang kepada sang Buddha dan menanyakan padanya bagaimana bermeditasi. Beliau menceritakan pada perempuan itu agar tetap sadar, hadir, dan sadar setiap saat pada tangannya ketika ia menimba air dari sumur setiap hari, mengetahui bahwa jika ia melakukan demikian, ia akan segera menemukan dirinya dalam keadaan tenang berjaga-jaga dan lapang. Itulah meditasi. Latihan kesadaran, yang sederhana namun sangat kuat, adalah jantung meditasi dan penangkal terbesar terhadap gangguan, karena akar semua penderitaan kita adalah ketidaktahuan, sedangkan akar ketidaktahuan itu sendiri adalah kecenderungan kebiasaan jiwa/pikiran kita pada gangguan. Jadi kesadaran adalah pintu gerbang menuju pembebasan. Sang Budda berkata:

Pengamal yang berpusat pada kesadaran
Menyala bagai api,
Melahap habis rantai-rantai perbudakan
Baik yang besar maupun yang kecil.

¹Diterjemahkan oleh Kautsar Azhari Noer dari Sogyal Rinpoche, "Mindfulness in Everyday Life," dalam Susan Suntree, ed., *Wisdom of the East: Stories of Compassion, Inspiration, and Love* (New York: Contemporary Books, 2001), h. 39-40.

Lantas, apa yang dibawa oleh kesadaran? Kesadaran menyiapkan aspek-aspek diri kita yang sedang berperang dan terkeping-keping untuk ditenangkan dan menjadi sahabat; ia secara berangsur-angsur menghentikan kecenderungan buruk kita; ia menghilangkan sikap tak bersahabat dalam diri kita, yang menyingkapkan sifat sejati kita, Hati Baik yang penyayang. Salah seorang guruku, Nyoshul Khen Rinpoche, menyebut kesadaran “benteng jiwa/pikiran” (*“the fortress of the mind”*) dan “sahabat kearifan” (*“the friend of wisdom”*), karena dalam kesederhanaan magisnya datanglah kehadiran dan kedamaian yang sehat, berdasar, jernih, menggembirakan, bangun, dan penuh kasih-sayang dan kearifan.

Ketika pertama kali aku mengajar di Barat, aku kaget menemukan bahwa banyak pengamal spiritual saat itu tidak memiliki pengetahuan tentang bagaimana menyatukan praktik meditasi dengan hidup sehari-hari. Tetapi tidak ada yang bisa lebih penting dari itu. Tidak usah dikatakan terlalu keras dan sering: menyatukan meditasi dalam perbuatan adalah dasar, pokok dan tujuan meditasi. Di sini kesadaran juga memegang kunci karena disiplin hakiki meditasi adalah menjaga benang kesadaran sepanjang hidup sehari-hari kita. Itu adalah penerapan terus-menerus kehadiran jiwa/pikiran yang bisa menimbulkan perubahan besar dalam hidup seseorang dan menjadi sumber penyembuhan sebenarnya. Bukankah itu luar biasa meskipun betapa sulit, ketika kita menjalani hidup kita hanya untuk ingat agar sadar dan menjadikan jiwa/pikiran sadar kapan saja kita menemukan diri kita tenggelam dalam gangguan? Aku menciptakan sebuah slogan, yang membantu murid-muridku: “Ingatlah untuk ingat, ketika Anda ingat” (*“Remember to remember, when you remember”*).

Jadi untuk menyatukan meditasi dengan hidup, para guru Buddhis menceritakan pada kita bahwa tidak ada pengganti praktik reguler, karena hanya melalui praktik sebenarnya kita mampu merasakan terus-menerus ketenangan sifat hakiki jiwa/pikiran kita, dan juga mampu meneruskan tanpa henti-hentinya pengalaman akan hal itu dalam hidup sehari-hari kita. Demikianlah mengapa mengembangkan kemantapan dalam praktik spiritual adalah begitu

penting melalui mempraktikkan pertama di lingkungan yang tepat dan di sesi-sesi praktik yang tepat dan kemudian menyatukan pengalaman praktik itu dengan hidup sehari-hari. ❖

Sogyal Rinpoche dilahirkan di Tibet dan dibesarkan oleh salah seorang guru paling mulia negeri itu, Jamyang Khyentse Chokyi Lodro. Ia melakukan perjalanan dan memberikan kuliah di seluruh dunia dan adalah pendiri dan direktur spiritual Rigpa, sebuah jaringan pusat-pusat dan kelompok-kelompok Buddhis.