

You Are Responsible!

Oleh: K. Sri Dhammananda.

ANDALAH YANG BERTANGGUNG JAWAB

Sebagaimana sudah menjadi sifat manusia, kita semuanya cenderung menyalahkan orang-orang lain untuk kekurangan-kekurangan atau kemalangan-kemalangan kita sendiri. Pernah anda berpikir untuk sekejap, bahwa mungkin anda sendiri yang bertanggung jawab atas persoalan-persoalan anda? Kesedihan-kesedihan dan kesengsaraan-kesengsaraan anda bukanlah disebabkan kutukan keluarga yang turun-temurun dari satu generasi ke generasi berikutnya. Juga bukan disebabkan dosa asal yang dibuat oleh nenek moyang yang bangkit dari kubur untuk menghantui anda. Juga kesedihan-kesedihan dan kesengsaraan-kesengsaraan anda bukan diciptakan oleh dewa atau mara. Kesedihan anda disebabkan oleh anda sendiri. Kesedihan anda adalah akibat perbuatan anda sendiri. Anda adalah penghukum diri anda; anda adalah pembebas diri anda sendiri.

Anda harus belajar memikul tanggung jawab kehidupan anda dan mengakui kelemahan anda sendiri, tanpa menyalahkan atau mengganggu orang-orang lain. Ingatlah pepatah lama:

“Orang yang tidak beradab selalu menyalahkan orang lain; orang yang setengah beradab menyalahkan diri sendiri dan orang yang betul-betul beradab tidak menyalahkan siapa-siapa.”

Sebagai makhluk beradab, anda harus belajar memecahkan persoalan anda sendiri tanpa menyalahkan orang lain. Bila setiap orang mencoba memperbaiki dirinya sendiri, tidak akan ada persoalan didunia ini. Tetapi banyak orang tidak berusaha untuk menyadari, bahwa mereka sendirilah yang bertanggung jawab atas banyak kesusahan-kesusahan yang menimpa mereka. Mereka lebih suka mencari kambing hitam. Mereka melihat, di luar diri merekalah sumber kesusahan-kesusahan itu, karena mereka enggan mengakui kelemahan-kelemahan diri sendiri.

Pikiran manusia penuh dengan penipuan pada diri sendiri, sehingga tidak mau mengakui kelemahannya sendiri. Dia akan coba mencari alasan-alasan untuk membenarkan tindakannya dan menciptakan khayalan bahwa dia tidak bersalah. Bila manusia benar-benar mau bebasm dia harus mempunyai keberanian untuk mengakui kelemahannya sendiri. Buddha mengatakan:

“Adalah mudah untuk melihat kesalahan-kesalahan orang lain tetapi sukar untuk melihat kesalahan diri sendiri.”

Akuilah kelemahan anda sendiri, jangan salahkan orang lain. Anda harus menyadari, bahwa andalah yang bertanggung jawab atas kesengsaraan-kesengsaraan dan kesukaran-kesukaran yang menimpa anda. Anda harus mengerti bahwa cara anda berpikir juga menciptakan kondisi-kondisi yang

menimbulkan kesukaran-kesukaran bagi anda. Anda harus menyadari bahwa pada setiap waktu, andalah yang bertanggung jawab atas apa saja yang menimpa anda.

“Tidak ada yang salah dengan dunia ini, tetapi ada sesuatu yang salah dalam diri kita.”

ANDALAH YANG BERTANGGUNG JAWAB ATAS HUBUNGAN ANDA DENGAN ORANG LAIN.

Ingatlah bahwa apapun yang terjadi, anda tidak akan merasakannya sebagai penderitaan bila anda tahu bagaimana menjaga keseimbangan pikiran, anda hanya akan menderita oleh sikap mental yang salah yang anda pakai terhadap diri anda dan terhadap orang-orang lain. Bila anda bersikap kasih terhadap orang-orang lain, anda akan menerima kasih sebagai balasannya. Bila anda menunjukkan rasa benci, anda pasti tidak akan menerima kasih sebagai balasannya. Seorang yang marah mengeluarkan racun dan dia lebih menderita dari pada orang lain. Setiap orang yang bijaksana tidak marah oleh kemarahan, ia tidak akan menderita. Ingatlah bahwa tidak ada yang dapat “melukai” anda. Bila orang lain memarahi atau memaki anda, tetapi anda mengikuti Dhamma (kebenaran), maka Dhamma akan melindungi anda terhadap serangan-serangan yang tidak adil.

Anda harus mengembangkan keberanian untuk mengakui bila anda menjadi korban kelemahan diri anda. Anda harus mengakui bila anda bersalah. Janganlah ikuti orang yang tidak beradab yang selalu menyalahkan orang-orang lain. Janganlah memakai orang lain sebagai kambing hitam anda - ini sangat hina. Ingatlah bahwa anda mungkin membodoh-bodohi beberapa orang untuk beberapa waktu tetapi tidak semua orang untuk sepanjang waktu. Buddha mengatakan:

“Orang bodoh yang tidak mengakui dia bodoh, adalah benar-benar bodoh. Dan orang bodoh yang mengakui dia bodoh, adalah bijaksana dalam hal ini.”

Buddha mengatakan:

“Siapa yang menyakiti orang yang baik (yang tidak menyakiti orang lain), yang bersih dan tidak bersalah, terhadap si “bodoh” itu kejahatan akan berbalik kepadanya seperti debu halus yang dilemparkan melawan angin.”

Bila anda membiarkan orang-orang lain memenuhi keinginan-keinginannya untuk “melukai” anda, andalah yang bertanggung jawab.

JANGANLAH MENYALAHKAN ORANG-ORANG LAIN. TERIMALAH TANGGUNG JAWAB.

Anda harus belajar menjaga pikiran anda dengan memelihara pandangan yang benar, sehingga setiap peristiwa-peristiwa luar tidak dapat mempengaruhi keseimbangan anda. Anda berada dalam sudut yang sempit. Anda jangan menyalahkan keadaan bila ada yang salah. Janganlah anda

berpikir bahwa anda sial, korban dari nasib atau maksud jahat orang lain. Apa sekalipun yang anda berikan sebagai alasan, anda jangan mengelakkan tanggung jawab sendiri untuk tindakan-tindakan anda sendiri dengan menyalahkan keadaan. Berusahalah memecahkan persoalan-persoalan anda tanpa menunjukkan muka masam. Dalam waktu-waktu yang sulit, bekerjalah dengan gembira, walaupun keadaan sangat menekan. Beranilah menerima perubahan bila perubahan diperlukan, tetapi cukuplah tenang menerima apa yang tidak dapat anda rubah. Cukup bijaksanalah memahami kondisi-kondisi dunia yang biasa untuk setiap orang. Cukup bijaksanalah menghadapi persoalan-persoalan tertentu tanpa untuk anda atasi. Mereka-mereka yang mencoba berbuat jasa terhadap orang-orang lain mendapat salah lebih banyak dari pada mereka yang tidak berbuat jasa, tetapi ini tidak berarti bahwa mereka harus dihalangi. Mereka seharusnya bijaksana untuk menyadari bahwa jasa yang dibuat tanpa pamrih pribadi, akan membawa hadiah yang tersendiri pula.

" Kasih tanpa pengetahuan dan pengetahuan tanpa kasih tidak dapat menghasilkan kehidupan yang baik." (B. Russel).

ANDA BERTANGGUNG JAWAB UNTUK KETENANGAN BATHIN ANDA

Anda harus belajar melindungi kedamaian dan ketenangan batiniah yang telah anda ciptakan dalam pikiran anda. Untuk memelihara kedamaian batiniah, anda harus mengetahui bilakah memasrahkan diri anda; anda harus mengetahui bilakah membuang keangkuhan anda; bilakah menekan keakuan anda yang palsu, bilakah merubah kekerasan sikap atau keyakinan palsu anda dan bilakah berlaku sabar. Jangan biarkan orang lain merampas kedamaian batiniah anda, dan anda dapat memelihara kedamaian batiniah anda bila anda tahu bagaimana bertindak dengan bijaksana. Kebijakan datang melalui pengakuan akan kebodohan (ketidaktahuan).

"Manusia bukanlah malaikat yang jatuh, tetapi binatang yang bangkit."

SIKAP YANG TEPAT TERHADAP KRITIK

Anda harus belajar bagaimana menjaga diri anda dari kritik yang tidak adil dan bagaimana mempergunakan kritik yang membangun. Anda haruslah melihat secara objektif terhadap kritik yang diberikan orang-orang lain kepada anda. Bila kritik terhadap anda itu benar, ada dasarnya dan diberikan dengan maksud baik, maka terimalah kritik itu dan pergunakanlah. Tetapi, bila kritik itu tidak benar dan tidak berdasar dan diberikan dengan maksud jahat, anda tidak harus menerima kritik jenis ini. Bila anda tahu bahwa sikap anda benar dan dihargai oleh orang-orang yang bijaksana dan berada, maka janganlah mempedulikan kritik yang tidak berdasar. Pengetahuan anda tentang kritik yang membangun dan yang merusak adalah penting.

"Tidak ada orang yang tidak bersalah didunia ini." **JANGAN HARAPKAN APA-APA DAN TIDAK ADA YANG AKAN MENGECEWAKAN ANDA**

Anda dapat melindungi diri anda dari kekecewaan-kekecewaan dengan tidak mempunyai harapan-harapan yang berlebih-lebihan. Bila anda tidak mengharapkan apa-apa, maka tidak ada yang dapat mengecewakan anda. Jangan harapkan imbalan atas kebaikan yang anda telah perbuat. Berbuat baiklah demi perbuatan baik itu sendiri. Bila anda dapat menolong orang lain tanpa mengharapkan imbalan apapun, maka anda tidak akan mengalami kekecewaan. Anda dapat menjadi orang besar! Kegembiraan yang timbul dalam pikiran anda karena kebaikan yang telah anda perbuat, itu sendiri adalah imbalan yang besar. Kegembiraan menciptakan kepuasan dalam hidup kita.

Mungkin anda adalah orang yang sifatnya baik dan anda tidak berbuat yang mencelakakan orang-orang lain. Tetapi anda disalahkan orang-orang lain sekalipun berbuat baik. Anda harus menghadapi kesukaran-kesukaran dan kekecewaan-kekecewaan sekalipun anda telah menolong orang-orang lain dan telah berbuat baik bagi orang-orang lain. Anda mungkin bertanya: "Bila kebaikan menimbulkan kebaikan dan kejahatan menimbulkan kejahatan, mengapa saya harus menderita bila saya benar-benar tidak bersalah? Mengapa saya harus mengalami begitu banyak kesulitan? Mengapa saya mendapatkan begitu banyak kekecewaan? Mengapa saya dipersalahkan oleh orang-orang lain sekalipun saya berbuat baik?" Jawaban yang sederhana ialah: bila anda berbuat perbuatan baik, anda harus menghadapi kekuatan-kekuatan jahat. Bila tidak, anda sedang menghadapi karma tidak baik dari masa lalu yang masak dizaman sekarang. Teruslah dengan kerja baik anda dan akhirnya anda bebas dari kesukaran-kesukaran yang seperti itu. Ingatlah, bahwa anda telah menciptakan kekecewaan-kekecewaan anda sendiri dan anda sendirilah yang dapat mengatasi kekecewaan-kekecewaan ini, dengan menyadari sifat dari karma (aksi dan reaksi) dan kondisi-kondisi dunia sebagaimana dijelaskan Sang Buddha.

"Bila anda dapat melindungi diri anda, anda dapat melindungi orang-orang lain."

RASA TERIMA KASIH ADALAH SIFAT BAIK YANG JARANG

Sang Buddha berpendapat, rasa terima kasih sebagai kebaikan yang mulia, tetapi sangat jarang sekali. Memang benar, bahwa kebaikan ini jarang terdapat dalam masyarakat. Anda tidak dapat selalu mengharapkan orang-orang lain berterima kasih terhadap apa yang anda telah perbuat bagi mereka. Orang cenderung lupa teristimewa bila mengingat jasa-jasa orang lain. Bila anda mengharapkan rasa terima kasih dari orang-orang lain, anda mungkin akan menjumpai kekecewaan. Jika orang tidak mampu menunjukkan rasa terima kasih, belajarlah menerima hal yang sedemikian maka anda dapat menghindari kekecewaan. Anda dapat gembira tanpa peduli apakah orang berterima kasih atau tidak berterima kasih terhadap kebaikan dan pertolongan anda; anda hanya harus berpikir bahwa anda telah melakukan tugas anda sebagai manusia terhadap sesamanya. Hanya inilah balasan (imbalan) yang seharusnya anda cari.

“Dia yang mengetahui itu cukup, akan selalu berkecukupan” (Lau Tse)

JANGAN MEMBANDINGKAN DENGAN ORANG-ORANG LAIN.

Anda dapat membebaskan diri anda dari kerisauan dan kesukaran-kesukaran yang tidak perlu, hanya dengan cara tidak membandingkan diri anda dengan orang-orang lain. Selama anda memandang orang-orang lain sebagai orang yang “sama “ dengan diri anda, atau orang yang lebih “tinggi” dari anda, atau sebagai orang yang lebih “rendah” dari anda, anda akan terus menerus mempunyai persoalan-persoalan yang merisaukan. Tetapi bila anda tidak mengambil sikap yang sedemikian, tidak akan ada yang dirisaukan anda. Bila anda berpikir bahwa anda lebih baik dari orang-orang lain, anda dapat menjadi “sombong” Bila anda berpikir bahwa anda sama dengan orang-orang lain, anda mungkin menjadi “mandeg” Bila anda berpikir anda lebih rendah dari orang-orang lain, anda dapat jadi merasa tidak berguna bagi anda sendiri dan orang-orang lain, Anda mungkin kehilangan rasa percaya diri.

Adalah sukar bagi kebanyakan orang untuk mengorbankan kesombongannya atau rasa “tinggi diri.” Tetapi anda harus belajar mengurangi atau menekan keangkuhan anda. Bila anda dapat mengorbankan keangkuhan anda maka anda akan mendapati kedamaian batiniah, dan anda dapat menolong manusia mendapatkan kedamaian dan kegembiraan. manakah yang lebih baik dijaga dan ditumbuhkan - keangkuhan anda atau kedamaian batiniah anda?

Membandingkan diri anda dengan orang-orang lain dapat menjadi sumber kerisauan yang tidak perlu. Cobalah untuk menyadari bahwa kesamaan dan kelebihan-kekurangan serta kelebih-tinggihan, semuanya adalah keadaan yang berubah-ubah dan bersifat nisbi (relatif); pada suatu waktu anda mungkin miskin; pada waktu lain anda mungkin orang kaya. Di dalam daur (siklus) lautan kehidupan dan kematian (samsara) yang tiada henti-hentinya, kita semua sama, lebih rendah dan lebih tinggi terhadap satu sama lainnya pada waktu yang berbeda. Jadi, mengapa mesti risau?

“Bila anda baik terhadap diri anda, anda baik terhadap orang-orang lain. Bila anda baik terhadap orang-orang lain, anda baik terhadap diri anda sendiri.”

BAGAIMANA MENANGANI SI PEMBUAT SUSAH

Pada satu pihak, anda harus menyadari bahwa disetiap waktu anda bertanggung jawab terhadap kesusahan-kesusahan dan persoalan-persoalan yang menimpa anda. Pada pihak lain, anda harus mengetahui apa yang harus diperbuat untuk mengatasi gangguan-gangguan yang datang melalui keadaan-keadaan dan orang lain.

Anda harus belajar menangani sipembuat susah dan sipembuat jahat. Mereka juga adalah manusia; mereka juga harus dibawa kedalam lingkungan keagamaan. Setiap usaha harus dibuat untuk memperbaiki mereka dan bukannya memisahkan dan mengabaikannya. Bila anda cukup kuat menahan

pengaruh jahatnya, tak ada alasan bagi anda untuk menghindari bergaul dengannya. Melalui pergaulan anda dengan sipembuat jahat, anda dapat mempengaruhinya untuk perbaikan. Ingatlah bahwa pengertian adalah yang melindungi anda dari sipembuat jahat dan memungkinkan anda mempengaruhi mereka untuk menjadi baik. Inilah pengertian yang akan melindungi anda dan menolong orang-orang lainnya.

Anda harus mengerti bahwa bila seseorang berbuat salah terhadap anda karena ketidak tahuannya atau salah mengerti, maka sudah waktunya bagi anda menunjukkan kebijaksanaan anda, pendidikan anda, simpati anda, kebudayaan anda dan sikap keagamaan anda. apakah gunanya keagamaan anda bila anda tidak belajar bagaimana berkelakuan sebagai orang yang beradab? Bila orang-orang lain berbuat salah kepada anda, anda harus menganggap tindakan mereka sebagai suatu kesempatan bagi anda mengembangkan kesabaran dan pengertian anda.

Kesabaran dan pengertian adalah sifat-sifat yang agung yang setiap orang harus kembangkan. semakin anda mempraktekkan sifat-sifat baik ini, semakin anda memelihara harga diri anda. Anda harus mengetahui bagaimana mempergunakan dengan baik sifat-sifat ini, dan hal itu akan menolong membebaskan anda dari banyak kemalangan dan penderitaan-penderitaan serta beban hidup. Kadang-kadang anda mungkin menjumpai orang-orang tertentu yang mencoba mengambil keuntungan dari toleransi dan kesabaran anda. Maka anda harus mempraktekkan kebijaksanaan. Ingatlah bahwa semangat toleransi, kesabaran dan pengertian anda mempunyai pengaruh yang kuat atas musuh-musuh anda sehingga menyadarkan mereka bahwa mereka salah.

*"Kesabaran itu pahit, tetapi buahnya manis."
"Kebaikan harus dipraktekkan dengan bijaksana."*

MAAFKAN DAN LUPAKAN

Anda juga harus memahami bahwa membalas dendam kepada sipembuat susah hanya menimbulkan lebih banyak perasaan-perasaan negatif dan tindakan-tindakan negatif hanya membawa celaka dan penderitaan bagi anda dan sipembuat susah. Untuk membalas dendam, anda mesti menimbulkan perasaan benci dalam hati anda sendiri. Kebencian ini adalah seperti racun yang anda suntikkan kepada sipembuat susah. Tetapi karena racun itu mula-mula ditimbulkan didalam diri anda, sudah tentu akan mencelakakan anda lebih dulu sebelum mencelakakan orang lain. Sebelum anda melempar orang dengan kotoran lembu, anda pertama-tama harus mengotori diri sendiri dengan kotoran lembu itu. Oleh sebab itu kelakuan anda sama dengan tindakan orang bodoh itu. Tidak ada perbedaan mendasar diantara anda dan sipembuat jahat itu. Dengan membenci orang lain, anda hanya memberi kuasa bagi mereka untuk menguasai anda. Anda tidak memecahkan persoalan anda. Bila anda marah kepada orang lain dan dia hanya tersenyum balik kepada anda tanpa menunjukkan kemarahan, maka anda adalah orang yang dikalahkan. Karena dia tidak bekerja sama dengan anda untuk memenuhi keinginan anda, dialah yang menang; anda yang dikalahkan.

Buddha mengatakan:

“Betapa gembira kita hidup tanpa kebencian diantara orang-orang yang penuh kebencian, diantara orang-orang yang penuh kebencian, kita hidup tanpa kebencian.”

Mungkin anda tidak cukup kuat untuk mencintai musuh-musuh anda; tetapi demi kesehatan dan kegembiraan anda sendiri, anda sekurang-kurangnya harus belajar bagaimana memaafkan dan melupakan.

Dengan tidak membenci atau menghancurkan si pembuat susah, anda bertindak sebagai orang yang bijaksana dan beradab. Untuk bertindak seperti ini, anda harus mengerti bahwa orang lain itu telah diracuni oleh keserakahan, kemarahan, kecemburuan atau kebodohan. Dia tidak berbeda dengan manusia-manusia lain, yang juga pada satu-satu waktu diracuni oleh hati dan pikiran negatif yang sama. Buddha pernah mengatakan:

“Si pembuat jahat pada dasarnya tidaklah jahat. Mereka berbuat jahat karena bodoh.”

Kita seharusnya tidak mengutuk mereka. Tidak dapat dibenarkan menghukum mereka dengan penderitaan abadi. Sebaliknya, kita harus mencoba memperbaiki mereka. Kita harus berusaha menjelaskan kepada mereka bahwa mereka salah. Dengan pengertian ini, anda dapat menangani si pembuat jahat sebagai orang yang menderita sakit. Bila anda dapat senang dan gembira.

“Kehidupan yang baik disebabkan oleh cinta dan dibimbing oleh pengetahuan.”

Bila orang berbuat salah kepada anda karena kebodohnya atau salah paham, maka itulah waktunya kesempatan untuk memancarkan kasih dan pengertian anda atas si pembuat jahat. Karena pada suatu masa dia akan menyadari kebodohnya dan meninggalkan kebiasaan-kebiasaannya yang jahat. Oleh sebab itu, lebih baik memberikan kepadanya kesempatan untuk menjadi baik. Bila anda dapat memancarkan kasih kebaikan kepada si pembuat susah, maka pada suatu masa dia akan berubah menjadi orang yang lebih baik. Buddha pernah mengatakan:

“Kebencian tidak dapat dihentikan oleh kebencian, tetapi hanya dengan cinta kasih dapat dihentikan. Inilah hukum abadi.”

Bila anda dapat memakai cara memancarkan kasih kebaikan ini, maka tidak akan ada yang mencelakakan anda bila anda mencoba memperbaiki si pembuat jahat. Cara ini akan menolong anda mencapai atau mendapatkan bantuan fisik dan mental. Hidup berarti memberi dan mengambil; seperti mengeluarkan dan menarik nafas. Mereka-mereka yang tidak memahami ini, akan mendapat salah dan menghadapi kesukaran-kesukaran dalam hidupnya.

Bila seseorang terus-menerus berbuat salah kepada anda, anda harus bijaksana dan mencoba memperbaiki setiap kali dia berbuat salah. usahakanlah mengikuti contoh baik yang telah dibuat Sang Buddha, yaitu selalu membalas kejahatan dengan kebaikan. Beliau mengatakan:

"Makin banyak kejahatan yang datang kepada saya makin banyak maksud baik memancar dari saya."

Ada orang berpendapat bahwa tidaklah praktis membalas "kejahatan" dengan "kebaikan" Coba dan anda lihatlah sendiri. Bila anda berpendapat terlalu sukar membalas kejahatan dengan kebaikan, maka anda dapat membuat jasa yang besar bagi anda dan orang-orang lainnya dengan tidak membalas "kejahatan dengan kejahatan."

"Pertimbangan yang simpati diperlukan bagi orang yang kurang mengerti."

KITA SEMUA ADALAH MANUSIA

Manusia semuanya mempunyai kelemahan-kelemahan dan cenderung berbuat salah. Semua manusia mempunyai kelemahan "dasar" yaitu: Keinginan, kebencian dan kebodohan. Sedikit-banyaknya kelemahan-kelemahan ini ada dalam diri setiap manusia. Anda tidak terkecuali, kecuali anda orang yang sempurna atau seorang arahat.

"Manusia tidak puas dengan kehidupannya dan tidak pernah mendapati tujuan hidupnya sekalipun dunia ini telah menjadi miliknya."

Marilah kita lihat lebih dekat kelemahan karena khayalan atau kebodohan; manusia tenggelam dalam kebodohan (ketidak-tahuan). Pikirannya diliputi oleh gangguan-gangguan, kesukaran dan kegelapan. Karena ketidak-tahuan, manusia menciptakan penderitaan dan dia membagi penderitaan terhadap sesamanya. Kemalangan dan kerisauan yang menimpa manusia disebabkan oleh kondisi duniawi, ketidak seimbangan manusia, pikiran yang tidak beradab dan reaksi manusia terhadap kejahatan yang diperbuat orang lain.

Tidak ada orang yang sempurna didunia ini; setiap orang dapat berbuat kesalahan-kesalahan tertentu baik disengaja ataupun tidak disengaja. Bagaimana anda dapat berpikir bahwa anda bebas dari kesalahan?

"Ketakutan dan kerisauan menghilang bila ketidaktahuan digantikan oleh pengetahuan."

Bila anda dapat memahami sifat dari kelemahan-kelemahan yang ada dalam pikiran manusia, maka tak ada alasan bagi anda mengeluh atas penderitaan-penderitaan dan kemalangan-kemalangan anda. Anda akan mempunyai keberanian menghadapi dan mentolerir semua kemalangan dan kerisauana serta penderitaan yang menimpa anda.

*"Tak ada yang terjadi atas manusia yang tidak ada dalam diri manusia".
(C.Jung)*

CINTA ORANG TUA

Anda bertanggung jawab atas kesejahteraan dan pemeliharaan anak-anak anda sendiri. Bila anak itu tumbuh menjadi sehat, kuat dan penduduk yang berguna, maka itu adalah hasil usaha anda. Bila anak itu tumbuh menjadi orang yang tidak memenuhi kewajibannya, andalah yang mesti bertanggung jawab. Jangan salahkan orang-orang lain. Sebagai orang tua, kewajiban andalah membimbing anak ke jalan yang benar.

Seorang anak, pada waktu umurnya masih muda membutuhkan kasih sayang dan perhatian orang tua. Tanpa cinta dan bimbingan orang tua, anak akan mengalami kesukaran dan akan mendapati bahwa dunia ini adalah tempat yang menakutkan untuk hidup. Tetapi cinta, kasih sayang dan perhatian orang tua tidak berarti memenuhi semua tuntutan anak baik yang wajar ataupun tidak. Terlalu banyak memanjakan anak akan merusak anak. Ibu dalam memberikan cintanya dan perhatiannya, seharusnya juga bersikap keras dan tegas dalam menangani anak-anak. Bersikap keras dan tegas tidak berarti berlaku kejam terhadap anak. Tunjukkan cinta anda dengan tangan yang berdisiplin - anak akan memahaminya.

Sayangnya, diantara orang-orang tua masa sekarang ini cintanya sangat kurang. Kegilaan untuk mengejar kemajuan materi (kekayaan), gerakan pembebasan dan aspirasi untuk persamaan, telah menyebabkan banyak ibu-ibu mengikuti suaminya untuk bekerja dikantor atau ditoko dan tidak berada dirumah untuk memelihara anak-anaknya. Anak-anak yang ditinggalkan untuk diasuh keluarga atau pembantu yang mdibayar, akan kebingungan karena tidak mendapatkan cinta dan perhatian yang keibuan. Si ibu, yang merasa bersalah karena kurang memperhatikan akan mencoba membujuk anak dengan memenuhi segala macam tuntutan anak. Tindakan yang demikian akan merusak anak. Memberikan anak segala macam alat permainan modern seperti; tank-tank, senapan mesin, pistol, pedang dan mainan lain yang serupa sebagai penenang, secara psikologis tidaklah baik. Anak diajar untuk memaafkan kerusakan dan bukan diajar untuk berlaku baik, kasih sayang dan membantu sesamanya. Memberi anak alat-alat permainan seperti itu tidaklah dapat mengganti cinta dan kasih sayang ibu. Tanpa adanya kasih sayang dan bimbingan ibu, maka tidaklah mengherankan bila akibatnya anak tumbuh menjadi nakal. Siapakah jadinya yang bersalah bila anak tumbuh menjadi anak yang nakal? Sudah tentu orang tuannya! Si ibu, terutama sesudah seharian bekerja keras di kantor yang diikuti melakukan pekerjaan-pekerjaan dirumah, hampir tak punya waktu lagi untuk anak yang merindukan kasih sayang dan perhatiannya.

Dalam perjuangan mencapai kesamaan diantara laki-laki dan wanita, banyak wanita berpikir bahwa pemecahannya ialah bersaing dengan laki-laki diluar rumah. Wanita-wanita yang demikian sebaiknya tidak mempunyai anak. Adalah sangat mementingkan diri sendiri melahirkan anak kedunia ini dan kemudian meninggalkannya. Anda bertanggung jawab atas apa yang anda

ciptakan - anda bertanggung jawab agar anak dipuaskan tidak hanya secara material tetapi yang lebih penting dipuaskan secara rohani dan psikologis. Memberikan kesenangan material adalah nomor dua sesudah memberikan cinta dan perhatian orang tua. Kita tahu banyak orang-orang miskin membesarkan anak-anaknya dengan penuh cinta. Sebaliknya banyak orang-orang kaya memberikan kesenangan material kepada anak-anaknya tetapi tanpa cinta, anak-anak ini tumbuh tanpa perkembangan moral dan psikologis.

Ada wanita-wanita mungkin merasa bahwa mengajurkan mereka mengkhuskan diri dalam pemeliharaan keluarga adalah menjatuhkan dan "kolot" Benar, dimasa lalu wanita-wanita telah diperlakukan dengan jelek, tetapi ini terutama karena ketidaktahuan kaum lelaki dan bukan karena kelemahan pengertian bahwa wanita yang membesarkan anak-anak. Perkataan Sanskrit untuk wanita ialah "Grukini" yang arti harafiahnya ialah "pemimpin rumah tangga." Jelas ini tidak mengartikan bahwa wanita lebih rendah. Ini lebih menekankan pembagian tanggung jawab antara wanita dan laki-laki. Di Jepang, ada suami-suami yang menyerahkan setiap sen dari gajinya kepada istrinya yang mempunyai kontrol sepenuhnya atas urusan rumah tangga. Ini menyebabkan laki-laki bebas memusatkan perhatiannya atas apa yang dapat diperbuatnya dengan baik. Karena setiap pasangan jelas mengetahui apa yang menjadi tanggung jawabnya, maka tidak ada pertengkaran dan suasana rumah tangga adalah berbahagia dan penuh kedamaian, dimana anak dapat menjadi dewasa dengan baik.

Sudah tentu suami harus berusaha agar pasangannya diperhatikan, dia diajak merundingkan putusan-putusan keluarga, bahwa cukup kebebasan bagi dia mengembangkan kepribadiannya, punya cukup waktu untuk melakukan kegemarannya dan sebagainya. Dalam pengertian ini, suami dan istri sama-sama bertanggung jawab atas kesejahteraan keluarga dan tidak saling bersaing satu sama lain. Seorang ibu harus mempertimbangkan betul-betul, apakah dia terus sebagai ibu yang bekerja atau ibu rumah tangga yang memberikan semua kasih sayang dan perhatiannya untuk kesejahteraan anaknya yang sedang tumbuh. Herannya, ada ibu-ibu modern berlatih memegang senjata api dan senjata-senjata lainnya, sedangkan seharusnya mereka memangku anak-anaknya dan melatihnya menjadi warga negara yang baik dan patuh kepada hukum.

Kecenderungan modern dan sikap dari ibu-ibu yang bekerja terhadap anak-anaknya, juga cenderung mengikis habis nilai yang paling baik yaitu kasih anak pada orang tua, yang diharapkan agar anak-anak memberikan kepada orang tuannya. Penggantian air susu ibu oleh susu botol juga salah satu sebab terkikisnya kasih sayang diantara ibu dan anak. Selama ini, ketika ibu memberi air susunya dan memangku bayi ditangannya, kasih sayang diantara ibu dan anak lebih besar dan pengaruh ibu atas anak demi kesejahteraannya lebih nyata. Dalam keadaan yang demikian, kasih sayang anak kepada orang tua, keakraban keluarga dan kepatuhan pasti akan ada. Ciri-ciri tradisional ini adalah untuk kebaikan dan kesejahteraan anak. Terserah kepada orang tua, teristimewa ibu untuk mengadakannya. Ibu bertanggung jawab untuk anak yang berkelakuan baik atau untuk anak yang mengalah. Ibu dapat mengurangi kenakalan! Pada tingkat pemikiran yang lebih tinggi, anda akan

melihat segala sesuatunya sebagaimana adanya, dan bukan sebagaimana yang anda ingin lihat, maka anda akan mengetahui bahwa anda bertanggung jawab atas segalanya.

“Mereka yang hidupnya melawan alam, harus menghadapi akibat-akibatnya baik secara badaniah atau rohaniah.”

BAGAIMANA MENGURANGI PENDERITAN MENTAL ANDA

Bila saja kesukaran-kesukaran dan persoalan-persoalan tertentu timbul, ada berbagai jalan dan cara bagi anda untuk menyiapkan pikiran agar mengurangi penderitaan dan kesedihan mental anda. Yang pertama dan paling utama ialah anda harus mencoba sifat dunia dimana anda hidup. Anda harus menyadari, bahwa anda tidak dapat mengharapkan segala sesuatunya didunia ini sempurna dan berjalan lancar. Dunia tidak selalu sesuai dengan keinginan anda. Anda harus siap sedia menghadapi kesulitan-kesulitan dan persoalan-persoalan dalam kehidupan sehari-hari. Tak ada dunia dan tak ada kehidupan tanpa persoalan-persoalan.

Bila anda mempunyai keinginan yang kuat untuk hidup dan kegilaan yang luar biasa untuk menikmati kesenangan-kesenangan indrawi dari dunia ini, anda harus membayar harganya dalam bentuk penderitaan fisik dan keresahan mental. Ini dapat disamakan dengan pembayaran sewa “rumah” yang anda diami - sewa itu berupa “penderitaan fisik dan keresahan mental,” dan “rumah” itu adalah badan fisik anda, yang anda tempati untuk sementara. Melalui “badan” anda, anda menikmati kesenangan-kesenangan indrawi anda dan anda harus membayar untuk itu. Tidak ada yang cuma-cuma di dunia ini. Tetapi, bila anda berkeinginan menghapuskan atau menghilangkan “penderitaan fisik” atau “keresahan mental”, anda harus mencoba untuk meninggalkan atau mengurangi dorongan keinginan yang kuat atau keinginan untuk kesenangan-kesenangan duniawi. Selama anda dikuasai “dorongan keinginan” ini, anda akan terkena penderitaan-penderitaan yang diakibatkannya. Untuk menghilangkan “penderitaan fisik dan keresahan” serta mendapatkan “kebahgiaan spiritual”, anda harus memilih. Tidak ada jalan lain. Oleh sebab itu, anda tidak seharusnya menuduh orang lain bila anda menjumpai persoalan-persoalan sewaktu anda menikmati kesenangan-kesenangan indrawi.

Salah satu cara untuk mendapatkan penghiburan atas keresahan mental dan kesedihan anda yang sekali sekali muncul ialah memahami tingkat penderitaan dan kesukaran anda dibandingkan dengan yang dialami orang-orang lain. Bila anda tidak bahagia, anda merasa dunia ini melawan anda. Anda berpikir segala sesuatu disekeliling anda akan hancur. Anda merasa akhir dari segala-galanya sudah dekat. Tetapi bila anda mencoba dalam pikiran anda mendaftarkan penderitaan-penderitaan anda dan berkat-berkat yang anda peroleh, dengan heran anda akan mendapati bahwa keadaan anda lebih baik dari banyak orang lainnya. Barangkali anda pernah mendengar ucapan, “Saya mengeluh tidak punya sepatu sampai saya bertemu dengan orang yang tidak punya kaki.” Pendeknya, anda telah membesar-besarkan kesukaran-kesukaran dan persoalan-persoalan anda.

Banyak orang lain lebih buruk keadaannya dari anda dan mereka tidak risau secara berlebih-lebihan. Persoalan-persoalan selalu ada, dan anda seharusnya berusaha memecahkannya dan bukan merisaukannya serta menciptakan gangguan dan beban mental. Orang China mempunyai peribahasa praktis tentang memecahkan persoalan-persoalan:

“Bila anda mempunyai persoalan besar, usahakanlah mengurangnya menjadi persoalan kecil. Bila anda mempunyai persoalan kecil, usahakanlah agar menjadi tidak ada.”

Cara lain yang dapat dipakai untuk membatasi kesukaran-kesukaran dan persoalan-persoalan anda dan mengurangnya menjadi kadar yang wajar, ialah memperinci kembali apa yang telah anda alami sebelumnya dalam keadaan yang sama atau dalam keadaan yang lebih buruk, dan bagaimana anda dengan kesabaran dan usaha anda telah dapat mengatasi kesukaran-kesukaran anda yang nampaknya tidak dapat diatasi. Dengan berbuat demikian, anda tidak membiarkan diri anda “ditenggelamkan” persoalan-persoalan dan kesukaran-kesukaran anda yang ada. Sebaliknya anda akan berketetapan hati memecahkan hal-hal atau persoalan-persoalan apa saja yang mungkin anda hadapi. Anda harus menyadari bahwa anda telah mengalami keadaan-keadaan yang lebih buruk, dan anda siap menghadapi persoalan apa saja yang datang. Dengan kerangka berpikir seperti ini, anda akan segera mendapatkan kepercayaan diri dan akan dapat menghadapi serta memecahkan persoalan-persoalan apa saja yang menunggu anda.

TIDAK SEMUA ORANG SAMA BAIKNYA

Kadang-kadang ada keluhan-keluhan dari orang-orang tertentu, yang tidak pernah menyebabkan atau menimbulkan kesusahan bagi orang-orang lain, bahkan mereka adalah korban yang tidak bersalah dari kesewenangan-wenangan orang lain. Jadinya mereka merasa frustrasi (kesal) bahwa sekalipun mereka hidup baik-baik, mereka disakiti meskipun mereka tidak bersalah. Dalam keadaan yang demikian, korban yang tidak bersalah itu mesti menyadari dan mengetahui bahwa dunia ini terdiri dari banyak macam orang - yang baik dan yang kurang baik, yang jahat dan kurang jahat, dan banyak macam kegilaan. Korban yang tidak bersalah itu dapat menghibur dirinya bahwa dia termasuk kedalam golongan baik sedangkan sipengganggu kedamaian termasuk kedalam golongan jahat, dan bahwa pada peristiwa-peristiwa tertentu, dia akan tetap menghadapi perbuatan-perbuatan salah dari mereka-mereka yang termasuk golongan jahat.

Hal yang hampir sama, dapat kita lihat pada “supir yang baik dan berhati-hati” dan “supir yang jelek dan sembrono,” supir yang baik dan berhati-hati berusaha mengendari mobil dengan berhati-hati untuk mencegah kecelakaan. Tetapi begitupun supir yang baik dan berhati-hati itu menemui kecelakaan-kecelakaan yang bukan disebabkan kesalahannya, tetapi karena kesalahan supir yang jelek dan sembrono. Jadi kadang-kadang, orang-orang baik harus menderita, karena ada orang-orang jahat dan sembrono seperti adanya supir yang jelek dan sembrono. Dunia yang demikian tidaklah buruk dan juga tidaklah baik. Dunia yang demikian menghasilkan penjahat-penjahat

dan juga orang-orang suci, orang-orang bodoh dan orang-orang yang berpikir terang. Dari tanah liat yang sama, dapat dibuat barang yang indah dan buruk, barang yang berguna dan tidak berguna. Kualitasnya bergantung kepada tukangnyanya, dan bukan kepada tanah liatnya. Dalam hal ini tukangnyanya adalah anda sendiri, yang satu-satunya bertanggung jawab menempuh kebahagiaan atau ketidak bahagiaan anda sendiri.

ANDA MENDAPATKAN APA YANG ANDA CARI

Bila anda mencoba sebaik-baiknya mengatasi kesukaran-kesukaran anda dengan mempraktekkan nasehat yang diberikan dalam buku saku ini, maka pasti anda akan menjumpai kedamaian dan kebahagiaan serta keselarasan yang anda cari.

“Bila anda mengikuti tuannya, anjingnya tidak akan menggigit anda.”

UNTUK BUKAN MUSLIM SAHAJA