

Kitab
TRISULA
untuk Pengembara Spiritual



menghaluskan perilaku, melatih pikiran,
pengembangan spiritual dan kebijaksanaan

EDY PEKALONGAN
2008



Kitab

TRISULA

untuk Pengembara Spiritual



**Masih di cari Penerbit
yang pas untuk Kitab Trisula.**

Jika ada komentar & saran
silahkan hubungi email :

edy_pekalongan@yahoo.co.uk

dipersembahkan untuk :

*Siapa saja yang mengagumi
Candi Prambanan*

Cara Membaca

Kitab Trisula merupakan pelajaran yang bisa di serap maknanya melalui praktik hening cipta.

Hening cipta adalah mengkondisikan pikiran agar tenang dengan cara berdiam diri dan mengatur nafas sambil memejamkan mata sehingga perlahan lahan pikiran anda akan lebih rileks dan konsentrasi, tentang tehnik hening cipta telah disertakan dalam buku ini.

Setelah anda melakukan praktek hening cipta, pilihlah sebuah tema dalam kitab Trisula lalu baca dan renungkanlah selama minimal 10 menit.

Praktek hening cipta adalah seperti cahaya matahari yang akan membuka kuncup bunga sehingga mekar sempurna dan biarkan makna kitab Trisula terbuka dengan sendirinya di hadapan anda tanpa harus memaksakan diri.

Sangat tidak di sarankan untuk membaca kitab Trisula seperti membaca berita, akan sia sia hasilnya karena kitab ini disusun sebagai materi renungan.

Memang akan memakan waktu lama, untuk menyerap isi kitab Trisula dengan cara seperti di atas, namun begitulah praktek spiritual, perlu kesabaran dan ketekunan.

Kata Pengantar

Penyusunan Kitab Trisula dilatar belakangi oleh dorongan ingin berbagi pengetahuan kepada masyarakat yang mulai bergerak menapaki jalan spiritual.

Isi Kitab Trisula bersumber dari kumpulan pesan yang diterima penulis selama mengheningkan cipta dengan objek Candi Prambanan. Secara pribadi penulis merasa hanya sebagai perantara dalam penyusunan Kitab Trisula karena isi di dalamnya berisi pengetahuan yang merupakan ajaran kuno tentang kehidupan.

Kitab ini jika di baca saat hening cipta bisa membantu memperhalus perilaku manusia, melatih kecerdasan, mengembangkan kekuatan mental dan spiritual sekaligus bisa menjadi ajaran kebijaksanaan yang bisa diterapkan dalam kehidupan sehari hari.

Semoga ada manfaatnya.

Salam,
Edy Pekalongan

Tehnik Mengheningkan Cipta

Tehnik ini hanyalah panduan umum dan tidak bersifat kaku, bisa di sesuaikan dan jika anda merasa perlu melakukan penyesuaian, silahkan saja.

Anda bisa memilih posisi berdiri , duduk di kursi atau bersila di lantai, tempatkan tubuh anda pada posisi senyaman mungkin

Tariklah nafas dalam dalam lewat hidung, lalu hembuskan nafas melalui mulut. Lakukan 3x.

Petemukan kedua telapak tangan anda, lalu gosokkan keduanya. Kedua telapak tangan yaitu telapak kanan dengan telapak tangan kiri saling menggosok. Lakukan selama kurang lebih 20 detik.

Nyalakanlah sebatang lilin, tempatkan di depan anda.

Bebaskan kedua telapak tangan anda dari memegang sesuatu. Tariklah nafas dalam dalam melalui hidung sambil mengepalkan tangan anda, tahan sebentar lalu hembuskan nafas secara perlahan lahan lewat hidung sambil membuka kepalan tangan anda. lakukan 3 x

Setelah itu letakkan kedua telapak tangan anda menyentuh daun telinga dan tutup telinga anda dengan telapak tangan selama 1 menit sambil mata anda memandangi cahaya lilin.

Lepaskan kedua telapak tangan dari telinga anda. biarkan bebas dan santai.

Ucapkan niat untuk melakukan hening cipta

" *Saya niat untuk mengheningkan cipta* " sambil menatap cahaya lilin selama beberapa saat lalu pejamkan mata anda.

Jika anda merasa sudah cukup tenang , bukalah mata anda dan pilihlah sebuah tema dari Kitab Trisula sebagai bahan renungan.

Pertama tama bacalah dengan suara pelan agar telinga anda ikut mendengar isi Kitab Trisula kemudian bacalah dalam hati.

Silahkan anda memejamkan mata atau dengan menatap cahaya lilin sambil merenungi tema yang baru anda baca selama beberapa saat dalam pikiran, lalu lepaskan. Biarkan beberapa saat keheningan menyelimuti pikiran anda.

Jika ada pengetahuan yang masuk ke dalam diri anda, nikmati saja. Jika sebuah tema belum terungkap, jangan dipaksakan. Biarkanlah makna itu datang dengan sendirinya dihadapan anda.

Cukupkan, jika anda merasa sudah cukup.

Ucapkan niat mengakhiri hening cipta. " *saya niatkan mengakhiri hening cipta , terima kasih* "

Matikan lilin anda. Selesai.

Catatan :

Anda boleh menggunakan tehnik anda sendiri jika merasa lebih nyaman dan sesuai.

Daftar Isi

	Halaman
Cara membaca	5
Kata pengantar	6
Tehnik hening cipta	7
Daftar isi	10
1. Seribu	12
2. Menikmati ubi	13
3. Menjernihkan pikiran	14
4. Daun yang menguning	15
5. Terpusat	16
6. Membangun Candi	17
7. Manusia yang memprotes kehidupan	18
8. Sang pengamat suara di dalam dirimu	19
9. Menyalahkan debu dan lupa membersihkan diri	20
10. Patung atau Penari	21
11. Pemimpin besar seperti gunung yang indah	22
12. Mencari embun di siang hari	23
13. Meminta air minum orang lain	24
14. Memegangi bejana	25
15. Menjalankan tugasnya masing masing	26
16. Menikmati buah kelapa	27
17. Wanita dan ikan mas	28
18. Bahasa cinta	29
19. Mulai melepas ikatan duniawi	30
20. Membeli ketenangan batin	31

21. Kemalasan	32
22. Merak memamerkan bulu	33
23. Bambu	34
24. Malam tanpa obor	35
25. Bersenggama dan cinta	36
26. Petunjuk dan tempatnya	37
27. Kecepatan dan tujuan	38
28. Keterbatasan	39
29. Kucing dan Bebek	40
30. Waktu kematian	41
31. Penderitaan dan kebahagiaan	42
32. Bekal kekuatan	43
33. Hilangnya kedamaian batin	44
34. Mencari jawaban	45
35. Ilmu tentang air	46
36. Mengajar	47
37. Perang batin	48
38. Sanggar pamujan	49
39. Brahmana	50
40. Membuka dan menutup	51

1.

Seribu

Berapa banyak yang dibutuhkan manusia agar merasa puas dan cukup ?

Apakah ketika telah memiliki seribu kerajaan, seribu pelayan nafsu, seribu gudang emas, seribu ilmu, seribu keajaiban, atau memiliki usia seribu tahun ?

Jika menuruti keinginan tidak akan ada habis habisnya. seluruh dunia ini pun tidak akan cukup memuaskan bagi manusia yang serakah.

2.

Menikmati ubi

Ubi dari kebun yang masih mentah tidak bisa di makan langsung, harus di cuci lalu di bakar setelah matang dan empuk baru bisa di makan.

Ubi dari kebun adalah perumpamaan pengetahuan yang masih mentah agar bisa di cerna oleh pikiranmu harus diolah terlebih dahulu.

3.

Menjernihkan pikiran

Pagi hari duduk di bawah pepohonan, mendengarkan kicau burung, suara air mengalir.

Melihat tumbuhan yang hijau segar, bunga yang beraneka warna didaerah yang sejuk saat kabut memudar akibat di terpa cahaya matahari.

Itu semua bisa membantu pikiran menjadi jernih.

4.

Daun yang menguning

Daun yang menguning, segera rontok dan jatuh ke tanah begitu pula manusia yang akan meninggal, tanda tandanya sudah jelas.

Energi kehidupannya sudah tidak mengalir, tangkainya sudah rapuh. Tinggal menunggu sapuan angin lembut, daun itu pun lepas meninggalkan ranting pohonnya.

5.

Terpusat

Jika ingin terhubung dengan sumber kehidupan di jagat raya ini, seluruh daya yang kamu miliki harus di jadikan satu dan diarahkan terpusat.

Antara pikiran ,tubuh, panca indra, perasaan, kehendak dan doa yang di lantunkan semuanya harus terhubung, dengan demikian energimu tidak sia sia.

Langsung mengarah ke atas, naik menuju ke langit.

6.

Membangun Candi

Sebongkah batu cadas di tanah kosong tidak akan berguna, namun jika di tambah 1000 bongkah batu cadas yang lain dan bertemu dengan pembuat candi serta kehendak membangun.

Dalam waktu yang sudah di tetapkan akan terwujudlah candi yang indah dan orang tidak lagi menyebutnya susunan batu cadas tapi bangunan suci.

Itulah perumpamaan manusia keras kepala yang di kumpulkan dan dikelola oleh guru guru spiritual dalam sebuah pertapaan dan di haluskan wataknya.

7.

Manusia yang memprotes kehidupan

Rumput senang menjadi makanan kambing, kambing menjadi makanan manusia. Jika binatang dan tumbuhan tidak mengeluh di jadikan objek kesenangan manusia.

Kenapa ada manusia yang protes ketika mendapat penderitaan dalam hidup ?

Semua yang hidup sudah mendapat jatahnya masing masing.

8.

Sang pengamat suara di dalam dirimu.

Itu suara elang, suara bangau, suara ayam, suara harimau begitu jelas perbedaannya bagi manusia yang mau mengamati.

Itu adalah suara ketulusan, suara kegembiraan, suara kesedihan, suara dusta, suara kelicikan, suara kecerdasan, suara kebodohan, suara kebijaksanaan.

Sang pengamat suara di dalam dirimu bisa membedakannya dengan jelas.

Dengarkanlah pendapatnya.

9.

Menyalahkan debu dan lupa membersihkan diri

Orang yang berbuat mencuri dan kejahatan lainnya karena pengaruh teman kerja dan menyalahkan lingkungan tapi dia tidak berusaha memperbaiki diri adalah seperti orang yang setelah seharian beraktivitas tubuhnya kotor lalu pulang ke rumah menjelaskan kepada keluarganya bahwa dia di terpa debu, terpeleset ke sawah dan dilempar kotoran kuda oleh anak nakal tapi sampai malam dan mau tidur belum juga membersihkan diri tapi terus menyalahkan keadaan.

10.

Patung atau Penari

Bertahan pada suatu posisi sungguh melelahkan, oleh karenanya hidup harus memiliki gerak yang berkelanjutan agar bisa bertahan dalam hidup.

Jangan berhenti pada suatu posisi/ keadaan seperti patung tapi teruskanlah bergerak dengan mengikuti irama musik kehidupan seperti penari. Sampai waktu pertunjukan berakhir barulah kamu boleh berhenti.

11.

Pemimpin besar seperti gunung yang indah

Memandangi kehidupan pemimpin besar dari jauh seperti memandangi gunung yang indah. membuat hati kagum dan senang.

Namun ketika gunung didekati, orang baru sadar disana terdiri atas hutan rimba yang ganas, jurang yang dalam, bukit bebatuan yang terjal, air terjun, dan semak belukar serta kabut yang tebal.

Penilaian kita akan segera berubah.

12.

Mencari embun di siang hari

Orang yang berharap mendapatkan pekerjaan / keuntungan tapi tidak pernah melakukan persiapan dan memperhitungkan waktu adalah seperti orang yang mencari embun di siang hari.

Dia tidak akan pernah menemukannya.

13.

Meminta air minum orang lain

Murit murit spiritual yang tidak mau belajar mandiri dan hanya bergantung pada gurunya adalah seperti sekelompok pendaki gunung yang tidak membawa air minum dan ketika mereka haus selalu meminta air kepada pemimpin kelompok.

Sampai kapan gurunya akan terus hidup ?

14.

Memegangi bejana

Murit yang membanggakan nama perguruannya tapi tidak belajar adalah seperti orang yang mencari air tapi hanya memegangi bejana di pinggir pancuran, tidak berusaha mengisi air ke dalam bejana sebagai bekal air minumannya.

15.

Menjalankan tugasnya masing masing

Ketika ibu menjadi ibu, ayah menjadi ayah, anak menjadi anak, raja menjadi raja, pekerja menjadi pekerja, prajurit menjadi prajurit, pertapa menjadi pertapa.

Ketika semua telah menjalankan tugasnya masing- masing keseimbangan dalam hidup akan tercapai.

16.

Menikmati buah kelapa

Untuk menikmati buah kelapa memerlukan pengorbanan mulai dari menemukannya, memanjat pohon, memetik buahnya, mengupas kulitnya, memecahkan tempurungnya setelah itu baru bisa dinikmati air dan buah kepala.

Begitu pula untuk bisa menikmati buah keberhasilan dari cabang manapun dari pohon kehidupan, diperlukan pengorbanan untuk mencapainya.

17.

Wanita dan ikan mas

Menjadi wanita simpanan raja, hidupnya mewah, serba dilayani dan semua tercukupi tapi gerak dan kebebasannya di batasi seperti ikan mas dalam kolam.

Menjadi wanita merdeka adalah seperti ikan mas di sungai, harus bisa mencari makan sendiri dan memiliki kebebasan hidup termasuk dalam memilih suami namun harus selalu waspada terhadap perangkap pencari ikan.

18.

Bahasa cinta

Bahasa orang yang saling jatuh cinta adalah tanpa perlu bersuara tapi dari pandangan mata dan anggukan kepala pesan yang ingin di sampaikan sudah dapat diterima dengan baik oleh kekasihnya.

Bahasa cinta yang lebih luas digunakan oleh pecinta spiritual untuk berkomunikasi dengan alam semesta.

Oleh karena itu pelajailah bahasa cinta.

19.

Mulai melepas ikatan duniawi

Untuk meninggalkan ambisi keduniawian bukan di tempuh dengan jalan pengasingan diri dari keramaian tapi dengan jalan melepaskan tarikan tarikan kenikmatan dunia di dalam batinmu.

Sehingga kamu bisa menjaga jarak agar tidak kembali terperangkap dalam penjara kenikmatan dunia.

20.

Membeli ketenangan batin

Sebanyak apapun emas yang kamu punya, kamu tidak bisa membeli ketenangan batin.

Setiap orang harus berjuang untuk mencari di dalam dirinya sendiri, jika ingin berhasil mendapatkannya

21.

Kemalasan

Hambatan dalam latihan spiritual adalah kemalasan.

Kemalasan adalah energi dingin, bisa di cairkan dengan memanaskan tubuh melalui olah raga.

22.

Merak memamerkan bulu

Orang yang suka memamerkan kecantikan atau ketampanannya untuk memikat orang lain adalah seperti merak memamerkan bulu.

Itu dilakukan oleh merak yang mencari pasangan untuk kawin.

23.

Bambu

Sekelompok tanaman bambu dalam kebun yang sama dengan jenis yang sama namun bisa memiliki fungsi yang berbeda beda.

Ada yang dijadikan pagar, tiang penyangga, tangga, kursi bahkan dijadikan anak panah. Pengrajin bambu membuat sesuai pesanan.

Serumpun bambu adalah sekelompok manusia yang berpotensi sama dan pengrajin bambu adalah perguruan yang melayani kebutuhan majikan yang mencari pegawai.

24.

Malam tanpa obor

Ketika malam tiba dan kamu tidak memiliki obor untuk menerangi jalanmu, jangan mengeluh dan cemas karena masih ada cahaya bulan dan bintang-bintang sebagai petunjuk arah.

Selalu ada petunjuk bagi manusia yang mau melihat ke langit.

25.

Bersenggama dan cinta

Bersenggama karena dorongan saling cinta adalah hal yang wajar asalkan tidak berlebih lebihan.

Yang perlu di ingat adalah setelah selesai dengan urusan kenikmatan tubuh, naiklah ke tingkatan berikutnya yaitu cinta terhadap sesama manusia diteruskan cinta kepada alam.

Cinta itu bertingkat tingkat, semakin luas wilayahnya. maka rasa kenikmatannya juga semakin besar.

26.

Petunjuk dan tempatnya

Petunjuk yang suci akan masuk ke tempat yang suci.

Orang yang menjaga kesucian batin akan mudah menangkap petunjuk dari sang maha pencipta.

27.

Kecepatan dan tujuan

Siapa melangkah ke utara akan sampai di utara
Siapa melangkah ke selatan akan sampai di selatan.

Manusia yang berjalan dan berlari kecepatannya berbeda. Siapa yang memiliki kecepatan lebih tinggi dialah yang sampai lebih dulu di tempat tujuan.

28.

Keterbatasan

Lihatlah elang yang perkasa, terbang menjelajah menguasai angkasa. Sehebat apapun elang dia tidak bisa menyelam seperti ikan atau menembus tanah seperti tikus.

Setiap mahluk punya kelebihan dan keterbatasan. Begitu pula dengan manusia, masing masing punya bakat yang berbeda.

Itu menjadi pelajaran bagi manusia yang mau berpikir.

29.

Kucing dan Bebek

Orang yang menderita karena menghadapi masalah adalah seperti kucing tercebur ke sungai.

Orang yang bergembira karena bertemu masalah adalah seperti bebek yang tercebur ke sungai.

Lalu dirimu dalam posisi kucing atau bebek ?

30.

Waktu kematian

Siapapun yang mempelajari " gerak perputaran roda kehidupan " akan mengetahui waktu kematiannya, sehingga bisa bersiap siap mengumpulkan bekal .

31.

Penderitaan dan kebahagiaan

Siapa yang bermain api akan terbakar , siapa yang bermain air akan basah. Manusia menjalani penderitaan dan kebahagiaan itu disebabkan perilakunya sendiri.

Oleh karena itu berhati hatilah dalam melangkah.

32.

Bekal kekuatan

Manusia itu di beri bekal kekuatan, namun sedikit yang mau melatih kekuatan yang dimiliki hingga menjadi sempurna. semua masalah bisa di hadapi dengan ilmu tridaya manunggal yaitu perpaduan kekuatan fisik, kecerdasan pikiran dan kepekaan batin.

Beruntunglah bagi yang menguasainya.

33.

Hilangnya kedamaian batin

Hilangnya kedamaian batin disebabkan karena perbuatan tercela. Maka dari itu jangan bertindak menyakiti orang lain

34.

Mencari jawaban

Siapa yang mencari jawaban atas persolan yang rumit, duduklah mengheningkan cipta di malam hari menghadapkan diri kepada sang pencipta sambil menyebut namanya di dalam batin.

35.

Ilmu tentang air

Air lautan, air terjun, air kelapa, air susu, air tuak, air hujan. Semua air memiliki kekuatan untuk kebutuhan manusia. Manusia yang mengerti tidak salah memilih air yang tepat untuk kebutuhannya.

Maka dari itu harus belajar ilmu tentang air.

36.

Mengajar

Sebelum mengajar orang lain, harus bisa mengajar dirinya sendiri.

Sebelum menerangkan isi dan bagian bagian dari alam semesta, harus bisa menerangkan isi dan bagian bagian dari dirimu sendiri

37.

Perang batin

Tidak ada manusia lain yang bisa menolong dan bisa menyelesaikan perang batin yang terjadi di dalam diri kita.

Setiap diri harus memiliki senjata untuk menjaga kedamaian batin yaitu keyakinan batin.

Ketika manusia sudah yakin, semua kekacauan akan lenyap.

38.

Sanggar pamujan

Sanggar pamujan atau tempat memuji sang maha pencipta yang sesungguhnya adalah dirimu sendiri.

39.

Brahmana

Brahmana yang sudah mumpuni, seringkali suka menyamar menjadi orang sudra.

40.

Membuka dan menutup

Membuka ilmu menggunakan kunci, menutup ilmu menggunakan gembok.

Manusia yang menguasai ilmu sampai tataran sempurna, bisa membuka dan menutup ilmu dengan kehendak batinnya.

SELESAI



Tentang Penulis:

Edy Pekalongan ,
suka menulis dan berbagi pengetahuan.



Keterangan foto :

Edy sedang memberi panduan terapi menggambar untuk *anger management* bagi mahasiswa dan pelajar