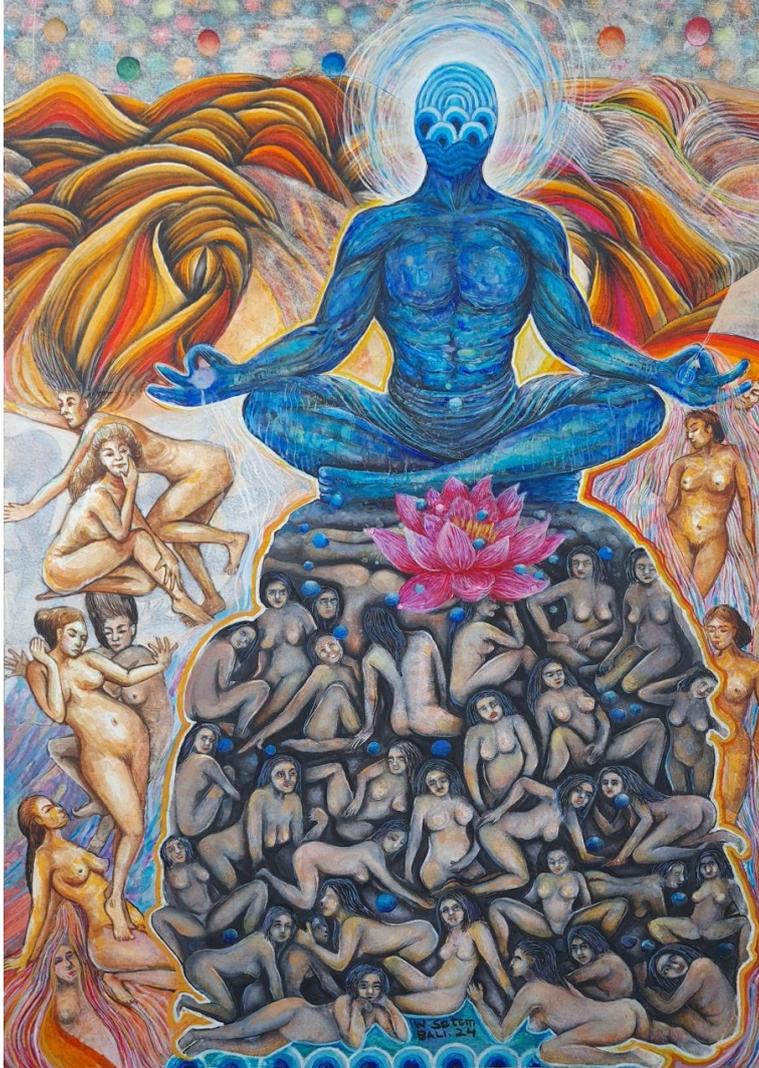


## Karya 5.



Judul : Pembebasan dari Belenggu Keinginan  
Tahun : 2024  
Ukuran : Kertas A3 (30 cm x 42 cm)  
Media : Spidol copic, tinta, dan akrilik pada kertas

### Diskripsi Karya:

Tujuan akhir ajaran Buddha adalah kebebasan dari penderitaan (Dukha Nirodha). Bebas dari penderitaan inilah yang disebut sebagai kebahagiaan tertinggi (paramasukha) dan lazim disebut nibbana. Secara jelas, Sang Buddha menunjukkan kepada kita bahwa sebab penderitaan adalah keinginan rendah (tanha). Disebut keinginan rendah karena keinginan tersebut diselubungi oleh kebencian (dosa), keserakahan (lobha) dan kebodohan batin (moha). Dalam kehidupan sehari-hari, jika dalam pikiran muncul kebencian, keserakahan, dan kebodohan batin, maka hidup menjadi tidak bahagia. Jadi belenggu penderitaan ada di dalam diri kita dan kita

sendirilah yang mestinya memangkas dan melenyapkan belenggu penderitaan ini. Perhatikanlah di dalam diri kita saat muncul penolakan terhadap kenyataan, mengeluh, marah, benci, dendam, maka penderitaan akan timbul. Saat muncul rasa tiada bersyukur, tidak menikmati dan menghargai apa yang sudah dicapai, menginginkan sesuatu secara berlebihan, maka di sana kita merasakan tidak bahagia. Terlebih saat pikiran diliputi ketakutan, kekhawatiran, kecemasan, dan emosi-emosi negatif lainnya, hidup kita jauh dari bahagia.

Mempunyai keinginan adalah sangat diperbolehkan asalkan tidak melanggar Dhamma dan realistis. Keinginan yang bertentangan dengan moralitas, hukum positif suatu negara, norma masyarakat dan peraturan lainnya, jelas akan menimbulkan penderitaan, meskipun di awal nampaknya menyenangkan. Keinginan yang tidak realistis dicapai, hanya akan menimbulkan kekecewaan, stress, tekanan batin dan berada dalam ketidaknyamanan. Hal itu jelas sebuah penderitaan. Kedua, kita perlu menyadari bahwa semua keinginan mempunyai dua konsekuensi, yakni tercapai dan tidak tercapai. Meskipun keinginan itu adalah keinginan yang baik, namun jika tidak tercapai berpotensi menimbulkan kecewa, sedih, dan tidak bahagia.