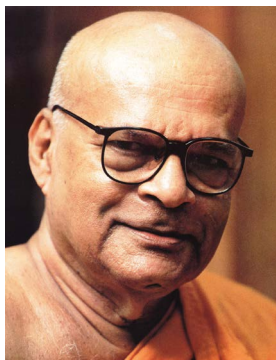




# KEYAKINAN UMAT BUDDHA



Dr. Sri Dhammananda



# KEYAKINAN UMAT BUDDHA

EDISI YANG DISEMPURNAKAN

## BUKU STANDAR WAJIB BACA

Buku Keyakinan Umat Buddha diterima secara luas sebagai rujukan standar yang wajib dibaca oleh semua kalangan yang ingin mengenal ajaran Buddha dengan benar karena:

- o Mencakup hampir seluruh aspek ajaran Buddha.
- o Meluruskan kesalahpahaman mengenai takhayul dan salah penafsiran yang dikaitkan dengan ajaran Buddha.
- o Ditulis dalam bahasa sehari-hari yang mudah.
- o Memakai pendekatan non-tekstual dan rasional sehingga menarik bagi pembaca umum maupun cendekiawan.

## BUKU BUDDHISME TERLARIS

Buku Keyakinan Umat Buddha adalah karya Dr. K. Sri Dhammananda yang paling klasik, paling banyak dicetak, dan paling mendunia karena:

- o Telah diterjemahkan ke bahasa Spanyol, Jerman, Singhala, Nepal, Parshi, Myanmar, Korea, China, Vietnam, Indonesia, Mandarin, Tamil, Belanda, Hindi, Bengali, Melayu, Myanmar, Jepang, dan Portugis.
- o Edisi bahasa Indonesia telah dicetak ulang puluhan ribu eksemplar sejak tahun 2002 hingga kini.



EHIPASSIKO  
FOUNDATION

ISBN 978-602-819-475-4



9 786028 194754

# KEYAKINAN UMAT BUDDHA

---

Dr. Sri Dhammananda



**EHIPASSIKO**  
FOUNDATION



## KEYAKINAN UMAT BUDDHA

---

|            |                          |
|------------|--------------------------|
| Judul Asal | What Buddhists Believe   |
| Penulis    | Dr. K. Sri Dhammananda   |
| Penerjemah | Ida Kurniati             |
| Penyunting | Handaka Vijjānanda       |
| Penata     | Andreas Dīpaloka Pratama |
| Penerbit   | Ehipassiko Foundation    |

Hak Cipta Terjemahan ©2002 Ehipassiko Foundation

ISBN 978-602-8194-75-4

Edisi Feb 2022

Pusat Pelayanan

085888503388

[ehipassikofoundation@gmail.com](mailto:ehipassikofoundation@gmail.com)

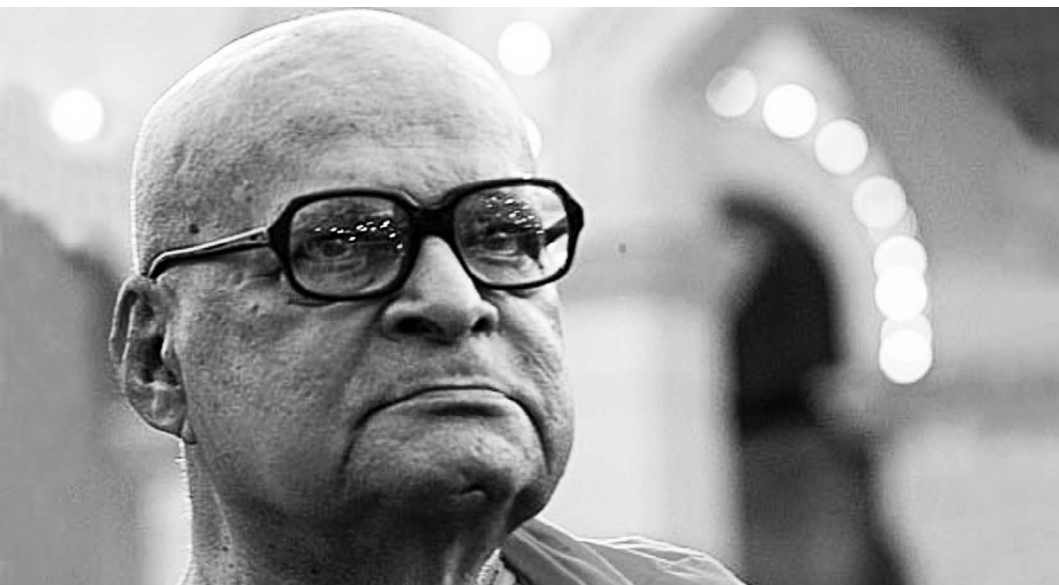
[www.ehipassiko.or.id](http://www.ehipassiko.or.id)

---

E-book ini terbit berkat  
kedermwanaan Anda.

Donasi bisa disalurkan ke:

BCA 4900333833 Yayasan Ehipassiko



## **SAMBUTAN UNTUK PEMBACA DI INDONESIA**

Edisi perdana buku “Keyakinan Umat Buddha” ini diterbitkan pada tahun 1964. Buku ini merupakan kumpulan jawaban terhadap pertanyaan-pertanyaan yang diajukan kepada saya oleh umat Buddha dan umat beragama lain dalam rangkaian pembabaran Dhamma di seantero Malaysia sepanjang pelayanan saya. Buku semacam ini dirasa perlu untuk menjadi acuan pegangan umat Buddha maupun umat beragama lain, yaitu menyampaikan ajaran Buddha termasuk sikap umat Buddha terhadap hal-hal yang terjadi dewasa ini, dalam bahasa yang sederhana.

Sejak diterbitkan, buku ini mendapatkan tanggapan yang luar biasa dari anggota masyarakat, mencerminkan besarnya rasa ingin tahu masyarakat tentang ajaran Buddha. Buku ini terbukti sangat populer tidak hanya di kalangan umat Buddha, tetapi juga di kalangan lain yang tertarik untuk mengetahui apakah yang

---

sebenarnya diajarkan oleh Buddha. Saya telah menerima banyak surat dari pembaca non-Buddhis yang ingin mendalami ajaran Buddha lebih lanjut setelah membaca buku ini. Popularitas buku ini juga teruji dengan fakta bahwa buku ini telah diterbitkan dalam lima edisi dan diterjemahkan ke dalam lima belas bahasa.

Tidak diragukan lagi bahwa ajaran Buddha telah tumbuh begitu pesat di seluruh dunia karena di satu sisi banyak orang telah jemu dengan dogmatisme keagamaan dan takhayul, dan di sisi lain ketamakan dan egoisme muncul dari materialisme. Ajaran Buddha mampu mengajarkan kepada umat manusia Jalan Madya menuju kehidupan yang penuh kedamaian dan kebahagiaan. Saya berharap buku ini bisa membantu para pembaca untuk menjalani kehidupan yang damai dan bahagia.

Kuala Lumpur, 10 Desember 2003

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Kirinde Sri Dhammananda', written in a cursive style.

**Dr. Kirinde Sri Dhammananda**  
**Nāyaka Mahāthera, J.S.M., Ph.D., D.Litt.**

---

# SENARAI ISI

|  |          |
|--|----------|
| <b>SAMBUTAN UNTUK PEMBACA DI INDONESIA</b> | <b>3</b> |
| <b>SENARAI ISI</b>                         | <b>5</b> |

## **BAGIAN 1**

### **HIDUP DAN PESAN BUDDHA**

#### **BAB 1 HIDUP DAN SIFAT BUDDHA**

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| Gotama, Buddha                      | 15 |
| Meninggalkan Keduniawian            | 21 |
| Sifat Buddha                        | 25 |
| Apakah Buddha Adalah Titisan Tuhan? | 29 |
| Pelayanan Buddha                    | 32 |
| Bukti Sejarah Buddha                | 35 |
| Keselamatan Melalui Kearahattaan    | 38 |
| Siapakah Bodhisatta Itu?            | 41 |
| Pencapaian Kebuddhaan               | 44 |
| Tikāya—Tiga Tubuh Buddha            | 46 |

#### **BAB 2 PESAN BUDDHA**

|   |    |
|---|----|
| Pesan untuk Semua Orang                   | 51 |
| Kekuatan Mukjizat                         | 54 |
| Diamnya Buddha                            | 59 |
| Cara Menjawab Pertanyaan                  | 61 |
| Sikap Buddha Terhadap Pengetahuan Duniawi | 62 |
| Pesan Terakhir Buddha                     | 65 |

#### **BAB 3 SETELAH BUDDHA**

|  |    |
|--|----|
| Apakah Buddha Tetap Ada Setelah Wafat? | 69 |
|--|----|

---

|                   |    |
|-------------------|----|
| Penerus Buddha    | 73 |
| Buddha Masa Depan | 74 |

## **BAGIAN 2**

### **AJARAN BUDDHA: INTISARI DAN PENDEKATAN KOMPARATIF**

#### **BAB 4 KEBENARAN ABADI BUDDHA**

|  |    |
|--|----|
| Auman Singa                                | 79 |
| Apakah Ajaran Buddha Itu?                  | 81 |
| Pengaruh Ajaran Buddha Terhadap Peradaban  | 85 |
| Sumbangsih Ajaran Buddha bagi Umat Manusia | 87 |
| Kebenaran Tertinggi                        | 88 |
| Dua Tradisi Utama Buddhisme                | 92 |

#### **BAB 5 DOKTRIN DASAR**

|  |     |
|--|-----|
| Tipiṭaka                                 | 97  |
| Vinayā Piṭaka                            | 99  |
| Sutta Piṭaka                             | 100 |
| Abidhamma Piṭaka                         | 101 |
| Apakah Abidhamma Itu?                    | 103 |
| Batin dan Bentuk (Nāma-Rūpa)             | 110 |
| Empat Kebenaran Suciwan                  | 112 |
| Bahaya Nafsu Ego                         | 115 |
| Jalan Delapan Faktor Suciwan—Jalan Madya | 117 |
| Perkembangan Bertahap                    | 119 |
| Hidup yang Benar                         | 119 |
| Segala Sesuatu Dapat Berubah             | 26  |
| Apakah Karma Itu?                        | 29  |
| Kesalahpahaman Mengenai Karma            | 31  |
| Pengalaman Kita Sendiri                  | 34  |
| Faktor Lain yang Mendukung Karma         | 36  |



---

|   |     |
|---|-----|
| Dapatkah Karma Diubah?  | 137 |
| Energi yang Adil  | 139 |
| Pengelompokan Karma   | 140 |
| Apakah Segala Sesuatu Disebabkan Karma?                       | 143 |
| Mengapa Orang Jahat Senang Sedangkan<br>Orang Baik Menderita? | 143 |
| Kelahiran Ulang   | 145 |
| Bagaimana Kelahiran Ulang Terjadi?                            | 150 |
| Apakah Kelahiran Ulang Terjadi Seketika?                      | 152 |
| Momen Kematian  | 153 |
| Nibbāna   | 154 |
| Nibbāna dan Samsāra   | 157 |
| Hukum Kemunculan Bersebab                                     | 159 |
| Eternalisme dan Nihilisme                                     | 165 |
| Dapatkah Sebab Pertama Diketahui?                             | 168 |
| Adakah Suatu Jiwa yang Abadi?                                 | 170 |
| Teori Jiwa  | 170 |
| Anattā: Doktrin Tanpa-diri                                    | 173 |

## **BAB 6 PERBANDINGAN AJARAN BUDDHA DENGAN AJARAN LAIN**

|   |     |
|---|-----|
| Apakah Ajaran Buddha Serupa dengan<br>Ajaran Lain di India? | 177 |
| Apakah Ajaran Buddha Itu Teori atau Filosofi?               | 179 |
| Apakah Ajaran Buddha Pesimistis?                            | 183 |
| Apakah Ajaran Buddha Ateis?                                 | 186 |

## **BAGIAN 3 MENJALANI HIDUP SEBAGAI UMAT BUDDHA**

### **BAB 7 DASAR MORAL BAGI UMAT MANUSIA**

---

|   |     |
|---|-----|
| Apakah Tujuan Hidup Itu?                    | 191 |
| Memahami Sifat Manusia                      | 192 |
| Memahami Sifat Kehidupan                    | 193 |
| Perlunya Suatu Agama                        | 194 |
| Mencari Tujuan Hidup                        | 196 |
| Penyadaran                                  | 197 |
| Ajaran Buddha bagi Manusia dalam Masyarakat | 200 |
| Cara Hidup Umat Buddha Perumah Tangga       | 204 |

## **BAB 8 MORALITAS DAN PRAKTIK UMAT BUDDHA**

|  |     |
|--|-----|
| Etika Buddhis                                      | 209 |
| Moral Umat Buddha Didasarkan pada Kehendak         | 212 |
| Apakah Vinaya Itu?                                 | 213 |
| Perkembangan Komunitas Saṅgha                      | 216 |
| Masyarakat yang Berubah                            | 218 |
| Dhamma dan Vinaya                                  | 219 |
| Karakteristik Seorang Bhikkhu                      | 221 |
| Sepuluh Perbuatan Baik dan Sepuluh Perbuatan Buruk | 223 |
| Sepuluh Perbuatan Baik                             | 224 |
| Sepuluh Perbuatan Buruk                            | 226 |
| Sila   | 229 |
| Lima Sila  | 231 |
| Delapan Sila                                       | 233 |
| Cinta Kasih  | 235 |
| Kedermawanan Sejati                                | 239 |
| Sikap Buddhis Terhadap Donor Organ Manusia         | 242 |
| Sikap Buddhis Terhadap Kehidupan Hewan             | 244 |
| Perlunya Toleransi Saat Ini                        | 248 |
| Upacara Pemakaman Buddhis                          | 250 |

---

**BAB 9 DHAMMA DAN DIRI SENDIRI SEBAGAI PELINDUNG**

|  |     |
|--|-----|
| Mengapa Kita Pergi Bernaung kepada Buddha? | 255 |
| Tidak Ada Penyerahan Diri                  | 260 |
| Tidak Ada Pendosa                          | 262 |
| Lakukanlah Sendiri                         | 265 |
| Manusia Bertanggung Jawab untuk Semua Hal  | 266 |
| Manusia Adalah Pemenjara Dirinya Sendiri   | 267 |
| Lindungi Dirimu Sendiri                    | 270 |
| Selamatkan Dirimu Sendiri                  | 273 |

**BAB 10 DOA, MEDITASI, DAN PRAKTIK KEAGAMAAN**

|                                    |     |
|------------------------------------|-----|
| Iman dan Keyakinan Diri            | 283 |
| Arti Doa                           | 284 |
| Meditasi                           | 288 |
| Sifat Kehidupan Modern             | 290 |
| Makna Syair Parittā                | 294 |
| Apakah Umat Buddha Pemuja Berhala? | 499 |
| Makna Religius Berpuasa            | 305 |
| Vegetarianisme                     | 306 |
| Bulan dan Kebiasaan Religius       | 309 |

**BAGIAN 4****KEHIDUPAN MANUSIA DALAM MASYARAKAT****BAB 11 KEHIDUPAN DAN KEBUDAYAAN**

|                                      |     |
|--------------------------------------|-----|
| Tradisi, Adat, dan Perayaan          | 317 |
| Upacara dan Ritual                   | 318 |
| Perayaan                             | 319 |
| Status Perempuan dalam Ajaran Buddha | 320 |
| Ajaran Buddha dan Politik            | 322 |

---

**BAB 12 PERNIKAHAN, KELUARGA BERENCANA,  
DAN KEMATIAN**

|  |     |
|--|-----|
| Pandangan Umat Buddha Terhadap Pernikahan  | 333 |
| Perceraian                                 | 335 |
| Keluarga Berencana, Aborsi, dan Bunuh Diri | 336 |
| Melakukan Bunuh Diri                       | 338 |
| Mengapa Populasi Dunia Meningkatkan?       | 339 |
| Seks dan Agama                             | 341 |

**BAGIAN 5**

**AGAMA UNTUK KEMAJUAN MANUSIA**

**BAB 13 SIFAT, NILAI, DAN PILIHAN AGAMA**

|  |     |
|--|-----|
| Manusia dan Agama                      | 347 |
| Penyimpangan Agama                     | 353 |
| Mana Agama yang Tepat?                 | 355 |
| Perkembangan Moral dan Spiritual       | 358 |
| Gagasan Tentang Tuhan                  | 360 |
| Perkembangan Gagasan Tentang Tuhan     | 361 |
| Gagasan Tentang Tuhan dan Penciptaan   | 362 |
| Kelemahan Manusia dan Konsep Tuhan     | 363 |
| Mengubah Label Agama Sebelum Meninggal | 368 |
| Jalan Pintas ke Surga dan Akhir Dunia  | 370 |

**BAB 14 PENEGAK BUDAYA MANUSIA SEJATI**

|                                    |     |
|------------------------------------|-----|
| Agama Modern                       | 373 |
| Agama pada Era Ilmiah              | 375 |
| Ajaran Buddha dan Ilmu Pengetahuan | 377 |
| Keterbatasan Ilmu Pengetahuan      | 378 |
| Ketaktahuan Terpelajar             | 380 |
| Melampaui Ilmu Pengetahuan         | 381 |

---

|                                 |     |
|---------------------------------|-----|
| Ilmu Pengetahuan Tanpa Agama    | 383 |
| Penghormatan pada ajaran Buddha | 384 |
| Agama Kebebasan                 | 385 |
| Misionari Buddhis               | 390 |

## **BAB 15 PERANG DAN DAMAI**

|                                      |     |
|--------------------------------------|-----|
| Mengapa Tidak Ada Kedamaian?         | 395 |
| Dapatkah Kita Membenarkan Perang?    | 399 |
| Sikap Umat Buddha Terhadap Perang    | 400 |
| Bolehkah Umat Buddha Bergabung Dalam |     |
| Angkatan Bersenjata?                 | 403 |
| Pembunuhan dengan Rasa Kasihan       | 406 |
| Membunuh untuk Melindungi Diri       | 408 |
| Sikap Buddhis Terhadap Hukuman Mati  | 409 |

## **BAGIAN 6**

### **DUNIA INI DAN DUNIA LAIN**

#### **BAB 16 ALAM KEBERADAAN**

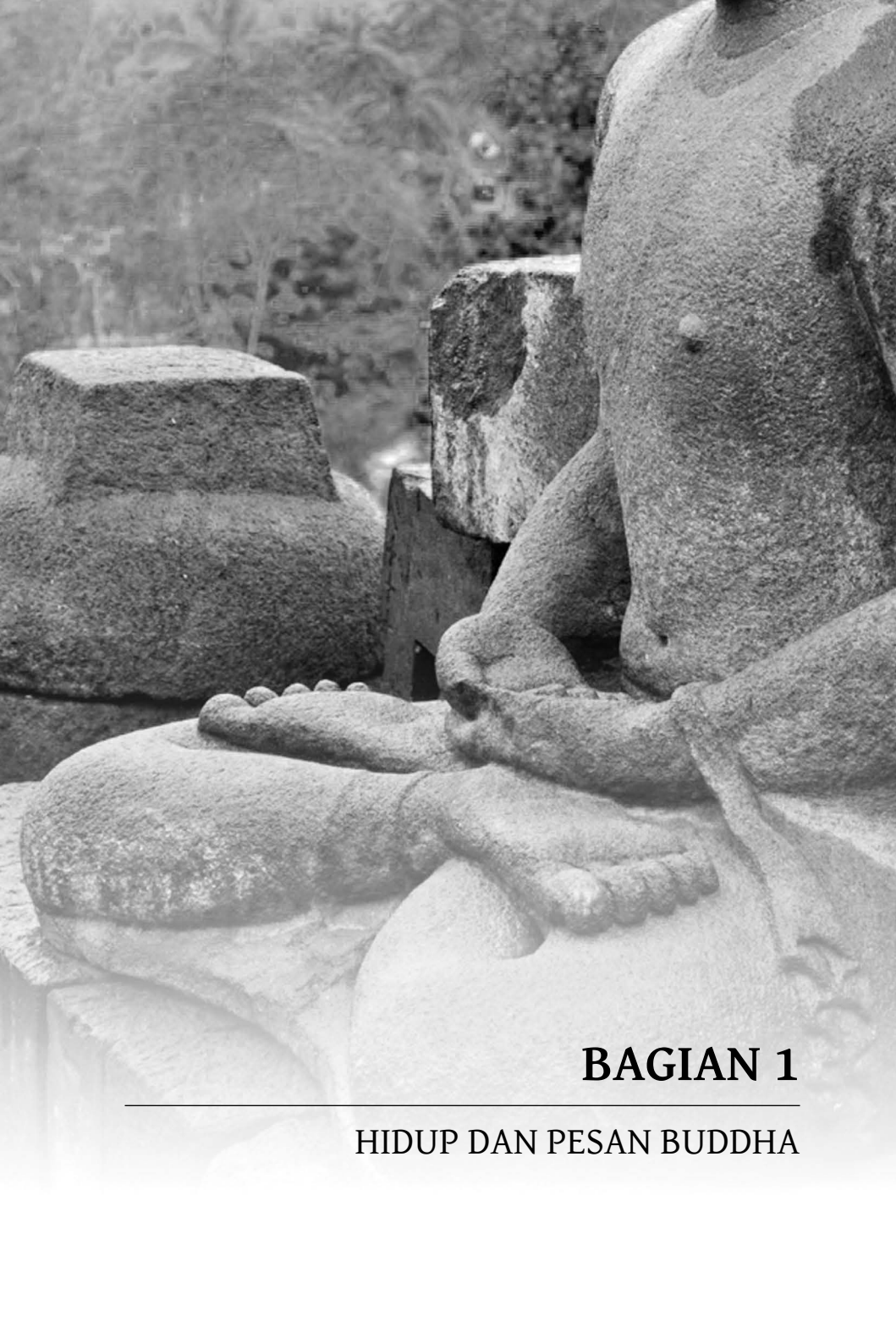
|  |     |
|--|-----|
| Asal Dunia                                       | 415 |
| Sistem Dunia Lain                                | 419 |
| Konsep Buddhis Tentang Surga dan Neraka          | 423 |
| Kepercayaan Kepada Dewa                          | 426 |
| Keberadaan Roh                                   | 427 |
| Makna Persembahan Kebajikan bagi Orang Meninggal | 429 |
| Hadiah Tertinggi bagi Mending                    | 430 |

#### **BAB 17 RAMALAN DAN MIMPI**

|                                  |     |
|----------------------------------|-----|
| Astrologi dan Astronomi          | 435 |
| Sikap Buddhis Terhadap Astrologi | 439 |
| Ramalan dan Jimat                | 443 |

|                     |     |
|---------------------|-----|
| Cenayang Konsultasi | 446 |
| Mimpi dan Maknanya  | 447 |
| Penyembuhan Iman    | 453 |
| Takhayul dan Dogma  | 355 |

|                       |            |
|-----------------------|------------|
| <b>PROFIL PENULIS</b> | <b>457</b> |
|-----------------------|------------|



# **BAGIAN 1**

---

HIDUP DAN PESAN BUDDHA

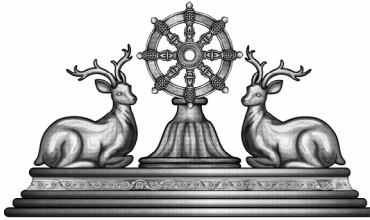




# 1

## HIDUP DAN SIFAT BUDDHA

---



### Gotama, Buddha

*Pendiri ajaran Buddha.*

Buddha Gotama, pendiri ajaran Buddha, hidup di bagian utara India pada abad ke-6 SM. Nama pribadi-Nya adalah Siddhattha, Gotama adalah nama keluarga-Nya. Ia dipanggil “Buddha” setelah Ia menembusi Kecerahan dan menyadari kebenaran sejati. Buddha berarti “Yang Sadar” atau “Yang Tercerahkan”. Secara umum Ia menyebut diri-Nya sendiri *Tathāgata*, sementara pengikut-Nya memanggil-Nya *Bhagavā*, “Yang Penuh Berkah”. Ada pula yang menyebut-Nya Gotama atau Sakyamuni.

Ia terlahir sebagai seorang pangeran yang memiliki segalanya. Ia dibesarkan dengan kemewahan oleh keluarga-Nya yang kedua

belah pihak merupakan keturunan ningrat murni. Ia adalah pewaris takhta, sangat tampan, mapan, agung, terberkahi dengan keindahan kulit yang luar biasa, dan penampakan yang rupawan. Pada usia 16 tahun, Ia menikahi sepupu-Nya yang bernama Yasodharā, seorang yang juga anggun, tenang, dan bermartabat tinggi.

Di samping semua ini, Ia merasa terjebak di tengah-tengah kemewahan seperti seekor burung dalam sangkar emas. Selama kunjungan-Nya ke luar lingkungan istana, Ia menyaksikan hal yang disebut “Empat Penampakan”, yaitu orang tua, orang sakit, orang mati, dan petapa. Saat Ia melihat hal-hal tersebut, satu demi satu, kesadaran datang pada-Nya bahwa “hidup akan menjadi uzur dan mati”. Ia bertanya-tanya, “Di manakah ada alam kehidupan yang tidak ada keuzuran dan kematian?” Penampakan petapa, yang tenang karena telah melepas nafsu keduniawian, memberi-Nya isyarat bahwa langkah pertama dalam pencarian kebenaran adalah meninggalkan hidup keduniawian. Ini berarti menyadari bahwa kepemilikan duniawi tidak dapat membawa kebahagiaan sejati yang didambakan orang.

Setelah bertekad untuk mencari jalan keluar dari penderitaan universal ini, Ia memutuskan untuk meninggalkan rumah guna mencari “obat”, bukan hanya untuk diri-Nya sendiri, melainkan untuk segenap umat manusia. Pada suatu malam, saat usia-Nya yang ke-29, Ia mengucapkan selamat tinggal pada istri dan anak-Nya yang tertidur, menunggang kuda putih-Nya menuju ke hutan.

Meninggalkan hidup keduniawian semacam ini belum pernah terjadi dalam sejarah. Ia pergi pada puncak usia muda, dari kesenangan menuju kesulitan; dari kemapanan materi menuju

ketidakpastian; dari suatu status kekayaan dan kekuasaan menjadi petapa pengembara yang tinggal di gua dan hutan, dengan jubah kumal sebagai satu-satunya perlindungan terhadap terik matahari, hujan, dan angin musim dingin. Ia menolak posisi, kekayaan, janji kemuliaan, kekuasaan, dan hidup yang penuh cinta dan kesenangan untuk pencarian kebenaran yang sulit dan belum pernah ditemukan, walaupun telah dicari oleh banyak orang di India selama ribuan tahun.

Sepanjang enam tahun, Ia berjuang untuk mencari kebenaran. Kebenaran apa yang dicari-Nya? Untuk memahami sepenuhnya sifat kehidupan dan untuk menemukan kebahagiaan yang mutlak dan abadi. Ia belajar di bawah guru-guru terkemuka masa itu dan mempelajari segala hal yang bisa diajarkan oleh para guru tersebut. Setelah Ia menyadari bahwa mereka tidak bisa mengajarkan apa yang dicari-Nya, Ia memutuskan untuk menemukan kebenaran melalui upaya-Nya sendiri. Ia bergabung dengan sekelompok petapa dan bersama-sama menyiksa tubuh dengan keyakinan jika tubuh dalam keadaan tersiksa maka jiwa akan terbebas dari derita. Siddhattha adalah orang yang tangguh dan bertekad baja, Ia melebihi petapa-petapa lain dalam segala praktik penyiksaan diri. Ia makan sangat sedikit, sampai-sampai saat Ia memegang kulit perut-Nya, Ia juga menyentuh tulang belakang-Nya. Ia memaksakan diri-Nya ke ambang batas yang tidak pernah dilakukan manusia. Akhirnya Ia menyadari kesia-siaan penghancuran diri, dan memutuskan untuk mempraktikkan Jalan Madya.

Pada malam purnama bulan *Vesākha*, Ia duduk di bawah pohon Bodhi di Gaya, memasuki meditasi yang mendalam. Saat itu batin-Nya menggelegakkan semesta dan menyadari sifat sejati semua

kehidupan dan segala sesuatu. Pada usia 35 tahun, Ia berubah dari pencari kebenaran yang tekun menjadi Buddha, Yang Tercerahkan.

Selama hampir setengah abad setelah tercerahkan, Buddha menyusuri jalan berdebu di India mengajarkan Dhamma, sehingga mereka yang mendengar dan menjalaninya bisa menjadi mulia dan terbebas. Ia mendirikan persamuhan bhikkhu dan bhikkhuni, menolak sistem kasta, meningkatkan status kaum perempuan, mendorong kebebasan beragama dan pencarian bebas, membuka gerbang keterbebasan bagi semua dalam setiap kondisi kehidupan, tinggi atau rendah, suci atau hina, dan membawa kemuliaan hidup para pembantai seperti Āṅgulimāla dan penghibur seperti Ambapālī. Ia membebaskan manusia dari perbudakan agama, dogma agama, dan iman buta.

Ia menjulang tinggi dalam kebijaksanaan dan kecendekiaan. Setiap masalah ditelaah, diuraikan, dan dipadukan kembali secara nalar berikut penjelasannya. Tidak ada yang dapat mengalahkannya dalam debat. Seorang guru yang tak tertandingi. Ia tetap merupakan analisis pikiran dan fenomena terkemuka, bahkan hingga kini. Untuk pertama kalinya dalam sejarah, Ia memberikan kekuatan bagi umat manusia untuk berpikir bagi dirinya sendiri, menjunjung nilai kemanusiaan, dan menunjukkan bahwa manusia dapat mencapai pengetahuan tertinggi dan Kecerahan Sempurna dengan upaya sendiri. Ia mendorong orang untuk membuka batin dan berpikir tanpa prasangka untuk memahami kenyataan hidup dan semesta.

Sekalipun dengan kebijaksanaan yang tiada tara dan berasal dari keturunan ningrat, Ia tidak pernah meninggalkan orang-orang desa yang sederhana. Perbedaan kelas dan kasta tidak ada arti

bagi-Nya. Tak seorang pun terlalu remeh atau rendah bagi-Nya untuk ditolong. Banyak kali saat seorang buangan atau miskin datang pada-Nya, nilai diri mereka kembali muncul dan berubah dari hidup nista menjadi mulia.

Buddha penuh dengan kewelasan (*karuṇā*) dan kebijaksanaan (*paññā*), memahami bagaimana dan apa yang harus diajarkan kepada setiap individu sesuai dengan tingkat pemahaman masing-masing. Tarcatat Ia kadang berjalan jauh hanya demi menolong satu orang untuk menunjukkan padanya jalan yang benar.

Ia penuh kasih sayang dan memerhatikan murid-murid-Nya, selalu memantau kemajuan dan kesehatan mereka. Saat tinggal di petapaan, Ia sering mengunjungi orang sakit. Rasa kewelasan-Nya kepada orang sakit tercermin dari nasihat-Nya: “Ia yang merawat orang sakit, berarti merawat Saya.” Buddha menjaga peraturan dan disiplin berdasarkan rasa saling menghormati. Raja Pasenadi tidak dapat mengerti bagaimana Buddha bisa mempertahankan peraturan dan disiplin semacam itu dalam komunitas petapa, sementara ia sebagai seorang raja dengan wewenang untuk menghukum, tidak dapat menjaganya sebaik itu dalam pemerintahannya. Metode Buddha adalah membuat orang bertindak dari pemahaman dalam dirinya dan bukan membuat mereka bertindak dengan penerapan hukum dan ancaman hukuman.

Banyak kekuatan ajaib dikaitkan dengan-Nya, namun Ia tidak menganggap penting hal ini. Bagi-Nya, keajaiban terbesar adalah memabarkan kebenaran dan membuat seseorang menyadarinya. Seorang guru dengan kasih yang mendalam, Ia tergerak oleh penderitaan dan bertekad membebaskan manusia dari belunggu

dengan suatu sistem berpikir dan cara hidup yang rasional.

Buddha tidak menyatakan telah “menciptakan” dunia, fenomena semesta, atau hukum semesta yang disebut “Dhamma”. Walaupun digambarkan sebagai *Lokavidū* atau “Yang Mengetahui Dunia”, Ia tidak dianggap sebagai penjaga tunggal hukum universal. Ia dengan bebas menyatakan bahwa Dhamma, bersama dengan kerja semesta, adalah abadi, tak mengenal waktu, tak berpencipta. Segala sesuatu yang tersusun di semesta adalah subyek dari bekerjanya Dhamma. Apa yang Buddha Gotama lakukan (seperti semua Buddha lain sebelum diri-Nya) adalah “menemukan kembali” kebenaran mutlak ini dan memabarkannya kepada umat manusia. Dalam menemukan kebenaran itu, Ia juga menemukan jalan yang mana orang dapat membebaskan diri sendiri secara mutlak dari siklus tersusun yang tiada akhir, yang selalu penuh dengan ketakpuasan.

Setelah 45 tahun menjadi petapa, Buddha mangkat (merealisasi *Parinibbāna*) pada usia 80 tahun di Kusinārā, meninggalkan banyak pengikut perumah tangga, bhikkhu dan bhikkhuni, serta warisan besar ajaran Dhamma. Dampak kasih dan pengabdian mulia-Nya tetap terasa hingga saat ini.

Dalam buku *Three Greatest Men in History*, H.G. Wells menyatakan:

*“Dalam diri Buddha, Anda melihat dengan jelas seorang manusia, sederhana, bajik, seorang diri berjuang demi Kecerahan, suatu pribadi yang penuh semangat, bukan suatu mitos. Ia juga membawa pesan universal kepada segenap umat manusia. Banyak gagasan modern terbaik yang sangat selaras dengan ajaran-Nya. Ia mengajarkan, semua kesengsaraan dan ketakpuasan hidup disebabkan oleh sifat mementingkan diri sendiri. Sebelum seseorang dapat menjadi tenang, ia harus menghentikan nafsu*

*indrawinya terlebih dahulu, baru kemudian ia bisa menjadi orang yang besar. Ajaran Buddha, dalam bahasa yang lain, telah mengimbau manusia untuk tidak mementingkan diri sendiri, 500 tahun sebelum Kristus. Dalam banyak hal Ia lebih dekat dengan kita dan kebutuhan kita. Ia lebih jelas dibanding Kristus mengenai pentingnya seseorang untuk melayani dan lebih tidak mendua arti terhadap pertanyaan tentang keabadian personal.”*

## **Meninggalkan Keduniawian**

*Tindakan Pangeran Siddhattha meninggalkan keduniawian merupakan langkah paling berani yang pernah ditempuh seorang manusia.*

Malam hari itu Siddhattha tidak bisa tenang lagi. Ia berjalan menyusuri ruang-ruang istana dan akhirnya menghadap raja. Ia membungkuk dan berkata kepadanya, “Ayah, perkenankan saya mengajukan permohonan. Izinkan saya meninggalkan istana untuk mengikuti jalan keterbebasan, karena segala hal duniawi akan berubah dan bersifat sementara. Jadi kita harus berpisah, Ayah.”

“Anakku, lupakanlah niatmu. Engkau masih terlalu muda untuk suatu panggilan spiritual. Akulah yang justru harus melakukan hal itu. Waktuku telah tiba untuk meninggalkan istana. Aku turun takhta, anakku!”

“Berjanjilah pada saya empat hal, Ayah, dan saya tidak akan meninggalkan rumah Ayah untuk pergi ke hutan.”

“Apakah itu?” tanya raja.

“Berjanjilah bahwa hidup saya tidak akan berakhir dengan kematian, bahwa penyakit tidak akan menyerang kesehatan saya, bahwa usia tua tidak akan mengikuti masa muda saya, bahwa kemalangan tidak akan merusak kesejahteraan saya.”

“Aku tidak mampu menjanjikan hal-hal itu, anakku, karena hal-hal itu tidak dapat dihindari.”

“Maka janganlah menahan saya. Ayah, pikiran saya telah bulat. Semua hal duniawi itu hanyalah sementara.”

Jadilah sang pangeran meninggalkan keduniawian pada malam itu juga. Pada usia 29 tahun, Siddhattha adalah pria muda berdarah panas dalam puncak kehidupan. Dengan demikian, godaan untuk tidak meninggalkan semua yang dikenal dan dicintai-Nya guna mencari kebenaran tentunya sangat berat. Pada saat-saat terakhir-Nya di istana, Ia mendatangi kamar tidur-Nya dan memandangi istri-Nya yang terlelap dan anak mereka yang baru lahir. Keinginan yang besar untuk tetap tinggal dan membatalkan rencana-Nya tentu telah menyebabkan kepedihan mendalam. Berlawanan dengan nilai-nilai materialistik saat ini, saat itu di India, dianggap hal yang mulia jika seseorang meninggalkan rumah dan orang tercinta untuk menjadi petapa guna menjalani kehidupan suci. Tindakan ini dianggap sebagai pengorbanan yang patut dipuji. Setelah mempertimbangkan segala sesuatu, Siddhattha merasa mantap dan bergegas menjalani rencana-Nya.

Dua ribu lima ratus tahun setelah peristiwa pelepasan keduniawian itu, ada yang mengecam tindakan tersebut. Mereka mengatakan bahwa Siddhattha kejam karena melarikan diri dari istana tanpa memberi tahu istri-Nya. Mereka mengutuk Siddhattha karena



tingkah laku-Nya meninggalkan rumah dan kerajaan. Beberapa orang menggambarkan sebagai tindakan yang tak berperasaan. Sebaliknya, apa yang akan terjadi jika Ia tidak pergi diam-diam dan merayu istri-Nya dengan ucapan selamat tinggal yang formal? Mereka tentu saja akan memohon-Nya dengan sangat untuk mengubah pikiran-Nya. Kejadiannya akan jadi lebih memilukan dan bisa jadi istana Raja Suddhodana akan berubah jadi keributan. Tekad-Nya untuk mencari kebenaran akan digagalkan oleh ayah dan istri-Nya yang tidak setuju dengan rencana-Nya, sekalipun Ia telah mendiskusikannya terlebih dahulu.

Karena kepergian-Nya pada hari itulah, hari ini, lima ratus juta manusia mengikuti-Nya. Jika Ia tetap tinggal tanpa “melarikan diri”, hanya istri dan anak-Nya yang akan mengikuti-Nya. Akan tetapi, istri-Nya tidak menuduh-Nya menelantarkan ketika menyadari tujuan suaminya adalah meninggalkan keduniawian. Sebaliknya, ia justru ikut menanggalkan kehidupan mewahnya untuk menjalani hidup sederhana sebagai tanda penghormatan. Sebelumnya, saat Siddhattha membicarakan niatnya untuk meninggalkan keduniawian dengan istri-Nya, sang istri menyadari bahwa tidak ada jalan baginya untuk menghentikan niat sang suami. Ia kemudian meminta untuk mendapatkan anak dari-Nya. Itulah sebabnya Siddhattha memutuskan untuk pergi pada hari kelahiran anak-Nya.

Ia meninggalkan keduniawian bukan untuk diri sendiri atau kenyamanan-Nya, tetapi demi umat manusia yang menderita. Bagi-Nya, seluruh manusia adalah satu keluarga. Tindakan Pangeran Siddhattha meninggalkan keduniawian pada usia begitu dini merupakan langkah paling berani yang pernah ditempuh seorang manusia.

Ketakeleatan adalah salah satu faktor terpenting untuk pencapaian Kecerahan. Pencapaian Kecerahan adalah dengan jalan ketakeleatan. Sebagian besar masalah hidup disebabkan oleh kelekatan. Kita menjadi marah, cemas, tamak, dan mengeluh dengan getirnya. Semua penyebab ketidakbahagiaan, tekanan, dan kesedihan ini disebabkan oleh kelekatan. Jika kita menyelidiki masalah atau kecemasan apa pun yang kita miliki, penyebab utamanya selalu kelekatan. Jika Pangeran Siddhattha mengembangkan kelekatan pada istri, anak, kerajaan, dan kesenangan duniawi-Nya, Ia tidak akan pernah dapat menemukan “obat” untuk penderitaan manusia. Karena itu, Ia harus mengorbankan segalanya, termasuk kesenangan duniawi, untuk mendapatkan batin hening yang bebas dari gangguan apa pun, untuk menemukan kebenaran yang dapat menyembuhkan umat manusia dari penderitaan. Dengan mempertimbangkan hal ini, jika sang pangeran tidak pergi, manusia akan tetap terjebak dalam ketakutan, ketaktahuan, dan kesengsaraan, tanpa pemahaman sejati tentang kondisi kehidupan.

Di mata pangeran muda ini, seluruh dunia terbakar oleh nafsu, amarah, ketamakan, dan berbagai cecar batin lainnya yang menyalakan api nafsu kita. Ia melihat setiap dan semua makhluk di dunia ini, termasuk istri dan anak-Nya, menderita segala jenis penyakit fisik dan mental. Ia sangat teguh dalam mencari solusi untuk membasmi duka di antara manusia, sehingga Ia siap untuk mengorbankan segalanya.

Beginilah seorang penyair melukiskan tindakan sang pangeran yang melepas keduniawian:

*Bukanlah karena kebencian akan manisnya anak-anak;  
Bukanlah karena kebencian akan istri-Nya yang jelita;  
Bukanlah karena Ia kurang mencintai mereka;  
Namun karena sifat Kebuddhaan,  
Ia tinggalkan mereka semua.*

(Dwight Goddard)

## **Sifat Buddha**

### *Cahaya Dunia*

*Terpahamilah apa yang untuk dipahami;  
Terlatihlah apa yang untuk dilatih;  
Terkikislah apa yang untuk dikikis;  
Karena itu Brahmana, Saya adalah Buddha.*

(Sutta Nipāta)

*“Selama, Saudara, bulan dan matahari belum terbit di dunia, selama tidak ada pancaran cahaya besar menerangi. Ada kegelapan besar, kegelapan ketaktahuan. Malam tidak dapat dibedakan dari siang, bulan purnama tiada beda dengan bulan sabit, jua musim tiada beda satu dengan yang lain.”*

*“Tetapi, Saudara, jika bulan dan matahari terbit di dunia, maka pancaran cahaya besar menerangi. Tiada lagi kegelapan, kegelapan ketaktahuan. Adalah siang dan malam, bulan purnama dan bulan sabit, jua musim-musim dalam tahun.”*

*“Hanya demikian, Saudara, selama seorang Buddha, yang merupakan seorang ariya, Buddha Tertinggi, tidak bangkit, takkan ada pancaran*

*cahaya besar menerangi. Hanyalah kegelapan, kegelapan ketaktahuan. Tiada pembabaran, tiada ajaran, tiada petunjuk, tiada pegangan, tiada pengungkapan, tiada penelaahan, tiada penjelasan Empat Kebenaran Suciwan.”*

*“Empat apa? Kebenaran Suciwan Tentang Duka, Sumber Duka, Akhir Duka, dan Jalan Menuju Akhir Duka.”*

*“Di mana, Saudara, engkau berjuang keras untuk menyadari: ‘Ini adalah Duka; ini adalah Sumber Duka; ini adalah Akhir Duka; ini adalah Jalan Menuju Akhir Duka.’”*

Kata-kata di atas memberi kita gambaran yang jelas tentang nilai luhur munculnya sesosok Buddha di dunia. Buddha muncul pada masa di mana filosofi Barat dikembangkan oleh bangsa Yunani, dipimpin oleh Heraclites yang mengenalkan penafsiran baru pada agama dewa-dewa Olympus. Itu juga masa ketika Jeremiah membawa pesan baru bagi orang Yahudi di Babylon. Itu adalah masa ketika Pythagoras memperkenalkan doktrin reinkarnasi di Yunani. Itu adalah masa ketika Confucius membangun ajaran etika di China. Itu adalah masa ketika struktur sosial India keropos karena dominasi kaum brahmana, penyiksaan diri, perbedaan kasta, feodalisme yang korup, dan pelecehan perempuan. Pada masa itulah, Buddha, bunga paling semerbak dari ras manusia, muncul di tanah di mana para suci dan guru mencurahkan hidup demi pencarian kebenaran.

Buddha adalah orang besar yang memiliki pengaruh luar biasa terhadap orang lain bahkan selama masa hidup-Nya. Daya tarik pribadi-Nya, kewibawaan-Nya, dan kepercayaan diri-Nya, membuat-Nya seorang sukses yang tersohor. Sebagai guru,

Buddha mencerahkan banyak orang. Ia menarik kalangan atas dan bawah, kaya dan miskin, berpendidikan dan buta huruf, pria dan perempuan, perumah tangga dan petapa, yang mulia dan yang biasa. Ia pergi mencari orang jahat untuk dinasihati, sementara orang berbudi luhur datang mencari-Nya untuk belajar. Kepada semuanya, Ia memberikan hadiah kebenaran yang telah Ia temukan. Murid-murid-Nya adalah para raja dan tentara, pedagang dan jutawan, pengemis, pelacur, agamawan, penjahat, dan orang sesat. Jika orang berseteru, Ia mendamaikan mereka. Jika mereka sesat, Ia mencerahkan mereka. Jika mereka terbakar oleh amarah dan nafsu, Ia menyejukkan mereka dengan air kebenaran. Jika mereka tertekan dan sedih, Ia menyinari mereka dengan cinta tanpa batas dari kewelasan-Nya. Semua orang adalah satu di mata Buddha.

Ia adalah *Lokavidū*—”Yang Mengetahui Dunia”. Karena ia sendiri telah mengalami hidup penuh kemewahan, Ia sungguh mengetahui segala sifat ilusi dunia. Ia tahu bahwa dunia tidak bisa sepenuhnya membahagiakan manusia. Ia tahu tentang sifat kondisi duniawi. Ia menyadari kefanaan kehidupan duniawi. Ia tahu sia-sianya khayalan atau lamunan manusia akan dunia.

Ia tidak mengajarkan khayalan duniawi. Ia tidak berupaya mencetak ulang dunia. Melainkan, Ia mengajarkan Jalan yang dengannya seseorang dapat menaklukkan dunianya sendiri—dunia subyektif internal yang merupakan privasi setiap pribadi. Dalam bahasa sederhana, Ia memberi tahu kita bahwa seluruh dunia ada di dalam diri kita dan dunia dipelopori oleh pikiran dan bahwa pikiran itu harus dilatih dan dibersihkan dengan benar. Dunia materi eksternal bisa dikendalikan dan dihentikan dalam mencipta derita jika dunia dalam diri kita terkendali.

Ajaran-Nya pada dasarnya sederhana dan penuh arti: “Tidak melakukan segala keburukan, meningkatkan kebaikan, memurnikan batin sendiri, inilah ajaran para Buddha.” (*Dhammapada* 183)

Ia mengajar orang bagaimana membasmi ketaktahuan. Ia mendorong mereka untuk memelihara pikiran untuk berpikir secara bebas. Setiap kata dan tindakan-Nya selalu teruji, Ia membuktikan diri-Nya sebagai orang yang sangat unggul pada masa hidup-Nya. Ia menyerukan pentingnya pelayanan dan pencapaian. Ia menyarankan kita untuk memulai setiap hari seolah-olah hari itu adalah awal kehidupan. Kita tidak semestinya membuang waktu dan tenaga untuk mencari-cari awal kehidupan. Kita sebaiknya memenuhi tanggung jawab dan tugas sehari-hari, di sini dan saat ini juga, tanpa tergantung kepada orang lain untuk melakukannya bagi kita. Dengan kata lain, Buddha mengajarkan kita untuk mengandalkan diri sendiri.

Ia memberi umat manusia suatu penjelasan baru tentang semesta. Ia memberikan suatu visi baru tentang kebahagiaan abadi, pencapaian kesempurnaan dalam Kebuddhaan. Ia menunjukkan jalan menuju suatu keberadaan kekal yang melampaui segala ketaktetapan, jalan menuju *Nibbāna*, keterbebasan akhir dari duka kehidupan.

Masa kehidupan-Nya sudah lebih dari 2.500 tahun yang lampau. Namun, bahkan sampai hari ini guru besar ini dihormati tidak hanya oleh orang yang berpikiran religius, tetapi juga oleh kaum ateis, sejarawan, rasionalis, cendekiawan, pemikir bebas, ilmuwan, dan ahli psikologi di seluruh dunia yang mengakui-Nya sebagai

Yang Tercerahkan, guru yang paling berpikiran liberal dan penuh kewelasan.

*”Sukho Buddhānam uppādo.”*

Munculnya para Buddha itu membahagiakan.

*(Dhammapada 194)*

## **Apakah Buddha Adalah Titisan Tuhan?**

*Buddha tidak pernah menyatakan bahwa Ia adalah anak Tuhan atau pembawa pesan dari Tuhan mana pun.*

Buddha adalah manusia unik yang telah menembusi Kecerahan atas upaya sendiri. Ia tidak memiliki seorang pun yang dapat dianggap sebagai guru-Nya. Melalui upaya-Nya sendiri, Ia menyempurnakan Sepuluh *Pāramī*—kualitas tertinggi kedermawanan, kesusilaan, ketaklekatan, kebijaksanaan, daya, kesabaran, kejujuran, keteguhan, cinta kasih, dan ketenangseimbangan. Melalui pemurnian batin-Nya, Ia membuka pintu ke segala pengetahuan. Ia mengetahui semua hal yang untuk diketahui, melatih semua hal yang untuk dilatih, dan menghancurkan semua hal yang untuk dihancurkan. Memang, sulit untuk membandingkan guru agama lain dengan-Nya dalam hal pengembangan batin, kemurnian batin, dan kebijaksanaan tertinggi.

Ia sangat istimewa dan pesan-Nya sangat menggemparkan, sehingga banyak orang bertanya kepada-Nya: “Dia itu apa?” (bukannya “Dia itu siapa?”). Pertanyaan “Dia itu siapa?” akan berkenaan dengan nama, asal, keturunan, dan lain-lain, sedangkan “Dia itu apa?” mengacu pada jenis makhluk asal-Nya. Ia sangat

“ilahi” dan mengilhami, bahkan pada masa hidup-Nya, banyak upaya untuk merujuk-Nya sebagai sesosok dewa atau titisan dewa. Ia tidak pernah setuju untuk dianggap demikian. Dalam *Aṅguttara Nikāya*, Ia berkata: “Saya bukanlah dewa ataupun makhluk halus lainnya, juga bukan manusia pada umumnya. Ketahuilah, saya adalah Buddha, Yang Sadar.” Setelah Kecerahan, Buddha tidak lagi bisa digolongkan bahkan sebagai seorang *manussa* atau orang biasa. Ia tergolong wangsa Buddha, suatu kelas khusus dari makhluk-makhluk tercerahkan, yang semuanya adalah para Buddha.

Para Buddha muncul di dunia ini dari waktu ke waktu. Tetapi sebagian orang memiliki gagasan yang keliru bahwa itu adalah Buddha yang sama yang menitis atau muncul di dunia berkali-kali. Sebenarnya mereka bukan makhluk yang sama, karena jika demikian, berarti tidak ada tempat bagi orang lain untuk merealisasi Kebuddhaan. Umat Buddha yakin bahwa semua orang dapat menjadi Buddha jika mengembangkan sifat-sifat menuju kesempurnaan dan mampu menyingkirkan ketaktahuan secara tuntas melalui upaya sendiri. Setelah Kecerahan, tentu saja semua Buddha sama dalam pencapaian dan pengalaman-Nya akan *Nibbāna*.

Di India, pengikut kelompok agama ortodoks mencoba mengecam Buddha karena ajaran-Nya yang liberal dan rasional merombak masyarakat India pada masa itu. Banyak orang menganggap-Nya sebagai musuh karena ajaran-Nya bertentangan dengan tradisi agama kuno mereka; namun banyak kaum cendekiawan dan masyarakat dari berbagai kalangan sosial berangsur mengikuti dan menerima ajaran-Nya. Ketika mereka gagal dalam upaya mengalahkan-Nya, beberapa memakai strategi sebaliknya dengan mengenalkan Ia sebagai reinkarnasi dari salah satu dewa mereka.



Dengan jalan ini mereka dapat menyerap ajaran Buddha ke dalam agama mereka. Dalam satu hal, strategi ini berhasil di India, karena hal ini dalam abad demi abad telah mengakibatkan perpecahan dan tumbangny ajaran Buddha dari tanah asalnya.

Bahkan hari ini ada kelompok agamis tertentu yang mencoba untuk menyerap Buddha ke dalam kepercayaannya sebagai suatu cara untuk mengajak umat Buddha pindah ke agama mereka. Dasar mereka melakukan hal itu adalah dengan menyatakan bahwa Buddha sendiri telah menubuatkan bahwa Buddha lain akan muncul di dunia ini, dan bahwa Buddha yang terakhir bahkan akan lebih populer. Sebuah kelompok bahkan menyatakan bahwa guru religius yang hidup 600 tahun setelah Buddha Gotama adalah Buddha yang terakhir. Kelompok lain berkata bahwa Buddha berikutnya telah datang di Jepang pada abad ke-13. Kelompok lain percaya bahwa pendiri mereka datang dari rantai guru-guru besar (seperti Gotama dan Yesus). Kelompok-kelompok ini menyarankan umat Buddha untuk melepas Buddha mereka yang “lama” dan mengikuti Buddha yang “baru”. Di satu sisi, adalah baik mereka memberi Buddha status yang sama seperti guru-guru agama mereka sendiri, di sisi lain, kami merasa bahwa usaha-usaha untuk menyerap umat Buddha ke dalam kepercayaan lain dengan menyalah-gambarkan kebenaran adalah hal yang sangat buruk.

Mereka yang menyatakan bahwa Buddha baru telah datang jelas-jelas salah menggambarkan apa yang telah dinyatakan Buddha. Walaupun Buddha meramalkan kedatangan Buddha berikutnya, Ia menyebutkan beberapa kondisi yang harus terpenuhi sebelum hal ini dimungkinkan. Buddha berikutnya tidak akan muncul selama ajaran Buddha saat ini masih ada. Buddha mendatang akan muncul hanya jika Empat Kebenaran Suciwan dan Jalan Delapan

Faktor Suciwan telah tak dikenali orang sama sekali. Orang-orang yang hidup jadi harus dipandu dengan benar untuk memahami kebenaran yang sama dengan yang diajarkan Buddha sebelumnya. Kita masih hidup di dalam ajaran Buddha Gotama. Sekalipun tindakan moral masyarakat, dengan sangat sedikit perkecualian, telah menyimpang, Buddha mendatang hanya akan muncul setelah periode yang tak terhitung, bilamana jalan menuju *Nibbāna* telah benar-benar lenyap dari umat manusia dan ketika orang telah siap untuk menerima Buddha yang baru.

Sebagian orang telah mulai mendirikan arca Buddha masa depan dan mulai memuja dan berdoa hanya karena kepercayaan terhadap itu. Mereka membentuk citra dan ciri Buddha tersebut berdasarkan imajinasi mereka sendiri.

## **Pelayanan Buddha**

*Buddha lahir untuk menghalau kegelapan ketaktahuan dan menunjukkan kepada dunia cara terbebas dari duka.*

Buddha adalah perwujudan dari semua kebajikan yang diajarkan-Nya. Selama 45 tahun pengajaran-Nya yang sukses, Ia menerjemahkan semua ucapan-Nya dalam perbuatan. Tidak pernah Ia menampakkan kelemahan manusia atau nafsu apa pun. Kode moral Buddha adalah yang paling sempurna yang pernah dikenal dunia.

Selama lebih dari 25 abad, jutaan orang telah menemukan inspirasi dan penghiburan dalam ajaran-Nya. Kebesaran-Nya tetap bersinar hari ini bak mentari yang melebihi sumber cahaya yang lebih

kecil. Ajaran-Nya masih memberi petunjuk bagi pengembara yang mencari keamanan dan kedamaian *Nibbāna*. Tidak ada orang lain yang telah mengorbankan begitu banyak kenyamanan duniawinya demi umat manusia yang menderita.

Buddha adalah pemimpin agama pertama dalam sejarah manusia yang menegur pengorbanan hewan untuk alasan apa pun dan menganjurkan orang untuk tidak menyakiti makhluk apa pun.

Bagi Buddha, agama bukanlah suatu perjanjian kontrak antara suatu makhluk surgawi dengan manusia, melainkan suatu jalan menuju Kecerahan. Ia tidak menginginkan pengikut dengan iman membuta; Ia menginginkan pengikut yang dapat berpikir dengan bebas dan bijaksana serta berjuang demi keselamatan mereka sendiri.

Seluruh umat manusia telah teranugerahi dengan keberadaannya. Tidak pernah ada kejadian di mana Buddha mengekspresikan ketakramahan terhadap satu orang pun, bahkan tidak juga terhadap lawan-Nya dan musuh terburuk-Nya. Ada beberapa yang berprasangka buruk, menentang, dan mencoba membunuh-Nya; tetapi Buddha tidak pernah memperlakukan mereka sebagai musuh. Buddha pernah berkata, “Laksana gajah dalam perang menahan anak panah yang diletakkan dari busur, Saya akan menahan kecaman.” (*Dhammapada* 320)

Sepanjang tahun-tahun sejarah, tak seorang pun yang tercatat telah mengabdikan diri sendiri demi kesejahteraan semua makhluk seperti halnya Buddha. Semenjak Kecerahan sampai akhir hayat-Nya, Ia berjuang tanpa lelah untuk menjunjung manusia. Ia hanya tidur satu-dua jam sehari. Walaupun 25 abad telah berlalu

sejak wafatnya guru besar ini, pesan-Nya tentang kewelasan dan kebijaksanaan tetap ada secara murni. Pesan ini tetap secara meyakinkan memengaruhi nasib umat manusia. Ia adalah Yang Mahawelas, yang menyinari dunia dengan kebaikan kasih.

Setelah merealisasi *Nibbāna*, Buddha meninggalkan pesan yang tetap ada bersama kita. Hari ini kita menghadapi ancaman buruk terhadap kedamaian dunia. Tidak ada masa dalam sejarah dunia yang mana pesan-Nya lebih dibutuhkan seperti saat ini.

Buddha lahir untuk menghalau kegelapan ketaktahuan dan menunjukkan kepada dunia bagaimana mengusir penderitaan dan penyakit, pelapukan dan kematian, serta segala kekhawatiran dan kesengsaraan makhluk hidup.

Menurut beberapa kepercayaan lain, suatu dewa tertentu akan muncul di dunia ini dari waktu ke waktu untuk menghancurkan orang jahat dan melindungi orang baik. Buddha tidak muncul di dunia ini untuk menghancurkan orang jahat, tetapi untuk menunjukkan kepada mereka jalan yang benar.

Dalam sejarah dunia, pernahkah kita mendengar tentang guru agama mana pun yang sangat dipenuhi kewelasan dan cinta kasih bagi penderitaan manusia seperti halnya Buddha? Pada masa yang hampir sama dengan Buddha kita mendengar tentang beberapa orang bijak di Yunani: Socrates, Plato, Aristoteles, dan banyak lainnya, tetapi mereka hanyalah filsuf, pemikir hebat, dan pencari fakta; mereka kurang memiliki inspirasi cinta kasih terhadap penderitaan orang.

Cara Buddha menyelamatkan manusia adalah dengan mengajar

manusia cara menemukan keterbebasan mutlak dari penderitaan fisik dan mental. Ia tidak tertarik dengan meredakan sedikit kasus tekanan mental atau fisik. Ia lebih memerhatikan pengungkapan Jalan yang dapat diikuti semua orang.

Mari kita mengambil semua filsuf besar, psikolog, pemikir, ilmuwan, rasionalis, pekerja sosial, pembaharu, dan guru-guru religius lainnya dan membandingkan—tanpa prasangka apa pun—kebesaran, kebajikan, pelayanan, dan kebijaksanaan mereka dengan kebajikan, kasih, dan Kecerahan Buddha. Tidak sulit untuk melihat di mana Buddha berada di antara para orang besar itu.

## **Bukti Sejarah Buddha**

Buddha adalah penakluk dunia terbesar. Ajaran-Nya menyinari jalan bagi manusia untuk menyeberang dari dunia kegelapan, kebencian, dan penderitaan menuju suatu dunia terang baru, cinta, dan kebahagiaan.

Buddha Gotama bukanlah sosok mitos, pribadi historis yang mengenalkan agama yang saat ini dikenal sebagai ajaran Buddha. Bukti-bukti untuk membuktikan keberadaan guru agama besar ini ditemukan pada fakta-fakta berikut ini.

Kesaksian mereka yang mengenal-Nya secara pribadi direkam pada prasasti batu, pilar, dan pagoda yang dibuat untuk menghormati-Nya. Kesaksian dan monumen untuk mengenang-Nya ini dibuat oleh raja-raja dan orang lain yang cukup dekat dengan masa hidup-Nya untuk membuktikan kebenaran cerita hidup-Nya. Telah ditemukan juga tempat-tempat dan sisa-sisa bangunan yang

disebutkan dalam cerita pada masa hidup Buddha.

Keberadaan *Saṅgha*, persamuan suci yang didirikan-Nya, tidak terputus sampai saat ini. *Saṅgha* merupakan fakta dan ajaran-Nya yang telah diteruskan dari generasi ke generasi di berbagai penjuru dunia.

Ada fakta bahwa pada tahun kemangkatan-Nya dan pada berbagai waktu berikutnya, sidang dan musyawarah *Saṅgha* diselenggarakan untuk membuktikan ajaran nyata sang pendiri. Ajaran yang telah diuji ulang ini telah diturunkan dari guru ke murid sejak masa hidup-Nya hingga saat ini.

Setelah wafat, tubuh-Nya dikremasi, dan relik-Nya dibagikan kepada delapan kerajaan. Setiap raja membangun pagoda untuk menyimpan bagian relik-Nya. Bagian yang diberikan kepada Raja Ajātasattu disemayamkan dalam sebuah pagoda di Rājagaha. Tak sampai dua abad kemudian, Kaisar Asoka mengambil relik itu dan membagikannya ke seluruh kerajaannya. Prasasti yang diabadikan di satu dan lain pagoda mengkonfirmasi bahwa itu adalah relik Buddha Gotama. Beberapa relik yang tak terjamah oleh Kaisar Asoka, ditemukan beberapa abad yang lalu, beserta prasasti yang membuktikan keabsahannya.

*Mahāvamsa*, bukti sejarah kuno yang otentik dan terbaik yang kita ketahui, merincikan kehidupan Kaisar Asoka dan penguasa lainnya yang berhubungan dengan sejarah Buddhis. Sejarah India juga memberikan tempat tersendiri bagi kehidupan Buddha, kegiatan, serta tradisi dan kebiasaan umat Buddha.

Catatan yang ditemukan di negara-negara Buddhis di mana orang

mengenal ajaran Buddha beberapa abad setelah Buddha wafat, seperti Sri Lanka, Myanmar, China, Tibet, Nepal, Korea, Mongolia, Jepang, Thailand, Vietnam, Kamboja, dan Laos, menunjukkan bukti yang tak terputus akan sejarah, budaya, agama, sastra, dan tradisi bahwa ada seorang guru agama di India yang dikenal sebagai Buddha Gotama. Banyak dari catatan ini terpisah-pisah jauh di pelbagai tempat dan kurun waktu, tetapi semuanya menyatakan hal yang persis sama tentang Buddha—hal ini membuktikan bahwa mereka tidak mungkin mengarang sendiri cerita-cerita ini.

Tipiṭaka, catatan tak terputus dari 45 tahun ajaran-Nya, lebih dari cukup untuk membuktikan bahwa Buddha benar-benar hidup di dunia karena tidak ada pemimpin agama lain yang pernah mengatakan hal seperti yang diajarkan Buddha.

Keakuratan dan keabsahan naskah-naskah Buddhis didukung oleh fakta bahwa mereka memberikan informasi bagi sejarawan untuk menulis sejarah India selama abad ke-5 dan ke-6 SM. Teks-teks tersebut, yang mewakili catatan tertulis paling awal yang terpercaya di India, secara kuat melukiskan pandangan tentang lingkungan dan kondisi sosio-ekonomi, budaya, dan politik semasa hidup Buddha dan juga orang-orang pada masa-Nya, seperti Raja Bimbisāra.

Nama-nama tempat kejadian penting pada masa Buddha dan yang tercatat dalam prasasti tetap ada saat ini dengan sedikit modifikasi dalam ejaan dan pengucapan. Contohnya adalah Buddha Gaya—Bodhagaya, Bārāṇasī—Varanasi, Kusinārā—Kusinagar, Rājagaha—Rajgir, Lumbinī—Rummindei, Sāvattihī—Sravasti, Vihāra—Bihar, dan sebagainya.

## Keselamatan Melalui Kearahattaan

*Merealisasi Nibbāna melalui Kearahattaan tidaklah berarti mementingkan diri sendiri.*

Umat Buddha tradisi tertentu berkeyakinan bahwa mencari keselamatan dengan menjadi seorang *Arahā* merupakan motif yang egois; semua orang, kata mereka, harus mencoba untuk menjadi seorang Buddha untuk menyelamatkan orang lain. Kepercayaan semacam ini tidak memiliki dasar sama sekali dalam ajaran Buddha. Buddha tidak pernah menyebutkan bahwa Ia ingin menyelamatkan semua makhluk di seluruh semesta. Ia menawarkan bantuan-Nya hanya untuk mereka yang matang secara spiritual dan berkeinginan menerima cara hidup mulia-Nya.

*Terbukalah pintu-pintu menuju Tanpa-Kematian  
bagi mereka yang dengan pendengaran.  
Biarlah mereka menunjukkan keyakinan mereka ....  
Untuk memutar Roda Dhamma,  
Saya pergi ke Kota Kāsī.  
Di dunia yang jadi buta ini,  
Saya menabuh gendrang Tanpa-Kematian.*

*(Ariya Pariyesanā Sutta, Majjhima Nikāya)*

Dalam ajaran asli Buddha, tidak ada hal seperti “menyelamatkan orang lain”. Menurut metode yang diperkenalkan oleh Buddha, setiap dan semua orang harus berusaha untuk melatih dan memurnikan dirinya sendiri untuk mencapai keselamatannya sendiri dengan mengikuti panduan yang diberikan Buddha. Kita sebaiknya tidak melupakan wejangan Buddha ini: “Oleh kalian sendiri upaya mesti dilakukan, para Tathāgata hanyalah menunjukkan.” (*Dhammapada* 276)



Kepercayaan bahwa semua orang harus berjuang untuk menjadi Buddha guna mencapai keselamatan tidak ditemukan dalam ajaran asli Buddha. Kepercayaan ini hanya ibarat meminta setiap orang untuk menjadi dokter guna menyembuhkan orang lain dan dirinya sendiri dari penyakit. Nasihat ini paling tidak praktis. Jika orang ingin menyembuhkan penyakitnya, mereka bisa mendapat nasihat medis dari seorang dokter yang berkualitas. Hal ini dapat mereka lakukan tanpa menunggu sampai semua orang menjadi dokter, sebelum menyembuhkan dirinya sendiri. Tidak ada juga perlunya semua orang untuk menjadi dokter.

Tentu saja mereka yang ingin menjadi dokter dapat berbuat demikian. Namun mereka harus memiliki kepandaian, keberanian, dan cara untuk mempelajari penyembuhan. Seperti halnya tidak wajib bagi semua orang untuk menjadi Buddha guna menemukan keselamatannya. Mereka yang ingin menjadi Buddha boleh berbuat demikian. Akan tetapi, mereka memerlukan keberanian dan pengetahuan untuk mengorbankan kenyamanan mereka dan menjalani berbagai jenis upaya untuk merealisasi Kebuddhaan. Bahkan jika kita tidak siap untuk merealisasi Kebuddhaan, kita harus bertujuan menjadi orang yang sempurna, yang disebut *Arahā*. Untuk merealisasi Kearahattaan, kita harus mengenyahkan semua ketamakan dan sifat mementingkan diri sendiri saja. Hal ini berarti bahwa sementara berhubungan dengan orang lain, seorang *Arahā* akan bertindak dengan kasih dan mencoba menginspirasi orang lain untuk menapaki jalan keterbebasan. *Arahā* adalah bukti hidup dari hasil baik yang dicapai seseorang yang mengikuti metode yang diajarkan Buddha. Pencapaian *Nibbāna* tidak dimungkinkan jika seseorang bertindak dengan motif mementingkan diri sendiri saja. Karena itu, tidaklah berdasar mengatakan bahwa berjuang menjadi *Arahā* adalah tindakan yang egois.

Kebuddhaan tak terbantahkan lagi merupakan yang terbaik dan termulia dari seluruh ketiga kondisi ideal (menjadi Buddha Tertinggi, Buddha Diam, dan *Arahā*), tetapi tidak semua orang mampu merealisasi kondisi ideal tertinggi ini. Tentu saja semua ilmuwan tidak dapat menjadi Einstein atau Newton; harus ada tempat untuk ilmuwan yang lebih rendah yang meskipun demikian tetap membantu dunia sesuai kemampuan mereka.

*Arahā* juga memabarkan Dhamma yang diajarkan Buddha bagi manfaat orang lain untuk menemukan keselamatan mereka sendiri dengan mengikuti nasihat yang diberikan oleh para *Arahanta* ini.

Bukan hanya para *Arahanta* yang memabarkan Dhamma yang diajarkan Buddha, beberapa siswa lain juga memabarkan Dhamma dari waktu ke waktu. Salah satu Siswa Utama Buddha, Sāriputta, menembusi *Sotāpanna*, kesucian pertama, setelah mendengarkan satu kata Buddha dari Bhikkhu Assaji—siswa termuda dari lima siswa pertama Buddha, dan kemudian merealisasi *Arahatta* dengan mengikuti Buddha. Kaisar Asoka yang memperkenalkan ajaran Buddha di berbagai bagian dunia menjadi seorang umat Buddha setelah mendengarkan Dhamma dari bhikkhu muda bernama Nigrodha.

## Siapakah Bodhisatta Itu?

*Bodhisatta adalah makhluk yang bertekun untuk merealisasi Kecerahan.*

Sebagai “makhluk welas asih”, seorang *Bodhisatta* bertekad untuk merealisasi Kebuddhaan dan menjadi sesosok Buddha masa depan, melalui pelatihan batinnya.

Untuk merealisasi Kecerahan tertinggi, seseorang melatih kebajikan transendental (*Pāramī*) menuju kesempurnaan. Kebajikan-kebajikan itu adalah kedermawanan, kesusilaan, ketaklekatan, kebijaksanaan, daya, kesabaran, kejujuran, keteguhan, cinta kasih, dan ketenangseimbangan. Ia melatih *Pāramī* ini dengan kewelasan dan kebijaksanaan, tanpa tergoyahkan oleh niat mementingkan diri atau kesombongan diri. Ia bekerja demi kesejahteraan dan kebahagiaan semua makhluk, berjuang untuk mengurangi penderitaan makhluk lain melalui rangkaian kehidupan yang tak terhitung. Dalam perjalanan menuju kesempurnaan, Ia siap untuk mengembangkan kebajikan-kebajikan ini, sekalipun kadang Ia harus membayar dengan hidup-Nya sendiri.

Dalam naskah Pāḷi, julukan “*Bodhisatta*” diberikan kepada Pangeran Siddhattha sebelum Kecerahan-Nya dan kepada kehidupan-Nya yang terdahulu. Buddha sendiri menggunakan istilah ini saat berbicara tentang kehidupan-Nya sebelum Kecerahan. Menurut naskah Pāḷi, tidak disebutkan bahwa Kebuddhaan sebagai satu-satunya cara untuk merealisasi tujuan akhir *Nibbāna*. Selama masa hidup Buddha, sangat jarang ada murid yang mengurungkan kesempatan merealisasi kesucian dan malah menyatakan Kebodhisattaan sebagai cita-citanya. Namun demikian, ada beberapa catatan mengenai beberapa pengikut Buddha yang bercita-cita menjadi *Bodhisatta* untuk merealisasi Kebuddhaan.

Dalam tradisi Mahāyāna, pemujaan *Bodhisatta*, bagaimanapun memegang peranan penting. Pandangan Mahāyāna menganggap *Bodhisatta* sebagai suatu makhluk yang telah membawa dirinya sendiri ke tepi *Nibbāna* dan secara sukarela menunda pencapaiannya agar dapat kembali ke dunia untuk membuat hal itu juga dapat dicapai oleh orang lain. Ia sengaja memilih untuk

menunda keterbebasannya dari *samsāra* untuk menunjukkan jalan bagi orang lain untuk merealisasi *Nibbāna*.

Meskipun umat Buddha tradisi Theravāda menghormati *Bodhisatta*, mereka tidak menganggap *Bodhisatta* sebagai makhluk dalam posisi untuk mencerahkan atau menyelamatkan orang lain sebelum Kecerahan mereka sendiri. *Bodhisatta*, oleh karenanya, bukan dianggap sebagai penyelamat spiritual. Untuk memperoleh keselamatan akhir mereka, semua makhluk harus mengikuti metode yang dirumuskan oleh Buddha dan mengikuti teladan yang diberikan-Nya. Mereka juga harus membasmi sendiri kotoran batin mereka dan mengembangkan semua kebajikan besar. Tidak seorang pun dapat memberi mereka keselamatan.

Umat Buddha aliran Theravāda tidak menganut kepercayaan bahwa untuk merealisasi *Nibbāna*, semua orang harus berjuang untuk menjadi Buddha. Akan tetapi, kata *Bodhi* digunakan untuk merujuk sifat seorang Buddha, Pacceka Buddha, dan *Arahā* dalam ungkapan seperti *Sammā Sam Bodhi*, *Pacceka Bodhi*, dan *Sāvaka Bodhi*. Sebagai tambahan, banyak para Buddha yang disebutkan di tradisi Mahāyāna bukanlah Buddha dalam sejarah, dan karena itu tidak mendapat banyak perhatian dari umat Buddha Theravāda. Gagasan bahwa Buddha dan *Bodhisatta* tertentu menunggu di *Sukhāvāti* (Tanah Suci) bagi mereka yang berdoa untuknya adalah gagasan yang cukup asing bagi dasar ajaran Buddha. *Bodhisatta* tertentu dikatakan secara sukarela tetap tinggal di *Sukhāvāti*, menunda pencapaian Kecerahan mereka sendiri sampai semua makhluk terselamatkan. Karena begitu luasnya semesta dan tak terhingganya jumlah makhluk yang diperbudak oleh ketaktahuan dan nafsu, hal ini jelas-jelas merupakan tugas yang tidak mungkin, karena tidak akan ada akhir dari jumlah makhluk dalam semesta.

Haruskah *Bodhisatta* seorang umat Buddha? Kita dapat menemukan di antara umat Buddha beberapa *Bodhisatta* yang penuh kasih dan mengorbankan diri. Kadang mereka bahkan tidak menyadari cita-cita agung mereka, tetapi mereka secara naluriah bekerja keras untuk melayani orang lain dan melatih sifat-sifat murni mereka. Meskipun demikian, *Bodhisatta* tidak hanya ditemukan di antara umat Buddha, tetapi juga di antara umat beragama lainnya. Cerita *Jātaka*, yang berkenaan dengan cerita kelahiran lampau Buddha, menggambarkan keluarga dan bentuk-bentuk kehidupan yang dijalani oleh *Bodhisatta*. Kadang Ia terlahir sebagai hewan. Sukar dipercaya bahwa Ia dilahirkan di keluarga beragama Buddha di setiap dan seluruh kehidupan-Nya. Tetapi tak peduli dalam bentuk apa atau di keluarga mana Ia dilahirkan, Ia senantiasa berjuang keras untuk mengembangkan kebajikan tertentu. Cita-cita-Nya untuk merealisasi kesempurnaan dari satu kehidupan ke kehidupan lainnya sampai kelahiran-Nya yang terakhir saat Ia menjelma sebagai seorang Buddha, merupakan sifat yang dengan jelas membedakan seorang *Bodhisatta* dari makhluk lainnya. Hal yang penting di sini bukanlah label “*Bodhisatta*”, tetapi nilai kebajikan besar bagi semua orang.

Kepercayaan sebagian orang bahwa *Bodhisatta* berada di sistem dunia tertentu sebagai sejenis makhluk surgawi tidaklah konsisten dengan ajaran Buddha. *Bodhisatta* ada di bagian dunia mana pun dengan mengembangkan kebajikan besar dan ajaran untuk merealisasi Kecerahan. Mereka umumnya berbuat demikian sebagai manusia.

## Pencapaian Kebuddhaan

*Pencapaian Kebuddhaan adalah tugas tersulit yang bisa seseorang capai dalam hidup.*

Kebuddhaan bukan hanya diperuntukkan bagi orang terpilih atau untuk makhluk adialami. Setiap orang dapat menjadi Buddha. Ini adalah hal yang unik karena tidak ada pendiri agama lain mana pun yang pernah berkata bahwa pengikutnya bisa memiliki kesempatan atau potensi untuk mencapai posisi yang sama seperti pendirinya.

Akan tetapi, merealisasi Kebuddhaan adalah tugas tersulit yang dapat seseorang capai di dunia ini. Seseorang harus bekerja keras dengan mengorbankan kesenangan duniawinya. Seseorang harus mengembangkan dan memurnikan batinnya dari semua pikiran buruk untuk merealisasi Kecerahannya. Akan memerlukan kelahiran yang tak terhitung bagi seseorang untuk memurnikan dirinya dan untuk mengembangkan batinnya guna menjadi seorang Buddha. Usaha keras dalam masa yang panjang diperlukan untuk menyempurnakan kualifikasi pelatihan diri ini. Kursus pelatihan diri dengan Kebuddhaan sebagai puncaknya, meliputi disiplin diri, penahanan diri, usaha yang luar biasa, keteguhan tangguh, dan kemauan untuk menjalani berbagai penderitaan demi makhluk lain di dunia.

Hal ini jelas menunjukkan bahwa Buddha tidak merealisasi Kecerahan tertinggi dengan hanya berdoa, memuja, atau membuat persembahan bagi makhluk adialami tertentu. Ia merealisasi Kebuddhaan dengan pemurnian batin-Nya. Ia merealisasi Kecerahan tertinggi tanpa pengaruh kekuatan eksternal dan

adialami, tetapi dengan mengembangkan wawasan-Nya sendiri. Jadi hanya orang yang memiliki keteguhan mantap dan keberanian untuk mengatasi semua rintangan, kelemahan, dan nafsu mementingkan diri sendiri, yang dapat merealisasi Kebuddhaan.

Pangeran Siddhattha tidak merealisasi Kebuddhaan dalam semalam hanya dengan duduk di bawah pohon Bodhi. Tidak ada makhluk adialami yang muncul atau mengungkapkan apa pun dengan membisikkan ke telinga-Nya sementara Ia sedang bersemadi mendalam di bawah pohon Bodhi. Di balik Kecerahan tertinggi-Nya, ada suatu sejarah panjang dari kelahiran-kelahiran sebelumnya. Banyak cerita *Jātaka* memberitahu kita bagaimana Ia bekerja keras dengan mengorbankan hidup-Nya dalam banyak kelahiran sebelumnya untuk merealisasi Kebuddhaan. Tak seorang pun dapat merealisasi Kebuddhaan tanpa menekuni banyak kehidupan dengan melatih Sepuluh Kesempurnaan atau *Pāramī*. Panjangnya periode waktu yang diperlukan untuk mengembangkan Sepuluh Kesempurnaan ini menjelaskan mengapa seorang Buddha Tertinggi hanya muncul dalam kurun waktu yang sangat lama.

Karena itu, nasihat Buddha kepada pengikut-Nya adalah: untuk mencapai keselamatan, tidaklah perlu bagi setiap dan semua makhluk untuk menunggu sampai ia merealisasi Kebuddhaan. Keselamatan dapat tercapai dengan menjadi Pacceka Buddha (Buddha Diam) atau *Arahā* (Yang Sempurna). Pacceka Buddha muncul di dunia ini pada masa di mana tidak ada Buddha Tertinggi. Mereka juga Tercerahkan. Walaupun tingkat kesempurnaan mereka tidak sama dengan Buddha Tertinggi, mereka mengalami kebahagiaan *Nibbāna* yang sama. Tidak seperti Buddha Tertinggi, mereka tidak membabarkan ajaran. Mereka menjalani hidup sendirian.

*Arahā* juga dapat mengalami kebahagiaan *Nibbāna* yang sama seperti yang dialami para Buddha. Tidak ada diskriminasi atau status dalam keadaan *Nibbāna*. Satu-satunya perbedaan hanyalah bahwa para *Arahā* tidak memiliki Kecerahan tertinggi untuk mampu mengajarkan Kecerahan kepada orang lain dengan cara yang sama seperti para Buddha. *Arahā* telah mengatasi semua nafsu dan kelemahan manusiawi lainnya. Mereka dapat menghargai Dhamma yang ditemukan dan diajarkan oleh Buddha.

“*Kiccho Buddhanam uppādo.*”

Munculnya para Buddha itu sulit.

(*Dhammapada 182*)

## **Tikāya—Tiga Tubuh Buddha**

*Ketiga tubuh Buddha terdiri dari Dhammakāya (tubuh kebenaran), Sambhogakāya (tubuh kegembiraan), dan Nimmānakāya (tubuh penjelmaan).*

Dalam filosofi Mahāyāna, kepribadian Buddha dilukiskan secara rumit. Menurut filosofi ini, para Buddha memiliki tiga tubuh (*tikāya*), atau tiga aspek kepribadian: *Dhammakāya*, *Sambhogakāya*, dan *Nimmānakāya*.

Setelah seorang Buddha merealisasi Kecerahan, Ia adalah penjelmaan hidup dari kebijaksanaan, kewelasan, kebahagiaan, dan keterbebasan. Dua ribu lima ratus tahun yang lalu, ada satu Buddha dalam tradisi umat Buddha. Ia adalah Buddha Sakyamuni (Buddha Historis). Bagaimanapun, bahkan semasa hidup-Nya, Ia membedakan antara diri-Nya sendiri sebagai individu yang



tercerahkan, punya sejarah, di satu sisi, dan diri-Nya sebagai penjelmaan kebenaran, di sisi lain. Kepribadian yang tercerahkan dikenal sebagai *Rūpakāya* (tubuh bentuk) atau *Nimmānakāya* (tubuh penjelmaan). Ini adalah tubuh fisik Buddha yang terlahir sebagai Siddhattha Gotama di antara manusia, merealisasi *Nibbāna*, memabarkan Dhamma, dan merealisasi *Parinibbāna*. Tubuh penjelmaan atau tubuh bentuk dari para Buddha sangat banyak dan berbeda satu dengan lainnya. Di lain pihak, prinsip Kecerahan yang menjelma dalam diri-Nya dikenal sebagai *Dhammakāya* atau tubuh kebenaran. Ini adalah inti Kebuddhaan dan tidak tergantung dari orang yang menyadarinya. Dhamma dalam hal ini berarti “Kebenaran Mutlak Universal” dan tidak mengacu pada ajaran verbal yang tercatat dalam naskah. Ajaran Buddha juga berasal dari “inti” atau “kebenaran” ini. Jadi Buddha yang hakiki dan sejati adalah kebenaran atau prinsip Kecerahan. Gagasan ini dengan jelas termaktub dalam teks Pāḷi asli dari Theravāda. Buddha memberi tahu Vāseṭṭha bahwa Tathāgata (Buddha) adalah *Dhammakāya*, “tubuh kebenaran” atau “penjelmaan kebenaran”, demikian pula *Dhammabhūta*, “menjadi kebenaran”, yaitu “orang yang telah menjadi kebenaran” (*Dīgha Nikāya*). Pada peristiwa lain, Buddha memberi tahu Vakkali, “Ia yang melihat Dhamma melihat Tathāgata; ia yang melihat Tathāgata melihat Dhamma (*Samyutta Nikāya*). Hal ini mengatakan bahwa Buddha setara dengan kebenaran dan semua Buddha adalah satu dan sama, tidak berbeda satu dengan lainnya dalam *Dhammakāya*, karena kebenaran adalah satu.

Pada masa hidup Buddha, *Nimmānakāya* dan *Dhammakāya* menjadi satu di dalam diri-Nya. Namun demikian, setelah *Parinibbāna*-Nya, perbedaan itu menjadi lebih ditonjolkan, khususnya dalam filosofi Mahāyāna. Tubuh penjelmaan-Nya mati dan diabadikan dalam

bentuk relik di dalam stupa-stupa; tubuh Dhamma-Nya tetap ada selamanya.

Pada kemudian hari filosofi Mahāyāna mengembangkan *Sambhogakāya*, tubuh kegembiraan. *Sambhogakāya* dapat dianggap sebagai tubuh atau aspek yang mana Buddha menikmati diri-Nya dalam Dhamma, dalam mengajarkan kebenaran, dalam membimbing orang lain menuju penyadaran kebenaran, dan dalam menikmati pertemanan orang baik dan mulia. Hal ini adalah sukacita spiritual, murni, tanpa-diri, tidak untuk disalahartikan dengan kenikmatan indrawi. Tubuh kegembiraan ini tidak disebutkan sebagai kategori dalam teks Theravāda, sekalipun hal ini juga dapat dihargai tanpa kontradiksi jika dipahami dalam konteks ini. Dalam Mahāyāna, tubuh kegembiraan Buddha, tidak seperti prinsip *Dhammakāya* yang non-personal dan abstrak, juga dianggap sebagai suatu pribadi, walaupun bukan seorang manusia yang ada dalam sejarah.

Walaupun istilah *Sambhogakāya* dan *Dhammakāya* ditemukan pada karya Pāli yang belakangan datang dari Mahāyāna dan semi-Mahāyāna, siswa-siswa dari tradisi lain tidak menunjukkan sikap pertentangan terhadap mereka. Buddhaghosa dalam *Visuddhi Magga* mengenai tubuh-tubuh Buddha, menyatakan:

“Buddha memiliki *Rūpakāya* yang indah berhiaskan delapan puluh tanda kecil dan tiga puluh dua tanda besar dari seorang yang agung, serta memiliki *Dhammakāya* yang murni di setiap cara dan diagungkan oleh *Sīla*, *Samādhi*, *Paññā*, penuh dengan keindahan dan kebajikan, tak terbandingkan, dan tercerahkan sepenuhnya.”

Meskipun konsep Buddhaghosa realistis, ia tidak kebal dari

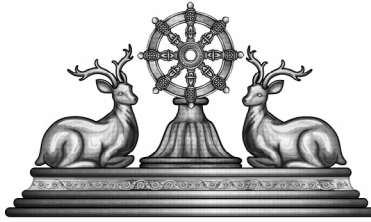
prasangka religius dengan menyematkan kekuatan adidaya pada Buddha. Dalam *Atthasallīni*, ia berkata bahwa selama tiga bulan ketidakhadiran Buddha di dunia fisik, saat Ia membabarkan *Abhidhamma* kepada mantan ibu-Nya di Surga *Tāvātimsa*, Ia menciptakan suatu *Nimmita-Buddha* sebagai replika persis diri-Nya. *Nimmita-Buddha* ini tidak dapat dibedakan dari Buddha dalam hal suara, kata, dan bahkan pancaran aura yang keluar dari tubuh-Nya. “Buddha rekaan” ini hanya dapat dideteksi oleh para dewa dari alam keberadaan yang lebih tinggi dan tidak oleh dewa atau manusia biasa. Dari gambaran ini, jelaslah bahwa umat Theravāda awal menganut *Rūpakāya* dan *Sambhogakāya* Buddha seperti halnya makhluk manusia, dan *Dhammakāya*-Nya sebagai kumpulan Dhamma-Nya, yaitu kesatuan ajaran dan aturan disiplin.





## PESAN BUDDHA

---



### Pesan untuk Semua Orang

*Buddha, bunga umat manusia, tidak lagi di dunia ini, tetapi harum pesan kedamaian-Nya tetap abadi.*

Ajaran Buddha adalah salah satu agama tertua yang masih dipraktikkan di dunia saat ini. Sementara nama banyak agama lain yang pernah ada di India saat ini telah dilupakan, ajaran Buddha (lebih dikenal sebagai Dhamma) masih tetap relevan dengan kebutuhan masyarakat masa kini. Hal ini disebabkan Buddha selalu menganggap diri-Nya sebagai seorang guru religi manusia yang pesan-Nya dimaksudkan untuk meningkatkan keterbebasan, kebahagiaan, dan kesejahteraan orang lain. Perhatian utama Buddha adalah menolong manusia untuk menjalani kehidupan normal tanpa mengarah secara ekstrem, baik pada penyiksaan diri

maupun menyerah pada pemuasan nafsu indrawi.

Sifat praktis ajaran Buddha terungkap dalam fakta bahwa tidak semua orang diharapkan untuk mencapai tujuan yang persis sama dalam masa hidupnya karena cemaran batin setiap orang berbeda-beda. Sebagian orang lebih maju secara spiritual dibandingkan orang lain dan mereka dapat melaju ke tataran yang lebih tinggi sesuai tingkat perkembangannya. Akan tetapi setiap manusia memiliki potensi untuk mencapai tujuan utama Kebuddhaan jika ia memiliki kehendak dan keteguhan untuk melakukannya.

Bahkan sampai kini suara lembut Buddha masih bergema di telinga kita. Kadang-kadang kita mungkin merasa malu karena kita tidak memahami-Nya sepenuhnya. Sering kali kita hanya memuja ajaran-Nya dan menghormati-Nya, tetapi tidak mencoba untuk mempraktikkan apa yang Ia ajarkan. Ajaran dan pesan Buddha telah memengaruhi banyak orang selama ribuan tahun, baik mereka percaya ataupun tidak percaya pada agama. Pesan Buddha berlaku bagi semua orang.

Walaupun Buddha, bunga umat manusia, tidak lagi di dunia ini, keharuman dan keindahan ajaran-Nya telah menyebar jauh dan luas. Keharuman-Nya yang semerbak telah menenangkan dan menyejukkan jutaan orang; menyentuh hati dan membahagiakan setiap bangsa yang mengenalnya. Ajaran Buddha tidak dibabarkan dengan senjata atau kekuatan politik, namun dengan kewelasan dan kebijaksanaan. Tak setetes darah pun menodai jalan-Nya yang murni. Ajaran Buddha menang melalui sentuhan hangat cinta, bukan dengan cengkeraman ketakutan. Rasa takut akan sosok adialami dan dogma tentang api neraka abadi tidak ada tempatnya dalam ajaran Buddha.

Selama 25 abad terakhir sejak kemunculan Buddha, banyak perubahan terjadi di dunia ini. Berbagai kerajaan telah bangkit dan runtuh; berbagai bangsa telah menjadi makmur dan binasa. Dunia kini telah banyak melupakan peradaban lampau itu, namun nama Buddha tetap hidup dan segar dalam benak jutaan orang saat ini. Kerajaan kebenaran yang dibangun-Nya tetap kuat dan kokoh. Walaupun banyak wihara, pagoda, arca, perpustakaan, dan citra yang didirikan untuk menghormati-Nya telah dihancurkan oleh orang-orang beragama lain yang fanatik, nama dan pesan suci-Nya tetap tinggal di hati orang yang memahaminya.

Buddha mengajarkan bahwa penaklukan terbesar bukanlah penaklukan orang lain, melainkan penaklukan diri sendiri. Ia mengajar dalam *Dhammapada 103*: "Barangsiapa beribu-ribu kali mengalahkan orang di pertempuran, jika bisa menaklukkan satu saja, dirinya sendiri, ia sesungguhnya memenangkan pertempuran yang utama."

Barangkali contoh terbaik tentang bagaimana pesan lembut Sang Welas Asih dapat menyadarkan orang yang paling bengis adalah kasus Kaisar Asoka. Sekitar dua ratus tahun setelah Buddha mangkat, kaisar ini berperang di seantero India dan menebarkan penderitaan dan kengerian besar. Tetapi ketika ia memeluk Dhamma, ia menyesali kejahatan yang telah ia perbuat. Kita mengenang dan menghormati Kaisar Asoka saat ini karena setelah perubahannya menuju jalan kedamaian, ia memulai peperangan lain: perang untuk membawa damai pada umat manusia. Tanpa ragu-ragu ia membuktikan bahwa Buddha adalah benar saat ia menegaskan bahwa kebesaran sejati terpancar dari cinta, bukan kebencian; dari kerendahan hati, bukan kesombongan; dari kewelasan, bukan kekejaman.

Perubahan Kaisar Asoka dari kejahatan ke kebaikan sangatlah sempurna; ia bahkan melarang pembunuhan hewan di kerajaannya. Ia menyadari bahwa akar masalah adalah nafsu dan ia menanamkan untuk mengurangi nafsu dalam kerajaannya. Tetapi di atas semua itu, ia memerintahkan seluruh umat Buddha untuk mengingat ajaran Sang Guru agar jangan pernah memaksakan kepercayaannya kepada orang lain yang setia pada pemimpin agama lain. Pada contoh lain kita telah mendengar raja-raja, yang atas nama perubahan, mengalihkan rasa haus darahnya dengan menyebarkan agama baru mereka dengan pedang! Hanya ajaran Buddha yang dapat berbangga akan seorang raja yang tidak pernah tertandingi dalam keluhuran semacam ini.

Ajaran Buddha diperkenalkan agar masyarakat dapat menjadi berbudaya, beradab, dan hidup dalam damai dan harmoni. Segala masalah hidup tersulit dapat dipahami dengan lebih baik jika kita mencoba mempelajari dan menjalani ajaran-Nya. Pendekatan Buddha terhadap masalah dan duka manusia bersifat langsung dan terus terang.

Buddha adalah penakluk dunia terbesar yang pernah kita kenal. Ia menaklukkan dunia dengan senjata cinta dan kebenaran-Nya yang sempurna. Ajaran-Nya menerangi jalan bagi umat manusia untuk menyeberang dari dunia kegelapan, kebencian, dan penderitaan menuju dunia baru penuh terang, cinta, dan kebahagiaan.

## **Kekuatan Mukjizat**

*Jika orang jahat dapat menjadi bajik, inilah yang disebut mukjizat sejati.*



Di semua agama kita mendengar tentang mukjizat yang dilakukan, baik oleh sang pendiri agama maupun oleh pengikutnya. Dalam hal Buddha, mukjizat terjadi dari hari kelahiran-Nya sampai wafat-Nya menuju *Nibbāna*. Banyak kekuatan batin Buddha dicapai melalui latihan-Nya yang lama dan kuat dalam meditasi. Buddha bermeditasi dan melalui semua tataran tertinggi penyadaran yang mencapai puncaknya dalam kemurnian dan kebijaksanaan. Pencapaian melalui meditasi semacam itu dianggap tidak ajaib, tetapi berada dalam jangkauan kemampuan petapa yang terlatih.

Saat bermeditasi pada malam Kecerahan-Nya, dalam batin Buddha timbullah suatu pandangan tentang kelahiran silam-Nya, banyak kehidupan dengan terperinci. Ia ingat kelahiran yang sebelum-Nya dan bagaimana Ia telah menggunakan kelahiran ini untuk merealisasi Kecerahan-Nya. Kemudian Buddha mengalami wawasan kedua yang lebih lebar di mana Ia melihat seluruh semesta sebagai suatu sistem karma dan kelahiran ulang. Ia melihat semesta terdiri dari makhluk-makhluk yang mulia dan jahat, bahagia dan tidak bahagia. Ia melihat mereka semua terus-menerus “berlalu sesuai dengan perbuatan baik dan buruknya”, meninggalkan satu bentuk eksistensi dan mengambil bentuk lainnya. Akhirnya, Ia memahami sifat duka, pengakhiran duka, dan jalan menuju pengakhiran duka. Kemudian wawasan ketiga muncul dalam batin Buddha. Ia menyadari bahwa Ia sepenuhnya terbebas dari segala ikatan, baik manusiawi maupun ilahi. Ia menyadari bahwa Ia telah melakukan apa yang harus dilakukan. Ia menyadari bahwa tidak akan ada lagi kelahiran ulang bagi-Nya karena Ia telah memadamkan segala nafsu, Ia kini hidup dengan tubuh-Nya yang terakhir. Pengetahuan ini menghancurkan semua ketaktahuan, kegelapan, dan bangkitlah terang dalam diri-Nya. Demikianlah kekuatan batin dan kebijaksanaan yang muncul

dalam Buddha saat Ia duduk bermeditasi di bawah pohon Bodhi.

Buddha memiliki kelahiran alamiah; Ia hidup secara normal. Tetapi Ia adalah orang yang luar biasa, ditinjau dari Kecerahan-Nya. Mereka yang belum belajar untuk menghargai kebijaksanaan tertinggi-Nya mencoba menjelaskan kebesaran-Nya dengan mengintip ke dalam hidup-Nya dan mencari-cari mukjizat. Bagaimanapun, Kecerahan tertinggi Buddha sudah lebih dari cukup bagi kita untuk memahami kebesaran-Nya. Tidak perlu untuk menunjukkan kebesaran-Nya dengan memamerkan kekuatan ajaib apa pun. Mukjizat itu nyaris tak ada hubungannya dengan melihat sesuatu sebagaimana adanya.

Buddha mengetahui kekuatan yang dapat dikembangkan melalui pelatihan batin manusia. Ia juga tahu bahwa murid-murid-Nya mampu memiliki kekuatan semacam itu melalui pengembangan batin. Jadi Buddha menasihati mereka agar jangan melatih kekuatan batin semacam itu untuk memengaruhi orang yang kurang pandai. Apa yang Ia maksud adalah tentang mukjizat berjalan di atas air, mengusir roh jahat, membangkitkan orang mati, dan melakukan praktik-praktik paranormal. Juga mengenai “ramalan gaib” seperti membaca pikiran, meramal nasib, dan sebagainya. Ketika orang percaya yang kurang berpendidikan melihat kinerja kekuatan semacam itu, kepercayaan mereka menjadi semakin dalam. Banyak orang yang tertarik pada suatu agama karena kekuatan-kekuatan semacam ini memengaruhi iman, bukan karena mereka menyadari kebenaran, tetapi karena mereka terhalusinasi. Selain itu, sebagian orang mungkin menilai bahwa keajaiban ini disebabkan oleh kharisma atau muslihat tertentu. Untuk menarik orang agar mendengarkan Dhamma, Buddha melakukan pendekatan nalar.

Cerita berikut ini menggambarkan sikap Buddha terhadap kekuatan ajaib. Suatu hari Buddha bertemu dengan seorang petapa yang sedang duduk di tepi sungai. Petapa ini telah berlatih kesaktian selama 25 tahun. Buddha bertanya apa yang telah ia hasilkan dari upayanya itu. Petapa itu dengan bangganya menjawab bahwa sekarang, akhirnya, ia sanggup menyeberangi sungai dengan berjalan di atas air. Buddha menunjukkan bahwa pencapaian ini tidak sepadan dibanding perjuangan sekian tahun, karena siapa pun bisa menyeberangi sungai dengan perahu cukup dengan membayar sekeping uang!

Dalam agama tertentu, kinerja mukjizat seseorang dapat membantunya untuk diakui sebagai seorang suci. Tetapi dalam ajaran Buddha, mukjizat dapat menjadi suatu hambatan bagi seseorang untuk merealisasi kesucian, yang merupakan pencapaian pribadi secara bertahap untuk membasmi cecar dalam batin. Setiap orang harus bekerja untuk kesuciannya melalui pemurnian diri dan tidak ada orang lain yang dapat membuat seseorang menjadi suci.

Buddha berkata bahwa kita bisa meraih kekuatan ajaib dengan mengembangkan kekuatan spiritual. Ia mengajarkan bahwa jika kita mula-mula memperoleh kekuatan spiritual, maka kita secara otomatis mendapatkan kekuatan ajaib juga. Tetapi jika kita mengembangkan kekuatan ajaib tanpa pengembangan spiritual, maka kita ada dalam bahaya. Kita bisa menyalahgunakan kekuatan ini untuk keuntungan duniawi (*Paṭaligāma-Udāna*). Banyak orang yang telah menyimpang dari jalan yang benar dengan menggunakan kekuatan ajaibnya tanpa memiliki pengembangan spiritual apa pun. Banyak orang yang seharusnya telah menguasai kekuatan ajaib mengalah pada kesia-siaan perolehan

duniawi. Lebih buruk lagi, orang dengan kekuatan gaib namun tanpa pengembangan spiritual dapat berpikir bahwa mereka memiliki kekuatan ilahi.

Banyak hal yang dianggap keajaiban yang diperbincangkan orang merupakan imajinasi dan halusinasi semata yang diciptakan oleh pikiran mereka sendiri karena kurangnya pemahaman akan segala sesuatu sebagaimana adanya. Semua keajaiban ini tetap merupakan keajaiban selama orang tidak mengetahui apakah kekuatan ini sebenarnya.

Buddha juga dengan tegas melarang murid-murid-Nya menggunakan keajaiban untuk membuktikan kehebatan ajaran-Nya. Pada suatu peristiwa Ia berkata bahwa penggunaan keajaiban untuk membujuk orang masuk agama lain adalah seperti menggunakan gadis-gadis penari untuk menggoda orang agar melakukan sesuatu. Siapa pun dengan latihan batin yang tepat dapat melakukan keajaiban karena hal ini hanyalah merupakan ekspresi superioritas mental atas materi.

Menurut Buddha, penyadaran kebenaran adalah mukjizat yang sebenarnya. Ketika seorang pembunuh, pencuri, teroris, pemabuk, atau pelacur disadarkan bahwa apa yang telah ia lakukan adalah salah dan meninggalkan cara hidupnya yang buruk, amoral, dan membahayakan, perubahan ini dapat dianggap sebagai suatu mukjizat. Perubahan menjadi lebih baik yang timbul dari pemahaman hukum universal Dhamma merupakan mukjizat tertinggi yang dapat dilakukan orang.

## Diamnya Buddha

*Jika si penanya tidak akan mampu memahami arti sebenarnya dari jawaban atas pertanyaannya, atau jika pertanyaan yang diajukan kepada-Nya keliru, Buddha akan bersikap diam.*

Kitab suci menyebutkan beberapa peristiwa di mana Buddha bersikap diam terhadap pertanyaan metafisik dan spekulatif yang diajukan kepada-Nya. Beberapa pelajar, karena kesalahpahaman mereka akan diamnya Buddha, secara keliru menyimpulkan bahwa Buddha tidak mampu menjawab pertanyaan-pertanyaan ini.

Saat Buddha tahu bahwa si penanya tidak berada dalam posisi untuk memahami jawaban atas pertanyaannya, atau jika pertanyaan itu sendiri pada dasarnya keliru, Ia akan bersikap diam. Beberapa pertanyaan di mana Buddha bersikap diam adalah sebagai berikut:

- Apakah semesta itu abadi?
- Apakah semesta itu tak abadi?
- Apakah semesta itu terbatas?
- Apakah semesta itu tak terbatas?
- Apakah batin sama dengan badan?
- Apakah batin beda dengan badan?
- Apakah Tathāgata ada setelah mati?
- Apakah Tathāgata tiada setelah mati?
- Apakah Tathāgata ada dan tiada setelah mati?
- Apakah Tathāgata bukan ada dan bukan tiada setelah mati?

Buddha yang telah benar-benar menyadari sifat hal-hal ini memperlihatkan sikap diam mulia (*noble silence*). Orang biasa yang masih belum tercerahkan mungkin memiliki banyak hal untuk

dikatakan, tetapi semua itu hanya dugaan belaka berdasarkan imajinasinya.

Diamnya Buddha terhadap pertanyaan-pertanyaan ini lebih bermakna, alih-alih mencoba memberikan ribuan ceramah kepada mereka. Kurangnya kosa kata manusiawi kita yang dibangun berdasarkan pengalaman relatif tidak dapat diandalkan untuk menyampaikan kedalaman dan dimensi kebenaran yang belum pernah dialami seseorang melalui penembusan langsung. Pada beberapa peristiwa, Buddha telah menjelaskan dengan sangat sabar bahwa bahasa manusia terlalu terbatas dan tidak dapat menggambarkan kebenaran tertinggi. Bila kebenaran tertinggi adalah mutlak, maka hal itu tidak akan mampu dijelaskan dengan kata-kata yang terbentuk dari pengalaman duniawi dan pemahaman relatif. Saat mereka mencoba melakukan hal itu dengan kapasitas mental mereka yang terbatas, mereka akan salah memahami kebenaran seperti halnya kisah orang buta dan gajah. Pendengar yang belum menyadari kebenaran tidak akan dapat memahami penjelasan yang diberikan, sama seperti halnya seseorang yang buta sejak lahir tidak mampu memahami warna langit.

Buddha tidak mencoba memberi jawaban atas semua pertanyaan yang diajukan kepada-Nya. Ia tidak wajib menanggapi pertanyaan tak bermakna yang mencerminkan kesalahpahaman besar pada sisi penanya dan yang dalam hal mana pun tidak memiliki relevansi dengan perkembangan spiritual seseorang. Ia adalah seorang guru yang praktis, penuh dengan kewelasan dan kebijaksanaan. Ia selalu berbicara kepada orang-orang dengan mengerti sepenuhnya perangai, kemampuan, dan kapasitas mereka untuk memahami. Jika seseorang mengajukan pertanyaan bukan dengan

niat untuk belajar cara menjalani hidup religius, tetapi hanya untuk mencari-cari kesalahan, Buddha tidak akan menjawab pertanyaan itu. Pertanyaan dijawab untuk membantu seseorang menuju penyadaran diri, bukan sebagai cara untuk menunjukkan kebijaksanaan-Nya yang menjulang.

## Cara Menjawab Pertanyaan

Menurut Buddha, ada beberapa cara untuk menjawab berbagai jenis pertanyaan. Jenis pertanyaan pertama adalah yang memerlukan jawaban pasti, seperti “ya” atau “tidak”. Contohnya, “Apakah semua hal yang tersusun tidak tetap?” dijawab dengan “ya”. Jenis pertanyaan kedua adalah yang memerlukan jawaban analitis. Misalkan seseorang berkata bahwa Aṅgulimāla adalah seorang pembunuh sebelum ia menjadi *Arahā*, maka apakah mungkin semua pembunuh menjadi *Arahā*? Pertanyaan ini harus dianalisis sebelum Anda berkata “ya” atau “tidak”. Jika tidak, pertanyaan itu tidak akan terjawab dengan tepat dan menyeluruh. Anda perlu menganalisis kondisi apa yang memungkinkan bagi seorang pembunuh untuk menjadi seorang suci dalam satu masa kehidupan.

Jenis pertanyaan ketiga adalah pertanyaan yang perlu pengajuan pertanyaan balik untuk membantu penanya berpikir menyeluruh. Jika Anda bertanya, “Mengapa membunuh makhluk lain itu salah?”, pertanyaan baliknya adalah, “Bagaimana rasanya jika orang lain mencoba membunuhmu?” Jenis pertanyaan keempat adalah pertanyaan yang harus digururkan. Ini berarti Anda sebaiknya tidak menjawabnya. Ini adalah pertanyaan yang bersifat spekulatif dan jawaban apa pun untuk pertanyaan semacam ini hanya akan

menimbulkan lebih banyak kebingungan. Contoh pertanyaan semacam ini adalah, “Apakah alam semesta memiliki suatu awal atau tidak?” Orang dapat mendiskusikan pertanyaan semacam itu selama bertahun-tahun tanpa mencapai kesimpulan. Mereka hanya dapat menjawab pertanyaan semacam itu berdasarkan imajinasi mereka, bukan atas pemahaman sebenarnya.

Beberapa jawaban yang diberikan Buddha memiliki persamaan erat dengan jenis penanggapan dalam ilmu nuklir. Menurut Robert Oppenheimer, “Jika kita bertanya, sebagai contoh, apakah posisi elektron tetap sama, kita harus menjawab ‘tidak’; jika kita bertanya apakah elektron berada dalam keadaan istirahat, kita harus menjawab ‘tidak’; jika kita bertanya apakah elektron dalam keadaan bergerak, kita harus menjawab ‘tidak’”. Buddha telah memberikan jawaban semacam itu saat diinterogasi tentang keadaan seseorang setelah kematiannya, tetapi jawaban itu tidak lazim dengan tradisi ilmu pengetahuan abad ketujuh belas dan kedelapan belas.

Penting dicatat bahwa Buddha memang menjawab beberapa pertanyaan ini kepada murid-murid-Nya yang paling matang setelah si penanya pergi. Dalam banyak kasus, penjelasan Buddha juga tercantum dalam khotbah lain. Hal ini menjelaskan kepada kita mengapa pertanyaan ini tidak dijawab oleh Buddha hanya demi memuaskan pikiran penanya yang ingin tahu tetapi masih belum berkembang.

## **Sikap Buddha Terhadap Pengetahuan Duniawi**

*Pengetahuan duniawi tidak akan mampu menolong seseorang untuk*



*menjalani kehidupan suci guna memperoleh kedamaian dan keterbebasan.*

Pengetahuan duniawi berguna untuk tujuan duniawi. Dengan pengetahuan semacam itu, umat manusia mempelajari bagaimana menggunakan sumber daya alam untuk meningkatkan standar hidup, menanam lebih banyak bahan pangan, membangkitkan tenaga untuk menjalani pabrik, menerangi jalan dan rumah, mengelola pabrik dan bisnis, menyembuhkan penyakit, membangun gedung dan jembatan, mengolah makanan enak, dan lain-lain. Pengetahuan duniawi juga dapat digunakan untuk tujuan yang berbahaya seperti membuat rudal berhulu ledak nuklir, memanipulasi pasar saham, menipu “secara legal”, serta memicu keresahan dan kebencian politik. Sekalipun pengetahuan duniawi berkembang dengan pesat, khususnya pada abad ke-21, manusia tidak dibawa menjadi lebih dekat dengan solusi masalah spiritual untuk membasmi ketamakannya. Dari segala segi, hal ini tidak akan pernah menyelesaikan masalah universal manusia serta membawa kedamaian dan kebahagiaan, karena alasan-alasan yang mendasari pengetahuan dan penemuan semacam itu.

Sementara ajaran Buddha dapat membawa pemahaman yang lebih tinggi tentang bagaimana menjalani kehidupan duniawi yang baik, fokus utamanya adalah bagaimana mencapai keterbebasan melalui pengembangan kebijaksanaan, budaya batin, dan kemurnian. Bagi manusia biasa, tidak ada akhir untuk pencarian pengetahuan duniawi, yang pada analisis akhir hal ini tidak benar-benar bermakna. Karena selama kita buta akan Dhamma, kita akan selamanya terjebak dalam *samsāra*, siklus kelahiran dan kematian yang terus berulang. Menurut Buddha:

“Telah sekian lama, kalian menderita karena kematian seorang

ibu; telah sekian lama, karena kematian seorang ayah; telah sekian lama, karena kematian seorang putra; telah sekian lama, karena kematian seorang putri; telah sekian lama, karena kematian kakak dan adik; telah sekian lama, kalian mengalami kehilangan harta; telah sekian lama, kalian terserang penyakit. Dan karena kalian telah mengalami kematian seorang ibu, kematian seorang ayah, kematian seorang putra, kematian seorang putri, kematian kakak dan adik, kehilangan harta, pedihnya penyakit, mengalami yang tidak diinginkan, kalian telah benar-benar mencucurkan air mata kalian sepanjang jalan yang panjang ini—berpacu sejak lahir sampai mati, sejak mati sampai lahir—melebihi seluruh air dalam empat samudra.”

*(Aṅguttara Nikāya)*

Di sini Buddha menggambarkan penderitaan dari kelahiran dan kematian yang berkesinambungan di dunia. Ia ingin menunjukkan kepada orang-orang jalan keluar dari semua duka ini.

Mengapa Buddha berbicara dengan cara ini kepada murid-murid-Nya? Dan mengapa Ia tidak berusaha menyelesaikan masalah seperti apakah dunia itu abadi atau tidak, apakah dunia terbatas atau tidak? Masalah semacam itu mungkin menarik dan merangsang mereka yang penasaran. Tetapi jawaban-jawaban masalah ini tidak akan membantu seseorang untuk mengatasi duka. Itulah sebabnya Ia mengabaikan masalah semacam ini karena tidak berguna, karena pengetahuan akan hal semacam itu tidak akan memperkaya kesejahteraan spiritual seseorang.

Buddha tahu bahwa berbicara tentang hal-hal yang tidak memiliki nilai praktis dan yang berada di luar pemahaman, hanyalah membuang waktu dan tenaga. Ia melihat bahwa mengajukan

hipotesis hal-hal semacam itu hanya akan mengalihkan batin dari jalurnya yang benar dan menghambat perkembangan spiritual.

Pengetahuan duniawi dan riset ilmiah sebaiknya dilengkapi dan diimbangi dengan nilai-nilai religius dan spiritual. Jika tidak, pengetahuan duniawi semacam itu tidak akan menyumbang apa pun bagi kemajuan seseorang dalam menjalani kehidupan religius yang murni. Manusia telah sampai pada tahapan di mana pikiran manusia tercekoki oleh peralatan dan buah kemajuan teknologi, terobsesi oleh keegoisan, kehausan kuasa, dan ketamakan harta benda. Tanpa nilai-nilai religius, pengetahuan duniawi dan kemajuan teknologi dapat mengarah pada kejatuhan dan kehancuran manusia. Hal itu hanya akan membakar ketamakan manusia dan membawa dimensi baru yang menakutkan. Sebaliknya, jika pengetahuan duniawi dimanfaatkan untuk tujuan moral, hal ini dapat membawa manfaat maksimal dan kebahagiaan bagi manusia.

## **Pesan Terakhir Buddha**

*Bila Saya telah pergi, ajaran Saya akan menjadi guru yang membimbing kalian.*

Tiga bulan sebelum wafat, Buddha berbicara kepada murid-murid-Nya, “Saya telah berceramah kepada kalian selama empat puluh lima tahun ini. Kalian harus mempelajarinya dengan baik dan menghargainya. Kalian harus menjalani dan mengajarkannya kepada yang lain. Ini akan sangat bermanfaat bagi kesejahteraan mereka yang hidup saat ini serta kesejahteraan mereka yang hidup setelah kalian.”

“Tahun-tahun Saya kini telah matang; waktu hidup yang tersisa pendek. Saya akan segera merealisasi *Parinibbāna*. Kalian harus bersungguh-sungguh. Wahai, para bhikkhu, jagalah batin dan kebajikan suci! Siapa pun yang tak kenal lelah menjalani Dhamma, akan keluar dari lingkaran kelahiran dan kematian dan akan mengakhiri duka.”

Ketika Ānanda bertanya kepada Buddha apa yang akan menjadi guru setelah Buddha wafat, Buddha menjawab, “Apa yang diharapkan dari Saya, Ānanda? Saya telah memabarkan kebenaran tanpa perbedaan apa pun; karena demi kebenaran, tidak ada yang disembunyikan dalam ajaran Buddha .... Adalah mungkin, Ānanda, bahwa beberapa di antara kalian, akan timbul pikiran, ‘Kata-kata Sang Guru akan segera berakhir; sebentar lagi kita tidak akan punya guru.’ Namun janganlah berpikir seperti itu, Ānanda. Bila Saya telah pergi, Dhamma dan *Vinaya* Sayalah yang akan menjadi guru kalian.”

Buddha lebih lanjut menjelaskan, “Jika ada seseorang yang berpikir, ‘Akulah yang akan memimpin persaudaraan ini’ atau ‘Perintah tergantung padaku; akulah yang seharusnya memberi perintah’, Buddha tidak berpikir bahwa Ia harus memimpin perintah atau bahwa perintah tergantung pada-Nya. Saya telah mencapai akhir hari Saya. Sama seperti gerobak usang hanya dapat digerakkan dengan perhatian tambahan yang besar, begitu juga tubuh Saya hanya dapat bertahan dengan perhatian tambahan yang besar. Karena itu, Ānanda, jadilah pelita dan pelindung dirimu sendiri. Jangan mencari pelindung lain. Biarlah Dhamma menjadi pelitamu dan pelindungmu. Jangan mencari perlindungan di tempat lain.”

Pada umur delapan puluh, pada hari ulang tahun-Nya, Buddha

wafat tanpa menunjukkan kekuatan adialami apa pun. Ia menunjukkan sifat sejati dari segala yang tersusun bahkan pada hidup-Nya sendiri.

Ketika Buddha mangkat, seorang murid-Nya berkata, “Semua harus pergi—semua yang memiliki hidup harus melepaskan bentuk penyusunnya. Ya, bahkan seorang guru seperti Buddha, makhluk yang tiada tara, penuh kekuatan dalam kebijaksanaan dan Kecerahan pun, harus wafat.”

*“Vaya Dhamma Saṅkhāra.  
Appamādena Sampādettha.”*  
Yang tersusun bersifat luruh.  
Berjuanglah tanpa lengah.

*(Mahāparinibbāna Sutta)*

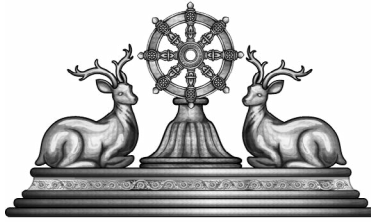




# 3

## SETELAH BUDDHA

---



### **Apakah Buddha Tetap Ada Setelah Wafat?**

*Pertanyaan “apakah Buddha tetap ada atau tiada setelah wafat” bukanlah pertanyaan yang baru. Pertanyaan yang sama pernah diajukan kepada Buddha semasa hidup-Nya.*

Ketika sekelompok petapa datang dan mengajukan pertanyaan yang sama kepada beberapa murid Buddha, mereka tidak mendapat jawaban yang memuaskan. Anuruddha, seorang murid, mendekati Buddha dan melaporkan percakapan mereka kepada-Nya. Dengan mempertimbangkan kapasitas pemahaman para penanya, Buddha biasanya mendiamkan pertanyaan semacam itu, namun pada contoh ini, Buddha menjelaskan kepada Anuruddha dengan cara sebagai berikut:

“O, Anuruddha, menurutmu, apakah bentuk (*rūpa*) itu tetap atau tidak tetap?”

“Tidak tetap, Bhante.”

“Apakah hal yang tidak tetap itu menyakitkan atau menyenangkan?”

“Menyakitkan, Bhante.”

“Apakah layak untuk menganggap hal yang tidak tetap, menyakitkan, dan merupakan subyek perubahan sebagai: ‘Ini adalah milikku, ini adalah aku, ini adalah diriku?’”

“Tidak layak, Bhante.”

“Apakah perasaan (*vedanā*) itu tetap atau tidak tetap?”

“Tidak tetap, Bhante.”

“Apakah hal yang tidak tetap itu menyakitkan atau menyenangkan?”

“Menyakitkan, Bhante.”

“Apakah layak untuk menganggap hal yang tidak tetap, menyakitkan, dan merupakan subyek perubahan sebagai: ‘Ini adalah milikku, ini adalah aku, ini adalah diriku?’”

“Tidak layak, Bhante.”

“Apakah pencerapan (*saññā*), pemikiran (*saṅkhāra*), dan kesadaran (*viññāṇa*) itu tetap atau tidak tetap?”

“Tidak tetap, Bhante.”

“Apakah hal yang tidak tetap itu menyakitkan atau menyenangkan?”

“Menyakitkan, Bhante.”

“Apakah layak untuk menganggap hal yang tidak tetap, menyakitkan, dan merupakan subyek perubahan sebagai: ‘Ini adalah milikku, ini adalah aku, ini adalah diriku?’”

“Tidak layak, Bhante.”

“Karena itu, bentuk, perasaan, pencerapan, pemikiran, dan kesadaran apa pun yang pernah ada, akan ada, dan sekarang



berhubungan dengan diri seseorang atau dengan orang lain, kasar atau halus, hina atau mulia, jauh atau dekat; semua bentuk, perasaan, pencerapan, pemikiran, dan kesadaran harus dipikirkan dengan pengetahuan yang benar seperti ini: 'Ini bukanlah milikku; ini bukanlah aku; ini bukanlah diriku.' Setelah melihat semua itu, siswa yang terpelajar dan mulia menjadi kecewa dengan bentuk, perasaan, pencerapan, pemikiran, dan kesadaran. Setelah menjadi kecewa, ia mengendalikan nafsunya dan setelah itu membuangnya.”

“Dengan bebas dari nafsu, ia menjadi terbebas dan wawasan muncul di dalamnya: 'Aku terbebas.' Ia menyadari: 'Kelahiran telah dihancurkan, aku telah menjalani kehidupan suci dan telah melakukan apa yang harus dilakukan. Tidak ada lagi kelahiran bagiku.’”

“Bagaimana menurutmu, Anuruddha, apakah kamu menganggap bentuk itu sebagai Tathāgata?”

“Tidak, Bhante.”

“O, Anuruddha, apa pandanganmu, apakah kamu melihat Tathāgata dalam bentuk itu?”

“Tidak, Bhante.”

“Apakah kamu melihat Tathāgata terpisah dari bentuk?”

“Tidak, Bhante.”

“Bagaimana menurutmu, Anuruddha, apakah kamu menganggap perasaan, pencerapan, pemikiran, dan kesadaran itu sebagai Tathāgata?”

“Tidak, Bhante.”

“O, Anuruddha, apa pandanganmu, apakah kamu melihat Tathāgata dalam perasaan, pencerapan, pemikiran, dan kesadaran itu?”

“Tidak, Bhante.”

“Sekarang, Anuruddha, karena Tathāgata tidak ditemukan dalam kehidupan ini (sebab tubuh jasmani bukanlah Tathāgata), apakah layak bagimu untuk berkata: “Yang mulia dan tertinggi ini telah menunjukkan dan menjelaskan keempat kaidah ini:

Tathāgata ada setelah mati;

Tathāgata tiada setelah mati;

Tathāgata ada dan tiada setelah mati;

Tathāgata bukan ada dan bukan tiada setelah mati?”

“Tidak, Bhante.”

“Bagus dan baik, Anuruddha. Sebelumnya dan juga sekarang, Saya menjelaskan dan menunjukkan hanya kebenaran akan duka dan akhir duka.”

*(Anuruddha Sutta—Samyutta Nikāya)*

Dialog antara Buddha dan Anuruddha di atas mungkin tidak memuaskan bagi kebanyakan orang, karena hal itu tidak memuaskan rasa ingin tahu orang-orang yang mencari jawaban dari sudut pandangan materialistik. Kebenaran Mutlak (Dhamma) adalah sedemikian adanya, tidak memberikan kepuasan emosional dan intelektual. Kebenaran merupakan hal yang paling sulit untuk dipahami manusia. Hal itu hanya dapat dipahami sepenuhnya dengan penembusan langsung yang mengatasi logika. Kebuddhaan adalah manifestasi dari semua nilai luhur dan Kecerahan tertinggi. Karena itu para Buddha yang dapat menuntun Kecerahan orang lain sangatlah langka di dunia ini.

## Penerus Buddha

*Kebuddhaan adalah yang tertinggi dari semua pencapaian.*

Banyak orang bertanya mengapa Buddha tidak menunjuk seorang penerus. Akan tetapi, dapatkan kita menunjuk orang lain untuk mengambil posisi Yang Tercerahkan? Merealisasi Kebuddhaan adalah hal yang tertinggi dari semua pencapaian, yang hanya dapat dicapai oleh orang dengan kebijaksanaan tertinggi. Untuk merealisasi posisi tertinggi ini, seseorang harus melampaui kualifikasi seperti pelatihan diri, disiplin diri, latar moral, pengetahuan tertinggi, dan kewelasan tanpa batas terhadap semua makhluk. Karena itu seseorang harus bersusah-payah mengubah dirinya sendiri untuk merealisasi Kebuddhaan. Sebagai contoh, seorang dokter tidak dapat menunjuk bahkan anaknya sendiri menjadi dokter, kecuali anak itu telah mengubah dirinya menjadi seorang dokter. Seorang pengacara tidak dapat menunjuk orang lain menjadi pengacara, kecuali orang lain itu memiliki kualifikasi yang diperlukan. Seorang ilmuwan tidak dapat menunjuk orang lain sebagai ilmuwan kecuali orang itu memiliki pengetahuan seorang ilmuwan. Jika Buddha melakukan hal itu, orang yang akan meneruskan-Nya, yang kurang memiliki kualitas tertinggi Kebuddhaan, akan menyalahgunakan wewenangnya atau menyimpangkan ajaran. Menurut Buddha, setiap individu harus mengembangkan pemahaman dan wawasan oleh dirinya sendiri dengan menggunakan Dhamma sebagai panduan. Seorang “penerus” Buddha hanya akan menciptakan suatu agama atau kelompok terorganisir dengan dogma, perintah, dan iman membuta. Kita bisa mempelajari sejarah dunia untuk melihat jenis penyalahgunaan yang bisa terjadi jika wewenang ditempatkan di tangan orang yang tidak berkembang secara spiritual. Karena

itulah, Buddha tidak menunjuk penerus.

Wewenang atas suatu agama harus dilaksanakan oleh seseorang atau orang-orang yang memiliki pandangan benar, pemahaman jernih, kesempurnaan, dan menjalani kehidupan suci. Wewenang tidak seharusnya dilaksanakan oleh orang berpikiran duniawi yang menjadi budak kenikmatan indrawi atau yang kecanduan perolehan materi atau kuasa. Jika tidak, kesucian dan kebenaran dalam suatu agama bisa disalahgunakan.

## **Buddha Masa Depan**

*“Saya bukanlah Buddha yang pertama datang di dunia ini; juga bukan yang terakhir. Sebelumnya, ada banyak Buddha yang muncul di dunia ini. Pada saatnya, Buddha yang lain akan muncul di dunia ini, dalam siklus dunia ini.”*

Ketika Buddha menjelang wafat, Ānanda dan banyak siswa lainnya menangis. Buddha berkata, “Cukup, Ānanda. Jangan biarkan dirimu bersedih. Jangan menangis. Bukankan Saya telah memberitahumu bahwa sifat segala sesuatu adalah harus berlalu? Kita harus terpisah dari semua yang dekat dengan kita dan kita sayangi. Orang bodoh menerima gagasan tentang diri; orang bijak melihat bahwa tidak ada dasar untuk membangun diri. Jadi orang bijak memiliki pandangan benar terhadap dunia. Ia akan menyadari bahwa segala sesuatu akan hancur kembali; tetapi kebenaran akan tetap tinggal.”

Buddha melanjutkan, “Mengapa Saya harus mempertahankan tubuh ini jika tubuh hukum kesempurnaan akan tetap bertahan?”

Saya berubah. Saya telah menyelesaikan tujuan Saya dan melakukan tugas yang harus Saya lakukan. Ānanda, untuk waktu yang lama engkau telah berada sangat dekat dengan Saya dalam pikiran, perkataan, dan perbuatan yang penuh cinta tanpa batas. Engkau telah berbuat baik, Ānanda. Bersungguh-sungguhlah dalam upaya dan engkau juga akan segera terbebas dari belenggu! Engkau akan terbebas dari indra, dari khayalan, dan dari ketaktahuan.”

Sambil menahan air mata, Ānanda bertanya kepada Buddha, “Siapa yang akan mengajar kami ketika Guru telah tiada?” Buddha menasihatinya untuk menganggap ajaran-Nya sebagai guru.

Buddha melanjutkan kembali, “Saya bukanlah Buddha yang pertama datang di dunia ini; juga bukan yang terakhir. Pada saatnya, Buddha yang lain akan muncul di dunia ini, Yang Suci, Yang Tercerahkan, terberkahi dengan kebijaksanaan, mengetahui semesta, pemimpin manusia yang tiada tara, guru para dewa dan manusia. Ia akan mengungkapkan kepada kalian kebenaran abadi yang sama seperti yang Saya ajarkan kepada kalian. Ia akan membabarkan kehidupan spiritual, sempurna, dan suci sepenuhnya, seperti yang Saya babarkan saat ini.”

“Bagaimana kita bisa mengenal-Nya?” tanya Ānanda. Buddha menjawab, “Ia akan dikenal sebagai Metteyya, yang berarti kebajikan atau kasih.”

Umat Buddha percaya bahwa orang-orang yang pada saat ini melakukan perbuatan baik dengan menjalani kehidupan religius akan berkesempatan untuk terlahir kembali sebagai manusia pada masa Buddha Metteyya dan akan merealisasi *Nibbāna* sama halnya dengan Buddha Gotama. Dengan cara ini mereka menemukan

keselamatan melalui bimbingan ajaran-Nya. Ajaran-Nya menjadi harapan masa depan bagi semua orang. Namun demikian, menurut Buddha, orang yang tekun dapat merealisasi kebahagiaan *Nibbāna* ini kapan pun jika mereka benar-benar berjuang untuk itu, tak pandang apakah seorang Buddha muncul atau tidak.

“Selama para siswa Saya menjalani kehidupan suci,  
dunia tidak akan pernah kosong dari *Arahā*.”  
(*Mahāparinibbāna Sutta*)





## **BAGIAN 2**

---

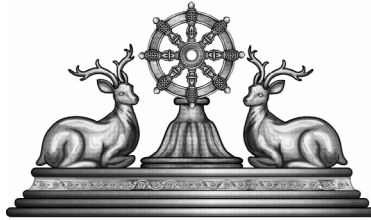
**AJARAN BUDDHA:  
INTISARI DAN PENDEKATAN KOMPARATIF**





## KEBENARAN ABADI BUDDHA

---



### Auman Singa

*Setelah mendengarkan Buddha, banyak orang memutuskan untuk melepas pandangan salah yang sebelumnya mereka anut.*

Ajaran Buddha adalah permata yang indah dengan banyak segi, menarik orang dari berbagai kepribadian. Setiap segi pada permata ini memiliki metode yang teruji dan pendekatan yang bermanfaat bagi pencari kebenaran dengan berbagai tataran pemahaman dan kematangan spiritual.

Dhamma Buddha adalah buah yang dihasilkan dari pencarian paling intensif yang dilakukan dalam jangka panjang oleh seorang suci yang penuh kewelasan dengan misi menolong manusia yang menderita. Walau dikelilingi oleh segala kekayaan dan kemewahan

yang biasanya menyirami seorang putra mahkota, Ia meninggalkan kehidupan mewah-Nya dan secara sukarela memasuki suatu perjalanan yang keras untuk mencari kebenaran dan mencari “obat mujarab” guna menyembuhkan penyakit kehidupan duniawi yang penuh penderitaan dan ketakpuasan. Ia bertekad mencari solusi untuk meredakan segala duka. Dalam pencarian-Nya yang panjang, sang pangeran tidak bergantung atau berlindung pada bimbingan ilahi atau kepercayaan tradisional seperti kebiasaan masa lalu. Ia melakukan pencarian intensif dengan pikiran bebas dan terbuka, dibimbing hanya oleh ketulusan hati-Nya akan tujuan, penyelesaian mulia, kesabaran yang tak kenal lelah, dan hati yang benar-benar welas dengan harapan penuh untuk lepas dari derita. Setelah enam tahun yang panjang dengan berbagai upaya intensif, coba dan gagal, sang pangeran mencapai tujuan-Nya: Ia merealisasi Kecerahan dan memberikan ajaran mulia-Nya yang dikenal sebagai Dhamma kepada dunia.

Buddha pernah berkata, “Para bhikkhu, singa, sang raja hewan, pada senja hari muncul dari sarangnya. Ia meregangkan dirinya. Setelah berbuat demikian, ia mengamati empat penjuru sekitarnya. Setelah itu, ia meneriakkan auman singanya tiga kali. Setelah meneriakkan auman tiga kali, ia bergerak maju untuk mencari mangsa.”

“Sekarang, para bhikkhu, hewan apa pun yang mendengar suara auman singa, sang raja hewan, kebanyakan merasa gentar; mereka jatuh terguncang dan gemetar. Mereka yang tinggal di dalam liang masuk ke dalam liang; yang tinggal di dalam air masuk ke dalam air; yang tinggal di dalam hutan masuk ke dalam hutan; burung-burung terbang ke udara.”

“Kemudian, gajah mana pun, di desa, kota atau istana, yang tertambat ikatan kulit yang kuat, mereka berhamburan keluar, mengoyak ikatannya sampai hancur, dan berlari tunggang-langgang. Demikian hebatnya singa, sang raja hewan, melampaui segala hewan. Betapa kuat dan hebatnya dia.”

“Seperti itulah, para bhikkhu, ketika seorang Buddha muncul di dunia, Yang Sempurna, Yang Tercerahkan Sempurna Secara Mandiri, Yang Sempurna Dalam Pengetahuan dan Perilaku, Penuntas Jalan, Pengenal Segenap Alam, Pembimbing Makhhluk yang Tiada Tara, Guru Para Dewa dan Manusia, Yang Sadar, Yang Penuh Berkah. Ia mengajar Dhamma: ‘Demikianlah sifat konsep diri; inilah jalan untuk mengakhiri diri yang sedemikian.’”

“Dewa di mana pun, mereka juga, dalam mendengar Dhamma dari Tathāgata, kebanyakan merasa gentar: mereka jatuh terguncang dan gemetar, berkata: ‘Kami yang mengira diri kami abadi, sesungguhnya sama sekali tidak abadi; kami yang mengira diri kami tetap ternyata sama sekali tidak tetap; kami tidak bertahan, walaupun kami mengira diri kami bertahan. Jadi terlihat bahwa kami tidak abadi, tidak tetap, tidak bertahan, terbatas dengan diri.’ Demikian dahsyatnya seorang Tathāgata terhadap dunia para dewa dan manusia.”

(*Aṅguttara Nikāya*)

## **Apakah Ajaran Buddha Itu?**

*Semua agama lain menyatakan berasal dari surga dan diturunkan ke Bumi. Ajaran Buddha berasal dari batin yang tercerahkan di Bumi ini dan menembus surga.*

Apakah ajaran Buddha itu? Pertanyaan ini telah membingungkan banyak orang yang sering bertanya-tanya apakah ajaran Buddha adalah suatu filosofi, agama, atau cara hidup. Jawaban yang sederhana adalah ajaran Buddha terlalu luas dan terlalu dalam untuk ditempatkan dengan rapi di dalam satu kategori biasa. Tentu saja ajaran Buddha mencakup filosofi, agama, dan cara hidup, tetapi ajaran Buddha lebih dari kategori-kategori itu.

Kategori atau label yang diberikan kepada ajaran Buddha ibarat papan penunjuk untuk memberi tahu apa yang ada. Jika kita membandingkan ajaran Buddha dengan toko obat, jelaslah bahwa papan penunjuk toko obat tidak akan menyembuhkan seseorang dari penyakit. Anda minum obat yang manjur untuk menyembuhkan diri Anda tanpa terikat pada label obat tersebut. Begitu pula, jika ajaran Buddha itu manjur, maka gunakanlah dan jangan perhatikan label atau papan penunjuknya. Ajaran Buddha tidak bisa dipaksakan ke dalam kategori mana pun atau membatasinya di bawah papan penunjuk apa pun.

Orang-orang dari berbagai zaman dan tempat telah memberi beraneka label dan penafsiran terhadap ajaran Buddha. Bagi sebagian orang, ajaran Buddha mungkin hanya tampak sebagai kumpulan praktik takhayul. Bagi kelompok lainnya, ajaran Buddha mungkin suatu label yang bagus untuk digunakan demi keuntungan sementara. Bagi kelompok lainnya, ajaran Buddha itu kuno. Tetapi bagi kelompok lain, ajaran Buddha merupakan suatu sistem berpikir bagi kaum cendekiawan saja. Bagi sebagian orang lainnya, ajaran Buddha adalah penemuan ilmiah. Bagi umat Buddha yang taat dan bajik, ajaran Buddha berarti seluruh hidupnya, pemenuhan semua cita-cita material dan spiritualnya; dalam hal ini kita dapat mengatakan bahwa ajaran Buddha adalah cara hidup mulia.

Sebagian kaum cendekiawan memandang ajaran Buddha sebagai produk lingkungan India atau hasil pengembangan ajaran agama lain di India. Anggapan ini tidak sepenuhnya tepat. Ajaran Buddha tidak lain adalah kebenaran mulia. Ajaran Buddha adalah pendekatan intelektual terhadap realitas. Penyadaran Buddha akan masalah universal tidak datang melalui proses intelektual atau rasional saja, tetapi melalui pengembangan dan pemurnian batin. Sikap intelektual mengingatkan pada perilaku ilmiah. Hal ini membuat Buddha benar-benar unik di antara para guru religi sepanjang masa. Tentu saja tingginya standar intelektual dan etika yang berlaku pada masa itu di India merupakan kondisi awal bagi bangkitnya kembali cahaya Dhamma dari kegelapan. Ribuan tahun perkembangan agama dan filosofi di tanah India telah meninggalkan timbunan gagasan yang kaya dan subur yang membentuk lingkungan paling memadai bagi benih Dhamma untuk tumbuh subur. Yunani, China, Mesir, dan Babilonia, karena pikiran angkuh mereka, tidak mencapai kualitas visi yang sama dengan guru-guru yang tinggal di hutan dan gunung India. Benih Kecerahan yang telah dilahirkan, seperti benih bersayap dari ladang yang jauh, dari dunia di luar angkasa dan waktu yang jauh tak terbatas dari masa kita, tumbuh dan berkembang di sudut timur laut India. Benih Kecerahan ini terwujud penuh dalam pengalaman seseorang, Buddha Gotama. Cikal bakal dari ajaran Buddha adalah pengalaman yang disebut “Kecerahan” ini. Dengan pengalaman Kecerahan ini, Buddha memulai ajaran-Nya, tidak dengan kepercayaan dogmatik atau misteri apa pun, tetapi dengan pengalaman yang sah, yang Ia berikan kepada dunia sebagai kebenaran universal. Karena itu, definisi sebenarnya dari ajaran Buddha adalah “Kebenaran Suciwan”. Ingat bahwa Buddha tidak mengajar dari teori. Ia selalu mengajar dari sudut praktis berdasarkan pemahaman-Nya, Kecerahan-Nya, dan penyadaran-

Nya akan kebenaran. Ia terus-menerus mendorong pengikut-Nya untuk melihat “sesuatu sebagaimana adanya”.

Ajaran Buddha dimulai dengan pemahaman benar yang menjelma lebih dari 2.500 tahun yang lalu dalam pribadi Siddhattha Gotama. Ketika Buddha memperkenalkan ajaran-Nya, niat-Nya bukanlah untuk membangun konsep diri dalam pikiran manusia dan menciptakan lebih banyak nafsu akan hidup abadi dan kesenangan indrawi. Alih-alih, niat-Nya adalah untuk menunjukkan kesia-siaan hidup keduniawian dan menunjukkan jalan praktis yang benar menuju keselamatan yang ditemukan-Nya.

Ajaran Buddha yang murni menyingkap dengan tajam sifat sejati kehidupan dan dunia. Akan tetapi, harus dibedakan antara ajaran Buddha yang original (sering disebut Dhamma atau Kata-kata Buddha) dan ajaran yang berkembang berdasarkan ajaran-Nya, yang umum disebut “agama Buddha”.

Ajaran Buddha tidak hanya mengawali suatu agama, tetapi menginspirasi mekarnya seluruh peradaban. Ajaran ini menjadi suatu kekuatan besar peradaban yang bergerak dalam sejarah banyak budaya dan bangsa. Memang, ajaran Buddha telah menjadi salah satu peradaban terbesar yang dikenal dunia. Ajaran Buddha memiliki sejarah mengagumkan tentang pencapaian dalam bidang sastra, seni, filsafat, psikologi, etika, arsitektur, dan budaya. Selama berabad-abad, tak terhitung banyaknya lembaga pendidikan sosial didirikan di berbagai negara yang diperuntukkan bagi ajaran Buddha. Sejarah ajaran Buddha ditulis dalam tinta emas persaudaraan dan niat baik. Cara hidup dan praktik umat Buddha berubah menjadi cara hidup religius yang rasional, ilmiah, dan praktis untuk pengembangan spiritual semenjak Buddha

membabarkan ajaran-Nya dan menunjukkan tujuan dan arti sebenarnya hidup dan agama. Semua ini karena orang memiliki kesempatan untuk membuka pikiran mereka dengan bebas.

### **Pengaruh Ajaran Buddha Terhadap Peradaban**

Ajaran Buddha dewasa ini tetap merupakan kekuatan besar peradaban dalam dunia modern. Sebagai suatu kekuatan peradaban, ajaran Buddha membangun kehormatan dan rasa tanggung jawab banyak orang dan membangkitkan semangat banyak bangsa. Ajaran Buddha mendorong kemajuan spiritual dengan menarik daya pikir umat manusia. Ajaran Buddha meningkatkan rasa toleransi dalam diri orang dengan tetap terbebas dari kesempitan dan fanatisme agama dan bangsa. Ajaran Buddha menenangkan dan menjernihkan batin para warga negara. Singkatnya, ajaran Buddha menumbuhkan rasa percaya diri dengan mengajarkan bahwa seluruh nasib manusia ada di tangan kita sendiri, dan bahwa diri kita sendiri memiliki kemampuan untuk mengembangkan kekuatan dan wawasan untuk mencapai tujuan tertinggi.

Selama lebih dari dua ribu tahun, ajaran Buddha telah memuaskan kebutuhan spiritual hampir seperlima jumlah umat manusia. Hari ini, daya tarik ajaran Buddha masih tetap kuat. Ajaran Buddha tetap berada di antara sumber spiritual terkaya karena ajaran ini mengangkat upaya manusia ke tingkat yang lebih tinggi, lebih dari sekadar pengejaran kebutuhan dan nafsu yang tak pernah terpuaskan. Karena keluasan cara pandangnya, visi hidup Buddha cenderung menarik kaum intelektual yang telah lelah mencari pemahaman sendiri. Bagaimanapun, buah dari visi Buddha adalah sesuatu yang lebih dari latihan atau penghiburan intelektual yang tak berguna. Ajaran Buddha tidak menyuguhkan spekulasi verbal

dan argumen demi dirinya sendiri.

Ajaran Buddha itu praktis, rasional, dan menawarkan pandangan yang realistis tentang kehidupan dan dunia. Ajaran Buddha tidak memikat orang untuk hidup dalam surga yang aneh ataupun menakut-nakuti dan membuat orang menderita dengan segala jenis khayalan ketakutan dan perasaan bersalah. Ajaran Buddha juga tidak menciptakan kefanatikan agama untuk mengusik penganut agama lain. Sikap umat Buddha terhadap agama lain sungguh luar biasa. Alih-alih mengubah penganut agama lain menjadi pengikut Buddha, umat Buddha mendorong mereka untuk menjalani agama mereka sendiri karena umat Buddha tidak pernah berpikir bahwa penganut agama lain adalah orang yang buruk. Ajaran Buddha memberi tahu kita secara tepat dan obyektif apakah diri kita itu dan apakah dunia di sekitar kita itu, dan menunjukkan kita jalan menuju keterbebasan, kedamaian, keheningan, dan kebahagiaan sempurna.

Jika umat manusia saat ini akan dijauhkan dari tindakan yang bertentangan dengan standar moral yang diajarkan agama, ajaran Buddha adalah sarana yang paling efektif. Ajaran Buddha adalah agama kemanusiaan, yang penemunya adalah seorang manusia yang tidak mencari pengungkapan atau campur tangan ilahi dalam pembentukan ajaran-Nya. Pada masa di mana orang bergembira dengan keberhasilan mengendalikan dunia materi, manusia mungkin akan meninjau balik pengendalian fenomena tersulit, yaitu diri sendiri. Dalam tugas inilah, manusia modern akan menemukan ajaran Buddha sebagai jawaban untuk berbagai masalah dan keraguannya.

Hari ini, ajaran Buddha menarik bagi bangsa Barat karena



ajaran Buddha tidak memiliki dogma dan memuaskan hati maupun pikiran. Ajaran Buddha berpegang pada keyakinan yang digabung dengan toleransi terhadap orang lain. Ajaran Buddha mencakup penemuan ilmiah modern, jika ditunjukkan untuk hal yang membangun. Ajaran Buddha menunjuk manusia sendiri sebagai pencipta kehidupannya saat ini dan sebagai perancang tunggal nasibnya sendiri. Demikianlah sifat ajaran Buddha. Inilah sebabnya mengapa banyak pemikir modern yang bukan umat Buddha menggambarkan ajaran Buddha sebagai suatu agama keterbebasan dan akal budi.

Pesan Buddha tentang kedamaian dan kewelasan memancar ke segenap arah dan jutaan orang datang menyerapnya secara langsung sebagai suatu cara baru kehidupan beragama.

## **Sumbangsih Ajaran Buddha bagi Umat Manusia**

Ajaran Buddha sebagai suatu agama telah melayani harapan dan cita-cita manusia dengan baik; telah membantu perkembangan makhluk sosial dengan cara hidup yang patut dihargai dan semangat kebersamaan yang ditandai dengan usaha keras menuju kedamaian dan kebahagiaan. Ajaran Buddha telah menjadi lini depan kesejahteraan manusia.

Bahkan dalam politik, ajaran Buddha tercatat dalam banyak peristiwa sebagai terobosan besar bagi keadilan, prosedur demokrasi, dan kehormatan nilai-nilai moral dasar. Ajaran Buddha telah memberikan cita rasa berbeda bagi budaya Timur. Ajaran Buddha telah memberikan perilaku etika dasar di antara masyarakat yang menyerapnya dalam berbagai bentuk.

Memang potensi besar ajaran Buddha belum disadari sepenuhnya oleh kebanyakan orang yang telah menyerapnya sampai batas tertentu. Kapasitas ajaran Buddha untuk meningkatkan potensi individu dan umum telah dikalahkan oleh sumbangsih ajaran Buddha dalam bidang seni dan sastra. Namun satu aspek ajaran Buddha yang tetap merupakan hal penting sepanjang sejarahnya adalah pada rasionalismenya. Akal budi, walaupun sering dilanggar, adalah sesuatu yang dimiliki manusia, untuk membuat manusia beradab, tak peduli betapa kaburnya hal itu dengan segi-segi sifat manusia lainnya seperti emosi. Ajaran Buddha akan terus mendesak manusia menjadi makhluk berakal budi, diatur oleh pikiran, tetapi juga memberi pertimbangan pada hati.

Sumbangsih Buddha terhadap kemajuan sosial dan spiritual umat manusia sangatlah luar biasa bahwasanya pesan-Nya yang menyebar ke seluruh dunia mendapatkan rasa kasih dan perhatian orang-orang dengan rasa hormat yang belum pernah terjadi sebelumnya. Baik untuk diketahui bahwa ajaran Buddha tidak memilih orang dengan mengikuti mereka untuk mengubah mereka dengan janji-janji surga. Orang-oranglah yang memilih ajaran Buddha.

## **Kebenaran Tertinggi**

*Kebenaran tak konvensional yang ditemukan Buddha adalah kebenaran tertinggi.*

Ajaran Buddha mengenal dua jenis kebenaran. Kebenaran konvensional yang tampak dan kebenaran sejati atau tertinggi. Kebenaran tertinggi hanya dapat ditembusi dengan pengembangan

batin melalui meditasi, bukan dengan berteori atau berspekulasi.

Ajaran Buddha adalah tentang kebenaran tertinggi mengenai dunia. Ajaran Buddha adalah contoh pertama pendekatan ilmiah murni yang diterapkan atas pertanyaan yang berkenaan dengan sifat sejati kehidupan. Ajaran abadi ini ditemukan oleh Buddha sendiri tanpa bantuan pihak ilahi apa pun. Ajaran ini cukup kuat untuk menghadapi tantangan apa pun tanpa mengubah prinsip dasar doktrin tersebut. Agama mana pun yang terpaksa berubah atau menyesuaikan ajaran aslinya supaya sesuai dengan dunia modern adalah agama yang tidak memiliki dasar kuat dan tidak mengandung kebenaran tertinggi di dalamnya. Ajaran Buddha dapat memelihara kebenaran ajaran asli Sang Guru bahkan dalam keadaan sulit yang terjadi di dunia modern. Ajaran Buddha mampu menghadapi tantangan sekeras apa pun dari metode pertanyaan ilmiah. Buddha tidak memperkenalkan praktik duniawi atau pribadi tertentu yang tidak berhubungan dengan moralitas atau praktik religius. Bagi Buddha, praktik semacam itu justru tidak memiliki nilai spiritual. Kita harus membedakan antara apa yang diajarkan Buddha dan apa yang diajarkan dan dipraktikkan orang dalam nama agama Buddha.

Setiap agama tidak hanya terdiri dari ajaran pendirinya, tetapi juga ritual dan upacara yang telah tumbuh di sekitar inti dasar ajaran itu. Ritual dan upacara ini berasal dari praktik budaya orang-orang yang menerima agama itu. Biasanya pendiri agama-agama besar tidak menetapkan aturan rinci mengenai ritual yang dilakukan. Tetapi pemimpin agama yang muncul sesudahnya memformalkan agama itu dan membuat kode-kode perilaku yang tidak boleh dilanggar para pengikutnya. Seperti telah kita bahas sebelumnya, ini adalah salah satu alasan mengapa Buddha tidak menunjuk penerus.

Bahkan ajaran yang hari ini kita sebut “agama Buddha” sangat berbeda dalam hal praktik eksternalnya dengan apa yang dilakukan oleh Buddha dan pengikut-Nya pada awalnya. Pengaruh budaya dan lingkungan selama berabad-abad telah membuat cara hidup umat Buddha di Myanmar, Thailand, China, Tibet, Sri Lanka, Jepang, dan Korea berbeda-beda. Tetapi praktik-praktik ini tidak bertentangan, karena Buddha mengajarkan bahwa jika kebenaran itu adalah mutlak, perwujudan fisik kebenaran ini dapat berbeda menurut cara hidup orang yang memeluknya.

Jadi agama modern yang kita lihat di berbagai negara merupakan produk manusia biasa yang hidup di suatu negara dan menyesuaikan dengan berbagai lingkungan sosial dan budaya. Bagaimanapun, ajaran Buddha sebagai suatu agama tidak dimulai dengan sistem adidunia yang turun dari surga. Melainkan ajaran Buddha dilahirkan dan berevolusi melalui proses sejarah yang panjang. Dalam proses evolusinya, banyak orang perlahan-lahan menjauh dari ajaran asli sang pendiri dan memulai tradisi atau aliran baru yang berbeda. Semua agama lain yang masih ada saat ini juga menghadapi situasi yang sama.

Beberapa ratus tahun setelah Buddha wafat, murid-murid-Nya mendirikan agama yang berkisar mengenai ajaran Sang Guru. Sementara mendirikan agama, mereka bergabung dengan konsep dan kepercayaan lain, berbagai jenis mukjizat, mistisisme, pernuzuman, jimat, mantra, doa, ritual, dan banyak tata cara yang tidak ditemukan dalam ajaran awal. Saat kepercayaan dan praktik keagamaan dari luar ini diperkenalkan, banyak orang lalai mengembangkan praktik terpenting yang ada dalam ajaran asli, yaitu: disiplin diri, kendali diri, pemupukan moralitas, dan pengembangan spiritual. Bukannya mempraktikkan ajaran asli,

orang-orang malah memberi perhatian dan usaha lebih pada penangkalan roh jahat dan kesialan atau pengaruh jelek dari bintang-bintang, ilmu hitam, dan penyakit.

Dalam hal ini, sejalan dengan waktu, praktik dan kepercayaan beragama menurun, terhambat oleh pencarian duniawi. Bahkan saat ini, banyak orang percaya bahwa mereka dapat terlepas dari kesulitan dengan pengaruh kekuatan eksternal. Orang masih saja bergantung pada kepercayaan ini. Mereka mengabaikan pengembangan kekuatan tekad, kecerdasan, pemahaman, dan berbagai kualitas manusia lainnya. Dengan kata lain, orang mulai menyalahgunakan kepandaian manusiawi mereka dengan mengikuti kepercayaan dan praktik semacam itu dalam nama agama Buddha. Mereka malah jadi mengotori kemurnian pesan Buddha.

Oleh karenanya, seseorang seharusnya tidak terburu-buru menyimpulkan, baik untuk memutuskan keabsahan suatu agama maupun untuk mengecam suatu agama hanya dengan mengamati apa yang dilakukan orang-orang dalam nama agama tersebut. Untuk memahami dan menilai sifat sejati suatu agama, seseorang harus mempelajari dan menyelidiki ajaran asli pendiri agama itu.

Pada masa berlimpahnya gagasan dan praktik yang berkembang kemudian, sebaiknya kita kembali ke Dhamma positif dan abadi yang diajarkan Buddha. Apa pun yang dipercaya dan dipraktikkan orang dalam nama agama Buddha, ajaran dasar Buddha masih ada dalam naskah-naskah otentik Buddhis.

## Dua Tradisi Utama Buddhisme

*Pengikut sejati Buddha dapat mempraktikkan ajaran Buddha tanpa melekat pada tradisi atau sekte apa pun.*

Beberapa ratus tahun setelah Buddha wafat, muncullah delapan belas tradisi atau aliran yang semuanya menyatakan sebagai perwakilan ajaran asli Buddha. Perbedaan di antara tradisi-tradisi ini pada dasarnya terjadi karena berbagai penafsiran ajaran Buddha. Selama kurun waktu tertentu tradisi-tradisi ini terlebur secara bertahap menjadi dua tradisi utama: Theravāda dan Mahāyāna. Saat ini, mayoritas pengikut ajaran Buddha terbagi dalam kedua tradisi ini.

Pada dasarnya tradisi Buddhisme Mahāyāna timbul dari ajaran Buddha bahwa setiap individu memiliki potensi Kebuddhaan dalam dirinya. Penganut Theravāda berkata bahwa potensi ini dapat direalisasi melalui upaya sendiri. Penganut Mahāyāna, sebaliknya, percaya bahwa mereka dapat mencari keselamatan melalui campur tangan makhluk agung yang disebut *Bodhisattwa* (Pāli: *Bodhisatta*). Menurut mereka, *Bodhisattwa* adalah Buddha masa depan, yang karena kewelasan kepada manusia, telah menunda pencapaian Kebuddhaan mereka sendiri sampai mereka telah menolong semua makhluk lain menuju keterbebasan. Walaupun ada perbedaan yang mendasar ini, bagaimanapun, mesti ditekankan bahwa secara doktrin sama sekali tidak ada pertentangan mengenai Dhamma sebagaimana yang terkandung dalam naskah suci Tipiṭaka. Karena umat Buddha telah didorong oleh Sang Guru untuk secara hati-hati mempertanyakan kebenaran, mereka bebas untuk menafsirkan ayat suci menurut pemahaman mereka. Tetapi di atas semua itu, baik Mahāyāna maupun Theravāda adalah satu dalam penerimaan

mereka akan Buddha dan Dhamma-Nya sebagai satu-satunya metode untuk merealisasi kebahagiaan tertinggi *Nibbāna*.

Hal yang disepakati di antara kedua tradisi itu adalah sebagai berikut:

- Keduanya menerima Buddha Sakyamuni sebagai guru utama.
- Empat Kebenaran Suciwan persis sama di kedua tradisi.
- Jalan Delapan Faktor Suciwan persis sama di kedua tradisi.
- Kaidah *Paṭicca-Samuppāda* atau Kemunculan Bersebab sama di kedua tradisi.
- Keduanya menolak gagasan suatu makhluk adikuasa yang menciptakan dan memerintah dunia.
- Keduanya menerima hukum karma seperti yang diajarkan Buddha.
- Keduanya menerima *anicca, dukkha, anattā* dan *sīla, samādhi, paññā* tanpa perbedaan apa pun.
- Keduanya menolak kepercayaan akan jiwa abadi.
- Keduanya menerima kelahiran ulang di alam-alam kehidupan setelah kematian.
- Keduanya menerima adanya *devaloka* (alam dewa) dan *brahmaloka* (alam brahma).
- Keduanya menerima *Nibbāna* sebagai tujuan akhir atau keselamatan.

Sebagian orang berpandangan bahwa Theravāda mementingkan diri sendiri karena mengajarkan bahwa orang harus mencari keselamatan mereka sendiri. Tetapi bagaimana mungkin orang yang mementingkan diri sendiri dapat merealisasi Kecerahan? Kedua tradisi menerima ketiga *yāna* atau *Bodhi* dan menganggap aspirasi *Bodhisatta* sebagai yang tertinggi. Mahāyāna telah menciptakan banyak *Bodhisattwa* metafisik, sedangkan Theravāda

percaya bahwa seorang *Bodhisatta* adalah seseorang di antara kita yang mengabdikan seluruh hidupnya untuk pencapaian kesempurnaan, dan akhirnya menjadi seorang Buddha yang tercerahkan sempurna bagi kesejahteraan dan kebahagiaan dunia.

Istilah *Hīnayāna* (Kendaraan Kecil) dan *Mahāyāna* (Kendaraan Besar) tidak dikenal dalam literatur Pāḷi yang dirujuk oleh Theravāda. Istilah itu tidak ditemukan dalam Kanon Pāḷi (Tipiṭaka) atau dalam kitab komentar Tipiṭaka.

Penganut Buddhisme Theravāda pada umumnya mengikuti tradisi keagamaan ortodoks yang telah berlaku di India sejak dua ribu lima ratus tahun yang lalu. Mereka menjalani pelayanan agamanya dalam bahasa Pāḷi. Mereka juga berharap untuk merealisasi tujuan akhir (*Nibbāna*) dengan menjadi seorang Buddha Yang Tercerahkan Sempurna, Pacceka Buddha, atau *Arahā*. Mayoritas dari mereka lebih menyukai *Kearahattaan*. Umat Buddha di Sri Lanka, Myanmar, dan Thailand merupakan penganut tradisi ini. Praktik-praktik mereka sesuai dengan adat dan tradisi negara tempat mereka tinggal. Penganut Buddhisme Mahāyāna melakukan pelayanan agamanya dalam bahasa ibu mereka. Mereka berharap untuk merealisasi tujuan akhir (*Nibbāna*) dengan menjadi Buddha. Karenanya mereka menghormati Buddha maupun *Bodhisattwa* (makhluk yang bertekad untuk menjadi Buddha) dengan rasa hormat yang sama. Umat Buddha di China, Jepang, dan Korea merupakan penganut tradisi ini.

Kebanyakan dari mereka di Tibet dan Mongolia mengikuti tradisi Buddhisme lain yang dikenal sebagai *Vajrayāna*. Menurut para pelajar Buddhis, tradisi ini lebih cenderung ke aliran Mahāyāna.



Para pelajar secara universal menerima bahwa istilah "Hīnayāna" dan "Mahāyāna" merupakan temuan pada kemudian hari. Berbicara secara sejarah, Theravāda telah ada lama sebelum istilah ini muncul. Theravāda, yang dianggap sebagai ajaran asli Buddha, diperkenalkan ke Sri Lanka dan berdiri di sana pada abad ke-3 SM, selama masa Kaisar Asoka dari India. Pada masa itu tidak ada yang disebut Mahāyāna. Mahāyāna semacam itu muncul belakangan, sekitar awal era Kristen. Ajaran Buddha yang dikenalkan di Sri Lanka, dengan Tipiṭaka dan komentarnya, tetap ada di sana utuh sebagai Theravāda dan tidak terlibat perbantahan Hīnayāna—Mahāyāna yang berkembang kemudian di India. Karena itu agaknya tidak sah untuk memasukkan Theravāda ke dalam salah satu kategori ini. Bagaimanapun, setelah pengukuhan Persahabatan Umat Buddha Sedunia pada tahun 1950, orang yang tahu dengan baik, di Timur maupun di Barat, menggunakan istilah Theravāda, bukan istilah Hīnayāna, untuk merujuk umat Buddha yang tinggal di negara-negara Asia Tenggara. Namun ada orang ketinggalan zaman yang masih memakai istilah Hīnayāna. Kenyataannya, *Samādhi Nirmorcana Sutra* (suatu *Sutra* Mahāyāna) dengan jelas berkata bahwa Śrāvakayāna—Theravāda dan Mahāyāna mengandung satu *yāna* (*Ekayāna*) dan bahwa mereka bukanlah dua "kendaraan" yang berbeda.

Harus ditekankan di sini bahwa walaupun tradisi-tradisi Buddhisme menganut pendapat yang berbeda akan ajaran Buddha, mereka tidak pernah melakukan kekerasan atau pertumpahan darah dan telah berdampingan secara damai selama lebih dari dua ribu tahun. Tak satu pun yang melakukan perang agama atau serangan satu sama lain sepanjang sejarah. Inilah uniknya toleransi umat Buddha.



# 5

## DOKTRIN DASAR

---



### Tipiṭaka

*Tipiṭaka adalah kumpulan ajaran Buddha selama 45 tahun dalam bahasa Pāli. Terdiri dari Sutta—doktrin umum, Vinaya—kode disiplin, dan Abhidhamma—psikologi mutlak.*

Tipiṭaka dihimpun dan disusun dalam bentuknya seperti saat ini oleh para *Arahanta* yang memiliki kontak langsung dengan Sang Guru sendiri.

Buddha telah wafat, namun Dhamma luhur yang Ia wariskan secara terbuka kepada manusia tetap hidup dalam kemurniannya. Walaupun Sang Guru tidak meninggalkan catatan tertulis tentang ajaran-Nya, para siswa terkemuka-Nya melestarikannya dengan apa adanya secara ingatan dan menurunkannya secara oral dari

generasi ke generasi.

Segera setelah Buddha wafat, lima ratus *Arahanta* terkemuka mengadakan suatu sidang yang dikenal sebagai Sidang Buddhis Pertama untuk menyusun kembali doktrin yang diajarkan Buddha. Yang Ariya Ānanda, pendamping setia Buddha yang berkesempatan khusus mendengarkan semua ceramah yang pernah dibabarkan Buddha, menuturkan Dhamma, sementara Yang Ariya Upali menuturkan *Vinaya*, aturan disiplin *Saṅgha*.

Seratus tahun setelah Sidang Buddhis Pertama, pada masa Raja Kālāsoka, sebagian murid memandang perlu untuk mengubah beberapa aturan kecil. Bhikkhu yang ortodoks berkata bahwa tidak ada yang perlu diubah, sementara yang lain bersikeras untuk memodifikasi beberapa aturan disiplin. Akhirnya, tumbuhlah tradisi yang berbeda-beda setelah sidang ini. Dalam Sidang Buddhis Kedua, hanya hal-hal yang menyangkut *Vinaya* yang dibahas dan tidak ada kontroversi yang dilaporkan dalam hal Dhamma.

Pada abad ke-3 SM, semasa Kaisar Asoka, Sidang Buddhis Ketiga diselenggarakan untuk membahas perbedaan-perbedaan pendapat yang dianut oleh komunitas *Saṅgha*. Dalam sidang ini perbedaan itu tidak dibatasi pada *Vinaya*, tetapi juga menyangkut Dhamma. Pada akhir sidang ini, Ketua Sidang, Bhikkhu Moggaliputta Tissa, menyusun sebuah buku yang disebut *Kathāvattu* yang menolak pandangan dan teori yang keliru dan menyimpang yang dianut sebagian murid. Ajaran itu disepakati dan diterima oleh sidang ini yang dikenal sebagai Theravāda atau “Jalan Para Sesepuh”. *Abhidhamma Piṭaka* dibahas dan dimasukkan di sidang ini. Sidang Buddhis Keempat diadakan di Sri Lanka pada tahun 80 SM di bawah perlindungan Raja Vattāgāminī Abbaya yang bajik. Pada masa ini,

di Sri Lanka, Tipiṭaka untuk pertama kalinya dituliskan.

Harus ditekankan bahwa sementara penulisan berlanjut, tradisi dasar secara oral tetap dipertahankan. Setiap aspek ajaran dipertahankan dan dijunjung tinggi dalam ingatan daripada dalam catatan tertulis. Itulah sebabnya para siswa dikenal sebagai pendengar, *Sāvaka*. Dengan mendaras dan mendengarkan, mereka mempertahankan ajaran dalam tradisi oral selama lebih dari 2.500 tahun.

Tipiṭaka terdiri dari tiga bagian ajaran Buddha. Bagian itu adalah Disiplin (*Vinaya Piṭaka*), Ceramah (*Sutta Piṭaka*), dan Doktrin Mutlak (*Abhidhamma Piṭaka*).

### ***Vinaya Piṭaka***

*Vinaya Piṭaka* terutama berkaitan dengan aturan tata tertib bhikkhu dan bhikkhuni. Di sini digambarkan secara rinci perkembangan bertahap sistem pengajaran Buddha, serta catatan kehidupan dan petapaan Buddha. Secara tidak langsung *Vinaya Piṭaka* mengungkapkan beberapa informasi bermanfaat mengenai sejarah masa lampau, adat India, seni, ilmu pengetahuan, dan lain-lain.

Selama hampir dua puluh tahun sejak Kecerahan-Nya, Buddha tidak menetapkan aturan untuk mengatur *Saṅgha*. Pada kemudian hari, dengan terjadinya beberapa peristiwa dan bertambahnya jumlah pengikut, Buddha mengumumkan aturan untuk disiplin masa depan *Saṅgha*.

*Piṭaka* ini terdiri dari lima kitab:

- *Pārājika* (Pelanggaran Berat)
- *Pācittiya* (Pelanggaran Ringan)
- *Mahāvagga* (Kelompok Besar)
- *Cūlavagga* (Kelompok Kecil)
- *Parivāra* (Ikhtisar Aturan)

### **Sutta Piṭaka**

*Sutta Piṭaka* terdiri dari ceramah-ceramah utama yang diberikan oleh Buddha sendiri dalam berbagai peristiwa. Ada juga beberapa ceramah yang disampaikan oleh murid-murid-Nya yang terkemuka, seperti Sāriputta, Ānanda, Mahā Moggallāna, termasuk beberapa bhikkhuni terkemuka seperti Khemā, Uttarā, Visākhā, dan lain-lain. Kitab ini seperti buku resep, karena wacana di dalamnya menjelaskan secara terperinci dan menyesuaikan dengan berbagai kejadian dan perangai berbagai orang yang berbeda-beda. Mungkin ada pernyataan-pernyataan yang tampaknya bertentangan, namun hal ini sebaiknya tidak disalah-artikan karena hal ini dikatakan secara tepat oleh Buddha untuk menyesuaikan dengan maksud tertentu. Karena itu, moral, etika, disiplin, tugas, tanggung jawab, kewajiban, dan kualitas manusia dapat ditemukan semua dalam *Sutta Piṭaka*.

Kitab ini dibagi menjadi lima *Nikāya* atau kumpulan, yaitu:

- *Dīgha Nikāya* (Kumpulan Panjang)
- *Majjhima Nikāya* (Kumpulan Sedang)
- *Saṃyutta Nikāya* (Kumpulan Ujaran Setara)
- *Aṅguttara Nikāya* (Kumpulan Ujaran Berurutan)
- *Khuddaka Nikāya* (Kumpulan Naskah Kecil)

Kumpulan yang kelima dibagi lagi menjadi 15 risalat:

- *Khuddaka Pāṭha* (Naskah Pendek)
- *Dhammapada* (Syair Kebenaran)
- *Udāna* (Ungkapan Sukacita)
- *Itivuttaka* (Demikian yang Dikatakan)
- *Sutta Nipāta* (Himpunan Ceramah)
- *Vimāna Vatthu* (Cerita Kediaman Surgawi)
- *Peta Vatthu* (Cerita Hantu Menderita)
- *Theraḡāthā* (Ayat Para Thera)
- *Therīḡāthā* (Ayat Para Therī)
- *Jātaka* (Kisah Kelahiran)
- *Niddesa* (Penjelasan Terperinci)
- *Paṭisambhidāmagga* (Jalan Analitis)
- *Apadāna* (Kisah Riwayat)
- *Buddhavaṃsa* (Wangsa Para Buddha)
- *Cariyā Piṭaka* (Himpunan Perilaku)

### ***Abhidhamma Piṭaka***

*Abhidhamma*, bagi para pemikir mendalam, adalah kumpulan kitab yang paling penting dan menarik, karena mengandung filosofi dan psikologi mendalam dari ajaran Buddha, lain dari wacana sederhana dan gamblang dalam *Sutta Piṭaka*.

Dalam *Sutta Piṭaka* kita sering menjumpai istilah konvensional semacam individu, makhluk, dan sebagainya, tetapi dalam *Abhidhamma*, kita menjumpai istilah khusus, seperti guguṣ, pikiran, bentukan, dan sejenisnya.

Dalam *Sutta Piṭaka* ditemukan *Vohāra Desanā* (Ajaran Konvensional), sedangkan dalam *Abhidhamma* ditemukan *Paramattha Desanā* (Ajaran Mutlak). Dalam *Abhidhamma* segala sesuatu dianalisis dan

dijelaskan secara rinci, dan hal demikian disebut Doktrin Analitis (*Vibhajja Vāda*). Empat kemutlakan (*Paramattha*) diuraikan satu per satu dalam *Abhidhamma*. Keempat hal itu adalah *Citta* (Kesadaran), *Cetasika* (Faktor Pikiran), *Rūpa* (Bentuk), dan *Nibbāna* (Pemadaman).

Apa yang disebut dengan “makhluk” dianalisis secara mikroskopis dan unsur-unsurnya digambarkan terperinci. Akhirnya tujuan utama dan metode untuk mencapainya dijelaskan dengan segala perincian yang diperlukan.

*Abhidhamma Piṭaka* tersusun dari risalat berikut ini:

- *Dhammasaṅgaṇī* (Penguraian Dhamma)
- *Vibhaṅga* (Buku Telaah)
- *Dhātukathā* (Bahasan Unsur)
- *Puggalapaññātti* (Pengelompokan Jenis Manusia)
- *Kathāvatthu* (Hal Kontroversi)
- *Yamaka* (Buku Pasangan)
- *Paṭṭhāna* (Kaitan Musabab)

Menurut klasifikasi lainnya, yang disebutkan oleh Buddha sendiri, seluruh ajaran ada 9 bagian, yaitu: 1. *Sutta*, 2. *Geyya*, 3. *Veyyākaraṇa*, 4. *Gāthā*, 5. *Udāna*, 6. *Itivuttaka*, 7. *Jātaka*, 8. *Abbhutadhamma*, 9. *Vedalla*.

- *Sutta*—Ini adalah khotbah singkat, sedang, dan panjang yang diberikan oleh Buddha dalam berbagai peristiwa, seperti *Maṅgala Sutta* (Khotbah Berkah), *Ratana Sutta* (Khotbah Permata), *Mettā Sutta* (Khotbah Kasih), dan sebagainya. Menurut kitab komentar, *Vinaya Piṭaka* juga termasuk dalam bagian ini.
- *Geyya*—Ini adalah khotbah yang dicampur dengan *Gāthā* atau



ayat, seperti *Saḡāthavagga* dari *Samyutta Nikāya*.

- *Veyyākaraṇa*—Seluruh *Abhidhamma Piṭaka*, wacana tanpa ayat, dan semua yang tidak termasuk dalam kedelapan bagian lainnya merupakan kelompok ini.
- *Gāthā*—Ini termasuk ayat-ayat yang ditemukan dalam *Dhammapada* (Syair Kebenaran), *Theragāthā* (Ayat Para Thera), *Therīgāthā* (Ayat Para Therī), dan ayat-ayat terpisah yang tidak dikelompokkan ke dalam *Sutta*.
- *Udāna*—Ini merupakan Ungkapan Sukacita, salah satu bagian *Khuddaka Nikāya*.
- *Itivuttaka*—Ini adalah 112 ceramah yang dimulai dengan ungkapan: “Demikianlah yang dikatakan”. *Itivuttaka* adalah salah satu dari 15 buku yang terdiri dari *Khuddaka Nikāya*.
- *Jātaka*—Ini adalah 547 cerita kelahiran yang berkenaan dengan Buddha dalam kelahiran-kelahiran lampau-Nya.
- *Abbhutadhamma*—Ini adalah sedikit ceramah yang berhubungan dengan hal-hal indah dan luar biasa, sebagai contoh *Acchariya-Abbhutadhamma Sutta* dari *Majjhima Nikāya* (No. 123).
- *Vedalla*—Ini ceramah yang menyenangkan, seperti *Cūla Vedalla*, *Mahā Vedalla* (M.N. No. 43, 44), *Sammā Diṭṭhi Sutta* (M.N. No. 9), dan sebagainya. Pada beberapa khotbah ini, jawaban atas pertanyaan tertentu disampaikan dengan perasaan gembira.

## Apakah Abhidhamma Itu?

*Abhidhamma* adalah doktrin analisis mengenai indra mental dan unsur.

*Abhidhamma Piṭaka* memuat psikologi dan filosofi moral secara mendalam dari ajaran Buddha, kebalikan dari ceramah moral sederhana yang ada dalam *Sutta Piṭaka*. Pengetahuan yang diperoleh

dari *Sutta* tentu dapat membantu kita mengatasi kesulitan serta mengembangkan perilaku moral dan melatih batin kita. Dengan memiliki pengetahuan semacam itu akan memungkinkan kita untuk menjalani hidup yang damai, terhormat, aman, dan mulia. Dengan mendengarkan khotbah-khotbah, kita mengembangkan pemahaman akan Dhamma dan membangun hidup kita sehari-hari sesuai dengannya.

Konsep di balik kata-kata dan istilah tertentu yang digunakan dalam *Sutta Piṭaka*, bagaimanapun, dapat berubah dan sebaiknya ditafsirkan dalam konteks lingkungan sosial yang terjadi pada masa Buddha. Konsep yang digunakan dalam *Sutta* ibarat kata dan istilah konvensional yang digunakan orang awam untuk menggambarkan hal ilmiah. Sementara konsep dalam *Sutta* adalah untuk dipahami dalam nilai konvensional, konsep yang digunakan dalam *Abhidhamma* harus dipahami dalam nilai yang mendalam. Ajaran yang digambarkan dalam *Abhidhamma* adalah seperti istilah ilmiah dan teknis tepat yang dipakai ilmuwan untuk menghindari kesalahpahaman.

Hanya dalam *Abhidhamma* diberikan penjelasan tentang bagaimana dan detak mental yang mana seseorang dapat menciptakan pikiran karma baik dan buruk, menurut keinginannya dan keadaan mental lainnya. Penjelasan yang jernih tentang sifat indra yang berbeda-beda dan tafsir analisis unsur yang tepat bisa ditemukan dalam kumpulan ceramah penting ini.

Memahami Dhamma melalui pengetahuan yang diperoleh dari *Sutta* adalah seperti pengetahuan yang didapat dari mempelajari resep untuk jenis penyakit yang berbeda-beda. Pengetahuan tersebut jika diterapkan tentunya dapat menolong menyembuhkan

suatu jenis penyakit tertentu. Sebaliknya, dokter yang ahli, dengan pengetahuannya yang tepat, dapat mendiagnosis jenis penyakit yang lebih luas dan menemukan penyebabnya. Pengetahuan spesialis ini menempatkannya dalam posisi yang lebih baik untuk meresepkan obat yang lebih efektif. Demikian pula, seseorang yang telah mempelajari *Abhidhamma* dapat lebih memahami sifat pikiran dan menganalisis perilaku mental yang menyebabkan seseorang melakukan kesalahan atau mengembangkan kemauan untuk menghindari kejahatan.

*Abhidhamma* mengajarkan bahwa kepercayaan egoistis dan konsep lainnya seperti “aku”, “kamu”, “orang”, dan “dunia” yang kita gunakan dalam percakapan sehari-hari tidak menggambarkan dengan tepat sifat sejati keberadaan. Konsep konvensional tidak mencerminkan sifat sejati dari kesenangan, ketidakpastian, ketaktetapan hal yang tersusun, dan konflik antar-unsur dan energi intrinsik dalam semua zat bergerak atau tidak bergerak. Doktrin *Abhidhamma* menjelaskan tentang sifat sejati manusia dan menganalisis kondisi manusia secara lebih lanjut dibandingkan dengan studi lain yang dikenal.

*Abhidhamma* berhubungan dengan kenyataan yang ada dalam indra tertinggi, atau *Paramattha Dhamma* dalam bahasa Pāḷi. Empat kemutlakan tersebut adalah:

- *Citta*, batin atau kesadaran, didefinisikan sebagai “yang mengetahui atau mengalami” sesuatu.
- *Cetasika*, faktor pikiran yang timbul dan terjadi bersama dengan *citta*.
- *Rūpa*, fenomena fisik atau bentuk materi.
- *Nibbāna*, kebahagiaan tak tersusun yang merupakan tujuan akhir.

*Citta*, *cetasika*, dan *rūpa* merupakan realitas tersusun. Mereka timbul karena kondisi dan akan hilang jika kondisi yang mendukungnya tidak lagi berlanjut. Mereka merupakan keadaan yang tidak tetap. *Nibbāna*, sebaliknya, merupakan realitas tak tersusun. *Nibbāna* tidak timbul dan, karenanya, tidak lenyap. Keempat kemutlakan ini dapat dialami, tak peduli nama apa pun yang kita sematkan untuk mereka. Selain kemutlakan ini, segala sesuatu—baik di dalam maupun di luar diri kita; baik pada masa lampau, masa kini, maupun masa depan; baik kasar maupun halus; rendah maupun mulia; jauh maupun dekat—adalah konsep belaka dan bukanlah kenyataan mutlak.

*Citta*, *cetasika*, dan *Nibbāna* juga disebut *nāma*. *Nibbāna* adalah *nāma* tak tersusun. Kedua *nāma* yang tersusun, yaitu *citta* dan *cetasika*, bersama dengan *rūpa* (bentuk), membentuk makhluk psikofisik, termasuk manusia. Baik batin maupun bentuk—atau *nāma-rūpa*—dianalisis dalam *Abhidhamma* bagaikan di bawah mikroskop. Kejadian yang berhubungan dengan kelahiran dan kematian dijelaskan secara rinci. *Abhidhamma* menjernihkan titik-titik rumit dari Dhamma dan memungkinkan timbulnya pemahaman akan realitas, karenanya *Abhidhamma* menyingkapkan jalan keterbebasan. Penysadaran yang kita peroleh dari *Abhidhamma* mengenai kehidupan dan dunia bukanlah untuk dipahami secara konvensional, karena merupakan kenyataan mutlak.

Penjelasan rinci tentang proses pikiran dalam *Abhidhamma* tidak dapat ditemukan dalam risalat psikologis lain, baik di Timur maupun di Barat. Kesadaran didefinisikan, sedangkan pikiran dianalisis dan dikelompokkan terutama dari sudut pandang etis. Komposisi tiap jenis kesadaran dinyatakan secara rinci. Kenyataan bahwa kesadaran mengalir seperti sungai, pandangan

yang dikemukakan oleh psikolog seperti William James, menjadi sangat jelas bagi seseorang yang memahami *Abhidhamma*. Sebagai tambahan, seorang pelajar *Abhidhamma* dapat memahami sepenuhnya doktrin *anattā* (tanpa-diri), yang penting, baik dari sudut pandang filosofis maupun etis.

*Abhidhamma* menjelaskan proses kelahiran ulang setelah terjadinya kematian dalam berbagai bentuk tanpa sesuatu apa pun yang berpindah dari satu kehidupan ke kehidupan lainnya. Penjelasan ini merupakan dukungan kepada doktrin karma dan kelahiran ulang. Kitab ini juga memberikan banyak perincian tentang pikiran, unit-unit kekuatan mental dan materi, sifat benda, sumber benda, dan hubungan pikiran dan benda.

Dalam *Abhidhammattha Saṅgaha*, suatu panduan *Abhidhamma*, ada penjelasan singkat tentang Hukum Kemunculan Bersebab, diikuti dengan catatan deskriptif tentang hubungan sebab-akibat yang tiada bandingnya dalam studi lain mana pun di dunia ini. Karena penjelasannya yang analitis dan mendalam, *Abhidhamma* tidak dirancang untuk para pembaca sekilas.

Sampai sejauh mana kita dapat membandingkan psikologi modern dengan analisis dalam *Abhidhamma*? Psikologi modern, yang terbatas adanya, tercakup dalam *Abhidhamma* sejauh berhubungan dengan pikiran—dengan proses pikiran dan keadaan mental. Perbedaannya terletak pada kenyataan bahwa *Abhidhamma* tidak menerima konsep psikis atau jiwa.

Analisis sifat pikiran yang diberikan dalam *Abhidhamma* tidak terdapat dalam sumber lainnya. Bahkan psikolog modern masih berada dalam kegelapan dalam pokok bahasan seperti dorongan

mental atau detak mental (*javana-citta*) seperti yang dibahas dalam *Abhidhamma*. Dr. Graham Howe, seorang psikolog terkemuka *Harley Street*, menulis dalam bukunya, *The Invisible Anatomy*:

“Dalam berbagai karya, seperti yang diperlihatkan oleh pionir C.G. Jung, banyak psikolog telah menemukan bahwa kita ini mendekati ajaran Buddha. Setelah membaca sedikit tentang ajaran Buddha, kita menyadari bahwa umat Buddha telah mengetahui sejak 2.500 tahun yang lalu mengenai psikologi modern, jauh melebihi kita. Mereka mempelajari masalah ini sejak dahulu dan juga menemukan jawabannya. Sekarang ini kita menemukan kembali kebijaksanaan kuno dunia Timur.”

Sebagian pelajar menyatakan bahwa *Abhidhamma* bukanlah ajaran Buddha, melainkan tumbuh dari komentar-komentar terhadap ajaran dasar Buddha. Komentar ini dikatakan merupakan karya bhikkhu pelajar hebat. Bagaimanapun, tradisi menghubungkan inti *Abhidhamma* dengan Buddha sendiri.

Para komentator menyatakan bahwa Buddha, sebagai tanda terima kasih kepada ibu-Nya yang terlahir sebagai dewa di suatu alam surga, memabarkan *Abhidhamma* kepada ibu-Nya dan dewa-dewa lain selama tiga bulan berturut-turut. Topik-topik inti (*mātikā*) dari ajaran tingkat lanjut, seperti tataran moral (*kusala Dhamma*) dan tataran amoral (*akusala Dhamma*) diulangi oleh Buddha kepada Sāriputta Thera, yang kemudian menjabarkan dan menghimpunnya menjadi enam bagian.

Sejak zaman dahulu ada kontroversi apakah *Abhidhamma* benar-benar diajarkan oleh Buddha sendiri. Diskusi ini barangkali menarik untuk tujuan akademis, sementara yang penting bagi kita adalah

untuk mengalami dan memahami kenyataan yang digambarkan dalam *Abhidhamma*. Seseorang akan menyadari sendiri bahwa kebenaran yang mendalam dan konsisten semacam itu hanya dapat keluar dari suatu sumber tercerahkan tertinggi—dari seorang Buddha. Banyak hal yang terkandung dalam *Abhidhamma* juga ditemukan dalam *Sutta Piṭaka*, dan ceramah semacam itu belum pernah didengar sampai hal itu pertama kali dikatakan oleh Buddha. Karena itu, mereka yang menyatakan bahwa Buddha bukanlah sumber *Abhidhamma* akan harus mengatakan hal yang sama terhadap *Sutta*. Pernyataan semacam itu, tentu saja, tidak didukung oleh bukti.

Menurut tradisi Theravāda, inti, dasar, dan kerangka *Abhidhamma* dianggap berasal dari Buddha, walaupun tabulasi dan klasifikasinya merupakan karya para pengikut selanjutnya. Yang penting adalah intinya. Inilah yang akan kita coba alami oleh diri kita sendiri. Buddha sendiri dengan jelas menggunakan pengetahuan *Abhidhamma* untuk menjelaskan berbagai masalah psikologis, metafisik, dan filosofis. Perdebatan intelektual semata tentang apakah Buddha mengajarkan *Abhidhamma* atau tidak, tidak akan membantu kita dalam memahami kenyataan.

Pertanyaan juga muncul mengenai apakah *Abhidhamma* esensial bagi praktik Dhamma. Jawabannya akan tergantung pada individu yang menjalani praktik itu. Setiap orang bervariasi dalam tingkat pemahaman, perangai, dan pengembangan spiritualnya. Secara ideal, semua bidang spiritual sebaiknya diselaraskan, tetapi sebagian orang cukup puas dengan praktik devosi berdasarkan kepercayaan, sementara orang lain menggemari pengembangan pandangan cerah. *Abhidhamma* paling bermanfaat bagi mereka yang ingin memahami Dhamma dengan terperinci dan mendalam.

Hal ini membantu pengembangan pandangan akan Tiga Sifat Keberadaan: tak tetap, tak memuaskan, dan tanpa-diri. Hal ini bermanfaat bukan hanya selama dalam meditasi, tetapi juga semasa kita terlibat dalam berbagai hal duniawi. Kita mendapatkan banyak manfaat dari pelajaran *Abhidhamma* ketika kita mengalami kenyataan mutlak. Sebagai tambahan, pengetahuan menyeluruh *Abhidhamma* berguna bagi mereka yang terlibat dalam pengajaran dan penjelasan Dhamma. Pada kenyataannya, makna sebenarnya dari peristilahan ajaran Buddha yang paling penting seperti Dhamma, *kamma*, *saṃsāra*, *saṅkhāra*, *Paṭicca-Samuppāda*, dan *Nibbāna* tidak dapat dipahami tanpa pengetahuan *Abhidhamma*.

### **Batin dan Bentuk (Nāma-Rūpa)**

*Apakah batin itu? Bukan bentuk. Apakah bentuk itu? Bukan batin.*

Menurut ajaran Buddha, hidup merupakan gabungan dari batin (*nāma*) dan bentuk (*rūpa*). Batin terdiri atas gabungan perasaan, pencerapan, pemikiran, dan kesadaran. Bentuk terdiri atas gabungan empat unsur padat, cair, gerak, dan panas.

Hidup adalah paduan batin dan bentuk. Kerusakan adalah kurangnya koordinasi antara batin dan bentuk. Kematian adalah terpisahnya batin dan bentuk. Kelahiran ulang adalah tergabungnya kembali batin dan bentuk. Setelah meninggalnya tubuh fisik (bentuk), kekuatan mental (batin) tergabung dan membentuk kombinasi baru dengan bentuk materi lainnya dan menjadi kehidupan berikutnya.

Hubungan batin dengan bentuk adalah seperti hubungan baterai



dengan mesin mobil. Baterai membantu menjalankan mesin. Mesin membantu mengisi baterai. Kombinasi ini membantu menjalankan mobil. Dalam cara yang sama, bentuk membantu batin untuk berfungsi dan batin membantu bentuk untuk bergerak.

Ajaran Buddha mengajarkan bahwa hidup bukanlah soal materi saja, dan bahwa proses hidup berlanjut atau mengalir sebagai hasil dari sebab dan akibat. Unsur mental dan materi yang menyusun makhluk bernyawa dari amuba sampai gajah dan manusia, sebelumnya ada dalam bentuk-bentuk lain.

Walaupun sebagian orang berpandangan bahwa hidup berasal dari bentuk saja, para ilmuwan besar telah menerima bahwa batin mendahului bentuk sebagai asal kehidupan. Dalam ajaran Buddha, konsep ini disebut “kesadaran yang bertalian”.

Kita masing-masing, dalam pengertian tertinggi, adalah batin dan bentuk, suatu bauran fenomena mental dan materi, tidak lebih dari itu. Di luar kenyataan yang membentuk campuran *nāma-rūpa* ini, tidak ada yang disebut diri atau jiwa. Bagian pikiran dari campuran itu adalah yang mengalami suatu obyek. Bagian bentuk tidak mengalami apa pun. Ketika tubuh terluka, bukanlah fisik yang merasa sakit, melainkan bagian mental. Ketika kita lapar, bukan perut yang merasa lapar, tetapi batin lagi. Namun demikian, batin tidak dapat memakan makanan untuk meredakan lapar. Batin dan faktor-faktornya membuat tubuh mencerna makanan. Jadi baik *nāma* maupun *rūpa* tidak memiliki kekuatan sendiri-sendiri. Yang satu tergantung pada yang lainnya; yang satu mendukung yang lainnya. Baik batin maupun bentuk timbul karena kondisi, dan lenyap seketika, dan hal ini terjadi setiap saat dalam hidup kita. Dengan mempelajari dan mengalami kenyataan ini, kita akan

mendapatkan pandangan mengenai: (1) apakah kita sebenarnya; (2) apa yang kita temukan di sekitar kita; (3) bagaimana dan mengapa kita bereaksi terhadap apa yang ada di dalam dan di sekitar kita; dan (4) apa yang sebaiknya kita citakan untuk dicapai sebagai tujuan spiritual.

Pandangan terhadap sifat kehidupan psikofisik dapat diperoleh dengan menyadari bahwa hidup adalah ilusi, khayalan, atau gelembung, proses menjadi dan melenyap semata, atau muncul dan hilang. Apa pun yang ada, timbul dari sebab dan kondisi. Jika sebab dan kondisinya tiada, hal itu pun akan tiada.

## **Empat Kebenaran Suciwan**

*Mengapa kita ada di sini? Mengapa kita tidak bahagia dengan hidup kita? Apakah penyebab ketakpuasan kita? Bagaimana kita dapat melihat akhir ketakpuasan dan mengalami kedamaian abadi?*

Ajaran Buddha didasarkan pada Empat Kebenaran Suciwan. Menyadari kebenaran ini adalah menyadari dan menembus ke dalam sifat sejati keberadaan, termasuk pengetahuan penuh akan diri sendiri. Jika kita mengenali bahwa semua fenomena itu bersifat fana, tidak memuaskan, dan tidak mengandung realitas inti apa pun, kita akan yakin bahwa kebahagiaan sejati dan abadi tidak dapat ditemukan dalam kepemilikan materi dan pencapaian duniawi, bahwa kebahagiaan sejati harus dicari hanya melalui pemurnian batin dan pengembangan kebijaksanaan.

Empat Kebenaran Suciwan merupakan aspek yang sangat penting dari ajaran Buddha. Buddha telah berkata bahwa karena kita tidak

memahami Empat Kebenaran Suciwan, maka kita terus-menerus mengitari siklus kelahiran dan kematian. Khotbah pertama Buddha, *Dhammacakkapavattana Sutta*, yang Ia sampaikan kepada lima petapa di Taman Rusa di Sarnath adalah mengenai Empat Kebenaran Suciwan dan Jalan Delapan Faktor Suciwan. Apakah Empat Kebenaran Suciwan itu? Hal itu adalah:

- Kebenaran Suciwan Tentang Duka.
- Kebenaran Suciwan Tentang Sebab Duka.
- Kebenaran Suciwan Tentang Akhir Duka.
- Kebenaran Suciwan Tentang Jalan Menuju Akhir Duka.

Ada banyak cara pemahaman kata Pāli “*dukkha*”. Secara umum kata ini diterjemahkan sebagai “duka”, “penderitaan”, atau “ketakpuasan”, tetapi istilah seperti yang digunakan dalam Empat Kebenaran Suciwan ini memiliki arti yang lebih dalam dan luas. *Dukkha* tidak hanya mengandung arti penderitaan pada umumnya, tetapi juga mencakup hal yang lebih dalam seperti ketaksempurnaan, kesakitan, ketakabadian, ketakselarasan, ketaknyamanan, gangguan, atau kesadaran akan ketaklengkapan dan ketakcukupan. Tentu saja, *dukkha* mencakup penderitaan fisik dan mental: kelahiran, peruraian, kesakitan, kematian, berkumpul dengan yang tak menyenangkan, berpisah dari yang menyenangkan, tidak mendapatkan apa yang diinginkan. Bagaimanapun, banyak orang tidak menyadari bahwa bahkan selama saat-saat kegembiraan dan kebahagiaan, di situ ada *dukkha* karena saat-saat ini adalah tidak permanen dan akan berlalu jika kondisinya berubah. Dengan demikian, kebenaran akan *dukkha* meliputi seluruh keberadaan, dalam kebahagiaan dan kesedihan kita, di setiap aspek kehidupan kita. Sepanjang hidup, kita mengalami kebenaran ini dengan sangat jelas.

Sebagian orang mungkin memiliki kesan bahwa memandang hidup dalam istilah *dukkha* adalah suatu cara pandang hidup yang cenderung pesimistis. Hal ini bukanlah pesimistis tetapi suatu cara pandang hidup yang realistis. Jika seseorang menderita suatu penyakit dan menolak untuk menerima kenyataan bahwa dirinya sakit, lalu menolak mencari pengobatan, tentu kita tidak akan menganggap sikap mental semacam itu sebagai optimistis, tetapi semata-mata bertindak tolol. Karena itu, dengan menjadi optimistis maupun pesimistis, seseorang tidak benar-benar memahami sifat kehidupan, dan karenanya tidak mampu mengatasi masalah kehidupan dengan cara pandang yang benar. Empat Kebenaran Suciwan dimulai dengan pengenalan *dukkha* dan kemudian dilanjutkan dengan menganalisis penyebabnya dan menemukan pengobatannya. Jika Buddha berhenti pada kebenaran tentang *dukkha*, maka orang mungkin berkata bahwa ajaran Buddha telah mengidentifikasi masalahnya, tetapi tidak memberikan obatnya; jika demikian, maka situasi manusia jadi tanpa harapan. Akan tetapi, bukan hanya kebenaran tentang *dukkha* yang diungkapkan, Buddha lebih lanjut menganalisis penyebabnya dan cara menyembuhkannya. Bagaimana mungkin ajaran Buddha dianggap sebagai pesimistis padahal menawarkan penyembuhan masalah itu? Pada kenyataannya, ajaran Buddha merupakan ajaran yang penuh dengan harapan.

Sebagai tambahan, walaupun *dukkha* adalah Kebenaran Suciwan, tidak berarti bahwa tidak ada kesenangan, kegembiraan, dan kebahagiaan dalam kehidupan. Hal ini ada, dan Buddha mengajarkan berbagai metode agar kita dapat memperoleh lebih banyak kebahagiaan dalam kehidupan kita sehari-hari. Namun, dalam analisis akhir, kenyataannya tetap bahwa kesenangan dan kebahagiaan yang kita alami dalam hidup tidaklah abadi.

Kita mungkin menikmati situasi yang bahagia, atau ditemani seseorang yang kita cintai, atau kita menikmati masa muda dan kesehatan. Cepat atau lambat, ketika keadaan ini berubah, kita mengalami penderitaan. Karena itu, saat merasa gembira, ketika kita mengalami kebahagiaan, kita sebaiknya tidak melekat pada keadaan bahagia ini, kalau tidak ingin tergusur dan melalaikan upaya menuju keterbebasan sempurna.

Jika kita berharap menyembuhkan diri kita dari penderitaan, pertama kali kita harus mengidentifikasi penyebabnya. Menurut Buddha, nafsu atau keinginan indrawi (*taṇhā* atau *ragā*) merupakan penyebab duka. Ini adalah Kebenaran Suciwan Kedua. Orang bernafsu akan pengalaman yang menyenangkan, nafsu akan benda-benda material, nafsu akan hidup abadi, dan jika kecewa, nafsu akan kematian abadi. Mereka bukan hanya melekat pada kenikmatan indrawi, kekayaan, atau kekuasaan, tetapi juga pada gagasan, pandangan, pendapat, konsep, dan kepercayaan. Nafsu berhubungan dengan ketaktahuan, yaitu tidak melihat sesuatu sebagaimana adanya atau tidak memahami kenyataan pengalaman dan kehidupan. Di bawah khayalan tentang “diri” dan tidak menyadari *anattā* (tanpa-diri), orang melekat pada hal-hal yang tidak abadi, dapat berubah, dapat binasa. Kegagalan untuk memuaskan keinginan seseorang melalui hal-hal ini menyebabkan kekecewaan dan penderitaan.

### **Bahaya Nafsu Ego**

Nafsu adalah api yang berkobar dalam semua makhluk; setiap aktivitas didorong oleh nafsu. Nafsu berkisar mulai dari nafsu fisik sederhana dari binatang sampai keinginan majemuk—bahkan acapkali dirangsang secara buatan—dari manusia beradab. Untuk

memuaskan nafsu, binatang saling memangsa; sedangkan manusia berkelahi, membunuh, menipu, berbohong, dan melakukan berbagai bentuk kejahatan. Nafsu adalah hasrat mental yang kuat yang ada dalam semua bentuk kehidupan dan merupakan penyebab utama penyakit kehidupan. Nafsu inilah yang mengarah pada kelahiran ulang dalam siklus kehidupan.

Begitu kita menyadari sebab duka, kita berada dalam posisi untuk mengakhiri duka. Jadi, bagaimana kita mengakhiri duka? Lenyapkan dari akarnya dengan menyingkirkan nafsu dalam batin. Ini adalah Kebenaran Suciwan Ketiga. Keadaan di mana nafsu padam dinamakan *Nibbāna*. Kata *Nibbāna* tersusun dari “*ni*” dan “*bāna*”, yang berarti ”pergi dari atau berakhirnya nafsu”. Ini adalah keadaan terbebas dari duka dan siklus kelahiran ulang. Ini adalah keadaan yang tidak terkena hukum lahir, tua, dan mati. Keadaan ini sangat luhur sehingga tidak ada bahasa manusia yang bisa mengekspresikannya. *Nibbāna* Tidak Terlahir, Tidak Berasal, Tidak Tercipta, Tidak Terbentuk. Jika tidak ada hal yang Tidak Terlahir, Tidak Berasal, Tidak Tercipta, Tidak Terbentuk, maka tidak mungkin ada jalan keluar dari dunia yang tersusun ini.

*Nibbāna* berada di luar logika dan akal budi. Kita mungkin terlibat dalam diskusi yang sangat spekulatif tentang *Nibbāna* atau realitas tertinggi, tetapi ini bukanlah cara untuk benar-benar memahaminya. Untuk memahami dan menyadari kebenaran *Nibbāna*, perlu bagi kita untuk menjalani Jalan Delapan Faktor Suciwan, serta melatih dan memurnikan diri kita sendiri dengan tekun dan sabar. Melalui pengembangan dan kematangan spiritual, kita akan mampu menyadari Kebenaran Suciwan Ketiga, tetapi pertama-tama kita harus mulai dengan *saddhā* atau keyakinan bahwa Buddha benar-benar sanggup menunjukkan jalan.

Jalan Delapan Faktor Suciwan adalah Kebenaran Suciwan Keempat yang menuju *Nibbāna*. Ini adalah cara hidup yang terdiri dari delapan faktor. Dengan menjalani Jalan ini, kita akan merealisasi akhir duka. Karena ajaran Buddha adalah ajaran yang logis dan konsisten yang mencakup setiap aspek kehidupan, Jalan Suciwan ini juga berlaku sebagai tata cara terbaik menuju kehidupan yang bahagia. Praktik dari Jalan ini membawa manfaat bagi diri sendiri dan orang lain; dan ini bukan hanya untuk dipraktikkan oleh mereka yang menyebut diri mereka umat Buddha, tetapi oleh setiap dan semua orang yang memahaminya, tanpa memandang kepercayaan agamanya.

## **Jalan Delapan Faktor Suciwan—Jalan Madya**

*Ini adalah jalan menuju kehidupan spiritual tanpa bertindak ekstrem.*

Aspek yang menonjol dari ajaran Buddha adalah penyerapan Jalan Delapan Faktor Suciwan sebagai suatu cara hidup yang mulia. Nama lain untuk Jalan Delapan Faktor Suciwan adalah Jalan Madya. Buddha menasihati pengikut-Nya untuk mengikuti jalan ini guna menghindari ekstrem kenikmatan indrawi maupun penyiksaan diri. Jalan Madya adalah cara hidup yang benar yang tidak menganut penerimaan titah yang diberikan oleh sosok di luar diri sendiri. Seseorang yang menjalani Jalan Madya sebagai panduan tingkah laku moral, bukan berarti tidak takut akan hal adibiasa, melainkan tidak mengakui nilai intrinsik dalam mengikuti tindakan semacam itu. Seseorang memilih latihan disiplin diri ini untuk suatu tujuan akhir yang pasti, yaitu pemurnian batin.

Jalan Madya merupakan suatu jalan pelatihan diri sendiri yang

terencana. Seseorang dapat mencapai kemajuan sejati dalam kebajikan dan pandangan dengan mengikuti jalan ini sekalipun tidak dengan ikut serta dalam pemujaan dan doa-doa eksternal. Menurut Buddha, siapa pun yang hidup sesuai dengan Dhamma akan dibimbing dan dilindungi oleh hukum universal itu sendiri. Jika seseorang hidup sesuai dengan Dhamma, ia juga akan hidup selaras dengan hukum universal.

Setiap umat Buddha didorong untuk membentuk hidupnya sesuai dengan Jalan Delapan Faktor Suciwan seperti yang diajarkan oleh Buddha. Ia yang menyesuaikan hidupnya selaras dengan cara hidup mulia ini akan bebas dari kesengsaraan dan bencana, baik dalam kehidupan sekarang maupun sesudahnya. Ia juga akan dapat mengembangkan batinnya dengan mengekang kejahatan dan menjalani kebaikan.

Jalan Delapan Faktor Suciwan dapat dibandingkan dengan peta jalan. Seperti seorang pelancong memerlukan peta untuk membimbingnya menuju tujuan, kita semua memerlukan Jalan Delapan Faktor Suciwan yang menunjukkan kepada kita bagaimana merealisasi *Nibbāna*, tujuan akhir hidup manusia. Untuk mencapai tujuan akhir itu, ada tiga aspek Jalan Delapan Faktor Suciwan yang harus dikembangkan oleh pemeluknya. Ia harus mengembangkan *Sīla* (Kesusilaan), *Samādhi* (Keheningan), dan *Paññā* (Kebijaksanaan). Ketiganya harus dikembangkan secara simultan, namun intensitas di bagian mana seseorang harus berlatih akan bervariasi sesuai dengan perkembangan spiritual masing-masing. Seseorang mula-mula harus mengembangkan kesusilaan, yaitu tindakannya harus membawa kebaikan bagi makhluk lain. Ia melakukan hal ini dengan taat pada prinsip untuk tidak membunuh, tidak mencuri, tidak berzina, tidak menipu, dan tidak mabuk. Saat ia mengembangkan



moralitasnya, batinnya akan menjadi lebih mudah dikendalikan, memungkinkannya untuk mengembangkan kekuatan keheningan. Akhirnya, dengan pengembangan keheningan, kebijaksanaan akan muncul.

### Perkembangan Bertahap

Dengan kebijaksanaan-Nya yang tak terbatas, Buddha mengetahui bahwa tidak semua manusia memiliki kemampuan yang sama untuk seketika mencapai kematangan spiritual. Jadi Ia menjelaskan secara rinci Jalan Delapan Faktor Suciwan untuk perkembangan bertahap cara hidup spiritual dalam cara yang praktis. Ia tahu bahwa tidak semua orang dapat menjadi sempurna dalam satu masa kehidupan. Ia berkata bahwa *Sīla*, *Samādhi*, dan *Paññā* harus dan dapat dikembangkan dalam banyak masa kehidupan dengan usaha yang tekun. Jalan ini akhirnya menuju pada pencapaian kedamaian tertinggi di mana tiada lagi duka.

### Hidup yang Benar

Jalan Delapan Faktor Suciwan terdiri dari delapan faktor berikut:

|                |   |               |
|----------------|---|---------------|
| <i>Sīla</i>    | Perkataan Benar<br>Perbuatan Benar<br>Penghidupan Benar     | Kesusilaan    |
| <i>Samādhi</i> | Pengupayaan Benar<br>Penyadaran Benar<br>Pengheningan Benar | Keheningan    |
| <i>Paññā</i>   | Pandangan Benar<br>Perniatan Benar                          | Kebijaksanaan |

Apakah Pandangan Benar itu? Hal ini dijelaskan sebagai memiliki pengetahuan akan Empat Kebenaran Suciwan. Dengan kata lain, hal ini adalah pemahaman sesuatu sebagaimana adanya. Pandangan Benar juga berarti bahwa seseorang memahami sifat karma yang bermanfaat (baik) dan karma yang tidak bermanfaat (buruk), dan bagaimana hal itu dapat dilakukan oleh pikiran, ucapan, dan tubuh. Dengan memahami karma, seseorang akan belajar untuk memantang keburukan dan melakukan kebaikan, demi menciptakan hasil yang diinginkan dalam hidup. Jika seseorang memiliki Pandangan Benar, ia juga memahami Tiga Sifat Keberadaan (bahwa segala hal yang tersusun adalah tak tetap, tak memuaskan, dan tanpa-diri) dan memahami Kemunculan Bersebab. Seseorang dengan Pandangan Benar yang sempurna adalah orang yang bebas dari ketaktahuan, dan dengan sifat Kecerahan itu menyingkirkan akar keburukan dari batinnya dan menjadi terbebas. Tujuan mulia umat Buddha adalah mengembangkan batin untuk memperoleh Pandangan Benar tentang diri sendiri, kehidupan, dan semua fenomena.

Jika seseorang memiliki Pandangan Benar, ia mengembangkan Perniatan Benar juga. Faktor ini kadang-kadang disebut sebagai Pemikiran Benar, Kehendak Benar, atau Gagasan Benar. Hal ini mengacu pada keadaan batin yang melenyapkan ide atau gagasan yang salah dan meningkatkan faktor moral lainnya untuk diarahkan menuju *Nibbāna*. Faktor ini memberikan tujuan ganda yaitu melenyapkan niatan buruk dan mengembangkan niatan murni. Perniatan Benar penting karena niatlah yang memurnikan atau mengotori seseorang.

Ada tiga aspek Perniatan Benar. Pertama, seseorang sebaiknya memelihara sikap ketaklekatan pada kesenangan duniawi

alih-alih melekat secara egois terhadapnya. Ia sebaiknya tidak mementingkan diri sendiri dan memikirkan kesejahteraan pihak lain. Kedua, seseorang sebaiknya memelihara cinta kasih, niat baik, dan kebajikan dalam batinnya, yang merupakan lawan kebencian, niat buruk, dan kejahatan. Ketiga, seseorang sebaiknya berniat untuk tidak menyakiti atau berwelas terhadap semua makhluk, yang merupakan lawan dari kekejaman dan kurang tenggang rasa terhadap pihak lain. Saat seseorang maju dalam jalan spiritual, batinnya akan semakin jadi bajik, tidak menyakiti, tidak mementingkan diri sendiri, dan dipenuhi cinta dan kewelasan.

Pandangan Benar dan Perniatan Benar, yang merupakan faktor kebijaksanaan, akan menuju sikap moral yang baik. Ada tiga faktor dalam sikap moral: Perkataan Benar, Perbuatan Benar dan Penghidupan Benar. Perkataan Benar meliputi hormat akan kebenaran dan hormat akan kesejahteraan orang lain. Hal ini berarti menghindari berdusta, memfitnah, berkata kasar, dan beromong kosong. Kita sering menganggap remeh kekuatan ucapan dan cenderung kurang mengendalikan ucapan kita. Tetapi kita semua pernah terluka oleh kata-kata seseorang pada suatu waktu dalam hidup kita, dan juga pernah tersemangati oleh kata-kata orang lain. Kata-kata kasar dapat melukai lebih dalam daripada senjata, sedangkan kata-kata halus dapat mengubah hati dan pikiran penjahat yang paling keji. Jadi untuk mengembangkan suatu masyarakat yang harmonis, kita harus mengendalikan, membudayakan, dan menggunakan ucapan kita secara positif. Kita mengucapkan kata-kata yang penuh kebenaran, membawa harmoni, baik, dan penuh makna. Buddha pernah berkata, “Ucapan yang menyenangkan itu manis bagai madu, ucapan yang penuh kebenaran itu indah bagai bunga, dan ucapan yang salah itu tidak berguna seperti sampah.”

Faktor berikutnya dalam sikap moral yang baik adalah Perbuatan Benar. Perbuatan Benar melibatkan rasa hormat pada kehidupan, hormat pada kepemilikan, dan hormat pada hubungan pribadi. Hal ini berkaitan dengan tiga prinsip pertama dari Lima Sila yang harus dijalani oleh setiap umat Buddha, yaitu pantang: membunuh, mencuri, dan beresusila. Hidup itu bernilai bagi semua makhluk, semua gentar pada hukuman, semua takut akan kematian dan menghargai kehidupan. Karena itu, kita sebaiknya menjauhkan diri dari mengambil kehidupan yang kita sendiri tidak dapat berikan dan kita sebaiknya tidak menyakiti makhluk lainnya. Hormat pada kepemilikan berarti bahwa kita sebaiknya tidak mengambil apa yang tidak diberikan dengan mencuri, menipu, atau memaksa. Hormat pada hubungan pribadi berarti bahwa kita sebaiknya tidak melakukan perilaku seksual yang menyimpang, yang mana hal ini penting untuk memelihara kehormatan dan kepercayaan orang yang kita cintai serta membuat masyarakat yang lebih baik untuk ditinggali.

Penghidupan Benar adalah faktor dalam sikap moral mengenai bagaimana kita mencari nafkah dalam masyarakat. Hal ini merupakan sambungan dari kedua faktor lainnya, Perkataan Benar dan Perbuatan Benar. Penghidupan Benar berarti bahwa kita sebaiknya mencari nafkah tanpa melanggar prinsip-prinsip sikap moral ini. Umat Buddha tidak dianjurkan untuk terlibat dalam lima jenis mata pencaharian ini: perdagangan makhluk, perdagangan senjata, perdagangan daging yang menyebabkan pembinasaaan hewan, perdagangan minuman keras dan narkoba, serta perdagangan racun. Sebagian orang mungkin berkata bahwa mereka harus melakukan pekerjaan semacam itu untuk hidup mereka dan, karenanya, mereka tidak bisa dipersalahkan. Tetapi argumen ini sama sekali tidak berdasar. Jika hal ini sah,

maka pencuri, pembunuh, bandit, penjahat keji, penyelundup, dan penipu juga bisa berkilah dengan mudah bahwa mereka juga melakukan perbuatan keliru itu demi penghidupan mereka dan karenanya, tidak ada yang salah dengan cara hidup mereka.

Sebagian orang percaya bahwa memancing dan berburu binatang untuk kesenangan dan membantai binatang untuk makanan tidak melawan prinsip-prinsip Buddhis. Ini adalah kesalahpahaman lain yang muncul karena kurangnya pengetahuan tentang Dhamma. Semua ini bukanlah tindakan yang layak dan mendatangkan penderitaan bagi makhluk lain. Tetapi dari semua perbuatan ini, orang yang paling jahat adalah orang yang melakukan tindakan buruk demi kesenangan semata. Mempertahankan kehidupan melalui jalan yang salah tidaklah sesuai dengan ajaran Buddha. Buddha pernah berkata, “Barangsiapa hidup seratus tahun kurang bermoral, tidak kokoh, lebih baik hidup satu hari bermoral luhur, bermeditasi.” (*Dhammapada 110*). Lebih baik mati sebagai orang yang beradab dan terhormat daripada hidup sebagai orang jahat.

Tiga faktor lainnya dalam Jalan Delapan Faktor Suciwan adalah faktor untuk pengembangan kebijaksanaan melalui pemurnian batin. Faktor ini adalah Pengupayaan Benar, Penyadaran Benar, dan Pengheningan Benar. Faktor-faktor ini, jika dilatih, memungkinkan seseorang untuk memperkuat dan mengendalikan batin, dan karena itu memastikan tindakannya akan terus baik dan batinnya dipersiapkan untuk menyadari kebenaran, yang akan membuka pintu menuju keterbebasan, menuju Kecerahan.

Pengupayaan Benar berarti bahwa kita mengembangkan suatu niat positif dan antusias dalam hal-hal yang kita lakukan, baik dalam karier, studi, atau praktik Dhamma kita. Dengan semangat

terus-menerus dan tekad yang ceria semacam itu, kita akan sukses dalam hal-hal yang kita lakukan. Ada empat aspek Pengupayaan Benar, dua aspek mengenai keburukan dan dua lainnya mengenai kebaikan. Pertama, adalah upaya untuk menolak keburukan yang telah muncul; kedua, upaya untuk mencegah munculnya keburukan. Ketiga, upaya untuk mengembangkan kebaikan yang belum muncul, dan keempat, upaya untuk memelihara kebaikan yang telah muncul. Dengan menerapkan Pengupayaan Benar dalam hidup kita, kita dapat mengurangi dan akhirnya menghapuskan keadaan batin yang buruk serta meningkatkan dan memantapkan batin yang sehat sebagai hal yang alamiah.

Pengupayaan Benar berhubungan erat dengan Penyadaran Benar. Praktik penyadaran adalah penting dalam ajaran Buddha. Buddha berkata bahwa penyadaran penuh adalah jalan untuk merealisasi akhir duka. Penyadaran dapat dikembangkan dengan selalu menyadari empat aspek khusus. Aspek itu adalah penerapan penyadaran terhadap tubuh (postur tubuh, bernapas, dan sebagainya), perasaan (menyenangkan, tak menyenangkan, atau netral), pikiran (tamak, marah, buyar, terkelabui atau tidak), dan fenomena (rintangan batin, Empat Kebenaran Suciwan, Faktor Kecerahan, dan sebagainya). Penyadaran itu penting bahkan dalam hidup kita sehari-hari, tatkala kita bertindak dengan penuh penyadaran akan perbuatan, perasaan, pikiran, dan kesekitaran kita. Batin sebaiknya senantiasa jernih dan penuh perhatian, alih-alih kabur dan terpecah.

Sementara Penyadaran Benar mengarahkan perhatian kita pada tubuh, perasaan, pikiran, atau obyek mental kita, atau peka terhadap orang lain, dengan kata lain, menaruh perhatian pada sesuatu yang kita pilih, Pengheningan Benar adalah penerapan

sinambung perhatian itu pada suatu obyek tanpa terpecahnya pikiran. Pengheningan adalah praktik mengembangkan pemusatan pikiran pada satu obyek tunggal, baik fisik maupun mental. Pikiran terserap total pada obyek tanpa terpecah, goyang, cemas, atau bingung. Melalui latihan di bawah bimbingan guru yang berpengalaman, Pengheningan Benar membawa dua manfaat. Pertama, hal ini menuju pada kesejahteraan mental dan fisik, kenyamanan, kegembiraan, ketenangan. Kedua, hal ini mengubah batin menjadi mampu melihat sesuatu sebagaimana adanya, dan menyiapkan batin untuk mencapai kebijaksanaan.

Jalan Delapan Faktor Suciwan adalah kebenaran terpenting yang diajarkan oleh Buddha. Sebagai dokter spiritual yang andal, Buddha telah mengidentifikasi suatu penyakit yang menimpa semua bentuk kehidupan, dan penyakit itu adalah *dukkha* atau ketidakpuasan. Ia kemudian mendiagnosis penyebab ketidakpuasan yaitu ketamakan dan nafsu. Ia menemukan bahwa ada suatu obat untuk penyakit itu, *Nibbāna*, keadaan di mana semua ketidakpuasan berakhir, dan resepnya adalah Jalan Delapan Faktor Suciwan. Ketika seorang dokter yang andal mengobati seorang pasien yang menderita sakit parah, resepnya bukan hanya untuk pengobatan fisik, tetapi juga psikologis. Jalan Delapan Faktor Suciwan, jalan menuju akhir duka, merupakan terapi terpadu yang dirancang untuk menyembuhkan penyakit *saṃsāra* melalui pengembangan perkataan dan perbuatan moral, pengembangan batin, dan transformasi sempurna tataran pemahaman dan kualitas batin kita. Hal ini menunjukkan jalan untuk meraih kematangan spiritual dan terbebas sepenuhnya dari duka.

*Bagi orang baik, berbuat baik itu mudah.*

*Bagi orang buruk, berbuat buruk itu mudah.*

*Bagi orang buruk, berbuat baik itu sulit.  
Bagi orang baik, berbuat buruk itu sulit.*

*(Udāna)*

## **Segala Sesuatu Dapat Berubah**

*Sesuatu yang ada itu dapat berubah dan sesuatu yang tidak dapat berubah itu tidak ada.*

Kita menyaksikan bagaimana kehidupan itu berubah dan terus-menerus bergerak di antara ekstrem dan kontras. Kita melihat kebangkitan dan kejatuhan, kesuksesan dan kegagalan, kehilangan dan mendapatkan; kita mengalami penghormatan dan penghinaan, pujian dan cacian; dan kita merasakan bagaimana hati kita bereaksi terhadap semua kebahagiaan dan kesedihan, kesenangan dan kesusahan, kekecewaan dan kepuasan, takut dan harapan. Gelombang emosi yang dahsyat ini membawa kita ke atas, menghempaskan kita ke bawah, dan belum lama kita beristirahat, kita telah hanyut oleh kekuatan gelombang baru lagi. Bagaimana mungkin kita mengharapkan suatu pijakan di puncak gelombang? Di mana kita akan mendirikan bangunan hidup kita di tengah samudra kehidupan yang tak kenal henti ini?

Ini adalah dunia di mana hanya kegembiraan kecil didapat melalui banyak kekecewaan, kegagalan, dan kekalahan. Ini adalah dunia di mana hanya secuil kegembiraan tumbuh di tengah penyakit, keputusan, dan kematian. Ini adalah dunia di mana makhluk-makhluk yang beberapa saat lalu bergembira bersama kita, sesaat kemudian mendambakan kewelasan kita. Dunia semacam ini memerlukan ketenangan hati. Inilah sifat dunia tempat kita



tinggal dengan sahabat karib kita dan pada kemudian hari mereka bisa menjadi musuh yang menyakiti kita.

Buddha menggambarkan dunia sebagai arus perwujudan tanpa akhir. Semua dapat berubah, terus-menerus berubah, bermutasi tanpa henti, dan bergerak mengalir. Segala hal muncul dari waktu ke waktu. Segala hal merupakan rotasi berulang dari menjadi ada dan kemudian lenyap dari keberadaan. Semua hal bergerak dari kelahiran menuju kematian. Hidup adalah pergerakan perubahan yang terus-menerus menuju kematian. Ajaran tentang sifat segala sesuatu yang tidak tetap ini merupakan salah satu poros utama ajaran Buddha. Tidak ada hal di muka Bumi ini yang merupakan bagian dari sifat kenyataan mutlak. Maka, tidak adanya kematian dari sesuatu yang dilahirkan adalah tidak mungkin. Apa pun yang menjadi subyek keberasalan juga menjadi subyek kemusnahan. Perubahan adalah penyusun utama realitas.

Buddha mengingatkan kita bahwa semua hal berkomponen adalah tidak tetap. Dengan adanya kelahiran, ada kematian; dengan timbul, ada tenggelam; dengan pertemuan, ada perpisahan. Bagaimana mungkin ada kelahiran tanpa kematian? Bagaimana mungkin ada timbul tanpa tenggelam? Bagaimana mungkin ada pertemuan tanpa perpisahan?

Dalam menerima hukum ketaktetapan atau perubahan, Buddha menolak adanya substansi eksternal. Bentuk dan roh merupakan abstraksi palsu, yang dalam kenyataannya, hanyalah faktor yang berubah (Dhamma) yang berhubungan dan saling bergantung secara fungsional satu sama lain.

Saat ini, ilmuwan telah menerima hukum perubahan yang

ditemukan oleh Buddha. Ilmuwan mendalilkan bahwa tidak ada hal yang substansial, solid, dan nyata di dunia ini. Segalanya merupakan pusaran energi, tidak pernah tetap sama dalam dua saat berturutan. Seluruh alam raya ini berkejaran dalam pusaran dan kisaran perubahan ini. Salah satu teori yang dipostulatkan oleh para ilmuwan adalah prospek kedinginan akhir yang mengikuti kematian atau kehancuran matahari. Umat Buddha tidak cemas dengan prospek ini. Buddha mengajarkan bahwa siklus semesta atau dunia muncul dan lenyap silih berganti tanpa akhir, sama seperti kehidupan individu. Dunia kita tentunya akan berakhir. Hal ini telah terjadi sebelumnya terhadap dunia sebelum ini dan akan terjadi lagi. Itu hanya masalah waktu.

Dunia adalah fenomena yang lewat. Kita semua adalah milik dunia waktu. Setiap kata yang tertulis, setiap batu yang terpahat, setiap lukisan yang terlukis, struktur peradaban, setiap generasi manusia, lenyap seperti daun dan bunga musim panas yang lalu. Sesuatu yang ada itu dapat berubah dan sesuatu yang tidak dapat berubah itu tidak ada.

Jadi semua dewa, manusia, binatang, dan bentuk materi—segala sesuatu dalam semesta ini—tunduk pada hukum ketaktetapan. Ajaran Buddha mengatakan bahwa pikiran mendambakan hidup abadi, tetapi hidup menciptakan tubuh fisik yang tidak abadi. Kita menerima hal ini sebagai hidup dan kemudian ketakpuasan mengusik pikiran. Inilah sumber duka.

*Tubuh bagaikan seongkah gelembung;  
perasaan bagaikan gelembung air;  
pencerapan bagaikan khayalan;  
kehendak bagaikan pohon pisang;*

*dan kesadaran bagaikan impian.*

*(Sāmyutta Nikāya)*

## **Apakah Karma Itu?**

*Karma adalah suatu hukum alam impersonal yang bekerja sesuai dengan perbuatan kita. Karma adalah hukum tersendiri dan tidak ada pemberi hukum. Karma bekerja dengan sendirinya tanpa campur tangan sosok pengatur eksternal.*

Karma dapat dibilang dalam bahasa anak-anak yang sederhana: berbuatlah baik dan kebaikan akan datang padamu, kini dan nanti. Berbuatlah buruk dan keburukan akan datang padamu, kini dan nanti.

Dalam bahasa penuai, karma dapat dijelaskan dengan cara ini: jika kamu menabur benih yang baik, kamu akan menuai panen yang baik. Jika kamu menabur benih yang buruk, kamu akan menuai panen yang buruk.

Dalam bahasa ilmu pengetahuan, karma disebut hukum sebab-akibat: setiap sebab memiliki akibat. Nama lain untuk hal ini adalah hukum kausal moral. Kausal moral bekerja dalam bidang moral sama seperti hukum fisika tentang aksi dan reaksi bekerja dalam bidang fisika.

Dalam *Dhammapada 1-2*, karma dijelaskan dengan cara ini: “Segala yang dialami didahului pikiran, dipelopori pikiran, diciptakan pikiran. Jika orang berbicara atau berbuat dengan pikiran yang buruk, maka penderitaan akan mengikutinya, laksana roda

mengikuti jejak. Jika orang berbicara atau berbuat dengan pikiran yang murni, maka kebahagiaan akan mengikutinya, laksana bayang-bayang yang tak terpisahkan.”

Karma adalah aksi. Dalam diri makhluk ada kekuatan atau tenaga yang diberi nama yang berbeda-beda seperti naluri, kesadaran, dan lain-lain. Kecenderungan bawaan ini memaksa setiap makhluk untuk bergerak. Seseorang bergerak secara mental atau fisik. Geraknya merupakan aksi. Pengulangan aksi menjadikan kebiasaan dan kebiasaan akan menjadi watak. Dalam ajaran Buddha, proses ini disebut karma.

Dalam pengertian akhir, karma berarti aksi mental atau kehendak. “Kehendak itulah yang Saya sebut sebagai karma,” ujar Buddha. Jadi karma bukanlah suatu wujud, melainkan suatu proses, aksi, energi, dan daya. Sebagian orang menafsirkan kekuatan ini sebagai “aksi-konsekuensi”. Perbuatan kita sendirilah yang bereaksi pada diri kita. Sakit dan kebahagiaan yang dialami manusia merupakan hasil pikiran, perkataan, perbuatan sendiri yang bereaksi pada diri mereka sendiri. Pikiran, perkataan, dan perbuatan kita menghasilkan kesuksesan dan kegagalan kita, kebahagiaan dan kesengsaraan kita.

Karma adalah suatu hukum alam impersonal yang bekerja secara ketat sesuai dengan perbuatan kita. Karma adalah hukum tersendiri dan tidak ada pemberi hukum. Karma bekerja dengan sendirinya tanpa campur tangan sosok pengatur eksternal. Karena tidak ada sosok tersembunyi yang mengarahkan atau mengatur imbalan dan hukuman, umat Buddha tidak bergantung pada doa kepada kekuatan ilahi untuk memengaruhi hasil karma. Menurut Buddha, karma bukan ditakdirkan atau ditentukan pada kita oleh

suatu kekuasaan atau kekuatan misterius di mana kita harus berpasrah diri tanpa daya.

Umat Buddha percaya bahwa kita akan menuai apa yang sudah kita tabur; kita saat ini adalah hasil dari diri kita pada masa sebelumnya, dan kita nanti akan menjadi hasil diri kita saat ini. Dengan kata lain, kita tidaklah mutlak tetap seperti diri kita sebelumnya, dan kita tidak akan terus menjadi seperti diri kita sekarang. Ini berarti bahwa karma bukanlah ketentuan mutlak. Buddha menunjukkan bahwa jika semuanya sudah ditetapkan dan ditentukan, maka tidak akan ada kehendak bebas dan tidak akan ada kehidupan moral atau spiritual. Kita akan semata-mata menjadi budak masa lalu kita. Sebaliknya, jika semuanya tidak ditetapkan, maka tidak akan ada pengembangan moral dan pertumbuhan spiritual. Buddha kembali menyatakan kebenaran Jalan Madya bahwa karma bukanlah untuk dipahami sebagai ketentuan kaku maupun ketidaktentuan baku melainkan sebagai suatu interaksi dari keduanya.

### **Kesalahpahaman Mengenai Karma**

Kesalahpahaman atau pandangan irasional tentang karma disebutkan dalam *Anguttara Nikāya* yang menyatakan bahwa orang bijak akan menyelidiki dan meninggalkan pandangan-pandangan berikut ini:

- Kepercayaan bahwa segala sesuatu merupakan hasil dari perbuatan pada kehidupan sebelumnya.
- Kepercayaan bahwa segala sesuatu merupakan hasil penciptaan oleh sosok pencipta tertinggi.
- Kepercayaan bahwa segala sesuatu timbul tanpa alasan atau sebab.

Jika seseorang menjadi seorang pembunuh, pencuri, atau pelacur, dan jika perbuatannya disebabkan tindakannya pada masa lalu, atau disebabkan oleh kuasa makhluk tertinggi, atau jika semata-mata terjadi karena kebetulan, maka orang ini tidak bisa dimintai pertanggungjawaban atas perbuatan jahatnya karena segala sesuatu sudah ditentukan sebelumnya.

Kesalahpahaman lain tentang karma adalah bahwa karma bekerja hanya bagi orang tertentu sesuai dengan imannya; tetapi nasib seseorang dalam kehidupan berikutnya tidak tergantung sedikit pun pada agama tertentu yang ia pilih. Apa pun agamanya, nasib seseorang tergantung sepenuhnya pada perbuatannya yang dilakukan oleh tubuh, ucapan, dan pikiran. Tak peduli label agama apa pun yang dianut, ia akan mengalami dunia yang bahagia dalam kehidupan berikutnya selama ia melakukan perbuatan baik dan menjalani hidup yang tak tercela. Seseorang akan terlahir untuk menjalani hidup yang malang jika ia melakukan keburukan dan berpikiran buruk. Karena itu, umat Buddha tidak menyatakan bahwa mereka adalah satu-satunya orang yang terberkahi yang dapat pergi ke surga setelah kematiannya. Apa pun agama yang dianut atau tanpa label agama sekalipun, pikiran karma manusia sajalah yang menentukan takdirnya, baik dalam kehidupan ini maupun dalam kehidupan berikutnya. Ajaran karma tidak mengajarkan adanya pengadilan pasca-kematian. Buddha tidak mengajarkan hukum karma ini untuk melindungi orang kaya dan menggenakkan orang miskin dengan menjanjikan kebahagiaan ilusi di kehidupan mendatang.

Menurut ajaran Buddha, karma menjelaskan ketidaksetaraan yang ada di antara umat manusia. Ketidaksetaraan ini terjadi bukan hanya dari keturunan, lingkungan, dan alam, tetapi juga karena

hasil karma atau perbuatan kita sendiri. Memang karma adalah salah satu faktor yang bertanggung jawab atas kesuksesan dan kegagalan hidup kita.

Karena karma adalah kekuatan yang tak tampak, kita tidak dapat melihatnya bekerja secara kasat mata. Untuk memahami bagaimana karma bekerja, kita dapat membandingkannya dengan benih: hasil karma tersimpan dalam batin bawah sadar seperti halnya daun, bunga, buah, dan batang pohon tersimpan dalam benihnya. Dalam kondisi yang sesuai, buah karma akan dihasilkan seperti halnya kelembaban dan cahaya, daun dan batang pohon akan tumbuh dari benihnya yang kecil. Rasa buahnya juga ikut terbawa sama seperti energi karma menciptakan akibat.

Kerja karma juga dapat dibandingkan dengan rekening bank: orang yang bajik, murah hati, dan penuh kebaikan dalam hidupnya saat ini seperti menambah tabungan “karma baik”-nya. Akumulasi karma baik ini dapat digunakan untuk menjamin hidup yang bebas dari masalah. Namun demikian, ia harus menggantikan apa yang ia ambil, jika tidak, suatu hari rekeningnya akan berkurang dan ia akan bangkrut. Jadi siapa yang dapat ia salahkan untuk keadaannya yang memelas? Ia tidak dapat menyalahkan orang lain atau nasib. Ia sendiri yang bertanggung jawab. Jadi umat Buddha yang baik tidak akan menjadi pelarian, namun harus menghadapi hidup sebagaimana adanya dan tidak kabur darinya. Kekuatan karma tidak dapat dikendalikan dengan berdiam diri. Berbagai aktivitas untuk kebaikan sangat diperlukan demi kebahagiaan seseorang sendiri. Pelarian adalah sumber kelemahan, dan seorang pelarian tidak akan bisa lari dari efek hukum karma.

Buddha berkata, “Tidak ada tempat di jagat ini, yang di sana

seseorang bisa terlepas dari akibat perbuatan buruknya.”  
(*Dhammapada 127*)

## **Pengalaman Kita Sendiri**

Memahami hukum karma berarti menyadari bahwa kita sendiri bertanggung jawab atas kebahagiaan dan penderitaan kita sendiri. Kita adalah arsitek karma kita. Ajaran Buddha menjelaskan bahwa kita memiliki segala kemungkinan untuk membentuk karma kita sendiri dan menentukan arah hidup kita. Sebaliknya, kita bukanlah tahanan dari perbuatan kita sendiri; kita bukan budak karma kita. Kita bukan juga semata-mata mesin yang secara otomatis menghasilkan kekuatan naluriah yang memperbudak kita. Kita bukan pula semata-mata produk alam. Kita memiliki kekuatan dan kemampuan dalam diri kita sendiri untuk mengubah karma kita. Pikiran kita lebih kuat daripada karma kita, sehingga dengan demikian hukum karma dapat dibuat untuk melayani kita. Kita tidak harus menyerahkan harapan dan usaha kita untuk berpasrah diri pada kekuatan karma kita. Untuk menghentikan reaksi karma buruk kita yang telah terkumpul sebelumnya, kita harus melakukan lebih banyak perbuatan baik dan memurnikan batin, bukannya mengandalkan pemujaan, melakukan ritual atau menyiksa tubuh jasmani untuk mengatasi dampak karma kita. Karena itu, seseorang dapat mengatasi efek perbuatan buruknya jika ia bertindak bijaksana dengan menjalani suatu kehidupan mulia.

Kita harus menggunakan kemampuan yang terbekalkan pada kita untuk mengembangkan kesempurnaan kita. Kartu dalam permainan kehidupan ada di dalam diri kita. Kita tidak memilihnya. Mereka adalah jejak karma masa lampau kita, tetapi kita dapat



memilih apa yang kita sukai, melakukan apa yang sesuai untuk kita, dan setelah kita bermain, menang atau kalah tergantung pada keterampilan kita.

Karma berkaitan dengan perbuatan manusia. Perbuatan ini juga menciptakan hasil lain. Tetapi setiap perbuatan yang dilakukan tanpa niat tujuan apa pun tidak dapat menjadi *kusala-kamma* (perbuatan baik) atau *akusala-kamma* (perbuatan buruk). Itulah sebabnya Buddha mengartikan karma sebagai perbuatan dengan kehendak. Berarti, perbuatan baik dan buruk apa pun yang kita lakukan tanpa niat tujuan apa pun, tidak cukup kuat untuk dibawa ke kehidupan kita yang akan datang. Namun demikian, ketaktahuan akan sifat efek baik dan buruk karma bukanlah alasan untuk membenarkan atau menghindari hasil karma jika hal itu dilakukan secara sengaja. Seorang anak kecil atau seorang yang tidak tahu dapat melakukan banyak perbuatan merugikan. Jika anak itu menyentuh batang besi yang membara, adanya unsur panas tidak akan menyelamatkan anak itu. Energi karma juga bekerja dengan cara yang persis sama. Energi karma tidak mendua, seperti gaya gravitasi yang adil.

Perubahan radikal dalam sifat Aṅgulimāla dan Asoka menggambarkan potensi manusia untuk mengendalikan kekuatan karma.

Aṅgulimāla adalah pembantai jalanan yang membunuh nyaris seribu orang. Dapatkah kita menghakiminya lewat perbuatan eksternalnya? Karena dalam masa hidupnya, dengan upaya sendiri, ia menjadi seorang *Arahā* dan dengan demikian menghapus perbuatan salah masa lalunya.

Asoka, Kaisar India, membunuh ribuan orang untuk berperang dan memperluas kerajaannya. Namun setelah memenangkan pertempuran, ia sepenuhnya mengubah diri dan kariernya menjadi sejauh ini, “Di antara puluhan ribu nama kerajaan yang memenuhi kolom sejarah, para raja, bangsawan, dan sebangsanya, nama Asoka bersinar dan bersinar sendirian, bagai sebuah bintang,” kata sejarawan dunia, H.G. Wells.

### **Faktor Lain yang Mendukung Karma**

Walaupun ajaran Buddha berkata bahwa seseorang akhirnya dapat mengendalikan kekuatan karmanya, ajaran Buddha tidak menyatakan bahwa semuanya terjadi karena karma. Ajaran Buddha tidak mengabaikan peran yang dimainkan oleh kekuatan alam lainnya. Menurut ajaran Buddha, ada lima kaidah atau proses hukum alam (*niyāma*) yang bekerja dalam dunia fisik dan mental:

- *Utu niyāma* (hukum musim) yang berkaitan dengan asas anorganik fisik, misalnya fenomena musim dari angin dan hujan, dan sebagainya.
- *Bīja niyāma* (hukum biji) yang berkaitan dengan asas benih dan biji.
- *Kamma niyāma* (hukum perbuatan) yang berkaitan dengan kausal moral atau asas sebab-akibat.
- *Citta niyāma* (hukum batin) yang mengatur proses kesadaran.
- *Dhamma niyāma* (hukum fenomena) yang berkaitan dengan daya listrik, gerakan gelombang, dan sebagainya.

Jadi karma dianggap hanya sebagai salah satu dari lima hukum alam yang menjelaskan keragaman di semesta ini.

## Dapatkah Karma Diubah?

Karma sering dipengaruhi oleh keadaan: kekuatan menguntungkan dan merugikan yang bekerja untuk menghambat dan mendorong hukum yang bekerja dengan sendirinya ini. Kekuatan lain yang membantu atau menghalangi karma adalah kelahiran, penampakan, waktu, kondisi, dan upaya.

Kelahiran yang menguntungkan (*gati sampatti*) atau kelahiran yang tidak menguntungkan (*gati vipatti*) dapat mengembangkan atau mencegah matangnya karma. Sebagai contoh, jika seseorang terlahir dalam keluarga mulia atau dalam keadaan bahagia, kelahirannya yang menguntungkan akan memudahkan karma baiknya bekerja. Seorang yang tidak pandai, yang oleh karena suatu karma baik, terlahir dalam keluarga bangsawan, karena keturunan mulianya, akan dihormati oleh orang-orang. Jika orang yang sama terlahir secara kurang menguntungkan, ia tidak akan bernasib sama.

Penampakan baik (*upadhi sampatti*) dan penampakan buruk (*upadhi vipatti*) adalah dua faktor lain yang menghambat atau mendorong kerja karma. Jika karena suatu karma baik, seseorang memiliki kelahiran yang baik, tetapi terlahir cacat oleh suatu karma buruk, maka ia tidak akan dapat sepenuhnya menikmati manfaat karma baiknya. Bahkan seorang pewaris takhta yang sah mungkin tidak akan diangkat ke posisi yang tinggi itu jika ia menderita cacat fisik atau mental. Kecantikan, di lain pihak, akan menjadi modal bagi pemilikinya. Anak yang tampan dari orangtua miskin dapat menarik perhatian orang lain dan mampu menonjolkan dirinya. Juga, kita dapat menemukan kasus orang dari latar belakang keluarga miskin dan tak terkenal yang tumbuh menjadi populer

seperti aktor atau aktris film atau ratu kecantikan.

Waktu dan tempat adalah faktor lain yang memengaruhi kerja karma. Pada masa kelaparan atau pada masa perang, semua orang tanpa kecuali terpaksa menderita nasib yang sama. Di sini kondisi yang kurang menguntungkan membuka kemungkinan karma buruk bekerja. Kondisi yang menguntungkan, sebaliknya, akan mencegah bekerjanya karma buruk.

Usaha atau kepandaian barangkali merupakan faktor terpenting dari semua faktor yang memengaruhi bekerjanya karma. Tanpa usaha, kemajuan duniawi dan spiritual tidak mungkin terjadi. Jika kita tidak berusaha untuk menyembuhkan penyakit kita, atau menyelamatkan diri kita sendiri dari kesulitan, atau berjuang dengan tekun demi kemajuan, maka karma buruk akan menemukan kesempatan yang cocok untuk mewujudkan efeknya. Akan tetapi, jika kita berikhtiar untuk mengatasi kesulitan dan masalah, karma baik kita akan datang menolong. Ketika kapal pecah di lautan dalam, Sang Bodhisatta, dalam salah satu kelahiran-Nya, berusaha menyelamatkan dirinya sendiri dan ibunya yang sudah tua, sementara orang-orang lain berdoa kepada dewa dan menyerahkan nasib di tangan dewa. Hasilnya adalah Sang Bodhisatta selamat, sementara yang lainnya tenggelam.

Jadi kerja karma ditunjang atau dihalangi oleh kelahiran, kecantikan dan keburukan, waktu dan tempat, serta usaha pribadi atau kepiawaian. Bagaimanapun, manusia dapat mengatasi efek langsung karma dengan melakukan metode tertentu, tetapi mereka tidak terbebas sepenuhnya dari efek karma semacam itu jika mereka tetap berada dalam *samsāra*—siklus kelahiran dan kematian. Kapan pun kesempatan muncul, efek karma

yang tertahan sementara, akan bekerja kembali. Ini adalah ketidakpastian kehidupan duniawi. Bahkan Buddha dan para *Arahanta* juga dipengaruhi oleh karma tertentu, sekalipun mereka berada dalam kelahiran terakhir mereka.

Faktor waktu adalah aspek penting lainnya dari energi karma bagi orang untuk mengalami efek baik dan buruk dari perbuatan sebelumnya. Orang mengalami efek karma tertentu hanya dalam masa hidup saat ini, sementara efek karma tertentu lainnya menjadi efektif segera setelah kelahiran berikutnya. Dan efek karma lainnya mengikuti si pelaku selama mereka tetap dalam roda kehidupan sampai mereka menghentikan kelahiran ulang setelah merealisasi *Nibbāna*. Alasan utama perbedaan ini disebabkan oleh dorongan mental (*javana-citta*) pada saat suatu pikiran muncul untuk melakukan perbuatan baik atau buruk.

### **Energi yang Adil**

Bagi mereka yang tidak percaya bahwa ada suatu energi yang disebut sebagai karma, sebaiknya memahami bahwa energi karma ini bukanlah produk agama tertentu, walaupun Hinduisme, Buddhisme, dan Jainisme mengenal dan menjelaskan sifat energi ini. Ini adalah hukum universal yang tidak memiliki label keagamaan. Semua orang yang melanggar hukum ini harus menghadapi akibatnya, tanpa memandang kepercayaan agamanya, dan mereka yang hidup sesuai dengan hukum ini akan mengalami kedamaian dan kebahagiaan dalam hidupnya. Karena itu, hukum karma ini adil bagi setiap dan semua orang, entah mereka memercayainya atau tidak; entah mereka punya agama atau tidak. Hal ini seperti hukum universal lainnya. Karma bukanlah milik eksklusif ajaran Buddha.

Jika kita memahami karma sebagai suatu kekuatan atau bentuk energi, maka kita tidak dapat melihat suatu awal. Pertanyaan di manakah awal karma adalah seperti pertanyaan di mana awal listrik. Karma, seperti listrik, tidak berawal. Karma muncul di bawah kondisi tertentu. Secara sederhana, kita berkata bahwa asal karma adalah kehendak, namun hal ini sama sederhananya dengan berkata bahwa asal sebuah sungai ada di puncak gunung.

Seperti gelombang samudra yang mengalir ke gelombang lainnya, satu unit kesadaran mengalir ke unit lainnya dan penggabungan satu pikiran kesadaran ke dalam lainnya disebut cara kerja karma. Singkatnya, setiap makhluk, menurut ajaran Buddha, adalah suatu arus listrik kehidupan yang bekerja pada tuas otomatis karma. Karma sebagai suatu bentuk energi tidak ditemukan di mana pun di iring-iringan kesadaran atau tubuh ini. Sama seperti buah mangga tidak disimpan di mana pun dalam pohon mangga tetapi, tergantung pada kondisi tertentu, buah mangga itu muncul, demikian juga karma. Karma itu seperti angin atau api. Karma tidak tersimpan di mana pun di semesta, tetapi muncul pada kondisi tertentu.

### **Pengelompokan Karma**

Karma dikelompokkan dalam empat cara berdasarkan:

- Waktu munculnya akibat
- Fungsi—*kicca*
- Prioritas akibat
- Tempat munculnya akibat

Ada perbuatan moral dan amoral yang dapat membuahkan akibat dalam hidup saat ini juga. Hal itu disebut “efektif segera—*diṭṭha*”

*dhamma vediniya kamma*". Jika akibat tidak muncul dalam hidup ini, disebut "tidak efektif—*ahosi*".

Ada beberapa perbuatan yang dapat menghasilkan akibat dalam kehidupan berikutnya. Hal itu disebut "efektif setelahnya—*upapajja vedaniya kamma*". Hal ini juga menjadi tidak efektif jika tidak muncul pada kelahiran kedua berikutnya.

Perbuatan-perbuatan yang dapat menghasilkan akibat pada kehidupan mana pun selama seseorang mengembara dalam *samsāra*, dikenal sebagai "efektif tak tentu—*aparāpariya vedaniya kamma*".

Pengelompokan karma di atas berdasarkan pada waktu munculnya akibat. Ada empat jenis karma berdasarkan fungsi—*kiicca*.

Setiap kelahiran terkondisikan oleh karma buruk dan karma baik masa lalu yang mendominasi pada saat kematian. Karma yang mengondisikan kelahiran berikutnya disebut "reproduktif—*janaka kamma*".

Karma lain dapat datang membantu atau mempertahankan perbuatan karma reproduktif ini. Sama halnya seperti karma ini yang cenderung untuk menunjang karma reproduktif, perbuatan lain yang cenderung memperlemah, menghalangi pembuahan karma reproduktif juga bisa datang. Perbuatan semacam itu berturut-turut disebut "suportif—*upatthambhaka kamma*" dan "obstruktif—*upapīlaka kamma*".

Menurut hukum karma, energi potensial karma reproduktif dapat ditiadakan oleh karma berlawanan yang lebih kuat dari masa

lalu, yang karena sedang mencari kesempatan, dapat bekerja secara tak terduga, sama seperti suatu kekuatan berlawanan yang besar dapat menangkal jalan anak panah yang melesat dan menghempaskannya ke tanah. Perbuatan semacam itu disebut “destruktif—*upaghātaka kamma*” yang lebih efektif dibandingkan karma suportif dan obstruktif dalam hal karma ini bukan hanya menghambat tetapi juga menghancurkan seluruh kekuatan.

Ada empat jenis karma berdasarkan prioritas akibat. Yang pertama adalah *garuka*, yang berarti berat atau serius. Karma ini, baik atau buruk, pasti menghasilkan akibat dalam kehidupan ini atau berikutnya. Jika baik, hal itu sepenuhnya mental seperti dalam kasus *jhāna—penyerapan mendalam*. Jika tidak, hal itu berupa verbal atau tubuh. Lima jenis karma berat adalah:

- membunuh ibu,
- membunuh ayah,
- membunuh *Arahā*,
- melukai Buddha; dan
- menciptakan perpecahan dalam *Saṅgha*.

Skeptisisme permanen—*niyata micchādītṭhi* juga disebut sebagai salah satu karma berat. Dengan tidak adanya karma berat untuk mengondisikan kelahiran berikutnya, karma jelang ajal—*Āsanna* dapat bekerja. Ini adalah karma yang diperbuat seseorang sesaat sebelum saat kematiannya.

Kebiasaan—*āciṅṅa kamma* adalah prioritas akibat berikutnya. Ini adalah perbuatan yang biasa dilakukan, dikumpulkan, dan sangat digemari.

Yang keempat adalah cadangan—*kaṭattā kamma* yang meliputi



perbuatan yang tidak termasuk ketiga jenis di atas. Karma ini ibarat dana cadangan akan hal tertentu.

Pengelompokan terakhir adalah berdasarkan tempat munculnya akibat karma, yaitu:

- Karma buruk—*akusala*, yang dapat berbuah di alam indrawi—*kāmaloka*.
- Karma baik—*kusala*, yang dapat berbuah di alam indrawi.
- Karma baik, yang dapat berbuah di alam bentuk—*rūpaloka*.
- Karma baik, yang dapat berbuah di alam tanpa-bentuk—*arūpaloka*.

### **Apakah Segala Sesuatu Disebabkan Karma?**

Walaupun ajaran Buddha menunjukkan ketidaksetaraan umat manusia sebagai salah satu akibat utama di antara berbagai hal, tetapi ajaran Buddha tidak menyatakan bahwa segala sesuatu disebabkan oleh karma.

Jika segala sesuatu disebabkan karma, seseorang akan selalu buruk jika karmanya adalah menjadi buruk. Seseorang tidak akan perlu untuk berkonsultasi ke dokter untuk diobati penyakitnya, karena jika karmanya sedemikian, ia akan sembuh sendiri. Tentu bukan demikian yang dimaksud.

### **Mengapa Orang Jahat Senang Sedangkan Orang Baik Menderita?**

Beberapa orang bertanya, “Jika kebaikan mendatangkan kebaikan dan kejahatan mendatangkan kejahatan, mengapa banyak orang baik harus menderita dan banyak orang jahat makmur di dunia

ini?” Jawaban atas pertanyaan ini, menurut pandangan Buddhis, adalah bahwa sekalipun sebagian orang bersifat baik, mereka belum mengumpulkan jasa baik yang cukup dalam kelahiran sebelumnya untuk mengatasi efek karma buruk dalam kehidupan saat ini; suatu saat pada masa silam mereka pasti ada beberapa kekurangan. Di lain pihak, sebagian orang bersifat jahat, tetapi dapat menikmati hidup ini berkat buah karma baik kuat yang mereka kumpulkan dalam kelahiran sebelumnya.

Sebagai contoh, ada orang tertentu yang secara alamiah mewarisi jasmani yang kuat dan sebagai hasilnya menikmati kesehatan sempurna. Daya tahan fisik mereka kuat dan karenanya tidak rentan terhadap penyakit. Walaupun mereka tidak mengikuti aturan-aturan khusus untuk menjalani hidup yang higienis, mereka bisa tetap kuat dan sehat. Sebaliknya, ada orang lain yang mengonsumsi berbagai obat kuat, vitamin, makanan bergizi untuk membentengi diri mereka, tetapi di balik usaha mereka untuk menjadi kuat dan sehat, kesehatan mereka tidak menunjukkan perbaikan apa pun.

Secara umum, perbuatan baik dan buruk apa pun yang dilakukan orang dalam masa kehidupan kini, mereka pasti akan mengalami reaksinya dalam kehidupan ini atau yang akan datang. Tidaklah mungkin meloloskan diri dari akibat karma hanya dengan berdoa, melainkan hanya dengan mengembangkan batin dan menjalani hidup mulia.

Ini tidak berarti bahwa segala sesuatu yang kita derita atau nikmati hari ini sepenuhnya disebabkan perbuatan silam kita, yang kita sebut karma. Buddha berkata bahwa jika demikian, maka tidak akan ada gunanya menjalani kehidupan moral, karena

kita hanyalah korban masa silam. Umat Buddha menyatakan bahwa walaupun hidup kita sudah tersusun pada masa lampau, sepenuhnya ada di dalam diri kita untuk mengubah kondisi itu dan menciptakan kesejahteraan kita saat ini dan masa mendatang. Umat Buddha tidak menyerah pada nasib atau fatalisme sebagai satu-satunya penjelasan terhadap kondisi manusia.

Umat Buddha didorong untuk melakukan perbuatan baik bukan demi mendapat tempat di surga. Mereka diharapkan untuk berbuat baik untuk membasmi keakuan dan supaya mengalami kedamaian dan kebahagiaan pada saat ini. Bila saat ini secara hati-hati dikendalikan, kesejahteraan masa depan akan terjamin.

*“Ia yang tiada lagi di pantai ini, pantai seberang, ataupun kedua pantai itu, yang tanpa takut, tak melekat, ialah yang Saya sebut sebagai brahmana.”*

*(Dhammapada 385)*

## **Kelahiran Ulang**

*Keinginan tak terpuaskan akan keberadaan dan kenikmatan indrawi adalah sebab kelahiran ulang.*

Umat Buddha tidak menganggap doktrin kelahiran ulang sebagai teori belaka, tetapi sebagai kenyataan yang dapat dibuktikan. Kepercayaan akan kebenaran kelahiran ulang membentuk suatu prinsip fundamental ajaran Buddha. Namun demikian, kepercayaan kelahiran ulang tidaklah terbatas pada umat Buddha saja; hal ini juga ditemukan di negara lain, di agama lain, dan bahkan di antara pemikir bebas. Pythagoras mampu mengingat kelahirannya

sebelumnya. Plato dapat mengingat sejumlah kehidupan sebelumnya. Menurut Plato, manusia dapat dilahirkan kembali hanya sampai sepuluh kali. Plato juga percaya pada kemungkinan kelahiran ulang dalam dunia hewan. Di antara masyarakat kuno di Mesir dan China, ada suatu kepercayaan umum bahwa hanya pribadi yang terkenal seperti kaisar dan raja yang lahir berulang. Pejabat Kristen terkenal bernama Origen, yang hidup pada tahun 185-254, percaya akan kelahiran ulang. Menurutnya, tidak ada penderitaan abadi di neraka. Gorana Bruno, yang hidup pada abad ke-16, percaya bahwa jiwa setiap orang dan binatang berpindah dari satu makhluk ke makhluk lainnya. Pada tahun 1788, filsuf Kant mengkritik ajaran penghukuman abadi. Kant juga percaya pada kemungkinan kelahiran ulang dalam tubuh surgawi lainnya. Schopenhauer (1788-1860), filsuf besar lainnya, berkata bahwa di mana ada keinginan untuk hidup, di sana pasti ada kelanjutan hidup. Keinginan untuk hidup mewujudkan dirinya secara sinambung dalam bentuk-bentuk baru. Buddha menjelaskan “keinginan untuk ada” ini sebagai nafsu akan keberadaan. Tidak ketinggalan, kebijakan kuno India mengajarkan tentang perpindahan jiwa dari masa lalu.

Adalah hal yang mungkin tetapi tidak mudah bagi kita untuk benar-benar membuktikan kehidupan lampau kita. Sifat pikiran yang sedemikian rupa, tidak memungkinkan kebanyakan orang untuk mengingat kehidupan sebelumnya. Batin kita dikuasai oleh lima rintangan: nafsu indrawi, niat buruk, kemalasan-kelembaman, kegelisahan-penyesimalan, dan keraguan. Karena rintangan-rintangan ini, pandangan kita jadi terbatas dan karenanya kita tidak dapat menggambarkan kelahiran ulang. Sama seperti cermin tidak memantulkan suatu citra jika tertutupi debu, demikian juga batin tidak memungkinkan kebanyakan orang mengingat kelahiran

lampaunya. Kita tidak dapat melihat bintang-bintang pada siang hari, bukan karena bintang itu tidak ada di langit, namun karena bintang itu terterangi oleh sinar matahari. Sama halnya, kita tidak dapat mengingat kehidupan kita sebelumnya karena batin kita saat ini selalu dibebani oleh banyak pikiran dalam peristiwa dari hari ke hari dan suasana pada umumnya.

Pertimbangan akan singkatnya masa hidup kita di Bumi akan membantu kita untuk merefleksikan kelahiran ulang. Jika kita mempertimbangkan hidup, makna, tujuan tertingginya, dan segala ragam pengalaman yang mungkin bagi manusia, kita harus menyimpulkan bahwa dalam satu kehidupan tunggal tidaklah cukup waktu bagi seseorang untuk mencapai semua yang ia dapat lakukan atau inginkan. Skala pengalaman dan keinginan tidaklah terbatas. Begitu luas kekuatan yang terpendam dalam manusia yang kita lihat dan bahkan dapat dikembangkan jika ada kesempatan bagi kita. Hal ini terutama benar saat ini jika dilakukan penyelidikan khusus. Kita melihat diri kita dengan cita-cita tinggi, namun tanpa waktu untuk mencapainya. Sementara itu kelompok besar nafsu dan keinginan, motif mementingkan diri dan ambisi, berperang dalam diri kita sendiri dan dengan orang lain. Kekuatan ini berkejaran satu sama lain sampai waktu kematian kita. Semua kekuatan ini harus dicoba, ditaklukkan, ditundukkan, dan digunakan. Satu kehidupan tidaklah cukup untuk semua ini. Berkata bahwa kita harus punya satu kehidupan saja di sini dengan begitu banyak kemungkinan yang ada dan tidak mungkin dikembangkan adalah ibarat membuat semesta dan kehidupan menjadi suatu gurauan yang besar dan kejam.

Doktrin umat Buddha tentang kelahiran ulang harus dibedakan dari ajaran tentang perpindahan dan reinkarnasi di agama lain.

Ajaran Buddha, tidak seperti Hinduisme, menolak keberadaan suatu jiwa ciptaan yang permanen atau suatu sosok tak berubah yang pindah dari satu kehidupan ke kehidupan selanjutnya.

Seperti halnya identitas relatif dimungkinkan oleh kesinambungan kausal tanpa suatu “diri” atau “jiwa”, demikian pula kematian dapat terjadi dalam kelahiran ulang tanpa suatu perpindahan jiwa. Dalam satu kehidupan tunggal, setiap saat pikiran masuk dan keluar dari suatu makhluk, membangkitkan penerusnya dengan pelenyapannya. Secara tegas, momentum yang timbul dan lenyap di setiap pikiran ini adalah kelahiran dan kematian. Jadi bahkan dalam satu kehidupan tunggal kita mengalami kelahiran dan kematian dalam jumlah tak terhitung setiap detik. Tetapi karena proses mental berlanjut dengan dukungan satu tubuh fisik yang tunggal, kita menganggap kesinambungan batin-badan sebagai satu kehidupan tunggal.

Apa yang biasanya kita artikan dengan kematian adalah hilangnya fungsi vital tubuh. Saat tubuh fisik kehilangan vitalitasnya, tubuh itu tidak dapat lagi mendukung arus kesadaran, sisi mental dari proses. Tetapi selama ada kelekatan akan kehidupan, keinginan untuk terus ada, arus kesadaran tidak berhenti dengan hilangnya kehidupan pada tubuh. Sebaliknya, saat kematian terjadi, saat tubuh binasa, arus mental, didorong oleh kehausan untuk terus berada, akan bersemi kembali dengan dukungan tubuh fisik yang baru, yang timbul melalui pertemuan sperma dan sel telur. Jadi, kelahiran ulang terjadi segera setelah kematian. Arus ingatan mungkin terganggu dan indra identitas dipindahkan ke situasi yang baru, tetapi seluruh akumulasi pengalaman dan watak telah dipindahkan ke makhluk yang baru, dan siklus kehidupan mulai berputar kembali.

Oleh karena itu, bagi ajaran Buddha, kematian tidak berarti memasuki hidup abadi atau kebinasaan sempurna. Kematian, sebaliknya, merupakan pintu gerbang menuju kelahiran ulang yang baru yang akan diikuti oleh pertumbuhan, pelapukan, dan kematian selanjutnya.

Sementara terjadi rangkaian mental, pada saat terakhir, tidak ada fungsi fisik yang diperbaharui dalam batin orang yang sekarat. Hal ini hanya seperti seorang pengemudi yang melepaskan gas sebelum berhenti, sehingga tidak ada lagi tenaga tarikan yang diberikan pada mesin. Demikian juga, tidak ada lagi sifat materi karma yang bangkit.

Umat Buddha tidak beranggapan bahwa kehidupan saat ini adalah satu-satunya kehidupan di antara dua keabadian kesengsaraan dan kebahagiaan; tidak juga percaya bahwa malaikat akan membawa mereka ke surga dan meninggalkan mereka di sana dalam keabadian. Mereka percaya bahwa kehidupan saat ini hanyalah salah satu dari sejumlah keberadaan yang tak terhitung dan bahwa kehidupan duniawi ini hanya satu episode di antara banyak kehidupan lainnya. Mereka percaya bahwa semua makhluk akan terlahir ulang di suatu tempat dalam suatu bentuk untuk suatu jangka waktu tertentu selama karma baik dan buruknya tetap ada dalam batin bawah sadar sebagai energi mental. Walaupun banyak psikolog terkemuka, seperti Carl Jung, telah mengakui ajaran Buddha sebagai suatu subyek, penafsiran batin bawah sadar dalam konteks Buddha sebaiknya tidak dicampurkan dengan yang diberikan oleh psikolog modern karena konsep tersebut tidak persis sama.

Apakah penyebab kelahiran ulang itu? Buddha mengajarkan bahwa ketaktahuan akan sifat sejati kehidupan menghasilkan

nafsu. Nafsu yang tak terpuaskan adalah sebab kelahiran ulang. Saat semua nafsu yang tak terpuaskan dipadamkan, maka kelahiran ulang akan berakhir. Menghentikan kelahiran ulang berarti memadamkan semua nafsu. Untuk memadamkan nafsu, perlu menghancurkan ketaktahuan. Saat ketaktahuan hancur, ketak-berharga-an setiap kelahiran ulang akan dirasa, serta hasrat memuncak untuk mengambil suatu kehidupan semacam itu dapat diakhiri.

Ketaktahuan juga menciptakan ide ilusif dan tak logis bahwa hanya ada satu keberadaan manusia, dan ilusi lain bahwa satu kehidupan ini diikuti oleh keadaan permanen akan kesenangan atau siksaan abadi.

Buddha mengajarkan bahwa ketaktahuan dapat dihilangkan dan kesedihan dapat disingkirkan dengan menyadari Empat Kebenaran Suciwan. Untuk membasmi semua ketaktahuan, kita harus tekun dalam praktik luhur perilaku, kecerdasan, dan kebijaksanaan. Kita juga harus menghancurkan semua nafsu kesenangan pribadi dan nafsu mementingkan diri.

### **Bagaimana Kelahiran Ulang Terjadi?**

Saat tubuh fisik ini tidak lagi mampu berfungsi, energi tidak mati bersamanya, tetapi terus berlangsung untuk mengambil bentuk lainnya, yang kita sebut kehidupan lain. Kekuatan karma yang mewujudkan dirinya sendiri dalam bentuk manusia juga dapat terwujud dalam bentuk hewan. Hal ini dapat terjadi jika seseorang tidak berkesempatan mengembangkan kekuatan karma positifnya. Kekuatan ini, yang disebut nafsu, hasrat, kehendak, kehausan akan hidup, tidak berakhir dengan tidak berfungsinya tubuh, tetapi terus



mewujud dalam bentuk lain, menghasilkan keberadaan kembali. Hal ini disebut kelahiran ulang. Umat Buddha tidak menyebutnya “reinkarnasi” karena tidak ada entitas atau jiwa permanen yang pindah dari satu kehidupan ke kehidupan berikutnya.

Saat ini, ada orang-orang di berbagai negara yang secara spontan mengembangkan ingatan akan kelahiran mereka sebelumnya. Pengalaman orang-orang ini telah didokumentasikan dengan baik dalam surat kabar dan majalah. Sebagian dari orang-orang ini tidak pernah menerima bahwa ada hal seperti kelahiran ulang hingga potongan ingatan kehidupan lampau mereka muncul. Banyak informasi yang mereka ungkapkan tentang kehidupan masa lalu mereka telah diselidiki dan ternyata terbukti sah.

Melalui hipnotis, beberapa orang mampu mengungkapkan informasi tentang kehidupan sebelumnya. Keadaan hipnotis tertentu yang menembus ke dalam batin bawah sadar memungkinkan untuk mengingat kembali kehidupan yang lampau.

Kelahiran ulang atau menjadi lagi dan lagi adalah kejadian alami yang tidak diciptakan oleh agama atau dewa tertentu. Percaya atau tidak percaya akan kelahiran ulang, tidak membuat perbedaan bagi proses kelahiran ulang atau mencegah kelahiran ulang. Kelahiran ulang terjadi selama nafsu akan keberadaan dan kesenangan indrawi atau kelekatan ada dalam pikiran. Energi mental yang kuat itu berlaku pada setiap dan semua makhluk di semesta ini. Mereka yang berharap dan berdoa agar mereka tidak berkelahiran ulang harus memahami bahwa harapan mereka tidak akan terwujud sampai mereka melakukan usaha yang sungguh-sungguh untuk membasmi nafsu dan kelekatan dalam batin mereka. Setelah melihat dan mengalami ketidakpastian dan

ketakpuasan kehidupan dalam kondisi duniawi ini, orang bijaksana mencoba untuk melepaskan diri dari perulangan kelahiran dan kematian dengan mengikuti jalan pemurnian batin yang benar. Mereka yang tidak mampu mengurangi nafsu dan kekekatannya harus siap untuk menghadapi semua ketakpuasan dan situasi tak menentu yang menyertai kelahiran ulang dan untuk menjadi lagi dan lagi.

### **Apakah Kelahiran Ulang Terjadi Seketika?**

Hal lain yang sulit dimengerti tentang kelahiran ulang adalah apakah kelahiran ulang terjadi seketika saat berakhirnya kehidupan saat ini atau tidak. Hal ini telah menjadi topik kontroversial bahkan di antara para pelajar Buddhis terkemuka. Menurut *Abhidhamma*, kelahiran ulang terjadi segera setelah kematian suatu makhluk tanpa keadaan antara apa pun. Sementara yang lain percaya bahwa seseorang, setelah kematiannya, akan berubah menjadi suatu bentuk roh selama beberapa hari sebelum lahir ulang. Penafsiran lain mengenai kepercayaan yang sama adalah bahwa bukan roh, melainkan kesadaran atau energi mental orang itu tetap ada dalam suatu tempat, didukung oleh energi mental akan nafsu dan kekekatannya sendiri, menunggu hingga cepat atau lambat terjadinya kelahiran ulang. Hantu menderit (*peta*), yang terlahir dalam bentuk makhluk halus, adalah makhluk malang dan hidup mereka dalam bentuk roh tidak permanen. Ini juga merupakan suatu bentuk kelahiran ulang yang sementara.

Konsep lain yang tidak dapat dipahami banyak orang adalah bahwa dalam proses kelahiran ulang seseorang dapat terlahir kembali sebagai hewan, dan seekor hewan dapat terlahir kembali sebagai manusia. Sifat hewan dalam pikiran seseorang dan cara hidup

hewan yang diserap olehnya dapat mengondisikan dirinya untuk terlahir sebagai hewan. Kondisi dan perilaku pikiran bertanggung jawab untuk keberadaan berikutnya. Sebaliknya, seseorang yang terlahir dalam bentuk hewan, karena penyalahgunaan mental tertentu selama kehidupan sebelumnya, dapat terlahirkan kembali sebagai manusia, tergantung dari kekuatan karma yang berakumulasi dalam kehidupan sebelumnya. Adalah suatu fakta bahwa beberapa hewan sangat pintar dan dapat mengerti, menunjukkan perangai manusia yang jelas. Seseorang yang terlahir sebagai hewan dapat terlahir ulang sebagai manusia jika akibat karma buruk yang mengondisikan kelahirannya sebagai hewan telah berakhir dan karma baik dominan yang tersimpan dalam kesadarannya berkesempatan untuk terwujud.

### **Momen Kematian**

Ada tiga jenis kesadaran (*viññāṇa*) yang berfungsi pada saat kematian seseorang: kesadaran yang terkait dengan kelahiran ulang (*paṭisandhi-citta*), arus kesadaran pasif atau arus kesinambungan hidup (*bhavanga*) dan kesadaran yang memutuskan kehidupan saat ini (*cuti-citta*). Pada saat terakhir kehidupan seseorang saat ini, *paṭisandhi-citta* atau kesadaran yang terkait dengan kelahiran ulang muncul, memiliki tiga tanda sebagai obyeknya. *paṭisandhi-citta* tetap menyadari lima dorongan pikiran (*javana*) yang memudar dan kemudian tenggelam ke dalam *bhavanga*. Pada akhir *bhavanga*, muncul *cuti-citta*, memutuskan kehidupan saat ini dan tenggelam ke dalam *bhavanga*. Pada saat ini juga, berakhirilah kehidupan saat ini. Pada akhir dari *bhavanga* tersebut *paṭisandhi-citta* lainnya terbit dalam kehidupan berikutnya dan sejak saat ini juga kehidupan baru dimulai. Ini adalah proses kematian dan kelahiran ulang menurut ajaran Buddha, dan hanya dalam ajaran Buddha proses

fenomena alami ini dijelaskan secara rinci.

Umat Buddha menghadapi kematian bukan sebagai suatu krisis dalam hidup, melainkan sebagai kejadian normal, karena ia tahu bahwa siapa pun yang lahir harus menderita pelapukan dan akhirnya mati. Atau, ada yang mengatakannya dengan pas, “Setiap orang dilahirkan dengan akta kematian pada saat kelahirannya.” Jika kita semua dapat memandang kematian dengan cara yang pintar dan nalar semacam itu, kita tidak akan terlalu melekat pada kehidupan.

Setelah terbebas dari *samsāra* saat peristiwa Kecerahan, Buddha menyatakan:

“*Āyamantima jāti natthidāni punabbhavo.*”

“Inilah kelahiran-Ku yang terakhir,  
tiada lagi kelahiran ulang bagi-Ku.”

(*Dhammacakkapavattana Sutta*)

## **Nibbāna**

*Nibbāna* adalah kebahagiaan tertinggi, suatu keadaan kebahagiaan abadi yang luar biasa. Kebahagiaan *Nibbāna* tidak dapat dialami dengan memanjakan indra, tetapi dengan memadamkannya.

*Nibbāna* adalah tujuan akhir ajaran Buddha. Lantas, apakah *Nibbāna* itu? Tidak mudah untuk mengetahui apa *Nibbāna* itu sebenarnya; lebih mudah mengetahui apa yang bukan *Nibbāna*.

*Nibbāna* bukanlah ketiadaan atau kepunahan. Apakah Buddha akan meninggalkan keluarga dan kerajaan-Nya dan berceramah selama

45 tahun—semuanya hanya demi suatu ketiadaan?

*Nibbāna* bukanlah suatu surga. Beberapa abad setelah Buddha, sebagian aliran Buddhisme mulai menggambarkan *Nibbāna* sebagai surga. Tujuan mereka menyetarakan *Nibbāna* dengan alam surgawi adalah untuk meyakinkan orang yang “kurang pintar” dan untuk menarik mereka pada ajaran aliran itu, lalu berjuang menuju *Nibbāna* berarti jadi mencari suatu tempat yang indah di mana semua hal baik adanya dan semua orang bahagia selamanya. Ini mungkin suatu dongeng yang menyenangkan, tetapi itu bukan *Nibbāna* yang dialami dan diperkenalkan oleh Buddha. Selama hidup-Nya Buddha tidak menyangkal gagasan tentang surga seperti yang dikenal dalam agama-agama awal India, tetapi Buddha mengetahui bahwa surga-surga ini masih termasuk dalam *samsāra*, sementara keterbebasan akhir berada di luar itu. Buddha mampu melihat bahwa jalan menuju *Nibbāna* tertuju lebih dari surga.

Jika *Nibbāna* bukan suatu tempat, lalu di manakah *Nibbāna* itu? Secara tegas, kita tidak dapat bertanya di manakah *Nibbāna* itu. *Nibbāna* ada sama seperti adanya api. Tidak ada tempat penyimpanan untuk api ataupun untuk *Nibbāna*. Tetapi jika Anda menggosok potongan kayu bersamaan, maka gesekan dan panas adalah kondisi yang tepat bagi api untuk muncul. Demikian juga, jika sifat pikiran manusia sedemikian sehingga bebas dari semua noda, maka kebahagiaan *Nibbāna* akan muncul.

Setiap orang dapat merealisasi *Nibbāna*, tetapi sebelum mengalami keadaan tertinggi kebahagiaan *Nibbāna*, ia hanya dapat berspekulasi seperti apa itu sebenarnya, sekalipun kita bisa mendapatkannya sekilas dalam kehidupan sehari-hari. Bagi mereka yang bersikeras pada teori, teks-teks menawarkan bantuan. Teks-teks

menyarankan bahwa *Nibbāna* adalah keadaan kebahagiaan murni yang luar biasa.

Dengan dirinya sendiri, *Nibbāna* cukup tidak dapat dijelaskan dan didefinisikan. Seperti kegelapan hanya dapat dijelaskan dengan lawannya: terang, dan seperti ketenangan hanya dapat dijelaskan oleh lawannya: gerakan, demikian pula *Nibbāna*, sebagai suatu keadaan yang setara dengan pemadaman segala duka dapat dijelaskan dengan lawannya: duka yang dipikul dalam *saṃsāra*. Seperti kegelapan timbul pada saat tidak ada cahaya, seperti ketenangan muncul pada saat tidak ada gerakan, demikian pula *Nibbāna* ada di mana-mana saat duka, perubahan, dan cemaran batin tidak ada.

Seorang penderita yang menggaruk lukanya dapat mengalami rasa lega sementara. Rasa lega sementara ini hanya akan memperburuk luka dan memperparah penyakit. Kegembiraan kesembuhan akhir tidak dapat dibandingkan dengan rasa lega sementara yang diperoleh dari garukan. Demikian juga, pemuasan nafsu indrawi hanya membawa kepuasan atau kebahagiaan sementara yang justru memperpanjang perjalanan *Sam̐sāra*. Penyembuhan dari penyakit *saṃsāra* adalah *Nibbāna*. *Nibbāna* adalah akhir dari nafsu yang menyebabkan semua penderitaan kelahiran, usia tua, penyakit, kematian, kepedihan, ratapan, dan keputusan. Kegembiraan penyembuhan *Nibbāna* sulit dibandingkan dengan kesenangan sementara dalam *saṃsāra* yang diperoleh dari pemenuhan nafsu indrawi.

Tidak disarankan untuk berspekulasi tentang apakah *Nibbāna* itu; lebih baik mengetahui bagaimana menyiapkan kondisi yang diperlukan untuk *Nibbāna*, bagaimana mencapai keheningan dan

kebeningan pandangan yang menuju pada *Nibbāna*. Ikuti nasihat Buddha, praktikkan ajaran-Nya. Lenyapkan semua kotoran yang berakar dalam ketamakan (*lobha*), kebencian (*dosa*), dan ketaktahuan (*moha*). Murnikan batin sendiri dari semua nafsu dan sadari tiadanya inti diri yang mutlak. Jalani hidup dengan tindakan moral yang benar dan secara konstan lakukan meditasi. Dengan upaya aktif, bebaskan diri sendiri dari semua keakuan dan khayalan. Kemudian, *Nibbāna* akan direalisasi dan dialami.

### ***Nibbāna dan Saṃsāra***

Pelajar Buddhisme Mahāyāna terkemuka, Nāgārjuna, berkata bahwa *saṃsāra* dan *Nibbāna* adalah satu. Penafsiran ini bisa dengan mudah disalahpahami oleh orang lain. Bagaimanapun, menyatakan bahwa *saṃsāra* dan *Nibbāna* itu sama saja, berarti mengatakan bahwa tidak ada perbedaan dalam hilangnya hal tersusun dan keadaan tak tersusun dari *Nibbāna*. Berdasarkan Tipiṭaka Pāli, *saṃsāra* digambarkan sebagai kesinambungan tak terputus dari lima gugus, empat unsur, dan dua belas dasar atau sumber proses batin; sedangkan *Nibbāna* digambarkan sebagai pepadaman sumber relatif fisik dan mental itu.

Mereka yang merealisasi kebahagiaan *Nibbāna* dapat mengalaminya selama sisa keberadaan mereka sebagai manusia. Setelah kematian, hubungan dengan unsur-unsur tersebut akan luruh, karena alasan yang sederhana bahwa *Nibbāna* tidak tersusun, tidak relatif, atau tidak saling bergantung. Jadi tiada lain bahwa *Nibbāna* adalah “Kebenaran Mutlak”.

*Nibbāna* dapat dicapai dalam kehidupan saat ini juga. Ajaran Buddha tidak menyatakan bahwa tujuan akhir itu hanya dapat

dicapai dalam kehidupan sesudahnya. Ketika *Nibbāna* direalisasi dalam hidup ini dengan tubuh masih ada, hal ini disebut *Saupādisesa Nibbāna*. Saat seorang *Arahā* merealisasi *Parinibbāna*, setelah luruhnya tubuh, tanpa sisa keberadaan fisik, hal ini disebut *Anupādisesa Nibbāna*.

Kita harus belajar untuk tidak melekat dari semua hal keduniawian. Jika ada kelekatan terhadap seseorang atau sesuatu, atau jika ada keengganan terhadap seseorang atau sesuatu, kita tidak akan pernah merealisasi *Nibbāna* karena *Nibbāna* melampaui semua kelekatan dan keengganan, suka dan tidak suka.

Saat keadaan tertinggi itu tercapai, kita akan memahami sepenuhnya hidup keduniawian yang sekarang ini. Dunia ini akan berhenti menjadi obyek nafsu. Kita akan menyadari ketaktetapan, ketakpuasan, dan ketiadadirian semua yang hidup dan yang tak hidup. Dengan tergantung pada guru atau buku suci tanpa usaha kita sendiri dengan cara yang benar, sukar untuk meraih penyadaran *Nibbāna*. Mimpi akan buyar. Tidak ada istana yang akan dibangun di udara. Badai akan berlalu. Perjuangan hidup akan usai. Proses alam akan berhenti. Semua kecemasan, kesengsaraan, gangguan, beban, penyakit fisik dan mental, dan emosi akan berakhir setelah merealisasi keadaan kebahagiaan *Nibbāna* ini.

Mengatakan bahwa *Nibbāna* adalah ketiadaan, semata-mata karena orang tidak mampu merasakannya dengan panca indra, sama tidak logisnya dengan berkata bahwa cahaya itu tidak ada hanya karena orang buta tidak melihatnya.

## Hukum Kemunculan Bersebab



*Tiada dewa, tiada brahma yang ditemukan,  
tak pandang segala roda kehidupan ini,  
hanyalah fenomena yang bergulir,  
semua bergantung pada kondisi.*

*(Visuddhi Magga)*

Hukum Kemunculan Bersebab adalah salah satu ajaran Budha yang paling penting dan juga sangat mendalam. Buddha sering menyatakan pengalaman Kecerahan-Nya dengan satu dari dua cara: baik dalam hal telah memahami Empat Kebenaran Suciwan maupun dalam hal telah memahami sifat Kemunculan Bersebab. Pada kenyataannya, lebih banyak orang yang telah mendengar tentang Empat Kebenaran Suciwan dan mampu membahasnya dibandingkan Kemunculan Bersebab, yang sebenarnya juga sama pentingnya.

Walaupun penglihatan sebenarnya pada Kemunculan Bersebab timbul dengan kematangan spiritual, kita masih mungkin memahami prinsip di dalamnya. Dasar Kemunculan Bersebab adalah bahwa hidup atau dunia dibangun di atas sekelompok hubungan, di mana timbul dan berhentinya faktor-faktor tergantung pada beberapa faktor lain yang mengondisikan mereka. Prinsip ini dapat diberikan dalam rumus sederhana empat larik:

*Ini ada, itu ada.  
Ini muncul, itu muncul.  
Ini tiada, itu tiada.  
Ini berhenti, itu berhenti.*

Pada prinsip saling bergantung dan relativitas ini ada kemunculan, kelangsungan, dan keberhentian keberadaan. Prinsip ini dikenal

sebagai Kemunculan Bersebab atau dalam bahasa Pāḷi: *Paṭicca-Samuppāda*. Hukum ini menekankan suatu prinsip penting bahwa semua fenomena di semesta ini merupakan keadaan relatif yang tersusun dan tidak bisa muncul dengan sendirinya tanpa kondisi-kondisi yang mendukungnya. Suatu fenomena muncul disebabkan oleh suatu kombinasi kondisi yang ada untuk mendukung kemunculannya, dan fenomena itu akan berhenti jika kondisi dan komponen pendukung kemunculannya berubah atau tidak lagi menyokongnya. Adanya kondisi pendukung ini, pada gilirannya, juga tergantung pada faktor-faktor lain bagi kemunculan, kelangsungan, dan keberhentiannya.

Hukum Kemunculan Bersebab adalah cara realistis untuk memahami semesta dan merupakan kesepadanan ajaran Buddha dengan Teori Relativitas Einstein. Fakta bahwa segala sesuatu tidak lebih dari sekelompok hubungan, selaras dengan pandangan ilmiah modern tentang dunia materi. Karena semuanya tersusun, relatif, dan saling bergantung, tidak ada hal di dunia ini yang dapat dianggap sebagai sosok permanen, yang secara beragam diakui sebagai suatu ego atau jiwa abadi, yang banyak dipercaya orang.

Dunia fenomena dibangun di atas sekelompok hubungan, tetapi inikah cara kita secara normal memahami dunia? Kita menciptakan fiksi tentang keabadian dalam batin kita karena keinginan kita. Lumrah bagi manusia untuk melekat pada apa yang mereka anggap cantik atau berharga, dan menolak apa yang buruk atau tak berharga. Karena menjadi subyek kekuatan ketamakan dan kebencian, mereka tersesat oleh khayalan, kabur oleh ilusi keabadian obyek yang mereka lekati atau enggani. Karena itu, sulit bagi kita untuk menyadari bahwa dunia itu seperti gelembung atau fatamorgana, dan bukanlah realitas seperti yang kita yakini. Kita

tidak menyadari bahwa dunia itu sebenarnya tidak nyata dalam kenyataannya. Dunia seperti bola api, yang jika diputar dengan cepat, untuk sementara waktu bisa menciptakan ilusi lingkaran.

Prinsip fundamental bekerjanya Kemunculan Bersebab adalah sebab dan akibat. Dalam hukum ini, apa yang sebenarnya terjadi dalam proses kausal digambarkan dengan rinci. Untuk melukiskan sifat Kemunculan Bersebab dari hal-hal di sekitar kita, mari kita tengok sebuah lampu minyak. Api dalam lampu minyak menyala tergantung pada minyak dan sumbu. Jika ada minyak dan sumbu, maka api dalam lampu minyak bisa menyala. Jika salah satunya tidak ada, api akan berhenti menyala. Contoh ini menggambarkan prinsip Kemunculan Bersebab dalam hal api pada lampu minyak. Atau dalam contoh sebuah tanaman, tanaman bergantung pada benih, bumi, kelembaban, udara, dan sinar matahari untuk tumbuh. Semua fenomena ini muncul bergantung pada sejumlah faktor penyebab, dan tidak secara bebas (atau tak bergantung). Inilah prinsip Kemunculan Bersebab.

Dalam Dhamma, kita tertarik untuk mengetahui bagaimana prinsip Kemunculan Bersebab diterapkan dalam masalah penderitaan dan kelahiran ulang. Permasalahannya adalah bagaimana hukum ini dapat menerangkan mengapa kita tetap berputar dalam *samsāra*, atau menerangkan masalah duka dan bagaimana kita dapat terbebas dari duka. Hal ini tidak dimaksudkan menjadi sebuah gambaran asal-muasal atau evolusi semesta. Karena itu, kita tidak boleh salah berasumsi bahwa “ketaktahuan”, faktor pertama yang disebutkan dalam Hukum Kemunculan Bersebab, adalah sebab pertama. Berhubung segala sesuatu muncul karena sebab-sebab pendahulu tertentu, maka sebab pertama itu tidak ada.

Menurut Hukum Kemunculan Bersebab, ada dua belas faktor yang berperan dalam kesinambungan eksistensi kelahiran demi kelahiran. Faktor-faktor tersebut adalah:

- Ketaktahuan (*avijjā*) merupakan mata rantai pertama yang dianggap sebagai sebab berputarnya roda kehidupan.
- Melalui ketaktahuan, terkondisikan pemikiran (*saṅkhāra*) atau pembentukan karma.
- Melalui perbuatan berkehendak, terkondisikan kesadaran (*viññāṇa*).
- Melalui kesadaran, terkondisikan batin dan bentuk (*nāma-rūpa*).
- Melalui batin dan bentuk, terkondisikan enam landasan indra (*saḷāyātana*), lima organ indra fisik dan indra pikiran.
- Melalui enam landasan indra, terkondisikan kontak (*phassa*), sensoris dan mental.
- Melalui kontak, terkondisikan perasaan (*vedanā*).
- Melalui perasaan, terkondisikan nafsu, “dahaga” (*taṇhā*).
- Melalui nafsu, terkondisikan kelekatan (*upādāna*).
- Melalui kelekatan, terkondisikan kemenjadian (*bhava*).
- Melalui kemenjadian, terkondisikan kelahiran (*jāti*).
- Melalui kelahiran, terkondisikan pelapukan dan kematian (*jarā-marana*), kesedihan, ratapan, penderitaan, kesusahan, dan kesulitan.

Demikianlah kehidupan muncul, ada dan berlangsung, dan bagaimana penderitaan muncul. Faktor-faktor ini dapat dipahami sebagai urutan tiga rentang kehidupan: lampau, kini, dan mendatang. Dalam Kemunculan Bersebab, ketaktahuan dan pemikiran adalah bagian kehidupan lampau, dan mewakili kondisi yang bertanggung jawab untuk terjadinya kehidupan kini.

Faktor berikutnya, yang disebut kesadaran, batin dan bentuk, enam landasan indra, kontak, perasaan, nafsu, kelekatan, dan kemenjadian adalah faktor-faktor yang terlibat dalam kehidupan sekarang. Dua faktor terakhir, kelahiran serta pelapukan dan kematian adalah bagian kehidupan mendatang.

Dalam hukum ini, faktor pertama ketaktahuan membangkitkan pemikiran (atau karma). Ketaktahuan berarti tidak mengetahui atau memahami sifat sejati keberadaan kita. Melalui ketaktahuan, dilakukan perbuatan baik atau buruk yang membuat seseorang terlahir ulang. Kelahiran ulang dapat terjadi dalam beragam bentuk keberadaan: alam manusia, alam surga atau di atasnya, atau bahkan alam derita, tergantung pada kualitas karma seseorang. Jika seseorang mati, pemikirannya akan mengondisikan timbulnya kesadaran, dalam hal ini berarti menghubungkan kembali kesadaran yang timbul pada percikan pertama suatu kehidupan baru dalam proses kembali menjadi.

Begitu kesadaran terhubung kembali, kehidupan dimulai lagi. Bergantung pada kesadaran, muncullah batin dan bentuk, yaitu suatu “makhluk” baru lahir. Karena ada batin dan bentuk, muncullah enam landasan indra (indra keenam adalah pikiran itu sendiri). Dengan munculnya landasan indra, muncullah kontak. Kontak dengan apa? Kontak dengan tampilan, suara, bau, rasa, obyek fisik, dan obyek mental.

Tampilan, suara, bau, rasa, obyek fisik dan mental ini bisa indah, menyenangkan, dan menarik. Sebaliknya, mereka juga bisa buruk dan tidak menyenangkan. Karena itu, tergantung pada kontak, timbul perasaan: senang, tidak senang, atau netral. Karena perasaan-perasaan ini, hukum ketertarikan (ketamakan) dan

penolakan (penentangan) mulai bekerja. Makhluk secara alami tertarik pada obyek yang menyenangkan dan menolak obyek yang tak menyenangkan. Sebagai akibat perasaan, timbullah nafsu. Seseorang bernafsu dan haus akan bentuk-bentuk yang indah dan menarik; suara yang indah dan menarik; rasa, bau, sentuhan, dan obyek yang dianggap oleh pikiran sebagai indah dan menarik. Dari nafsu ini, ia mengembangkan kelekatan yang kuat pada obyek yang diinginkan (atau menolak dengan kuat obyek yang tak diinginkan). Sekarang, karena kelekatan ini, kehidupan berikutnya terkondisikan dan muncullah kemenjadian. Dengan kata lain, kemenjadian digerakkan oleh kelekatan.

Hubungan berikutnya dalam rantai Kemunculan Bersebab ini adalah: kemenjadian mengondisikan timbulnya kelahiran. Akhirnya, tergantung pada kelahiran, timbullah pelapukan dan kematian, diikuti oleh kesedihan, ratapan, penderitaan, kesusahan, dan kesulitan.

Proses ini dapat dihentikan jika rumus dialirkan dalam urutan sebaliknya: melalui penghentian sempurna ketaktahuan (melalui pengembangan pandangan cerah dan melihat sifat sejati segala fenomena), pemikiran atau pembentukan karma berhenti; melalui penghentian pemikiran, kesadaran berhenti; ... melalui penghentian kelahiran, faktor lain dari pelapukan, kematian, kesedihan, dan seterusnya berhenti. Karena itu, seseorang dapat terbebas dari lingkaran kelahiran ulang melalui pelenyapan ketaktahuan.

Sekali lagi, seperti sudah disebutkan sebelumnya, doktrin Kemunculan Bersebab ini semata-mata menjelaskan proses kelahiran dan kematian, dan bukanlah suatu teori tentang evolusi

dunia. Hal ini berkenaan dengan sebab kelahiran ulang dan duka, tetapi tidak mencoba menunjukkan awal mutlak kehidupan. Ketaktahuan akan Kemunculan Bersebab adalah ketaktahuan akan Empat Kebenaran Suciwan. Sangat penting bagi kita untuk memahami Empat Kebenaran Suciwan karena ketaktahuan akan kebenaran ini telah menjebak kita semua dalam siklus kelahiran dan kematian tiada henti.

Menurut Buddha, saat berbicara kepada Ānanda: “Dikarenakan tidak mengetahui, tidak memahami, tidak menembusi kebenaran Kemunculan Bersebab, orang-orang ini telah jadi terjerat bagaikan benang kusut, terliputi duka, bagai rumput dan ilalang, dan tidak dapat keluar dari kejatuhan, jalan suram, keadaan sengsara, lingkaran kelahiran dan kematian.” (*Nidānam Sutta, Saṃyutta Nikāya*)

## **Eternalisme dan Nihilisme**

*Buddha menolak kedua ekstrem, baik eternalisme maupun nihilisme.*

Untuk mengembangkan Pandangan Benar atau Pandangan Sempurna, kita pertama-tama harus sadar akan dua pandangan yang dianggap tidak sempurna atau salah.

Pandangan pertama adalah eternalisme. Doktrin atau kepercayaan ini berkenaan dengan hidup abadi atau benda abadi. Sebelum masa Buddha, diajarkan bahwa ada suatu entitas kekal yang bisa ada selamanya, dan bahwa manusia dapat hidup abadi dengan menyerahkan jiwa abadi untuk bersatu dengan makhluk adikuasa. Dalam ajaran Buddha, ajaran ini disebut *sassata diṭṭhi*—pandangan

salah eternalis. Pandangan semacam itu bahkan masih ada dalam dunia modern dikarenakan kecanduan manusia akan kehidupan abadi.

Mengapa Buddha menolak ajaran eternalisme? Karena jika kita memahami hal-hal di dunia ini sebagaimana adanya, kita tidak dapat menemukan satu hal pun yang abadi atau yang ada selamanya. Segala sesuatu berubah dan terus berubah sesuai dengan berubahnya kondisi tempat mereka bergantung. Jika kita menganalisis benda-benda dalam unsur-unsurnya atau dalam realitasnya, kita tidak dapat menemukan entitas kekal apa pun, zat abadi apa pun. Inilah sebabnya pandangan eternalisme dianggap salah atau keliru.

Pandangan salah kedua adalah nihilisme atau pandangan yang dianut oleh para nihilis yang menyatakan bahwa tidak ada kehidupan setelah kematian. Pandangan ini dianut oleh filosofi materialistis yang menolak pengetahuan tentang pengkondisian mental. Menerima filosofi materialisme berarti memahami hidup secara sebagian. Nihilisme mengabaikan sisi kehidupan yang berkaitan dengan pengkondisian mental. Jika seseorang menyatakan bahwa setelah meninggal atau berhentinya hidup, ia tidak ada lagi, berarti hal ini menolak adanya kesinambungan kondisi mental. Untuk memahami kehidupan, kita harus mempertimbangkan semua kondisi, baik mental maupun material. Jika kita memahami kondisi mental dan material, kita tidak dapat berkata bahwa tidak ada kehidupan setelah kematian dan bahwa tidak ada perwujudan selanjutnya setelah meninggal. Pandangan nihilis tentang kehidupan ini dianggap salah karena didasarkan pada pemahaman realitas yang tidak lengkap. Itu sebabnya nihilisme juga ditolak oleh Buddha. Ajaran karma membuktikan



bahwa Buddha tidak mengajarkan pemusnahan setelah kematian; ajaran Buddha menerima “kelangsungan hidup” bukan dalam hal adanya jiwa abadi, tetapi dalam hal “kembali menjadi” atau “kesinambungan batin”.

Selama periode panjang pengajaran Dhamma kepada pengikut-Nya, Buddha secara aktif menolak argumen spekulatif. Selama abad ke-5 SM, India benar-benar merupakan sarang aktivitas intelektual di mana para pelajar, yogi, filsuf, raja, dan bahkan perumah tangga biasa terus-menerus terlibat dalam debat filosofis tentang keberadaan manusia. Beberapa di antaranya sangat sepele atau sama sekali tidak relevan. Sebagian orang membuang waktu yang berharga memperdebatkan panjang lebar tentang semua hal. Mereka jauh lebih memerhatikan pembuktian kesaktian batin daripada mencari solusi sejati akan masalah yang menimpa manusia (pada abad ke-18 Jonathan Swift menyindir hiburan serupa di Inggris saat ia menunjukkan liliput dalam kisah *Perjalanan Gulliver* yang berperang hanya untuk memutuskan apakah sebuah telur harus dipecahkan pada ujung yang runcing atau yang bulat).

Buddha juga menolak terlibat dalam spekulasi mengenai semesta. Ia menyatakan dengan sangat jelas bahwa masalah yang dihadapi umat manusia bukanlah masa silam atau masa depannya, melainkan pada saat ini. Pengetahuan tentang eternalisme atau nihilisme tidak dapat menolong manusia untuk memecahkan belenggu yang mengikatnya pada keberadaan dan yang merupakan sumber dari segala rasa tidak puas. Buddha menyatakan bahwa sebelum seseorang mulai menempuh jalan menuju *Nibbāna*, orang tersebut harus memiliki Pandangan Benar. Hanya jika seseorang mengetahui dengan jelas apa yang ia cari, maka ia dapat mencapainya.

## **Dapatkah Sebab Pertama Diketahui?**

*Agak sulit bagi kita untuk memahami bagaimana dunia ini ada tanpa suatu sebab pertama. Tetapi jauh lebih sulit untuk memahami bagaimana sebab pertama itu ada pada awalnya.*

Menurut Buddha, mencari sebab pertama dari kehidupan atau apa pun adalah hal yang tidak dapat dibayangkan. Karena pada umumnya, sebab menjadi akibat dan akibat menjadi sebab. Dalam lingkaran sebab dan akibat, suatu sebab pertama tidak dapat ditemukan. Sehubungan dengan asal muasal kehidupan, Buddha menyatakan, “Pengembaraan berulang dalam *samsāra* (siklus kelahiran dan kematian) adalah tanpa akhir yang diketahui. Para makhluk terhambat oleh ketaktahuan dan terbelenggu oleh nafsu. Awal pertama dari makhluk-makhluk ini tidaklah diketahui.” (*Anamatagga Saṃyutta* dalam *Saṃyutta Nikāya*). Arus kehidupan ini mengalir dalam ketaktherhinggaan (*ad infinitum*), selama dihidupi oleh air berlumpur ketaktahuan dan nafsu. Jika kedua hal ini diputuskan, hanya saat itulah arus kehidupan berhenti mengalir, hanya saat itulah kelahiran ulang berakhir.

Sulit untuk membayangkan akhir dunia. Sulit untuk membayangkan suatu masa abadi dari apa yang kita sebut waktu. Tetapi lebih sulit untuk membayangkan waktu di mana tidak ada waktu. Seperti halnya agak sulit bagi kita untuk memahami bagaimana dunia ini ada dengan suatu sebab pertama. Dan jauh lebih sulit untuk memahami bagaimana sebab pertama itu ada pada awalnya. Karena jika sebab pertama bisa ada sekalipun tidak diciptakan, apa alasannya fenomena semesta lain tidak boleh ada tanpa diciptakan?

Seperti untuk pertanyaan bagaimana semua makhluk ada tanpa suatu sebab pertama, jawaban umat Buddha adalah “tidak ada

jawaban” karena pertanyaan itu sendiri semata-mata merupakan produk dari pemahaman manusia yang terbatas. Jika kita dapat memahami sifat waktu dan relativitas, kita akan melihat bahwa tidak mungkin ada suatu awal pertama. Dapat ditunjukkan bahwa semua jawaban umum atas pertanyaan itu pada dasarnya tidak berguna. Jika diasumsikan bahwa untuk menjadi ada, suatu hal harus memiliki suatu pencipta yang ada sebelumnya, secara logis pencipta itu sendiri harus memiliki suatu pencipta, dan demikian seterusnya sampai tak terhingga. Sebaliknya, jika pencipta bisa ada tanpa suatu sebab sebelumnya dalam bentuk pencipta lain, seluruh argumen akan runtuh. Teori tentang pencipta tidak menyelesaikan masalah apa pun, hanya memperumit masalah yang sudah ada.

Jadi ajaran Buddha tidak menaruh banyak perhatian pada teori dan kepercayaan tentang asal muasal dunia. Baik dunia itu diciptakan oleh suatu Tuhan ataupun ada dengan sendirinya, tidaklah berbeda banyak bagi umat Buddha. Apakah dunia itu terbatas atau tak terbatas juga tidak berbeda banyak. Alih-alih mengikuti jalur spekulasi teoritis ini, Buddha menyarankan orang untuk memahami fakta bahwa kehidupan saat ini penuh dengan duka dan sebaiknya orang berjuang keras untuk menemukan keselamatan mereka sendiri.

Para ilmuwan telah menemukan banyak sebab yang bertanggung jawab akan keberadaan kehidupan, tumbuhan, planet, unsur, dan energi lainnya. Tetapi tidak mungkin bagi kita untuk menemukan sebab utama atas keberadaan hal-hal itu. Jika mereka terus mencari sebab pertama kehidupan atau apa pun, mereka menunjuk sebab tertentu sebagai sebab utama tetapi hal ini tidak akan pernah menjadi sebab pertama. Dalam proses mencari sebab pertama, satu setelah yang lainnya, mereka akan kembali ke tempat mereka

berada sebelumnya. Hal ini karena sebab menjadi akibat dan saat berikutnya akibat itu menjadi sebab untuk menghasilkan akibat lain. Itulah kenapa Buddha mengatakan, “Sebab pertama tidak dapat diketahui dan semesta ini tidak berawal.”

## **Adakah Suatu Jiwa yang Abadi?**

*Percaya akan suatu jiwa abadi adalah kesalahpahaman terhadap kesadaran manusia.*

### **Teori Jiwa**

Sehubungan dengan teori jiwa, ada tiga jenis guru di dunia:

- Guru pertama mengajarkan adanya suatu entitas-ego abadi yang hidup lebih lama dari kematian: ia adalah eternalis.
- Guru kedua mengajarkan suatu entitas-ego sementara yang musnah saat kematian: ia adalah materialis.
- Guru ketiga tidak mengajarkan suatu entitas-ego abadi ataupun sementara: ia adalah Buddha.

Buddha mengajarkan bahwa apa yang kita sebut ego, diri, jiwa, kepribadian, dan lain-lain, semata-mata hanyalah istilah konvensional yang tidak mengacu pada entitas lepas yang nyata. Menurut ajaran Buddha tidak ada alasan untuk percaya bahwa ada suatu jiwa abadi yang datang dari surga atau yang tercipta dengan sendirinya dan akan pindah atau langsung berlanjut ke surga atau neraka setelah kematian. Umat Buddha tidak dapat menerima bahwa ada sesuatu di dunia ini ataupun di dunia lain yang bersifat abadi atau tak dapat berubah. Manusia hanya bersikeras pada diri sendiri dan berharap untuk menemukan sesuatu yang imortal.

Kita seperti anak-anak yang berharap untuk meraih pelangi. Bagi anak-anak, pelangi adalah sesuatu yang hidup dan nyata; tetapi orang dewasa tahu bahwa pelangi hanyalah ilusi yang disebabkan oleh pancaran sinar tertentu dan tetes-tetes air. Warna-warna hanyalah sekadar sekelompok gelombang yang tidak lebih nyata daripada pelangi itu sendiri.

Mencari suatu jiwa dalam manusia adalah seperti mencari sesuatu dalam ruang kosong yang gelap. Tetapi orang yang malang itu tidak akan pernah menyadari bahwa apa yang ia cari tidak berada dalam ruang itu. Sangat sulit untuk membuat orang semacam itu untuk memahami kesia-siaan pencariannya.

Mereka yang percaya akan adanya suatu jiwa juga tidak mampu menjelaskan apa dan di mana jiwa itu. Nasihat Buddha adalah jangan membuang waktu kita untuk spekulasi yang tidak perlu ini dan sebaiknya mencurahkan waktu kita untuk memahami kenyataan. Jika kita telah merealisasi kesempurnaan, maka kita akan mampu menyadari apakah ada jiwa atau tidak. Petapa pengembara yang bernama Vacchagotta bertanya kepada Buddha apakah ada suatu *attā* (diri/jiwa) atau tidak. Ceritanya sebagai berikut:

Vacchagotta datang pada Buddha dan bertanya:

“Yang Mulia Gotama, apakah diri itu ada?”

Buddha diam.

“Kemudian Yang Mulia Gotama, apakah diri itu tidak ada?”

Lagi, Buddha diam.

Vacchagotta bangkit dan pergi.

Setelah petapa itu pergi, Ānanda bertanya kepada Buddha mengapa Ia tidak menjawab pertanyaan Vacchagotta. Buddha menjelaskan sikap-Nya:

“Ānanda, ketika ditanya oleh Vacchagotta, si pengembara: ‘Apakah diri itu ada?’, jika Saya menjawab: ‘Diri itu ada,’ maka, Ānanda, itu akan mendukung para petapa dan brahmana yang menganut teori eternalis (*sassata-vāda*).”

“Dan Ānanda, ketika ditanya oleh si pengembara: ‘Apakah diri itu tidak ada?’, jika Saya menjawab: ‘Diri itu tidak ada,’ maka hal ini akan mendukung para petapa dan brahmana yang menganut teori penghancuran (*uccheda-vāda*).”

“Lagi, Ānanda, ketika ditanya oleh Vacchagotta: ‘Apakah diri itu ada?’, jika Saya menjawab: ‘Diri itu ada,’ apakah itu sesuai dengan pengetahuan Saya bahwa semua Dhamma adalah tanpa-diri?”

“Tentu tidak, Bhante.”

“Dan lagi, Ānanda, ketika ditanya oleh si pengembara: ‘Apakah diri itu tidak ada?’, jika Saya menjawab: ‘Diri itu tidak ada,’ maka hal ini akan menimbulkan kebingungan yang lebih besar pada Vacchagotta yang telah bingung karena ia akan berpikir: ‘Sebelumnya aku memiliki suatu diri, tetapi kini aku tidak memilikinya.’” (*Saṃyutta Nikāya*)

Buddha menganggap spekulasi jiwa sebagai khayalan. Ia pernah berkata, “Melalui ketaktahuan dan khayalan, manusia terbuai dalam mimpi bahwa jiwa mereka terpisah dan merupakan entitas yang berdiri sendiri. Hati mereka masih melekat pada diri. Mereka cemas akan surga dan mereka mencari kesenangan diri dalam surga. Jadi mereka tidak dapat melihat kebahagiaan kebajikan dan kekekalan kebenaran.” Gagasan mementingkan diri muncul dalam pikiran manusia karena konsepsinya tentang diri dan nafsu akan keberadaan.

### **Anattā: Doktrin Tanpa-diri**

Buddha menepis semua teori dan spekulasi tentang jiwa dengan doktrin *anattā*. *Anattā* diterjemahkan dalam berbagai label: tanpa-diri, tiada-jiwa, tanpa-aku.

Untuk memahami doktrin *anattā*, seseorang harus memahami bahwa teori jiwa abadi—”Aku memiliki jiwa”—dan teori material—”Aku tidak memiliki jiwa”—keduanya merupakan hambatan bagi penyadaran diri atau keselamatan. Mereka timbul dari kesalahpahaman tentang “aku”. Karenanya, untuk memahami doktrin *anattā*, kita harus tidak melekat pada pandangan atau gagasan apa pun tentang teori jiwa; sebaliknya, kita harus mencoba melihat sesuatu secara obyektif sebagaimana adanya tanpa proyeksi mental apa pun. Kita harus belajar untuk melihat apa yang disebut “aku” atau “jiwa” atau “diri” sebagaimana adanya, yaitu semata-mata suatu paduan daya perubahan. Hal ini memerlukan beberapa penjelasan analitis.

Buddha mengajarkan bahwa apa yang kita bayangkan sebagai sesuatu yang abadi dalam diri kita, semata-mata hanya suatu kombinasi dari lima gugus (*pañcakkhandha*) atau daya fisik dan mental, yang terdiri dari tubuh atau bentuk (*rūpakkhandha*), perasaan (*vedanākkhandha*), pencerapan (*saññākkhandha*), pemikiran (*sankhārakkhandha*), dan kesadaran (*viññāṇakkhandha*). Kekuatan-kekuatan ini bekerja bersama dalam suatu arus perubahan yang sangat cepat; tidak pernah sama dalam dua saat berturutan. Hal ini merupakan kekuatan komponen kehidupan psikofisikal. Saat Buddha menganalisis kehidupan psikofisik itu, Ia hanya menemukan kelima gugus atau daya ini. Ia tidak menemukan jiwa abadi apa pun. Akan tetapi, banyak orang tetap salah memahami dengan menganggap jiwa adalah kesadaran. Buddha menyatakan dalam istilah tegas bahwa kesadaran muncul

tergantung pada bentuk, perasaan, pencerapan, dan pemikiran; kesadaran tidak dapat berdiri terpisah dari yang lainnya.

Buddha berkata, “Tubuh itu, wahai para bhikkhu, bukanlah diri. Perasaan bukanlah diri. Pencerapan bukanlah diri. Pemikiran bukanlah diri. Kesadaran juga bukanlah diri. Dengan memahami ini, wahai para bhikkhu, seorang siswa tidak memberi nilai pada tubuh, atau pada perasaan, atau pada pencerapan, atau pada pemikiran, atau pada kesadaran. Dengan tidak menilai mereka, ia menjadi bebas dari nafsu dan terbebaskan. Pengetahuan keterbebasan bangkit padanya. Kemudian ia tahu bahwa ia telah melakukan apa yang harus dilakukan, bahwa ia telah menjalani hidup suci, bahwa ia tidak lagi menjadi ini atau itu, bahwa kelahiran ulangnya telah dihancurkan.” (*Anattalakkhaṇa Sutta*)

Doktrin *anattā* dari Buddha telah berumur lebih dari 2.500 tahun. Saat ini arus pemikiran dunia ilmiah modern mengalir menuju ajaran Buddha mengenai *anattā* atau tanpa-diri yang tetap. Di mata ilmuwan modern, manusia semata-mata merupakan sekelompok sensasi yang selalu berubah. Fisikawan modern berkata bahwa semesta yang kelihatannya solid ini, dalam kenyataannya tidak terbentuk dari bahan solid sama sekali, tetapi sebenarnya merupakan suatu aliran energi. Fisikawan modern melihat seluruh semesta sebagai suatu proses perubahan berbagai energi yang mana manusia termasuk di dalamnya. Buddha merupakan manusia pertama yang menyadari hal ini.

W.S. Wiley, seorang pengarang, pernah berkata, “Adanya sesuatu yang kekal dalam diri manusia menjadi makin tidak dipercayai di bawah pengaruh tradisi pikir modern yang dominan.” Kepercayaan pada kekekalan jiwa adalah dogma yang bertentangan dengan



pembuktian empiris yang nyata.

Kepercayaan semata tentang suatu jiwa kekal atau keyakinan bahwa sesuatu di dalam diri kita tetap hidup setelah mati, tidak membuat kita menjadi kekal kecuali kita tahu apa yang tetap hidup itu dan bahwa kita mampu mengidentifikasi diri kita sendiri dengannya. Kebanyakan orang mengidentifikasi diri mereka dengan melekat erat pada tubuh—yang rapuh—atau unsur sementara kepribadian—yang tidak tetap, yang mereka salah pahami sebagai jiwa atau inti kehidupan yang kekal adanya.

Senada dengan penelitian para ilmuwan modern yang sekarang cenderung menyatakan bahwa “jiwa” tidak lebih dari sekelompok sensasi, emosi, perasaan, dan semua yang berhubungan dengan pengalaman fisik, Prof. William James berkata bahwa istilah “jiwa” hanya suatu bentuk pengucapan yang tidak berkenaan dengan kenyataan.

Tradisi Buddhisme Mahāyāna mengenalkan *śūnyatā* atau kekosongan, yang sebenarnya sama dengan doktrin *anattā*. Walaupun konsep ini diperumit oleh seorang pelajar Mahāyāna, Nāgārjuna, dengan berbagai interpretasi, tidak ada konsep luar biasa dalam *śūnyatā* yang jauh berbeda dari doktrin asli Buddha akan *anattā*.

Kepercayaan tentang jiwa, diri, dan pencipta sangat kuat berakar dalam pikiran banyak orang sehingga mereka tidak bisa membayangkan kenapa Buddha tidak menerima kedua konsep yang sangat hakiki dalam kebanyakan agama. Pada kenyataannya beberapa orang terkejut atau menjadi gugup dan emosional ketika mereka mendengar bahwa Buddha menolak kedua konsep

ini. Itulah alasan utama bagi para pelajar dan psikolog yang netral bahwa ajaran Buddha itu unik jika dibandingkan dengan semua agama lain. Sementara itu, pelajar lain yang menghargai berbagai aspek lain dari ajaran Buddha yakin bahwa ajaran Buddha akan diperkaya oleh penafsiran ulang secara bebas kata *atta* untuk memperkenalkan konsep jiwa dan diri dalam ajaran Buddha. Buddha sudah menyadari akan ketakpuasan manusia dan pergolakan konseptual tentang kepercayaan ini.

*Semua yang tersusun tidak tetap.*

*Semua yang tersusun duka.*

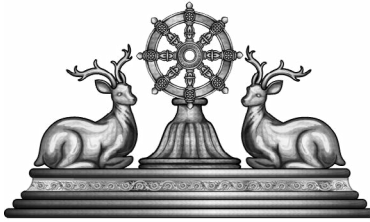
*Semua yang tersusun dan tak tersusun tanpa-diri.*

*(Dhammapada 277, 278, 279)*

Ada perumpamaan dalam teks ajaran Buddha tentang kepercayaan akan suatu jiwa yang abadi. Seseorang, yang salah mengira sebuah tali yang bergerak sebagai ular, menjadi takut oleh ketakutan dalam batinnya sendiri. Setelah menyadari bahwa itu hanyalah seutas tali, ketakutannya mereda dan batinnya menjadi tenang. Kepercayaan akan jiwa abadi ibarat tali tersebut—imajinasi manusia belaka.

## PERBANDINGAN AJARAN BUDDHA DENGAN AJARAN LAIN

---



### Apakah Ajaran Buddha Serupa dengan Ajaran Lain di India?

*Dhamma yang disadari oleh Buddha belum pernah didengar sebelumnya.*

Dalam ceramah perdana-Nya, *Dhammacakkapavattana Sutta*, Buddha berkata bahwa Dhamma yang Ia babarkan belum pernah didengar sebelumnya. Pengetahuan tentang Dhamma timbul dengan jelas dalam pandangan-Nya, pengetahuan-Nya, kebijaksanaan-Nya, pencarian-Nya, dan Kecerahan-Nya.

Sebagian orang menyatakan bahwa Buddha tidak membabarkan suatu doktrin baru, tetapi hanyalah menyusun kembali ajaran lama yang telah ada di India. Bagaimanapun, Buddha bukanlah hanya seorang penyusun kembali Hinduisme seperti yang dikatakan oleh

para pendukung ajaran kuno ini. Cara hidup dan doktrin Buddha berbeda secara mendasar dengan cara hidup dan kepercayaan agama orang-orang di India. Buddha lahir, mengajar, dan wafat sebagai guru spiritual non-Veda dan non-Brahmana. Buddha tidak pernah menyatakan berhutang pada kepercayaan dan praktik religius yang ada. Buddha menyatakan diri-Nya telah mengawali suatu metode religius yang rasional, pembuka suatu jalan baru.

Itulah alasan utama mengapa banyak kelompok agama lain tidak sependapat dengan-Nya. Ia dicaci, dikritik, dan dihina oleh banyak guru dan aliran terkemuka dari tradisi Veda-Brahmana. Dengan maksud menghancurkan atau melebur Buddha dan ajaran-Nya, para brahmana dari zaman pra-Kristen bahkan telah seolah menerima Buddha sebagai *avatāra* atau inkarnasi dewa mereka. Tetapi orang lain membenci-Nya sebagai *vasalaka*, *muṇḍaka*, *samaṇaka*, *nastika*, dan *sudra* (kata-kata ini dipakai di India pada masa itu untuk menghina seorang religius yang bukan brahmana).

Tidak diragukan bahwa Buddha merombak adat tertentu, kewajiban religius, ritual, etika, dan cara hidup yang ada saat itu. Kebesaran sifat-Nya ibarat anak panah yang menusuk balon kepercayaan dan praktik yang salah ini sehingga meletuskan dan mengungkapkan kekosongannya.

Jika mempertimbangkan ajaran fundamental, filosofis, dan psikologis, adalah tidak berdasar untuk mengatakan bahwa Buddha telah meniru gagasan-gagasan dari agama yang ada pada masa itu. Sebagai contoh, gagasan tentang Empat Kebenaran Suciwan, Jalan Delapan Faktor Suciwan, Kemunculan Bersebab, dan *Nibbāna*, tidak dikenal sebelum kedatangan-Nya. Walaupun kepercayaan tentang karma dan kelahiran ulang sangat umum, Buddha memberikan

penjelasan yang sangat logis dan masuk akal terhadap kepercayaan ini dan memperkenalkannya sebagai hukum alam sebab dan akibat. Walaupun Buddha menggunakan istilah-istilah yang tidak asing bagi para pendengar-Nya, Ia memberikan penafsiran yang sangat asli, berbeda dengan cara pemahaman para brahmana. Di balik semua ini Buddha tidak mengejek kepercayaan atau praktik keagamaan yang ada. Ia menghargai nilai kebenaran di mana pun dan bahkan memberikan penjelasan yang lebih baik bagi kepercayaan mereka. Karena itu Ia pernah berkata bahwa kebenaran harus dihormati di mana pun adanya. Sebaliknya, bagaimanapun, Ia tidak pernah takut untuk berkata menentang ketakhayulan dan kepalsuan.

## **Apakah Ajaran Buddha Itu Teori atau Filosofi?**

*Kecerahan Buddha bukanlah semata-mata produk intelektualitas.*

Pada masa Buddha ada banyak orang terpelajar di India yang mengikuti pengetahuan hanya demi pengetahuan itu sendiri. Orang-orang ini hanya berminat dengan pengetahuan teoritis. Sebagian pergi dari kota ke kota menantang siapa pun untuk berdebat dan kesenangan terbesar mereka adalah mengalahkan lawan dalam pertempuran verbal semacam itu. Tetapi Buddha berkata bahwa orang semacam itu tidak lebih dekat pada penyadaran kebenaran, karena walaupun mereka pandai, banyak pengetahuan, dan pintar omong, mereka tidak memiliki kebijaksanaan sejati untuk mengatasi ketakutan, kebencian, dan kekeliruan. Kenyataannya, orang-orang ini sombong dan angkuh. Konsep egoistis mereka mengganggu suasana keagamaan, mereka senang berdebat hanya demi perdebatan itu sendiri.

Menurut Buddha, seseorang pertama-tama harus berusaha memahami pikirannya sendiri. Hal ini harus dilakukan melalui pengheningan yang akan membawa kebijaksanaan atau penyadaran mendalam. Wawasan ini diperoleh bukan dari argumentasi filosofis atau pengetahuan duniawi, tetapi dengan penyadaran hening tentang ilusi diri.

Ajaran Buddha adalah cara hidup yang benar untuk kedamaian dan kebahagiaan semua makhluk. Ajaran Buddha merupakan suatu metode untuk lepas dari duka dan menemukan keterbebasan. Ajaran Buddha tidak terbatas pada satu bangsa atau ras. Ajaran ini juga bukanlah suatu syahadat atau iman semata. Ini adalah ajaran untuk segenap semesta. Ini adalah ajaran untuk sepanjang masa. Tujuannya adalah pelayanan yang tidak egois, niat baik, kedamaian, keselamatan, dan keterbebasan dari duka.

Keselamatan dalam ajaran Buddha merupakan persoalan individual. Anda harus menyelamatkan diri Anda sendiri seperti halnya Anda harus makan, minum, dan tidur sendiri. Nasihat yang diberikan Buddha menunjukkan jalan menuju keterbebasan, tetapi nasihat-Nya tidak pernah dimaksudkan untuk dianggap sebagai teori atau filosofi. Ketika Ia ditanya teori apa yang Ia kemukakan, Buddha menjawab bahwa Ia tidak membabarkan teori dan apa pun yang Ia babarkan merupakan hasil dari pengalaman-Nya sendiri. Jadi ajaran-Nya tidak menawarkan teori apa pun. Teori tidak dapat membawa seseorang mendekati kesempurnaan batin. Teori merupakan belenggu yang mengikat dan menghalangi kemajuan batin. Filosofi India dan China berasal dari kepercayaan agama, sementara beberapa agama lain tidak didasarkan pada filosofi, melainkan dogma. Akan tetapi, Buddha mengajarkan kita untuk melihat segala sesuatu sebagaimana adanya, mengamati fenomena

dan tidak bergantung pada apa pun yang tidak dapat dialami oleh setiap individu.

Teori adalah produk intelektualitas dan Buddha memahami keterbatasan intelektualitas manusia. Ia mengajarkan bahwa Kecerahan bukanlah semata hasil intelektualitas. Seseorang tidak dapat merealisasi keterbebasan dengan mengambil kursus intelektual. Pernyataan ini mungkin tampak tidak masuk akal, tetapi memang benar. Kaum cendekiawan cenderung menghabiskan terlalu banyak waktu mereka yang berharga dalam studi, telaah kritis, dan debat. Hal ini tidak seimbang karena mereka biasanya sedikit atau tidak punya waktu untuk berlatih.

Seorang pemikir besar (filsuf, ilmuwan, pakar metafisik) dapat juga berubah menjadi orang tolol yang pintar. Ia mungkin seorang cendekiawan hebat dengan kemampuan untuk memahami ide dengan cepat dan mengekspresikan pikiran dengan jelas. Tetapi jika ia tidak memerhatikan perbuatan dan akibatnya, dan jika ia hanya bersikeras memenuhi nafsu dan kemauannya sendiri, maka menurut Buddha, ia adalah orang tolol yang pintar, orang dengan kebijaksanaan rendah walaupun kaya pengetahuan. Orang semacam ini hanya akan menghambat kemajuan batinnya sendiri.

Ajaran Buddha mengandung kebijaksanaan praktis yang tidak dapat dibatasi pada teori atau filosofi karena filosofi terutama berhubungan dengan pengetahuan tetapi tak peduli dengan penerjemahan pengetahuan dalam pengamalan sehari-hari.

Ajaran Buddha memberi penekanan khusus pada pengamalan dan penyadaran. Para filsuf melihat kesengsaraan dan kekecewaan hidup, namun tidak seperti Buddha, mereka tidak menawarkan

solusi praktis untuk mengatasi kefrustrasian kita yang merupakan bagian dari sifat hidup yang tak memuaskan. Filsuf semata-mata mendorong pikirannya ke jalan buntu. Filosofi berguna karena memperkaya imajinasi intelektual dan mengurangi dogma, sehingga membawa pikiran pada kemajuan lebih lanjut. Sampai sejauh itu, ajaran Buddha menghargai filosofi, tetapi filosofi gagal memadamkan kehausan batin. Filosofi adalah tentang pengetahuan, tetapi ajaran Buddha adalah tentang pengamalan.

Ingat bahwa tujuan utama seorang umat Buddha adalah merealisasi kemurnian dan Kecerahan. Kecerahan menundukkan ketaktahuan yang merupakan akar kelahiran dan kematian. Akan tetapi, penundukan ketaktahuan ini tidak dapat dicapai kecuali dengan latihan. Semua usaha lain—khususnya usaha intelektual semata—tidaklah efektif. Inilah sebabnya Buddha menyimpulkan, “Pertanyaan (metafisik) ini tidak membawa manfaat; hal ini tidak berhubungan dengan Dhamma; hal ini tidak menuju pada perbuatan benar, atau ketaklekatan, atau pemurnian dari nafsu, atau keheningan, atau hati yang tenteram, atau pengetahuan sejati, atau pandangan luhur, atau *Nibbāna*.” (*Mālunkyāputta Sutta, Majjhima Nikāya*).

Alih-alih berspekulasi metafisik, Buddha lebih mengutamakan mengajarkan pemahaman praktis Empat Kebenaran Suciwan yang Ia temukan: apakah duka; apakah sebab duka; apakah akhir duka; bagaimana mengakhiri duka. Kebenaran ini semuanya merupakan hal-hal praktis untuk dipahami sepenuhnya dan disadari oleh siapa pun yang benar-benar mengalami keterbebasan.

Kecerahan adalah menyingkirkan ketaktahuan; merupakan cita-cita hidup umat Buddha. Kita sekarang dapat melihat dengan



jelas bahwa Kecerahan bukanlah aksi intelektualitas semata. Spekulasi semata tidak menolong seseorang untuk mendekati realitas kehidupan. Inilah sebabnya Buddha memberikan penekanan utama pada pengalaman pribadi. Meditasi merupakan sistem ilmiah praktis untuk menguji kebenaran yang datang dari pengalaman pribadi. Melalui meditasi, penyadaran akan bangkit. Metafisika hanya mengikat kita dalam pikiran dan kata-kata kusut.

## **Apakah Ajaran Buddha Pesimistis?**

*Ajaran Buddha bukan pesimistis ataupun optimistis, tetapi realitis.*

Beberapa kritik mendebat bahwa ajaran Buddha tidak lumrah, sinis, melayang-layang dalam sisi gelap kehidupan, musuh dari kesenangan yang tak berbahaya, dan menginjak tak berperasaan dari kegembiraan hidup yang polos. Mereka memandang ajaran Buddha sebagai pesimistis, memupuk sikap tanpa harapan terhadap hidup, mendukung perasaan umum yang kabur bahwa kesakitan dan kejahatan melingkupi permasalahan manusia. Kritik ini diangkat dari Kebenaran Suciwan Pertama bahwa semua yang tersusun ada dalam keadaan duka. Mereka tidak melihat bahwa Buddha tidak hanya mengajarkan penyebab duka, tetapi juga mengajarkan jalan untuk mengakhiri duka. Di luar itu, apakah ada guru agama yang memuji kehidupan duniawi ini dan menganjurkan kita untuk melekat padanya? Setiap agama berbicara tentang keselamatan, yang berarti keterbebasan dari ketidakpastian dan ketakpuasan di dunia ini.

Jika pendiri ajaran ini, Buddha, merupakan orang pesimis semacam itu, orang akan membayangkan kepribadian-Nya digambarkan

secara lebih keras. Citra Buddha merupakan personifikasi kedamaian, ketenangan, harapan, dan niat baik. Senyum magnetis yang memancar dari Buddha adalah lambang ajaran-Nya. Bagi orang yang cemas dan frustrasi, senyum Kecerahan dan harapan-Nya merupakan tonik yang ampuh dan balsam yang meneduhkan.

Buddha memancarkan kasih dan kewelasan-Nya ke segala penjuru. Orang semacam itu tidak mungkin merupakan seorang pesimis. Dan saat para raja dan pangeran yang bahagia mendengarkan-Nya, mereka menyadari bahwa satu-satunya penaklukan sejati adalah penaklukan diri dan cara terbaik untuk memenangkan hati adalah dengan mengajarkan orang untuk menghargai Dhamma—Kebenaran.

Buddha mengembangkan rasa humor-Nya ke tingkat yang demikian tinggi sehingga lawan-lawan-Nya ditenangkan dengan mudah. Sering mereka tidak dapat menahan menertawakan diri mereka sendiri. Buddha memiliki ramuan ajaib; Ia membersihkan sistem yang beracun dan mereka menjadi bersemangat untuk mengikuti langkah-Nya. Dalam ceramah, dialog, dan diskusi-Nya, Ia menjaga ketenangan dan martabat-Nya sehingga orang-orang menaruh rasa hormat dan kasih sayang pada-Nya. Bagaimana mungkin orang semacam itu adalah seorang pesimis?

Buddha tidak pernah mengharapkan pengikut-Nya untuk terus-menerus memikiri duka dan menjalani kehidupan yang sengsara dan tidak bahagia. Ia mengajarkan kenyataan duka hanya agar Ia dapat menunjukkan pada orang-orang bagaimana cara mengatasi duka ini dan bergerak ke arah kebahagiaan. Untuk menjadi tercerahkan, seseorang harus memiliki kegembiraan, salah satu faktor yang disarankan Buddha untuk kita kembangkan.

Kegembiraan bukanlah pesimistis.

Ada dua naskah Buddhis yang disebut *Theragāthā* dan *Therīgāthā* yang penuh dengan ungkapan kegembiraan para siswa Buddha, baik laki-laki maupun perempuan, yang menemukan kedamaian dan kebahagiaan hidup melalui ajaran-Nya. Raja Kosala pernah mengatakan kepada Buddha bahwa tidak seperti kebanyakan pengikut sistem keagamaan lain yang terlihat lesu, cekung, kasar, pucat, kurus kering, dan tidak menarik, murid-murid-Nya tampak penuh kegembiraan dan bahagia, girang dan riang, menikmati hidup spiritual, tenang, damai, hidup dengan pikiran tajam dan hati ringan. Raja itu menambahkan bahwa ia percaya bahwa keadaan yang sehat ini disebabkan karena para muliawan ini tentunya telah menyadari kebesaran dan makna ajaran Yang Penuh Berkah. (*Majjhima Nikāya*)

Ketika ditanya mengapa murid-murid-Nya, yang menjalani kehidupan sederhana dan tenang dengan hanya satu kali makan sehari, sangat berseri-seri, Buddha menjawab, “Mereka tidak menyesali masa lalu ataupun mencemasi masa depan. Mereka hidup dengan penuh kecukupan hati pada saat ini. Karena itulah mereka berseri-seri. Dengan mencemasi masa depan dan menyesali masa lalu, orang bodoh mengering seperti ilalang yang terpankas di bawah sinar matahari.” (*Saṃyutta Nikāya*)

Sebagai suatu agama, ajaran Buddha memabarkan sifat ketaksempurnaan segala sesuatu di dunia ini. Tetapi orang tidak bisa begitu saja mengkategorikan ajaran Buddha sebagai agama yang pesimistis, karena ajaran Buddha juga mengajarkan kita bagaimana mengatasi ketaksempurnaan ini. Menurut Buddha, bahkan pelaku kejahatan terburuk pun, setelah melunasi apa

yang dia lakukan, dapat mencapai keselamatan. Ajaran Buddha menawarkan harapan bagi setiap orang untuk mencapai keselamatannya suatu hari. Akan tetapi, agama lain menganggap lumrah bahwa sebagian orang akan selamanya buruk dan neraka abadi menanti mereka. Dalam hal ini, agama semacam itu lebih pesimistis. Ajaran Buddha menolak kepercayaan semacam itu.

Ajaran Buddha bukanlah optimistis ataupun pesimistis. Ajaran Buddha tidak mendorong umat manusia untuk melihat dunia melalui perasaan optimisme dan pesimisme yang berubah-ubah. Tetapi, ajaran Buddha mendorong kita untuk menjadi realistis: kita harus belajar melihat segala sesuatu sebagaimana adanya.

## **Apakah Ajaran Buddha Ateis?**

*Ateisme dihubungkan dengan doktrin materialistik yang tidak mengenal apa pun yang lebih tinggi dari dunia ini.*

Buddha telah mengecam ketak-berketuhanan yang Ia artikan sebagai penolakan pemujaan, penolakan kewajiban moral, spiritual dan sosial, dan penolakan kehidupan religius. Ia dengan sangat tegas menghargai keberadaan nilai-nilai moral dan spiritual. Ia menyambut gembira supremasi hukum moral. Hanya dalam satu hal ajaran Buddha dapat digambarkan sebagai ateis, yaitu dalam hal menolak adanya suatu Tuhan mahakuasa yang abadi atau mahadewa yang merupakan pencipta dan pengatur dunia dan secara ajaib bisa menyelamatkan orang. Kata “ateisme”, bagaimanapun, sering membawa sejumlah nada atau implikasi meremehkan yang tidak sesuai dengan ajaran Buddha. Mereka yang menggunakan kata “ateisme” sering menghubungkannya

dengan doktrin materialistik yang tidak mengenal apa pun yang lebih tinggi dari dunia indra ini dan sedikit kebahagiaan yang dapat diberikannya. Ajaran Buddha tidak mendukung hal semacam ini.

Tidak ada dasar kebenaran untuk mencap ajaran Buddha sebagai ateis, nihilis, penyembah berhala, kafir, atau komunis hanya karena tidak percaya akan suatu Tuhan pencipta. Konsep Buddha tentang Tuhan berbeda dari agama lain. Perbedaan kepercayaan tidak membenarkan penamaan dan kata-kata fitnah.

Ajaran Buddha sependapat dengan agama lain bahwa kebahagiaan sejati dan abadi tidak dapat ditemukan di dunia material ini. Buddha menambahkan bahwa kebahagiaan sejati dan abadi bahkan tidak dapat ditemukan dalam bentuk keberadaan yang lebih tinggi yang dinamakan dunia surgawi. Sementara nilai-nilai spiritual yang dianjurkan oleh ajaran Buddha berorientasi pada suatu keadaan perubahan dunia dengan pencapaian *Nibbāna*, ajaran Buddha tidak membedakan antara “yang di luar” dan “yang di sini dan saat ini”. Ajaran Buddha memiliki akar yang kuat di dunia itu sendiri, karena bertujuan pada penyadaran tertinggi dari keberadaan saat ini.







## **BAGIAN 3**

---

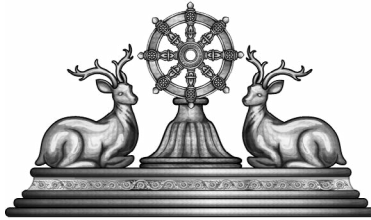
MENJALANI HIDUP  
SEBAGAI UMAT BUDDHA





## DASAR MORAL BAGI UMAT MANUSIA

---



### Apakah Tujuan Hidup Itu?

*Tujuan hidup adalah untuk merealisasi akhir duka atau ketakpuasan.*

Untuk mengetahui tujuan hidup, Anda pertama-tama harus mempelajari subyek ini melalui pengalaman dan wawasan Anda. Kemudian, Anda akan menemukan sendiri arti hidup yang sebenarnya. Bimbingan bisa saja diberikan, tetapi Anda harus menciptakan kondisi yang diperlukan untuk timbulnya penyadaran Anda sendiri.

Ada beberapa syarat untuk menemukan tujuan hidup. Pertama, Anda harus memahami sifat manusia dan sifat kehidupan. Selanjutnya, Anda menjaga batin Anda tenang dan damai dengan penghayatan praktik spiritual. Ketika kondisi ini dipenuhi, jawaban

yang Anda cari akan datang seperti rintik hujan dari langit.

## **Memahami Sifat Manusia**

*Manusia adalah buah tertinggi dari pohon evolusi. Manusia harus menyadari posisinya di dalam alam dan memahami arti hidup yang sebenarnya.*

Manusia mungkin cukup pintar untuk mendarat di bulan dan menemukan hal-hal menakjubkan di semesta, tetapi ia harus mempelajari kerja batinnya sendiri. Ia tetap harus mempelajari bagaimana batinnya dapat dikembangkan sampai potensi tertingginya sehingga sifat sejatinya dapat disadari. Akan tetapi, manusia tetap saja terbungkus dalam ketaktahuan. Ia tidak mengetahui siapa ia sebenarnya atau apa yang diharapkan darinya. Akibatnya, ia salah menafsirkan segala sesuatu dan bertindak atas dasar kesalahtafsiran itu. Apakah tidak mungkin bahwa seluruh peradaban dibangun di atas kesalahtafsiran ini? Kegagalan untuk memahami keberadaan membawa kita mengasumsikan suatu identitas yang salah tentang seorang yang egois dan berpura-pura menjadi apa yang bukan kita atau yang tidak dapat kita wujudkan.

Manusia harus melakukan usaha untuk mengatasi ketaktahuan agar sampai pada penyadaran dan Kecerahan. Semua orang besar dilahirkan sebagai manusia dari rahim, tetapi mereka bekerja keras mencapai kebesaran. Penyadaran dan Kecerahan tidak dapat dituangkan ke dalam hati manusia seperti air ke dalam bejana. Bahkan Buddha juga harus mengembangkan batin-Nya untuk menyadari sifat sejati manusia.

Manusia dapat tercerahkan—menjadi Buddha—jika ia bangun dari “mimpi” yang diciptakan oleh ketaktahuannya sendiri, dan menjadi sadar penuh. Ia harus menyadari bahwa dirinya saat ini merupakan hasil dari sejumlah pengulangan pikiran dan perbuatan yang tak terhitung. Ia tidak terbuat siap jadi: ia terus berada dalam proses menjadi, selalu berubah. Dan dalam sifat perubahan inilah masa depannya terbentang, karena hal ini berarti memungkinkan baginya untuk membentuk sifat dan nasibnya melalui pengendalian perbuatan, perkataan, dan pikirannya. Memang, ia menjadi pikiran dan perbuatan yang dipilihnya sendiri. Manusia adalah buah tertinggi dari pohon evolusi. Manusia harus menyadari posisinya dalam alam dan memahami arti hidup yang sebenarnya.

## **Memahami Sifat Kehidupan**

Kebanyakan orang tidak suka menghadapi kenyataan hidup dan lebih suka menidurkan dirinya dalam sensasi palsu rasa aman dengan bermimpi dan berkhayal. Mereka salah mengira bayangan sebagai benda sebenarnya. Mereka gagal menyadari bahwa hidup itu tidak pasti, tetapi kematian itu pasti. Salah satu cara untuk memahami hidup adalah dengan menghadapi dan memahami kematian yang tidak lebih dari akhir yang sementara menuju keberadaan yang sementara. Tetapi banyak orang bahkan tidak suka mendengar kata “mati”. Mereka lupa bahwa kematian akan datang, entah mereka suka ataupun tidak. Penyadaran kematian dengan sikap mental yang benar dapat memberi seseorang keberanian dan ketabahan serta wawasan akan sifat kehidupan.

Di samping memahami kematian, kita perlu memahami hidup kita dengan lebih baik. Kita hidup dalam kehidupan yang tidak selalu

semulus yang kita dambakan. Sangat sering kita menghadapi masalah dan kesulitan. Kita sebaiknya tidak takut akan hal itu karena penembusan ke dalam sifat sejati masalah dan kesulitan ini akan memberi kita wawasan lebih dalam mengenai kehidupan. Kebahagiaan duniawi dalam bentuk kekayaan, kemewahan, posisi terhormat dalam hidup yang dicari banyak orang, adalah suatu ilusi karena bersifat tidak tetap. Kenyataan bahwa penjualan pil tidur dan penenang, pengiriman ke rumah sakit jiwa, dan angka bunuh diri yang meningkat sejalan dengan kemajuan materi modern merupakan kesaksian yang cukup bahwa kita harus melampaui kesenangan materi duniawi untuk mencari kebahagiaan sejati.

Ini tentu saja bukan berarti bahwa ajaran Buddha adalah agama negatif yang mengutuk kepemilikan harta. Bukan sama sekali. Buddha jelas-jelas telah mendorong kerja keras untuk memperoleh kekayaan, karena Ia berkata bahwa kekayaan bisa memberi kesempatan untuk menjalani kehidupan yang baik dan melakukan perbuatan bermanfaat. Apa yang tidak dianjurkan-Nya adalah kelekatan terhadap kekayaan itu dan kepercayaan bahwa kekayaan semata bisa membawa kebahagiaan tertinggi.

## **Perlunya Suatu Agama**

Untuk memahami tujuan hidup sebenarnya, kita disarankan untuk memilih dan mengikuti sistem etika-moral yang menahan kita dari perbuatan buruk, mendorong berbuat baik, dan memungkinkan pemurnian batin. Supaya sederhana, kita sebut sistem ini sebagai “agama”.

Agama adalah wujud perjuangan manusia: agama merupakan

kekuatan terbesarnya, menuntunnya menuju penyadaran diri. Agama memiliki kekuatan untuk mengubah seseorang yang berperangai negatif menjadi seseorang yang bersifat positif. Agama mengubah orang yang tidak mulia menjadi mulia, orang egois menjadi tidak egois, orang sombong menjadi rendah hati, orang angkuh menjadi sabar, orang tamak menjadi dermawan, orang kejam menjadi baik, orang subyektif menjadi obyektif. Setiap agama mewakili, bagaimanapun tidak sempurnanya, suatu pencapaian ke tataran makhluk yang lebih tinggi. Sejak awal, agama telah menjadi sumber artistik dan inspirasi budaya manusia. Walaupun berbagai bentuk agama timbul dalam sejarah, beberapa hanya lewat dan dilupakan, setiap agama dalam masanya telah menyumbangkan sesuatu terhadap kemajuan manusia. Kristen membantu peradaban Barat, dan melemahnya pengaruh Kristen telah menandai turunnya semangat orang Barat. Ajaran Buddha, yang membudayakan sebagian besar wilayah Timur jauh hari sebelumnya, masih merupakan suatu kekuatan vital, dan dalam masa pengetahuan ilmiah ini cenderung berkembang dan memperkuat pengaruhnya. Ajaran Buddha dalam sudut apa pun tidak bertentangan dengan pengetahuan modern, tetapi mencakup dan melampaui semuanya dalam suatu cara yang tidak pernah dilakukan oleh sistem pemikiran lain, sebelum dan sesudahnya. Orang Barat berjuang menaklukkan semesta untuk tujuan material. Ajaran Buddha dan filosofi Timur berjuang untuk mencapai keselarasan dengan alam atau meningkatkan kepuasan spiritual.

Agama mengajarkan seseorang bagaimana cara menenangkan indra serta membuat hati dan pikiran damai. Rahasia penenangan indra adalah dengan melenyapkan nafsu yang merupakan akar pengganggu. Sangat penting bagi kita untuk memiliki kepuasan.

Semakin orang bernaflu akan kepemilikannya, dia akan semakin menderita. Kepemilikan tidak memberikan kebahagiaan sejati pada manusia. Kebanyakan orang kaya di dunia saat ini menderita sejumlah masalah fisik dan mental. Dengan semua uang yang mereka miliki, mereka tidak dapat membeli solusi bagi masalah mereka. Tetapi, orang termiskin yang telah belajar untuk memiliki kepuasan dapat lebih menikmati hidup daripada orang terkaya. Seperti yang dikatakan suatu sajak:

*Sebagian orang memiliki terlalu banyak, tetapi tetap bernaflu;  
Aku memiliki sedikit dan tidak lagi mencari;  
Mereka miskin sekalipun banyak yang mereka miliki;  
Dan aku kaya dengan sedikit perbekalan;  
Mereka miskin, aku kaya;  
Mereka meminta, aku memberi;  
Mereka kekurangan, aku kecukupan;  
Mereka merana, aku hidup.*

## **Mencari Tujuan Hidup**

Tujuan hidup setiap orang berbeda-beda. Seorang seniman mungkin bertujuan untuk melukis mahakarya yang akan bertahan lama setelah ia tiada. Seorang ilmuwan mungkin ingin menemukan suatu fenomena, merumuskan suatu teori baru atau menemukan mesin baru. Seorang politikus mungkin ingin menjadi perdana menteri atau presiden. Seorang eksekutif muda mungkin bertujuan untuk menjadi direktur perusahaan multinasional. Jika Anda bertanya kepada seniman, ilmuwan, politikus, dan eksekutif muda itu, mengapa mereka bertujuan semacam itu, mereka akan menjawab bahwa prestasi tersebut akan memberi mereka suatu

tujuan dalam hidup dan membuat mereka bahagia. Tetapi, akankah pencapaian ini membawa kebahagiaan abadi? Semua orang bertujuan untuk bahagia dalam hidup, namun dalam prosesnya mereka malah lebih menderita. Nilai kehidupan bukan terletak pada panjangnya hari, tetapi pada cara kita memanfaatkan hidup. Orang mungkin hidup panjang tanpa melakukan pelayanan apa pun kepada sesama, hidup semacam ini tidaklah bernilai.

## **Penyadaran**

Begitu kita menyadari sifat kehidupan (ditandai dengan keseluberubahan, ketaksempurnaan, dan ketiadaan diri) serta sifat ketamakan dan cara pemuasannya, kita akan dapat memahami mengapa kebahagiaan yang sangat ingin dicari oleh banyak orang itu sungguh sulit diraih, ibarat sulitnya menggenggam sinar rembulan. Mereka mencoba meraih kebahagiaan melalui pengumpulan. Ketika mereka tidak sukses dalam pengumpulan kekayaan, perolehan posisi, kekuasaan dan kebanggaan, dan mendapat kesenangan dari pemuasan indra, mereka akan merana dan menderita, iri pada orang lain yang sukses melakukan hal itu. Sekalipun jika mereka “sukses” dalam mencapai hal-hal tersebut, mereka tetap saja menderita karena mereka kemudian akan takut kehilangan apa yang telah diperoleh, atau keinginan mereka sekarang telah meningkat untuk lebih kaya, lebih tinggi posisi, lebih berkuasa, dan lebih besar kesenangan. Keinginan mereka tidak dapat dikenyangkan sepenuhnya. Inilah sebabnya pemahaman hidup itu penting agar kita tidak membuang waktu terlalu banyak untuk melakukan hal yang tidak mungkin.

Di sinilah pemeluk suatu agama menjadi penting, karena hal ini

mendorong kepuasan dan mendorong orang untuk melihat lebih dari sekadar kebutuhan daging dan egonya. Dalam suatu agama seperti ajaran Buddha, kita diingatkan bahwa kita adalah ahli waris karma dan tuan atas nasib kita sendiri. Untuk memperoleh kebahagiaan yang lebih besar, kita harus siap untuk meninggalkan kesenangan jangka pendek. Jika seseorang tidak percaya tentang kehidupan setelah kematian, bahkan cukup baginya untuk menjalani hidup yang baik dan mulia di Bumi, menikmati hidup damai dan bahagia di sini dan saat ini, juga melakukan perbuatan yang bermanfaat bagi kebahagiaan orang lain. Menjalani hidup yang positif dan bermanfaat semacam itu di Bumi dan menciptakan kebahagiaan bagi diri sendiri dan orang lain adalah jauh lebih baik daripada hidup egois dengan mencoba memuaskan ego dan ketamakan diri. Jika kita tidak tahu bagaimana cara hidup sesuai harapan orang lain, bagaimana kita dapat mengharapkan orang lain untuk hidup sesuai dengan harapan kita?

Jika seseorang percaya akan kehidupan setelah kematian, maka menurut hukum karma, kelahiran ulang akan terjadi sesuai dengan kualitas perbuatannya. Orang yang telah melakukan banyak perbuatan baik akan terlahir dalam kondisi yang menyenangkan di mana ia menikmati kekayaan dan kesuksesan, kerupawanan dan kekuatan, kesehatan yang baik, dan bertemu teman dan guru spiritual yang baik. Perbuatan yang bermanfaat dapat juga menuntun pada kelahiran ulang di surga dan keadaan luhur lainnya, sedangkan perbuatan yang tak bermanfaat menuntun pada kelahiran ulang dalam keadaan menderita. Jika seseorang memahami hukum karma, ia akan menahan diri dari perbuatan buruk dan mencoba mengembangkan kebaikan. Dengan berbuat demikian, ia memperoleh manfaat bukan hanya dalam hidup saat ini, tetapi juga dalam banyak kehidupan mendatang.



Saat seseorang memahami sifat manusia, maka timbul beberapa penyadaran yang penting. Ia menyadari bahwa tidak seperti batu atau karang, manusia memiliki potensi bawaan lahir untuk tumbuh dalam kebijaksanaan, kewelasan, dan penyadaran—dan diubahkan oleh pengembangan dan pertumbuhan diri ini. Ia juga memahami bahwa tidak mudah untuk terlahir sebagai manusia, khususnya manusia yang punya kesempatan untuk mendengarkan Dhamma. Sebagai tambahan, ia sepenuhnya sadar bahwa hidupnya tidak abadi, dan karena itu, ia berjuang menjalani Dhamma selama masih dalam posisi yang memungkinkan untuk itu. Ia menyadari bahwa pengamalan Dhamma adalah suatu proses pendidikan seumur hidup yang memungkinkannya untuk membebaskan potensi sejati yang terperangkap dalam pikirannya oleh ketaktahuan dan ketakutan. Untuk mengenyam kesenangan duniawi harus ada obyek eksternal atau rekan, tetapi untuk mencapai kebahagiaan batin tidak diperlukan obyek eksternal.

Berdasarkan pada penyadaran dan pemahaman ini, ia kemudian akan mencoba untuk lebih sadar akan apa dan bagaimana ia berpikir, berucap dan bertindak. Ia akan mempertimbangkan apakah pikiran, ucapan dan tindakannya berguna, dilakukan dari kewelasan dan memiliki dampak yang baik bagi dirinya sendiri serta orang lain. Ia akan menyadari nilai sejati dari menapaki jalan yang menuju perubahan diri sempurna, yang dikenal oleh umat Buddha sebagai Jalan Delapan Faktor Suciwan. Jalan ini dapat membantu seseorang mengembangkan kekuatan moralnya (*sīla*) melalui pematangan perbuatan negatif dan pengembangan sifat positif yang mendukung pertumbuhan pribadi, mental, dan spiritual. Sebagai tambahan, jalan ini mengandung banyak teknik yang dapat diterapkan seseorang untuk memurnikan batin, mengembangkan batin, dan membawa perubahan sempurna

menuju kepribadian yang bermanfaat. Praktik pengembangan batin (*bhāvanā*) ini dapat memperluas dan memperdalam batin untuk memperoleh pemahaman yang lebih baik akan sifat dan karakteristik fenomena, kehidupan dan semesta. Singkat kata, hal ini mengarah pada pengembangan kebijaksanaan (*paññā*). Saat kebijaksanaannya tumbuh, demikian juga kasih, kewelasan, kebajikan, dan kegembiraannya. Ia akan memiliki kesadaran yang lebih besar terhadap semua bentuk kehidupan dan pemahaman yang lebih baik akan pikiran, perasaan, dan perniatannya sendiri.

Dalam proses perubahan diri, orang tidak akan lagi bercita-cita untuk suatu kelahiran ilahi sebagai tujuan akhir dalam hidup. Ia kemudian akan menetapkan tujuan yang jauh lebih tinggi, dan mengikuti jejak Buddha yang telah mencapai puncak kesempurnaan manusia dan menembusi tataran yang tak terkatakan yang kita sebut Kecerahan atau *Nibbāna*. Di sinilah umat Buddha mengembangkan kepercayaan diri yang besar dalam *Tiratana* (Tiga Permata) dan menerima Buddha sebagai panutan spiritual. Umat Buddha akan berjuang untuk membasmi ketamakan, mengembangkan kebijaksanaan dan kewelasan, dan untuk sepenuhnya terbebas dari belenggu *samsāra*.

## **Ajaran Buddha bagi Manusia dalam Masyarakat**

*Agama ini dapat dipraktikkan baik dalam masyarakat ramai maupun dalam pengasingan.*

Ada beberapa orang yang percaya bahwa ajaran Buddha adalah sistem yang sangat luhur dan mulia sehingga tidak dapat dipraktikkan oleh pria dan perempuan biasa dalam dunia kerja

saat ini. Mereka berpikir bahwa orang harus mengundurkan diri ke suatu wihara atau tempat sunyi jika ingin menjadi umat Buddha sejati.

Ini adalah kesalahpahaman yang menyedihkan akibat kurangnya pemahaman cara hidup umat Buddha. Orang sampai pada kesimpulan semacam itu setelah membaca atau mendengar sesuatu tentang ajaran Buddha secara sepintas. Beberapa orang membangun kesan mereka tentang ajaran Buddha setelah membaca artikel atau buku yang hanya memberi pandangan sebagian atau berat sebelah tentang ajaran Buddha. Pengarang artikel dan buku semacam itu hanya memiliki pemahaman yang terbatas tentang ajaran Buddha. Ajaran-Nya tidak dimaksudkan hanya untuk anggota *Saṅgha* di wihara. Ajaran itu juga untuk pria dan perempuan biasa yang hidup di rumah bersama keluarga mereka. Jalan Delapan Faktor Suciwan adalah cara hidup Buddhis bagi semua orang. Cara hidup ini ditawarkan bagi seluruh umat manusia tanpa perbedaan apa pun. Ketika keempat aspek kehidupan, yaitu kehidupan keluarga, bisnis, sosial, dan spiritual diselaraskan secara memuaskan, kebahagiaan akan diperoleh.

Mayoritas orang di dunia tidak dapat menjadi bhikkhu atau mengundurkan diri ke dalam gua atau hutan. Betapa pun mulia dan sucinya ajaran Buddha, hal ini tidak berguna bagi khalayak jika mereka tidak dapat mengikutinya dalam kehidupan sehari-hari dalam dunia modern. Namun jika Anda memahami semangat ajaran Buddha dengan benar, Anda tentu dapat mengikuti dan mempraktikkannya sembari menjalani hidup sebagai orang biasa.

Mungkin ada sebagian orang yang merasa lebih mudah dan nyaman untuk menjalani ajaran Buddha dengan hidup di tempat

terpencil; dengan kata lain, menarik diri dari masyarakat luas. Tetapi orang lain mungkin merasa bahwa jenis pengasingan semacam ini membosankan dan menekan seluruh diri mereka, baik fisik maupun mental, dan karenanya hal ini mungkin tidak kondusif bagi pengembangan hidup spiritual dan intelektualnya.

Pengasingan sejati tidak berarti melarikan diri secara fisik dari dunia. Sāriputta, Siswa Utama Buddha, berkata bahwa seseorang dapat hidup di dalam hutan mengabdikan diri pada praktik tapa, tetapi mungkin penuh dengan pikiran yang tidak murni dan penuh cemaran. Orang lain mungkin hidup di sebuah desa atau kota, tidak menjalani disiplin petapa, tetapi batinnya murni dan bebas dari cemaran. “Di antara kedua orang ini,” kata Sāriputta, “orang yang menjalani hidup murni di desa atau kota tentu jauh lebih unggul dan mulia daripada orang yang hidup di dalam hutan.” (*Majjhima Nikāya*)

Kepercayaan umum bahwa untuk mengikuti ajaran Buddha orang harus mengundurkan diri dari kehidupan keluarga normal adalah suatu kesalahpahaman. Hal ini benar-benar merupakan pernyataan yang tak disadari malah menentang praktiknya. Ada sejumlah rujukan dalam literatur Buddhis bagi orang-orang yang menjalani kehidupan keluarga normal dan lumrah yang dengan sukses mempraktikkan apa yang diajarkan Buddha dan merealisasi *Nibbāna*. Vacchagotta, si pengembara, pernah bertanya kepada Buddha secara langsung apakah ada perumah tangga yang menjalani hidup berkeluarga yang mengikuti ajaran-Nya dengan berhasil dan menembusi tataran spiritual yang tinggi. Buddha menyatakan bahwa ada banyak perumah tangga yang menjalani hidup berkeluarga yang telah mengikuti ajaran-Nya dengan berhasil dan menembusi tataran spiritual yang tinggi.

Orang tertentu mungkin setuju untuk menjalani hidup pengasingan dalam tempat sunyi jauh dari kebisingan dan usikan. Tetapi tentunya lebih patut dipuji dan berani jika menjalani ajaran Buddha dengan hidup di antara manusia biasa, membantu mereka dan menawarkan jasa kepada mereka. Mungkin berguna dalam kasus tertentu jika seseorang hidup dalam pengasingan selama waktu tertentu untuk meningkatkan batin dan perangnya sebagai suatu awal dari pelatihan moral, spiritual, dan intelektual, agar menjadi cukup kuat untuk suatu saat keluar dan menolong orang lain. Tetapi jika seseorang menjalani seluruh hidupnya dalam pengasingan, hanya memikirkan kebahagiaan dan keselamatannya sendiri, tanpa peduli pada sesamanya, hal ini tentunya tidak sesuai dengan ajaran Buddha yang didasarkan pada kasih, kewelasan, dan pelayanan bagi orang lain.

Orang mungkin kini bertanya, “Jika seseorang dapat mengikuti ajaran Buddha dengan menjalani hidup sebagai orang biasa, mengapa *Saṅgha*, persamuan bhikkhu, didirikan oleh Buddha?” Persamuan ini menyediakan kesempatan bagi mereka yang ingin mengabdikan hidup mereka bukan hanya untuk pengembangan spiritual dan intelektual mereka sendiri, tetapi juga untuk melayani orang lain. Seorang umat perumah tangga dengan keluarga tidak dapat diharapkan untuk mengabdikan seluruh hidupnya untuk melayani orang lain, sedangkan seorang bhikkhu, yang tidak memiliki tanggung jawab keluarga atau ikatan duniawi lainnya, berada dalam posisi lebih leluasa untuk mengabdikan hidupnya bagi “kebaikan” banyak orang. (Dr. Walpola Rahula)

Dan apakah “kebaikan” yang dapat menguntungkan banyak orang ini? Bhikkhu tidak dapat memberi kenyamanan materi bagi orang lain, tetapi mereka dapat menyediakan bimbingan spiritual bagi

mereka yang disulitkan oleh masalah duniawi, keluarga, emosional, dan sebagainya. Bhikkhu mengabdikan hidupnya untuk pencarian pengetahuan Dhamma seperti yang diajarkan oleh Buddha. Mereka menjelaskan ajaran itu dalam bentuk yang disederhanakan kepada perumah tangga yang tak terlatih. Dan jika perumah tangga ini terpelajar, mereka ada untuk mendiskusikan aspek yang lebih mendalam dari ajaran itu sehingga keduanya mendapat sesuatu secara intelektual dari diskusi itu.

Di negara-negara Buddhis, *Saṅgha* sangat bertanggung jawab untuk pendidikan generasi muda. Akibat sumbangsih mereka, negara-negara Buddhis memiliki populasi dengan angka literasi tinggi dan berpengetahuan baik dalam nilai-nilai spiritual. *Saṅgha* juga memberi pemahaman kepada mereka yang kehilangan dan merana dengan menjelaskan bahwa semua manusia adalah subyek gangguan yang sama.

Sebaliknya, umat perumah tangga diharapkan memerhatikan kesejahteraan material *Saṅgha* yang tidak mencari penghasilan bagi diri mereka sendiri untuk menyediakan makanan, tempat bernaung, obat, dan pakaian. Dalam praktik Buddhis pada umumnya, umat perumah tangga dianggap berjasa jika berperan dalam kesejahteraan *Saṅgha* karena dengan demikian ia memungkinkan *Saṅgha* untuk terus melayani kebutuhan spiritual masyarakat dan mengembangkan kemurnian batin mereka sendiri.

## **Cara Hidup Umat Buddha Perumah Tangga**

Buddha menganggap kesejahteraan ekonomi sebagai suatu syarat bagi kenyamanan manusia, tetapi pengembangan moral dan

spiritual adalah syarat bagi kehidupan yang bahagia, damai, dan memuaskan.

Seseorang yang bernama Dīghajānu pernah mengunjungi Buddha dan bertanya, “Yang Penuh Berkah, kita adalah orang biasa, menjalani hidup berumah tangga dengan istri dan anak. Maukah Yang Penuh Berkah mengajari kita beberapa ajaran yang akan menunjang kebahagiaan kita di dunia ini dan selamanya?”

Buddha berkata kepadanya bahwa ada empat hal yang mendukung kebahagiaan manusia di dunia ini. (1) Ia sebaiknya terampil, efisien, bersungguh-sungguh, dan bersemangat dalam profesi apa pun yang ia jalani, dan ia sebaiknya memahaminya dengan baik (*utthāna-sampadā*); (2) ia sebaiknya melindungi penghasilannya yang telah ia dapatkan secara benar dengan keringat dari dahinya (*ārakkha-sampadā*); (3) ia sebaiknya memiliki teman-teman baik (*kalyāṇa-mittata*) yang jujur, terpelajar, mulia, bebas, dan pandai, yang akan menolongnya sepanjang jalan yang benar dan jauh dari kejahatan; (4) ia sebaiknya berbelanja dengan masuk akal, sesuai dengan penghasilannya, tidak terlalu banyak atau terlalu sedikit, contohnya, ia sebaiknya tidak menimbun kekayaan dengan kikir ataupun menghamburkannya—dengan kata lain, ia sebaiknya hidup sepadan dengan penghasilannya (*sama-jīvikāta*).

Kemudian Buddha menjelaskan dengan rinci keempat nilai yang menunjang kebahagiaan perumah tangga untuk selamanya: (1) *Saddhā*: ia sebaiknya memiliki keyakinan dan kepercayaan diri dalam nilai-nilai moral, spiritual, dan intelektual; (2) *Sīla*: ia sebaiknya tidak merusak dan menganiaya kehidupan, mencuri, berperilaku seksual meyimang, berdusta, dan minum yang memabukkan; (3) *Cāga*: ia sebaiknya mempraktikkan

kemurahan hati, kedermawanan, tidak melekat dan bernafsu akan kekayaannya; (4) *Paññā*: ia sebaiknya mengembangkan kebijaksanaan yang menuntun pada penghancuran total duka, menuju realisasi *Nibbāna*.

Kadang Buddha bahkan menjelaskan dengan rinci tentang menyimpan uang dan membelanjakannya, sebagai contoh, saat ia memberitahu pemuda Sigāla bahwa ia sebaiknya membelanjakan seperempat penghasilannya untuk kebutuhan sehari-hari, menginvestasikan setengah dalam bisnisnya, dan menyimpan seperempat sisanya untuk keadaan darurat.

Suatu ketika Buddha memberi tahu Anāthapiṇḍika, saudagar besar, salah satu siswa perumah tangga yang berbakti yang membangun Wihara Jetavana untuk-Nya di Sāvattthī, bahwa perumah tangga yang menjalani kehidupan berkeluarga memiliki empat jenis kebahagiaan. Kebahagiaan pertama adalah menikmati keamanan ekonomi atau kekayaan yang cukup yang diperoleh dengan cara yang adil dan benar (*atthi-sukha*); yang kedua adalah membelanjakan kekayaan itu dengan bebas oleh dirinya sendiri, keluarga, teman, saudaranya, dan untuk perbuatan jasa (*bhoga-sukha*); yang ketiga adalah terbebas dari hutang (*anana-sukha*); kebahagiaan keempat adalah menjalani hidup tanpa cela dan suci tanpa melakukan kejahatan dalam pikiran, perkataan atau perbuatan (*anavajja-sukha*). Harus dicatat di sini bahwa ketiga kebahagiaan pertama adalah kebahagiaan ekonomi dan material yang tidak semulia kebahagiaan spiritual yang muncul dari hidup yang tak tercela dan baik.

Dari sedikit contoh di atas, kita dapat melihat bahwa Buddha menganggap kesejahteraan ekonomi sebagai suatu syarat



kebahagiaan manusia, tetapi Ia tidak mengakuinya sebagai kemajuan sejati jika hanya bersifat material, mengabaikan dasar spiritual dan moral. Selain mendorong kemajuan material, ajaran Buddha selalu menekankan pengembangan karakter moral dan spiritual untuk masyarakat yang berkecukupan, damai, dan bahagia.

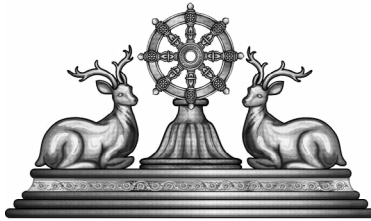
Banyak orang berpikir bahwa untuk menjadi umat Buddha yang baik, orang harus sama sekali tidak berhubungan dengan kehidupan material. Ini tidak benar. Apa yang diajarkan Buddha adalah bahwa kita dapat menikmati kenyamanan materi tanpa bertindak terlalu ekstrem, kita harus juga secara bersungguh-sungguh mengembangkan aspek spiritual hidup kita. Sementara kita dapat menikmati kesenangan indrawi sebagai perumah tangga, kita sebaiknya jangan terlalu melekat padanya sampai-sampai menghambat kemajuan spiritual kita. Ajaran Buddha menekankan perlunya seseorang untuk mengikuti Jalan Madya. Ajaran Buddha tidak didasarkan pada pemusnahan dunia tetapi pada pemusnahan ketaktahuan dan nafsu mementingkan diri sendiri.





## MORALITAS DAN PRAKTIK UMAT BUDDHA

---



### **Etika Buddhis**

*Hukum moral, adat, dan tingkah laku adalah buatan manusia, tetapi etika Buddhis didasarkan pada nilai-nilai universal.*

Dunia saat ini berada dalam keadaan kacau; nilai etika diputarbalikkan. Kekuatan skeptisisme materialistis telah mengarahkan pisau bedahnya pada konsep tradisional yang dianggap sebagai nilai manusia. Tetapi, siapa pun yang peduli pada budaya dan peradaban harus memerhatikan masalah praktik dan etika. Karena etika berhubungan dengan tindakan manusia. Etika berkaitan dengan hubungan kita dengan diri sendiri dan dengan sesama.

Perlunya etika timbul dari kenyataan bahwa manusia tidak

sempurna: ia harus melatih dirinya untuk menjadi baik. Jadi moralitas menjadi aspek paling penting dalam kehidupan. Etika Buddhis bukanlah patokan asal-asalan yang ditemukan orang untuk tujuan manfaatnya sendiri. Bukan juga yang secara asal-asalan ditiadakan. Hukum dan adat sosial tidak membentuk dasar etika Buddhis. Sebagai contoh, gaya pakaian yang hanya cocok untuk satu iklim, periode, atau peradaban mungkin dianggap tak senonoh di tempat lain; tetapi hal ini sepenuhnya masalah adat sosial dan tidak melibatkan pertimbangan etika apa pun. Tetapi kepalsuan konvensi sosial terus berbentrok dengan prinsip-prinsip etika yang valid dan tak berubah.

Etika Buddhis tidak berlandaskan pada adat sosial yang berubah, tetapi pada hukum alam yang tidak berubah. Nilai-nilai etika Buddhis pada hakikatnya adalah bagian dari alam dan hukum tetap sebab-akibat moral (karma). Fakta sederhana bahwa etika Buddhis berakar pada hukum alam membuat prinsip-prinsipnya bermanfaat dan dapat diterima oleh dunia modern. Walaupun kode etika Buddhis disusun lebih dari 2.500 tahun yang lalu, keabadian sifatnya tidak berkurang.

Moralitas dalam ajaran Buddha bertujuan praktis menuntun orang menuju tujuan akhir kebahagiaan tertinggi. Dalam jalan umat Buddha menuju keterbebasan, setiap individu dianggap bertanggung jawab untuk keberuntungan dan kemalangannya sendiri. Setiap individu diharapkan mengupayakan keterbebasannya sendiri melalui pemahaman dan pengupayaan. Keselamatan umat Buddha adalah hasil pengembangan moral orang itu sendiri dan tidak dapat diadakan atau diberikan kepada seseorang oleh suatu perantara eksternal. Misi Buddha adalah untuk mencerahkan manusia akan sifat keberadaan dan untuk

menasihatkan bagaimana cara terbaik untuk kebahagiaan mereka dan keuntungan orang lain. Secara konsekuen, etika Buddhis bukan merupakan perintah apa pun yang memaksa manusia untuk mengikutinya. Buddha telah menasihati manusia mengenai kondisi yang paling bermanfaat dan kondusif untuk manfaat jangka panjang bagi diri sendiri dan orang lain. Alih-alih mencap pelaku kesalahan dengan kata-kata seperti: memalukan, jahat, buruk, tak berharga, dan penghujat, Ia hanya akan berkata, “Kamu keliru berbuat begitu, karena hal itu akan mendatangkan duka pada dirimu sendiri dan orang lain.”

Teori etika Buddhis terungkap secara praktis dalam berbagai prinsip. Prinsip atau disiplin ini hanyalah panduan umum untuk menunjukkan arah ke mana kita harus berbelok menuju keselamatan akhir. Walaupun banyak dari prinsip ini dinyatakan dalam bentuk negatif, kita tidak boleh berpikir bahwa moralitas Buddhis terdiri dari pemantangan diri dari keburukan saja tanpa diimbangi dengan perbuatan baik.

Moralitas yang ditemukan dalam semua prinsip itu dapat dirangkum dalam tiga prinsip sederhana: “Tidak melakukan segala keburukan, memperbanyak kebaikan, memurnikan batin sendiri, inilah ajaran para Buddha.” (*Dhammapada 183*)

Dalam ajaran Buddha, perbedaan antara yang baik dan yang buruk sangat sederhana: semua tindakan yang memiliki akar dalam ketakutan, kebencian, dan kekeliruan yang timbul dari keakuan, tindakan ini tercela atau buruk. Hal ini disebut *akusala kamma*. Semua tindakan yang berakar dalam kedermawanan, kewelasan, dan kebijaksanaan adalah mulia—*kusala kamma*. Kriteria baik dan buruk berlaku pada aksi pikiran, perkataan, dan perbuatan.

## **Moral Umat Buddha Didasarkan pada Kehendak**

“Karma adalah kehendak,” kata Buddha. Tindakan itu sendiri tidak dianggap baik atau buruk, tetapi hanya kehendak dan pikiran yang membuatnya demikian. Akan tetapi etika Buddhis tidak menyatakan bahwa seseorang boleh berbuat apa yang secara konvensional dianggap sebagai “dosa” karena ia melakukannya dengan niat baik. Dalam posisi ini, ajaran Buddha akan membatasi pada pertanyaan psikologi daripada membuat daftar aturan etika dan kode tindakan untuk mengurangi ajaran keterbebasan. Hubungan antara pikiran dan perbuatan, antara tindakan mental dan material adalah perpanjangan dari pikiran. Tidaklah mungkin untuk melakukan pembunuhan dengan hati yang baik, karena merenggut kehidupan semata-mata adalah ekspresi luar dari keadaan pikiran yang dikuasai oleh kemarahan, kebencian, atau ketakutan. Perbuatan adalah pengembunan pikiran, sama seperti hujan merupakan pengembunan uap air. Tindakan yang terwujud dari puncak perbuatan hanyalah apa yang telah dilakukan dalam kesunyian dan kerahasiaan relung hati.

Seseorang yang melakukan suatu tindakan amoral karenanya menunjukkan bahwa ia tidak bebas dari keadaan pikiran yang tak bermanfaat. Sebaliknya, seseorang yang memiliki batin murni dan berseri, bebas dari semua pikiran dan perasaan kotor, tidak akan mampu melakukan tindakan amoral.

Etika Buddhis juga mengenali obyektivitas nilai-nilai moral. Dengan kata lain, konsekuensi karma terjadi sesuai dengan hukum karma alami, tanpa memandang sikap individu atau tanpa memandang sikap sosial terhadap tindakan itu. Sebagai contoh, mabuk memiliki konsekuensi karma; hal ini buruk karena meningkatkan

ketidakbahagiaan sendiri serta orang lain. Efek karma dari mabuk ada tanpa memandang apa yang dipikirkan oleh si pemabuk atau masyarakat tentang kebiasaan minum. Pendapat dan sikap yang berlaku tidak sedikit pun mengubah fakta bahwa mabuk itu buruk secara obyektif. Konsekuensi psikologis, sosial, dan karma—membuat tindakan moral atau amoral—tanpa memandang sikap mental mereka yang menilai tindakan itu.

## Apakah Vinaya Itu?

*Vinaya adalah kode disiplin pelatihan diri yang ditetapkan oleh Buddha untuk dijalani para bhikkhu dan bhikkhuni. Vinaya memainkan peran utama untuk menjaga kemurnian cara hidup religius mereka.*

Buddha tidak merumuskan kode disiplin dalam sekali jadi. Ia mengenalkan aturan tertentu hanya bilamana perlu. *Vinaya Piṭaka* dan kitab komentarnya memuat banyak cerita bagaimana dan mengapa aturan tertentu diberlakukan oleh Buddha. Menurut Buddha, manfaat terbaik *Vinaya* adalah untuk mendisiplinkan pikiran, perkataan, dan perbuatan melalui pandangan dan pemahaman. Murid-murid pertama Buddha sangat maju secara spiritual dan nyaris tidak memerlukan serangkaian aturan untuk diberlakukan bagi mereka. Namun dengan bertambahnya jumlah anggota *Saṅgha*, hal ini menarik banyak orang, sebagian dari mereka tidak begitu tinggi perkembangan spiritualnya. Muncullah beberapa masalah sehubungan dengan perbuatan dan cara hidup mereka seperti ambil bagian dalam kegiatan rumah tangga untuk penghidupan mereka dan tergiur akan kesenangan indrawi. Sehubungan dengan situasi ini, Buddha harus memberlakukan panduan untuk diikuti para bhikkhu dan bhikkhuni sehingga

mereka dapat membedakan kehidupan petapaan dan perumah tangga. Persamuhan bhikkhu dan bhikkhuni ini sangat terorganisir dengan baik dibandingkan komunitas petapaan lain pada masa itu.

Buddha menetapkan semua panduan yang diperlukan untuk mempertahankan persamuhan suci tersebut dalam setiap aspek kehidupan. Saat Buddha wafat, aturan-aturan ini dikumpulkan sehingga persamuhan dapat diorganisir di antara mereka. Kode tindakan yang ditentukan oleh Buddha dapat dibagi dalam dua bagian besar. Yang pertama adalah Kode Moral Universal, *Loka Vajja*, kebanyakan dapat diterapkan untuk semua anggota *Saṅgha* dan perumah tangga untuk menjalani kehidupan religius. Kode atau aturan disiplin lainnya yang dapat diberlakukan untuk menyesuaikan norma sosial dan budaya negara dinamakan *Paññatti Vajja*. Pada kategori pertama adalah hukum universal yang melarang semua tindakan amoral dan jahat. Kategori kedua diterapkan hampir secara langsung pada bhikkhu dan bhikkhuni dalam kinerja sikap, tradisi, kewajiban, adat, dan etika. Pelanggaran kode moral yang berhubungan dengan *Loka Vajja* mengakibatkan reputasi dan karma buruk, sedangkan pelanggaran kode disiplin sosial tidak selalu menimbulkan karma buruk. Akan tetapi, mereka adalah subyek dari kritik karena pelanggaran dalam bentuk apa pun mengotori kemurnian dan kehormatan persamuhan suci. Aturan ini sebagian besar didasarkan pada situasi sosial-budaya atau cara hidup yang berlaku di India 25 abad silam.

Menurut *Mahāparinibbāna Sutta*, Buddha telah menyatakan bahwa beberapa aturan “kecil” dapat diubah atau diperbaiki untuk menyesuaikan dengan perubahan yang terjadi karena waktu dan lingkungan, sehingga hal ini tidak mendorong tingkah laku amoral atau membahayakan. Kenyataannya, selama masa Buddha



sendiri beberapa aturan kecil diubah oleh para bhikkhu dengan seizin Buddha. Buddha juga menganjurkan agar bhikkhu dan bhikkhuni yang sakit dibebaskan dari aturan *Vinaya* tertentu. Akan tetapi, begitu aturan telah disebutkan oleh para siswa dalam Sidang Buddhis Pertama, yang digelar tiga bulan setelah wafatnya Buddha, diputuskan bahwa semua aturan sebaiknya dipertahankan tanpa perubahan karena tidak seorang pun yakin aturan mana yang sebaiknya diubah. Akhirnya, para siswa memutuskan untuk menegakkan semua aturan yang telah dinyatakan oleh Buddha. Alasan lain mengapa siswa-siswa awal tidak setuju untuk mengubah aturan mana pun adalah tidak ada alasan atau kejadian bagi mereka untuk berbuat demikian dalam periode waktu yang sangat singkat setelah wafatnya Buddha. Hal ini disebabkan pada waktu itu kebanyakan dari mereka yang telah meninggalkan kehidupan duniawinya berbuat demikian dengan ketulusan dan keyakinan. Namun, saat kondisi sosial mulai berubah dan saat ajaran Buddha menyebar ke berbagai bagian di India dan negara lain, keputusan yang dibuat oleh para siswa untuk tidak mengubah aturan apa pun dalam Sidang Buddhis Pertama menjadi suatu masalah yang sangat besar karena sebagian aturan tidak dapat disesuaikan dengan perubahan cara hidup dan situasi ekonomi yang beragam.

Seiring berjalannya waktu, aturan itu menjadi beku dan beberapa siswa ortodoks bersikeras bahwa aturan itu harus diikuti secara harfiah ketat daripada secara semangatnya. Inilah salah satu alasan, untuk mencegah kelekatan kaku pada aturan semata-mata semacam ini, maka Buddha tidak menunjuk seorang penerus pun untuk menggantikan-Nya. Ia berkata bahwa pemahaman dan penegakan Dhamma sebagai guru sudah cukup untuk menolong seseorang menjalani kehidupan suci.

## Perkembangan Komunitas *Saṅgha*

Komunitas *Saṅgha*, dalam kurun waktu, mengubah diri menjadi beberapa aliran atau tradisi, yang kebanyakannya, selain menaati sebagian aturan besar seperti yang diberlakukan oleh Buddha, telah cenderung mengabaikan sebagian aturan kecil. Tradisi Theravāda tampaknya lebih ortodoks, sementara Mahāyāna dan lainnya cenderung lebih liberal dalam cara pandang dan pengamatan religiusnya. Tradisi Theravāda mencoba untuk mengamati *Vinaya* secara harfiah walaupun situasi dan lingkungan berubah. Perubahan kecil dari aturan tersebut telah terjadi dari waktu ke waktu, tetapi tidak diakui secara resmi bahkan di antara anggota tradisi Theravāda. Sebagai contoh, aliran Theravāda memegang secara ketat aturan tidak makan setelah waktu tertentu. Aliran Theravāda belum mengakui secara terbuka bahwa pada kenyataannya variasi tertentu diperbolehkan pada situasi khusus. Sementara anggota tradisi lain menyesuaikan pemakaian jubah dengan warna dan corak yang sesuai, tradisi Theravāda terus menaati pemakaian jubah tradisional asli walaupun kondisi sosial dan iklim berubah. Akibatnya, banyak praktik kebhikkhuan dipahami secara jelas hanya oleh mereka yang terlahir dalam lingkungan budaya Buddhis tradisional. Hal ini tentunya mendatangkan banyak masalah ketika ajaran Buddha menyebar ke bagian dunia yang lain, seperti negara-negara Barat.

Kemudian, ada beberapa bhikkhu yang bersikeras menaati kode *Vinaya* secara harfiah daripada semangatnya, sekalipun tindakan semacam itu akan memermalukan orang di sekitar mereka. Sebagai contoh, semakin banyak bhikkhu diundang ke negara Barat yang budaya masyarakat dan kondisi iklimnya sangat jauh berbeda dari Asia. Jika bhikkhu memaksa berlaku persis seperti

yang mereka lakukan di tanah asalnya, tingkah laku mereka akan tampak aneh dan konyol. Alih-alih mendapatkan penghormatan, mereka akan jadi bahan cemooh dan kecurigaan. Di sini lagi-lagi bhikkhu harus menerapkan akal sehatnya dan tidak mencoba mempermalukan diri mereka sendiri di mata orang-orang yang berlainan budaya. Aturan penting yang harus dijalani adalah tidak melakukan tindakan amoral, kejam, berbahaya, tak senonoh, dan menghormati perasaan orang lain. Jika bhikkhu dapat menjalani hidup mereka sebagai manusia yang jujur, baik hati, tidak membahayakan, dan pengertian dengan memelihara kehormatan dan disiplin manusiawinya, maka sifat semacam itu akan dihargai di bagian dunia mana pun. Mempertahankan apa yang disebut tradisi dan adat dari tempat mereka berasal tidak terlalu berhubungan dengan esensi Dhamma yang diajarkan oleh Buddha.

Masih ada masalah lain. Banyak orang, khususnya mereka di Barat yang telah menerima cara hidup Buddhis, setelah membaca aturan *Vinaya* dalam teks, berpikir bahwa bhikkhu harus mengikuti semua aturan tanpa mengubahnya di bagian dunia mana pun, dengan cara persis sama dengan yang tercatat dalam teks. Kita harus ingat bahwa beberapa aturan ini, yang dijalankan dalam masyarakat India 25 abad silam, tidak relevan lagi bahkan di Asia saat ini. Harus diingat bahwa Buddha memberlakukan aturan itu hanya bagi anggota komunitas *Saṅgha* yang hidup di India, tempat mereka tinggal. Bhikkhu-bhikkhu itu tak pernah memiliki pengalaman tentang cara hidup di negara lain. Perhatian utama mereka adalah pengembangan spiritual dengan sesedikit mungkin mengganggu masyarakat di sekitar mereka. Hari ini, bhikkhu mengalami banyak masalah baru lain jika mereka tetap secara kaku menjalani semua aturan di suatu negara di mana orang tidak dapat menghargai atau memahami mereka.

Kode disiplin untuk perumah tangga menunjukkan bagaimana seorang perumah tangga dapat menjalani hidup yang luhur dan mulia tanpa meninggalkan kehidupan duniawi. Nasihat Buddha untuk perumah tangga termuat dalam khotbah seperti *Maṅgala*, *Parābhava*, *Siḡālovāda*, *Vasala*, *Vyagghapajja*, dan banyak lainnya.

Banyak aturan *Vinaya* hanya diberlakukan bagi mereka yang telah meninggalkan kehidupan duniawi. Tentu saja perumah tangga boleh mengikuti beberapa aturan tersebut jika bisa membantu untuk mengembangkan spiritualitas yang lebih tinggi.

### **Masyarakat yang Berubah**

Ketika masyarakat berubah, bhikkhu tidak dapat mempertahankan tradisionalitasnya tanpa menyesuaikan dengan perubahan itu, walaupun mereka telah meninggalkan hidup keduniawian. Kadang orang konservatif yang tidak dapat memahami perlunya perubahan ini mengkritik para bhikkhu yang beradaptasi terhadap perubahan itu. Hal ini tentu saja tidak berarti bahwa bhikkhu boleh mengubah aturan sesuka mereka sendiri. Jika bhikkhu ingin memperbaiki aturan sekecil apa pun, mereka harus mendapatkan persetujuan Sidang *Sanḡha* yang diakui. Bhikkhu secara individu tidak bebas mengubah aturan *Vinaya* apa pun. Sidang *Sanḡha* juga dapat menjatuhkan sanksi tertentu terhadap bhikkhu yang telah melakukan pelanggaran serius kode disiplin dan yang kelakuannya mencemarkan *Sanḡha*. Buddha mendirikan sidang untuk membantu bhikkhu mencegah perbuatan buruk dan menghindari godaan dalam kehidupan duniawi. Aturan-aturan tersebut lebih merupakan panduan, alih-alih hukum yang tak boleh dilanggar yang diturunkan oleh kekuasaan ilahi tertentu.

Khususnya di negara-negara Asia, bhikkhu sangat dihargai dan dihormati. Perumah tangga menghormati mereka sebagai guru Dhamma dan sebagai orang religius yang telah mengorbankan kehidupan duniawi untuk menjalani kehidupan suci. Bhikkhu mengabdikan diri pada studi dan praktik Dhamma dan tidak mencari nafkah. Karena itu, perumah tangga menjaga kesejahteraan material mereka sementara pada lain waktu mereka mencari bhikkhu untuk kebutuhan spiritualnya.

Dengan demikian, bhikkhu diharapkan bertindak dalam suatu cara sehingga akan mendapatkan penghargaan dan penghormatan dari masyarakat. Jika, misalnya, seorang bhikkhu terlihat di suatu tempat yang tak pantas, ia akan dikritik sekalipun ia tidak terlibat dalam perbuatan amoral. Karena itu, menjadi tugas para bhikkhu untuk menghindari lingkungan tertentu yang tidak sesuai untuk mempertahankan kehormatan *Saṅgha*.

Jika para bhikkhu tidak menegakkan kode disiplin mereka, perumah tangga akan kehilangan panutan. Ada banyak contoh tercatat dalam naskah Buddhis bahwa bahkan selama masa Buddha, perumah tangga menolak untuk mengurus bhikkhu yang sombong, suka bertengkar, atau tak bertanggung jawab. Bhikkhu dapat dikritik karena melakukan hal-hal duniawi tertentu yang hanya bebas dilakukan oleh perumah tangga.

### **Dhamma dan Vinaya**

Banyak orang masih belum menyadari bahwa Dhamma, kebenaran yang dibabarkan oleh Buddha, tidak dapat berubah pada situasi apa pun. Aturan *Vinaya* tertentu juga termasuk dalam kategori yang sama dan tidak dapat berubah pada kondisi apa pun. Tetapi

beberapa aturan *Vinaya* lain dapat berubah untuk mencegah ketidaknyamanan yang tidak semestinya. Dhamma dan *Vinaya* tidaklah sama. Beberapa bhikkhu mencoba menjalani tradisi tertentu dengan kaku seakan-akan hal itu merupakan prinsip religius yang penting, walaupun yang lainnya tidak dapat menemukan kepentingan atau pengertian religius apa pun dalam praktiknya. Sementara itu sebagian orang egois dan licik mungkin bahkan mencoba mempertahankan perwujudan luar dari kemurnian untuk menyesatkan pengikut-pengikut yang lugu supaya menganggap mereka sebagai bhikkhu yang alim dan tulus. Banyak hal yang disebut "praktik Buddhis" di negara Asia, di mana bhikkhu dan perumah tangga bukannya mengikuti prinsip religius yang semestinya, melainkan praktik tradisional yang ditegakkan oleh masyarakat. Sebaliknya, sikap tertentu yang diperkenalkan bagi para bhikkhu untuk dijalani sebagai disiplin, benar-benar membantu memelihara kehormatan dan ketulusan persamuan suci. Meskipun tradisi dan adat keagamaan dapat menciptakan suasana yang sesuai untuk perkembangan spiritual, beberapa aturan *Vinaya* perlu diubah sesuai dengan perubahan kondisi sosial. Jika hal ini tidak dilakukan, bhikkhu akan harus menghadapi sejumlah masalah dalam hubungannya dengan masyarakat modern dan cara hidupnya, karena hal itu bisa merupakan kekonyolan di mata publik.

Sebagian perumah tangga mengkritik bhikkhu karena memegang uang. Sulit untuk menjalani aktivitas keagamaan dan aktif dalam masyarakat modern tanpa berhubungan dengan uang. Yang harus dilakukan seorang bhikkhu adalah tidak melekat dengan uang atau harta sebagai milik pribadi. Itulah yang dimaksudkan Buddha. Tentu saja, mungkin ada beberapa orang yang sengaja salah menafsirkan aturan-aturan tersebut untuk perolehan material.

Mereka harus menanggung konsekuensi menghadapi kesulitan dalam mencapai pengembangan spiritual.

Tentu saja, mereka yang memilih untuk membatasi diri sendiri di suatu wilayah terisolasi untuk bermeditasi bagi kedamaian batin, harus mampu menjalani kewajiban religiusnya tanpa halangan dari hal-hal duniawi yang bisa membebani. Tetapi mereka pertamanya harus memastikan bahwa mereka punya cukup pendukung untuk memenuhi kebutuhan dasar mereka seperti makanan, tempat bernaung, dan obat-obatan. Sementara mungkin ada bhikkhu yang ingin undur diri sepenuhnya dari masyarakat, tetap harus ada cukup bhikkhu dalam masyarakat untuk memenuhi sejumlah kebutuhan religi masyarakat umum. Jika tidak, orang akan berpikir bahwa ajaran Buddha tidak dapat berkontribusi banyak dalam kehidupan sehari-hari dan kesejahteraan mereka.

### **Karakteristik Seorang Bhikkhu**

Karakteristik yang menonjol dari seorang bhikkhu antara lain adalah kemurnian, kemiskinan sukarela, kerendahan hati, kesederhanaan, pelayanan tanpa mementingkan diri, pengendalian diri, kesabaran, kewelasan, dan tidak membahayakan. Bhikkhu diharapkan menjalani empat jenis moralitas utama, yaitu:

- *Pātimokkha Sīla*: kode moral fundamental (pelanggaran besar yang berhubungan dengan perbuatan asusila, kekejaman, membahayakan, dan keakuan).
- *Indriyasamvara Sīla*: moralitas yang berhubungan dengan penahanan indra.
- *Ājīvapārisuddhi Sīla*: moralitas yang berhubungan dengan kemurnian penghidupan.
- *Paccayāsannissita Sīla*: moralitas yang berhubungan dengan

penggunaan syarat-syarat yang berhubungan dengan hidup.

Empat jenis moralitas ini secara keseluruhan disebut *Sīla Visuddhi* (Kemurnian Sila).

Saat seseorang memasuki persamuhan dan menerima penahbisannya, ia disebut *sāmaṇera*—pemula. Ia terikat untuk mematuhi Sepuluh Sila *Sāmaṇera* dengan kode disiplin tertentu untuk menjalani hidup membiara sampai ia menerima penahbisan yang lebih tinggi—*upasampadā*—menjadi seorang bhikkhu. Pemula perempuan disebut *sāmaṇeri*, dan yang telah penuh disebut bhikkhuni.

Seorang bhikkhu terikat untuk menjalani empat jenis moralitas utama di atas, yang terdiri dari 227 aturan di samping beberapa aturan kecil lainnya. Empat aturan besar mengenai hidup selibat dan pantang dari mencuri, membunuh, dan menipu, sampai spiritualitas yang lebih tinggi harus dipatuhi secara ketat. Jika ia melanggar salah satu aturan ini, bhikkhu itu dianggap sebagai “pecundang” dalam komunitas *Saṅgha*. Hak-hak religius tertentu akan dicabut darinya oleh *Saṅgha*. Dalam hal aturan lain yang ia langgar, ia harus menghadapi banyak konsekuensi lainnya dan memperbaikinya sesuai dengan beratnya pelanggaran.

Tidak ada sumpah bagi seorang bhikkhu. Ia menjadi bhikkhu berdasarkan kemauannya sendiri untuk menjalani kehidupan suci selama ia suka. Karena itu ia tidak perlu merasa terjebak oleh sumpah yang pernah ia buat dan menjadi munafik, karena ia sendiri bisa memutuskan apakah ia ingin mematuhi aturan atau tidak. Ia bebas untuk meninggalkan *Saṅgha* kapan pun dan dapat menjalani cara hidup umat Buddha biasa jika ia menginginkannya.



Ia juga dapat kembali menjadi bhikkhu kapan pun ia mau. Aturan umum yang sama juga diterapkan untuk para bhikkhuni.

## **Sepuluh Perbuatan Baik dan Sepuluh Perbuatan Buruk**

*Beruntung atau tidak beruntung tergantung pada kebaikan dan keburukan seseorang.*

Kinerja perbuatan baik menghasilkan jasa kebajikan (*puñña*), suatu sifat yang memurnikan batin. Jika batin tidak diperiksa, batin akan dikuasai kecenderungan buruk, menyebabkan seseorang melakukan perbuatan buruk dan jadi bermasalah. Kebaikan memurnikan batin dari kecenderungan buruk seperti ketamakan, kebencian, dan kekeliruan. Pikiran tamak mendorong orang pada nafsu, pengumpulan, dan penimbunan; pikiran benci menyeret orang pada ketidaksukaan dan kemarahan; dan pikiran khayal membuat orang menjadi terjerat dalam ketamakan dan kebencian, berpikir bahwa akar keburukan ini benar dan berharga. Perbuatan buruk menimbulkan lebih banyak penderitaan dan mengurangi kesempatan untuk mengetahui dan melaksanakan Dhamma.

Kebajikan penting untuk menolong kita selama perjalanan hidup kita. Kebajikan berhubungan dengan apa yang baik dan bermanfaat bagi diri sendiri dan orang lain, dan dapat meningkatkan kualitas batin. Sementara kekayaan material yang dikumpulkan orang dapat hilang oleh pencuri, banjir, kebakaran, penyitaan, dan lain-lain; manfaat kebajikan mengikutinya dari kehidupan ke kehidupan dan tidak bisa hilang, meskipun bisa habis jika tidak ada usaha untuk berbuat lebih banyak kebajikan. Seseorang akan

mengalami kebahagiaan di sini, sekarang, dan sesudahnya melalui perbuatan kebajikan.

Kebajikan adalah fasilitator yang hebat: kebajikan membuka pintu kesempatan di mana-mana. Seorang yang bajik akan sukses dalam usaha apa pun yang ia lakukan. Jika ia ingin melakukan bisnis, ia akan bertemu dengan orang dan rekan yang tepat. Jika ia ingin menjadi pelajar, ia akan diberi beasiswa dan didukung oleh para pembimbing akademik. Jika ia ingin mencapai kemajuan dalam meditasi, ia akan bertemu dengan guru meditasi yang piawai membimbingnya. Mimpinya akan terwujud melalui harta kebajikannya. Kebajikanlah yang memungkinkan seseorang terlahir ulang di surga dan memberinya kondisi dan dukungan yang tepat untuk pencapaian *Nibbāna*.

Ada beberapa ladang yang subur akan kebajikan yang menimbulkan hasil yang berlimpah bagi pelaku perbuatan baik itu. Sama seperti tanah dapat menghasilkan panen yang lebih baik (katakan tanah hitam lebih subur dibanding tanah berbatu), suatu perbuatan baik yang dilakukan terhadap orang tertentu dapat menghasilkan lebih banyak kebajikan daripada terhadap orang lain. Ladang kebajikan yang subur ini termasuk *Saṅgha* atau orang suci, ibu, ayah, dan fakir miskin. Perbuatan baik yang dilakukan pada kelompok orang ini akan terwujud dalam banyak cara dan menjadi sumber hasil yang berlimpah.

### **Sepuluh Perbuatan Baik**

Buddha mengajarkan sepuluh perbuatan baik untuk kita lakukan agar memperoleh kehidupan bahagia dan damai serta mengembangkan pengetahuan dan pemahaman. Sepuluh

perbuatan baik itu adalah:

- Memberi *Dāna*
- Menjalani sila *Sīla*
- Mengembangkan batin *Bhāvanā*
- Menghormati *Apacayana*
- Melayani *Veyyāvacca*
- Mempersembahkan kebajikan *Pattidāna*
- Mensyukuri jasa orang lain *Pattanumodanā*
- Mendengarkan kebenaran *Dhammasavana*
- Membabarkan kebenaran *Dhammadesanā*
- Meluruskan pandangan *Diṭṭhijjukamma*

Melakukan sepuluh perbuatan baik ini tidak hanya akan menguntungkan diri sendiri, tetapi juga orang lain. Menjalani sila akan menguntungkan semua makhluk yang berhubungan dengannya. Pengembangan batin membawa damai dan menginspirasi orang lain untuk menjalani Dhamma. Rasa hormat menghasilkan keharmonisan dalam masyarakat, sedangkan pelayanan meningkatkan kehidupan orang lain. Mempersembahkan kebajikan kepada orang lain menunjukkan bahwa seseorang memerhatikan kesejahteraan orang lain; sedangkan mensyukuri jasa orang lain mendorong orang lain untuk melakukan lebih banyak kebaikan. Mendengarkan dan membabarkan kebenaran adalah faktor penting bagi kebahagiaan, baik pengajar maupun pendengarnya, juga mendorong keduanya untuk hidup sesuai dengan Dhamma. Meluruskan pandangan memungkinkan seseorang untuk menunjukkan kepada orang lain keindahan Dhamma. Dalam *Dhammapada*, Buddha mengajarkan:

*Jikalau seseorang melakukan kebajikan,  
hendaknya ia melakukannya lagi dan lagi.  
Niatkanlah perbuatan itu.  
Menumpuk kebajikan adalah membahagiakan.*

*(Dhammapada 118)*

*Janganlah meremehkan kebajikan,  
“Itu tak akan mendatangi.”  
Dengan tetes-tetes air yang jatuh, tempayan pun akan penuh.  
Orang bijak memenuhi dirinya dengan kebajikan,  
sekalipun menghimpunnya sedikit demi sedikit.*

*(Dhammapada 122)*

## **Sepuluh Perbuatan Buruk**

Ada sepuluh perbuatan buruk yang dianjurkan untuk dihindari umat Buddha. Perbuatan ini berakar dalam ketakutan, kebencian, dan kekeliruan, dan akan membawa penderitaan bagi orang lain, namun terutama bagi diri sendiri dalam kehidupan ini dan berikutnya. Jika seseorang memahami hukum karma dan menyadari bahwa perbuatan buruk berakibat buruk, ia akan menjalani Pandangan Benar dan menghindari melakukan perbuatan ini.

Ada tiga tindakan jasmani yang secara karma tidak menguntungkan. Hal itu adalah: (1) membunuh, (2) mencuri, dan (3) berhubungan seksual secara tidak sah. Perbuatan jasmani ini berhubungan dengan tiga sila pertama dari Lima Sila yang harus dijalani.

Akibat perbuatan membunuh bagi pelakunya adalah kehidupan yang singkat, kesehatan yang buruk, kesedihan terus-menerus karena terpisah dari yang dicintai, dan hidup dalam ketakutan.

Konsekuensi buruk dari mencuri adalah kemiskinan, kesengsaraan, kekecewaan, dan penghidupan tergantung orang lain. Konsekuensi buruk dari tindakan seksual yang tidak sah adalah memiliki banyak musuh, selalu dibenci, dan bersatu dengan istri atau suami yang tak diinginkan.

Empat tindakan verbal yang secara karma tidak menguntungkan adalah: (1) menipu, (2) memfitnah, (3) berkata menyakiti, dan (4) bicara yang tak keruan dan tak berarti. Perbuatan buruk yang dilakukan oleh ucapan dipandang sebagai perpanjangan sila keempat dari Lima Sila.

Konsekuensi buruk menipu bagi pelakunya adalah terkena ucapan yang kejam dan fitnah, tidak dipercaya, dan ketidaknyamanan fisik. Akibat buruk dari memfitnah adalah kehilangan teman tanpa sebab yang jelas. Hasil dari ucapan menyakiti adalah dibenci orang lain dan memiliki suara kasar. Akibat merugikan dari ucapan tak keruan adalah cacatnya anggota tubuh dan ucapan yang tidak dipercaya orang.

Tiga tindakan buruk lainnya dilakukan oleh pikiran, yaitu: (1) iri atau sangat menginginkan milik orang lain, (2) niat buruk, dan (3) pandangan salah. Ketiga perbuatan ini berhubungan dengan ketiga akar kejahatan: ketamakan, kebencian, dan kekeliruan. Pelanggaran sila kelima tentang pantangan mabuk tidak hanya dapat mengarah pada ketiga tindakan buruk pikiran ini setelah pikiran teracuni, tetapi juga perbuatan buruk lainnya yang dilakukan oleh tubuh dan ucapan.

Akibat yang tak diinginkan dari rasa iri adalah tidak terpenuhinya keinginan. Konsekuensi dari niat buruk adalah keburukan rupa,

banyak penyakit, dan memiliki sifat yang dibenci. Akhirnya, konsekuensi dari pandangan salah adalah bernaflu besar, kurang bijaksana, penuh kebosanan, menderita penyakit kronis, dan gagasan yang penuh kesalahan.

Seseorang harus selalu melakukan perbuatan baik dan menahan diri dari perbuatan buruk. Jika seseorang telah melakukan perbuatan buruk, ia perlu menyadari apa kesalahannya dan berusaha untuk tidak mengulanginya. Inilah arti sebenarnya dari pertobatan, dan hanya dengan cara ini seseorang akan maju selaras dengan Jalan Suciwan menuju keselamatan.

Berdoa mohon ampun tidak ada artinya jika setelah berdoa seseorang mengulangi perbuatan buruk itu lagi dan lagi. Siapa yang akan “membasuh dosa” seseorang selain dirinya sendiri? Hal ini harus dimulai dengan penyadaran, zat pembersih yang luar biasa. Pertama, ia menyadari sifat perbuatan dan akibat merugikannya. Kemudian, ia menyadari bahwa perbuatan ini tidak berguna, belajar darinya, dan bertekad untuk tidak mengulanginya. Kemudian, ia melakukan banyak perbuatan baik bagi pihak yang dirugikan dan orang lain, sebanyak mungkin. Dengan cara ini, ia mengatasi akibat perbuatan buruk dengan curahan perbuatan baik.

Menurut ajaran Buddha, tidak ada pendosa yang tidak dapat diampuni atau diperbaiki, khususnya dengan Pengupayaan Benar dan Penyadaran Benar. Terbujuk dalam kepercayaan bahwa seseorang dapat “mencuci” perbuatan buruknya melalui cara “ajaib” lainnya bukan hanya semata-mata takhayul, tetapi lebih buruk lagi, hal itu juga tidak berguna khususnya bagi perkembangan spiritual orang itu sendiri. Hal itu hanya akan menyebabkan ia tetap tidak tahu dan berpuas diri secara moral.

Kepercayaan yang tidak pada tempatnya ini, pada kenyataannya, bisa lebih membahayakan daripada akibat perbuatan buruk yang sangat ditakutinya.

## **Sila**

*Dengan menjalani sila, Anda tidak hanya mengembangkan kekuatan moral, tetapi juga melakukan pelayanan tertinggi bagi sesama untuk hidup tenteram.*

Setiap negara atau masyarakat memiliki aturan tersendiri tentang apa yang dianggap sebagai tindakan moral dalam konteks sosialnya. Aturan-aturan ini sering dihubungkan dengan kepentingan masyarakat dan sistem hukum. Suatu tindakan dianggap benar selama tidak melanggar hukum dan menyinggung kepekaan umum atau individu. Aturan sosial ini fleksibel dan diubah dari waktu ke waktu menyesuaikan dengan perubahan situasi. Aturan itu penting bagi masyarakat, namun standar ini tidak dapat berlaku sebagai panduan andal bagi beberapa prinsip moralitas mutlak yang dapat diterapkan secara universal dan sepanjang masa.

Sebaliknya, kode moralitas Buddhis bukanlah temuan pikiran manusia. Moralitas ini juga bukan didasarkan pada etika suku bangsa yang secara bertahap digantikan oleh aturan humanistik yang diterapkan saat ini. Moralitas Buddhis didasarkan pada hukum universal sebab dan akibat (karma), dan menilai tindakan “baik” atau “buruk” dalam hal pengaruhnya terhadap diri sendiri dan orang lain. Suatu tindakan, sekalipun membawa keuntungan bagi diri sendiri, tidak dapat dianggap sebagai tindakan baik jika menyebabkan derita fisik dan mental pada makhluk lain.

Moralitas Buddhis mengajukan suatu pertanyaan yang sangat umum namun kritis: “Bagaimana kita dapat menilai apakah suatu tindakan itu baik atau buruk?” Jawabannya, menurut ajaran Buddha, sangat sederhana. Kualitas suatu tindakan bergantung pada niat atau motivasi (*cetanā*) pelakunya. Jika seseorang melakukan suatu tindakan yang bersumber dari ketamakan, kebencian, dan kekeliruan, tindakannya dianggap sebagai tidak bermanfaat. Sebaliknya, jika ia melakukan suatu tindakan yang bersumber dari kedermawanan, kewelasan, dan kebijaksanaan, tindakannya dianggap sebagai bermanfaat. Ketamakan, kebencian, dan kekeliruan dikenal sebagai Tiga Akar Keburukan, sedangkan kedermawanan, kewelasan, dan kebijaksanaan dikenal sebagai Tiga Akar Kebaikan. Kata “akar” mengacu pada “niat” yang menjadi sumber tindakan. Karena itu, sekalipun seseorang mencoba untuk menyamarkan sifat tindakannya, kebenaran dapat ditemukan dengan memeriksa pikirannya yang menimbulkan tindakan itu karena pikiran adalah sumber dari segala perbuatan dan perkataan kita.

Dalam ajaran Buddha, tugas pertama seseorang adalah membersihkan dirinya sendiri dari cecar batin ketamakan, kebencian, dan kekeliruan. Alasan melakukan hal ini bukanlah karena takut atau keinginan untuk menyenangkan suatu makhluk ilahi. Jika demikian halnya, seseorang masih dianggap kurang bijaksana. Ia bertindak hanya karena didorong rasa takut seperti anak kecil yang takut dihukum karena nakal. Umat Buddha harus bertindak berdasarkan pemahaman dan kebijaksanaan. Ia melakukan perbuatan bermanfaat karena ia menyadari bahwa dengan berbuat demikian ia mengembangkan kekuatan moralnya yang memberikan dasar bagi pertumbuhan spiritual, menuju keterbebasan. Sebagai tambahan, ia menyadari bahwa



kebahagiaan dan penderitaannya itu diciptakannya sendiri melalui kerja hukum karma. Untuk meminimalisir masalah dan persoalan dalam hidupnya, ia berusaha untuk tidak berbuat buruk. Ia melakukan tindakan yang baik karena ia tahu bahwa hal ini akan membawa kedamaian dan kebahagiaan. Karena semua orang mencari kebahagiaan dalam hidup, dan karena mungkin baginya untuk menyediakan kondisi bagi kebahagiaan, maka ada segala alasan baginya untuk berbuat baik dan menghindari keburukan. Lebih jauh lagi, tumbanganya kotoran batin ini, sumber dari semua tindakan anti-sosial, akan membawa manfaat besar bagi orang lain dalam masyarakat. Karena itu, dengan menolong diri sendiri secara spiritual, kita juga sekaligus menolong orang lain untuk hidup tenteram.

### **Lima Sila**

Moralitas umat Buddha perumah tangga terwujud dalam Lima Sila, yang memuat dua tujuan. Pertama, hal itu memungkinkan manusia untuk hidup bersama dalam komunitas beradab dengan saling percaya dan saling menghormati. Kedua, hal itu merupakan titik awal dari perjalanan spiritual menuju keterbebasan. Tidak seperti perintah, yang diduga merupakan perintah ilahi bagi manusia, sila (aturan) diterima secara sukarela oleh orang itu sendiri, khususnya jika ia menyadari manfaat penerapan aturan latihan untuk mendisiplinkan perbuatan, perkataan, dan pikirannya. Pemahaman, bukannya takut akan hukuman, adalah alasan untuk mengikuti aturan. Umat Buddha yang baik harus mengingatkan dirinya untuk mengikuti Lima Sila sehari-hari sebagai berikut.

Aku bertekad menjalani aturan latihan untuk menghindarkan diri dari

- Membunuh.
- Mengambil yang tidak diberikan.
- Berperilaku menyimpang dalam kenikmatan indrawi.
- Mengucap dusta.
- Mengonsumsi zat yang menyebabkan kelalaian.

Selain memahami Lima Sila sebagai kumpulan pantangan, umat Buddha harus mengingatkan dirinya bahwa melalui sila ini ia sekaligus melatih Lima Tindakan Mulia. Jika Lima Sila memberitahu apa yang tidak boleh dilakukannya, Lima Tindakan Mulia memberitahu sifat mana yang dikembangkan, yaitu cinta kasih, ketaklekatan, kecukupan hati, kejujuran, dan penyadaran. Jika seseorang mematuhi sila pertama untuk tidak membunuh, ia mengendalikan kebenciannya dan mengembangkan cinta kasih. Dalam sila kedua, ia mengendalikan ketamakannya dan mengembangkan ketaklekatan. Ia mengendalikan nafsu indrawi dan mengembangkan kecukupan hati dalam sila ketiga. Dalam sila keempat ia pantang berkata bohong dan mengembangkan kejujuran. Ia pantang dari kesenangan mental yang tak bermanfaat dan mengembangkan penyadaran melalui sila kelima. Karena itu, jika seseorang memahami tindakan-tindakan mulia, ia akan menyadari bahwa ketaatan pada Lima Sila tidak menyebabkan ia dikucilkan, mengkritik diri, dan menjadi negatif, melainkan menjadi pribadi positif yang penuh dengan cinta kasih dan perhatian serta sifat-sifat lain yang berlimpah pada orang yang menjalani kehidupan moral.

Sila-sila itu adalah dasar praktik dalam ajaran Buddha. Tujuannya adalah untuk menghilangkan nafsu kasar yang diwujudkan melalui pikiran, perkataan, dan perbuatan. Aturan itu juga merupakan dasar yang sangat diperlukan bagi orang yang ingin

mengembangkan batinnya. Tanpa suatu kode moral dasar, kekuatan meditasi sering diselewengkan untuk tujuan yang salah dan egois.

## **Delapan Sila**

Di berbagai negara Buddhis, umat perumah tangga biasa menjalani Delapan Sila pada hari-hari tertentu, seperti pada bulan purnama dan bulan mati. Umat akan datang ke wihara dini hari dan melewati dua puluh empat jam di dalam wihara, menjalani sila. Dengan menaati Delapan Sila, mereka menarik diri dari kehidupan sehari-hari yang dipenuhi hasrat kebendaan dan indrawi. Tujuan menjalani Delapan Sila adalah untuk mengembangkan relaksasi dan ketenangan, melatih batin, dan mengembangkan diri secara spiritual.

Selama periode menjalani sila ini, mereka melewati waktu dengan membaca buku keagamaan, mendengarkan ajaran Buddha, bermeditasi, dan juga membantu kegiatan wihara. Keesokan harinya mereka kembali menjalani Lima Sila untuk pelaksanaan sehari-hari dan kembali ke rumah untuk meneruskan kehidupan normal mereka.

Delapan Sila adalah pematangan:

- Membunuh.
- Mengambil yang tidak diberikan.
- Melakukan hubungan intim.
- Mengucap dusta.
- Mengonsumsi zat yang menyebabkan kelalaian.
- Makan selewat tengah hari sampai fajar berikutnya.
- Menari, menyanyi, bermain musik, menonton pertunjukan

yang tak pantas, mengenakan kalung, wewangian, dan benda yang mengarah untuk merias diri.

- Menggunakan tempat duduk yang tinggi dan mewah.

Sebagian orang merasa sulit untuk memahami makna sebagian kecil aturan ini. Mereka berpikir bahwa umat Buddha menentang tarian, nyanyian, musik, bioskop, parfum, perhiasan dan benda-benda mewah. Tidak ada aturan dalam ajaran Buddha yang menyatakan bahwa umat Buddha perumah tangga harus pantang dari semua ini. Orang yang memilih untuk berpantang dari hiburan adalah umat Buddha yang menjalani aturan ini hanya selama periode waktu tertentu sebagai cara mendisiplinkan diri. Alasan untuk menjauhi hiburan dan perhiasan ini adalah untuk menenangkan indra sekalipun selama beberapa jam saja dan melatih batin agar tidak diperbudak oleh kesenangan indrawi. Pelatihan ini membantu orang untuk menyadari bahwa hiburan ini hanya meningkatkan kepercayaan orang akan diri yang permanen atau ego. Hiburan ini meningkatkan nafsu dan membangkitkan emosi yang menghalangi pengembangan spiritual. Dengan sewaktu-waktu menahan diri, orang akan mencapai kemajuan untuk menundukkan kelemahannya dan melatih pengendalian diri yang lebih baik. Akan tetapi, umat Buddha tidak mengecam hiburan-hiburan ini sebagai hal yang salah. Penting bagi kita untuk menghargai bahwa praktik sila ini dilakukan bukan karena rasa takut akan pelanggaran, tetapi karena pemahaman bahwa hal ini bermanfaat bagi kita untuk menjadi rendah hati dan menjalani hidup sederhana.

Pelaksanaan sila (baik Lima maupun Delapan) jika dilakukan dengan pikiran yang sungguh-sungguh tentunya merupakan tindakan yang bermanfaat. Hal ini membawa manfaat besar bagi kehidupan

saat ini dan sesudahnya, khususnya dalam pengembangan kebijaksanaan dan untuk melihat sesuatu sebagaimana adanya. Karena itu, seseorang sebaiknya mencoba sebaik dan sesering mungkin untuk menjalani sila-sila ini dengan pemahaman.

## **Cinta Kasih**

*Cinta kasih dan kewelasan memurnikan batin dan batin menjadi penuh daya pancar bagi kesejahteraan orang lain.*

Dalam dunia saat ini, ada cukup banyak kekayaan materi dan perkembangan intelektual. Walaupun harus diakui bahwa penyebarannya tidak merata, kita benar-benar punya banyak cendekiawan, penulis hebat, pembicara berbakat, filsuf, psikolog, ilmuwan, penasihat religius, penyair indah, dan pemimpin dunia yang berkuasa. Walaupun kaum cendekiawan ini ada, namun tidak ada kedamaian dan keamanan sejati di dunia saat ini. Ada sesuatu yang kurang. Apa yang kurang itu adalah cinta kasih atau niat baik di antara umat manusia.

Perolehan materi itu sendiri tidak dapat membawa kebahagiaan dan kedamaian abadi. Kedamaian pertama-tama harus didirikan di dalam hati kita sendiri sebelum kita dapat membawa damai bagi orang lain dan dunia luas. Cara sejati untuk mencapai kedamaian adalah dengan mengikuti nasihat yang diberikan oleh Buddha.

Untuk mempraktikkan cinta kasih, kita pertama-tama harus mempraktikkan prinsip mulia tentang “tanpa-kekerasan” dan harus selalu siap mengatasi keakuan dan menunjukkan jalan yang benar kepada orang lain. Perjuangan tidak harus dilakukan

dengan tubuh fisik, karena kejahatan bukan ada dalam tubuh kita melainkan dalam pikiran kita. Tanpa-kekerasan adalah senjata yang lebih efektif untuk melawan kejahatan daripada pembalasan dendam. Pembalasan dendam itu sendiri hanya akan meningkatkan kejahatan.

Untuk mempraktikkan cinta kasih, kita juga harus bersih dari sifat mementingkan diri sendiri. Kebanyakan cinta di dunia ini berpusat pada diri sendiri, yang berarti hanya cinta pada diri sendiri saja atau mencari keuntungan sendiri saja.

Bukan karena mencintai suami, suami dicintai; tetapi suami dicintai karena mencintai diri sendiri. Anak-anak dicintai orangtuanya, bukan karena mencintai anak-anak, tetapi karena mencintai diri sendiri. Tuhan dicintai, bukan karena cinta pada Tuhan, tetapi karena mencintai diri sendiri. Bukan untuk mencintai siapa pun, tetapi untuk mencintai diri sendiri, mereka mencintai. Buddha mengajarkan jenis cinta lain. Menurut Buddha, kita harus belajar mempraktikkan cinta yang tak egois untuk memelihara kedamaian sejati sekaligus mengupayakan keselamatan. Hal ini disebut cinta altruistik: di mana diri yang mencintai tidak teridentifikasi. Sama seperti bunuh diri adalah membunuh secara fisik, keakuan membunuh kemajuan spiritual. Cinta kasih dalam ajaran Buddha tidaklah emosional atau egois. Cinta kasihlah yang terpancar melalui batin yang suci setelah menghancurkan kebencian, kecemburuan, kekejaman, permusuhan, dan dendam. Menurut Buddha, *mettā*—cinta semesta—adalah metode paling efektif untuk memelihara kemurnian batin dan memurnikan atmosfer yang terpolusi secara mental. Ini adalah jenis cinta yang dipraktikkan oleh *Bodhisatta*. Cinta seorang Buddha atau *Arahā* itu murni karena tidak dapat dibedakan antara apa yang dicintai dan apa yang mencintai.

Kata “cinta” digunakan untuk mencakup sejumlah luas pengalaman emosi manusia. Umat Buddha membedakan antara *prema*, cinta egois, dan *karuṇā* atau *mettā* yang merupakan cinta altruistik murni. Penekanan berdasar nafsu hewani antarjenis kelamin atau dalam kelamin yang sama, telah banyak menurunkan nilai luhur persahabatan terhadap makhluk lain. Menurut ajaran Buddha, ada banyak jenis emosi, semuanya datang dari istilah umum “cinta”. Pertama, ada cinta egois dan cinta tak egois. Seseorang memiliki cinta egois jika ia hanya memikirkan pemuasan diri sendiri tanpa pertimbangan apa pun bagi kebutuhan atau perasaan pasangannya. Kecemburuan biasanya merupakan gejala cinta egois. Cinta tak egois, sebaliknya, dirasakan jika seseorang menyerahkan seluruh keberadaannya untuk kebaikan orang lain—orangtua merasakan cinta semacam itu bagi anak-anaknya. Biasanya manusia merasakan campuran dari cinta egois dan tak egois dalam hubungannya satu sama lain. Sebagai contoh, sementara orangtua melakukan sejumlah pengorbanan besar bagi anak-anak mereka, mereka biasanya mengharapkan sesuatu sebagai balasan.

Jenis cinta yang lain, namun berkaitan erat dengan hal di atas, adalah cinta persaudaraan atau cinta di antara teman, yang kita sebut *maitri* atau “mitra”. Dalam satu pengertian, cinta jenis ini juga dapat dianggap egois karena cinta itu terbatas pada orang tertentu dan tidak mencakup orang lain. Dalam kelompok lain, kita memiliki cinta seksual, di mana pasangan terpicat satu sama lain melalui daya tarik fisik. Ini adalah jenis yang paling banyak dieksploitasi oleh hiburan modern dan dapat mencakup segala hal dari kenakalan remaja yang sederhana sampai hubungan antara orang dewasa yang paling kompleks.

Skala yang jauh lebih besar dari ini adalah cinta semesta, yang

juga disebut *mettā*. Cinta yang mencakup semua ini merupakan kebajikan besar yang diwujudkan oleh Buddha. Buddha, sebagai contoh, meninggalkan kerajaan, keluarga, dan kesenangan-Nya agar dapat berjuang guna menemukan jalan untuk membebaskan manusia dari duka. Untuk memperoleh Kecerahan-Nya, Ia harus berjuang selama kehidupan yang tak terhitung. Makhluk yang lebih rendah akan berkecil hati, tetapi tidak bagi Buddha. Untuk inilah Ia disebut Yang Mahawelas. Cinta Buddha yang tak terbatas tidak hanya menjangkau umat manusia, tetapi semua makhluk. Cinta ini tidak emosional atau egois, tetapi tanpa batas, tanpa pilih kasih. Tidak seperti jenis cinta lain, cinta semesta tidak dapat berakhir dengan kekecewaan atau frustrasi karena tidak mengharapkan balasan dan bahkan tidak mengidentifikasi siapa yang mencintai. Cinta ini menciptakan lebih banyak kebahagiaan dan kepuasan. Seseorang yang mengembangkan cinta semesta juga akan mengembangkan kegembiraan dan keseimbangan hati yang simpatik dan kemudian ia akan mencapai keadaan yang mulia.

Dalam bukunya, *The Buddha's Ancient Path*, Bhikkhu Piyadassi berkata, "Cinta adalah suatu kekuatan aktif. Setiap tindakan mencintai yang dilakukan dengan batin tak bernoda untuk menolong, membantu, menyenangkan, membuat jalan orang lain lebih mudah, lebih halus, dan lebih sesuai untuk penaklukan duka, adalah pemenang kebahagiaan tertinggi. Jalan untuk mengembangkan cinta adalah melalui penghapusan kejahatan kebencian; melalui pertimbangan sesuai kenyataan, sesuai dengan karma, bahwa sebenarnya tak seorang pun yang dibenci, bahwa kebencian itu cara bodoh dari perasaan yang melahirkan lebih banyak lagi kegelapan, yang menghambat pemahaman benar. Kebencian menahan; cinta melepas. Kebencian mencekik, cinta membebaskan. Kebencian membawa penyesalan, cinta membawa



kedamaian. Kebencian menghasut, cinta mendamaikan. Kebencian memecah, cinta menyatukan. Kebencian mengeraskan, cinta melembutkan. Kebencian menghalangi, cinta menolong. Jadi, melalui suatu studi yang tepat dan pemahaman tentang akibat kebencian dan manfaat cinta, seseorang harus mengembangkan cinta.”

Dalam *Mettā Sutta*, Buddha telah menjelaskan secara rinci sifat cinta dalam ajaran Buddha, “Sama seperti seorang ibu akan melindungi anak satu-satunya bahkan dengan risiko hidupnya sendiri, dengan demikian, biarlah orang mengembangkan hati yang tak terbatas bagi semua makhluk. Biarlah pikiran tentang cinta tanpa batas meliputi seluruh dunia, di atas, di bawah, dan di antaranya tanpa halangan apa pun, tanpa kebencian apa pun, tanpa permusuhan apa pun.”

Jika musuh kita menunjukkan kesalahan dan kelemahan kita, kita harus berterima kasih kepada mereka.

## **Kedermawanan Sejati**

*Kita melakukan kedermawanan sejati jika kita dapat memberi dengan lepas tanpa mengharap imbalan apa pun.*

Inti kedermawanan sejati adalah memberikan sesuatu tanpa mengharapkan apa pun sebagai imbalan pemberian itu. Jika seseorang mengharapkan keuntungan material timbul dari pemberiannya, ia hanya melakukan barter, bukan kedermawanan. Orang yang dermawan tidak membuat orang lain merasa berhutang kepadanya atau menggunakan kedermawanan untuk menguasai

mereka. Ia bahkan tidak mengharapkan orang lain berterima kasih, karena kebanyakan orang itu pelupa dan bukan tidak tahu terima kasih. Tindakan kedermawanan sejati itu bermanfaat, tidak melekat, dan tidak mewajibkan apa pun dari pemberi dan penerima.

Perbuatan murah hati sangat dijunjung tinggi dalam setiap agama. Mereka yang berkecukupan dalam hidup sebaiknya memikirkan orang lain dan memperluas kedermawanannya bagi yang memerlukan. Di antara orang yang melakukan kedermawanan, ada yang memberi sebagai cara untuk menarik orang lain ke dalam agama atau kepercayaannya. Tindakan memberi semacam itu yang dilakukan dengan motif menarik orang masuk agamanya tidak bisa disebut kedermawanan sejati.

Seseorang yang dalam perjalanan menuju pertumbuhan spiritual harus mengurangi keegoisan dan keinginan kuatnya untuk memiliki lebih dan lebih. Ia harus mengurangi kelekatan akan kepemilikan yang, jika ia tidak penuh kesadaran, dapat memperbudaknya pada ketamakan. Apa yang ia miliki seyogianya digunakan demi kesejahteraan dan kebahagiaan orang lain, yaitu: orang-orang yang ia cintai serta mereka yang membutuhkan pertolongan.

Saat memberi, seseorang sebaiknya tidak melakukan kedermawanan sebagai tindakan fisik saja, tetapi dengan hati dan pikirannya juga. Harus ada kegembiraan dalam setiap tindakan memberi. Ada perbedaan antara memberi sebagai tindakan normal kedermawanan dan *dāna*. Dalam tindakan normal kedermawanan, kita memberi atas dasar kewelasan dan kebaikan ketika kita menyadari bahwa orang lain memerlukan bantuan dan kita berada

dalam posisi menawarkan bantuan itu. Jika kita melakukan *dāna*, kita memberi sebagai cara untuk mengembangkan kedermawanan sebagai nilai kebajikan dan untuk mengurangi keakuan dan nafsu. Lebih penting lagi, *dāna* diberikan dengan pemahaman, yang berarti orang berderma untuk mengurangi dan membasmi gagasan tentang diri yang menjadi akar ketamakan dan penderitaan. Ia melatih kebijaksanaan saat ia ingat bahwa *dāna* merupakan sifat yang sangat penting untuk dipraktikkan oleh setiap umat Buddha, dan merupakan kesempurnaan (*Pāramī*) pertama yang dilakukan oleh Buddha dalam banyak kelahiran lampau-Nya sebelum Kecerahan-Nya. Seseorang melakukan *dāna* untuk penghargaan pada sifat dan nilai luhur *Tiratana*.

Ada banyak hal yang dapat kita berikan. Kita dapat memberi benda material: makanan bagi yang lapar, uang dan pakaian bagi yang miskin. Kita juga dapat memberikan pengetahuan, keterampilan, waktu, tenaga, atau usaha kita untuk proyek-proyek yang bermanfaat bagi orang lain. Kita dapat menyediakan telinga yang simpatik dan nasihat yang baik bagi seorang teman dalam kesusahan. Kita dapat menahan diri dari membunuh makhluk lain, dan dengan demikian memberikan kehidupan bagi makhluk yang tak berdaya. Kita juga dapat memberikan bagian tubuh kita demi orang lain, seperti mendonorkan darah, mata, ginjal, dan lain-lain. Sebagian orang yang mempraktikkan nilai-nilai ini atau tergerak oleh rasa kewelasan atau perhatian yang besar kepada orang lain mungkin juga siap untuk mengorbankan hidupnya sendiri. Dalam kelahiran sebelumnya, *Bodhisatta* telah banyak kali memberikan bagian tubuh-Nya demi orang lain. Ia juga mengorbankan hidupnya agar makhluk lain dapat hidup, sungguh besar kedermawanan dan kewelasan-Nya.

Tetapi kesaksian terbesar kewelasan Buddha adalah pemberian-Nya yang tak ternilai bagi kemanusiaan—Dhamma yang dapat membebaskan semua makhluk dari duka. Bagi umat Buddha, pemberian tertinggi dari segala pemberian adalah pemberian Dhamma. Pemberian ini memiliki kekuatan besar untuk mengubah kehidupan. Ketika seseorang menerima Dhamma dengan batin yang murni dan mempraktikkan kebenaran dengan sungguh-sungguh, ia tak mungkin gagal berubah. Ia akan mengalami kebahagiaan, kedamaian, dan kegembiraan yang lebih besar dalam batinnya. Jika ia sebelumnya kejam, ia menjadi penuh kewelasan. Jika ia sebelumnya pendendam, ia menjadi pemaaf. Melalui Dhamma, orang yang penuh kebencian menjadi welas asih, orang tamak menjadi lebih murah hati, dan orang yang resah menjadi tenteram. Jika seseorang telah merasakan Dhamma, ia tidak hanya akan mengalami kebahagiaan saat ini dan di sini, tetapi juga dalam kehidupan sesudahnya.

## **Sikap Buddhis Terhadap Donor Organ Manusia**

*Dari sudut pandang Buddhis, pendonoran organ setelah kematian seseorang dengan tujuan memperbaiki hidup orang lain jelas merupakan tindakan amal—yang membentuk landasan cara hidup spiritual.*

*Dāna* adalah istilah Pāli dalam ajaran Buddha untuk amal atau kedermawanan. Kesempurnaan nilai ini terdiri dari praktiknya dalam tiga cara, yaitu:

- persembahan atau pembagian harta materi atau kepemilikan duniawi;
- persembahan organ tubuh sendiri;
- persembahan jasa untuk menyelamatkan kehidupan, bahkan

dengan risiko mengorbankan nyawa sendiri bagi kesejahteraan dan kebahagiaan orang lain yang membutuhkan.

Dengan melalui tindakan amal demikian seseorang dapat mengurangi motif egoisnya dari dalam batin dan mulai membudayakan nilai-nilai luhur cinta kasih, kewelasan, dan kebijaksanaan.

Ajaran Buddha bertujuan mengurangi penderitaan di sini dan saat ini, dan untuk membuka jalan menuju pengakhiran total segala bentuk duka. Rasa takut untuk berpartisipasi dalam tindakan mulia seperti donor organ terutama dikarenakan kurangnya pemahaman sifat sejati keberadaan. Ada yang percaya bahwa jika bagian tubuh atau organ mereka diambil, mereka akan pergi tanpa organ itu pada kehidupan mereka berikutnya atau bahwa mereka tidak akan diizinkan memasuki kerajaan surga. Tidak ada dasar nalar untuk gagasan semacam itu.

Dari sudut pandang Buddhis, kematian terjadi saat kesadaran seseorang meninggalkan tubuh material yang hancur. Penyambungan kembali kesadaran menentukan kehidupan berikut seseorang. Beberapa agamawan mungkin menyebut kesadaran ini sebagai “jiwa”, sementara yang lain menyebutnya “roh” atau “energi mental”. Apa pun istilah yang digunakan, jelaslah bahwa tidak ada hubungannya dengan komponen material tubuh yang menjadi subyek dan kembali ke sumber energinya masing-masing. Unsur bumi kembali ke tanah; unsur air kembali ke aliran sungai, dan unsur panas kembali ke atmosfer. Tidak peduli betapa baiknya tubuh itu disimpan, baik dalam peti logam atau kayu, peruraian tubuh tidak terhindarkan. Hanyalah kesadaran yang terus berlanjut ke dalam kelahiran yang baru.

Alih-alih membiarkan organ membusuk dan menjadi sampah, teknologi dan metode pembedahan masa kini telah memungkinkan struktur komponennya seperti jantung dan organ lain dipergunakan atau ditransplantasikan.

Dengan meningkatnya jumlah kegagalan organ di banyak negara, telah tiba waktunya bagi anggota masyarakat yang paham untuk maju dan dengan sukarela menyumbangkan organ setelah kematiannya demi alasan yang bermanfaat.

Hal ini merupakan tugas semua orang yang paham untuk bergabung dalam misi mulia ini untuk menolong meringankan derita manusia. Beberapa waktu yang lalu ada stiker mobil yang menyatakan, “Tinggalkan organmu, Tuhan tahu kita membutuhkannya di sini.”

## **Sikap Buddhis Terhadap Kehidupan Hewan**

*Jika kita percaya bahwa hewan diciptakan untuk keuntungan manusia, maka akan berlaku bahwa manusia juga diciptakan untuk hewan karena beberapa hewan menyantap daging manusia.*

Hewan dikatakan hanya menyadari keadaan saat ini. Mereka hidup tanpa memerhatikan masa lalu atau masa depan. Demikian juga, anak kecil tampaknya tidak memiliki pikiran akan masa depan. Mereka juga hidup pada saat ini sampai daya ingatan dan imajinasinya terbentuk. Kesadaran diri adalah suatu kemampuan yang timbul seiring kematangan.

Manusia memiliki kemampuan berpikir. Jarak antara manusia dan hewan diperlebar hanya karena kita mengembangkan daya pikir

kita dan bertindak sesuai dengannya. Umat Buddha menerima bahwa hewan tidak hanya memiliki kekuatan naluri, tetapi juga kekuatan pikiran pada tingkat tertentu. Tetapi mereka hanya mampu menggunakan nalurnya dari lahir hanya untuk mencari makanan, tempat tinggal, perlindungan, dan kesenangan indrawi.

Dalam hal tertentu, hewan lebih unggul dari manusia. Anjing memiliki indra pendengaran dan penciuman yang lebih tajam; serangga memiliki indra penciuman yang lebih tajam; rajawali lebih cepat; elang mampu melihat dalam jarak yang lebih jauh. Tak diragukan lagi, manusia lebih bijaksana; tetapi kita harus banyak belajar dari semut dan lebah. Banyak sifat hewan masih berada dalam diri kita, tetapi kita juga memiliki lebih banyak: kita memiliki potensi untuk pengembangan spiritual.

Ajaran Buddha tidak dapat menerima bahwa hewan diciptakan untuk keuntungan manusia; jika hewan diciptakan untuk manusia, maka dapat berlaku juga bahwa manusia juga diciptakan untuk hewan karena ada beberapa hewan yang bisa memakan daging manusia karena mereka bersifat memangsa daging.

Umat Buddha didorong untuk mencintai semua makhluk dan untuk tidak membatasi kepeduliannya hanya demi kesejahteraan manusia. Mereka sebaiknya mempraktikkan cinta kasih terhadap semua makhluk. Buddha menasihatkan bahwa tidak benar bagi kita untuk mengambil nyawa makhluk apa pun karena setiap makhluk memiliki hak untuk hidup. Hewan juga punya rasa takut dan sakit seperti manusia. Mengambil kehidupan, melukai, atau menyebabkan ketakutan pada hewan adalah tindakan yang salah. Kita tidak boleh menyalahgunakan kepintaran dan kekuatan kita untuk menghancurkan hewan walaupun mereka kadang-kadang

merupakan gangguan bagi kita. Hewan memerlukan simpati kita. Menghancurkan mereka bukanlah satu-satunya cara untuk menghindari mereka. Setiap makhluk menyumbangkan sesuatu untuk memelihara dunia ini. Tidak adil bagi kita untuk mencabut hak hidup mereka.

Dalam *Handbook of Reason*, D. Runes berkata, “Kita tidak bisa bicara tentang moral berkenaan dengan makhluk yang kita santap, kebanyakan matang tetapi kadang mentah. Ada pria dan perempuan yang mempraktikkan cinta kuda, cinta anjing, cinta kucing, cinta burung. Tetapi orang yang sama juga akan memotong leher kijang atau anak sapi, menggorok tenggorokannya, meminum darahnya langsung atau dalam pudding, dan menggigit dagingnya. Siapa yang bisa bilang bahwa kuda yang mereka hargai itu lebih mulia daripada rusa yang mereka makan? Memang, ada orang yang memakan kucing, anjing, dan kuda, tetapi akan menggunakan sapi sebagai hewan pekerja belaka dan anjing untuk menjaga diri dan harta mereka.”

Sebagian orang menangisi seekor burung kecil atau ikan emas yang mati; yang lainnya melakukan perjalanan jauh untuk menangkap ikan dengan kail untuk makanan atau kesenangan semata, atau menembaki burung karena iseng. Beberapa orang masuk ke pelosok hutan untuk berburu hewan sebagai suatu permainan, sementara yang lain memelihara hewan yang sama di rumah sebagai kesayangannya. Sebagian orang memelihara katak untuk meramal cuaca; orang lain memotong kakinya dan menggorengnya. Sebagian orang memelihara burung dalam sangkar emas; yang lain memasaknya untuk sarapan. Semua ini cukup membingungkan.



Setiap agama menasihati kita untuk mencintai sesama manusia. Beberapa agama bahkan mengajarkan untuk lebih mencintai mereka yang berasal dari agama yang sama. Tetapi ajaran Buddha mengajarkan kita untuk menunjukkan perhatian dan kewelasan yang setara untuk setiap dan semua makhluk di semesta. Penghancuran makhluk apa pun mencerminkan gangguan pada hukum semesta.

Buddha sangat jelas dalam ajaran-Nya menentang semua bentuk kekejaman terhadap makhluk apa pun. Suatu hari Buddha melihat seseorang sedang bersiap-siap untuk membuat pengorbanan hewan. Ketika ditanya mengapa ia akan membunuh hewan yang tak bersalah, orang itu menjawab bahwa hal itu akan menyenangkan para dewa. Buddha kemudian menawarkan diri-Nya sendiri sebagai korban, berkata bahwa jika hidup seekor hewan akan menyenangkan para dewa, maka hidup seorang manusia, yang lebih berharga, tentunya akan lebih menyenangkan para dewa. Tak perlu dikatakan, orang itu sangat terenyuh dengan sikap Buddha, sehingga ia meninggalkan pengorbanan hewan dan menerima ajaran Buddha.

Kekejaman manusia terhadap hewan merupakan ekspresi lain dari ketamakan kita yang tak terkendali. Saat ini kita menghancurkan hewan dan merenggut hak alamiah mereka demi kenyamanan kita. Tetapi kita sudah mulai membayar harga tindakan yang mementingkan diri dan kejam ini. Lingkungan kita terancam dan jika kita tidak mengambil tindakan tegas demi kelangsungan hidup makhluk lain, kelangsungan kita sendiri di Bumi ini tidak terjamin.

Benar adanya bahwa keberadaan makhluk tertentu merupakan ancaman bagi keberadaan manusia. Tetapi kita tidak pernah

mempertimbangkan bahwa manusia adalah ancaman terbesar bagi semua makhluk di tanah ini, di air, dan di udara ini. Sekalipun keberadaan hewan lain merupakan ancaman bagi hewan tertentu, mereka tidak terancam punah karena mereka hanya mengambil secukupnya untuk tetap hidup, tidak pernah demi kesenangan atau ketamakan semauanya.

Karena semua makhluk menyumbangkan sesuatu untuk keseimbangan planet dan atmosfer ini, menghancurkan mereka bukanlah solusi untuk mengatasi masalah dan kebutuhan kita. Kita sebaiknya melakukan tindakan lain untuk memelihara keseimbangan alam.

### **Perlunya Toleransi Saat Ini**

*“Jika seseorang dengan bodoh berbuat salah kepada Saya, Saya akan membalasnya dengan pernaungan cinta Saya yang tak terbatas. Makin banyak kejahatan yang keluar darinya, makin banyak kebaikan yang akan keluar dari Saya. Saya hanya akan selalu memberikan harumnya kebaikan.” (Buddha)*

Orang-orang dewasa ini gelisah, letih, penuh ketakutan dan ketakpuasan. Mereka diracuni oleh nafsu untuk memperoleh ketenaran, kekayaan, dan kekuasaan. Mereka kecanduan akan pemuasan indra. Orang melewatkan hari-hari mereka dalam ketakutan, kecurigaan, dan ketakamanan. Pada masa kekacauan dan krisis ini, orang menjadi sulit untuk berdampingan dengan damai dengan sesamanya. Karena itu, ada kebutuhan besar akan toleransi dan pengertian di dunia ini agar memungkinkan terciptanya perdamaian dunia.

Dunia telah berdarah dan menderita penyakit dogmatisme dan intoleransi. Tanah berbagai negara saat ini terendam darah yang ditumpahkan di altar berbagai perjuangan politik, seperti langit milenium sebelumnya terselimuti oleh asap martir berbagai agama yang terbakar. Baik dalam agama maupun politik, orang telah menyadari misi untuk meraih kekuasaan dan menjadi agresif terhadap cara hidup yang berbeda. Memang, sikap intoleransi dari semangat peperangan telah menodai riwayat agama.

Mari kita menengok ke belakang pada abad lalu tentang “kemajuan” yang sangat dipublikasi—suatu abad peralatan dan penemuan. Deretan penemuan ilmiah dan teknis sangatlah menakjubkan—telepon, motor listrik, pesawat terbang, radio, televisi, komputer, pesawat luar angkasa, satelit, dan peralatan elektronik. Tetapi dalam abad yang sama anak-anak Bumi yang telah mengembangkan semua penemuan ini sebagai kemajuan tertinggi, adalah orang-orang yang sama yang telah membantai jutaan orang lain dengan bayonet, peluru, atau bom. Di tengah semua “kemajuan” besar itu, di manakah semangat toleransi berdiri? Di manakah cinta yang dikhotbahkan banyak agama?

Saat ini manusia tertarik untuk menjelajah antariksa, tetapi manusia benar-benar tidak mampu hidup bertetangga dalam damai dan harmoni di Bumi. Kecemasan bahwa manusia akhirnya akan menodai bulan dan planet lain sangatlah beralasan.

Demi perolehan materi, manusia modern mengusik alam. Tindakannya sangat dipenuhi oleh pemuasan kesenangannya sampai-sampai bahkan ia tidak mampu untuk fokus dan memahami tujuan hidup. Perilaku tak alamiah manusia saat ini merupakan akibat konsep salahnya tentang kehidupan manusia dan tujuan

akhirnya. Kita menciptakan lebih banyak frustrasi, ketakutan, ketakamanan, intoleransi, dan kekerasan.

Pada kenyataannya, intoleransi saat ini masih dilakukan dalam nama agama. Orang semata-mata membicarakan agama dan berjanji untuk menyediakan jalan pintas menuju surga, mereka tidak tertarik untuk mempraktikkannya. Jika umat Kristiani hidup dengan Khotbah di Bukit, jika umat Buddha mengikuti Jalan Delapan Faktor Suciwan, jika umat Muslim benar-benar mengikuti konsep Persaudaraan, dan jika orang Hindu membentuk hidupnya dalam Kesatuan, pasti akan ada kedamaian dan harmoni di dunia ini. Di balik semua ajaran yang tak ternilai dari guru-guru agama besar, orang masih belum menyadari nilai toleransi. Intoleransi yang dilakukan dalam nama agama itu paling memalukan dan tercela.

Buddha menasihatkan: “Sungguh betapa bahagia kita hidup, tanpa membenci di antara yang membenci. Di antara manusia yang membenci, tanpa membenci kita berdiam. Sungguh betapa bahagia kita hidup, tidak sakit di antara yang sakit. Di antara manusia yang sakit, kita berdiam tidak sakit. Sungguh betapa bahagia kita hidup, tidak serakah di antara yang serakah. Di antara manusia yang serakah, kita berdiam tidak serakah. Sungguh betapa bahagia kita hidup, tiada sesuatu yang kita miliki. Kita akan mengenyam sukacita, bagaikan para dewa cahaya cemerlang.” (*Dhammapada* 197-200)

## **Upacara Pemakaman Buddhis**

*Pemakaman Buddhis yang benar adalah pelayanan keagamaan yang*

*sederhana, khidmat, dan terhormat.*

Seperti yang dipraktikkan di banyak negara Buddhis, pemakaman Buddhis yang benar berlangsung sederhana, khidmat, dan terhormat. Sayangnya, banyak orang memasukkan banyak hal yang tidak perlu, tak berhubungan, dan praktik takhayul dalam upacara pemakaman. Hal dan praktik tersebut beragam sesuai dengan tradisi dan adat masyarakat. Upacara semacam itu diperkenalkan pada masa silam oleh orang yang mungkin tidak memahami sifat kehidupan, sifat kematian, dan hidup akan jadi seperti apa setelah mati. Jika gagasan semacam itu digabungkan dan disebut praktik Buddhis, orang cenderung menyalahkan ajaran Buddha karena upacara pemakamannya yang mahal dan tak berguna. Jika kita menanyakan kepada orang yang tepat yang telah mempelajari ajaran dan tradisi Buddhis yang sebenarnya, kita bisa mendapat nasihat yang benar. Sungguh disayangkan bahwa kesan buruk telah tercipta bahwa ajaran Buddha mendorong orang untuk menghamburkan uang dan waktu untuk upacara yang tidak perlu. Harus dipahami dengan jelas bahwa ajaran Buddha tidak berkaitan dengan praktik yang tak berdasar semacam itu.

Umat Buddha tidak secara sangat khusus memerhatikan pemakaman atau kremasi jenazah. Di banyak negara Buddhis, kremasi disarankan untuk alasan higienis dan ekonomis. Saat ini populasi dunia terus meningkat dan jika kita terus memiliki jenazah yang menempati lahan yang berharga, maka suatu hari semua sisa lahan yang berharga akan ditempati oleh jenazah dan orang hidup tidak punya tempat untuk hidup.

Masih ada sebagian orang yang menentang kremasi jenazah. Mereka berkata bahwa kremasi itu menentang hukum Tuhan,

dengan cara yang sama mereka menentang banyak hal lainnya pada masa lalu. Orang semacam itu perlu waktu untuk memahami bahwa kremasi jauh lebih layak dan memudahkan daripada penguburan.

Selain itu, umat Buddha tidak percaya bahwa suatu hari akan ada yang datang dan membangkitkan roh-roh orang mati dari kubur atau abu dalam kendi mereka dan menentukan siapa yang akan pergi ke surga dan siapa yang akan pergi ke neraka.

Kesadaran atau energi mental orang mati tidak memiliki hubungan dengan tubuh yang ditinggalkan atau tengkoraknya atau abunya. Tubuh orang mati hanyalah rumah tua kosong yang membusuk yang pernah ditempati orang tersebut. Buddha menyebutnya “kayu yang tak berguna”. Banyak orang percaya bahwa jika orang meninggal tidak diberikan penguburan yang layak atau jika batu nisan tidak ditempatkan di atas kubur, maka jiwa orang meninggal itu akan berkelana ke empat penjuru dunia, menangis dan meratap, bahkan kadang-kadang kembali untuk mengganggu keluarganya. Kepercayaan semacam itu tidak ditemukan di mana pun dalam ajaran Buddha. Sebagian orang percaya bahwa jika jenazah atau abu orang mati dikuburkan atau disemayamkan di suatu tempat tertentu dengan menghabiskan sejumlah besar uang, orang yang meninggal akan mendapat keuntungan.

Jika kita benar-benar ingin menghormati seseorang yang meninggal, kita harus melakukan perbuatan baik seperti memberi sumbangan untuk orang yang membutuhkan dan kegiatan amal atau religius dalam mengenang orang yang meninggal, bukannya dengan melakukan adat dan upacara yang mahal.

Umat Buddha percaya bahwa saat seseorang meninggal, kelahiran ulang akan terjadi di suatu tempat sesuai dengan perbuatannya yang baik atau buruk. Selama orang itu memiliki kelekatan akan keberadaan, ia akan mengalami kelahiran ulang. Hanya para Arahanta, yang telah menjauhkan semua nafsu, tidak akan mengalami kelahiran ulang, dan setelah kematian, mereka akan merealisasi tujuan akhir, Nibbāna.

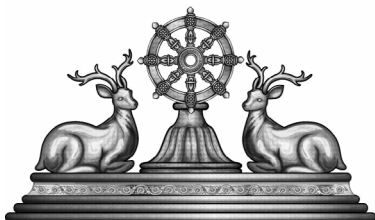






## DHAMMA DAN DIRI SENDIRI SEBAGAI PELINDUNG

---



### **Mengapa Kita Pergi Bernaung kepada Buddha?**

Umat Buddha pergi bernaung kepada Buddha untuk memperoleh inspirasi dan pemahaman benar untuk pemurnian diri, untuk memperkuat keyakinan terhadap Buddha, dan untuk mengenang Buddha dalam batin mereka.

Umat Buddha tidak bernaung kepada Buddha dengan kepercayaan bahwa Ia adalah Tuhan atau anak Tuhan. Buddha tidak pernah menyatakan keilahian apa pun. Ia adalah Yang Tercerahkan, Yang Welas Asih, Yang Bijaksana, dan Yang Ariya, yang pernah hidup di dunia ini. Orang pergi bernaung kepada Buddha sebagai seorang guru yang telah menunjukkan jalan keterbebasan sejati. Mereka menghormati-Nya untuk menunjukkan rasa terima kasih dan penghormatan, tetapi mereka tidak meminta pertolongan material.

Umat Buddha tidak berdoa kepada Buddha dengan berpikir bahwa Ia adalah Tuhan yang akan menghadiahi atau menghukum mereka. Mereka mendaras ayat atau *Sutta* bukan untuk memohon, tetapi untuk mengenang nilai-nilai luhur dan sifat-sifat baik-Nya untuk mendapat inspirasi dan bimbingan bagi mereka sendiri dan mengembangkan kepercayaan diri untuk mengikuti ajaran-Nya, sehingga mereka juga bisa menjadi seperti-Nya. Ada kritik yang mengecam sikap bernaung kepada Buddha semacam ini. Mereka tidak mengetahui arti sebenarnya dari konsep bernaung dan menghormati seorang guru religius besar. Mereka hanya telah belajar tentang berdoa yang merupakan satu-satunya hal yang dilakukan orang dalam nama agama. Jika seorang umat Buddha mencari pernaungan, itu berarti ia menerima Buddha, Dhamma, dan *Saṅgha* sebagai cara untuk memusnahkan semua penyebab ketakutan dan gangguan mental lainnya. Banyak orang, khususnya mereka dengan kepercayaan animisme, mencari perlindungan pada obyek-obyek tertentu di sekitar mereka yang mereka percayai dihuni roh-roh. Umat Buddha, bagaimanapun tahu bahwa satu-satunya pernaungan yang dapat mereka peroleh adalah melalui pemahaman sempurna akan sifat mereka sendiri dan menghapuskan naluri dasar mereka. Untuk melakukan hal ini, mereka meyakini ajaran Buddha dan Jalan-Nya, karena inilah satu-satunya cara menuju keterbebasan sejati dan keterbebasan dari duka.

Buddha menasihatkan sia-sianya berlindung pada bukit, kayu, belukar, pohon, dan kuil yang angker. Tidak ada pernaungan semacam itu yang aman, tidak ada perlindungan semacam itu yang tertinggi. Tidak dengan mengambil perlindungan semacam itu orang terbebas dari segala penyakit. Orang yang pergi berlindung kepada Buddha, Dhamma, dan *Saṅgha* melihat dengan pengetahuan

benar tentang Empat Kebenaran Suciwan—duka, sebab duka, akhir duka, dan Jalan Delapan Faktor Suciwan yang menuju pada akhir duka. Hal ini tentu saja merupakan perlindungan yang aman. Dengan mencari perlindungan semacam ini, seseorang terbebas dari segala duka. (*Dhammapada 188-192*)

Dalam *Dhajagga Sutta*, disebutkan bahwa dengan pergi berlindung kepada *Sakka*, raja para dewa, atau dewa apa pun, para pengikut tidak akan bebas dari segala masalah duniawi dan ketakutan mereka. Alasannya adalah, dewa semacam itu sendiri tidak bebas dari nafsu, kebencian, ilusi, dan ketakutan, tetapi Buddha, Dhamma, dan *Saṅgha* bebas dari hal-hal itu. Hanya mereka yang bebas dari ketakpuasan dapat menunjukkan jalan menuju kebahagiaan abadi.

Francis Story, seorang pelajar Buddhis terkenal, memberikan pandangannya tentang mencari pernaungan kepada Buddha. “Aku pergi bernaung kepada Buddha. Aku mencari kehadiran Guru Agung yang dengan kewelasan-Nya aku bisa terbimbing melampaui arus *saṃsāra*, dengan paras ketenangan-Nya aku bisa terangkat dari lumpur pikiran dan nafsu duniawi, melihat dengan sangat pasti kedamaian *Nibbāna*, yang dicapai-Nya sendiri. Dalam kesedihan dan kesakitan aku berpaling kepada-Nya, dan dalam kebahagiaan aku mencari pandangan tenang-Nya. Aku bukan hanya menaruh bunga dan dupa di hadapan citra-Nya, tetapi juga nyala hatiku yang gelisah, agar dipadamkan dan ditenangkan. Aku meletakkan beban keangkuhan dan keakuanku, beban berat minat dan cita-citaku, beban letih dari kelahiran dan kematian yang tak kunjung henti ini.”

Sri Rama Chandra Bharati, seorang penyair India, memberikan penjelasan penuh makna lainnya tentang bernaung kepada Buddha.

*“Aku tidak mencari pernaunganmu demi perolehan,  
bukan karena takut padamu,  
bukan jua karena cinta akan ketenaran,  
bukan karena kau yang tertinggi di tata surya,  
bukan demi mendapatkan banyak pengetahuan,  
namun ditarik oleh kekuatan cinta tanpa batas,  
dan penyadaran tiada banding yang mencakup semua,  
samudra saṃsāra yang luas aman untuk diseberangi,  
aku membungkuk dalam, wahai Tuan, dan menjadi pengikut-Mu.”*

Beberapa orang berkata bahwa karena Buddha hanyalah seorang manusia, maka tidak ada artinya bernaung kepada-Nya. Tetapi mereka tidak tahu bahwa walaupun Buddha dengan sangat jelas berkata bahwa Ia adalah seorang manusia, Ia bukanlah manusia biasa seperti kita. Ia adalah seorang suci yang luar biasa dan tiada tara yang memiliki Kecerahan Tertinggi dan kewelasan yang besar terhadap semua makhluk. Ia adalah seorang manusia yang terbebas dari semua kelemahan, kotoran, dan bahkan dari emosi manusia biasa. Telah dikatakan tentang diri-Nya, “Tiada sedikit pun kehinaan dalam diri Buddha, tiada seorang pun yang semulia Buddha.” Dalam Buddha, terwujud semua nilai-nilai luhur kesucian, kebijaksanaan, dan Kecerahan.

Pertanyaan lain yang sangat sering diajukan adalah: “Jika Buddha bukanlah Tuhan, jika Ia tidak hidup di dunia saat ini, bagaimana Ia dapat memberkahi orang?” Menurut Buddha, jika orang mengikuti nasihat-Nya dengan menjalani kehidupan religius, mereka tentu akan menerima berkah. Berkah dalam ajaran Buddha berarti kegembiraan yang kita alami jika kita mengembangkan kepercayaan diri dan rasa kecukupan. Buddha pernah berkata, “Jika seseorang ingin bertemu Saya, ia harus mencari dalam

ajaran Saya dan menjalaninya” (*Saṃyutta Nikāya*). Mereka yang memahami ajaran-Nya dengan mudah melihat sifat sejati Buddha tergambar dalam diri mereka sendiri. Citra Buddha yang mereka pelihara dalam batin mereka lebih nyata daripada citra yang mereka lihat di atas altar, yang semata-mata simbol. Mereka yang hidup sesuai dengan Dhamma (cara hidup yang benar) akan dinaungi oleh Dhamma itu sendiri (*Theragatha*). Seseorang yang mengetahui sifat sejati keberadaan dan kenyataan hidup melalui Dhamma tidak akan takut dan akan hidup secara selaras.

Dalam agama lain orang memuja Tuhan mereka dengan memohon sesuatu untuk dianugerahkan kepada mereka. Umat Buddha tidak memuja Buddha untuk meminta permohonan duniawi, tetapi mereka menghormati-Nya untuk pencapaian tertinggi-Nya. Jika umat Buddha menghormati Buddha, mereka secara tidak langsung mengangkat pikiran mereka sendiri sehingga suatu hari mereka juga dapat merealisasi Kecerahan yang sama untuk melayani semua makhluk. Karena Buddha pernah jadi seorang manusia, pengalaman dan pencapaian-Nya ada dalam jangkauan semua manusia. Ajaran Buddha itu untuk kita semua, dan tentunya tidak berada di luar kemampuan kita sebagai makhluk biasa.

Umat Buddha menghormati Buddha sebagai guru mereka. Akan tetapi, rasa hormat ini tidak berarti kelekatan atau ketergantungan pada guru tersebut. Jenis hormat ini sesuai dengan ajaran-Nya sendiri sebagai berikut:

“Bhikkhu, sekalipun jika seorang bhikkhu memegang ujung jubah Saya dan berjalan dekat di belakang Saya, langkah demi langkah, tetapi jika ia iri hati, sangat melekat dengan kesenangan indrawi, dengki dalam pikiran, berpikir dan bertujuan tidak jujur,

beringatan salah, tidak penuh perhatian dan tidak kontemplatif, berotak kacau, kemampuan indranya tak terkendali, maka ia jauh dari Saya dan Saya jauh darinya.”

“Bhikkhu, sekalipun jika bhikkhu itu berada seratur mil jauhnya, tetapi ia tidak iri hati, tidak melekat pada kesenangan indrawi, tidak dengki dalam pikiran, tidak berpikiran dan bertujuan tidak jujur, kokoh dalam ingatan, penuh perhatian, kontemplatif, pikirannya terpusat, kemampuan indranya terkendali, maka ia dekat dengan Saya dan Saya dekat dengannya.”

*(Samyutta Nikāya)*

## **Tidak Ada Penyerahan Diri**

*Ketergantungan pada orang lain berarti penyerahan usaha dan kepercayaan diri kita.*

Ajaran Buddha adalah agama yang lembut di mana kesetaraan, keadilan, dan kedamaian dijunjung tinggi. Bergantung pada orang lain untuk keselamatan adalah negatif, bergantung pada diri sendiri itu positif. Ketergantungan pada pihak lain berarti menyerahkan kepandaian dan usaha kita.

Segala sesuatu yang telah memperbaiki dan menjunjung kemanusiaan sebenarnya telah dilakukan oleh manusia sendiri. Kemajuan manusia datang dari pengetahuan, pemahaman, usaha, dan pengalamannya sendiri, bukan dari surga. Manusia tidak seharusnya menjadi budak, bahkan pada kekuatan alam yang besar karena walaupun manusia dihancurkan oleh alam, manusia tetap lebih tinggi karena manusia memiliki akal budi. Ajaran

Buddha membawa kebenaran lebih jauh: hal ini menunjukkan bahwa dengan pemahaman, manusia dapat juga mengendalikan lingkungan dan situasi. Manusia dapat menghentikan penghancuran dan menggunakan kekuatannya untuk membawa dirinya sendiri ke puncak spiritualitas dan kemuliaan.

Ajaran Buddha menghargai akal budi dan usaha manusia untuk pencapaian tanpa tergantung pada makhluk adialami. Agama sejati berarti keyakinan terhadap kebaikan manusiawi alih-alih iman terhadap kekuatan yang tak diketahui. Dalam hal itu ajaran Buddha bukanlah semata-mata suatu agama, melainkan suatu metode mulia untuk memperoleh kedamaian dan keselamatan abadi melalui cara hidup yang terhormat. Dari awal mula, ajaran Buddha melakukan pendekatan intelektual dan pengembangan batin. Setiap manusia berbudaya di dunia saat ini menghormati Buddha sebagai seorang guru akal budi.

Buddha mengajarkan bahwa apa yang diperlukan manusia untuk kebahagiaannya bukanlah suatu agama dengan berbagai dogma dan teori, tetapi pengetahuan—pengetahuan tentang kekuatan semesta dan hubungannya dengan hukum sebab-akibat. Jika prinsip bahwa hidup semata-mata adalah perwujudan alam yang tidak sempurna tidak dipahami sepenuhnya, maka tidak akan ada orang yang bisa terbebaskan sepenuhnya.

Buddha telah memberi penjelasan baru tentang semesta. Ini adalah pandangan baru tentang kebahagiaan abadi, pencapaian kesempurnaan. Kemenangan manusia dalam ajaran Buddha adalah keabadian di luar ketidakabadian, pencapaian *Nibbāna* di atas dunia perubahan, dan keterbebasan akhir dari kesengsaraan hidup.

## Tidak Ada Pendosa

*Dalam ajaran Buddha, perbuatan buruk semata-mata diistilahkan sebagai keliru atau tidak bermanfaat, bukannya dosa.*

Umat Buddha tidak menganggap manusia sebagai penuh dosa dari sananya atau “dalam pemberontakan menentang Tuhan”. Setiap manusia adalah orang yang sangat berharga, yang dalam dirinya banyak terdapat kebaikan dan juga kebiasaan buruk. Kebaikan dalam diri seseorang selalu menanti kesempatan yang sesuai untuk berbunga dan matang. Ingat pepatah, “Ada begitu banyak hal baik dalam keburukan kita dan begitu banyak hal buruk dalam kebaikan kita.”

Ajaran Buddha mengajarkan bahwa semua orang bertanggung jawab untuk perbuatan baik dan buruknya sendiri, dan bahwa setiap individu dapat membentuk nasibnya sendiri. Menurut Buddha dalam *Dhammapada* 165, perbuatan buruk kita hanya dilakukan oleh diri kita sendiri, bukan oleh orangtua, teman, atau saudara kita; dan diri kita sendirilah yang akan menuai hasil yang memedihkan.

Kesedihan kita dibuat oleh diri kita sendiri dan tidak diturunkan oleh kutukan atau dosa asal dari leluhur. Umat Buddha tidak menerima kepercayaan bahwa dunia ini semata-mata merupakan suatu tempat percobaan dan pengujian. Dunia ini dapat dibuat sebagai tempat di mana kita dapat merealisasi kesempurnaan tertinggi. Kesempurnaan adalah padanan kata dari kebahagiaan. Bagi Buddha, manusia bukanlah suatu percobaan hidup yang dapat dicampakkan jika tidak diinginkan. Jika suatu dosa dapat diampuni, orang akan mengambil kesempatan dan melakukan lebih banyak



dosa lagi. Umat Buddha tidak memiliki alasan untuk percaya bahwa pendosa dapat lepas dari konsekuensi perbuatannya dengan kemurahan dari suatu kekuatan eksternal. Jika kita menyorongkan tangan ke dalam pembakaran, tangan akan terbakar dan semua doa di dunia tidak akan menghilangkan lukanya. Sama halnya dengan manusia yang berjalan ke dalam api perbuatan jahat. Hal ini tidak berarti bahwa setiap perbuatan salah otomatis akan berakibat reaksi tertentu. Perbuatan jahat diawali oleh pikiran jahat. Jika seseorang memurnikan batin, maka efek perbuatan sebelumnya dapat berkurang atau terhapus seluruhnya. Pendekatan Buddha pada masalah duka bukanlah khayalan, spekulasi, atau metafisik, tetapi berdasarkan pengalaman dan apa adanya.

Menurut ajaran Buddha, tidak ada hal semacam “dosa”, seperti yang dijelaskan oleh agama lain. Dalam agama-agama ini dosa adalah ketidakpatuhan pada hukum yang diturunkan oleh pembuat hukum ilahi. Bagi umat Buddha, dosa adalah perbuatan yang keliru atau tidak bermanfaat—*akusala kamma*—yang menciptakan *pāpa*—kejatuhan. Orang jahat adalah orang yang gelap batin, yang lebih memerlukan petunjuk, alih-alih hukuman dan kutukan. Ia tidak dianggap melanggar kehendak Tuhan atau harus memohon kebaikan dan pengampunan ilahi. Yang ia perlukan hanyalah bimbingan untuk Kecerahannya.

Semua yang diperlukan adalah adanya seseorang untuk menolongnya menggunakan akalinya untuk menyadari bahwa ia bertanggung jawab atas perbuatan kelirunya dan bahwa ia harus membayar konsekuensinya. Karena itu, kepercayaan terhadap pengampunan adalah hal yang asing bagi ajaran Buddha, walaupun umat Buddha didorong untuk menyadari perbuatan mereka yang salah dan mengingatkan diri mereka sendiri untuk tidak

mengulangi kesalahan itu.

Tujuan munculnya Buddha di dunia ini bukanlah untuk mencuci dosa yang dilakukan oleh manusia ataupun untuk menghukum atau menghancurkan orang jahat, tetapi untuk membuat orang memahami betapa bodohnya melakukan kejahatan itu dan menunjukkan akibat dari perbuatan jahat semacam itu. Oleh karena itu, tidak ada perintah dalam ajaran Buddha, karena tidak seorang pun yang dapat mengendalikan kemajuan spiritual orang lain. Buddha telah mendorong kita untuk mengembangkan dan menggunakan pemahaman kita. Ia telah menunjukkan kita jalan untuk keterbebasan kita dari duka. Aturan yang kita coba jalani bukanlah perintah; melainkan dijalani secara sukarela. Inilah ajaran Buddha: “Mohon diperhatikan; dengarkan nasihat ini dan pikirkan kembali. Jika kalian pikir sesuai bagi kalian untuk menjalani nasihat Saya, maka cobalah untuk menjalaninya. Kalian dapat melihat hasilnya melalui pengalaman kalian sendiri.” Tidak ada nilai religius dalam menjalani perintah secara membuta tanpa keyakinan dan pemahaman yang tepat. Akan tetapi, kita seyogianya tidak mengambil kesempatan dari kebebasan yang diajarkan Buddha untuk berbuat sesuka kita. Adalah tugas kita untuk berlaku sebagai manusia berbudaya, beradab, dan pengertian untuk menjalani suatu kehidupan religius. Jika kita dapat memahami hal ini, perintah tidaklah penting. Sebagai seorang guru yang tercerahkan, Buddha menasihati kita tentang bagaimana menjalani kehidupan murni tanpa menetapkan perintah dan menggunakan ketakutan akan hukuman. Lima Sila yang diambil oleh umat Buddha sebagai praktik sehari-hari bukanlah perintah. Hal itu didefinisikan sebagai aturan pelatihan yang dijalani seseorang secara sukarela untuk pengembangan spiritual.

## Lakukanlah Sendiri

*Kepercayaan diri memainkan bagian penting dalam setiap aspek kehidupan manusia.*

Dengan mengetahui bahwa tidak ada sumber eksternal, tidak ada iman atau ritual yang dapat menyelamatkan kita, umat Buddha memahami perlunya mengandalkan upaya sendiri. Kita memperoleh kepercayaan diri melalui kesadaran diri. Kita menyadari bahwa seluruh tanggung jawab kehidupan saat ini serta kehidupan masa depan sepenuhnya tergantung pada diri kita sendiri. Setiap orang harus mencari keselamatan bagi dirinya sendiri. Merealisasi keselamatan dapat dibandingkan dengan menyembuhkan penyakit: jika seseorang sakit, orang itu harus pergi ke dokter. Dokter mendiagnosis penyakitnya dan meresepkan obat. Obat itu harus diminum oleh orang itu sendiri. Ia tidak dapat menyuruh orang lain untuk menelan obat itu untuknya. Tidak ada orang yang dapat disembuhkan hanya dengan mengagumi obat atau hanya memuji dokternya untuk resepnya yang bagus.

Untuk sembuh, ia sendiri harus dengan tekun mengikuti petunjuk yang diberikan oleh dokter mengenai cara dan frekuensi minum obatnya, dietnya sehari-hari, dan pantangan medis lainnya. Demikian juga, seseorang harus mengikuti aturan, petunjuk atau nasihat yang diberikan Buddha (yang memberi resep untuk keterbebasan) dengan mengendalikan atau menundukkan ketamakan, kebencian, dan kekeliruan. Tidak seorang pun dapat menemukan keselamatan hanya dengan menyanyikan pujian bagi Buddha atau dengan membuat persembahan untuk-Nya. Orang juga tidak dapat menemukan keselamatan dengan merayakan peristiwa penting tertentu untuk menghormati Buddha. Ajaran

Buddha bukanlah suatu agama di mana orang dapat merealisasi keselamatan hanya dengan berdoa atau memohon untuk diselamatkan. Mereka harus berjuang keras mengendalikan batin untuk membasmi nafsu egois dan emosi mereka untuk merealisasi keselamatan.

“Memahami diri sendiri adalah awal kebijaksanaan.”

## **Manusia Bertanggung Jawab untuk Semua Hal**

*Bila kita mencoba untuk hidup sebagai manusia sejati tanpa mengganggu orang lain, semua dapat hidup dengan damai tanpa rasa takut.*

Menurut Buddha, manusia adalah pembuat nasibnya sendiri. Mereka tidak dapat menyalahkan siapa pun atas nasibnya karena mereka bertanggung jawab akan hidup mereka sendiri. Mereka membuat hidup mereka sendiri menjadi lebih baik atau lebih buruk.

Buddha berkata bahwa manusia menciptakan segalanya. Semua kesedihan, bahaya, dan kemalangan adalah ciptaan kita sendiri. Kita tidak mulai dari sumber mana pun selain ketidaksempurnaan batin dan pikiran kita sendiri. Kita adalah hasil tindakan baik dan buruk yang dilakukan pada masa lalu di bawah pengaruh khayalan batin. Dan karena, kita sendirilah yang membuatnya menjadi ada, maka kita juga mampu untuk mengatasi akibat buruk dan mengembangkan sifat baik.

Pikiran manusia, seperti pada hewan, kadang-kadang dikuasai oleh naluri hewani. Tetapi tidak seperti pikiran hewan, pikiran manusia

dapat dilatih untuk nilai-nilai yang lebih tinggi. Jika pikiran manusia tidak dibudayakan dengan benar, maka pikiran yang tidak berbudaya itu akan menciptakan lebih banyak masalah di dunia ini. Kadang-kadang tingkah laku manusia lebih menyakiti dan lebih berbahaya daripada tingkah laku hewan. Hewan tidak memiliki masalah religius, masalah bahasa, masalah politik, masalah etnis, masalah sosial, dan masalah etika. Mereka bertarung hanya demi makanan, tempat tinggal, dan berahi. Namun, ada ribuan masalah yang diciptakan oleh manusia. Tingkah laku mereka sedemikian sehingga mereka tidak mampu memecahkan masalah tanpa menciptakan masalah lain. Mereka enggan untuk mengakui kelemahan dan tidak ingin memikul tanggung jawab mereka. Niat mereka selalu menyalahkan orang lain untuk kegagalan mereka. Jika kita bisa menjadi lebih bertanggung jawab akan perbuatan kita, kita dapat memelihara kedamaian dan kebahagiaan.

## **Manusia Adalah Pemenjara Dirinya Sendiri**

*Apakah benar bahwa kita harus diberi kebebasan untuk berbuat sesuka kita?*

Jika kita mempertimbangkan kebebasan manusia, sangat sulit untuk mengetahui apakah kita benar-benar bebas untuk berbuat apa pun sesuka kita. Kita terikat oleh banyak kondisi, baik eksternal maupun internal: kita diminta mematuhi hukum yang diberlakukan oleh pemerintah; kita terikat untuk mengikuti prinsip agama tertentu; kita perlu bekerja sama dengan kondisi moral dan sosial masyarakat tempat kita tinggal; kita wajib mengikuti tradisi keluarga dan bangsa. Dalam masyarakat modern, kita ada dalam tekanan kuat; kita diharapkan menyesuaikan diri dengan cara

hidup modern. Kita terikat untuk bekerja sama dengan hukum alam dan energi semesta, karena kita juga bagian dari energi tersebut. Kita mengalami kondisi cuaca dan iklim di suatu daerah. Tidak hanya kita harus memerhatikan hidup atau unsur-unsur fisik kita, tetapi kita juga harus menata batin untuk mengendalikan emosi. Dengan kata lain, kita tidak memiliki kebebasan untuk berpikir dengan bebas karena kita dikuasai oleh pikiran baru yang mungkin bertentangan atau tidak sesuai dengan pikiran dan keyakinan kita sebelumnya. Di lain pihak, ada yang percaya bahwa kita harus patuh dan bekerja sesuai dengan keinginan Tuhan, dan tidak mengikuti kehendak bebas kita sendiri.

Dengan mempertimbangkan semua kondisi perubahan di atas yang mengikat manusia, kita bisa bertanya, “Apakah benar bahwa kita harus diberi kebebasan berbuat sesuka kita?”

Mengapa tangan manusia terikat begitu kuat? Alasannya adalah ada berbagai unsur buruk dalam diri manusia. Unsur-unsur ini berbahaya dan merugikan semua makhluk. Selama beberapa ribu tahun lalu, semua agama telah mencoba menjinakkan kecenderungan manusia yang negatif ini dan mengajarkan bagaimana menjalani kehidupan mulia. Tetapi sungguh disayangkan bahwa manusia tetap tidak siap untuk dipercaya, sebaik apa pun penampakannya. Manusia masih terus menyembunyikan semua unsur buruk ini dalam dirinya. Unsur buruk ini tidak diperkenalkan atau dipengaruhi oleh sumber eksternal, tetapi diciptakan oleh manusia itu sendiri. Jika kekuatan buruk ini dibuat oleh manusia sendiri, maka manusia sendirilah yang harus bekerja keras untuk mengusirnya setelah menyadari bahayanya. Sayangnya, kebanyakan manusia bersifat kejam, licik, jahat, tak berterima kasih, tidak dapat diandalkan, dan tak bermoral. Jika

manusia diperbolehkan hidup sesuai dengan kehendak bebasnya tanpa kendali dan batasan, mereka bisa dipastikan akan melanggar kedamaian dan kebahagiaan orang yang tak bersalah. Tingkah laku manusia mungkin akan jauh lebih buruk daripada tingkah laku binatang buas. Agama diperlukan untuk melatih manusia untuk menjalani kehidupan yang terhormat dan meraih kedamaian dan kebahagiaan di sini dan sesudahnya.

Hambatan lain yang menghalangi kehidupan religius dan kemajuan spiritual adalah kesombongan rasial. Buddha menasihati pengikut-Nya untuk tidak membawa masalah rasial apa pun saat menjalani agama. Umat Buddha diajarkan untuk memahami bahwa konsep seperti ras, kasta, atau perbedaan kelas semuanya diciptakan oleh pikiran keruh yang tidak bisa melihat hakikat kesatuan semua makhluk. Orang dari agama apa pun sebaiknya tidak mendiskriminasi kelompok lainnya dengan memuliakan cara hidup mereka sendiri. Mereka sebaiknya memperlakukan semua orang dengan setara, khususnya dalam bidang keagamaan. Sayangnya, umat berbagai agama justru menciptakan lebih banyak diskriminasi dan permusuhan terhadap kelompok agama lain.

Sementara bekerja dengan orang lain, umat sejati sebaiknya tidak mengusik perasaan mereka dikarenakan tradisi dan adat mereka sendiri. Mereka dapat mengikuti tradisi dan adat yang sesuai dengan prinsip religius dan kode moral agama mereka.

Arogansi rasial merupakan rintangan besar bagi kemajuan spiritual. Buddha pernah menggunakan kiasan air laut untuk menggambarkan keharmonisan yang dapat dialami oleh orang yang telah belajar untuk menyingkirkan arogansi rasial mereka. Sungai yang berbeda memiliki nama yang berbeda. Air dari

masing-masing sungai semua mengalir ke laut dan menjadi air laut, dengan satu rasa, asin. Dengan cara yang serupa, semua yang berasal dari komunitas dan kasta yang berbeda harus melupakan perbedaan di antara mereka dan berpikir tentang diri mereka sendiri sebagai sesama manusia.

## **Lindungi Dirimu Sendiri**

*Dengan melindungi diri sendiri, seseorang melindungi orang lain.  
Dengan melindungi orang lain, seseorang melindungi diri sendiri.*

Suatu ketika, Yang Penuh Berkah membabarkan cerita berikut kepada para bhikkhu, “Ada sepasang pesulap yang melakukan akrobat di atas tongkat bambu. Sang guru berkata kepada muridnya: ‘Sekarang naiklah ke bahuku dan panjatlah tongkat bambu ini.’ Ketika sang murid telah melakukannya, sang guru berkata, ‘Sekarang lindungi aku dengan baik dan aku akan melindungi kamu. Dengan saling menjaga dengan cara itu, kita akan mampu menunjukkan keterampilan kita, kita akan menghasilkan banyak uang dan kamu dapat turun dengan selamat dari tongkat bambu itu.’ Tetapi sang murid berkilah, ‘Tidak demikian, Guru. Engkau harus melindungi dirimu sendiri, dan aku juga harus melindungi diriku sendiri. Dengan melindungi dan menjaga diri sendiri sedemikian itu, kita akan melakukan pertunjukan kita dengan aman, dan saling melindungi.’”

“Inilah cara yang benar,” Yang Penuh Berkah melanjutkan, “hanya seperti perkataan sang murid, ‘Aku akan melindungi diriku sendiri,’ dengan cara itu Landasan Penyadaran harus diterapkan. ‘Aku akan melindungi orang lain,’ dengan cara itu Landasan



Penyadaran harus diterapkan. Dengan melindungi diri sendiri, seseorang melindungi orang lain; dengan melindungi orang lain, seseorang melindungi diri sendiri.”

“Dan bagaimana seseorang, dengan melindungi diri sendiri, juga melindungi orang lain? Dengan pengulangan dan praktik meditasi terus-menerus.”

“Dan bagaimana seseorang, dengan melindungi orang lain, juga melindungi diri sendiri? Dengan kesabaran dan menahan diri, dengan hidup tanpa kejahatan dan tak membahayakan, dengan cinta dan kewelasan.” (*Satipaṭṭhāna, Saṃyutta, No. 19*)

Dengan melindungi diri sendiri, seseorang melindungi orang lain. Dengan melindungi orang lain, seseorang melindungi diri sendiri. Kedua kalimat ini melengkapi satu sama lain dan tidak boleh diambil (dikutip) secara terpisah. Dewasa ini, saat pelayanan sosial sangat ditekankan, sebagai contoh, seseorang mungkin hanya mengutip kalimat kedua untuk mendukung gagasannya. Tetapi kutipan sepihak semacam itu akan menyalahartikan pernyataan Buddha. Harus diingat bahwa dalam cerita kita, Buddha dengan jelas menyetujui kata-kata si murid, bahwa seseorang pertamanya harus mengamati langkahnya sendiri dengan hati-hati jika ingin melindungi orang lain dari bahaya. Ia yang tenggelam dalam lumpur tidak akan mampu menolong orang lain keluar dari situ. Dalam hal ini, perlindungan diri bukanlah perlindungan yang egois. Hal ini adalah pengembangan pengendalian diri serta pengembangan spiritual dan etika.

Dengan melindungi diri sendiri, seseorang melindungi orang lain—kebenaran pernyataan ini dimulai pada tingkat yang sangat

sederhana dan praktis. Pada tingkat material, kebenaran ini sudah terbukti dengan sendirinya sehingga kita tidak perlu penjelasan panjang lebar. Sangat jelas bahwa perlindungan kesehatan kita sendiri akan berperan jauh dalam melindungi kesehatan lingkungan sekitar kita, khususnya dalam hal penyakit menular. Perhatian dan kehati-hatian dalam semua perbuatan dan pergerakan kita akan melindungi orang lain dari bahaya yang mungkin menimpa mereka akibat kecerobohan dan kecuekan kita. Dengan menyetir secara hati-hati, tidak minum alkohol, dengan menahan diri dalam situasi yang mungkin mengarah pada kekerasan—dalam semua hal ini dan banyak hal lain, kita harus melindungi orang lain dengan melindungi diri sendiri. Kita bahkan bisa lebih jauh berkata bahwa dengan memperkokoh posisi ekonomi kita sendiri, kita ada dalam posisi yang lebih baik untuk menolong orang lain.

Kita sekarang sampai pada tingkat etika kebenaran tersebut. Perlindungan moral diri sendiri akan menjaga orang lain, individu, dan masyarakat, terhadap nafsu yang tak terkekang dan ego kita. Jika kita mengizinkan tiga akar dari semua kejahatan: ketamakan, kebencian, dan kekeliruan berkuasa dalam batin kita, maka apa yang tumbuh dari akar kejahatan itu akan menyebar seperti tumbuhan menjalar di hutan yang mencekik dan membunuh tumbuhan yang sehat dan berguna. Tetapi jika kita melindungi diri sendiri dari ketiga akar kejahatan ini, sesama kita juga akan selamat dari ketamakan kita akan kepemilikan dan kekuasaan, dari nafsu dan sensualitas yang tak terkekang, dari rasa iri dan cemburu kita. Mereka akan selamat dari konsekuensi kebencian dan permusuhan yang mengganggu, merusak, bahkan membunuh, dari luapan kemarahan kita, dari penebaran suasana pertikaian yang membuat hidup menjadi tak tertahankan bagi sekitar kita.

Akibat buruk dari ketamakan dan kebencian kita pada orang lain tidak terbatas pada kasus di mana mereka menjadi obyek pasif atau korban kebencian kita, atau kepemilikan mereka sebagai obyek ketamakan kita. Ketamakan dan kebencian memiliki kekuatan menular yang dapat melipatgandakan akibat buruk itu. Jika kita sendiri hanya berpikir tentang nafsu dan merengkuh, menaklukkan dan memiliki, memeluk dan melekat, maka kita juga dapat membangkitkan atau memperkuat naluri posesif ini pada orang lain. Contoh buruk kita dapat menjadi standar tingkah laku lingkungan kita, contohnya di antara anak-anak kita, rekan-rekan kita, dan seterusnya. Tindakan kita sendiri dapat memengaruhi orang lain untuk bergabung dengan kita dalam kepuasan umum dari nafsu serakah; atau kita dapat membangkitkan perasaan dendam dan persaingan dalam diri orang lain yang ingin mengalahkan kita dalam pertandingan. Jika kita penuh dengan sensualitas, kita dapat menyalakan api nafsu dalam diri orang lain. Kebencian kita sendiri dapat menyebabkan kebencian dan dendam orang lain. Dapat juga terjadi bahwa kita bersekutu dengan orang lain atau menghasut mereka untuk membenci dan memusuhi.

## Selamatkan Dirimu Sendiri

*Janganlah melalaikan pencapaian diri sendiri, seberapa besar pun pencapaian pihak lain. Setelah sepenuhnya memahami pencapaian diri sendiri, hendaklah ia tekun melakukan kebaikan.*

*(Dhammapada 166)*

Saat Buddha hampir wafat, murid-murid-Nya datang dari berbagai tempat untuk berada di dekat-Nya. Sementara murid-murid lain terus berada di sisi-Nya dan sangat bersedih akan kehilangan

guru mereka, seorang bhikkhu bernama Attadattha pergi ke pondoknya dan bermeditasi. Bhikkhu yang lain, berpikir bahwa ia tidak mempedulikan kesejahteraan Buddha, kesal dan melaporkan hal itu kepada Buddha. Bhikkhu Attadattha menjelaskan kepada Buddha, “Berhubung Yang Penuh Berkah segera wafat, saya rasa cara terbaik untuk menghormati Yang Penuh Berkah adalah dengan merealisasi kesucian semasa hidup Yang Penuh Berkah sendiri.” Buddha memuji niat dan tindakannya dan berkata bahwa kesejahteraan spiritual seseorang tidak boleh ditelantarkan demi orang lain.

Dalam cerita ini digambarkan salah satu aspek terpenting dalam ajaran Buddha. Seseorang harus terus-menerus berada dalam kewaspadaan untuk mencari keterbebasannya sendiri dari *samsāra* dan keselamatan harus diraih oleh orang itu sendiri. Seseorang tidak dapat mencari kekuatan atau agen eksternal apa pun untuk menolongnya merealisasi *Nibbāna*.

Orang yang tidak memahami ajaran Buddha mengkritik hal ini dan berkata bahwa ajaran Buddha adalah agama yang egois yang hanya berbicara tentang perhatian akan keterbebasan diri sendiri dari rasa sakit dan duka. Hal ini sama sekali tidak benar. Buddha menyatakan dengan jelas bahwa seseorang harus bekerja tanpa henti bagi kesejahteraan spiritual dan material semua makhluk, sementara pada saat yang sama dengan gigih mengejar tujuannya sendiri untuk merealisasi *Nibbāna*. Pelayanan yang tidak mementingkan diri sangat dihargai oleh Buddha.

Sekali lagi, orang yang tidak memahami ajaran Buddha bisa bertanya, “Mungkin tidak jadi masalah bagi manusia yang beruntung, yang dapat menguasai kekuatan batin mereka,

untuk menembusi *Nibbāna* dengan upaya mereka sendiri. Tetapi bagaimana dengan mereka yang cacat secara mental dan fisik atau bahkan material? Bagaimana mereka dapat mengandalkan diri sendiri? Apakah mereka tidak memerlukan pertolongan suatu kekuatan eksternal, suatu Tuhan atau dewa untuk membantu mereka?"

Jawaban untuk hal ini adalah umat Buddha tidak percaya bahwa keterbebasan akhir harus terjadi dalam satu masa kehidupan. Proses ini dapat berjalan lama, melalui banyak kelahiran. Seseorang harus sebaik-baiknya menerapkan pada diri sendiri dan perlahan-lahan mengembangkan kepercayaan diri. Karena itu, bahkan mereka yang cacat secara mental dan spiritual tetap harus berupaya, bagaimanapun kecilnya, untuk memulai proses keterbebasan dan tugas bagi mereka yang lebih mampu adalah membantunya melakukan hal ini; sebagai contoh, bhikkhu dan bhikkhuni menolong perumah tangga untuk memahami dan menjalani Dhamma.

Begitu roda-roda itu bergerak, individu itu secara perlahan melatih diri untuk meningkatkan kekuatan keyakinan dirinya. Sebuah biji kecil suatu hari akan tumbuh menjadi pohon yang kuat, tetapi tidak dalam semalam. Kesabaran adalah bahan baku penting dalam proses yang sulit ini.

Sebagai contoh, kita tahu dari pengalaman, berapa banyak orangtua melakukan segalanya untuk membesarkan anak-anak mereka sesuai dengan harapan dan cita-cita orangtua. Namun ketika anak-anak ini tumbuh besar, mereka berkembang dengan cara mereka sendiri, tidak selalu dalam cara yang dikehendaki orangtuanya. Dalam ajaran Buddha, kita percaya bahwa sementara orang lain

dapat memengaruhi kehidupan seseorang, akhirnya orang itu akan menciptakan karmanya sendiri dan bertanggung jawab atas perbuatannya sendiri. Pada akhirnya, tidak ada orang lain atau dewa yang dapat mengatur atau mengendalikan pencapaian seseorang akan keselamatan akhir. Inilah makna keyakinan diri.

Tidak berarti bahwa ajaran Buddha mengajarkan seseorang menjadi egois. Dalam ajaran Buddha, jika seseorang dengan upayanya sendiri mencoba merealisasi *Nibbāna*, ia memutuskan untuk tidak membunuh, tidak mencuri, tidak bernafsu pada orang lain, tidak berdusta, dan tidak kehilangan kendali indra karena minuman keras. Jika ia mengendalikan dirinya sendiri, maka ia secara otomatis bersumbangsih terhadap kebahagiaan orang lain. Jadi, tidakkah hal yang disebut “egois” ini merupakan hal yang baik bagi kesejahteraan umum orang lain?

Pada tingkat yang lebih biasa, ada pertanyaan bagaimana bentuk kehidupan yang lebih rendah dapat melepaskan diri mereka sendiri dari lingkaran keberadaan yang rendah itu. Tentunya dalam keadaan yang tak berdaya itu diperlukan suatu kekuatan eksternal yang penuh kebaikan untuk menarik makhluk malang ini dari pasir apung. Untuk menjawab pertanyaan ini kita harus mengacu pada pengetahuan tentang teori evolusi. Dengan jelas dinyatakan bahwa kehidupan dimulai dari bentuk yang sangat primitif—tidak lebih dari sebuah sel tunggal yang mengapung dalam air. Selama jutaan tahun bentuk kehidupan dasar ini berevolusi dan menjadi lebih kompleks, lebih pandai. Pada tingkat yang lebih pandai inilah bentuk-bentuk kehidupan mampu berorganisasi, berpikir bebas, mengkonsep, dan sebagainya.

Saat umat Buddha berbicara tentang kemampuan untuk

menyelamatkan diri sendiri, mereka mengacu pada bentuk kehidupan di tingkat perkembangan mental yang lebih tinggi. Pada tahap awal evolusi, kekuatan karma dan mental tetap tidak aktif, tetapi melalui kelahiran ulang yang tak terhitung, suatu makhluk meningkatkan dirinya sendiri ke tingkat berpikir dan menjadi mampu berperilaku rasional daripada sekadar naluriah. Pada tahap inilah makhluk itu menjadi sadar akan ketidakberartian mengalami kelahiran ulang yang tak berakhir dengan rasa sakit dan kesedihan yang berturutan. Saat itulah makhluk tersebut mampu membuat keputusan untuk mengakhiri kelahiran ulang dan mencari kebahagiaan dengan merealisasi Kecerahan dan *Nibbāna*. Dengan tingkat kepandaian yang tinggi ini, individu itu tentu mampu untuk memperbaiki dan mengembangkan diri.

Kita semua tahu bahwa manusia terlahir dengan tingkat kepandaian dan kekuatan pikiran yang sangat beragam. Sebagian terlahir genius, sementara di ujung lain, beberapa terlahir dengan kepandaian yang sangat rendah. Tetapi semua makhluk memiliki suatu kemampuan untuk membedakan antara pilihan, khususnya jika hal itu menyangkut kelangsungan hidup. Jika kita meneruskan fakta kelangsungan hidup ini sampai ke dunia hewan, kita dapat membedakan antara hewan tingkat tinggi dan rendah dengan kemampuan yang sama ini (dalam beragam tingkatan tentunya) untuk membuat pilihan demi kelangsungan hidup.

Jadi, bahkan suatu bentuk kehidupan yang lebih rendah memiliki potensi untuk menciptakan karma baik, bagaimanapun terbatasnya. Dengan peningkatan karma baik secara rajin dan bertahap, suatu makhluk dapat meningkatkan dirinya ke tingkat keberadaan dan pemahaman yang lebih tinggi.

Untuk melihat masalah ini dari sudut lain, kita dapat mempertimbangkan salah satu cerita awal yang telah dikisahkan untuk menunjukkan bagaimana Bakal Buddha (*Bodhisatta*) pertama-tama membuat keputusan awal untuk berjuang menuju Kecerahan. Dalam sejumlah besar kelahiran ulang sebelum Buddha terlahir sebagai Siddhattha, ia terlahir sebagai orang biasa. Suatu hari saat ia bepergian dalam perahu dengan ibunya, muncul badai besar dan perahu itu terbalik, melemparkan penumpangnya ke dalam laut yang marah. Tanpa memikirkan keselamatan dirinya, pemuda yang berani ini menggendong ibunya di punggungnya dan berusaha berenang ke daratan. Tetapi luapan air di depannya sangat besar sehingga ia tidak tahu jalan terbaik agar selamat. Saat berada dalam dilema ini, tidak tahu jalan mana yang harus ditempuh, keberaniannya terlihat oleh salah satu dewa. Dewa ini tidak dapat menolongnya secara fisik, tetapi ia dapat membuatnya mengetahui rute terbaik yang harus ditempuh. Sang pemuda mendengarkan dewa itu dan akhirnya ia dan ibunya selamat. Setelah ibunya selamat, ia merenungi betapa bahagianya telah menyelamatkan seorang makhluk. Betapa jauh lebih membahagiakan jika ia menyempurnakan dirinya dan kemudian menyelamatkan seluruh makhluk? Di sana kemudian ia membuat keputusan teguh untuk tidak beristirahat sampai ia akhirnya merealisasikan Kecerahan.

Cerita ini menggambarkan kenyataan bahwa umat Buddha bisa saja mencari pertolongan dari dewa dalam kehidupan mereka sehari-hari. Dewa adalah makhluk yang dengan kebajikannya terlahir dengan kekuatan untuk menolong makhluk lain. Tetapi kekuatan ini terbatas pada hal-hal material dan fisik. Dalam keberadaan kita sehari-hari, kita dapat mencari pertolongan dari dewa (jika tertimpa kemalangan, jika kita perlu ditenangkan, jika kita sakit



atau takut, dan sebagainya).

Kenyataan bahwa kita mencari bantuan dari dewa-dewa ini berarti bahwa kita masih terikat dengan dunia material. Kita harus menerima kenyataan bahwa dengan terlahirkan, kita menjadi subyek keinginan dan kebutuhan fisik. Dan tidak salah untuk memuaskan kebutuhan ini sampai skala tertentu. Saat Buddha menyarankan Jalan Madya, Ia berkata bahwa kita tidak boleh menuruti diri kita pada kemewahan atau sepenuhnya menolak kebutuhan dasar hidup kita.

Bagaimanapun, kita tidak boleh berhenti pada hal itu. Sementara kita menerima kondisi kelahiran kita, kita juga harus berusaha, dengan mengikuti Jalan Delapan Faktor Suciwan, untuk mencapai suatu tataran perkembangan di mana kita menyadari bahwa kelekatan pada dunia material hanya menciptakan rasa sakit dan kesedihan. Jika kita mengembangkan pemahaman kita akan kelahiran ulang yang tak terhitung, kita akan semakin tidak bernaflu pada kesenangan indrawi. Pada tahap inilah kita menjadi benar-benar percaya diri. Pada tahap ini dewa-dewa tidak mampu lagi menolong kita, karena kita tidak lagi mencari pemuasan kebutuhan material kita.

Umat Buddha yang benar-benar memahami sifat kesementaraan dunia melatih ketaklekatan dari hal-hal material. Karena mereka tidak melekat padanya, maka mereka membagi hal materi tersebut dengan mereka yang lebih tidak beruntung—mereka melatih kedermawanan. Dengan cara ini sekali lagi umat Buddha menyumbang bagi kesejahteraan orang lain.

Saat Buddha memperoleh Kecerahan sebagai hasil usaha-Nya

sendiri, Ia tidak dengan egois menyimpan pengetahuan ini bagi diri-Nya sendiri. Sebenarnya, setelah merealisasi Kecerahan Tertinggi, Ia tidak memerlukan apa pun bagi diri-Nya sendiri—tetapi kewelasan-Nya menggerakkan-Nya untuk menunjukkan jalan yang telah Ia temukan kepada orang lain. Ia melewatkan tidak kurang dari empat puluh lima tahun membagikan pengetahuan-Nya, tidak hanya kepada umat manusia, bahkan juga kepada para dewa.

Sering dikatakan bahwa Buddha menolong para pengikut yang berada dalam masalah. Tetapi Ia melakukan hal ini, tidak dengan melakukan mukjizat seperti menghidupkan orang mati dan seterusnya, tetapi melalui tindakan kebijaksanaan dan kewelasan yang membantu orang itu untuk memahami kenyataan hidup.

Dalam satu contoh, seorang perempuan bernama Kisā Gotamī pergi mencari pertolongan Buddha untuk menghidupkan anaknya yang meninggal. Karena tahu bahwa Ia tidak dapat membuat perempuan itu menerima penjelasan karena ia dalam keadaan sangat tertekan dan berduka, Buddha berkata padanya bahwa ia harus terlebih dahulu mendapatkan segenggam biji lada hitam dari seseorang yang tidak pernah kehilangan orang yang disayangi karena kematian. Perempuan yang berduka itu berlari dari rumah ke rumah dan semua orang dengan sukarela bersedia memberinya biji lada hitam, namun tak seorang pun yang bisa menyatakan bahwa mereka tidak pernah kehilangan orang yang disayangi karena kematian. Lambat laun Kisā Gotamī menyadari bahwa kematian adalah kejadian alami yang dialami oleh semua makhluk yang terlahir. Terpenuhi dengan kesadaran ini, ia kembali pada Buddha dan berterima kasih pada-Nya karena telah menunjukkan kenyataan tentang kematian.

Nah, intinya di sini adalah Buddha lebih memerhatikan pemahaman perempuan itu akan sifat kehidupan daripada memberinya kelegaan sementara dengan menghidupkan anaknya (anak itu tentu akan menjadi tua dan tetap akan meninggal). Dengan kesadaran terbesarnya, Kisā Gotamī tidak hanya mampu memahami fenomena kematian, namun juga belajar tentang sebab kesedihan karena kelekatan. Ia mampu menyadari bahwa kelekatan menyebabkan kesedihan, bahwa jika kelekatan hilang, maka kesedihan juga hilang.

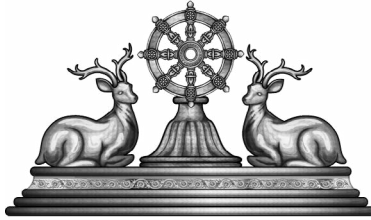
Karena itu dalam ajaran Buddha, seseorang dapat mencari pertolongan agen eksternal (seperti dewa) dalam pencarian kebahagiaan sementara, tetapi dalam tahap perkembangan lebih lanjut saat kelekatan pada kondisi duniawi berhenti, dimulailah jalan menuju Kecerahan yang harus dijalani sendiri oleh seseorang. Jika seseorang mencari keterbebasan, untuk memutuskan siklus kelahiran dan kematian yang tanpa akhir, untuk meraih kesadaran dan Kecerahan, ia hanya dapat melakukannya dengan usaha sendiri, dengan tekad terpusat: “Tak seorang pun menolong kita, kecuali diri kita sendiri.”

Ajaran Buddha menjunjung tinggi martabat manusia. Ini adalah satu-satunya agama yang menyatakan bahwa manusia memiliki kekuatan untuk menolong dan membebaskan dirinya sendiri. Pada tahap lanjut perkembangannya, manusia tidak berada dalam kewelasan kekuatan eksternal mana pun yang harus terus disenangkannya dengan pemujaan atau persembahan korban.



## DOA, MEDITASI, DAN PRAKTIK KEAGAMAAN

---



### Iman dan Keyakinan Diri

*Pandangan benar menunjukkan jalan menuju keyakinan diri; keyakinan diri meratakan jalan menuju kebijaksanaan. Kebijaksanaan melapangkan jalan menuju keselamatan.*

Iman tidak ditemukan dalam ajaran Buddha karena ajaran Buddha menekankan pada pemahaman. Iman akan membius pikiran emosional dan meminta kepercayaan akan hal-hal yang tidak dapat diketahui. Pengetahuan menghancurkan iman dan iman menghancurkan dirinya sendiri jika kepercayaan misterius diuji di bawah cahaya terang akal budi. Keyakinan diri tidak dapat diperoleh dengan iman karena iman tidak menekankan pada akal budi.

Merujuk pada sifat iman yang tak dapat dipahami dan “buta”, Voltaire berkata, “Iman adalah percaya akan sesuatu yang menurut akal budimu hal itu tidak benar; karena jika akal budimu menyetujuinya, tidak akan ada pertanyaan tentang iman buta.”

Akan tetapi, keyakinan diri tidak sama dengan iman, karena keyakinan diri bukanlah penerimaan semata akan hal yang tidak dapat diketahui. Keyakinan diri adalah pengharapan pasti, bukan akan hal yang tidak diketahui, tetapi akan apa yang dapat diuji sebagai pengalaman dan dipahami secara pribadi. Keyakinan diri adalah seperti pemahaman seorang murid akan gurunya yang menjelaskan hukum gravitasi seperti yang dinyatakan Newton. Ia tidak seharusnya menganut kepercayaan yang tak boleh dipertanyakan kepada guru dan buku pegangannya. Ia mempelajari kenyataan, menguji argumentasi ilmiah, dan membuat penilaian tentang keandalan informasi itu. Jika ia ragu-ragu, ia harus menyimpan penilaiannya sampai suatu ketika ia mampu menyelidiki ketepatan informasi itu. Bagi umat Buddha, keyakinan diri adalah produk akal budi, pengetahuan, dan pengalaman. Jika dikembangkan, keyakinan diri tidak akan bisa menjadi iman buta. Keyakinan diri menjadi kekuatan pikiran untuk memahami sifat dan arti kehidupan.

Dalam bukunya, *What The Buddha Taught*, Walpola Rahula mengatakan: “Pertanyaan tentang ‘kepercayaan’ timbul saat tidak ada penglihatan. Saat Anda melihat, pertanyaan tentang kepercayaan hilang. Jika saya memberi tahu Anda bahwa saya memiliki permata yang tersembunyi dalam lipatan telapak tangan saya, pertanyaan tentang ‘kepercayaan’ timbul karena Anda tidak melihatnya sendiri. Tetapi jika saya membuka telapak tangan saya dan menunjukkan permata itu kepada Anda, maka

Anda melihatnya sendiri dan pertanyaan tentang 'kepercayaan' tidak akan muncul. Ada ungkapan yang tertera dalam naskah kuno Buddhis: 'Penyadaran itu bagaikan seseorang yang melihat permata di telapak tangan.'"

## Arti Doa

*Alam itu tidak memihak; alam tidak dapat disanjung oleh doa. Alam tidak menghibahkan kemurahan khusus apa pun atas permintaan. Manusia bukanlah makhluk yang jatuh, melainkan malaikat yang bangkit. Doa terjawab oleh kekuatan pikiran mereka sendiri.*

Menurut ajaran Buddha, manusia adalah guru potensial bagi dirinya sendiri. Hanya karena ketaktahuannya yang mendalam, manusia gagal menyadari potensi penuhnya. Karena Buddha telah menunjukkan kekuatan tersembunyi ini, manusia harus mengembangkan batinnya dan melatihnya dengan menyadari kemampuan bawaannya. Sebuah cerita akan menggambarkan hal ini. Suatu hari seekor elang meninggalkan telurnya di dalam sarang ayam betina. Ayam betina itu menetas telur elang itu bersama telur-telurnya sendiri. Anak tetasan itu kemudian mengikuti induk ayam, seperti induknya mengajarkan mereka untuk mengais tanah untuk mencari makanan. Anak elang yang berpikir bahwa dirinya adalah seekor anak ayam melakukan hal yang sama. Suatu hari ia melihat seekor elang terbang tinggi di langit, dan memutuskan untuk melakukan hal serupa. Anak ayam yang lain menertawakannya, tetapi ia tidak peduli. Setiap hari ia berlatih tekun sampai suatu hari ia menjadi cukup kuat dan melayang di udara, menjadi raja angkasa, sementara anak ayam lainnya terus hidup di atas tanah. Kita harus berpikir seperti burung elang itu.

Ajaran Buddha memberikan tanggung jawab dan martabat penuh kepada manusia. Ajaran Buddha membuat manusia menjadi tuannya sendiri. Menurut ajaran Buddha, tidak ada makhluk yang lebih tinggi yang duduk untuk menghakimi perbuatan dan nasib seseorang. Hal ini berarti hidup kita, masyarakat kita, dunia kita, adalah apa yang Anda dan saya ingin perbuat dengannya, dan bukan apa yang diinginkan oleh makhluk antah-berantah.

Ingatlah bahwa alam itu tidak memihak; tidak dapat disanjung oleh doa-doa. Alam tidak menghibahkan kemurahan khusus apa pun karena permohonan. Jadi dalam ajaran Buddha, doa adalah meditasi dengan perubahan diri sebagai obyeknya. Doa dalam meditasi akan mengondisikan sifat kita. Hal itu merupakan perubahan sifat dalam diri kita yang dicapai dengan pemurnian tiga daya—pikiran, perkataan, dan perbuatan. Melalui meditasi kita dapat memahami bahwa “kita adalah apa yang kita pikirkan”, sesuai dengan penemuan psikologi. Jika kita berdoa, kita mengalami suatu kelegaan dalam batin kita; itulah efek psikologis yang kita ciptakan melalui iman dan devosi kita. Setelah melafalkan ayat tertentu kita juga mengalami hasil yang sama. Nama atau simbol religius tertentu adalah penting sejauh mereka menolong mengembangkan devosi dan keyakinan diri, namun harus tetap tidak dianggap sebagai akhir segalanya.

Buddha sendiri telah menyatakan dengan jelas bahwa bukanlah pengucapan ayat-ayat suci, atau penyiksaan diri, atau tidur di atas tanah, atau pengulangan doa-doa, penebusan dosa, kidung, jimat, mantra, jampi, atau rapalan yang dapat membawa kebahagiaan sejati *Nibbāna*, namun hanya pemurnian batin melalui upaya sendiri yang dapat melakukannya.



Mengenai penggunaan doa-doa untuk mencapai tujuan akhir, Buddha pernah membuat analogi tentang seorang manusia yang ingin menyeberang sungai. Jika ia duduk dan berdoa, memohon agar tepian seberang datang kepadanya dan membawanya ke seberang, maka doanya tidak akan terjawab. Jika ia benar-benar ingin menyeberang sungai itu, ia harus berusaha; ia harus mencari balok kayu dan membikin rakit, atau mencari jembatan, atau membuat perahu, atau barangkali berenang. Dengan suatu cara ia harus bekerja untuk menyeberang sungai. Demikian juga, jika ia ingin menyeberangi sungai *samsāra*, doa-doa saja tidaklah cukup. Ia harus bekerja keras dengan menjalani kehidupan religius, mengendalikan nafsunya, menenangkan batinnya, dan dengan menyingkirkan semua ketakmurnian dan kotoran dalam batinnya. Hanya dengan demikian ia dapat mencapai tujuan akhir. Doa saja tidak akan pernah membawanya ke tujuan akhir.

Jika doa diperlukan, hal itu sebaiknya guna memperkuat dan memusatkan batin, dan bukan untuk memohon sesuatu. Doa berikut dari seorang penyair mengajarkan kita bagaimana caranya berdoa. Umat Buddha akan menganggap hal ini sebagai meditasi untuk mengembangkan batin:

*Semoga aku tak berdoa untuk dijauhkan dari marabahaya,  
tetapi berdoa agar tak takut menghadapinya.  
Semoga aku tak berdoa untuk diredakan dari rasa sakit,  
tetapi demi hati yang menaklukkannya.  
Semoga aku tak rindu diselamatkan dari rasa takut,  
tetapi bisa mengandalkan kesabaran  
untuk memenangkan keterbebasanku.*

## Meditasi

*Meditasi adalah pendekatan psikologis untuk pengembangan, pelatihan, dan pemurnian pikiran.*

Dalam hal doa, umat Buddha mempraktikkan meditasi untuk pelatihan batin dan pengembangan spiritual. Tidak seorang pun dapat merealisasi *Nibbāna* atau keselamatan tanpa mengembangkan batin melalui meditasi. Sejumlah perbuatan baik saja tidak akan cukup membawa seseorang untuk mencapai tujuan akhir tanpa pemurnian batin yang sesuai. Secara alamiah, batin yang tak terlatih sangat sukar dikendalikan dan merayu orang untuk berbuat buruk dan menjadi budak indra. Khayalan dan emosi selalu menyesatkan manusia jika batin tidak dilatih dengan benar. Seseorang yang tahu bagaimana caranya bermeditasi akan dapat mengendalikan batinnya jika tersesatkan oleh indra-indra.

Kebanyakan masalah yang kita hadapi saat ini terjadi karena batin yang tak terlatih dan tak berkembang. Telah diketahui bahwa meditasi adalah obat untuk banyak penyakit badan dan batin. Pakar medis dan psikologis besar di seluruh dunia menyatakan bahwa frustrasi, kecemasan, kesengsaraan, kegelisahan, ketegangan, dan ketakutan adalah penyebab dari berbagai penyakit, tukak lambung, gastritis, keluhan saraf, dan penyakit jiwa. Bahkan penyakit yang laten akan diperburuk dengan kondisi mental seperti demikian.

Jika kesadaran “aku” terlalu resah, terlalu cemas, atau berduka terlalu lama dan terlalu dalam, maka masalah berkembang dalam tubuh. Tukak lambung, tuberkulosis, penyakit koroner, dan gangguan fungsional adalah hasil dari ketidakseimbangan mental dan emosional. Pada anak-anak, kehancuran gigi dan penglihatan

yang kurang baik sering berhubungan dengan gangguan emosional.

Banyak penyakit dan kelainan ini dapat dihindari jika orang dapat menyediakan sedikit waktu setiap hari untuk menenangkan indra mereka melalui praktik meditasi. Banyak orang tidak percaya akan hal ini atau terlalu malas untuk melakukan meditasi karena kurangnya pemahaman. Beberapa orang berkata bahwa meditasi hanyalah membuang waktu. Kita harus ingat bahwa para guru spiritual di dunia ini mencapai titik tertinggi kehidupannya melalui praktik meditasi. Mereka dihormati saat ini oleh jutaan orang karena mereka telah melakukan pelayanan luar biasa bagi umat manusia dengan kebijaksanaannya yang mereka peroleh melalui praktik meditasi.

Meditasi sebaiknya tidak menjadi tugas di mana kita memaksa diri kita sendiri “dengan gigi terkatup dan tangan terkepal”; hal itu lebih sebagai sesuatu yang menarik kita karena hal itu memenuhi kita dengan kegembiraan dan inspirasi. Selama kita harus memaksa diri kita sendiri, kita belum siap untuk meditasi. Bukannya bermeditasi, kita malah menyakiti sifat sejati kita. Bukannya tenang dan melepas, kita malah mencengkeram ego kita. Dengan cara ini meditasi menjadi suatu permainan ambisi dari pencapaian dan pembesaran pribadi. Meditasi itu seperti cinta: suatu pengalaman spontan—bukan sesuatu yang dapat dipaksakan.

Karenanya, meditasi Buddhis tidak memiliki tujuan lain selain untuk membawa batin kembali ke saat ini, ke keadaan penuh kesadaran, dengan menjernihkannya dari semua rintangan yang timbul dari obyek mental dan indra. Buddha meraih Kecerahan melalui pengembangan batin-Nya. Ia tidak mencari kekuatan ilahi

untuk menolong-Nya. Ia memperoleh kebijaksanaan-Nya melalui upaya sendiri dengan menjalani meditasi. Untuk memiliki tubuh dan pikiran yang sehat dan memiliki kedamaian, seseorang harus belajar bagaimana mempraktikkan meditasi.

## **Sifat Kehidupan Modern**

Saat ini kita hidup dalam suatu dunia di mana orang harus bekerja sangat keras secara fisik dan mental. Tanpa kerja keras, tidak ada tempat bagi orang dalam masyarakat modern. Sangat sering kompetisi tajam terjadi di mana-mana. Seseorang mencoba mengalahkan orang lain di setiap sisi kehidupan dan manusia sama sekali tidak tenang. Batin adalah inti kehidupan. Jika tidak ada kedamaian dan ketenangan sejati dalam batin, seluruh kehidupan akan runtuh. Orang secara alamiah mencoba mengatasi kesengsaraan mereka dengan menyenangkan indra: minum, berjudi, menyanyi, dan menari—sepanjang waktu berilusi bahwa mereka menikmati kebahagiaan hidup sejati.

Stimulasi indra bukanlah jalan yang sebenarnya untuk mendapat ketenangan. Semakin kita mencoba memuaskan indra melalui kesenangan indrawi, semakin kita akan menjadi budak indra itu. Tidak akan ada akhir bagi kecanduan kita akan kepuasan. Jalan yang benar untuk menjadi tenang adalah menenangkan indra dengan mengendalikan pikiran. Jika kita dapat mengendalikan pikiran, maka kita akan dapat mengendalikan semua hal. Jika pikiran sepenuhnya terkendali dan murni, pikiran akan bebas dari gangguan mental. Jika pikiran bebas dari gangguan mental, maka pikiran dapat melihat banyak hal yang tidak dapat dilihat orang lain dengan mata telanjang mereka. Akhirnya, kita akan

dapat mencapai keselamatan kita dan menemukan kedamaian dan kebahagiaan.

Untuk mempraktikkan meditasi, kita harus memiliki keteguhan, usaha, dan kesabaran yang kuat. Jangan mengharapkan hasil yang segera. Kita harus ingat bahwa perlu bertahun-tahun untuk menjadi seorang dokter, pengacara, matematikawan, filsuf, sejarawan, atau ilmuwan. Demikian juga untuk menjadi meditator yang baik, akan perlu waktu bagi kita untuk mengendalikan batin yang liar dan menenangkan indra. Mempraktikkan meditasi itu ibarat berenang di sungai melawan arus. Karenanya kita tidak boleh kehilangan kesabaran karena tidak mampu mendapatkan hasil yang cepat. Bersamaan dengan itu, meditator juga harus mengembangkan moralitasnya. Suatu tempat yang cocok untuk meditasi juga merupakan aspek penting lainnya. Meditator harus memiliki suatu obyek untuk meditasinya, karena tanpa suatu obyek, pikiran yang melompat-lompat akan sulit ditahan. Obyek itu tidak boleh menciptakan nafsu, amarah, khayalan, dan emosi dalam pikiran meditator.

Jika kita mulai bermeditasi, kita mengubah pikiran dari cara berpikir imajinatif yang lama atau pikiran kebiasaan menjadi suatu cara berpikir baru yang tak terhalangi dan tidak biasa. Saat bermeditasi, jika kita menarik napas dengan penuh kesadaran, kita menyerap energi kosmik. Jika kita mengembus napas dengan penuh kesadaran dan dengan *mettā*—cinta sejati, kita memurnikan atmosfer.

Kita menghabiskan banyak waktu untuk tubuh kita: memberinya makan, menyandangi, membersihkan, mencuci, memperindah, mengistirahatkan, tetapi berapa banyak waktu yang kita luangkan

untuk batin kita?

Apa obyek yang cocok untuk bermeditasi? Beberapa orang mengambil citra Buddha sebagai obyek dan merenunginya padanya. Sebagian orang mengamati penarikan dan pengembusan napas. Apa pun metodenya, jika kita mencoba mempraktikkan meditasi, kita memerlukan ketenangan. Meditasi akan sangat membantu untuk memiliki kesehatan fisik dan mental dan mengendalikan batin bilamana diperlukan.

Kita dapat melakukan pelayanan tertinggi bagi masyarakat hanya dengan tidak melakukan kejahatan. Batin terpelihara yang dikembangkan melalui meditasi adalah pelayanan paling bermanfaat bagi orang lain. Meditasi tentu bukanlah membuang waktu yang berharga. Batin yang maju dari seorang meditator dapat memecahkan begitu banyak masalah manusia dan sangat bermanfaat untuk mencerahkan orang lain. Meditasi sangat bermanfaat untuk membantu seseorang hidup dengan tenteram di antara berbagai usikan yang sangat sering terjadi di dunia modern ini. Kita tidak dapat diharapkan untuk menarik diri ke hutan untuk hidup dalam menara gading—jauh dari hiruk-pikuk. Meditasi bertujuan untuk melatih orang untuk menghadapi, memahami, dan mengatasi dunia tempat kita hidup ini. Meditasi mengajarkan kita untuk menyesuaikan diri sendiri untuk menanggung berbagai rintangan hidup dalam dunia modern.

Jika Anda mempraktikkan meditasi, Anda dapat belajar bertindak seperti halnya orang mulia sekalipun Anda diusik oleh orang lain. Melalui meditasi, Anda dapat belajar bagaimana cara menenangkan tubuh dan pikiran; Anda dapat belajar menjadi damai dan bahagia dalam diri.

Sama seperti mesin menjadi terlalu panas dan rusak jika dijalankan selama waktu yang lama dan memerlukan pendinginan untuk mencegahnya, demikian juga batin menjadi lemah jika dipacu terus-menerus, dan hanya melalui meditasi dapat tercapai ketenangan atau pendinginan. Meditasi memperkuat batin untuk mengendalikan emosi manusia jika diganggu oleh pikiran dan perasaan negatif seperti kecemburuan, kemarahan, kesombongan, dan iri hati. Meditasi membantu kita untuk melepaskan tekanan hidup sehari-hari.

Jika Anda mempraktikkan meditasi, Anda dapat belajar membuat keputusan yang tepat saat Anda berada di persimpangan jalan kehidupan dan kehilangan arah. Sifat-sifat ini tidak dapat dibeli di mana pun. Tidak ada sejumlah uang atau kepemilikan yang dapat membeli sifat-sifat ini, tetapi Anda dapat mencapainya melalui meditasi. Namun kita tidak boleh melupakan kenyataan bahwa obyek tertinggi meditasi Buddhis adalah menghapus semua cecar dari batin dan merealisasi tujuan akhir—*Nibbāna*.

Akan tetapi, sekarang ini praktik meditasi telah disalahgunakan orang. Mereka menginginkan hasil yang langsung dan cepat, sama seperti mereka mengharapkan hasil cepat untuk semua yang mereka lakukan dalam kehidupan sehari-hari. Beberapa orang mempraktikkan meditasi untuk memuaskan keinginan material mereka; mereka ingin memperbanyak perolehan materinya. Mereka ingin menggunakan meditasi untuk mendapatkan pekerjaan yang lebih baik. Mereka ingin mendapatkan lebih banyak uang atau menjalani bisnis dengan lebih efisien. Sekalipun ini bukan hal yang buruk, mungkin mereka gagal memahami bahwa tujuan meditasi bukanlah untuk meningkatkan, tetapi justru untuk menurunkan keinginan. Motif materialistis sebenarnya

tidak sesuai untuk meditasi yang benar. Seseorang sebaiknya bermeditasi untuk mencoba mencapai sesuatu yang bahkan tidak dapat dibeli dengan uang.

Dalam ajaran Buddha, seperti halnya dengan budaya Timur lainnya, kesabaran adalah sifat terpenting. Batin harus dikendalikan dengan perlahan dan seseorang sebaiknya tidak mencoba mencapai tataran yang lebih tinggi tanpa latihan yang memadai. Kita telah mendengar tentang pemuda dan pemudi yang terlalu antusias menjadi hilang ingatan karena mereka menerapkan niat yang keliru terhadap meditasi. Meditasi adalah jalan yang lembut untuk menundukkan kotoran yang mencemari batin. Jika orang menginginkan “sukses” atau “prestasi” untuk menyombongkan kepada orang lain bahwa mereka telah mencapai tataran meditasi ini dan itu, mereka menyalahgunakan metode pengembangan mental. Seseorang harus dilatih dalam moralitas dan harus memahami dengan jelas bahwa untuk sukses dalam disiplin meditasi, pencapaian duniawi tidak boleh disetarakan dengan pengembangan spiritual. Idealnya, sebaiknya berlatih di bawah guru yang berpengalaman yang akan menolong murid-muridnya untuk berkembang di jalan yang benar. Tetapi di atas semua itu, seseorang tidak boleh tergesa-gesa ingin mencapai terlalu banyak dalam waktu terlalu cepat.

## **Makna Syair Parittā**

*Syair Parittā adalah lantunan beberapa Sutta yang diucapkan oleh Buddha untuk pemberkahan dan perlindungan umat.*

Syair Parittā adalah praktik terkenal umat Buddha yang dilakukan



di seluruh dunia, khususnya di negara Buddhis Theravāda di mana bahasa Pāli digunakan untuk pengucapan. Banyak di antaranya merupakan *Sutta-sutta* penting dari ajaran dasar Buddha yang dicatat oleh murid-murid-Nya. Aslinya, *Sutta-sutta* ini dicatat di atas daun ola sekitar dua ribu tahun yang lalu. Kemudian, dihimpun dalam suatu buku yang dikenal sebagai “Buku Syair *Parittā*”. Sumber asli *Sutta-sutta* ini adalah *Aṅguttara Nikāya*, *Majjhima Nikāya*, *Dīgha Nikāya*, *Saṃyutta Nikāya*, dan *Khuddaka Nikāya* dalam *Sutta Piṭaka*. *Sutta* yang dilafalkan umat Buddha untuk perlindungan dikenal sebagai Syair *Parittā*. Di sini “perlindungan” berarti melindungi diri kita sendiri dari berbagai bentuk niat buruk, kemalangan, penyakit, pengaruh sistem planet, dan juga menanamkan keyakinan diri dalam batin. Getaran syair itu menciptakan suasana yang sangat menyenangkan. Irama syair itu juga penting. Jika diperhatikan, ketika seorang bhikkhu melantunkan *Sutta*, intonasi yang berlainan diterapkan untuk menyelaraskan dengan berbagai *Sutta* yang dimaksudkan untuk bagian yang berbeda. Pada masa awal pengembangan spiritual manusia, ditemukan bahwa irama suara tertentu dapat menghasilkan keadaan psikologis penuh kedamaian dan ketenangan bagi pendengarnya. Lebih jauh lagi, intonasi pada tingkat tertentu akan menarik dewa-dewa, sedangkan irama tertentu akan membawa pengaruh baik bagi makhluk yang lebih rendah seperti hewan, ular, dan bahkan roh atau hantu. Karenanya, irama yang benar dan menenangkan adalah aspek penting Syair *Parittā*.

Penggunaan irama ini tidak terbatas pada ajaran Buddha saja. Dalam setiap agama, jika umat melantunkan doa-doa dengan menggunakan kitab suci, mereka mengikuti irama tertentu. Kita bisa mengamati hal ini saat kita mendengarkan pembacaan Quran oleh umat Muslim dan Mantra Veda oleh pendeta Hindu dalam

bahasa Sanskerta. Beberapa kidung indah juga dibawakan oleh kelompok Kristen tertentu, khususnya aliran Katolik Roma dan Ortodoks Yunani.

Saat *Sutta* dilafalkan, tiga kekuatan besar diaktifkan. Kekuatan Buddha, Dhamma, dan *Saṅgha*. Ajaran Buddha adalah kombinasi dari “Tiga Permata” ini, dan jika diucapkan bersama-sama, ketiganya dapat membawa banyak berkah bagi umat manusia.

(1) Buddha. Ia telah mengembangkan semua nilai luhur, kebijaksanaan, dan Kecerahan; mengembangkan kekuatan spiritual sebelum Ia memberi kita ajaran mulia-Nya. Walaupun keberadaan fisik Sang Guru tidak lagi bersama kita, ajaran-Nya tetap ada demi manfaat manusia. Serupa juga, manusia yang menemukan listrik tidak lagi bersama kita, tetapi dengan menggunakan pengetahuannya, efek kebijaksanaannya tetap ada. Terang yang kita nikmati saat ini adalah hasil kebijaksanaannya. Ilmuwan yang menemukan energi atom tidak lagi hidup, tetapi pengetahuan untuk mengolahnya tetap bersama kita. Demikian juga ajaran mulia yang diberikan kepada kita melalui kebijaksanaan dan Kecerahan Buddha merupakan suatu kekuatan yang paling efektif bagi orang untuk mendapatkan inspirasi. Jika Anda mengingat dan menghormati Buddha, Anda mengembangkan keyakinan terhadap Buddha.

(2) Dhamma. Ini merupakan kekuatan kebenaran, keadilan, dan kedamaian yang ditemukan oleh Buddha yang memberikan penghiburan spiritual untuk para pengikut guna memelihara kedamaian dan kebahagiaan. Jika Anda mengembangkan kewelasan, hormat, dan pemahaman Anda, kekuatan Dhamma ini melindungi dan menolong Anda untuk mengembangkan

lebih banyak kepercayaan dan kekuatan dalam batin Anda. Kemudian batin Anda sendiri menjadi kekuatan yang sangat besar untuk perlindungan diri Anda sendiri. Jika diketahui bahwa Anda menegakkan Dhamma, orang dan makhluk lain akan menghormati Anda. Kekuatan Dhamma melindungi Anda dari berbagai jenis pengaruh buruk dan kekuatan jahat. Mereka yang tidak dapat memahami kekuatan Dhamma dan cara hidup yang sesuai dengan Dhamma, selalu menyerahkan diri mereka kepada semua bentuk kepercayaan takhayul dan dipengaruhi oleh banyak jenis dewa, roh, dan kekuatan mistis yang mengharuskan mereka untuk melakukan upacara dan ritual aneh. Dengan melakukan hal itu, mereka hanya mengembangkan lebih banyak rasa takut dan kecurigaan yang lahir dari ketaktahuan. Sejumlah besar uang dihabiskan untuk praktik-praktik semacam itu dan hal ini dapat dengan mudah dihindari jika orang mengembangkan kepercayaan mereka dalam Dhamma. Dhamma juga digambarkan sebagai “alam” atau “fenomena alam”, “hukum kosmik” atau “gravitasi” atau “magnet”. Mereka yang telah mempelajari sifat kekuatan ini dapat melindungi diri mereka sendiri melalui Dhamma dengan menyelaraskan diri dengannya. Jika batin ditenangkan melalui pengetahuan sempurna, gangguan tidak akan dapat menciptakan rasa takut.

(3) *Saṅgha*. Kata ini mengacu pada persamuan suci para siswa Buddha yang telah melakukan pengembangan spiritual. Mereka dianggap sebagai siswa Buddha, yang telah mengembangkan nilai-nilai luhur untuk merealisasi kesucian tertinggi atau *Arahatta*. Kita menghormati komunitas *Saṅgha* sebagai penjaga *Sāsana* Buddha atau mereka yang melindungi dan memperkenalkan Dhamma kepada dunia selama lebih dari 2.500 tahun. Pelayanan yang diberikan oleh *Saṅgha* telah membimbing umat manusia menjalani

kehidupan yang benar dan mulia. Mereka adalah rantai hidup dengan Yang Tercerahkan yang membawa pesan-Nya kepada kita melalui pelantunan kata-kata yang diucapkan oleh-Nya.

Syair *Parittā* untuk pemberkahan dimulai selama masa Buddha. Pada kemudian hari di negara Buddhis seperti Sri Lanka, Thailand, dan Myanmar, praktik ini dikembangkan lebih jauh dengan membentuk lantunan panjang untuk semalam suntuk atau untuk beberapa hari. Dengan rasa hormat yang besar, para pengikut berpartisipasi mendengarkan dengan penuh perhatian. Ada beberapa peristiwa di mana Buddha dan murid-murid-Nya mendaras *Parittā* untuk memberi penghiburan spiritual bagi orang yang menderita wabah penyakit, kelaparan, penyakit, dan bencana alam lainnya. Pada suatu ketika di mana seorang anak dilaporkan terasuki oleh pengaruh jahat, Buddha menyuruh seorang bhikkhu untuk mendaras *Parittā* guna melindungi anak itu.

Pelayanan berkah dengan cara pendarasan *Parittā* itu efektif. Tentu saja, ada saat kala syair *Parittā* tidak efektif jika pelaku atau pendengar telah melakukan karma buruk yang kuat. Meskipun demikian, buah karma buruk kecil tertentu dapat diatasi dengan kekuatan getaran yang dipadukan dengan nilai luhur dan welas asih dari orang suci yang mendaras *Sutta-sutta* ini. Bagaimanapun, efek karma buruk yang kuat dapat ditunda sementara waktu, namun tidak berarti menghapuskannya. Umat yang lelah atau letih mengalami kelegaan dan keteduhan setelah mendengar pendarasan *Sutta*. Pengalaman semacam itu berbeda dari yang dihasilkan oleh musik karena musik dapat menciptakan kesenangan dalam batin kita dan memperburuk emosi kita, tetapi tidak menciptakan devosi dan keyakinan spiritual.

Selama 2.500 tahun terakhir, umat Buddha telah merasakan efek baik dari pendarasan *Sutta*. Kita sebaiknya mencoba untuk memahami bagaimana dan mengapa kata-kata yang diucapkan Buddha untuk tujuan pemberkahan dapat begitu efektif sekalipun Ia telah wafat. Disebutkan dalam ajaran Buddha bahwa semenjak Ia bercita-cita untuk menjadi seorang Buddha selama kelahirannya yang terdahulu, Ia telah menegakkan satu prinsip khusus, yaitu “pantang berkata bohong”. Tanpa menyalahgunakan kata-kata-Nya, Ia berkata dengan lembut tanpa menyakiti perasaan orang lain. Kekuatan kebenaran telah menjadi sumber kekuatan dalam kata-kata yang diucapkan Buddha dengan penuh kewelasan. Akan tetapi, kekuatan kata-kata Buddha saja tidak cukup untuk menjamin berkah tanpa penghormatan dan pemahaman para pengikut.

Efek dialami yang dialami banyak orang dalam membersihkan diri mereka sendiri dari penyakit dan banyak gangguan mental lain melalui perantaraan *Sutta* Buddha dan meditasi adalah bukti bahwa hal itu dapat menjadi sangat efektif jika digunakan dengan penghormatan dan keyakinan.

## **Apakah Umat Buddha Pemuja Berhala?**

*Umat Buddha bukanlah pemuja berhala.*

Walaupun umum di antara umat Buddha untuk menyimpan arca Buddha dan menghormati Buddha, umat Buddha bukanlah pemuja berhala. Pemujaan berhala secara umum berarti mendirikan patung dewa-dewi dalam berbagai bentuk dan ukuran, dan berdoa secara langsung pada patung-patung ini seolah patung itu sendiri

adalah dewa. Doa-doanya adalah permohonan kepada dewa untuk bimbingan dan perlindungan. Dewa dan dewi itu diminta memberi kesehatan, kekayaan, kepemilikan, dan menyediakan berbagai kebutuhan; mereka juga dimintai pengampunan.

“Pemujaan” kepada arca Buddha merupakan hal yang berbeda. Umat Buddha mengacu pada citra Buddha sebagai suatu sikap penghormatan kepada orang paling besar, bijaksana, bajik, penuh kewelasan, dan suci yang pernah hidup di dunia ini. Merupakan fakta sejarah bahwa orang besar ini benar-benar pernah hidup di dunia ini dan telah melakukan pelayanan besar bagi umat manusia. Pemujaan Buddha berarti menghormati dan memuliakan Ia dan apa yang Ia wakili, dan bukan pada wujud batu atau logamnya.

Patung adalah alat bantu visual yang membantu seseorang untuk mengenang Buddha dan sifat-sifat luhur-Nya yang mengilhami jutaan orang dari generasi ke generasi sepanjang peradaban dunia. Umat Buddha menggunakan arca sebagai suatu lambang dan sebagai obyek konsentrasi untuk memperoleh kedamaian batin. Jika umat Buddha memandang arca Buddha, mereka mengesampingkan pikiran perselisihan dan hanya berpikirtentang kedamaian, ketenangan, ketenteraman. Arca itu memungkinkan pikiran untuk mengingat orang besar ini dan memberi inspirasi para pengikut untuk mengikuti teladan dan petunjuk-Nya. Dalam pikiran mereka, umat Buddha merasakan keberadaan Sang Guru. Perasaan itu membuat tindakan pemujaan mereka menjadi hidup dan berarti. Ketenteraman yang terpancar dari citra Buddha memengaruhi dan menginspirasi mereka untuk menjalani jalan benar bagi perbuatan dan pikiran.

Umat Buddha yang paham tidak pernah meminta tolong dari

patung itu, atau memohon pengampunan bagi perbuatan buruk yang dilakukannya. Mereka mencoba mengendalikan pikiran, untuk mengikuti nasihat Buddha, melepaskan kesengsaraan duniawi dan menemukan keselamatan. Mereka yang mengkritik umat Buddha mempraktikkan pemujaan berhala benar-benar salah menafsirkan apa yang dilakukan umat Buddha. Jika orang boleh menyimpan foto orangtua dan kakeknya untuk mengenang mereka, jika orang boleh menyimpan foto raja, ratu, perdana menteri, pahlawan besar, filsuf, dan penyair, kenapa umat Buddha tidak boleh menyimpan citra atau arca guru mulia mereka untuk mengingat dan menghormati-Nya.

Apa bahayanya jika orang melantunkan ayat-ayat tertentu untuk memuja sifat-sifat besar guru mereka? Jika orang boleh menaruh karangan bunga di atas makam orang tercinta untuk mengekspresikan rasa terima kasih mereka, apa bahayanya jika umat Buddha juga memberikan bunga dan dupa untuk guru mereka yang mencurahkan hidup untuk menolong manusia yang menderita? Orang membuat patung pahlawan penakluk tertentu yang pada kenyataannya merupakan pembunuh dan bertanggung jawab atas kematian jutaan orang. Demi kekuasaan, para penakluk ini melakukan pembunuhan dengan kebencian, kekejaman, dan ketamakan. Mereka menyerang negara-negara miskin dan menciptakan penderitaan tak terkatakan dengan merebut tanah atau kepemilikan orang lain dan menyebabkan banyak kehancuran. Banyak penakluk ini dianggap sebagai pahlawan nasional; mereka diperingati dan bunga-bunga ditaburkan di atas makam mereka. Jadi apa salahnya, jika umat Buddha menghormati guru yang dihormati dunia yang mengorbankan kesenangan duniawi-Nya demi Kecerahan dan menunjukkan jalan keselamatan pada orang lain?

Citra adalah bahasa bawahsadar. Karena itu, citra Buddha sering diciptakan dalam pikiran orang sebagai perwujudan kesempurnaan. Citra itu akan menembus batin bawahsadar dan (jika cukup kuat) dapat bertindak sebagai rem otomatis untuk melawan impuls. Ingatan tentang Buddha membangkitkan kegembiraan, menyegarkan batin dari kelelahan, ketegangan, dan frustrasi. Jadi pemujaan terhadap Buddha bukanlah doa dalam arti biasa melainkan suatu bentuk meditasi. Karena itu, hal ini bukanlah pemujaan berhala (*idol*), tetapi pemujaan *ideal*. Jadi umat Buddha dapat menemukan kekuatan baru untuk membangun tempat suci bagi hidup mereka. Mereka membersihkan hati mereka sampai mereka merasa layak untuk membawa citra dalam hati yang terdalam. Umat Buddha menghormati orang besar yang terwakili oleh citranya. Mereka mencoba memperoleh inspirasi dari kepribadian-Nya yang mulia dan menyamai-Nya. Umat Buddha tidak melihat citra Buddha sebagai berhala mati terbuat dari kayu, logam, atau tanah liat. Arca itu mewakili sesuatu yang menggetarkan bagi mereka yang paham dan murni dalam pikiran, perkataan, dan perbuatan.

Citra Buddha tidak lebih dari perwujudan simbolis sifat-sifat luhur-Nya. Lumrah kalau rasa hormat mendalam pada Buddha diekspresikan dalam bentuk seni dan pahatan yang terbaik dan terindah yang pernah dikenal dunia. Sulit untuk mengerti mengapa sebagian orang memandang rendah mereka yang menghormati patung yang mewakili guru religius suci mereka.

Citra ketenangan dan ketenteraman dari Buddha telah menjadi konsep umum keindahan ideal di seluruh dunia. Citra Buddha adalah aset umum yang paling bernilai dari budaya Asia. Citra Buddha tidak hanya dihargai oleh orang Asia atau umat Buddha.



Anatole France dalam otobiografinya menulis, “Pada tanggal 1 Mei 1890 aku berkesempatan mengunjungi museum di Paris. Di sana, dalam kesunyian dan kesederhanaan, berdirilah dewa-dewa Asia, matakmu terpaku pada arca Buddha yang mengisyaratkan umat manusia yang menderita untuk mengembangkan kebijaksanaan dan kewelasan. Jika sesosok dewa pernah berjalan di atas Bumi ini, aku merasa bahwa itulah Dia. Aku merasa ingin berlutut dan berdoa pada-Nya seperti pada sosok Tuhan.”

Pernah seorang jenderal memberikan arca Buddha sebagai warisan kepada Winston Churchill selama Perang Dunia ke-2. Jenderal itu berkata, “Jika pikiranmu sedang bingung dan gelisah, aku ingin kamu melihat arca ini dan menjadi nyaman.” Apakah yang membuat pesan Buddha begitu menarik bagi para cendekiawan? Mungkin jawaban itu dapat terlihat dalam ketenteraman arca Buddha.

Tidak hanya dalam warna dan garis, orang-orang mengekspresikan keyakinan mereka pada Buddha dan keanggunan ajaran-Nya. Tangan manusia berkarya dalam besi dan batu untuk menghasilkan citra Buddha yang merupakan salah satu karya terbesar kecerdasan manusia. Saksikan arca tersohor di Wihara Abhayagiri di Sri Lanka, atau arca Buddha di Sarnath, atau citra dahsyat di Borobudur. Mata-Nya penuh dengan kewelasan dan tangan-Nya mengekspresikan ketakgentaran, atau niat baik dan berkah, atau mengurai benang kusut pikiran, atau memanggil Bumi sebagai saksi pencarian besar-Nya akan kebenaran. Ke mana pun Dhamma pergi, citra sang guru besar pergi bersamanya, bukan hanya sebagai obyek pemujaan tetapi juga sebagai obyek meditasi dan penghormatan. “Aku tidak mengenal apa pun,” kata Keyserling, “yang lebih agung di dunia ini dari figur Buddha. Hal ini merupakan perwujudan sempurna

dari spiritualitas dalam dimensi tampak.”

Hidup yang begitu indah, hati yang begitu murni dan baik, batin yang begitu dalam dan tercerahkan, kepribadian yang begitu membangkitkan semangat dan tidak egois—suatu hidup yang sempurna, suatu hati yang welas, batin yang tenang, kepribadian yang tenteram, benar-benar patut dihormati, patut dihargai, dan patut dipuja. Buddha adalah kesempurnaan tertinggi umat manusia.

Arca Buddha adalah simbol, bukan dari seseorang, melainkan dari Kebuddhaan yang dapat direalisasi semua orang walaupun hanya sedikit yang merealisasinya. Kebuddhaan bukan untuk satu orang namun untuk banyak orang. Para Buddha masa lampau, para Buddha yang belum datang, para Buddha masa kini; dengan rendah hati kita puja setiap hari.

Sekalipun demikian, umat Buddha tidak wajib memiliki arca Buddha guna menjalani ajaran Buddha. Mereka yang dapat mendisiplinkan pikiran dan indranya tentu dapat melakukannya tanpa suatu citra sebagai obyek. Jika umat Buddha benar-benar ingin melihat Buddha di seluruh keanggunan dan kemuliaan sejati-Nya, mereka harus menerjemahkan ajaran-Nya ke dalam praktik kehidupan sehari-hari. Dalam praktik ajaran-Nyalah mereka dapat mendekat pada-Nya dan merasakan pancaran luar biasa kebijaksanaan dan kewelasan-Nya yang tak pernah padam. Hanya dengan menghormati arca tanpa menjalani ajaran-Nya bukanlah cara untuk menemukan keselamatan. “Ia yang melihat Dhamma, melihat Aku.”

## Makna Religius Berpuasa

*Banyak orang di dunia menghadapi kematian sebelum waktunya karena terlalu banyak makan.*

Dalam ajaran Buddha, puasa dikenal sebagai salah satu metode untuk mempraktikkan pengendalian diri. Buddha menyarankan para bhikkhu untuk tidak memakan makanan padat setelah tengah hari. Perumah tangga yang menjalani Delapan Sila pada hari bulan purnama juga pantang makan makanan padat setelah tengah hari.

Kadang ada kritik yang menganggap praktik ini sebagai gaya keagamaan. Hal itu bukanlah gaya, tetapi praktik yang didasarkan pada pandangan moral dan psikologis. Dalam ajaran Buddha, puasa adalah tahap awal disiplin diri untuk mendapatkan pengendalian diri. Di semua agama ada suatu sistem berpuasa. Dengan berpuasa dan mengorbankan makan satu kali sehari atau untuk periode apa pun, kita dapat menyumbangkan makanan kita bagi mereka yang kelaparan atau yang bahkan tidak mendapatkan makanan layak setiap hari.

“Orang yang terlalu banyak makan,” tulis Leo Tolstoy, “tidak dapat berjuang melawan kemalasan; sementara orang yang rakus dan malas tidak akan mampu melawan nafsu seksual. Karena itu, menurut semua ajaran moral, usaha pengendalian diri dimulai dengan perjuangan melawan nafsu kerakusan—dimulai dengan berpuasa, karena kondisi pertama hidup yang baik adalah pengendalian diri, demikian juga kondisi pertama untuk hidup dengan pengendalian diri adalah berpuasa.”

Orang bijak di pelbagai negara yang mempraktikkan pengendalian

diri mulai dengan suatu sistem puasa yang teratur dan diteruskan dengan mencapai tataran spiritual yang luar biasa. Seorang petapa ditendang dan disiksa, dan kemudian tangan dan kakinya dipenggal atas perintah seorang raja yang gagah. Namun sang petapa, menurut cerita Buddhis, menahan siksaan dengan ketenangseimbangan dan tanpa sedikit pun marah atau benci. Orang religius semacam itu telah mengembangkan kekuatan batinnya melalui penahanan nafsu-nafsu indrawi.

## Vegetarianisme

*Orang tidak boleh menilai kemurnian atau ketidakmurnian manusia hanya berdasarkan apa yang dimakannya.*

Dalam *Āmagandha Sutta*, Buddha berkata:  
*Bukan daging, atau berpuasa, atau bertelanjang,  
bukan kepala tercukur, atau rambut kusut, atau kotor,  
bukan kulit yang kasar, atau pemujaan api,  
bukan semua pengampunan dosa di dunia ini,  
bukan kidung, atau pengorbanan,  
bukan pesta musiman,  
yang akan memurnikan seseorang yang dikuasai keraguan.*

Makan ikan dan daging itu sendiri tidak membuat seseorang menjadi tidak murni. Manusia membuat dirinya tidak murni dengan kefanatikan, penipuan, iri hati, memegahkan diri, penghinaan, dan niat buruk lainnya. Melalui pikiran dan perbuatan buruknya sendiri, manusia membuat dirinya tidak murni. Tidak ada aturan ketat dalam ajaran Buddha bahwa pengikut Buddha tidak boleh makan ikan dan daging. Satu-satunya nasihat yang

diberikan Buddha adalah bahwa mereka tidak boleh terlibat dalam pembunuhan secara sengaja atau mereka tidak boleh meminta orang lain untuk membunuh makhluk apa pun untuk mereka.

Walaupun Buddha tidak mengharuskan para bhikkhu untuk menjadi vegetarian, Ia pernah menasihati para bhikkhu untuk menghindari memakan sepuluh jenis daging untuk kehormatan dan perlindungan diri mereka. Jenis daging itu adalah: manusia, gajah, kuda, anjing, ular, singa, harimau, macan tutul, beruang, dan hyena. Beberapa hewan menyerang orang jika mereka mencium daging jenis mereka sendiri. (*Vinaya Piṭaka*)

Ketika Buddha diminta memberlakukan vegetarianisme kepada persamuhan suci oleh Devadatta, salah seorang murid-Nya, Buddha menolak melakukan hal tersebut. Karena ajaran Buddha adalah agama yang bebas, Buddha menasihatkan untuk menyerahkan keputusan mengenai vegetarianisme kepada masing-masing siswa. Dengan jelas ditunjukkan bahwa Buddha tidak menganggap hal ini sebagai sikap religi yang terlalu penting. Buddha tidak berkata apa pun tentang vegetarianisme bagi perumah tangga dalam ajarannya.

Jīvaka Komārabhacca, sang tabib, membahas hal kontroversial ini dengan Buddha: “Yang Mulia, saya telah mendengar bahwa hewan sengaja dijagal untuk Petapa Gotama, dan bahwa Petapa Gotama secara sadar makan daging yang sengaja dibunuh untuk-Nya. Yang Mulia, apakah mereka yang berkata bahwa hewan sengaja dijagal untuk Petapa Gotama, dan Petapa Gotama secara sadar makan daging yang sengaja dibunuh untuk-Nya, memberi tuduhan palsu terhadap Buddha? Atau apakah mereka mengatakan yang sebenarnya? Apakah pernyataan Anda dan pernyataan tambahan

Anda tidak diejek oleh orang lain dengan segala cara?"

“Jīvaka, mereka yang berkata: ‘Hewan sengaja dijagal untuk Petapa Gotama, dan Petapa Gotama secara sadar makan daging yang sengaja dibunuh untuk-Nya,’ tidak berkata sesuai dengan apa yang telah Saya nyatakan dan mereka memberi tuduhan palsu terhadap Saya. Jīvaka, Saya telah menyatakan bahwa seseorang tidak boleh menggunakan daging jika terlihat, terdengar, atau dicurigai telah sengaja dibunuh untuk seorang bhikkhu. Saya mengizinkan para bhikkhu makan daging yang murni dalam tiga hal, yaitu jika daging itu tidak terlihat, tidak terdengar, atau tidak dicurigai telah sengaja dibunuh untuk seorang bhikkhu.” (*Jīvaka Sutta*)

Di negara tertentu, pengikut tradisi Buddhisme Mahāyāna adalah vegetarian ketat. Mereka menghormati pengonsumsi sayuran dan pemantang makan daging hewan. Sementara menghargai ketaatan mereka dalam nama agama, kita ingin menunjukkan bahwa mereka tidak seharusnya mengecam orang yang bukan vegetarian. Mereka harus ingat bahwa tidak ada ajaran dalam ajaran asli Buddha yang mengharuskan semua umat Buddha menjadi vegetarian. Kita harus menyadari bahwa ajaran Buddha dikenal sebagai Jalan Madya. Ini adalah agama liberal dan Buddha menasihatkan untuk tidak perlu menjadi ekstrem dalam menjalani ajaran-Nya.

Vegetarianisme itu sendiri tidak membantu manusia mengembangkan sifat manusiawinya. Ada orang yang baik, rendah hati, sopan, dan religius di antara non-vegetarian. Karena itu, kita sebaiknya tidak menyatakan bahwa orang yang murni religius harus menjalani vegetarianisme.

Sebaliknya, jika kita berpikir bahwa kita tidak dapat hidup sehat tanpa makan ikan dan daging, juga tidak benar karena ada jutaan vegetarian murni di seluruh dunia yang lebih kuat dan lebih sehat daripada pemakan daging. Kenyataannya Buddha menyatakan bahwa bukanlah apa yang masuk ke dalam mulut seseorang yang mengotori, melainkan apa yang keluar dari mulut.

Orang yang mengkritik umat Buddha yang makan daging tidak memahami sikap umat Buddha terhadap makanan. Mahluk memerlukan nutrisi. Kita makan untuk hidup. Dengan demikian manusia harus menyediakan makanan bagi tubuhnya untuk menjaganya tetap sehat dan memberinya energi untuk bekerja. Akan tetapi, akibat dari meningkatnya kekayaan, lebih banyak orang, khususnya di negara maju, makan untuk memuaskan selera belaka. Jika orang mencandu suatu jenis makanan, atau membunuh untuk memuaskan ketamakannya akan daging, hal ini adalah salah. Jika seseorang makan tanpa ketamakan dan tanpa terlibat langsung dalam tindakan pembunuhan, tetapi semata-mata untuk mempertahankan tubuh fisik, ia mempraktikkan penahanan diri. Penghancuran ketamakan harus menjadi tujuan utama, bukan jenis makanan yang dikonsumsi.

## **Bulan dan Kebiasaan Religius**

*Peristiwa-peristiwa penting dalam kehidupan Buddha terjadi pada hari bulan purnama.*

Banyak orang ingin mengetahui makna keagamaan dari bulan purnama dan bulan gelap. Bagi umat Buddha, ada makna religius khusus terutama pada bulan purnama karena peristiwa-peristiwa

penting tertentu sehubungan dengan kehidupan Buddha terjadi pada bulan purnama. Buddha lahir pada hari bulan purnama. Peristiwa Ia meninggalkan keduniawian terjadi pada hari bulan purnama. Kecerahan-Nya, pembabaran khotbah pertama-Nya, kemangkatan-Nya, dan banyak kejadian penting lainnya selama delapan puluh tahun masa hidup-Nya, terjadi pada hari bulan purnama.

Umat Buddha di seluruh dunia memberikan penghargaan untuk hari bulan purnama. Mereka merayakan hari ini dengan semangat religius dengan menjalani sila, bersemadi, dan menjauhi kehidupan dunia indrawi. Pada hari ini mereka mengarahkan perhatian mereka pada pengembangan spiritual. Selain umat Buddha, umat beragama lain di Asia juga percaya bahwa ada beberapa makna religius yang berhubungan dengan berbagai fase rembulan. Mereka juga melakukan disiplin keagamaan tertentu seperti berpuasa dan berdoa pada hari bulan purnama.

Kepercayaan kuno di India mengatakan bahwa bulan adalah pengatur air, yang mengitari semesta, mempertahankan semua makhluk, merupakan rekan Bumi dari cairan surga, *amṛta*, minuman para dewata. Embun dan hujan menjadi getah tumbuhan, getah menjadi susu sapi, dan susu kemudian diubah menjadi darah—air, getah, susu, dan darah *amṛta*, mewakili berbagai keadaan dari satu cairan. Pembuluh atau cangkir cairan abadi ini adalah bulan.

Dipercaya bahwa bulan, seperti planet-planet, sedikit banyak bisa memengaruhi manusia. Telah diamati bahwa orang yang menderita penyakit jiwa selalu terpengaruh perasaan nafsu dan emosinya selama hari bulan purnama. Kata “lunatik” diturunkan dari kata “*lunar*” (atau bulan), sangat bermakna dan mengindikasikan



dengan sangat jelas pengaruh bulan dalam kehidupan manusia. Beberapa orang, yang menderita berbagai jenis penyakit selalu merasa penyakitnya memburuk selama periode itu. Para peneliti telah menemukan bahwa fase tertentu dari bulan tidak hanya memengaruhi manusia dan hewan, tetapi juga memengaruhi kehidupan tumbuhan dan unsur-unsur lain. Air pasang dan surut adalah akibat langsung dari pengaruh kekuatan bulan.

Tubuh kita terdiri dari sekitar tujuh puluh persen cairan. Para dokter mengakui bahwa cairan tubuh kita mengalir lebih cepat pada masa bulan purnama. Orang yang menderita asma, bronkitis, dan bahkan penyakit kulit tertentu, merasa penyakitnya memburuk di bawah pengaruh bulan. Lebih dari lima ribu tahun yang lalu orang telah mengenali pengaruh bulan pada panen. Petani sangat cermat akan efek bulan pada panen mereka. Mereka tahu bahwa benih tertentu dan padi akan terpengaruh jika mekarnya terjadi selama periode bulan purnama. Ilmu kedokteran juga telah memastikan perbedaan reaksi obat-obat tertentu dalam fase bulan yang berbeda karena pengaruh bulan pada manusia.

Menilik kemungkinan pengaruh bulan, orang bijak zaman dahulu menasihati orang untuk menghindari berbagai kewajiban pada hari khusus ini dan bersantai selama hari itu. Mereka dinasihati untuk menenangkan batin dan mencurahkan waktunya untuk pencarian spiritual. Semua orang yang telah mengembangkan batin sampai tataran tertentu dapat merealisasi Kecerahan karena otak berada dalam tataran sadar. Mereka yang belum melatih batin mereka melalui disiplin keagamaan dapat dipengaruhi secara kuat oleh bulan. Buddha merealisasi Kecerahan-Nya pada hari bulan purnama karena Ia telah mengembangkan dan menyesuaikannya dengan benar dalam periode yang panjang.

Dengan berjalannya waktu, hari bulan purnama dan bulan gelap dinyatakan sebagai hari libur nasional di beberapa negara Buddhis dan orang dianjurkan untuk mencurahkan waktunya demi pengembangan spiritual. Hanya selama periode penjajahan maka hari libur diubah menjadi hari Minggu. Dalam hal ini, beberapa negara Buddhis sekarang mencoba memperkenalkan kembali sistem bulan untuk hari libur. Disarankan untuk menjadikan hari bulan purnama sebagai hari religius untuk berkonsentrasi pada kedamaian dan kebahagiaan dengan menenangkan indra. Banyak umat Buddha menjalani Delapan Sila pada hari bulan purnama, melepas beberapa tugas dan menjauhi kesenangan duniawi untuk mendapatkan kedamaian batin bagi pengembangan spiritual mereka. Efek bulan pada kehidupan dan Bumi telah dikaji secara ilmiah.

Seorang penulis berkata, “Saya telah membaca suatu artikel di majalah ilmiah Amerika baru-baru ini di mana penulisnya mengadakan penelitian tentang bulan untuk membuktikan betapa meyakinkannya benda langit tua ini memengaruhi kehidupan kita, khususnya pada setiap empat fase yang dilaluinya selama siklus 28 hari.”

Penelitian ini dilakukan di Universitas Amerika Yale, Duke, dan Northwestern dan masing-masing secara terpisah telah muncul dengan bukti yang menakjubkan bahwa bulan memang memainkan peran besar dalam kehidupan kita sehari-hari dan terhadap semua makhluk. Kita diyakinkan bahwa tidak ada yang terlalu aneh pada fenomena ini, bahwa fase-fase bulan benar-benar merangsang berbagai kerja tubuh seperti mengubah metabolisme, gaya listrik, dan keasaman darah.

Salah satu percobaan kunci yang dilakukan untuk menetapkan kenyataan ini adalah percobaan pada kepiting, tikus, dan beberapa tumbuhan. Mereka semua ditempatkan dalam ruangan di mana kondisi cuaca tidak dapat memengaruhi, tetapi tetap dipengaruhi tekanan udara, kelembaban, cahaya, dan suhu di bawah kondisi yang terkendali. Ratusan penelitian yang dilakukan menunjukkan kenyataan yang luar biasa bahwa semua hewan dan tumbuhan bekerja dalam siklus 28 hari. Metabolisme ditemukan berkurang pada saat bulan gelap dan ternyata 20% meningkat pada masa bulan purnama. Perbedaan ini diungkapkan sebagai variasi yang luar biasa.

Suatu kali seorang perawat di Florida memberi tahu seorang dokter bahwa ia melihat lebih banyak pendarahan terjadi saat bulan purnama. Seperti semua dokter yang skeptis tentang kepercayaan semacam itu, ia menertawakan pernyataan itu. Tetapi perawat tersebut membuat catatan operasi bedah yang dengan jelas menunjukkan bahwa selama bulan purnama lebih banyak pasien harus kembali ke ruang operasi untuk pengobatan pendarahan berlebihan pascabedah dibanding pada waktu lainnya. Untuk memuaskan dirinya sendiri, dokter ini mulai menyimpan catatan sendiri dan ia sampai pada kesimpulan yang serupa. Jika kita mempertimbangkan semua kejadian itu, kita dapat memahami mengapa nenek moyang kita dan guru-guru keagamaan menasihati kita untuk mengubah rutinitas kita sehari-hari dan menenangkan fisik dan mental pada hari bulan purnama dan bulan gelap. Praktik agama merupakan metode yang paling tepat bagi orang untuk mengalami kedamaian mental dan ketenangan fisik. Umat Buddha semata-mata menjalani kebijaksanaan masa lalu saat mereka mencurahkan lebih banyak waktu untuk kegiatan spiritual pada hari bulan gelap dan bulan purnama.





## **BAGIAN 4**

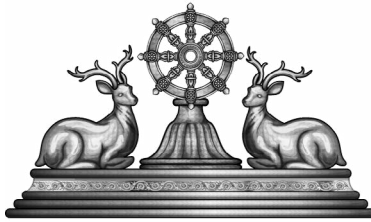
---

KEHIDUPAN MANUSIA  
DALAM MASYARAKAT



## KEHIDUPAN DAN KEBUDAYAAN

---



### Tradisi, Adat, dan Perayaan

*Ajaran Buddha toleran terhadap tradisi dan adat istiadat asalkan tidak membahayakan kesejahteraan orang lain.*

Buddha menasihati kita agar tidak memercayai sesuatu hanya karena hal tersebut merupakan tradisi atau adat. Namun demikian, kita tidak dianjurkan untuk membuang semua tradisi begitu saja. “Kalian harus mencoba tradisi itu dan menguji sepenuhnya. Jika tradisi itu masuk akal dan mendatangkan kesejahteraan dan kebahagiaan bagi kalian dan bagi orang lain, hanya dengan demikianlah kalian seharusnya menerima dan menjalani tradisi dan adat ini.” (*Kālāma Sutta*).

Hal ini tentunya merupakan salah satu pernyataan paling liberal

yang pernah dibuat oleh guru agama mana pun. Toleransi terhadap tradisi dan adat istiadat orang lain tidak didapati pada agama lain. Umat agama lain biasanya menasihati pengikut baru untuk membuang semua tradisi, adat istiadat, dan budaya mereka tanpa mengamati apakah tradisi itu baik atau buruk. Ketika membabarkan Dhamma, misionari Buddhis tidak pernah menasihati masyarakat untuk membuang tradisi mereka asalkan tradisi itu masuk akal. Tetapi adat istiadat dan tradisi harus berada dalam batas kerangka prinsip keagamaan. Dengan kata lain, seseorang tidak boleh melanggar ajaran agama universal untuk mengikuti tradisi seseorang. Jika orang sangat taat mengikuti tradisi mereka sendiri yang sama sekali tidak memiliki nilai religius, mereka boleh melakukannya asalkan tidak mempraktikkan tradisi ini atas nama agama. Meskipun demikian, praktik-praktik semacam itu harus tidak merugikan diri sendiri dan makhluk lain.

### **Upacara dan Ritual**

Hal ini termasuk dalam adat istiadat dan tradisi. Upacara dan ritual merupakan suatu ornamen atau dekorasi untuk memperindah suatu agama guna menarik masyarakat. Ini memberi bantuan psikologis bagi sebagian orang. Tetapi seseorang dapat menjalani agama tanpa upacara dan ritual. Upacara dan ritual tertentu yang dianggap sebagai aspek terpenting dari agama tertentu demi keselamatan mereka, tidak dianggap demikian dalam ajaran Buddha. Menurut Buddha, seseorang tidak boleh melekat pada praktik-praktik semacam itu untuk perkembangan spiritual atau kemurnian batinnya.



## **Perayaan**

Umat Buddha sejati dan sungguh-sungguh tidak menjalani perayaan Buddhis dengan bersenang-senang di bawah pengaruh alkohol dan bersukaria atau mengadakan pesta dengan mengorbankan hewan. Umat Buddha sejati menjalani hari raya dengan sikap yang berbeda sama sekali. Pada hari raya tertentu mereka mencurahkan waktu untuk menjauhkan diri dari semua kejahatan. Mereka berderma dan menolong orang lain untuk membebaskan diri dari penderitaan. Mereka menghibur teman dan keluarga dengan cara yang terhormat.

Perayaan yang lebur dalam agama kadang dapat mengotori kesucian suatu agama. Sebaliknya agama tanpa perayaan dapat menjadi sangat membosankan dan tidak hidup bagi banyak orang. Biasanya anak-anak dan remaja menghargai agama melalui perayaan keagamaannya. Bagi mereka, daya tarik suatu agama didasarkan pada perayaannya. Sebaliknya, bagi seorang meditator atau orang yang matang secara spiritual, perayaan dapat menjadi hambatan bagi praktik yang sesungguhnya.

Tentu saja, sebagian orang tidak akan puas dengan ibadat religius hanya selama perayaan. Mereka biasanya senang dan akan mencari berbagai alasan untuk bersukaria sepanjang waktu. Ritual, upacara, arak-arakan, dan perayaan diadakan untuk memuaskan kehausan akan pemuasan emosional melalui agama. Tidak seorang pun dapat berkata bahwa praktik itu salah, tetapi umat harus mengatur upacara itu dengan cara yang berbudaya, tanpa menimbulkan gangguan pada orang lain. Khususnya dalam masyarakat multi-agama, mereka harus mengatur perayaan dalam cara sedemikian sehingga tidak menjadi olok-olokan di mata publik.

## Status Perempuan dalam Ajaran Buddha

*Anak perempuan ternyata dapat menjadi keturunan yang lebih baik daripada anak laki-laki.*

Posisi perempuan dalam ajaran Buddha itu unik. Buddha memberikan kebebasan penuh bagi perempuan untuk ikut serta dalam kehidupan agama. Buddha adalah guru agama pertama yang memberi kebebasan religi ini kepada perempuan. Sebelum Buddha, tugas perempuan terbatas pada dapur; perempuan bahkan tidak boleh memasuki tempat ibadat mana pun atau membacakan ayat-ayat agama. Semasa Buddha di India, posisi perempuan dalam masyarakat sangat rendah. Buddha dikritik oleh penguasa saat itu ketika memberikan kebebasan ini kepada kaum perempuan. Gerakan-Nya memperbolehkan perempuan memasuki persamuan suci sangatlah radikal pada masa itu. Namun Buddha memperbolehkan perempuan membuktikan diri mereka dan menunjukkan bahwa mereka juga memiliki kemampuan seperti pria untuk menembusi tataran tertinggi kehidupan spiritual dengan merealisasi *Arahatta*. Setiap perempuan di dunia harus berterima kasih kepada Buddha yang menunjukkan kepada mereka cara hidup religius sejati dan memberikan kebebasan bagi mereka untuk pertama kalinya dalam sejarah dunia.

Ilustrasi yang bagus tentang sikap yang berlaku terhadap perempuan pada masa Buddha ditemukan dalam kata-kata Māra ini: “Tidak ada perempuan, dengan kebijaksanaan sempit yang dimilikinya, dapat berharap untuk mencapai ketinggian itu yang hanya dicapai oleh para bijaksawan.” Bhikkhuni yang dimaksud oleh Māra dengan kata-kata tersebut, memberikan jawaban berikut: “Ketika batin seseorang terpusat dengan baik dan

kebijaksanaan tidak pernah berhenti, apakah kenyataan sebagai perempuan menjadikannya suatu perbedaan?”

Buddha telah menegaskan bahwa kaum pria tidak selalu menjadi satu-satunya orang bijak; perempuan juga bijak. Raja Kosala sangat kecewa ketika ia mendengar bahwa sang ratu telah melahirkan bayi perempuan. Ia mengharapkan anak laki-laki. Tanpa ragu-ragu, Buddha dengan tegas menentang sikap semacam itu. Untuk menghibur raja yang sedih, Buddha berkata: “Seorang anak perempuan, wahai Raja Manusia, ternyata dapat menjadi keturunan yang lebih baik daripada anak laki-laki. Karena ia dapat tumbuh bijaksana dan saleh, ibu suaminya menghormatinya, istri sejati. Anak laki-laki yang ia lahirkan dapat melakukan perbuatan besar, memerintah kerajaan besar. Anak laki-laki dari istri yang mulia akan menjadi pembimbing negaranya.” (*Saṃyutta Nikāya*)

Saat ini banyak guru agama suka menyatakan bahwa agama mereka memberi perempuan hak yang sama. Kita bisa memandang dunia sekitar kita sekarang untuk melihat posisi perempuan dalam berbagai masyarakat. Kelihatannya mereka tidak memiliki hak milik, didiskriminasi dalam berbagai bidang, dan umumnya menjadi korban penyalahgunaan dalam berbagai bentuk.

Bahkan di beberapa negara Barat, perempuan harus berjuang sangat keras demi hak-hak mereka. Menurut ajaran Buddha, menganggap perempuan lebih rendah adalah sikap yang tidak dapat dibenarkan. Buddha sendiri pernah terlahir sebagai perempuan dalam beberapa peristiwa pada kelahiran lampau-Nya dalam *samsāra*, dan bahkan sebagai perempuan Ia mengembangkan sifat-sifat mulia dan kebijaksanaan sampai akhirnya merealisasi Kecerahan atau Kebuddhaan.

## Ajaran Buddha dan Politik

*Buddha telah meninggalkan urusan duniawi, namun tetap memberi nasihat tentang pemerintahan yang baik.*

Buddha berasal dari kasta ksatria dan secara alami dibawa dalam pergaulan dengan para raja, pangeran, dan menteri. Walaupun asal dan pergaulan-Nya demikian, Ia tidak pernah menempuh jalan dengan pengaruh kekuatan politik untuk memperkenalkan ajaran-Nya, atau mengizinkan ajaran-Nya disalahgunakan demi memperoleh kekuatan politik. Tetapi dewasa ini banyak politikus mencoba menarik nama Buddha ke dalam politik dengan memperkenalkan Buddha sebagai seorang komunis, kapitalis, atau imperialis. Mereka telah lupa bahwa filosofi politik baru seperti yang kita ketahui, sebenarnya berkembang di Barat lama sesudah masa Buddha. Mereka yang mencoba untuk menggunakan nama baik Buddha demi keuntungan pribadi mereka sendiri harus ingat bahwa Buddha adalah Yang Tercerahkan Sempurna, yang telah meninggalkan segala urusan duniawi.

Ada permasalahan mendasar dengan mencoba mencampurkan agama dengan politik. Dasar agama adalah kesusilaan, kesucian, keyakinan, dan kebijaksanaan, sementara dasar politik adalah kekuasaan. Sepanjang sejarah, agama sering dimanfaatkan untuk memberi kewenangan pada pihak penguasa.

Ketika agama dijadikan kaki tangan tindakan politik, agama lebih dahulu harus menanggalkan gagasan luhurnya dan merendahkan nilainya dengan tuntutan politik duniawi. Dalam situasi inilah agama digunakan untuk membenarkan perang dan penjajahan, diskriminasi, kekerasan, pemberontakan, ataupun penghancuran

hasil karya seni dan budaya.

Dhamma tidak diarahkan pada penciptaan lembaga politik baru dan menetapkan tata cara politik. Pada dasarnya ajaran Buddha berupaya mendekati masalah-masalah dalam masyarakat dengan mengubah individu dalam masyarakat dan dengan menganjurkan beberapa prinsip umum untuk menuntun masyarakat menuju perikemanusiaan yang lebih baik, peningkatan kesejahteraan anggota masyarakat, dan pemerataan sumber daya yang adil.

Ada batas tertentu di mana sistem politik dapat menjamin kebahagiaan dan kemakmuran rakyat. Tidak ada sistem politik, betapa pun tampak idealnya, yang dapat menghasilkan kedamaian dan kebahagiaan selama rakyat dalam sistem itu didominasi oleh ketakutan, kebencian, dan kekeliruan. Sebagai tambahan, tak peduli sistem politik apa yang dipakai, ada faktor universal tertentu yang harus dialami oleh anggota masyarakat: efek karma baik dan buruk, kurangnya kepuasan sejati atau kebahagiaan abadi di dunia yang ditandai oleh *dukkha* (ketakpuasan), *annica* (ketaktetapan), dan *anattā* (ketanpadirian).

Sekalipun sistem politik yang baik dan adil yang menjamin hak-hak asasi manusia dan mengandung pengujian dan keseimbangan penggunaan kekuasaan merupakan kondisi yang penting untuk kehidupan bahagia dalam masyarakat, kita tidak seharusnya membuang-buang waktu dengan terus mencari sistem politik mutakhir di mana kita dapat terbebas sepenuhnya, karena keterbebasan sepenuhnya tidak dapat ditemukan di sistem mana pun, tetapi hanya dalam batin yang bebas. Untuk bebas, kita harus mencari di dalam batin kita sendiri dan berjuang membebaskan diri sendiri dari rantai ketaktahuan dan nafsu. Kebebasan sejati

hanya dimungkinkan jika kita menggunakan Dhamma untuk mengembangkan sifat melalui ucapan dan tindakan yang baik dan melatih batinnya sedemikian untuk mengembangkan potensi batinnya dan merealisasi tujuan akhir Kecerahan.

Sembari mengenali manfaat pemisahan agama dari politik dan keterbatasan sistem politik dalam menghasilkan kedamaian dan kebahagiaan, ada beberapa aspek ajaran Buddha yang berhubungan dekat dengan aturan politik pada masa kini. Pertama, Buddha berbicara tentang kesejajaran semua umat manusia lama sebelum Abraham Lincoln, dan bahwa kelas dan kasta merupakan rintangan buatan yang didirikan oleh masyarakat. Dalam *Aggañña Sutta*, satu-satunya klasifikasi umat manusia, menurut Buddha, didasarkan pada kualitas tingkah laku moral mereka. Kedua, Buddha mendorong semangat kerja sama sosial dan partisipasi aktif dalam masyarakat. Semangat ini dimajukan secara aktif dalam proses politik masyarakat modern. Ketiga, karena tidak seorang pun ditunjuk sebagai penerus Buddha, anggota *Saṅgha* akan dituntun oleh Dhamma dan *Vinaya*. Hingga saat ini setiap anggota *Saṅgha* tunduk pada aturan disiplin yang menuntun tingkah laku mereka.

Keempat, Buddha mendorong semangat konsultasi dan proses demokrasi. Hal ini ditunjukkan dalam komunitas *Saṅgha* di mana semua anggota memiliki hak untuk memutuskan masalah-masalah umum. Ketika timbul pertanyaan serius yang memerlukan perhatian, persoalan itu diajukan kepada para bhikkhu dan dibahas dengan cara yang sama dengan sistem demokrasi parlementer yang diterapkan saat ini. Prosedur swa-pemerintahan ini bisa mengejutkan banyak orang yang mempelajari bahwa dalam kelompok Buddhis di India lebih dari 2.500 tahun yang lalu ditemukan benih praktik parlementer masa kini. Seorang

petugas khusus yang serupa dengan “Pembicara” ditunjuk untuk mempertahankan martabat kelompok. Petugas kedua, yang memegang peran serupa dengan “Ketua Parlemen”, juga ditunjuk untuk melihat apakah tercapai mufakat. Permasalahan dikemukakan dalam bentuk mosi yang terbuka untuk diskusi. Dalam beberapa kasus hal ini dilakukan satu kali, dalam kasus lain tiga kali, lalu memastikan Parlemen yang mewajibkan bahwa suatu rancangan undang-undang dibaca tiga kali sebelum diangkat menjadi hukum. Jika diskusi menunjukkan perbedaan pendapat, hal ini akan diselesaikan dengan mengambil suara terbanyak melalui pemungutan suara.

Pendekatan umat Buddha terhadap kekuasaan politik adalah moralisasi dan penggunaan kekuasaan rakyat secara bertanggung jawab. Buddha berceramah tentang tanpa-kekerasan dan kedamaian sebagai pesan universal. Beliau tidak menyetujui kekerasan atau pemusnahan kehidupan, dan menyatakan bahwa tidak ada hal yang disebut “perang suci”. Beliau mengajarkan: “Yang menang menuai kebencian, yang kalah hidup dalam kesengsaraan. Ia yang meninggalkan kemenangan dan kekalahan, hidup damai dan bahagia.” Buddha tidak hanya mengajarkan tanpa-kekerasan dan kedamaian, Ia mungkin guru agama pertama dan satu-satunya yang pergi sendiri ke medan perang untuk mencegah pecahnya perang. Ia meredakan ketegangan antara suku Sakya dan Koliya yang akan berperang memperebutkan air Sungai Rohiṇī. Beliau juga meminta Raja Ajātasattu untuk tidak menyerang Kerajaan Vajjī.

Buddha mendiskusikan pentingnya dan prasyarat pemerintahan yang baik. Beliau menunjukkan bagaimana negara dapat menjadi korup, memburuk, dan tidak bahagia jika kepala pemerintahan

korup dan tidak adil. Beliau berbicara menentang korupsi dan bagaimana pemerintah harus bertindak berdasarkan pada prinsip kemanusiaan.

Buddha pernah berkata: “Jika penguasa suatu negara adil dan baik, para menteri menjadi adil dan baik; jika para menteri adil dan baik, para pejabat tinggi menjadi adil dan baik; jika para pejabat tinggi adil dan baik, para bawahan menjadi adil dan baik; jika para bawahan adil dan baik, rakyat menjadi adil dan baik.” (*Anguttara Nikāya*)

Dalam *Cakkavattī Sihanāda Sutta*, Buddha berkata bahwa pelanggaran sila dan kejahatan, seperti pencurian, penipuan, kekerasan, kebencian, kekejaman, dapat muncul dari kemelaratan. Para raja dan pemerintah mungkin mencoba untuk menekan kejahatan melalui hukuman, tetapi memberantas kejahatan dengan kekerasan adalah sia-sia.

Dalam *Kuṭadanta Sutta*, Buddha menyarankan pengembangan ekonomi sebagai pengganti kekerasan untuk mengurangi kejahatan. Pemerintah harus menggunakan sumber daya negara untuk memperbaiki kondisi ekonomi negara tersebut. Hal ini dapat dimulai dengan pengembangan pertanian dan pedesaan, menyediakan bantuan finansial pada pengusaha, menyediakan gaji yang memadai bagi pekerja untuk mempertahankan hidup layak dengan martabat manusia.

Dalam cerita *Jātaka*, Buddha memberikan 10 peraturan bagi pemerintahan yang baik, yang dikenal sebagai *Dasa Rājā Dhamma*. Sepuluh peraturan ini bahkan dapat diterapkan saat ini oleh pemerintah mana pun yang ingin memerintah negara dengan



damai. Menurut peraturan ini, pemerintah seharusnya:

- Berwawasan luas dan menghindari pementingan diri sendiri.
- Memelihara sifat moral yang luhur.
- Siap mengorbankan kesenangan diri sendiri demi kesejahteraan rakyat.
- Jujur dan memelihara ketulusan hati.
- Baik dan lemah lembut.
- Menjalani hidup sederhana agar diteladani rakyat.
- Bebas dari kebencian apa pun.
- Menerapkan prinsip tanpa-kekerasan.
- Sabar.
- Menghormati pendapat rakyat untuk memajukan perdamaian dan keselarasan.

Berkenaan dengan tingkah laku pemerintah, Beliau lebih lanjut menasihatkan:

- Pemerintah yang baik harus berlaku adil, tidak berat sebelah, dan tidak mendiskriminasi antara satu kelompok warga negara tertentu terhadap yang lainnya.
- Pemerintah yang baik tidak menyimpan segala bentuk kebencian terhadap warga negaranya.
- Pemerintah yang baik tidak takut terhadap apa pun dalam pelaksanaan hukum, jika hal itu adil adanya.
- Pemerintah yang baik harus memiliki pemahaman yang jelas tentang hukum untuk diberlakukan. Hukum tidak boleh diberlakukan hanya karena pemerintah memiliki wewenang untuk memberlakukannya. Hal ini harus dilakukan dengan cara yang nalar dan dengan akal sehat.

*(Cakkavattī Sihanāda Sutta)*

Dalam *Milinda Pañha* dinyatakan: “Jika seseorang, yang tidak sehat, tidak kompeten, tidak bermoral, tidak layak, tidak mampu, dan tidak layak untuk kedudukan raja, telah menobatkan dirinya sendiri sebagai raja atau penguasa dengan wewenang besar, ia adalah sasaran berbagai hukuman oleh rakyat, karena dengan tidak pantas dan tidak layak, ia telah menempatkan dirinya sendiri secara tidak benar dalam kursi kedaulatan. Penguasa, seperti siapa pun yang melanggar kode moral dan aturan dasar segala hukum sosial manusia, juga merupakan sasaran terhadap hukuman; dan lebih lanjut, terkecamlah penguasa yang bertindak sebagai perampok rakyat.”

Dalam cerita *Jātaka* disebutkan bahwa penguasa yang menghukum orang yang tidak bersalah dan tidak menghukum orang yang melakukan kejahatan, tidak layak untuk memerintah suatu negara.

Raja selalu memperbaiki dirinya sendiri dan menguji tingkah lakunya dengan hati-hati dalam perbuatan, perkataan, dan pikiran, mencoba untuk mengetahui dan mendengarkan pendapat rakyat seperti apakah ia telah melakukan kekurangan dan kesalahan dalam menata kerajaannya. Jika ternyata ia memerintah dengan tidak benar, rakyat akan mengeluh bahwa mereka ditindas oleh penguasa yang buruk dengan perlakuan tidak adil, hukuman, pajak, atau segala bentuk korupsi, dan mereka akan bereaksi menentangnya dengan satu atau lain cara. Sebaliknya, jika ia memerintah dengan benar, mereka akan memberkahinya: “Semoga Yang Mulia panjang umur.” (*Majjhima Nikāya*)

Kita dapat melihat mengapa ajaran Buddha disebut Dhamma atau Kebenaran Abadi. Dari hal-hal yang disebut di atas, kita dapat melihat bahwa ajaran tersebut bersifat universal dan dapat

diterapkan pada semua masyarakat, di mana saja, kapan saja.

Penekanan Buddha pada tugas moral penguasa untuk menggunakan kekuatan rakyat demi meningkatkan kesejahteraan rakyat telah mengilhami Kaisar Asoka pada abad ke-3 SM untuk berbuat sedemikian. Kaisar Asoka, suatu contoh yang baik dari prinsip ini, memutuskan untuk hidup sesuai Dhamma dan melayani warga negara dan seluruh umat manusia. Ia menyatakan keinginan non-agresinya kepada tetangganya, meyakinkan mereka mengenai niat baiknya dan mengirimkan para duta kepada raja-raja yang jauh untuk mengemban pesan damai dan non-agresinya. Ia mempromosikan praktik kebajikan sosio-moral tentang kejujuran, kebenaran, kasih sayang, kebajikan, tanpa-kekerasan, timbang rasa terhadap semua, tidak boros, tidak tamak, dan tidak menganiaya hewan. Ia mendorong kebebasan beragama dan saling menghormati antar-kepercayaan. Ia pergi berkeliling secara berkala membabarkan Dhamma kepada rakyat pedesaan. Ia membangun pelayanan publik, seperti mendirikan rumah sakit untuk manusia dan hewan, menyediakan obat-obatan, menanam pohon dan galur di sisi jalan, menggali sumur, membangun pengairan, dan rumah rehat. Ia dengan tegas melarang kekejaman terhadap binatang.

Kadang Buddha dikatakan sebagai pembaharu sosial, walaupun ini bukanlah perhatian utama-Nya. Hal-hal lainnya, Beliau tidak mendukung sistem kasta, mengakui kesetaraan manusia, berbicara demi peningkatan kondisi sosio-ekonomi, menekankan pentingnya pemerataan kekayaan yang lebih adil antara orang kaya dan miskin, menjunjung status perempuan, menganjurkan penggabungan kemanusiaan dalam pemerintahan dan administrasi, dan mengajarkan bahwa masyarakat tidak boleh

dijalankan dengan ketamakan, namun dengan pertimbangan dan kasih sayang bagi rakyat.

Di luar semua ini, sumbangsih-Nya terhadap umat manusia jauh lebih besar karena Beliau memulai suatu hal yang belum pernah dilakukan pembaharu sosial sebelum atau sesudah itu, yaitu dengan pergi ke akar terdalam penyakit manusia yang ditemukan dalam batin manusia. Hanya dalam batin manusia reformasi sejati dapat dijalankan. Reformasi yang diadakan dengan kekerasan terhadap dunia luar akan berumur pendek karena hal tersebut tidak berakar. Tetapi perbaikan yang timbul sebagai hasil dari perubahan kesadaran manusia akan tetap berakar. Sementara cabang-cabang mereka menyebar keluar, mereka mendapat makanan dari sumber yang tiada habisnya—bentuk bawahsadar dari arus kehidupan itu sendiri. Jadi perbaikan terjadi ketika batin manusia telah menyiapkan jalan bagi mereka, dan mereka hidup selama manusia menghidupkan kembali cinta mereka sendiri akan kebenaran dan keadilan terhadap sesama. Umat Buddha bersikap bahwa reformasi sosial dapat dicapai, bukan dengan kekerasan dan hukuman, melainkan dengan pendidikan dan kasih.

Doktrin yang dibabarkan oleh Buddha tidak didasarkan pada “filosofi politik”. Bukan juga doktrin yang mendorong manusia pada kesenangan duniawi. Doktrin ini membuka jalan untuk merealisasi *Nibbāna*. Dengan kata lain, tujuan akhirnya adalah untuk mengakhiri nafsu (*taṇhā*) yang mengikat manusia pada dunia ini. Hal lainnya, termasuk reformasi sosial, adalah masalah sekunder. Sebuah bait dari *Dhammapada* menyimpulkan dengan baik pernyataan ini: “Ada satu jalan yang menuju pada pencapaian duniawi, dan jalan lain yang menuju *Nibbāna* (dengan menjalani kehidupan religius)”.

Akan tetapi, ini tidak berarti bahwa umat Buddha tidak dapat atau tidak boleh terlibat dalam proses politik, yang merupakan kenyataan sosial. Seluruh ajaran dapat dibagi secara luas menjadi dua kategori: duniawi dan adiduniawi. Yang pertama mengacu pada kebutuhan materi kita yang berhubungan dengan keberadaan manusia; yang kedua memerhatikan cita-cita spiritual kita yang melampaui kebutuhan duniawi. Buddha telah berkata bahwa menjalani hidup yang nyaman, aman, dan penuh, merupakan prasyarat yang diperlukan untuk menyiapkan batin guna mencari pemenuhan spiritual.

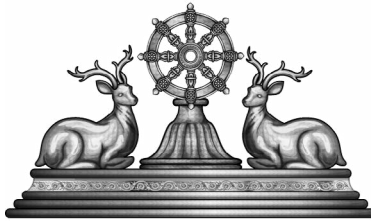
Kehidupan anggota masyarakat dibentuk oleh hukum dan aturan, aturan ekonomi diperbolehkan dalam negara oleh lembaga pengatur dalam situasi politik masyarakat tersebut. Meskipun demikian, jika seorang umat Buddha ingin terlibat dalam politik, ia tidak boleh menyalahgunakan agama untuk mendapat kekuatan politik, tidak juga disarankan bagi mereka yang telah meninggalkan kehidupan duniawi guna menjalani kehidupan suci dan religius untuk terlibat secara aktif dalam politik.





## PERNIKAHAN, KELUARGA BERENCANA, DAN KEMATIAN

---



### **Pandangan Umat Buddha Terhadap Pernikahan**

*Dalam ajaran Buddha, pernikahan dianggap sebagai kebiasaan sosial dan bukan sebagai tugas religius.*

Pernikahan adalah kebiasaan sosial, suatu lembaga yang dibuat oleh manusia demi kesejahteraan dan kebahagiaan manusia, untuk membedakan manusia dari kehidupan hewan dan untuk memelihara keutuhan dan keselarasan dalam proses berkembang biak. Sekalipun naskah Buddhis tidak berkomentar tentang monogami atau poligami, perumah tangga Buddha disarankan untuk membatasi diri mereka dengan satu pasangan. Buddha tidak memberlakukan aturan tentang kehidupan pernikahan, tetapi memberi nasihat yang perlu tentang bagaimana menjalani

kehidupan pernikahan yang bahagia.

Ada anjuran kuat dalam ceramah-Nya bahwa adalah bijaksana dan sebaiknya setia pada satu pasangan serta tidak bernafsu dan mengejar pasangan lain. Buddha menyadari bahwa salah satu penyebab utama kejatuhan manusia adalah keterlibatannya dengan perempuan lain (*Parābhava Sutta*). Demikian pula seorang perempuan yang terlibat dengan banyak pria akan tercengang pada penderitaan. Orang harus menyadari kesulitan, godaan, dan kesengsaraan yang harus dijalaninya untuk memelihara sebuah kehidupan berkeluarga. Hal ini akan diperberat berkali lipat jika dihadapkan dengan kerumitan diri. Karena mengetahui kelemahan alami manusia, dalam salah satu ajaran-Nya, Buddha menasihati pengikut-Nya agar menjauhi penyelewengan atau penyimpangan seksual.

Pandangan umat Buddha terhadap pernikahan sangat liberal: dalam ajaran Buddha, pernikahan dianggap sebagai urusan pribadi dan individual sepenuhnya, bukannya sebagai tugas religius. Tidak ada hukum keagamaan dalam ajaran Buddha yang mendesak orang untuk menikah, untuk tetap membujang, atau untuk menjalani kehidupan selibat total. Tidak ditentukan di mana pun bahwa umat Buddha harus berketurunan atau mengatur jumlah anak yang dilahirkan. Ajaran Buddha membebaskan setiap individu untuk menentukan bagi dirinya sendiri segala sesuatu mengenai pernikahan. Barangkali dipertanyakan, mengapa biarawan Buddha tidak menikah, padahal tidak ada hukum yang menentukan atau menentang pernikahan. Alasannya jelas bahwa untuk melayani umat manusia, bhikkhu telah memilih jalan yang meliputi hidup selibat. Mereka yang meninggalkan kehidupan duniawi, secara sukarela menjauhi kehidupan pernikahan



untuk menghindari berbagai komitmen duniawi dalam upaya memelihara ketenteraman batin. Mereka bertekad membaktikan hidup mereka untuk melayani orang lain dalam proses pencapaian keterbebasan spiritual. Dalam masyarakat modern, walaupun bhikkhu tidak meresmikan upacara pernikahan, mereka dapat diminta melakukan pelayanan keagamaan untuk memberkahi pasangan tersebut.

### **Perceraian**

Perpisahan atau perceraian tidak dilarang dalam ajaran Buddha, walaupun sebenarnya jarang terjadi jika nasihat Buddha diikuti dengan ketat. Pria dan perempuan harus memiliki kebebasan untuk berpisah jika mereka benar-benar tidak dapat selaras satu sama lain. Perpisahan lebih disukai untuk menghindarkan kehidupan keluarga yang sengsara dalam jangka panjang, baik untuk pasangan tersebut maupun anak-anak yang tak bersalah. Buddha lebih lanjut menyarankan pria tua untuk tidak memiliki istri muda karena yang tua dan yang muda umumnya sulit untuk cocok, sehingga dapat menciptakan masalah yang tak semestinya, ketidakselarasan, dan kejatuhan (*Parābhava Sutta*).

Masyarakat tumbuh melalui jaringan hubungan yang saling menguntungkan dan saling bergantung. Setiap hubungan adalah suatu komitmen sepenuh hati untuk membantu dan melindungi orang lain dalam suatu kelompok atau komunitas. Pernikahan memegang peranan yang sangat penting dalam jaringan hubungan ini. Pernikahan yang baik harus tumbuh dan berkembang secara bertahap dari pengertian dan bukan nafsu, dari kesetiaan sejati dan bukan kesenangan semata. Lembaga pernikahan menyediakan dasar yang baik untuk pengembangan

budaya, ikatan yang menyenangkan dari dua individu untuk dipupuk, bebas dari kesepian, kehilangan, dan ketakutan. Dalam pernikahan, setiap pihak berperan saling melengkapi, memberi kekuatan dan dorongan moral satu sama lain, saling mendukung, dan saling menghargai. Tidak ada pikiran pria ataupun perempuan yang lebih unggul; masing-masing saling melengkapi, dalam persekutuan kesetaraan, pancaran kelembutan, kendali diri, rasa hormat, kedermawanan, ketenteraman, dan pengabdian.

## **Keluarga Berencana, Aborsi, dan Bunuh Diri**

*Walaupun manusia memiliki kebebasan untuk merencanakan keluarga sesuai kemauannya, aborsi tidak dapat dibenarkan.*

Tidak ada alasan bagi umat Buddha untuk menentang keluarga berencana. Mereka bebas memakai semua cara kuno atau modern untuk mencegah pembuahan. Mereka yang keberatan atas keluarga berencana dengan mengatakan bahwa perbuatan ini menentang hukum Tuhan, harus menyadari bahwa konsep mereka akan hal ini tidaklah beralasan. Dalam keluarga berencana yang dilakukan adalah mencegah kedatangan sesuatu menjadi ada. Tidak ada pembunuhan yang terlibat dan tidak ada *akusala kamma* (perbuatan buruk). Tetapi jika mereka melakukan tindakan apa pun untuk aborsi, tindakan ini salah karena hal ini melibatkan pengambilan atau penghancuran suatu kehidupan yang tampak ataupun tak tampak. Karena itu, aborsi tidak dapat dibenarkan.

Menurut ajaran Buddha, untuk terjadinya tindakan pembunuhan, harus ada lima kondisi, yaitu:

- Adanya makhluk.

- Pengetahuan atau kesadaran bahwa itu adalah makhluk.
- Niat untuk membunuh.
- Usaha untuk membunuh.
- Kematian yang diakibatkannya.

Pada saat kehamilan, ada makhluk dalam rahim, maka hal ini memenuhi kondisi pertama. Setelah beberapa bulan, sang ibu mengetahui bahwa ada kehidupan baru di dalam dirinya, dan hal ini memenuhi kondisi kedua. Kemudian karena satu dan lain alasan, ia ingin menyingkirkan makhluk di dalam dirinya ini. Maka ia mulai mencari ahli aborsi untuk melakukan pekerjaan itu dan dengan demikian kondisi ketiga terpenuhi. Ketika ahli aborsi melakukan pekerjaannya, kondisi keempat dilengkapi, dan akhirnya makhluk itu terbunuh karena tindakan tersebut. Jadi semua kondisi tersebut ada. Dalam hal ini ada pelanggaran terhadap Sila Pertama “tidak membunuh”, dan hal ini serupa dengan membunuh makhluk. Menurut ajaran Buddha, tidak ada dasar untuk berkata bahwa kita punya hak untuk mengambil kehidupan setelah ia menjadi suatu makhluk.

Dalam keadaan tertentu, orang merasa terpaksa untuk melakukan hal itu demi kebaikan mereka sendiri. Tetapi mereka tidak boleh membenarkan tindakan aborsi karena bagaimana pun mereka akan tetap menghadapi buah karma buruk. Di negara tertentu aborsi disahkan, tetapi hal ini dilakukan untuk mengatasi beberapa masalah sosial. Prinsip-prinsip religius tidak boleh menyerah pada kesenangan manusia. Prinsip-prinsip ini berpihak pada kesejahteraan segenap makhluk.

## Melakukan Bunuh Diri

Mengambil nyawa sendiri dalam keadaan apa pun adalah salah secara moral dan spiritual. Mengambil nyawa sendiri karena putus asa atau kecewa hanya menyebabkan penderitaan yang lebih besar. Bunuh diri adalah jalan pengecut untuk mengakhiri masalah dalam kehidupan. Seseorang tidak akan bunuh diri jika batinnya murni dan tenang. Jika seseorang meninggalkan dunia ini dengan pikiran yang bingung dan frustrasi, rasanya tidak mungkin ia akan terlahirkan kembali dalam kondisi yang lebih baik. Bunuh diri adalah tindakan yang tidak sehat karena hal ini didorong oleh pikiran yang penuh dengan ketakutan, kebencian, dan yang terutama, kekeliruan. Mereka yang melakukan bunuh diri belum belajar bagaimana menghadapi masalah mereka, bagaimana menghadapi kenyataan hidup, dan bagaimana menggunakan pikiran mereka dengan cara yang benar. Orang demikian belum mampu memahami sifat kehidupan dan kondisi duniawi.

Beberapa orang mengorbankan hidupnya untuk alasan yang mereka anggap baik dan mulia. Mereka mengambil nyawa sendiri dengan cara-cara seperti pengorbanan diri sendiri, menembakkan peluru, atau mogok makan. Tindakan demikian mungkin tergolong berani dan bernyali. Bagaimanapun, dari sudut pandang ajaran Buddha, tindakan demikian tidak dapat dimaklumi. Buddha telah menunjukkan dengan jelas bahwa keadaan pikiran bunuh diri mengarah pada penderitaan lebih lanjut. Seluruh sikap ini sekali lagi membuktikan betapa ajaran Buddha adalah agama yang positif dan mendukung kehidupan.

## Mengapa Populasi Dunia Meningkat?

*Tanggung jawab peningkatan populasi harus dilimpahkan pada fasilitas kesehatan dan pihak terkait lain yang ada saat ini.*

Jika umat Buddha tidak percaya akan jiwa yang diciptakan oleh Tuhan, bagaimana mereka akan menjelaskan peningkatan populasi di dunia saat ini? Ini adalah pertanyaan yang sangat umum yang diajukan oleh banyak orang saat ini. Orang yang mengajukan pertanyaan ini biasanya beranggapan bahwa hanya ada satu dunia di mana terdapat makhluk. Orang harus ingat bahwa cukup alami untuk terjadi peningkatan populasi di tempat dengan iklim yang baik, adanya fasilitas kesehatan dan makanan untuk menghasilkan dan melindungi makhluk.

Orang juga harus ingat bahwa benar-benar tidak ada dasar untuk berpikir bahwa masa ini merupakan satu-satunya periode di mana populasi dunia meningkat. Tidak ada cara perbandingan dengan periode sejarah kuno kapan pun. Peradaban yang sangat banyak pernah ada dan telah lenyap di Asia Tengah, Timur Tengah, Afrika, dan Amerika Kuno. Tidak ada angka sensus pada peradaban ini yang dapat diperoleh. Populasi, seperti semua hal lain di semesta, merupakan subyek dari siklus naik dan turun. Dalam siklus peningkatan angka kelahiran yang mengkhawatirkan, seseorang barangkali tertarik untuk berdebat menentang kelahiran ulang di dunia ini atau dunia lain. Selama beberapa ribu tahun terakhir, tidak ada bukti bahwa ada lebih banyak orang di beberapa bagian dunia daripada yang ada saat ini.

Jumlah makhluk yang ada di berbagai sistem dunia benar-benar tidak terhingga. Jika hidup manusia diibaratkan hanya satu butir

pasir, jumlah makhluk di semesta dapat dibilang lebih banyak dari butiran pasir di seluruh pantai di dunia. Jika kondisi tepat dan didukung oleh karma baik mereka, sebagian makhluk yang tidak terhingga ini terlahir ulang sebagai manusia. Kemajuan obat-obatan terutama pada abad ke-19 dan ke-20 telah memungkinkan manusia untuk hidup lebih lama dan lebih sehat. Ini merupakan suatu faktor yang menambah peningkatan populasi. Populasi dapat meningkat lebih lanjut kecuali orang yang sadar mengambil tindakan untuk mengendalikannya. Karena itu tanggung jawab akan peningkatan populasi harus dilimpahkan pada fasilitas kesehatan dan pihak terkait lain yang ada saat ini. Tanggung jawab ini tidak dapat dilimpahkan pada agama tertentu atau sumber eksternal mana pun.

Ada kepercayaan tertentu bahwa semua kejadian malang yang menghancurkan hidup manusia diciptakan oleh Tuhan untuk mengurangi populasi dunia. Alih-alih menjatuhkan begitu banyak penderitaan pada ciptaan-Nya sendiri, mengapa Ia tidak dapat mengendalikan populasi? Mengapa Ia menciptakan manusia lebih banyak lagi di negara yang populasinya padat di mana tidak ada makanan yang layak, pakaian, dan kebutuhan pokok lainnya? Mereka yang percaya bahwa Tuhan menciptakan segalanya tidak mampu memberikan jawaban yang memuaskan terhadap pertanyaan ini. Kemelaratan, kesusahan, perang, kelaparan, penyakit, kematian, sebenarnya tidak terjadi karena kehendak Tuhan atau tingkah laku setan, tetapi karena penyebab yang tidak terlalu sulit untuk ditemukan.

## Seks dan Agama

*Manusia adalah satu-satunya makhluk yang tidak memiliki periode seks tak-aktif alamiah untuk memulihkan kebugaran tubuh.*

Dorongan seks adalah kekuatan paling dinamik dalam sifat manusia. Begitu kuatnya, sehingga aturan pengendalian diri diperlukan bahkan dalam kehidupan biasa. Dalam hal spiritual, siapa pun yang ingin membawa batinnya dalam kendali penuh, diperlukan aturan disiplin diri yang lebih kokoh. Kekuatan yang begitu besar dalam sifat manusia dapat diatasi hanya jika orang mengendalikan batinnya dan melatih konsentrasi. Penatalaksanaan dorongan seksual membantu mengembangkan kekuatan diri. Karena jika seseorang mengendalikan dorongan seksual, ia akan mendapatkan pengendalian lebih besar terhadap seluruh struktur, mengatasi emosi yang lebih dasar. “Kendali” berarti kita secara sukarela melatih penahanan dengan memahami perlunya berbuat demikian. Hal ini sangat berbeda dari “penekanan” yang berarti hanya mencoba berpura-pura bahwa hasrat itu tidak ada. Penekanan dapat berakibat berbahaya.

Kehidupan selibat dianjurkan bagi mereka yang ingin menyempurnakan perkembangan spiritualnya. Namun semua orang tidak wajib untuk menjalani kehidupan selibat dalam mempraktikkan ajaran Buddha. Nasihat Buddha adalah bahwa menjalani kehidupan selibat lebih cocok bagi orang yang ingin mengembangkan pencapaian spiritualnya. Bagi umat Buddha perumah tangga, aturannya adalah untuk menjauhkan diri dari penyimpangan seksual. Ini berarti bahwa seorang perumah tangga boleh terlibat dalam seks yang sah. Ini karena dalam tindakan seksual yang sah seperti itu, tidak ada rasa bersalah dan tidak ada

rasa eksploitasi pihak lain.

Bagaimanapun, ada perlunya bagi umat Buddha perumah tangga untuk melatih suatu tingkat pengendalian dorongan seksualnya. Hasrat seksual manusia harus dikendalikan sebagaimana mestinya, kalau tidak manusia akan bertingkah lebih buruk daripada hewan ketika ia sedang dimabuk nafsu. Pertimbangkan tingkah laku seksual yang kita sebut “hewan yang lebih rendah”. Mana yang sebenarnya sering lebih “rendah”: hewan atau manusia? Mana yang bertindak wajar dan lumrah dalam perilaku seksual? Dan mana yang secara berlebihan bertindak tidak wajar dan tidak lumrah? Sering hewan merupakan makhluk yang lebih tinggi dan manusia menjadi makhluk yang lebih rendah. Dan mengapa begini? Semata karena manusia yang memiliki kecakapan mental yang jika digunakan dengan benar dapat membuatnya menjadi tuan atas hasrat seksnya, telah menggunakan kekuatan mentalnya dengan cara yang tercela sehingga membuat dirinya menjadi budak hasrat tersebut. Jadi manusia dapat, pada waktu tertentu, dianggap lebih rendah daripada hewan.

Leluhur kita berusaha mengurangi hasrat seksual ini; mereka tahu bahwa dorongan ini sudah cukup kuat tanpa diberi dorongan ekstra lain. Tetapi saat ini kita malah menambahnya dengan ribuan bentuk dorongan, iklan tak senonoh, pemikat, dan pameran; dan kita telah mempersenjatai dorongan seksual dengan gagasan bahwa menahan diri adalah berbahaya dan bahkan dapat menyebabkan kelainan mental.

Walaupun inhibisi—penahanan yang mengendalikan impuls—adalah prinsip pertama dari semua peradaban, termasuk peradaban modern kita, kita telah mencemari atmosfer seksual



yang mengelilingi kita—dan melalui media massa membesar-besarkan hasrat pikiran dan tubuh untuk pemuasan seksual.

Sebagai akibat dari eksploitasi seks oleh penggoda tersembunyi dalam masyarakat modern, pemuda masa kini telah mengembangkan sikap terhadap seks yang mengganggu masyarakat. Dalam banyak kasus, gadis yang lugu tidak bebas bergerak ke mana pun tanpa diganggu.

Manusia adalah satu-satunya makhluk yang tidak memiliki periode seks tak-aktif alamiah untuk memulihkan kebugaran tubuh. Sayangnya, eksploitasi komersial sifat erotik ini telah menyebabkan manusia modern dihujani rangsangan seksual yang terus-menerus dari segala sisi. Banyak penyakit jiwa dari kehidupan dewasa ini dapat diusut dari keadaan yang tidak seimbang ini. Pria dalam masyarakat modern diharapkan melakukan monogami, tetapi perempuan dieksploitasi dalam segala cara untuk menambah daya tarik diri, tidak hanya untuk suaminya, tetapi untuk membangkitkan gairah setiap pria yang dilarang oleh masyarakat untuk memilikinya.

Seks harus ditempatkan secara wajar dalam kehidupan manusia normal; seks tidak boleh ditekan secara tidak sehat atau dibesar-besarkan secara tidak lumrah. Dan seks harus selalu terkendalikan oleh tekad, hal ini dapat dilakukan jika seks diperlakukan dengan bijak dan ditempatkan secara layak.

Tidak seperti yang diajarkan kepada kita, seks tidak boleh dianggap sebagai unsur terpenting untuk kebahagiaan kehidupan pernikahan seseorang. Mereka yang terlalu melekat dapat menjadi budak seks yang akhirnya akan menghancurkan cinta

dan pertimbangan manusiawi dalam pernikahan. Seperti dalam segala hal, seseorang harus sabar dan nalar dalam kebutuhan seksualnya dengan mempertimbangkan perasaan intim dan watak pasangannya.

Pernikahan adalah ikatan persekutuan hidup yang dimasuki oleh seorang pria dan seorang perempuan. Kesabaran, tenggang rasa, dan pengertian adalah tiga kualitas prinsip yang harus dikembangkan dan dipupuk oleh pasangan tersebut. Sementara cinta harus menjadi simpul yang menalikan pasangan, keperluan materi untuk mempertahankan rumah tangga yang bahagia harus ada untuk dibagi bersama. Syarat persekutuan yang baik dalam pernikahan harus berupa “milik kita” dan bukan “milikmu” atau “milikku”. Pasangan yang baik harus “membuka” hati mereka satu sama lain dan menghindari memiliki “rahasia”. Merahasiakan sesuatu untuk diri sendiri dapat mendatangkan kecurigaan, dan curiga adalah unsur yang dapat menghancurkan cinta dalam suatu persekutuan. Curiga menghasilkan cemburu, cemburu menciptakan kemarahan, kemarahan menimbulkan kebencian, kebencian berubah menjadi permusuhan, dan permusuhan dapat menyebabkan penderitaan tak terkatakan, termasuk pertumpahan darah, bunuh diri, dan bahkan pembunuhan.

“Sisi terendah dari diri kita masih seperti binatang.” (Gandhi)





## **BAGIAN 5**

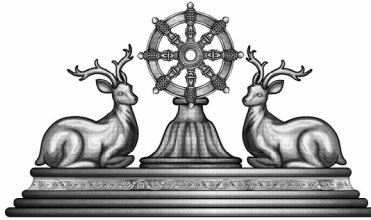
---

**AGAMA UNTUK KEMAJUAN MANUSIA**



## SIFAT, NILAI, DAN PILIHAN AGAMA

---



### Manusia dan Agama

*Manusia adalah satu-satunya makhluk di dunia ini yang menemukan agama dan melakukan pemujaan dan doa dengan menganut prinsip-prinsip religius.*

Manusia mengembangkan agama untuk memuaskan hasratnya untuk memahami kehidupan di dalam dirinya dan dunia di luar dirinya. Agama yang paling dini berasal dari kepercayaan animistik, yang timbul dari ketakutan manusia terhadap sesuatu yang tidak diketahuinya dan keinginannya untuk meredakan kekuatan-kekuatan yang dikiranya menghuni obyek-obyek mati. Sejalan dengan waktu, agama-agama ini mengalami perubahan, terbentuk oleh lingkungan geografis, historis, sosio-ekonomi, politik, dan intelektual yang ada pada masa itu.

Banyak dari agama-agama ini telah menjadi terorganisir dan tumbuh subur sampai saat ini, didukung oleh pengikut yang kuat. Banyak orang tertarik pada agama yang teratur karena kemegahan dan upacaranya, sementara ada sebagian orang yang lebih suka mempraktikkan agama mereka sendiri, memuliakan guru agama mereka dalam hati dan menerapkan prinsip moral dalam kehidupan sehari-harinya. Karena pentingnya praktik, setiap agama menyatakan dirinya sebagai cara hidup, bukan semata-mata suatu keimanan. Memandang asal mereka yang beragam dan jalan perkembangan yang dilalui agama, tidaklah mengherankan bahwa agama-agama manusia menjadi berbeda-beda dalam pendekatan, pengertian, dan penafsiran pengikutnya, tujuan dan cara mencapainya, dan konsep mereka tentang imbalan dan hukuman atas perbuatan yang dilakukan.

Dalam hal pendekatannya, praktik-praktik keagamaan dapat didasarkan pada iman, rasa takut, rasionalitas, atau kelembutan. Iman membentuk dasar banyak praktik religius yang dikembangkan untuk mengatasi rasa takut dan memenuhi kebutuhan manusia. Agama yang menonjolkan kekuatan mukjizat atau mistik memanfaatkan bahwa rasa takut yang timbul dari ketaktahuan dan menjanjikan perolehan materi yang didasarkan pada ketamakan. Agama yang mendorong devosi didasarkan pada emosi dan rasa takut pada kekuatan adiduniawi yang dipercaya dapat diredakan melalui upacara dan ritual. Agama iman didasarkan pada keinginan untuk memperoleh rasa percaya diri dalam menghadapi ketidakpastian hidup dan nasib manusia.

Beberapa praktik keagamaan tumbuh sebagai hasil pengembangan pengetahuan, pengalaman, dan kebijaksanaan manusia. Pendekatan rasional terhadap agama telah dipakai dalam hal ini,

menggabungkan prinsip-prinsip nilai manusia dan hukum alam atau hukum universal. Hal ini didasarkan pada kemanusiaan dan memusatkan pada pengembangan sifat kewelasan. Agama sebab-akibat atau karma didasarkan pada prinsip menolong diri sendiri dan menyatakan bahwa individu itu sendiri bertanggung jawab atas kebahagiaan, penderitaan, serta keselamatannya sendiri. Agama kebijaksanaan didasarkan pada penerapan akal budi dan berusaha untuk memahami hidup dan kenyataan kondisi duniawi melalui pengetahuan analitis. Ilmu pengetahuan bertanya dan mencoba menjelaskan apakah dunia itu, sementara agama bertanya menjadi apakah manusia dan masyarakat itu semestinya.

Niat baik dan kelembutan adalah unsur umum yang ditemukan dalam agama. Agama kedamaian didasarkan pada prinsip tidak menyakiti diri sendiri dan orang lain, dan pengikutnya dianjurkan untuk hidup secara harmonis, liberal, dan damai. Agama niat baik atau cinta kasih didasarkan pada pengorbanan dan pelayanan untuk kesejahteraan dan kebahagiaan orang lain.

Agama berlainan menurut kapasitas pengertian pengikutnya serta tafsir doktrin dan praktik religius yang diberikan oleh para ahli agama. Di beberapa agama, ahli-ahli agama mendesak hukum keagamaan dan kode moral, sementara di agama lain mereka sekadar menasihatkan manfaat dan cara untuk mengikuti kode-kode ini. Setiap agama akan menawarkan alasan untuk menjelaskan permasalahan dan ketimpangan manusia yang ada dan jalan untuk memperbaiki situasi itu. Melalui penjelasan, beberapa agama menyatakan bahwa manusia harus menghadapi masalah-masalah hidup karena ia berada dalam percobaan di dunia ini. Ketika mendengar penjelasan demikian, yang lain mungkin bertanya, “Untuk tujuan apa? Bagaimana manusia dapat

dihakimi atas dasar satu kehidupan saja sementara umat manusia secara umum berbeda dalam pengalaman fisik, intelektual, sosial, ekonomi, faktor, dan kondisi lingkungannya?”

Setiap agama memiliki konsep masing-masing tentang apa yang dianggap sebagai tujuan kehidupan spiritual. Bagi beberapa agama, hidup abadi di surga atau firdaus bersama Tuhan merupakan tujuan akhir. Bagi agama lain tujuan akhir dalam hidup adalah penyatuan kesadaran universal karena diyakini bahwa hidup adalah satu pecahan kesadaran dan harus kembali kepada kesadaran asalnya. Bagi yang lain, bahkan kebahagiaan surgawi atau penyatuan dengan Brahma (kekuatan prima) tidak terlalu jadi persoalan karena tetap saja ada ketidakpastian, tidak pandang dalam bentuk apa pun. Bahkan ada juga yang percaya bahwa hidup saat ini sendiri sudah lebih dari cukup untuk mengalami tujuan kehidupan.

Obat yang menyembuhkan penyakit seseorang dapat menjadi racun bagi orang lain sesuai dengan susunan tubuhnya. Demikian pula, konsep seseorang tentang jalan religius terbaik untuk dianut dapat menjadi gangguan bagi orang lain, tergantung pada keadaan batinnya.

Untuk mencapai tujuan yang diinginkan, setiap agama menawarkan suatu metode. Beberapa agama meminta umatnya untuk pasrah atau bergantung pada Tuhan dalam segala hal. Agama lain menyatakan petapaan keras sebagai cara untuk membersihkan diri dari semua keburukan. Agama lain menyarankan pengorbanan hewan dan berbagai upacara dan ritual, serta pengucapan mantra untuk penyucian guna memperoleh tujuan akhir. Ada juga yang menegakkan berbagai metode, penyadaran akan kebenaran dan



pengheningan batin melalui meditasi.

Tiap agama memiliki konsep yang berbeda tentang hukuman perbuatan buruk. Menurut beberapa agama, manusia dihukum selama-lamanya oleh Tuhan karena pelanggarannya dalam satu kehidupan ini. Agama lain berkata bahwa aksi dan konsekuensi (sebab dan akibat) bekerja menurut hukum alam dan akibat suatu perbuatan hanya akan dialami selama periode tertentu. Beberapa agama mempertahankan bahwa kehidupan ini hanyalah salah satu dari begitu banyak kehidupan, dan seseorang akan selalu punya kesempatan untuk mengubah dirinya sendiri dalam tahapan-tahapan, sampai akhirnya ia berkembang untuk mencapai tujuan kebahagiaan tertinggi.

Karena begitu luasnya ragam pendekatan, penafsiran, dan tujuan dari berbagai agama yang dianut oleh umat manusia, sangatlah berguna untuk tidak memegang pandangan dogmatik terhadap agama mereka sendiri, melainkan bersikap terbuka dan toleran pada pandangan agama lain.

Buddha berkata, “Seseorang tidak seharusnya menerima ajaran Saya karena rasa hormat, tetapi ujilah terlebih dahulu seperti menguji emas dengan api.”

Setelah menekankan pentingnya mempertahankan pikiran yang terbuka terhadap doktrin-doktrin religius, perlu diingat bahwa suatu agama harus dipraktikkan demi kesejahteraan, kebahagiaan, dan keterbebasan semua makhluk. Jadi prinsip-prinsip religius harus digunakan secara positif untuk meningkatkan kualitas hidup semua makhluk. Tetapi saat ini umat manusia telah terlencengkan dari prinsip dasar religius. Praktik-praktik amoral

dan jahat sudah jadi umum di antara banyak orang, dan orang yang religius mengalami kesulitan dalam mempertahankan prinsip religius tertentu dalam kehidupan modern. Bersamaan dengan itu, standar prinsip religius dasar juga turun untuk dijadikan alat bagi kebutuhan batin yang tercemar dan egois. Manusia tidak seharusnya melanggar kode-kode moral universal untuk memenuhi ketamakan atau kegemarannya sendiri, tetapi manusia harus mencoba menyesuaikan dirinya menurut kode-kode tersebut.

Aturan keagamaan telah diperkenalkan oleh para guru religius yang tercerahkan dan telah menyadari cara hidup mulia yang membawa pada kedamaian dan kebahagiaan. Mereka yang melanggar ajaran-ajaran ini melanggar hukum-hukum universal, yang menurut ajaran Buddha, akan membawa akibat buruk.

Sebaliknya, hal ini tidak berarti bahwa seseorang harus mengikuti apa yang ditemukan dalam agamanya seperti budak, tanpa memerhatikan apakah dapat diterapkan pada era modern. Hukum dan ajaran keagamaan harus memungkinkan orang untuk menjalani hidup yang penuh makna, dan tidak digunakan untuk mengikat mereka pada praktik-praktik kuno, upacara, dan kepercayaan takhayul. Seseorang yang menjunjung tinggi prinsip-prinsip dasar religius harus memberi penghargaan pada akal budi manusia dan hidup secara bermartabat. Harus ada beberapa perubahan dalam aktivitas religius kita sesuai dengan pendidikan dan sifat masyarakat yang berubah, tanpa mengorbankan prinsip universal yang luhur. Tetapi memang diakui bahwa membuat perubahan pada praktik religius mana pun selalu sulit karena banyak orang konservatif yang menentang perubahan, walaupun demi menjadi lebih baik. Pandangan konservatif tersebut ibarat

genangan air, sementara gagasan-gagasan segar ibarat air terjun di mana air terus diperbaharui, dan karena itu dapat digunakan sepanjang waktu.

### **Penyimpangan Agama**

Di samping nilai agama dalam peningkatan moral, juga benar bahwa agama adalah lahan yang subur bagi perkembangan takhayul dan kemunafikan, yang dibungkus dalam jubah keagamaan. Banyak orang menggunakan agama untuk melarikan diri dari kenyataan hidup dan memakai sandangan dan lambang keagamaan tanpa pengembangan diri. Mereka bahkan mungkin sangat sering berdoa di tempat-tempat pemujaan, tetapi mereka tidak benar-benar berpikiran religius dan belum mengerti apa hakikat agama. Jika agama telah direndahkan derajatnya oleh kekeliruan, ketamakan, dan kebencian, orang dengan cepat menuding dan berkata bahwa agama tersebut salah. Namun “agama” (praktik eksternal ritualistik dari banyak ajaran) harus dibedakan dari ajaran itu sendiri. Sebelum mengkritik, orang harus mempelajari ajaran yang sebenarnya dari sang pendiri dan melihat apakah ada hal yang pada hakikatnya salah dalam ajaran itu.

Agama menyarankan orang untuk berbuat baik dan menjadi baik, tetapi orang cenderung tidak tertarik dalam bertindak demikian. Sebaliknya mereka lebih suka berpegang teguh pada praktik-praktik eksternal yang kurang memiliki nilai religius. Jika mereka sudah mencoba mengembangkan batin dengan menghilangkan kedengkian, keangkuhan, kekejian, dan keakuan, setidaknya mereka akan menemukan jalan yang benar untuk mempraktikkan suatu agama. Sayangnya mereka justru mengembangkan hal-hal negatif itu. Banyak orang berpura-pura religius, tetapi melakukan

kekejaman terbesar dalam nama agama. Mereka bertikai, mendiskriminasi, dan menciptakan kerusuhan demi agama, kehilangan pandangan akan tujuan mulianya. Dari meningkatnya bermacam aktivitas yang disebut kegiatan agama, kita mendapat kesan bahwa agama itu maju, tetapi kenyataannya justru terbalik karena sangat sedikit kemurnian batin dan pengertian yang benar-benar dipraktikkan.

Mempraktikkan agama tak lain adalah pengembangan penyadaran diri, niat baik, dan pengertian seseorang. Masalah harus dihadapi langsung dengan bersandar pada kekuatan spiritual diri sendiri. Melarikan diri dari permasalahan dalam nama spiritualisme adalah tindakan pengecut. Dalam kekacauan saat ini, pria dan perempuan terjun dengan pesat menuju kehancuran mereka sendiri. Ironisnya mereka membayangkan bahwa mereka melaju menuju peradaban mulia yang dicita-citakan.

Di tengah kebingungan ini, konsep-konsep religius khayalan dan palsu disebarkan untuk menciptakan lebih banyak godaan dan kebingungan dalam batin manusia. Agama disalahgunakan demi keuntungan pribadi dan kekuasaan politik. Praktik asusila tertentu, seperti seks bebas, telah didorong oleh beberapa kelompok religius yang tidak bertanggung jawab untuk memperkenalkan agama mereka di antara anak muda. Dengan meningkatkan perasaan nafsu, kelompok-kelompok ini berharap bisa membujuk pemuda dan pemudi untuk menganut agama mereka. Saat ini agama telah turun derajatnya menjadi komoditas murah dalam pasar religius, kurang memberi rasa hormat terhadap nilai-nilai moral dan maknanya. Beberapa misionari menyatakan bahwa praktik moral, etika, dan aturan tidak penting selama seseorang memiliki iman dan berdoa kepada Tuhan, yang diyakini cukup untuk memberinya

pengampunan. Setelah menyaksikan beberapa pemuka agama menyesatkan dan membutuhkan umatnya di Eropa, Karl Marx pernah membuat pernyataan yang tajam, “Agama adalah desahan makhluk yang tertekan, hati dunia yang tak punya hati, dan jiwa keadaan yang tak berjiwa. Agama adalah candu masyarakat.”

Kita membutuhkan agama bukan untuk memberi mereka mimpi kehidupan berikutnya atau memberi gagasan dogmatik untuk diikuti, sampai-sampai kita menanggalkan intelektualitas kita dan menjadi pengganggu sesama. Agama harus merupakan metode yang andal dan masuk akal bagi orang untuk hidup “di sini dan saat ini” sebagai makhluk yang berbudaya dan paham, serta menjadi teladan bagi orang lain. Banyak agama menjauhkan pikiran manusia dari dirinya sendiri kepada makhluk tertinggi, tetapi ajaran Buddha mengarahkan pencarian manusia akan kedamaian diri menuju potensi-potensi yang terpendam dalam diri mereka. Ajaran Buddha menghargai dan menjunjung akal budi manusia. Buddha menunjukkan potensi terbesar batin dan cara mengembangkannya. Karena itu, agama sejati, yaitu Dhamma, bukanlah sesuatu di luar diri yang kita dapatkan, melainkan pengembangan dan penyadaran kebijaksanaan, kasih sayang, dan kemurnian yang kita kembangkan dalam diri kita sendiri.

## **Mana Agama yang Tepat?**

*Agama apa pun yang mengandung hal-hal seperti Empat Kebenaran Suciwan dan Jalan Delapan Faktor Suciwan, dapat dianggap sebagai agama yang tepat.*

Sangatlah sulit untuk mengetahui kenapa ada begitu banyak agama

dan agama mana yang benar. Pengikut setiap agama mencoba menunjukkan keunggulan agama masing-masing. Perbedaan telah melahirkan beberapa bentuk pengembangan, namun dalam hal agama, orang memandang satu sama lain dengan kecemburuan, kebencian, dan penghinaan. Praktik religius yang paling dihormati pada satu agama dianggap menggelikan oleh yang lain. Untuk memperkenalkan kehebatan dan pesan perdamaian, sebagian orang telah mengambil jalan dengan senjata dan perang. Apakah mereka tidak malah mencemari nama baik agama mereka sendiri? Tampaknya agama-agama tertentu justru mengakibatkan perpecahan alih-alih persatuan umat manusia. Saat ini kita mengetahui banyak agama yang mendorong pengikutnya untuk membenci agama lain, tetapi hanya segelintir agama yang mendorong penghormatan pada agama lain. Setiap agama mengajarkan tentang kasih, tetapi kenapa suatu agama tidak bisa mengasihi agama lain?

Untuk menemukan agama yang sejati dan tepat, kita harus menimbang dengan pikiran yang tidak berat sebelah apakah sebenarnya agama yang salah. Agama atau filosofi yang salah mencakup: materialisme yang menyangkal kelangsungan hidup setelah kematian; amoralisme yang menyangkal kebajikan dan kejahatan; agama yang menyatakan bahwa manusia secara ajaib diselamatkan atau dihukum; evolusi keilahian yang berpegang bahwa segala hal sudah ditakdirkan dan semua orang ditakdirkan untuk mencapai pengampunan akhir melalui iman belaka.

Ajaran Buddha bebas dari dasar-dasar yang tidak memuaskan dan tidak pasti. Ajaran Buddha adalah realistik dan dapat dibuktikan. Kebenarannya telah dibuktikan oleh Buddha, dibuktikan oleh murid-murid-Nya, dan selalu tetap terbuka untuk dibuktikan

oleh siapa pun yang ingin membuktikannya. Dan saat ini, ajaran Buddha, sedang dibuktikan oleh metode penyelidikan ilmiah yang paling hebat.

Buddha menasihatkan bahwa bentuk agama apa pun adalah tepat jika mengandung Empat Kebenaran Suciwan dan Jalan Delapan Faktor Suciwan. Hal ini menunjukkan dengan jelas bahwa Buddha tidak ingin membentuk agama tertentu. Yang Ia inginkan adalah mengungkapkan kebenaran sejati hidup kita dan dunia. Walaupun Buddha menjelaskan Empat Kebenaran Suciwan dan Jalan Delapan Faktor Suciwan dengan terperinci, metode ini bukan milik umat Buddha saja. Hal ini adalah kebenaran universal dan terbuka bagi siapa saja yang ingin memahami keadaan manusia dan mencapai kebahagiaan.

Kebanyakan orang merasa perlu untuk mengajukan argumen demi “membuktikan” kesahihan agama yang mereka anut. Sebagian orang menyatakan bahwa agama mereka adalah agama tertua, maka itulah yang benar. Yang lain menyatakan bahwa agama mereka adalah agama terakhir atau terbaru, maka itulah yang benar. Beberapa menyatakan bahwa agama mereka punya pengikut paling banyak, maka itulah yang benar. Tetapi tidak satu pun argumen ini yang sah untuk menetapkan kebenaran suatu agama. Seseorang dapat menilai suatu agama hanya dengan menggunakan akal sehat dan pemahaman.

Beberapa tradisi agama mengharuskan manusia untuk tunduk pada kekuatan yang lebih besar dari dirinya, kekuatan yang mengatur dan mengendalikan ciptaannya, tindakannya, dan keterbebasan akhirnya. Buddha tidak menerima kekuatan semacam itu, tetapi Buddha memberikan kekuatan dahsyat tersebut kepada manusia

dengan menyatakan bahwa setiap orang adalah pencipta dirinya sendiri dan bertanggung jawab akan keselamatannya sendiri. Itulah sebabnya dikatakan bahwa: “Tak seorang pun yang sangat tak bertuhan seperti Buddha, namun tak seorang pun yang sangat serupa Tuhan seperti Buddha.” Agama Buddha memberi martabat yang besar bagi manusia; sekaligus memberinya tanggung jawab yang besar. Umat Buddha tidak melemparkan kesalahan pada kekuatan eksternal ketika sesuatu yang buruk menyimpannya. Tetapi mereka dapat menghadapi kemalangan dengan ketenangseimbangan karena mereka tahu bahwa mereka memiliki kekuatan untuk melepaskan dirinya sendiri dari semua kesengsaraan.

Salah satu alasan mengapa ajaran Buddha menarik bagi kaum cendekiawan dan mereka yang berpendidikan tinggi adalah karena Buddha dengan tegas melarang pengikut-Nya untuk menerima segala sesuatu yang mereka dengar tanpa menguji kesahihannya lebih dahulu (bahkan sekalipun hal itu datang dari Buddha sendiri). Ajaran Buddha tetap dan bertahan dengan tepat karena kaum cendekiawan telah menantang setiap aspek ajaran ini dan telah menyimpulkan bahwa Buddha selalu mengucapkan kebenaran yang tak terbantahkan. Sementara ahli-ahli agama lain mencoba untuk mempertimbangkan kembali ajaran penemunya dalam pandangan pengetahuan modern tentang semesta, ajaran Buddha justru menjadi acuan dan dibuktikan oleh para ilmuwan.

## **Perkembangan Moral dan Spiritual**

*Tanpa latar belakang spiritual, orang tidak punya tanggung jawab moral; orang tanpa tanggung jawab moral berbahaya bagi masyarakat.*



Ajaran Buddha telah menjadi mercusuar yang mengagumkan dalam membimbing umat manusia menuju keselamatan dari duka dalam *samsāra*. Ajaran Buddha khususnya diperlukan di dunia masa kini yang dipenuhi kesalahpahaman rasial, ekonomi, dan ideologi. Kesalahpahaman ini tidak akan dapat dijelaskan dengan efektif tanpa penyebaran semangat toleransi kepada orang lain. Semangat ini dapat diperoleh dengan baik dengan bimbingan ajaran Buddha yang menekankan kerja sama etika-moral untuk kebaikan universal.

Kita tahu bahwa kejahatan mudah dipelajari tanpa guru, sedangkan kebajikan memerlukan guru. Ajaran kebajikan sangat memerlukan aturan dan teladan. Tanpa latar belakang spiritual, orang tidak punya tanggung jawab moral; orang tanpa tanggung jawab moral berbahaya bagi masyarakat.

Dalam ajaran Buddha dikatakan bahwa perkembangan spiritual seseorang lebih penting daripada perkembangan kesejahteraan material. Sejarah telah mengajarkan kita bahwa kita tidak dapat berharap untuk mendapatkan kebahagiaan duniawi maupun kebahagiaan abadi secara bersamaan. Kehidupan sebagian besar orang umumnya diatur oleh nilai-nilai spiritual dan prinsip-prinsip moral yang hanya dapat disediakan secara efektif oleh agama. Campur tangan pemerintah dalam hidup orang menjadi relatif tidak perlu jika orang dapat dibentuk untuk menyadari nilai disiplin diri dan mampu mempraktikkan teladan kebenaran, keadilan, dan pelayanan.

Kebajikan diperlukan untuk mencapai keselamatan, tetapi kebajikan saja tidak cukup. Kebajikan harus digabungkan dengan kebijaksanaan. Kebajikan dan kebijaksanaan laksana pasangan

sayap burung. Kebijaksanaan juga dapat diibaratkan mata seorang manusia; kebajikan diibaratkan kakinya. Kebajikan dapat disamakan dengan kendaraan yang membawa manusia ke gerbang keselamatan, tetapi kebijaksanaan adalah kunci yang membuka gerbang itu. Kebajikan adalah bagian dari teknik hidup yang bajik dan mulia. Tanpa disiplin etika apa pun, tidak akan ada pemurnian kotoran kehidupan.

Ajaran Buddha bukan semata-mata omong kosong, mitos yang diceritakan untuk menghibur pikiran manusia atau untuk memuaskan emosi manusia, melainkan suatu metode liberal dan mulia bagi mereka yang benar-benar ingin memahami dan mengalami realitas kehidupan.

Ada empat cara untuk mencoba menyadari tujuan hidup:

Tingkat material atau fisik (kekayaan).

Tingkat emosional—suka atau tidak suka; atau perasaan menyenangkan atau tidak menyenangkan.

Tingkat intelektual—belajar atau memahami.

Tingkat spiritual—pemahaman simpatik berdasarkan hukum alam, kemurnian, dan keapa-adaan.

Yang terakhir adalah metode yang realistis dan abadi, yang tidak pernah menciptakan kekecewaan.

## **Gagasan Tentang Tuhan**

*Kenyataan atau kesahihan kepercayaan akan Tuhan didasarkan pada kapasitas pengertian dan kematangan pikiran manusia.*

## **Perkembangan Gagasan Tentang Tuhan**

Untuk melacak asal dan perkembangan gagasan tentang Tuhan, kita harus kembali ke masa ketika peradaban masih dalam tahap awal dan ilmu pengetahuan modern belum diketahui. Orang primitif, karena ketakutan dan kekaguman pada fenomena alam, memercayai berbagai macam roh dan dewa. Mereka menggunakan kepercayaan pada roh-roh dan dewa-dewa untuk membentuk agama masing-masing. Menurut situasi dan kapasitas pemahaman masing-masing, orang yang berbeda memuja dewa-dewa yang berbeda dan mendirikan kepercayaan yang berbeda-beda.

Pada awal gagasan tentang Tuhan, orang memuja banyak dewa: dewa pohon, sungai, petir, badai, angin, matahari, dan fenomena alam lainnya. Dewa-dewa ini berhubungan berbagai kejadian alam. Kemudian secara bertahap manusia mulai memberi atribut pada dewa-dewa ini, termasuk jenis kelamin, bentuk, serta karakteristik fisik dan mental seperti manusia: cinta, benci, dengki, takut, sombong, cemburu, dan emosi-emosi lain yang ditemukan pada manusia. Dari semua dewa ini, secara perlahan tumbuh kesadaran bahwa fenomena semesta tidaklah banyak, melainkan satu. Pemahaman ini belakangan melahirkan gagasan tentang dewa monoteis.

Dalam proses perkembangannya, gagasan tentang Tuhan terbentuk melalui berbagai perubahan iklim sosial dan intelektual. Gagasan ini dipandang oleh orang dengan cara yang berlainan. Sebagian orang mengidealkan Tuhan sebagai Raja Surga dan Bumi; mereka memiliki konsep Tuhan sebagai sosok makhluk. Yang lain memikirkan Tuhan sebagai prinsip yang abstrak. Sebagian lagi mengemukakan gagasan Tuhan yang mahatinggi di surga

tertinggi, sementara yang lain membawanya turun ke permukaan Bumi. Beberapa orang menggambarkan Tuhan di surga, sementara orang lain membuat patung dan memujanya. Beberapa orang telah terlalu jauh berkata bahwa tidak ada keselamatan tanpa Tuhan—tidak peduli berapa banyak kebaikan yang Anda perbuat, Anda tidak akan menerima buah perbuatan Anda kalau Anda tidak beriman pada Tuhan tertentu saja. Orang ateis berkata, “Tidak,” dan terus menegaskan bahwa Tuhan benar-benar tidak ada sama sekali. Orang skeptis atau agnostis berkata, “Kami tidak atau tidak dapat mengetahuinya.” Kaum positivis berkata bahwa gagasan tentang Tuhan adalah masalah yang tidak berarti karena gagasan tentang istilah Tuhan “tidak jelas”. Maka tumbuh berbagai gagasan, kepercayaan, dan nama untuk gagasan tentang Tuhan: panteisme, pemujaan berhala, kepercayaan akan Tuhan yang tak berwujud, dan kepercayaan akan banyak dewa dan dewi.

Bahkan Tuhan monoteis masa kini telah melalui berbagai perubahan ketika melalui negara dan orang yang berbeda. Tuhan Hindu berbeda dari Tuhan Kristen. Tuhan Kristen lagi-lagi berbeda dari Tuhan kepercayaan lain. Jadi, terbentuklah sejumlah agama; masing-masing jauh berbeda satu sama lain, walaupun masing-masing menyatakan bahwa “Tuhan adalah satu”.

### **Gagasan Tentang Tuhan dan Penciptaan**

Ketika setiap agama muncul dan berkembang di sekitar gagasan tentang Tuhan, masing-masing agama mengembangkan penjelasan khususnya sendiri tentang penciptaan. Jadi gagasan tentang Tuhan dihubungkan dengan berbagai mitos. Orang menggunakan gagasan tentang Tuhan sebagai kendaraan untuk penjelasan mereka tentang keberadaan manusia dan semesta.

Saat ini, kaum cendekiawan, yang telah memeriksa dengan hati-hati semua fakta yang ada, sampai pada kesimpulan bahwa, seperti gagasan tentang Tuhan, penciptaan mitos harus dianggap sebagai evolusi imajinasi manusia yang dimulai dengan kesalahpahaman tentang fenomena alam. Kesalahpahaman ini berakar dalam ketakutan dan ketaktahuan manusia primitif. Bahkan saat ini manusia tetap memelihara penafsiran primitifnya tentang penciptaan. Dalam pandangan pemikiran ilmiah masa kini, definisi teologi tentang Tuhan tidaklah jelas, dan karenanya tidak memiliki tempat dalam teori penciptaan kontemporer.

Jika manusia diciptakan oleh suatu sumber eksternal, maka ia tentunya milik sumber itu dan bukan milik dirinya sendiri. Menurut ajaran Buddha, manusia bertanggung jawab atas semua yang diperbuatnya. Jadi umat Buddha tidak punya alasan untuk percaya bahwa manusia menjadi ada melalui sumber eksternal mana pun. Mereka percaya bahwa manusia ada saat ini karena nafsu, kelekatan, dan perbuatannya sendiri. Kita tidak dihukum atau dihadiahi oleh siapa pun selain oleh diri sendiri sesuai dengan perbuatan baik dan buruk kita sendiri. Melalui proses evolusi, manusia menjadi ada. Tidak ada kata-kata Buddha yang mendukung kepercayaan bahwa dunia diciptakan oleh sesosok makhluk. Penemuan ilmiah tentang perkembangan bertahap sistem dunia ternyata selaras dengan ajaran Buddha.

### **Kelemahan Manusia dan Konsep Tuhan**

Baik konsep tentang Tuhan maupun mitos penciptaan yang terkait dengannya, dilindungi dan dibela oleh orang yang percaya yang memerlukan gagasan ini untuk membenarkan keberadaan dan kegunaan mereka bagi masyarakat. Orang-orang yang percaya

menyatakan telah menerima kitab suci masing-masing sebagai wahyu; dengan kata lain, mereka semua menyatakan datang langsung dari satu Tuhan. Setiap agama Tuhan menyatakan bahwa masing-masing mewakili Perdamaian Universal, Persaudaraan Universal, dan idealisme lainnya.

Bagaimanapun mulianya idealisme agama-agama itu, sejarah dunia menunjukkan bahwa agama-agama itu setidaknya hingga kini juga telah membantu menyebarkan takhayul. Beberapa agama bersikap menentang ilmu dan kemajuan pengetahuan, menuju pada pembunuhan dan perang. Dalam hal ini agama teistik telah gagal dalam usahanya untuk mencerahkan manusia. Sebagai contoh, di negara tertentu ketika orang berdoa mohon ampun, tangan mereka bernoda darah pengorbanan hewan tak berdosa, dan kadang bahkan pengorbanan sesama manusia. Makhluk malang dan tak berdaya ini dibantai di altar yang ternodai oleh Tuhan khayalan dan tak tampak. Perlu waktu lama bagi orang untuk memahami sia-sianya praktik-praktik kejam tersebut dalam nama agama. Sudah waktunya bagi mereka untuk menyadari bahwa jalan pemurnian sebenarnya adalah melalui cinta kasih dan pemahaman.

Dr. G. Dharmasiri dalam bukunya telah menyebutkan, “Saya melihat bahwa walaupun gagasan tentang Tuhan mengandung nilai moral yang luhur, hal ini juga mengandung implikasi tertentu yang sangat berbahaya bagi manusia serta makhluk lainnya di planet ini. Salah satu ancaman besar bagi kemanusiaan adalah kebutaan akan “penguasa” yang dibebankan pada manusia oleh konsep tentang Tuhan. Semua agama teistik menganggap sang penguasa adalah yang tertinggi dan suci. Bahaya ini yang dimaksud oleh Buddha dalam *Kāḷāma Sutta*. Pada saat itu individualitas dan kebebasan

manusia terancam serius oleh berbagai bentuk penguasaan. Berbagai “penguasa” mencoba untuk membuat “engkau” menjadi pengikut. Di puncak semua penguasa “tradisional” kita, suatu bentuk baru penguasa telah muncul dalam nama “ilmu pengetahuan”. Dan akhir-akhir ini menjamurnya agama-agama baru dan ancaman para guru telah menjadi ancaman nyata bagi kebebasan dan martabat manusia. Permintaan abadi Buddha adalah Anda menjadi seorang Buddha—Yang Terbebas, dan Buddha menunjukkan dengan cara yang rasional bahwa setiap orang memiliki potensi dan kapasitas sepenuhnya untuk mencapai cita-cita itu.”

Agama teistik menyatakan bahwa tidak ada keselamatan tanpa Tuhan. Jadi seseorang dimungkinkan menempuh sampai puncak tertinggi kebajikan, ia dimungkinkan menjalani cara hidup yang benar, dan bahkan ia dimungkinkan menempuh tataran tertinggi kesucian, tetapi ia akan dihukum dalam neraka abadi hanya karena ia tidak percaya akan keberadaan Tuhan. Di lain pihak, seorang manusia mungkin telah berdosa besar, tetapi karena telah bertobat belakangan, ia dapat diampuni dan karenanya “diselamatkan”. Dari pandangan umat Buddha, tidak ada dasar kebenaran dalam ajaran semacam ini.

Di samping adanya kontradiksi nyata dalam agama teistik, bagaimanapun juga tidaklah dianjurkan untukewartakan doktrin tak ber-Tuhan karena kepercayaan pada Tuhan juga telah melakukan pelayanan besar bagi umat manusia, khususnya bagi orang-orang tertentu yang mendambakan konsep Tuhan. Kepercayaan akan Tuhan ini telah membantu umat manusia untuk mengendalikan sifat hewannya. Pada umumnya, manusia merasa tidak aman, jika akan percaya pada Tuhan. Orang menemukan

perlindungan dan inspirasi ketika kepercayaan itu ada dalam pikirannya. Kenyataan atau kesahihan kepercayaan semacam itu didasarkan pada kapasitas pemahaman dan kematangan spiritual seseorang.

Bagaimanapun, agama juga harus memerhatikan kehidupan sehari-hari kita. Agama digunakan sebagai panduan untuk mengatur perilaku kita di dunia. Agama memberi tahu kita apa yang seharusnya dilakukan dan apa yang tidak. Jika kita tidak mengikuti suatu agama dengan sungguh-sungguh, label agama atau kepercayaan pada Tuhan semata tidak membantu kita dalam kehidupan sehari-hari.

Harus diingat bahwa jika penganut berbagai agama akan bertengkar dan menyalahkan kepercayaan dan praktik agama lain—khususnya untuk membuktikan ada atau tidaknya Tuhan mereka—dan jika mereka akan menyimpan permusuhan terhadap agama lain karena perbedaan pandangan, maka mereka membentuk ketidakselarasan besar antar-komunitas beragama. Apa pun perbedaan keagamaan yang ada, kita tetap bertugas mempraktikkan toleransi, kesabaran, dan pengertian. Adalah tugas kita untuk menghormati kepercayaan religius orang lain sekalipun jika kita tidak dapat menyesuaikan diri dengannya. Toleransi dan pengertian agama satu dengan yang lain diperlukan demi kehidupan yang harmonis dan damai.

Bagaimanapun, tidak ada gunanya memperkenalkan konsep Tuhan ini kepada mereka yang tidak bisa menghargainya. Bagi beberapa orang kepercayaan ini tidak penting untuk menjalani hidup yang berbudi. Ada banyak orang yang menjalani hidup mulia tanpa kepercayaan semacam itu sembari berada di antara orang yang



percaya, banyak pula yang melanggar kedamaian dan kebahagiaan orang yang tidak berdosa.

Umat Buddha juga dapat bekerja sama dengan mereka yang memegang konsep Tuhan ini, asalkan mereka menggunakan konsep ini untuk kedamaian, kebahagiaan, dan kesejahteraan umat manusia. Namun tidak dengan mereka yang menyalahgunakan konsep ini dengan menakut-nakuti orang dalam upaya memperkenalkan kepercayaan ini hanya demi keuntungan sendiri dan dengan motif-motif terselubung.

Selama lebih dari 2.500 tahun, di seluruh dunia, umat Buddha telah menjalani dan memperkenalkan ajaran Buddha dengan sangat damai tanpa perlu mendukung konsep Tuhan pencipta. Dan mereka akan terus melestarikan agama ini dengan sikap yang sama, tanpa mengganggu pengikut agama lain.

Karena itu, dengan segala hormat kepada umat beragama lain, harus disebutkan bahwa segala upaya untuk memperkenalkan konsep ini pada ajaran Buddha adalah tidak perlu. Biarlah umat Buddha mempertahankan kepercayaan mereka karena hal ini tidak berbahaya bagi orang lain dan biarlah dasar ajaran Buddha tetap seperti semula karena mereka tidak mencoba menyeret orang lain ke dalam ajaran Buddha.

Sejak zaman dahulu umat Buddha telah menjalani kehidupan religius yang damai tanpa memasukkan konsep khusus tentang Tuhan. Mereka harus mampu mendukung agama mereka, dalam hal ini, tanpa perlu memaksakan sesuatu yang bertentangan dengan kehendak mereka. Dengan memiliki keyakinan penuh dalam Buddha Dhamma, umat Buddha harus diizinkan untuk

berkarya dan mencari keselamatan mereka sendiri tanpa campur tangan yang tidak semestinya dari pihak lain. Orang lain boleh menjunjung tinggi kepercayaan dan konsep mereka, umat Buddha juga demikian, tanpa rasa dendam. Kita tidak menantang orang lain sehubungan dengan pendekatan keagamaan mereka, kita mengharapkan perlakuan timbal-balik sehubungan dengan kepercayaan dan praktik kita.

## **Mengubah Label Agama Sebelum Meninggal**

*Semata-mata percaya bahwa ada sosok yang akan menghapus dosa kita, tanpa menekan pikiran jahat kita, tidaklah sesuai dengan ajaran Buddha.*

Kita sangat sering menjumpai kasus orang-orang yang mengubah agama mereka pada saat terakhir ketika mereka jelang meninggal. Dengan memeluk agama lain, beberapa orang berada dalam kesalahpahaman bahwa mereka dapat “menghapus dosa mereka” dan mendapat jalan mudah ke surga. Mereka juga berharap mendapatkan penguburan yang lebih mengharukan dan lebih menarik. Bagi orang yang telah menjalani seluruh kehidupannya dengan suatu agama tertentu, memeluk agama yang benar-benar baru dan tidak dikenal secara tiba-tiba dan berharap keselamatan instan melalui iman baru mereka, sungguh keterlaluan. Ini hanya mimpi. Beberapa orang bahkan telah diubah ke iman lain ketika mereka dalam keadaan tidak sadar dan dalam beberapa kasus bahkan ketika sudah meninggal. Mereka yang sangat gigih dan gila mengubah orang lain masuk ke dalam imannya, telah menyesatkan orang yang tidak berpendidikan ke dalam kepercayaan bahwa iman mereka adalah satu-satunya metode mudah atau jalan pintas ke surga. Jika orang diarahkan untuk percaya bahwa ada sosok

yang duduk di atas sana yang dapat menghapus semua dosa yang dilakukan selama masa hidup, maka kepercayaan ini hanya akan mendorong orang lain untuk melakukan kejahatan tanpa rasa takut.

Menurut ajaran Buddha, tidak ada kepercayaan bahwa ada sosok apa pun yang dapat menghapus dosa. Hanya ketika orang sungguh-sungguh menyadari bahwa apa yang mereka lakukan adalah salah dan setelah menyadari hal ini mencoba untuk memperbaiki jalan mereka dan berbuat baik, barulah mereka dapat menekan atau menangkalkan reaksi buruk yang akan menimpa mereka karena kejahatan yang telah dilakukan.

Telah menjadi pemandangan yang umum di banyak rumah sakit di mana pengikut beberapa agama menunggu di sekitar pasien dan menjanjikan mereka “kehidupan setelah kematian”. Hal ini mengeksploitasi ketaktahuan mendasar dan ketakutan psikologis pasien tersebut. Jika mereka benar-benar ingin menolong, maka mereka harus dapat melakukan “mukjizat” yang dengan sangat bangga mereka nyatakan ada di dalam kitab suci mereka. Jika mereka dapat melakukan mukjizat, kita tidak akan memerlukan rumah sakit dan pekuburan. Umat Buddha tidak boleh menjadi korban orang-orang ini. Mereka harus mempelajari dasar ajaran agama mereka yang mulia yang mengajarkan bahwa semua duka merupakan dasar umat manusia. Satu-satunya jalan untuk mengakhiri duka adalah dengan mensucikan batin. Orang menciptakan duka mereka sendiri dan hanya dia sendiri yang dapat mengakhirinya. Orang tidak dapat berharap menghapus konsekuensi tindakan jahatnya hanya dengan mengubah label agamanya pada ambang pintu kematian.

Nasib orang yang sekarat pada kehidupan berikutnya tergantung pada pikiran terakhir yang muncul padanya menurut karma baik dan buruk yang telah dikumpulkannya selama kehidupan sekarang, tidak tergantung dari jenis label agama yang lebih disukainya pada saat terakhir.

## **Jalan Pintas ke Surga dan Akhir Dunia**

*Surga terbuka bukan hanya untuk pengikut agama tertentu, tetapi untuk setiap orang yang menjalani kehidupan yang berbudi dan mulia.*

Tidak ada kesulitan sama sekali bagi umat Buddha untuk masuk ke surga jika mereka benar-benar menginginkannya. Tetapi ada beberapa orang yang pergi dari rumah ke rumah mencoba mengubah agama orang lain ke dalam iman mereka dan menjanjikan surga yang mereka bawa dalam tasnya. Mereka menyatakan bahwa mereka adalah satu-satunya kelompok yang diberkati yang dapat masuk ke surga; mereka juga menyatakan bahwa mereka memiliki wewenang eksklusif untuk mengirim orang lain ke tujuan yang sama. Mereka memperkenalkan agama mereka seperti obat paten dan hal ini cukup menjadi gangguan bagi masyarakat saat ini. Banyak orang yang lugu dan kurang pengetahuan tentang agama mereka sendiri, telah menjadi korban para penjual surga ini.

Jika umat Buddha mampu memahami nilai ajaran luhur Buddha, mereka tidak akan tersesatkan oleh orang semacam itu. Para penjual surga ini juga mencoba menyesatkan orang dengan mengatakan bahwa dunia yang diciptakan oleh Tuhan ini, akan segera berakhir. Mereka yang ingin memiliki hidup abadi yang

indah di surga harus menerima agama mereka sebelum akhir zaman tiba, kalau tidak orang akan kehilangan kesempatan emas ini dan akan menderita di neraka abadi. Kita mencatat dengan senyuman betapa banyak muka merah di antara orang-orang yang menyerukan dengan keras bahwa dunia akan kiamat pada tanggal 31 Desember 1999. Tetapi mereka tidak menyerah begitu saja. Sekarang mereka berkeliling dan berkata bahwa mereka salah membaca kitab suci mereka dan bahwa dunia pasti akan berakhir pada abad berikutnya.

Ancaman akhir dunia ini telah berlangsung selama ratusan tahun. Hal yang menakjubkan dari semua ini adalah masih ada saja orang yang percaya pada ancaman semacam itu yang sungguh tidak rasional dan bersifat khayalan. Beberapa orang pindah agama setelah mendengar khotbah semacam itu, tanpa menggunakan akal sehat mereka.

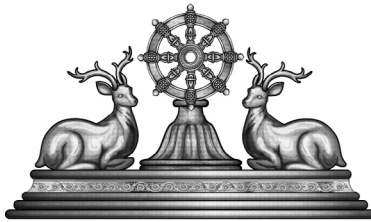
Menurut ajaran Buddha, tidak ada hakim personal untuk menghukum atau memberi hadiah, tetapi yang ada hanyalah kerja hukum sebab-akibat moral dan hukum alam yang bersifat impersonal.





## PENEGAK BUDAYA MANUSIA SEJATI

---



### Agama Modern

*Ajaran Buddha sangat kuat untuk menghadapi pandangan modern apa pun yang mengajukan tantangan kepada agama.*

Sumbangsih gagasan Buddhis telah banyak memperkaya pemikiran kuno dan modern. Ajarannya tentang sebab-akibat dan relativisme, doktrinnya tentang perasaan, penerapannya, penekanannya pada moralitas, ketaksetujuannya akan jiwa yang permanen, ketakpeduliannya terhadap kekuatan adialami eksternal, penolakan ritus dan upacara keagamaan yang tak semestinya, seruannya untuk berpikir dan mengalami, dan kesesuaiannya dengan penemuan ilmiah modern, semuanya cenderung menegakkan pernyataan superiornya terhadap modernisasi.

Ajaran Buddha mampu memenuhi semua syarat agama yang rasional yang sesuai dengan kebutuhan dunia masa depan. Ajaran ini sangat ilmiah, sangat rasional, sangat progresif, sehingga akan menjadi suatu kebanggaan bagi seseorang dalam dunia modern untuk menyebut dirinya sebagai umat Buddha. Pada kenyataannya, pendekatan ajaran Buddha lebih ilmiah dibandingkan ilmu pengetahuan, ajaran ini juga lebih sosialistik daripada sosialisme.

Di antara semua pendiri besar agama, hanya Buddha yang mendorong semangat untuk menyelidiki di antara pengikut dan yang menasihati mereka untuk tidak menerima bahkan ajarannya sendiri dengan iman buta. Karena itu, tidaklah berlebihan untuk mengatakan bahwa ajaran Buddha adalah agama modern.

Ajaran Buddha adalah suatu skema yang diuraikan dengan baik tentang bagaimana menjalani hidup yang praktis dan sistem matang akan pembudayaan diri sendiri. Namun lebih dari itu, ajaran ini adalah suatu metode ilmiah pendidikan. Agama ini dalam setiap masalah mampu mengembalikan kedamaian batin kita dan menolong kita untuk dengan tenang menghadapi apa pun perubahan yang terjadi pada masa depan.

Tanpa kesenangan indrawi, apakah hidup dapat dipertahankan? Tanpa kepercayaan tentang kehidupan kekal, dapatkan orang menjadi baik? Tanpa mengambil jalan Tuhan, dapatkan orang maju merealisasi kebenaran? YA, adalah jawaban yang diberikan oleh ajaran Buddha. Tujuan akhir ini dapat dicapai oleh pengetahuan dan dengan pemurnian batin. Pengetahuan adalah kunci menuju tingkat yang lebih tinggi. Kesucian adalah hal yang membawa ketenteraman dan kedamaian dalam hidup dan membuat manusia tidak terpicik dan terlepas dari keanehan dunia fenomena.



Ajaran Buddha benar-benar suatu agama yang sesuai untuk dunia modern dan ilmiah. Cahaya yang berasal dari alam, dari ilmu pengetahuan, dari sejarah, dari pengalaman manusia, dari setiap titik semesta, terpancar bersama ajaran mulia Buddha.

## **Agama pada Era Ilmiah**

*Agama tanpa ilmu pengetahuan adalah pincang, ilmu pengetahuan tanpa agama adalah buta.*

Saat ini kita hidup dalam era ilmiah di mana nyaris seluruh aspek kehidupan kita telah dipengaruhi oleh ilmu pengetahuan. Sejak revolusi ilmiah selama abad ke-17, ilmu pengetahuan terus membawa pengaruh besar pada apa yang kita pikir dan perbuat.

Ilmu pengetahuan telah membawa pengaruh kuat khususnya terhadap kepercayaan agama tradisional. Banyak konsep dasar agama tumbang di bawah tekanan ilmu pengetahuan modern dan tidak lagi dapat diterima oleh banyak kaum cendekiawan. Tidak mungkin lagi memaksakan kebenaran yang diturunkan semata-mata melalui spekulasi teologis atau didasarkan pada wewenang kitab keagamaan terlepas dari pertimbangan ilmiah. Sebagai contoh, penemuan psikologi modern menunjukkan bahwa pikiran manusia, seperti tubuh jasmani, bekerja menurut hukum sebab-akibat alami tanpa adanya jiwa yang tak berubah seperti yang diajarkan oleh beberapa agama.

Beberapa ahli agama memilih untuk mengabaikan penemuan ilmiah yang bertentangan dengan dogma keagamaan mereka. Kebiasaan mental yang kaku begitu memang merupakan

penghalang kemajuan umat manusia. Karena manusia modern menolak untuk memercayai segala sesuatu secara membuta, sekalipun hal itu telah menjadi tradisi, maka sikap tersebut akan meningkatkan jumlah orang yang tidak percaya dengan teori keagamaan yang kaku.

Di lain pihak, beberapa ahli agama menganggap perlu untuk menyesuaikan teori ilmiah yang diterima secara populer dengan memberi penafsiran baru pada dogma religius mereka. Suatu contoh adalah Teori Evolusi Darwin. Banyak ahli agama bersikeras bahwa manusia diciptakan langsung oleh Tuhan. Darwin, di lain pihak, menyatakan bahwa manusia berevolusi dari kerabat kera, suatu teori yang mengundang kemarahan penganut dogma penciptaan. Karena para pemikir hebat yang mengetahui kebenaran telah menerima teori Darwin, ahli teologi saat ini tidak punya pilihan selain membuat penafsiran baru terhadap doktrin mereka untuk menyesuaikan dengan teori yang telah mereka tentang sejak lama. Pada tahun 1998 Paus Johannes Paulus II menyatakan bahwa manusia mungkin merupakan hasil evolusi bertahap dan bukan penciptaan langsung dari Tuhan seperti yang dinyatakan sebelumnya (*New Sunday Times*—Oktober 1998). Hal yang serupa juga benar untuk kelahiran ulang, yang tidak dipertentangkan kaum intelektual saat ini. Hanya masalah waktu saja sebelum suatu buku suci akan ditulis ulang mengenai hal tersebut.

Dalam cahaya penemuan ilmiah modern, tidaklah sulit untuk memahami bahwa banyak pandangan yang dianut dalam berbagai agama mengenai semesta dan kehidupan adalah semata-mata pemikiran konvensional yang telah lama usang.

## Ajaran Buddha dan Ilmu Pengetahuan

Sampai permulaan abad terakhir, ajaran Buddha terbatas pada negara-negara yang belum tersentuh ilmu pengetahuan modern. Meskipun demikian, sejak awalnya ajaran Buddha selalu terbuka pada pemikiran ilmiah dan pengujian kritis.

Salah satu alasan mengapa ajaran Buddha dapat dengan mudah dirangkul oleh semangat ilmiah adalah bahwa Buddha tidak pernah mendorong kepercayaan yang kaku dan dogmatik. Beliau tidak menyatakan untuk mendasarkan ajaran-Nya pada iman, kepercayaan, atau wahyu ilahi, tetapi membolehkan kelenturan dan kebebasan pikiran, serta Ia tidak pernah membawa diri-Nya pada hal yang di luar lingkup pembuktian akal budi manusia.

Alasan kedua adalah bahwa semangat ilmiah dapat ditemukan dalam pendekatan Buddha terhadap kebenaran spiritual. Metode Buddha untuk menemukan dan menguji kebenaran spiritual sangat serupa dengan metode para ilmuwan. Ilmuwan mengamati dunia eksternal dengan obyektif, dan hanya akan membuat teori ilmiah setelah mengadakan banyak percobaan praktis yang berhasil.

Dengan menggunakan pendekatan serupa 25 abad yang lampau, Buddha mengamati dunia yang lebih dalam tanpa kelekatan, dan mendorong murid-murid-Nya untuk tidak menerima setiap ajaran sampai mereka telah menyelidiki secara kritis dan membuktikan sendiri kebenarannya. Sama seperti ilmuwan masa kini tidak akan menyatakan bahwa percobaannya tidak dapat ditiru oleh orang lain, Buddha tidak menyatakan bahwa pengalaman Kecerahan-Nya hanya eksklusif bagi-Nya. Jadi, dalam pendekatan-Nya akan kebenaran, Buddha sama analitisnya dengan ilmuwan masa kini.

Beliau membuat metode yang praktis dan disusun secara ilmiah untuk merealisasi kebenaran akhir dan mengalami Kecerahan.

Sekalipun ajaran Buddha sangat selaras dengan semangat ilmiah, tidaklah benar menyamakan ajaran Buddha dengan ilmu pengetahuan. Memang benar bahwa penerapan praktis ilmu pengetahuan telah membuat manusia dapat menjalani kehidupan yang lebih nyaman dan mengalami hal-hal luar biasa yang tidak diimpikan sebelumnya. Ilmu pengetahuan telah memungkinkan manusia untuk berenang lebih baik dari ikan, terbang lebih tinggi dari burung, dan berjalan di bulan. Tetapi lingkup pengetahuan yang bisa diterima oleh kebijaksanaan ilmiah konvensional terbatas oleh bukti empiris. Dan kebenaran ilmiah adalah subyek perubahan yang konstan. Hal ini karena ilmu pengetahuan tidak mengetahui kebenaran sejati. Karena ilmu pengetahuan tidak dapat memberi manusia kendali atas pikirannya, maka juga tidak menawarkan pengendalian moral dan pedoman hidup. Di luar segala kehebatannya, ilmu pengetahuan memang memiliki banyak keterbatasan dibandingkan ajaran Buddha.

### **Keterbatasan Ilmu Pengetahuan**

Sering orang mendengar tentang ilmu pengetahuan dan apa yang bisa dilakukannya, dan sangat sedikit mengenai apa yang tidak bisa dilakukannya. Ilmu pengetahuan terbatas pada data yang diterima melalui organ-organ indra. Ilmu pengetahuan tidak mengenali kenyataan yang melampaui data indra. Kebenaran ilmiah dibangun berdasarkan pengamatan logika dari data indra yang terus-menerus berubah. Karena itu kebenaran ilmiah adalah kebenaran relatif yang tidak bertahan sepanjang waktu. Dan seorang ilmuwan, yang menyadari fakta ini, selalu berniat untuk

membuang suatu teori jika teori itu dapat digantikan dengan yang lebih baik.

Ilmu pengetahuan berusaha untuk memahami dunia luar dan nyaris tidak menyentuh dunia di dalam manusia. Bahkan ilmu psikologi belum benar-benar mengerti penyebab dasar kegelisahan mental manusia. Sewaktu seorang frustrasi dan benci akan kehidupan, dan dirinya dipenuhi gangguan dan kegelisahan, ilmu pengetahuan masa kini sangat tidak dilengkapi dengan alat untuk menolongnya. Ilmu-ilmu sosial yang melayani lingkungan manusia mungkin dapat membawa kebahagiaan dalam tingkat tertentu. Akan tetapi, tidak seperti binatang, manusia membutuhkan lebih dari kenyamanan fisik semata dan membutuhkan bantuan untuk menghadapi rasa frustrasi dan kesengsaraan yang timbul dari pengalamannya sehari-hari.

Pada saat ini sangat banyak orang terserang wabah ketakutan, ketaktenteraman, dan ketakamanan. Ilmu pengetahuan gagal untuk menolongnya. Ilmu pengetahuan tidak dapat mengajarkan orang untuk mengendalikan batinnya saat ia dikuasai oleh sifat binatang yang terbakar di dalamnya.

Dapatkan ilmu pengetahuan membuat manusia menjadi lebih baik? Jika dapat, mengapa kejahatan dan praktik-praktik amoral memenuhi negara yang pengetahuannya sangat maju? Bukankah adil untuk mengatakan bahwa meskipun semua kemajuan ilmiah tercapai dan membawa manfaat bagi manusia, ilmu pengetahuan tidak menyentuh bagian dalam manusia: ilmu pengetahuan telah mempertinggi rasa ketergantungan dan ketidakpuasan manusia? Sebagai tambahan atas kegagalannya dalam menumbuhkan rasa aman pada manusia, ilmu pengetahuan bahkan telah membuat

orang merasa lebih tidak aman dengan ancaman perusakan dunia secara besar-besaran.

Ilmu pengetahuan tidak dapat menyediakan tujuan hidup yang penuh arti. Ilmu pengetahuan tidak dapat menyediakan alasan yang jelas bagi manusia untuk hidup. Kenyataannya, ilmu pengetahuan bersifat sekuler (duniawi) sepenuhnya dan tidak mempedulikan tujuan spiritual manusia. Materialisme yang menjadi sifat pemikiran ilmiah menyangkal tujuan psikis yang lebih tinggi dari kepuasan material. Dengan berteori secara selektif dan kebenaran relatifnya, ilmu pengetahuan mengabaikan beberapa hal terpenting dan meninggalkan banyak pertanyaan tak terjawab. Sebagai contoh, jika ditanya mengapa ada ketidaksetaraan besar di antara manusia, tidak ada penjelasan ilmiah yang dapat diberikan untuk pertanyaan semacam itu yang berada di luar batas-batasnya yang sempit.

### **Ketaktahuan Terpelajar**

Pikiran transendental yang dikembangkan oleh Buddha tidak terbatas pada data indra dan melebihi logika yang terjebak di dalam keterbatasan persepsi yang relatif. Intelektualitas manusia, sebaliknya, bekerja berdasarkan informasi yang dikumpulkan dan disimpannya, baik dalam bidang agama, filosofi, ilmu pengetahuan ataupun seni. Informasi bagi pikiran dikumpulkan melalui organ-organ indra kita yang sangat inferior dalam banyak hal. Informasi yang sangat terbatas itu membuat pengertian kita akan dunia jadi kabur.

Beberapa orang bangga bahwa mereka tahu begitu banyak. Pada kenyataannya, semakin sedikit yang kita ketahui, semakin kita

merasa yakin akan penjelasan kita; semakin banyak yang kita ketahui, semakin kita menyadari keterbatasan kita.

Seorang sarjana yang cemerlang suatu kali menulis sebuah buku yang dianggapnya sebagai pekerjaan yang paling hebat. Dia merasa bahwa buku itu memuat seluruh permata sastra dan filosofi. Karena bangga dengan prestasinya, dia menunjukkan mahakaryanya tersebut pada seorang rekannya yang sama cemerlangnya untuk memintanya meninjau bukunya. Sebaliknya, rekannya meminta si pengarang untuk menuliskan pada secarik kertas semua yang diketahuinya dan yang tidak diketahuinya. Pengarang itu duduk tercenung dalam pikirannya, namun setelah beberapa saat ia gagal untuk menulis apa pun yang diketahuinya. Kemudian ia beralih ke pertanyaan kedua, dan kembali ia gagal untuk menulis apa pun yang tidak diketahuinya. Akhirnya dengan egonya yang sangat surut, ia menyerah, menyadari bahwa semua yang diketahuinya benar-benar merupakan ketaktahuan.

Dalam hal ini, Socrates, filsuf Athena dari dunia silam, berkata begini saat ditanya apa yang dia ketahui, “Aku hanya tahu satu hal, yaitu bahwa aku tidak tahu.”

### **Melampaui Ilmu Pengetahuan**

Ajaran Buddha melampaui ilmu pengetahuan modern dalam penerimaannya akan bidang pengetahuan yang lebih luas daripada yang dimungkinkan oleh pikiran ilmiah. Ajaran Buddha mengakui pengetahuan yang muncul dari organ-organ indra serta pengalaman pribadi yang diperoleh melalui pengembangan mental. Dengan melatih dan mengembangkan mental dengan keheningan tinggi, pengalaman spiritual dapat ditembusi dan

dibuktikan. Pengalaman spiritual bukanlah sesuatu yang dapat dipahami dengan percobaan dalam tabung reaksi atau diamati di bawah mikroskop.

Kebenaran yang ditemukan oleh ilmu pengetahuan bersifat relatif dan merupakan subyek perubahan, sedangkan kebenaran yang ditemukan oleh Buddha bersifat final dan mutlak: kebenaran Dhamma tidak berubah menurut waktu dan tempat. Lebih jauh lagi, berbeda dengan teori selektif ilmu pengetahuan, Buddha mendorong orang bijak untuk tidak melekat pada teori-teori, baik ilmiah ataupun bukan. Alih-alih berteori, Buddha menunjukkan jalan dalam diri kita sendiri, sifat kehidupan dengan menjalani kehidupan yang benar, dengan menenangkan indra, dan dengan membuang nafsu. Dan tujuan hidup sejati dapat ditemukan.

Praktik adalah hal penting dalam ajaran Buddha. Seseorang yang banyak belajar tetapi tidak mempraktikkan adalah seperti orang yang bisa menceritakan resep-resep dari buku masakan yang tebal tanpa pernah mencoba untuk membuat satu masakan pun. Rasa laparnya tidak dapat dipuaskan oleh pengetahuan dari buku saja. Praktik adalah prasyarat yang penting dari Kecerahan sehingga di beberapa tradisi ajaran Buddha, seperti Zen, praktik bahkan ditempatkan di depan pengetahuan.

Metode ilmiah mengarah ke luar, dan ilmuwan modern mengeksploitasi alam dan unsur-unsurnya demi kenyamanan diri mereka sendiri, sering mengabaikan perlunya penyesuaian lingkungan sehingga membuat polusi dunia. Sebaliknya, ajaran Buddha mengarah ke dalam dan memerhatikan perkembangan batiniah manusia. Pada tingkat yang lebih rendah, ajaran Buddha mengajarkan orang bagaimana menyesuaikan dan mengatasi



kejadian dan situasi kehidupan sehari-hari. Pada tingkat yang lebih tinggi, ajaran Buddha mewakili usaha keras manusia untuk tumbuh melampaui dirinya sendiri melalui praktik pengembangan batin.

Ajaran Buddha memiliki sistem pengembangan batin yang lengkap, berkaitan dengan mendapatkan pandangan cerah akan sifat segala sesuatu yang menuju kepada penyadaran diri yang lengkap akan kebenaran akhir—*Nibbāna*. Sistem ini praktis dan ilmiah, melibatkan pengamatan keadaan emosi dan mental yang apa adanya. Lebih menyerupai seorang ilmuwan daripada seorang hakim, seorang meditator mengamati dunia batiniah dengan perhatian murni dan obyektivitas.

### **Ilmu Pengetahuan Tanpa Agama**

Tanpa memiliki ide-ide moral, ilmu pengetahuan menghadapi suatu bahaya bagi seluruh umat manusia. Peluru dan bom adalah hadiah ilmu pengetahuan untuk segelintir penguasa yang menentukan nasib dunia. Sementara manusia lainnya menunggu dalam penderitaan dan ketakutan, tidak tahu kapan senjata nuklir, gas beracun, senjata mematikan—semua buah penelitian ilmiah yang dirancang untuk membunuh secara efektif—akan digunakan pada mereka. Ilmu pengetahuan tidak hanya tidak mampu sepenuhnya menyediakan panduan moral bagi umat manusia, ilmu pengetahuan juga merupakan bahan bakar pada nyala nafsu manusia.

Ilmu pengetahuan tidak memiliki moralitas, di satu sisi hanya kehancuran: ilmu pengetahuan juga telah menjadi monster mengerikan yang ditemukan manusia. Dan malangnya, monster

ini menjadi lebih berkuasa daripada manusia itu sendiri. Bila manusia tidak belajar untuk menahan diri dan mengendalikan monster itu melalui praktik moralitas religius, monster itu akan segera menguasai dirinya. Tanpa panduan religius, ilmu pengetahuan mengancam dunia dengan kehancuran. Sebaliknya, ilmu pengetahuan jika digabungkan dengan agama seperti ajaran Buddha dapat mengubah dunia ini menjadi suatu surga kedamaian, keamanan, dan kebahagiaan.

Kerja sama antara ilmu pengetahuan dan agama sangat diperlukan untuk memenuhi kebutuhan dan pelayanan terbaik bagi umat manusia. Agama tanpa ilmu pengetahuan adalah pincang, ilmu pengetahuan tanpa agama adalah buta.

### **Penghormatan pada ajaran Buddha**

Albert Einstein memberi penghormatan pada ajaran Buddha saat ia berkata dalam otobiografinya: “Jika ada agama yang dapat memenuhi kebutuhan ilmu pengetahuan modern, agama itu adalah ajaran Buddha”. Ajaran Buddha tidak memerlukan revisi untuk tetap membuatnya *up to date* dengan penemuan ilmiah modern. Ajaran Buddha tidak menyerahkan pandangannya kepada ilmu pengetahuan karena ajaran Buddha mencakup dan melampaui ilmu pengetahuan. Ajaran Buddha adalah jembatan antara pemikiran religius dan ilmiah, dengan memicu manusia untuk menemukan potensi-potensi laten dalam dirinya sendiri dan lingkungannya. Ajaran Buddha tidak lekang oleh waktu!

## Agama Kebebasan

*Ini adalah suatu agama kebebasan dan alasan bagi manusia untuk menjalani kehidupan mulia.*

Ajaran Buddha tidak mencegah seseorang untuk mempelajari ajaran-ajaran agama lain. Justru, Buddha mendorong pengikut-Nya untuk mempelajari dan membandingkan ajaran-Nya dengan ajaran-ajaran lain. Buddha berkata bahwa jika ada ajaran yang beralasan dan rasional pada agama lain, pengikut-Nya bebas untuk menghormati ajaran semacam itu. Tampaknya ahli agama tertentu mencoba untuk menyimpan pengikutnya dalam kegelapan; umatnya bahkan tidak diizinkan untuk menyentuh obyek atau buku agama lain. Mereka diperintahkan untuk tidak mendengarkan ceramah agama lain. Mereka dilarang untuk meragukan ajaran agamanya sendiri, sekalipun ajaran tersebut tampak tidak meyakinkan. Mereka percaya bahwa semakin mereka menyimpan pengikutnya pada pikiran satu jalur, semakin mudah mengendalikan mereka. Jika ada dari pengikutnya yang melatih keterbebasan pikiran dan menyadari bahwa ia berada dalam kegelapan selama ini, maka dinyatakan bahwa setan telah menguasai pikirannya. Orang malang itu tidak diberikan kesempatan untuk menggunakan akal sehat dan pendidikannya. Mereka yang ingin mengubah pandangan terhadap agamanya diajarkan untuk percaya bahwa mereka tidak cukup sempurna untuk diperbolehkan menggunakan kehendak bebas dalam menentukan apa pun bagi diri mereka sendiri.

Menurut Buddha, agama sebaiknya diserahkan pada kebebasan memilih seseorang. Agama bukanlah hukum, tetapi suatu kode disiplin yang sebaiknya diikuti dengan pengertian. Bagi umat

Buddha, prinsip-prinsip religius bukanlah hukum ilahi ataupun hukum manusiawi, melainkan suatu hukum universal.

Pada kenyataan sebenarnya, tidak ada kebebasan religius yang sejati di dunia saat ini. Manusia bahkan tidak memiliki kebebasan untuk berpikir secara bebas. Jika ia menyadari bahwa ia tidak dapat menemukan kepuasan melalui agamanya, yang tidak dapat memberikannya jawaban yang memuaskan atas pertanyaan tertentu, ia tidak memiliki kebebasan untuk melepaskan agama itu dan menerima agama lain yang lebih sesuai baginya. Alasannya adalah: pewenang agama, pemimpin, dan anggota keluarga telah mengambil kebebasan itu darinya. Orang sebaiknya diizinkan untuk memilih agamanya sendiri yang sesuai dengan keyakinannya. Hal ini nampak jelas ketika insan dari dua agama yang berbeda saling jatuh cinta. Beberapa orang menyerahkan agamanya demi cinta, tanpa pemahaman yang tepat tentang agama pasangannya. Agama sebaiknya tidak diubah untuk menyesuaikan dengan emosi dan kelemahan manusia. Orang harus berpikir dengan sangat hati-hati sebelum mengubah agamanya. Agama bukanlah subyek tawar-menawar; orang sebaiknya tidak mengubah agamanya demi perolehan emosional, personal, dan material. Agama digunakan untuk pengembangan spiritual dan untuk keselamatan.

Umat Buddha tidak pernah mencoba memengaruhi umat beragama lain untuk datang dan memeluk agamanya demi perolehan material. Umat Buddha juga tidak mencoba untuk mengeksploitasi kemiskinan, penyakit, kebutahurufan, dan ketaktahuan untuk meningkatkan jumlah populasi umat Buddha. Buddha menyarankan mereka yang menyatakan keinginan untuk mengikuti-Nya, untuk tidak terburu-buru menerima ajaran-Nya. Ia menyarankan mereka untuk mempertimbangkan ajaran-Nya

dengan saksama dan untuk memutuskan oleh diri mereka sendiri apakah hal ini praktis atau tidak untuk mereka ikuti. Itulah sebabnya mengapa tidak pernah ada pembaptisan yang dilakukan sebelum seseorang “terubahkan” memeluk agama Buddha.

Ajaran Buddha mengajarkan bahwa kepercayaan semata atau wujud luar ritual tidak cukup untuk merealisasi kebijaksanaan dan kesempurnaan. Dalam hal ini, perubahan di luar tidaklah bermakna. Mempromosikan ajaran Buddha secara paksa akan berarti berpura-pura menyebarkan keadilan dan kasih. Tidaklah penting bagi pengikut Buddha untuk menyebut dirinya sendiri seorang umat Buddha atau tidak. Umat Buddha tahu bahwa hanya melalui pemahaman dan pengerahan upaya sendiri, mereka akan mendekati tujuan yang diajarkan oleh Buddha.

Di antara pengikut agama, beberapa di antaranya fanatik. Fanatisme agama itu berbahaya. Seorang fanatik tidak dapat memandu dirinya sendiri dengan nalar atau bahkan dengan prinsip-prinsip ilmiah pengamatan dan penelaahan. Menurut Buddha, seorang umat Buddha harus bebas. Orang harus punya pikiran terbuka dan tidak boleh tunduk pada siapa pun untuk perkembangan spiritualnya. Ia mencari pernaungan dalam Buddha dengan menerima-Nya sebagai suatu sumber bimbingan dan inspirasi. Umat bernaung kepada Buddha, bukan secara membuta, tetapi dengan pemahaman. Bagi umat Buddha, Buddha bukanlah juru selamat atau suatu makhluk berwujud manusia yang menyatakan bahwa Ia memiliki kuasa untuk menghapus dosa orang lain. Umat Buddha menganggap Buddha sebagai guru yang menunjukkan jalan keselamatan.

Ajaran Buddha selalu mendukung kebebasan dan kemajuan umat

manusia. Ajaran Buddha selalu berdiri demi kemajuan pengetahuan dan kebebasan kemanusiaan di semua tataran kehidupan. Tidak ada ajaran Buddha yang harus ditinjau ulang dalam menghadapi penemuan dan pengetahuan ilmiah modern. Semakin banyak hal baru yang ditemukan ilmuwan, semakin dekat mereka dengan penjelasan Buddha tentang semesta dan cara kerjanya.

Buddha memerdekakan manusia dari kungkungan agama. Ia juga membebaskan manusia dari monopoli dan tirani para penguasa agama. Buddha adalah yang pertama kali menyarankan manusia untuk melatih akalnya dan tidak memperbolehkan diri sendiri dikuasai tanpa perlawanan seperti ternak bodoh, mengikuti dogma agama. Buddha berdiri untuk rasionalisme, demokrasi, serta tindakan praktis dan etis dalam agama. Ia memperkenalkan ajaran ini kepada orang-orang untuk dijalani dengan martabat manusia.

Pengikut Buddha disarankan untuk tidak memercayai segala sesuatu tanpa mempertimbangkannya dengan baik. Dalam *Kālāma Sutta*, Buddha memberikan panduan berikut kepada sekelompok orang muda:

*Jangan menuruti begitu saja apa yang telah dianut karena didengar berulang, tradisi, desas-desus, ada dalam naskah, prasangka, pepatah lama, penalaran yang tampak masuk akal, penyimpangan terhadap gagasan yang direnungi, orang lain yang tampak hebat, ataupun pertimbangan "petapa ini guru kami".*

*Bila kalian mengetahui sendiri: "Hal ini buruk, bisa dipersalahkan, dicela para bijak, yang jika diterima dan dijalani akan membawa bahaya dan kerugian," tinggalkan hal itu.*

*Bila kalian mengetahui sendiri: "Hal ini baik, tak bisa dipersalahkan, tak dicela para bijak, yang jika diterima dan dijalani akan membawa kebaikan dan kebahagiaan," jalani dan hiduplah sesuai dengan hal itu.*

Umat Buddha disarankan untuk menerima praktik-praktik keagamaan hanya setelah pengamatan dan penelaahan yang saksama, dan hanya setelah yakin bahwa metode itu cocok dengan akal budi dan mendukung untuk kebaikan diri sendiri dan semuanya.

Umat Buddha sejati tidak tergantung pada kekuasaan eksternal untuk keselamatannya. Ia juga tidak berharap untuk lepas dari kemiskinan melalui campur tangan suatu kuasa yang tidak diketahui. Ia harus mencoba membasmi semua kotoran batinnya guna menemukan kebahagiaan abadi. Buddha berkata, "Jika seseorang berkata buruk tentang Saya, ajaran Saya, dan para siswa Saya, janganlah marah ataupun takut, karena reaksi semacam ini hanya akan menyakiti kalian. Sebaliknya, jika seseorang berkata baik tentang Saya, ajaran Saya, dan para siswa Saya, janganlah terlalu gembira, tergetar, atau berbesar hati, karena reaksi semacam ini hanya akan menjadi hambatan dalam membentuk penilaian yang benar. Jika kalian berbesar hati, kalian tidak dapat menilai apakah kualitas yang dipuji adalah nyata dan benar-benar ditemukan dalam diri kita." (*Brahmajāla Sutta*). Demikianlah sikap tak memihak dari umat Buddha sejati.

Buddha telah menjunjung derajat tertinggi kebebasan tidak hanya dalam sosok manusiawi-Nya, tetapi juga dalam kualitas ilahi-Nya. Kebebasanlah yang tidak menghilangkan manusia dari martabatnya. Kebebasanlah yang membebaskan seseorang dari perbudakan dogma dan hukum religius diktatorial atau hukuman keagamaan.

## Misionari Buddhis

*“Pergilah, wahai para bhikkhu, demi kebaikan banyak makhluk, demi kebahagiaan banyak makhluk, atas dasar kewelasan kepada dunia, demi kebaikan, keuntungan, dan kebahagiaan para dewa dan manusia.”*

*Buddha Gotama*

Ketika kita membalik halaman sejarah ajaran Buddha, kita mempelajari bahwa para misionari menyebarkan pesan mulia Buddha dengan jalan yang penuh kedamaian dan terhormat. Misi penuh damai semacam itu semestinya membuat malu mereka yang melakukan metode kekerasan dalam menyebarkan agama mereka.

Misionari Buddhis tidak berlomba dengan umat beragama lain dalam mengubah orang di luar sana. Tidak ada misionari atau biarawan Buddhis yang berpikir untuk memabarkan niat buruk terhadap orang “yang tidak percaya”. Intoleransi agama, budaya, dan bangsa bukanlah perilaku orang yang terisi dengan semangat Buddhis sejati. Agresi tidak pernah disetujui dalam ajaran Buddha. Dunia telah berdarah dan cukup menderita akan penyakit dogmatisme, fanatisme agama, dan intoleransi. Baik dalam agama maupun politik, orang dengan sengaja membawa manusia untuk menerima cara hidup mereka sendiri. Dalam melakukan hal ini, mereka kadang menunjukkan permusuhan terhadap pengikut agama lain.

Ajaran Buddha tidak pernah bertentangan dengan tradisi dan adat nasional, seni, dan budaya orang yang menerimanya sebagai suatu cara hidup, tetapi membiarkan mereka tetap ada dan mendorong perbaikan lebih lanjut. Pesan Buddha tentang cinta dan kewelasan membuka hati orang dan mereka mau menerima ajaran tersebut,



yang dengan demikian membantu ajaran Buddha menjadi agama dunia. Misionari Buddhis diundang oleh berbagai negara yang menyambut mereka dengan rasa hormat. Ajaran Buddha tidak pernah diperkenalkan ke negara mana pun melalui pengaruh penjajahan atau kekuasaan politik lainnya.

Ajaran Buddha adalah kekuatan spiritual pertama yang kita ketahui dalam sejarah yang mampu memepererat sejumlah besar ras yang terpisahkan oleh hambatan jarak, bahasa, budaya, dan moral. Motifnya bukanlah perebutan perdagangan internasional, pembangunan kekaisaran, atau nafsu pendudukan daerah baru. Tujuannya adalah untuk menunjukkan bagaimana orang dapat memperoleh lebih banyak kedamaian dan kebahagiaan melalui praktik Dhamma.

Contoh yang baik dari kualitas dan pendekatan misionari Buddhis adalah Kaisar Asoka. Pada masa Kaisar Asoka, ajaran Buddha menyebar ke banyak negara Asia dan Barat. Kaisar Asoka mengutus misionari Buddhis ke pelbagai belahan dunia untuk memperkenalkan pesan Buddha mengenai kedamaian. Asoka menghormati dan mendukung setiap agama pada masa itu. Pengertiannya terhadap agama lain sungguh mengesankan. Salah satu kutipannya tertatah pada batu di Pilar Asoka dan masih berdiri di India hingga kini:

*“Seseorang sebaiknya tidak hanya menghormati agamanya sendiri dan mengutuk agama lain, tetapi seseorang sebaiknya menghormati agama lain dengan alasan tertentu. Dengan berbuat demikian, seseorang membantu agamanya sendiri untuk tumbuh dan menyumbangkan jasa bagi agama lain. Dengan berbuat sebaliknya, seseorang menggali kubur bagi agamanya sendiri dan juga menyakiti agama lain. Barang*

*siapa yang menghormati agamanya sendiri dan mengutuk agama lain, melakukannya melalui pemujaan terhadap agamanya sendiri, berpikir, "Saya akan memuliakan agama saya sendiri." Namun sebaliknya, dengan berbuat demikian ia justru melukai agamanya sendiri dengan lebih parah; maka kerukunan itu baik adanya. Biarlah semua mendengar dan berniat untuk mendengarkan ajaran yang dianut oleh orang lain."*

Sekitar tahun 268 SM, beliau membuat doktrin Buddha menjadi suatu kekuatan hidup di India. Rumah sakit, lembaga pelayanan sosial, universitas untuk pria dan perempuan, kesejahteraan umum, dan pusat rekreasi bersemi dengan gerakan baru ini, dengan demikian orang menyadari kejamnya perang berdarah.

Zaman keemasan dalam sejarah India dan negara-negara Asia lainnya adalah masa ketika seni, budaya, pendidikan, dan peradaban mencapai puncaknya. Ini terjadi pada masa umat Buddha menjadi pengaruh terbesar di negara-negara ini. Perang suci, perusakan, pemburuan, dan pembedaan agama tidak mencemari masa-masa negara Buddhis. Inilah sejarah mulia umat manusia yang benar-benar pantas dibanggakan. Universitas Besar Nalanda India yang tumbuh subur sejak abad kedua sampai kesembilan merupakan produk ajaran Buddha. Ini adalah universitas pertama dalam sejarah yang kita ketahui dan yang dibuka untuk siswa antarbangsa. Pada masa lalu ajaran Buddha mampu berada di banyak negeri belahan Timur, walaupun komunikasi dan transportasi masih sulit dan orang harus menyeberangi bukit dan gurun. Dalam rintangan yang sulit ini ajaran Buddha menyebar jauh dan luas. Kini, pesan damai ini menyebar ke Barat. Orang Barat tertarik pada ajaran Buddha dan percaya bahwa ajaran Buddha adalah satu-satunya agama yang selaras dengan ilmu pengetahuan modern.

Misionari Buddhis tidak memiliki keinginan atau bernafsu untuk mengubah orang yang telah memiliki agama yang layak untuk dijalani. Jika orang puas dengan agamanya sendiri, maka tidak ada keperluan bagi misionari Buddhis untuk mengubah mereka. Mereka mendukung penuh misionari ajaran lain jika gagasannya adalah untuk mengubah orang yang jahat, kejam, dan tak beradab menjadi menjalani kehidupan religius. Umat Buddha bahagia melihat kemajuan agama lain sepanjang mereka benar-benar menolong orang untuk menjalani kehidupan religius menurut keyakinan mereka serta menikmati kedamaian, kerukunan, dan pengertian. Sebaliknya, misionari Buddhis menyesalkan tingkah laku misionari tertentu yang mengganggu pengikut agama lain karena tidak ada alasan bagi mereka untuk membuat suasana kompetisi yang tidak sehat untuk mengubah agama jika tujuan mereka murni hanya untuk mengajari orang untuk menjalani kehidupan religius.

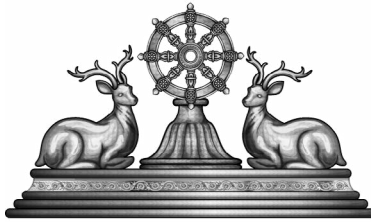
Dalam memperkenalkan Dhamma kepada orang lain, misionari Buddhis tidak pernah mencoba untuk menggunakan pernyataan khayalan yang dilebih-lebihkan yang menggambarkan kehidupan surgawi, untuk menarik minat orang dan membangkitkan hasrat mereka. Sebaliknya, umat Buddha mencoba untuk menjelaskan sifat sejati manusia dan kehidupan adiduniawi seperti yang diajarkan oleh Buddha.





## PERANG DAN DAMAI

---



### Mengapa Tidak Ada Kedamaian?

*Manusia telah lupa bahwa ia memiliki hati. Ia lupa bahwa jika ia memperlakukan dunia dengan baik, dunia akan memperlakukannya dengan baik juga.*

Kita hidup di suatu dunia kontradiksi yang benar-benar menakjubkan. Di satu sisi orang takut akan perang; di sisi lain, mereka bersiap untuk perang secara gila-gilaan. Mereka menghasilkan berlimpah, tetapi mereka kikir membagi. Dunia menjadi semakin padat, tetapi manusia menjadi semakin terasing dan kesepian. Manusia hidup berdekatan satu sama lain seperti dalam keluarga besar, tetapi setiap individu menemukan dirinya terpisah dari tetangganya. Saling pengertian dan ketulusan hati sangatlah kurang. Seseorang tidak dapat memercayai orang lain,

bagaimanapun baiknya orang lain itu.

Saat Perserikatan Bangsa-Bangsa dibentuk setelah tragedi Perang Dunia II, para kepala negara yang berkumpul untuk menandatangani akta itu setuju bahwa hal itu harus dimulai dengan pendahuluan berikut: “Karena dalam pikiran manusia perang dimulai, dalam pikiran manusia pulalah benteng kedamaian harus didirikan.” Sikap yang serupa juga digaungkan dalam ayat pertama *Dhammapada*, di mana Buddha menyatakan: “Segala yang dialami didahului pikiran, dipelopori pikiran, diciptakan pikiran. Jika orang berbicara atau berbuat dengan pikiran yang buruk, maka penderitaan akan mengikutinya, laksana roda mengikuti jejak.”

Kepercayaan bahwa satu-satunya cara untuk melawan kekuatan adalah dengan kekuatan yang lebih besar telah menuju pada perlombaan senjata antar-kekuatan besar. Dan kompetisi untuk meningkatkan senjata perang ini telah membawa manusia ke tepi penghancuran diri total. Jika kita tidak melakukan apa-apa mengenai hal ini, perang berikutnya akan menjadi akhir dunia di mana tidak akan ada lagi pemenang atau korban—hanya orang mati.

“Sesungguhnya, dengan kebencian, kebencian tak pernah reda di dunia ini. Dengan kasih, kebencian reda. Inilah hukum abadi.” Demikianlah nasihat Buddha bagi mereka yang berkhotbah tentang doktrin antagonisme dan niat buruk, dan yang membuat manusia berperang dan memberontak satu sama lain. Banyak orang berkata bahwa nasihat Buddha untuk membalas kejahatan dengan kebaikan adalah tidak bisa diterapkan. Sebenarnya, hal ini adalah satu-satunya metode yang benar untuk menyelesaikan

masalah apa pun. Metode ini diperkenalkan oleh sang guru besar dari pengalaman-Nya sendiri. Karena kita sombong dan egois, kita enggan membalas kejahatan dengan kebaikan, berpikir bahwa masyarakat akan menganggap kita sebagai pecundang. Beberapa orang bahkan berpikir bahwa kebaikan dan kelembutan itu seperti perempuan, tidak “jantan”! Tetapi apa bahayanya jika kita menyelesaikan masalah kita serta membawa kedamaian dan kebahagiaan dengan menerapkan metode berbudaya ini dan dengan mengorbankan kesombongan kita yang berbahaya? Banyak orang tidak puas jika tidak membalas dendam kesalahan yang dilakukan oleh orang lain terhadap mereka.

Toleransi harus dipraktikkan jika ingin ada kedamaian di Bumi ini. Kekuatan dan pemaksaan hanya akan menimbulkan intoleransi. Untuk membangun kedamaian dan kerukunan di antara umat manusia, setiap orang pertama-tama harus belajar untuk mempraktikkan cara-cara yang mengarah pada pemadaman kebencian, ketakutan, dan ketaktahuan—akar dari semua kekuatan buruk. Jika umat manusia dapat menghapuskan kekuatan buruk ini, toleransi dan kedamaian akan datang ke dunia ini.

Saat ini para pengikut Buddha yang penuh welas asih memiliki tugas istimewa untuk bekerja demi membangun kedamaian di dunia dan menunjukkan teladan bagi orang lain sesuai nasihat guru mereka: “Semua gentar terhadap hukuman, semua takut terhadap kematian. Setelah mengumpamakan dengan diri sendiri, janganlah membunuh, janganlah menyebabkan pembunuhan.” (*Dhammapada 129*)

Kedamaian selalu dapat dicapai. Akan tetapi, cara menuju kedamaian bukan hanya melalui doa dan ritual. Kedamaian

adalah hasil keselarasan kita dengan sesama dan lingkungan kita. Kedamaian yang kita coba perkenalkan dengan kekuatan bukanlah kedamaian abadi. Hal itu merupakan kesenjangan antara konflik nafsu egois dan kondisi duniawi.

Kedamaian tidak dapat terwujud di Bumi ini tanpa praktik toleransi. Untuk menjadi toleran, kita tidak boleh membiarkan kemarahan dan kecemburuan ada dalam batin kita. Buddha berkata, “Apa pun sesungguhnya yang bisa dilakukan musuh terhadap musuhnya, ataupun pembenci terhadap yang dibencinya, batin yang berniat buruk bisa berbuat lebih buruk daripada itu.” (*Dhammapada 42*)

Ajaran Buddha adalah agama toleransi karena mengajarkan kehidupan disiplin diri. Ajaran Buddha mengajarkan kehidupan yang bukan didasarkan pada aturan, tetapi pada prinsip. Ajaran Buddha tidak pernah menyiksa atau menganiaya mereka yang memiliki kepercayaan berbeda. Bahkan dalam ajaran ini seseorang tidak perlu memakai label “umat Buddha” untuk menjalani prinsip-prinsip mulia ajaran ini.

Dunia ini seperti cermin, dan jika Anda melihat ke cermin dengan wajah tersenyum, Anda dapat melihat wajah Anda sendiri dengan senyuman indah. Sebaliknya, jika Anda melihat ke cermin dengan wajah sendu, Anda selalu akan melihat kesenduan. Demikian juga jika Anda memperlakukan dunia dengan baik, dunia juga tentunya akan memperlakukan Anda dengan baik. Belajarlah untuk berdamai dengan diri Anda sendiri dan dunia juga akan berdamai dengan Anda.

Batin manusia dikuasai oleh begitu banyak penipuan diri sehingga ia tidak mau mengakui kelemahannya sendiri. Ia akan



mencoba mencari alasan untuk membenarkan tindakannya dan menciptakan ilusi bahwa ia tidak bersalah. Jika seseorang benar-benar ingin terbebas, ia harus memiliki keberanian untuk mengakui kelemahannya sendiri. Buddha berkata: “Adalah mudah melihat kesalahan orang lain, memang sulit melihat kesalahan diri sendiri.” (*Dhammapada 252*)

## **Dapatkan Kita Membenarkan Perang?**

*Perbedaan antara perkelahian anjing dan perang antara dua kelompok orang hanyalah pada persiapannya.*

Sejarah umat manusia adalah perwujudan dari ketamakan, kebencian, kesombongan, kecemburuan, keakuan, dan khayalan manusia. Selama 3.000 tahun terakhir, manusia telah melakukan 15.000 perang besar. Apakah ini adalah karakteristik manusia? Apakah ini nasib kita? Bagaimana kita dapat mengakhiri penghancuran satu sama lain yang tak berperasaan ini?

Walaupun manusia telah menemukan banyak hal-hal penting, mereka juga membuat kemajuan besar terhadap kehancuran sesama jenisnya sendiri. Dengan cara inilah banyak peradaban manusia telah punah sepenuhnya dari Bumi ini. Manusia modern telah menjadi sangat canggih dalam seni dan teknik perang, sehingga sekarang memungkinkan baginya untuk mengubah seluruh kota menjadi abu dalam beberapa detik saja. Dunia telah menjadi gudang peralatan militer sebagai hasil permainan yang disebut “Keunggulan Militer”.

Kita diberi tahu bahwa bentuk dasar senjata nuklir yang lebih kuat

daripada bom atom yang dijatuhkan di Hiroshima, Jepang, pada bulan Agustus 1945, sedang dirancang. Ilmuwan percaya bahwa beberapa ratus senjata termonuklir akan merencanakan jalan menuju kehancuran universal. Lihat saja apa yang kita lakukan terhadap dunia kita! Coba pikir, pengembangan ilmiah macam apa itu? Lihatlah betapa bodoh dan egoisnya kita ini! Manusia sebaiknya tidak menuruti naluri agresifnya. Manusia sebaiknya menegakkan ajaran etis dari para guru religius dan menampilkan keadilan dengan moralitas untuk memungkinkan terwujudnya kedamaian.

Perjanjian, pakta, dan rumusan kedamaian telah dipakai dan jutaan kata-kata telah diucapkan oleh banyak pemimpin di seluruh dunia yang menyatakan bahwa mereka telah menemukan cara untuk memelihara dan meningkatkan kedamaian di Bumi. Tetapi dari semua usaha mereka, mereka belum berhasil melenyapkan ancaman bagi umat manusia. Alasannya adalah bahwa kita semua telah gagal mendidik generasi muda kita untuk benar-benar memahami dan menghormati perlunya pelayanan tanpa ego dan bahayanya keegoisan. Untuk menjamin kedamaian sejati, kita harus mengerahkan semua metode yang ada untuk mendidik generasi muda kita untuk mempraktikkan cinta kasih, niat baik, dan toleransi terhadap orang lain.

### **Sikap Buddhis Terhadap Perang**

Seorang umat Buddha sebaiknya tidak menjadi agresor, sekalipun dalam melindungi agamanya atau hal lainnya. Ia harus mencoba semampunya untuk menghindari semua jenis kekerasan. Kadang ia mungkin dipaksa pergi berperang oleh orang lain yang tidak menghormati konsep persaudaraan manusia seperti yang diajarkan

oleh Buddha. Ia mungkin dipanggil untuk mempertahankan negaranya dari serbuan asing, dan selama ia belum meninggalkan kehidupan duniawi, ia terikat tugas untuk bergabung dalam perjuangan kedamaian dan kemerdekaan. Dalam situasi ini ia tidak dapat disalahkan untuk menjadi tentara atau terlibat dalam pertahanan. Akan tetapi, jika semua orang mengikuti nasihat Buddha, tidak akan ada alasan untuk berperang di dunia ini. Merupakan tugas semua manusia berbudaya untuk mencari segala cara yang mungkin untuk menyelesaikan perselisihan dengan sikap damai, tanpa menyatakan perang untuk menghabisi sesamanya. Buddha tidak mengajarkan pengikut-Nya untuk menyerah kepada segala bentuk kekuatan jahat, baik manusia ataupun makhluk adialami.

Memang, dengan akal budi dan ilmu pengetahuan, manusia dapat menaklukkan alam, tetapi manusia bahkan belum mengamankan hidupnya sendiri. Mengapa hidup itu berada dalam bahaya? Sementara mencurahkan pada akal budi dan diatur oleh ilmu, manusia telah lupa bahwa ia memiliki hati yang telah ditelantarkan untuk layu dan tercemar oleh nafsu.

Jika kita tidak dapat mengamankan hidup kita sendiri, bagaimana mungkin kedamaian dunia bisa tercapai? Untuk mendapat kedamaian, kita harus melatih batin kita untuk menghadapi kenyataan. Kita harus obyektif dan rendah hati. Kita harus menyadari bahwa tidak ada seorang pun atau satu negara pun yang selalu salah. Untuk mendapat kedamaian, kita juga harus membagi kekayaan Bumi, tidak perlu secara sama rata, tetapi setidaknya berdasarkan keadilan. Tidak akan ada kesamarataan mutlak, tetapi tentu akan ada keadilan.

Memang tidak dapat dibayangkan bahwa lima persen populasi dunia menikmati lima puluh persen kekayaannya, atau bahwa dua puluh lima persen dunia penuh makanan dan bahkan berlimpah, sementara tujuh puluh lima persen dunia selalu kelaparan. Damai hanya akan datang jika negara-negara berniat membagi secara adil, yang kaya menolong yang miskin dan yang kuat menolong yang lemah, sehingga menciptakan niat baik internasional. Hanya jika dan saat kondisi ini terpenuhi, kita dapat memimpikan dunia yang bebas dari niat berperang.

Kegilaan perlombaan alat perang harus dihentikan! Kita harus mencoba membangun tradisi, bukannya pesawat perang; rumah sakit, bukannya senjata nuklir. Jumlah uang dan nyawa manusia yang dibuang oleh berbagai negara dalam medan perang sebaiknya diubah untuk membangun ekonomi guna meningkatkan taraf hidup.

Dunia tidak dapat memiliki kedamaian sampai manusia meninggalkan nafsu mementingkan diri, meninggalkan kesombongan rasial, dan melenyapkan nafsu egoistis kekuasaan. Kekayaan tidak dapat menjamin kebahagiaan. Hanya agama yang dapat membawa perubahan hati yang diperlukan menuju satu-satunya pelucutan senjata sejati—yang ada pada batin.

Semua agama mengajarkan orang untuk tidak membunuh; tetapi sayangnya ajaran penting ini dengan mudah diabaikan. Saat ini dengan persenjataan modern, manusia dapat membunuh jutaan orang dalam hitungan detik, hal ini lebih banyak daripada yang dilakukan suku primitif selama satu abad.

Sangat disayangkan sebagian orang di negara tertentu membawa

label, slogan, dan spanduk keagamaan ke medan perang mereka. Mereka tidak tahu bahwa mereka mempermalukan nama baik agama. “Sesungguhnya, wahai para bhikkhu,” kata Buddha, “karena nafsu indrawi, raja berperang dengan raja, pangeran dengan pangeran, pendeta dengan pendeta, penduduk dengan penduduk, ibu bertengkar dengan anak, anak bertengkar dengan ayah, saudara laki-laki dengan saudara laki-laki, saudara laki-laki dengan saudara perempuan, saudara perempuan dengan saudara laki-laki, teman dengan teman.” (*Majjhima Nikāya*)

Dengan bahagia kita dapat berkata bahwa selama 2.500 tahun terakhir tidak pernah ada perselisihan atau konflik serius yang diciptakan oleh umat Buddha yang mengarah pada perang dalam nama agama ini. Ini adalah hasil dari sifat dinamis konsep toleransi yang terkandung dalam ajaran Buddha.

## **Bolehkah Umat Buddha Bergabung Dalam Angkatan Bersenjata?**

*Anda boleh menjadi tentara kebenaran, tetapi bukan perusak.*

Suatu hari, Sinha, jenderal angkatan bersenjata, menghadap Buddha dan berkata, “Saya seorang tentara, O Bhagavā. Saya ditunjuk oleh raja untuk menegakkan hukumnya dan berperang. Buddha mengajarkan cinta, kebaikan, dan kewelasan tak terbatas pada semua yang menderita, apakah Buddha mengizinkan hukuman untuk penjahat? Dan juga, apakah Bhagavā menyatakan bahwa berperang untuk melindungi rumah kita, istri kita, anak-anak kita, dan milik kita itu salah? Apakah Bhagavā mengajarkan doktrin penyerahan diri secara total? Apakah saya harus menderita

karena membiarkannya melakukan apa yang dia senangi dan tunduk kepada dia yang mengancam untuk merampas milik saya? Apakah Bhagavā menyatakan bahwa semua perselisihan termasuk peperangan untuk alasan yang benar harus dilarang?”

Buddha menjawab, “Ia yang patut menerima hukuman harus dihukum. Dan ia yang patut diberi hadiah harus diberi hadiah. Jangan menganiaya makhluk apa pun, tetapi berlakulah adil, penuh cinta, dan kebaikan.” Perintah ini tidak kontradiktif karena orang yang dihukum atas kejahatannya akan terluka bukan dari niat buruk hakimnya melainkan melalui tindakan jahat itu sendiri. Tindakannya sendiri telah mendatangkan luka baginya yang diberikan oleh penegak hukum. Ketika seorang hakim menghukum, ia tidak boleh menyimpan kebencian dalam hatinya. Ketika seorang pembunuh dihukum mati, ia harus menyadari bahwa hukumannya adalah akibat tindakannya sendiri.

Dengan pemahaman ini, ia tidak lagi meratapi nasibnya, tetapi dapat menenangkan batinnya. Bhagavā, Yang Penuh Berkah, melanjutkan, “Saya mengajarkan bahwa semua peperangan di mana manusia mencoba membantai saudaranya sangat disayangkan. Tetapi Saya tidak mengajarkan bahwa mereka yang terlibat perang untuk memelihara kedamaian dan keteraturan, setelah menghabiskan segala cara lain untuk menghindari konflik, adalah hal yang patut disalahkan.”

“Perjuangan harus ada karena semua kehidupan adalah suatu jenis perjuangan. Tetapi pastikan bahwa engkau tidak berjuang demi kepentingan diri melawan kebenaran dan keadilan. Ia yang berjuang demi kepentingan diri untuk membuat dirinya besar atau berkuasa atau kaya atau terkenal, tidak akan mendapat ganjaran.

Tetapi ia yang berjuang demi kedamaian dan kebenaran akan mendapat ganjaran besar; bahkan kekalahannya akan dianggap sebagai kemenangan.”

“Jika seseorang pergi berperang bahkan untuk alasan yang benar, maka Sinha, ia harus siap untuk dibantai oleh musuhnya karena kematian adalah nasib para pejuang. Dan jika nasib menimpanya, ia tidak memiliki alasan untuk mengeluh. Tetapi jika ia menang, kesuksesannya dapat dianggap besar, tetapi entah seberapa besarnya hal itu, roda nasib dapat berputar kembali dan membawa turun kehidupannya ke dalam debu. Akan tetapi, jika ia menengahi dirinya sendiri dan memadamkan semua kebencian di hatinya, jika ia mengangkat telapak tangan musuhnya dan berkata kepadanya, ‘Marilah sekarang berdamai dan biarlah kita menjadi saudara,’ maka ia akan memperoleh kemenangan yang bukan merupakan sukses sementara; karena buah kemenangan itu akan tetap selamanya.”

“Besarlah seorang panglima sukses, Sinha, tetapi ia yang menaklukkan diri sendiri adalah pemenang yang lebih besar. Ajaran penaklukan diri ini, Sinha, tidak diajarkan untuk menghancurkan hidup orang lain, tetapi untuk melindungi mereka. Orang yang telah menaklukkan dirinya sendiri lebih sesuai untuk hidup, menjadi sukses dan memperoleh kemenangan daripada orang yang merupakan budak dirinya sendiri. Orang yang batinnya bebas dari ilusi diri akan berdiri dan tidak jatuh dalam perang kehidupan. Ia yang niatnya benar dan adil tidak akan menemui kegagalan. Ia akan sukses dalam usaha, kesuksesannya akan bertahan. Ia yang memiliki cinta kebenaran dalam hatinya akan hidup dan tidak menderita, karena ia telah terpenuhi oleh air keabadian. Jadi berjuanglah dengan berani dan bijak. Maka engkau

akan menjadi tentara kebenaran.”

Tidak ada keadilan dalam perang atau kekerasan. Jika kita menyatakan perang, kita membenarkannya, jika orang lain menyatakan perang, kita berkata bahwa itu tidak adil. Jadi siapa yang dapat membenarkan perang? Manusia tidak boleh mengikuti hukum rimba untuk mengatasi permasalahan manusia.

## **Pembunuhan dengan Rasa Kasihan**

*Rasa kasihan dan pembunuhan tidak pernah dapat berjalan bersama.*

Menurut ajaran Buddha, pembunuhan dengan rasa kasihan tidak dapat dibenarkan. Rasa kasihan dan pembunuhan tidak pernah dapat berjalan bersama. Sebagian orang membunuh hewan peliharaannya dengan dalih mereka tidak senang melihat hewan peliharaan itu menderita. Bagaimanapun, jika pembunuhan dengan rasa kasihan merupakan metode yang benar untuk dilakukan pada hewan peliharaan dan hewan lainnya, mengapa orang sangat enggan untuk melakukan hal serupa kepada orang yang mereka cintai?

Saat sebagian orang melihat anjing atau kucingnya menderita suatu penyakit kulit, mereka mengatur untuk membunuh hewan malang itu. Mereka menyebut tindakan ini pembunuhan dengan rasa kasihan. Sebenarnya mereka bukan merasa kasihan kepada hewan itu, tetapi mereka membunuhnya untuk tindakan pencegahan mereka sendiri dan membuang pandangan buruk. Dan sekalipun mereka memang merasa kasihan kepada hewan yang menderita, mereka tetap tidak berhak untuk mengambil



hidupnya. Tak peduli betapa tulus seseorang itu, pembunuhan dengan rasa kasihan bukanlah pendekatan yang tepat. Walaupun konsekuensi pembunuhan semacam ini berbeda dengan pembunuhan dengan kebencian terhadap hewan, umat Buddha tetap saja tidak membenarkan segala jenis pembunuhan.

Sebagian orang mencoba membenarkan pembunuhan dengan rasa kasihan dengan kesalahpahaman bahwa jika motif atau alasannya baik, maka tindakan itu sendiri baik. Kemudian mereka menyatakan bahwa dengan membunuh hewan peliharaan itu, mereka bermaksud untuk membebaskan hewan yang tak bahagia itu dari penderitaannya, sehingga tindakan itu baik adanya. Tak diragukan bahwa maksud asal atau motif mereka itu baik. Tetapi tindakan jahat pembunuhan yang terjadi melalui pemikiran yang lebih lanjut, sedikit banyak memerlukan kekejaman atau ketegaan, yang tentunya akan membawa akibat tak baik.

Menghindari pembunuhan dengan rasa kasihan memang dapat menciptakan gangguan bagi banyak orang. Meskipun begitu, ajaran Buddha tidak dapat membenarkan pembunuhan dengan rasa kasihan sebagai bebas sepenuhnya dari reaksi buruk. Namun demikian, kita beri catatan bahwa membunuh tanpa ketamakan, kemarahan, atau kebencian memiliki lebih sedikit reaksi buruk daripada membunuh karena kemarahan atau kecemburuan.

Harus diingat bahwa suatu makhluk (manusia atau hewan) dapat menderita karena karma buruknya. Jika melalui pembunuhan dengan rasa kasihan, kita mencegah bekerjanya karma buruk seseorang, hutang itu tetap akan harus dilunasi di keberadaannya yang lain. Sebagai umat Buddha, yang dapat kita lakukan adalah membantu mengurangi rasa sakit batin dan jasmani orang lain.

## **Membunuh untuk Melindungi Diri**

Buddha telah menasihati semua orang untuk pantang membunuh. Jika semua orang menerima nasihat-Nya, manusia tidak akan saling membunuh. Dalam hal nyawa seseorang terancam, Buddha bahkan berkata saat itu tetap tidak disarankan untuk membunuh demi melindungi diri. Senjata perlindungan diri adalah cinta kasih. Seseorang yang mempraktikkan kebaikan ini sangat jarang mendapatkan kemalangan semacam itu. Akan tetapi, orang begitu mencintai hidupnya sehingga ia tidak siap untuk menyerahkan dirinya pada orang lain; dalam praktik sebenarnya, kebanyakan orang akan berjuang untuk perlindungan diri. Hal ini sangat alamiah dan semua makhluk berjuang dan membunuh makhluk lain untuk melindungi diri, tetapi efek karma tergantung dari niat mereka. Selama berjuang untuk melindungi diri, jika ia membunuh lawannya walaupun ia tidak bermaksud membunuh, maka ia tidak menciptakan karma buruk akibat pembunuhan itu. Sebaliknya, jika ia membunuh orang lain pada situasi apa pun dengan niat untuk membunuh, maka ia tidak bebas dari akibat karma; ia harus menghadapi konsekuensinya.

Kita harus ingat bahwa membunuh adalah membunuh; jika kita tidak menyetujuinya, kita menyebutnya “pembunuhan”. Jika kita menghukum orang dengan membunuh, kita menyebutnya “hukuman mati”. Jika tentara kita sendiri terbunuh oleh “musuh”, kita menyebutnya “pembantaian”. Jika kita menyetujui suatu pembunuhan, kita menyebutnya “perang”. Bagaimanapun, jika kita menghilangkan muatan emosional dari istilah-istilah tersebut, maka kita dapat memahami bahwa pembunuhan adalah pembunuhan.

Dalam tahun-tahun belakangan ini beberapa ilmuwan dan agamawan memakai ungkapan seperti “pembunuhan manusiawi”, “pembunuhan dengan rasa kasihan”, “pembunuhan dengan lembut”, dan “pembunuhan tanpa rasa sakit” untuk membenarkan pengakhiran suatu kehidupan. Mereka berkilah bahwa jika korban tidak merasa sakit, jika pisaunya tajam, membunuh itu dibenarkan. Ajaran Buddha tidak pernah dapat menerima argumen ini karena yang penting bukanlah *bagaimana* pembunuhan itu terjadi, tetapi kenyataan bahwa kehidupan suatu makhluk diakhiri oleh makhluk lain. Tidak seorang pun berhak untuk melakukan hal itu dengan alasan apa pun.

## Sikap Buddhis Terhadap Hukuman Mati

*Konsep Buddhis tentang hukuman mati cukup jelas. Kita tidak hanya harus menghormati hukum suatu negara, tetapi kita juga harus mematuhihinya.*

Agama dan hukum dapat dilihat sebagai dua aspek kehidupan yang berbeda. Ajaran Buddha, sebagai suatu agama mengajarkan manusia agar tidak berbuat buruk, berbuat baik, dan menjadi baik. Bagaimanapun, sebagai suatu agama, tidak seorang pun anggotanya berwenang menghukum siapa pun yang telah menentang ajarannya dengan berbuat kejahatan—mencuri, memperkosa, membunuh, atau memperdagangkan obat terlarang. Umat Buddha mana pun yang memilih untuk menentang hukum negara dengan melakukan perbuatan kriminal serius akan harus dihukum oleh hukum negara itu dan bukan oleh badan keagamaan.

Sebagai umat Buddha dan sebagai manusia, kita penuh dengan

rasa kewelasan terhadap manusia yang menderita, tetapi rasa kewelasan itu sendiri tidak cukup untuk menolong. Rasa kewelasan tidak menolong menahan seseorang yang telah memilih untuk melanggar hukum negara. Hukum negara harus dihormati dan dijunjung sampai ke setiap hurufnya. Jika hukum menetapkan bahwa untuk perbuatan kriminal serius Anda harus membayarnya dengan kehilangan nyawa, maka proses hukum harus berlangsung. Ajaran Buddha tidak mencampuri penerapan hukum secara normal. Satu-satunya yang bisa dilakukan oleh umat kita adalah meminta kewelasan dan memohon pengampunan.

Hukum negara kita diterapkan secara demokratis oleh masyarakat sendiri melalui proses pemilihan tertentu. Masyarakat memilih wakil-wakil mereka untuk melayani sebagai anggota parlemen. Dalam parlemen, para anggota berdebat dan merumuskan hukum demi kelancaran administrasi negara. Tanpa hukum tertentu, maka kita harus kembali ke hukum rimba di mana yang kuatlah yang benar. Walaupun sebagai akibatnya, anggota parlemen menetapkan hukum, mereka melakukannya sebagai wakil rakyat. Jika kita, rakyat, menetapkan hukum, kita tidak memiliki pilihan selain tunduk pada hukum kita. Jika seseorang memilih untuk menentangnya, maka mereka harus membayarnya.

Hal ini mungkin terdengar kasar, tetapi hukum sedemikian telah ada bahkan pada masa Buddha, dua ribu lima ratus tahun yang lalu. Pada masa itu ada raja dan penguasa yang memerintah negara tempat tinggal orang baik dan jahat seperti pada saat ini.

Agama mengajarkan dan membimbing setiap manusia untuk menjalani hidup yang baik dan mulia untuk memperoleh pencapaian spiritual akhir. Agama tidak menutup mata pada

kejahatan. Walaupun seorang umat melanggar ajaran agama, agama sebaiknya tidak menyarankan hukuman berat. Agama tidak dapat menghukum mati seseorang untuk kesalahan apa pun, tetapi hukum dapat. Dilaporkan pada masa Buddha, bahkan bhikkhu yang melakukan kejahatan serius, bisa dihukum mati. Buddha tidak dan tidak akan ikut campur dengan penerapan hukum normal. Pandangan Buddha adalah jika penguasa gagal melakukan fungsinya untuk menghukum penjahat yang melakukan pelanggaran serius, penguasa itu tidak akan dianggap layak untuk memerintah negara. Demikian juga jika penguasa secara keliru menghukum subyeknya yang tak bersalah tanpa alasan yang tepat, penguasa tersebut juga akan dianggap tidak layak untuk memerintah. Persyaratan ini diberikan pada masa lampau, tetapi nasihat dan anjuran yang diberikan Buddha tetap bertahan sampai saat ini.

Ajaran Buddha tidak mendukung pencabutan nyawa, manusia atau hewan, dalam keadaan apa pun, tetapi jika seseorang memilih untuk melanggar hukum yang telah ditegakkan di suatu negara, ia harus membayar hukumannya—bahkan jika hukuman itu adalah hukuman mati. Salah satu kode moral penting dalam ajaran Buddha adalah mematuhi hukum negara. Jika hukum menyatakan bahwa perang sedang berlangsung dan semua orang yang mampu secara fisik harus didaftar sebagai tentara untuk negara, umat Buddha harus mematuhi hukum itu. Jika sebagai umat Buddha, kita merasa bahwa kita harus menyelamatkan nyawa dan bukan menghancurkannya, kita punya saluran proses demokratis untuk mendekati para pimpinan politik agar hukum yang berlaku diubah, tetapi jika konsensusnya menentang perubahan apa pun, kita tidak memiliki pilihan kecuali mematuhi hukum itu. Hukum adalah yang tertinggi. Tentunya, jika kita tidak ingin bergabung

dengan ketentaraan, pilihan lainnya adalah menjadi biarawan atau biarawati serta mengundurkan diri ke suatu wihara dan bekerja demi kemajuan spiritual kita. Jika kita memilih untuk tetap berada dalam masyarakat, maka kita harus siap untuk mengorbankan diri kita sendiri demi kebaikan masyarakat itu.





## **BAGIAN 6**

---

DUNIA INI DAN DUNIA LAIN





## ALAM KEBERADAAN

---



### Asal Dunia

*“Sama sekali tidak ada alasan untuk menganggap bahwa dunia memiliki suatu permulaan. Gagasan bahwa segala sesuatu harus memiliki permulaan benar-benar karena miskinnya pikiran kita.”*

*( Bertrand Russell )*

Ada tiga tradisi pemikiran mengenai asal muasal dunia. Tradisi pemikiran pertama menyatakan bahwa dunia ini ada karena alam dan bahwa alam bukanlah suatu kekuatan kepandaian. Akan tetapi, alam bekerja dengan caranya sendiri dan terus berubah.

Tradisi pemikiran kedua berkata bahwa dunia diciptakan oleh sosok Tuhan mahakuasa yang bertanggung jawab akan segala sesuatu.

Tradisi pemikiran ketiga berkata bahwa awal dunia dan kehidupan ini tidak dapat dibayangkan karena hal itu tidak memiliki awal atau akhir.

Ajaran Buddha sesuai dengan tradisi pemikiran ketiga ini. Bertrand Russell mendukung tradisi pemikiran ini dengan berkata, “Sama sekali tidak ada alasan untuk menganggap bahwa dunia memiliki suatu permulaan. Gagasan bahwa segala sesuatu harus memiliki permulaan benar-benar karena miskinnya pikiran kita.”

Ilmu pengetahuan modern berkata bahwa beberapa juta tahun yang lalu Bumi yang mendingin tidak memiliki kehidupan dan bahwa kehidupan berasal dari lautan. Ajaran Buddha tidak pernah menyatakan bahwa dunia, matahari, bulan, bintang, angin, air, siang, dan malam diciptakan oleh sosok Tuhan yang berkuasa atau oleh seorang Buddha. Umat Buddha percaya bahwa dunia tidak diciptakan pada suatu waktu, tetapi dunia telah terbentuk jutaan kali setiap detik dan akan terus demikian dengan sendirinya dan akan berakhir dengan sendirinya. Menurut ajaran Buddha, sistem dunia selalu muncul, berubah, hancur, dan lenyap di semesta dalam siklus yang tak berpenghujung.

H.G. Wells dalam *A Short History of the World* berkata, “Diakui secara umum bahwa semesta tempat kita hidup, yang memiliki segala kemunculan, telah ada selama periode waktu yang sangat panjang dan mungkin tanpa akhir. Tetapi bahwasanya semesta tempat kita hidup telah ada hanya selama enam atau tujuh ribu tahun dapat dianggap sebagai gagasan yang menggelikan. Tidak ada kehidupan yang telah terjadi secara tiba-tiba di atas Bumi.”

Usaha yang dilakukan oleh banyak agama untuk menjelaskan

awal dan akhir semesta benar-benar merupakan anggapan yang keliru. Posisi agama yang mengajukan pandangan bahwa semesta diciptakan oleh Tuhan dalam tahun yang sangat pasti, telah menjadi hal yang sulit untuk dipertahankan dalam masa pengetahuan ilmiah dan modern.

Saat ini para ilmuwan, sejarawan, astronom, biologis, botanis, antropologis, dan pemikir besar telah menyumbangkan pandangan baru yang luas tentang asal dunia. Penemuan dan pengetahuan terakhir ini sama sekali tidak bertentangan dengan ajaran Buddha. Bertrand Russell sekali lagi berkata bahwa ia menghormati Buddha karena tidak membuat pernyataan keliru seperti orang lain yang menyatakan tentang asal dunia.

Penjelasan spekulatif tentang asal semesta yang dikemukakan oleh berbagai agama tidak dapat diterima oleh ilmuwan dan cendekiawan modern. Bahkan kitab komentar Buddhis, yang ditulis oleh penulis Buddhis tertentu, tidak tertandingi oleh pemikiran ilmiah dalam hal pertanyaan ini. Buddha tidak membuang-buang waktu-Nya untuk masalah ini. Tujuan utama-Nya adalah menolong siswa-Nya untuk melepaskan diri dari duka dalam *samsāra*. Alasan sikap diam-Nya adalah bahwa hal ini tidak memiliki nilai religius guna memperoleh kebijaksanaan spiritual. Penjelasan tentang asal semesta bukanlah perhatian spiritual. Teori semacam itu tidak diperlukan untuk menjalani kehidupan kebajikan dan membentuk kehidupan masa depan kita. Bagaimanapun, jika seseorang bersikeras untuk mempelajari hal ini, maka ia harus menyelidiki ilmu pengetahuan, astronomi, geologi, biologi, dan antropologi. Ilmu-ilmu ini dapat memberikan informasi yang lebih dapat diandalkan dan teruji mengenai hal tersebut daripada yang dapat diberikan oleh agama mana pun. Tujuan suatu agama adalah untuk

mengembangkan kehidupan di sini di dunia ini dan setelahnya sampai diperoleh keterbebasan dan bukan semata-mata untuk memuaskan keingintahuan kita tentang cara kerja semesta.

Bagi Buddha, dunia hanyalah *samsāra*—siklus kelahiran dan kematian yang berulang. Bagi-Nya, awal dan akhir dunia berada dalam *samsāra* ini. Karena unsur dan energi itu relatif dan saling bergantung, adalah keliru untuk menyatakan sesuatu sebagai awal. Spekulasi apa pun yang kita buat mengenai asal dunia, tidak mengandung kebenaran mutlak dalam dugaan kita.

“Langit itu tak terbatas, jumlah makhluk itu tak terbatas; dunia dalam semesta tak terbatas; tak terbataslah kebijaksanaan Buddha dalam mengajarkan ini; tak terbataslah kebajikan Ia yang mengajarkan ini.” (*Sri Ramachandra*)

Suatu hari seseorang bernama Mālunkyāputta mendekati Sang Guru dan meminta agar Ia menjelaskan asal semesta kepadanya. Ia bahkan mengancam untuk berhenti menjadi pengikut-Nya jika jawaban Buddha tidak mengungkapkan hal ini. Buddha dengan tenang menjawab bahwa bukanlah konsekuensi-Nya apakah Mālunkyāputta mengikuti-Nya atau tidak, karena kebenaran tidak memerlukan dukungan siapa pun. Kemudian Buddha berkata bahwa Ia tidak akan membahas tentang asal semesta. Bagi-Nya, memperoleh pengetahuan tentang hal semacam itu hanyalah membuang-buang waktu karena tugas manusia adalah untuk membebaskan diri dari duka. Untuk menggambarkan hal ini, Yang Tercerahkan menghubungkan kisah tentang orang yang tertembak panah beracun. Orang bodoh ini menolak untuk mencabut panah itu sebelum ia mengetahui semua hal tentang orang yang menembakkan panah itu. Pada saat penolongnya menemukan

hal yang tidak perlu ini, orang itu terlanjur mati. Demikian juga, tugas mendesak kita adalah untuk merealisasi *Nibbāna*, tidak perlu mengkhawatirkan tentang awal atau akhir dunia.

Semua yang diperlukan untuk melepaskan diri dari kelahiran ulang dalam keberadaan yang penuh duka ini diajarkan dalam Empat Kebenaran Suciwan. Segala sesuatu di luar kebenaran ini bukanlah perhatian Buddha, seperti halnya pengetahuan tentang asal air tidak diperlukan untuk meredakan rasa haus seseorang.

## **Sistem Dunia Lain**

*Dalam era penemuan ilmiah modern, kita mengakui keterbatasan dunia manusia dan menerima hipotesis adanya sistem dunia lain di bagian lain semesta.*

Pada peristiwa tertentu, ketika Buddha tahu bahwa pendengarnya sudah siap secara intelektual untuk memahami, Ia memberi komentar tentang sifat dan susunan semesta. Menurut-Nya, bentuk kehidupan lain ada di bagian lain semesta. Buddha telah menyebutkan bahwa ada tiga puluh satu tingkat keberadaan dalam semesta. Hal itu adalah:

- 4 alam kesengsaraan atau alam submanusia: alam neraka (*niraya*), alam hewan (*tiracchāna*), alam hantu (*petā*), dan alam raksasa (*asura*)
- 1 alam manusia (*manussaloka*)
- 6 alam dewa (*devaloka*)
- 16 alam bentuk (*rūpaloka*)
- 4 alam tanpa-bentuk (*arūpaloka*)

Keberadaan sistem dunia lain ini belum dipastikan oleh ilmu pengetahuan modern. Akan tetapi, ilmuwan modern sekarang bekerja dengan hipotesis adanya kemungkinan bentuk kehidupan lain di planet lain. Sebagai hasil kemajuan pesat ilmu pengetahuan masa kini, kita mungkin akan segera menemukan suatu makhluk di planet lain yang sangat jauh dalam suatu galaksi. Barangkali, kita akan melihat mereka juga terkena hukum yang sama seperti kita. Mereka mungkin cukup berbeda secara penampilan fisik, unsur, susunan kimiawi, dan berada di dimensi yang berbeda. Mereka mungkin jauh lebih unggul dari kita atau mungkin jauh lebih terbelakang.

Apa Planet Bumi harus menjadi satu-satunya planet yang memiliki bentuk kehidupan? Bumi adalah bintang kecil di semesta yang mahaluas. Sir James Jeans, ahli astrofisikawan terkemuka, memperkirakan seluruh semesta sekitar seribu juta kali lebih besar dari luas angkasa yang tampak melalui teleskop. Dalam bukunya, *The Mysterious Universe*, ia menyatakan bahwa jumlah total semesta mungkin seperti jumlah total butir pasir di seluruh pantai di dunia. Dalam semesta semacam itu, Planet Bumi hanyalah sepersepjuta dari satu butir pasir. Ia juga memberi tahu kita bahwa cahaya dari matahari, yang memerlukan sekitar 8 menit untuk menempuh 93 juta mil ke Bumi, mungkin perlu waktu sekitar 100.000 juta tahun untuk melintasi semesta! Demikianlah luasnya semesta ini. Jika kita mempertimbangkan luasnya semesta yang dikenal sebagai “luar angkasa” ini, maka hipotesis adanya sistem dunia lain sungguh memungkinkan secara ilmiah.

Dalam era penemuan ilmiah modern, kita mengakui keterbatasan dunia manusia. Saat ini ilmu pengetahuan telah menunjukkan bahwa dunia manusia ada dalam keterbatasan frekuensi getaran

yang dapat ditangkap oleh organ indra kita. Dan ilmu pengetahuan juga telah menunjukkan bahwa ada frekuensi getaran lain yang berada di atas atau di bawah rentang penangkapan kita. Dengan penemuan gelombang radio, sinar-X, gelombang TV, dan mikrogelombang, kita bisa mengakui keterbatasan penglihatan oleh organ indra kita. Kita mengintip semesta melalui “lubang” organ indra kita, seperti anak kecil mengintip melalui lubang pintu. Kesadaran tentang persepsi terbatas kita ini menunjukkan kemungkinan bahwa sistem dunia lain mungkin ada secara terpisah atau bersinggungan dengan kita. Dalam *Hamlet*, Shakespeare berkata, “Ada lebih banyak hal di Surga dan Bumi daripada yang diimpikan dalam filsafatmu.” Sungguh benar!

Mengenai sifat semesta, Buddha berkata bahwa awal dan akhir semesta tidak dapat dibayangkan. Umat Buddha tidak percaya bahwa dunia akan tiba-tiba berakhir dalam suatu kehancuran total sama sekali. Jika sebagian tertentu dari semesta lenyap, sebagian yang lain tetap ada. Jika sebagian yang lain lenyap, sebagian lainnya muncul kembali atau berevolusi dari sisa semesta sebelumnya. Hal ini terbentuk dari akumulasi molekul, unsur dasar, gas, dan sejumlah energi, suatu kombinasi yang ditunjang oleh gerakan kosmis dan gravitasi. Kemudian sistem dunia baru lainnya muncul dan ada selama suatu waktu. Inilah sifat energi kosmik. Inilah sebabnya Buddha berkata bahwa awal dan akhir semesta tidaklah terbayangkan.

Hanya pada peristiwa istimewa tertentu Buddha berkomentar tentang sifat dan susunan semesta. Ketika Ia bicara, Ia selalu mempertimbangkan kapasitas pemahaman penanya. Buddha tidak tertarik dalam spekulasi metafisik yang tidak mengarah pada pengembangan spiritual yang lebih tinggi dan pandangan cerah.

Ia tahu bahwa orang pintar yang banyak bicara tidaklah selalu seorang yang arif.

Umat Buddha tidak menyetujui pandangan yang dianut sebagian orang bahwa dunia akan dihancurkan oleh sesosok Tuhan jika makin banyak orang yang tidak percaya dan makin banyak kecurangan yang terjadi di antara manusia. Sehubungan dengan kepercayaan ini, orang dapat bertanya, daripada menghancurkan dengan kekuatannya, mengapa Tuhan ini tidak menggunakan kekuatan yang sama untuk memengaruhi orang agar menjadi percaya dan menghapuskan semua praktik amoral? Tak peduli apakah Tuhan menghancurkannya atau tidak, suatu hari akan ada akhir dari segala sesuatu yang telah ada. Dan proses akan berlangsung seterusnya. Dalam bahasa Buddha, dunia tidak lebih dari kombinasi, keberadaan, kelenyapan, dan rekombinasi batin dan bentuk (*nāma-rūpa*).

Dalam analisis akhir, ajaran Buddha jauh melebihi penemuan ilmu pengetahuan modern, bagaimanapun menakjubkan atau mengesankannya pengetahuan itu. Dalam ilmu pengetahuan, pengetahuan tentang semesta ditujukan untuk memungkinkan manusia untuk menguasai demi kenyamanan material dan keamanan pribadinya. Tetapi Buddha mengajarkan bahwa tidak ada pengetahuan nyata apa pun yang mampu membebaskan manusia dari rasa sakit keberadaan. Seseorang harus berjuang sendiri dengan tekun hingga ia tiba pada pemahaman sejati tentang sifatnya sendiri dan tentang sifat semesta yang berubah. Untuk benar-benar terbebas, seseorang harus berupaya menjinakkan batinnya, menghancurkan nafsu akan kesenangan indrawi. Jika manusia benar-benar memahami bahwa semesta yang ia coba taklukkan itu tidaklah abadi, ia akan melihat dirinya sendiri seperti



Don Quixote yang melawan kincir angin. Dengan Pandangan Benar akan dirinya sendiri ini ia akan menghabiskan waktu dan dayanya untuk menaklukkan batinnya dan menghancurkan ilusi tentang diri tanpa membuang usahanya untuk hal-hal yang tidak penting dan tidak perlu.

## **Konsep Buddhis Tentang Surga dan Neraka**

*Orang bijaksana menciptakan surganya sendiri, sementara orang bodoh menciptakan nerakanya sendiri di sini dan sesudahnya.*

Konsep Buddhis tentang surga dan neraka sepenuhnya berbeda dengan agama lain. Umat Buddha tidak menerima bahwa tempat ini adalah abadi. Tidak beralasan untuk mengutuk seseorang ke dalam neraka abadi atas kelemahan manusiawinya, tetapi cukup beralasan untuk memberinya setiap kesempatan guna mengembangkan dirinya sendiri. Dari sudut pandang Buddhis, mereka yang masuk neraka dapat meningkatkan dirinya sendiri dengan menggunakan kebaikan yang telah mereka dapatkan sebelumnya. Gerbang neraka tidak tergeblok. Neraka adalah tempat sementara dan tidak beralasan bagi makhluk itu untuk menderita di sana selamanya.

Ajaran Buddha menunjukkan kepada kita bahwa ada surga dan neraka, bukan hanya di luar dunia ini, tetapi di dunia ini sendiri. Jadi konsep Buddhis tentang surga dan neraka sangatlah masuk akal. Sebagai contoh, Buddha pernah berkata, “Ketika seorang yang tidak tahu membuat pernyataan tegas bahwa ada suatu neraka (*pātāla*) di bawah lautan, ia membuat pernyataan yang salah dan tanpa dasar. Kata “neraka” adalah istilah untuk sensasi

yang menyakitkan.” Gagasan tentang tempat khusus yang siap atau yang diciptakan oleh Tuhan sebagai surga dan neraka tidak dapat diterima oleh konsep Buddhis.

Api neraka di dunia ini lebih panas daripada yang mungkin ada di neraka di luar dunia. Tidak ada api yang setara dengan ketamakan atau nafsu, kemarahan, dan kekeliruan. Menurut Buddha, kita terbakar oleh sebelas jenis rasa sakit fisik dan derita mental: nafsu, kebencian, khayalan, derita, kehancuran, kematian, kecemasan, ratapan, rasa sakit (fisik dan mental), kemurungan, dan kesedihan. Orang bisa membakar seluruh dunia dengan beberapa api pertikaian mental ini. Dari sudut pandang Buddhis, cara termudah untuk mendefinisikan neraka dan surga adalah di mana pun ada lebih banyak penderitaan, baik di dunia ini maupun di tempat lain, tempat itu adalah neraka bagi yang menderita. Dan di mana ada lebih banyak kesenangan atau kebahagiaan, baik di dunia ini maupun di tempat keberadaan lain, tempat itu adalah surga bagi mereka yang menikmati kehidupan duniawinya di tempat itu. Akan tetapi, karena alam manusia adalah campuran dari penderitaan dan kebahagiaan, manusia mengalami keduanya dan akan dapat menyadari sifat sejati kehidupan. Namun di banyak tempat keberadaan lain, penghuninya memiliki lebih sedikit kesempatan untuk penyadaran ini. Di tempat tertentu ada lebih banyak penderitaan daripada kesenangan, sementara di tempat lain ada lebih banyak kesenangan daripada penderitaan.

Umat Buddha yakin bahwa setelah kematian, kelahiran ulang dapat terjadi di salah satu dari beberapa alam keberadaan yang memungkinkan. Keberadaan masa depan ini terkondisikan oleh momen pikiran terakhir yang dialami seseorang pada saat kematian. Pikiran terakhir yang menentukan keberadaan

berikutnya ini adalah hasil dari perbuatan lampau seseorang, baik dalam kehidupan ini atau sebelumnya. Jadi, jika pikiran yang utama mencerminkan perbuatan yang baik, maka ia akan menemukan keberadaan masa depannya dalam keadaan bahagia. Tetapi keadaan tersebut bersifat sementara dan jika telah habis maka suatu kehidupan baru harus dimulai lagi, ditentukan oleh energi karma dominan lainnya yang menetap dalam batin bawah sadar, menunggu kondisi yang tepat untuk jadi aktif. Hal ini sangat menyerupai benih yang menanti hujan dan cahaya untuk tumbuh. Proses berulang ini terus berlangsung tanpa akhir kecuali seseorang tiba pada “Pandangan Benar” dan bertekad teguh untuk mengikuti Jalan Suciwan yang menghasilkan kebahagiaan tertinggi *Nibbāna*.

Surga adalah tempat sementara di mana mereka yang telah berbuat baik mengalami lebih banyak kesenangan indrawi selama jangka waktu yang lebih lama. Neraka adalah tempat sementara lainnya di mana para pelaku kejahatan mengalami lebih banyak penderitaan fisik dan mental. Tidak dapat dibenarkan untuk percaya bahwa tempat-tempat semacam itu adalah abadi. Tidak ada Tuhan di belakang layar surga dan neraka. Setiap dan semua orang mengalami kesakitan atau kesenangan tergantung dari karma baik dan buruknya. Umat Buddha tidak pernah mencoba memperkenalkan ajaran Buddha dengan menakut-nakuti orang melalui api neraka atau memikat orang dengan menunjukkan surga. Tujuan utama umat Buddha adalah pembentukan karakter dan pelatihan batin. Umat Buddha menjalani agamanya tanpa bertujuan pada surga atau tanpa mengembangkan rasa takut pada neraka. Tugas mereka adalah menjalani hidup yang benar dengan menegakkan sifat-sifat manusiawi dan kedamaian batin.

## Kepercayaan Kepada Dewa

*Umat Buddha tidak menyangkal adanya berbagai dewa.*

Dewa lebih beruntung daripada manusia dalam hal kesenangan indrawi. Mereka juga memiliki kekuatan tertentu yang biasanya tidak dimiliki manusia. Namun demikian, kekuatan para dewa ini terbatas karena mereka juga makhluk fana. Mereka tinggal dalam kediaman yang bahagia dan menikmati hidupnya selama jangka waktu yang lebih panjang daripada manusia. Jika mereka telah kehabisan semua karma baik yang mereka himpun selama kelahiran sebelumnya, dewa-dewa ini meninggal dan terlahir ulang di tempat lain tergantung dari sisa karma baik dan buruknya. Menurut Buddha, manusia memiliki lebih banyak kesempatan untuk mengumpulkan kebaikan untuk terlahir dalam kondisi yang lebih baik, dan para dewa memiliki lebih sedikit kesempatan dalam hal ini karena mereka lebih memikirkan kesenangan indrawi.

Umat Buddha tidak menghubungkan kepentingan khusus apa pun terhadap dewa-dewa itu. Mereka tidak menganggap para dewa sebagai pendukung bagi pengembangan moral atau dukungan untuk pencapaian keselamatan *Nibbāna*. Baik besar maupun kecil, manusia dan dewa dapat layu dan mengalami kelahiran ulang. Karena itu kita secara umum bernasib serupa dengan para dewa.

Merupakan kepercayaan umum di antara masyarakat Buddhis bahwa dewa semacam itu dapat dibujuk untuk memberikan kemurahannya dengan mengundang mereka untuk persembahan kebajikan yang kita kumpulkan saat melakukan perbuatan baik. Kepercayaan ini didasarkan pada anjuran Buddha kepada para dewa untuk melindungi manusia yang menjalani kehidupan

bajik. Inilah alasan mengapa umat Buddha mempersembahkan kebajikan kepada para dewa atau mengenang mereka setiap kali mereka berbuat kebaikan. Akan tetapi, membuat persembahan dan memuja dewa-dewa itu tidak dibenarkan sebagai jalan keselamatan, walaupun beberapa adat Buddhis berkisar pada kegiatan semacam itu. Ketika orang berada dalam kesulitan besar, mereka biasanya berpaling kepada para dewa untuk mencurahkan kesedihan mereka di suatu tempat pemujaan. Dengan berbuat demikian, mereka memperoleh kelegaan dan penghiburan dalam hati mereka, mereka merasa jauh lebih baik. Bagaimanapun, bagi seorang cendekiawan yang memiliki tekad kuat, pendidikan, dan pemahaman yang mapan, kepercayaan dan tindakan semacam itu tidak perlu diikuti. Sama sekali tidak ada ajaran dalam Buddhisme bahwa umat Buddha dapat merealisasi *Nibbāna* dengan berdoa kepada dewa apa pun. Umat Buddha percaya bahwa, “Suci tidak suci tergantung oleh diri sendiri. Tiada yang bisa menyucikan yang lain.” (*Dhammapada* 165)

Kebuddhaan dan *Nibbāna* dapat dicapai tanpa bantuan dari sumber eksternal mana pun. Karena itu umat Buddha dapat menjalani agamanya dengan atau tanpa para dewa.

## **Keberadaan Roh**

*Ada makhluk atau roh yang tampak dan tak tampak seperti halnya ada cahaya yang tampak dan tak tampak.*

Ajaran Buddha tidak menolak adanya roh-roh baik dan jahat. Ada makhluk atau roh yang tampak dan tak tampak seperti halnya ada cahaya yang tampak dan tak tampak. Kita memerlukan alat khusus

untuk melihat cahaya yang tak tampak dan kita memerlukan indra khusus untuk melihat makhluk yang tak tampak. Orang tidak bisa menyangkal adanya roh-roh semacam itu hanya karena ia tidak mampu melihat mereka dengan mata telanjang. Roh-roh ini juga mengalami kelahiran dan kematian. Mereka tidak tinggal secara kekal dalam bentuk roh. Mereka juga ada di dunia yang sama di mana kita hidup.

Seorang umat Buddha sejati adalah orang yang membentuk hidupnya menurut arahan moral yang ditemukan oleh Buddha. Ia sebaiknya tidak melakukan pemujaan dewa dan roh. Namun demikian, pemujaan semacam ini menarik dan memesona banyak orang dan dengan sendirinya telah membawa sebagian umat Buddha ke dalam aktivitas ini.

Dalam hal perlindungan dari roh jahat, kebaikan adalah tameng melawan kejahatan. Kebaikan adalah tembok yang tidak dapat ditembus kejahatan, kecuali orang baik itu membuka pintu bagi pengaruh jahat. Meskipun seseorang menjalani hidup yang benar-benar luhur dan memiliki tameng kehidupan moral dan mulia yang baik, orang itu justru dapat melemahkan tameng perlindungannya dengan percaya akan kekuatan jahat yang bisa menyakiti.

Buddha tidak pernah menasihati pengikut-Nya untuk memuja roh-roh semacam itu atau jadi takut kepada mereka. Sikap umat Buddha terhadap mereka adalah melimpahkan kebaikan dan memancarkan cinta kasih kepada mereka. Umat Buddha tidak menyakiti mereka. Sebaliknya, jika batin manusia itu religius, luhur, dan murni, dan jika ia juga piawai dan memiliki tekad dan kapasitas pemahaman yang kuat, maka orang itu dapat dianggap lebih kuat daripada roh. Roh jahat akan menjauh darinya, roh baik

akan melindunginya.

## **Makna Persembahan Kebajikan bagi Orang Meninggal**

*Jika Anda benar-benar ingin menghormati dan menolong orang yang telah meninggal, maka berbuatlah jasa atas nama mereka dan limpahkan jasa tersebut kepada mereka.*

Menurut ajaran Buddha, perbuatan baik atau “tindakan jasa” membawa kebahagiaan bagi pelakunya, baik di dunia ini maupun setelahnya. Tindakan jasa juga dipercaya mengarah pada tujuan akhir kebahagiaan abadi. Tindakan jasa dapat dilakukan melalui tubuh, ucapan, ataupun pikiran. Semua perbuatan baik menghasilkan “jasa” yang terkumpul menjadi “penghargaan” bagi pelakunya. Ajaran Buddha juga mengajarkan bahwa jasa yang diperoleh dapat dilimpahkan kepada orang lain; dapat dibagi dengan orang lain. Dengan kata lain, jasa itu dapat “dipindahkan” sehingga dapat dibagi dengan orang lain. Orang yang menerima jasa dapat berupa orang yang masih hidup atau yang sudah meninggal.

Metode untuk persembahan kebajikan cukup sederhana. Pertama-tama dilakukan suatu perbuatan baik. Pelaku perbuatan baik hanya perlu berharap agar kebaikan yang telah diperolehnya terkumpul kepada seseorang secara khusus. Harapan ini dapat sepenuhnya batiniah atau dapat disertai dengan ungkapan kata-kata.

Harapan dapat dibuat dengan kesadaran dari penerimanya. Jika penerima menyadari tindakan atau harapan itu, maka terjadilah “perayaan” jasa dua pihak. Di sini penerima menjadi peserta perbuatan asal dengan menghubungkan dirinya dengan jasa itu. Jika penerima mengidentifikasi dirinya sendiri dengan jasa dan pelakunya, ia

kadang bahkan dapat memperoleh jasa yang lebih besar daripada pelaku asalnya, baik karena kegirangannya lebih besar atau karena penghargaannya akan nilai jasa itu didasarkan pada pemahaman Dhamma. Naskah-naskah Buddhis memuat beberapa cerita mengenai hal itu.

“Kegembiraan persembahan kebajikan” juga dapat terjadi dengan atau tanpa pengetahuan pelaku tindakan jasa itu. Yang diperlukan hanyalah penerimanya merasa bahagia dalam hatinya saat ia menyadari perbuatan jasa itu. Jika ia berharap, ia dapat mengungkapkan kegembiraannya dengan berkata *sādhū* yang berarti “baik”. Yang dilakukannya adalah menciptakan sejenis sorakan mental atau verbal. Untuk membagi perbuatan baik yang dilakukan oleh orang lain, yang penting adalah harus ada perwujudan nyata perbuatan itu dan kegembiraan yang timbul dalam hati penerima.

Sekalipun diinginkan, pelaku perbuatan baik tidak dapat mencegah “kegembiraan dalam jasa” orang lain karena ia tidak memiliki kekuatan atas pikiran orang lain. Menurut Buddha, dalam semua tindakan, pikiranlah yang benar-benar berarti. Persembahan kebajikan pada hakikatnya adalah tindakan pikiran.

Mempersembahkan kebajikan tidak berarti bahwa seseorang kehilangan jasa yang diperolehnya dengan perbuatan baiknya. Sebaliknya, tindakan “pelimpahan” itu sendiri adalah perbuatan baik sehingga meningkatkan kebaikan yang telah diperoleh.

### **Hadiah Tertinggi bagi Mendiang**

Buddha berkata bahwa hadiah terbesar yang dapat dipersembahkan



orang kepada leluhurnya yang telah wafat adalah melakukan tindakan jasa dan mempersembahkan kebajikan yang diperoleh ini. Ia juga berkata bahwa mereka yang memberi juga menerima buah perbuatan mereka. Buddha mendorong mereka yang berbuat baik seperti berderma kepada orang suci, untuk mempersembahkan kebajikan yang mereka terima kepada saudara mereka yang telah wafat. Derma sebaiknya diberikan atas nama orang yang meninggal itu dengan mengenang hal-hal seperti, “Semoga keluarga yang memberikan ini kepada kami berumur panjang, karena persembahan yang telah mereka berikan, para pemberi tak akan kekurangan pahala.” (*Tirokuḍḍa Sutta, Khuddakapāṭha*). Tidak ada gunanya terisak, bersedih, mengeluh, dan meratap; sikap semacam itu tidak ada gunanya bagi yang wafat.

Persembahan kebajikan bagi orang meninggal didasarkan kepercayaan umum bahwa pada kematian seseorang, “kebaikan” dan “kejahatan” yang diperbuatnya seumur hidup menentukan apakah ia akan terlahir ulang di alam kebahagiaan atau alam kesengsaraan. Dipercayai bahwa orang meninggal mungkin telah pergi ke dunia hantu. Makhluk dalam bentuk keberadaan yang lebih rendah ini tidak dapat menimbulkan kebaikan baru dan harus hidup dengan jasa yang diperoleh dari dunia ini.

Mereka yang tidak menyakiti orang lain dan yang melakukan banyak perbuatan baik selama hidupnya tentu akan memiliki kesempatan untuk terlahir ulang di tempat yang bahagia. Orang semacam itu tidak memerlukan bantuan saudaranya yang masih hidup. Akan tetapi, mereka yang tidak berkesempatan terlahir ulang di kediaman yang bahagia selalu menunggu untuk menerima jasa dari saudaranya yang masih hidup untuk mengimbangi kekurangannya dan memungkinkan mereka untuk terlahir dalam

keberadaan yang bahagia.

Mereka yang terlahir ulang dalam bentuk roh yang malang dapat terbebas dari kondisi dukanya melalui persembahan kebajikan kepada mereka oleh teman dan keluarga yang melakukan perbuatan kebaikan. Apa yang terjadi sebenarnya cukup dapat dipahami. Ketika orang yang meninggal sadar bahwa seseorang telah mengingatnya, maka ia menjadi gembira, dan kebahagiaan ini membebaskannya dari penderitaan. Karena ada kebahagiaan lebih besar yang terhimpun dari pengingatan berulang-ulang, kelahiran yang tidak bahagia berubah menjadi bahagia. Semuanya berkaitan dengan kekuatan batin.

Nasihat Buddha untuk mempersembahkan kebajikan bagi almarhum senada dengan adat Hindu yang telah turun-temurun. Berbagai perayaan dilakukan sehingga roh leluhur yang meninggal dapat hidup dalam damai. Adat ini telah menjadi pengaruh besar dalam kehidupan sosial masyarakat Buddhis tertentu. Orang wafat selalu dikenang setiap kali perbuatan jasa dilakukan, dan lebih lagi pada kejadian yang berhubungan dengan hidup mereka, seperti peringatan kelahiran atau kematian mereka. Dalam kejadian semacam itu ada suatu ritual yang umumnya dilakukan. Para pelimpah jasa menuangkan air dari kendi atau saluran serupa lainnya ke dalam suatu bejana, sementara mengulang-ulang ayat Pāli yang diterjemahkan sebagai berikut:

“Laksana air menghujani bukit di ketinggian akan mengalir mencapai lembah di dataran rendah, demikian pula, apa yang diberikan akan menghasilkan manfaat bagi yang telah meninggal. Seperti bantaran sungai ketika penuh bisa mengalir memenuhi samudra, demikian pula, apa yang diberikan akan menghasilkan manfaat bagi yang telah meninggal.” (*Tirokuḍḍa*)

*Sutta, Khuddakapāṭha*)

Asal dan makna persembahan kebajikan menjadi perdebatan di kalangan terpelajar. Walaupun adat kuno ini tetap bertahan saat ini di banyak negara Buddhis, sangat sedikit umat Buddha yang memahami makna persembahan kebajikan dan cara yang tepat untuk melakukannya.

Sebagian orang hanya membuang waktu dan uang demi perayaan yang tak bermakna untuk memperingati orang yang meninggal. Mereka tidak menyadari bahwa tidak mungkin untuk menolong orang meninggal hanya dengan membangun makam dan nisan yang megah, rumah kertas, dan perlengkapan lainnya. Juga tidak mungkin untuk menolong orang meninggal dengan membakar dupa, kertas menyany, dan lain-lain; atau dengan menyembelih hewan dan mempersembahkannya bersama sesajian lainnya. Orang juga sebaiknya tidak membuang-buang dengan membakar benda yang dipakai oleh mendiang dengan beranggapan bahwa mendiang akan mendapat manfaat dari tindakan itu, padahal barang-barang semacam itu sebenarnya dapat dibagikan bagi orang yang membutuhkan.

Satu-satunya cara untuk menolong orang meninggal adalah melakukan perbuatan kebaikan dengan cara religius untuk mengenang mereka. Perbuatan kebaikan itu meliputi tindakan seperti berderma kepada orang lain, membangun wihara, panti asuhan, perpustakaan, rumah sakit, mensponsori pencetakan buku-buku keagamaan, dan perbuatan amal lainnya.

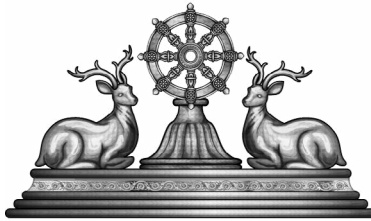
Pengikut Buddha sebaiknya bertindak dengan bijaksana dan tidak mengikuti apa pun secara membuta. Sementara orang lain berdoa kepada Tuhan untuk orang yang meninggal, umat

Buddha memancarkan cinta kasih mereka secara langsung kepada mereka. Dengan melakukan perbuatan kebaikan, mereka dapat mempersembahkan kebajikan itu kepada orang yang mereka kasihi untuk kesejahteraan mereka. Ini adalah cara terbaik untuk mengenang dan memberi penghormatan sejati serta mengharumkan nama mending. Di alam kebahagiaan mereka, orang meninggal akan membalas berkah mereka kepada saudaranya yang masih hidup. Karena itulah, merupakan tugas bagi sanak saudaranya untuk mengenang mending dengan persembahan kebajikan dan dengan memancarkan cinta kasih secara langsung kepada mereka.



## RAMALAN DAN MIMPI

---



### Astrologi dan Astronomi

*Saya percaya pada astrologi, tetapi tidak pada ahli astrologi.*

Sejak permulaan waktu, manusia telah terpesona oleh bintang-bintang dan selalu mencoba menemukan suatu hubungan antara bintang dan nasibnya. Pengamatan pada bintang dan pergerakannya membangkitkan dua bidang pelajaran yang sangat penting, yaitu astronomi dan astrologi. Astronomi dapat dianggap sebagai suatu ilmu pengetahuan murni mengenai pengukuran jarak, evolusi dan kehancuran bintang, pergerakan bintang, dan sejenisnya. Tentu saja semua perhitungan tersebut selalu dibuat dalam hubungannya dengan planet Bumi dan bagaimana pergerakan antar-planet ini memengaruhi umat manusia dalam tingkat fisik. Astronomi modern berusaha menemukan jawaban

untuk pertanyaan yang masih belum terjawab mengenai asal manusia dan kemungkinan akhir keberadaan ras manusia. Ini adalah bidang pelajaran yang memesona dan pengetahuan baru kita tentang semesta dan galaksi telah memberikan banyak tekanan pada banyak agama untuk meninjau ulang postulat kuno mereka tentang pencipta dan penciptaan kehidupan.

Ajaran Buddha tidak menghadapi dilema apa pun, ini karena Buddha tidak mendorong para pengikut-Nya untuk berspekulasi tentang hal-hal di luar pemahaman mereka. Namun demikian, Ia telah membuat banyak ungkapan yang dalam terang pengetahuan baru kita yang diperoleh dari ilmu pengetahuan, menunjukkan bahwa Buddha sangat menyadari sifat sejati semesta, bahwa semesta tidak pernah diciptakan dalam satu kejadian mulia, bahwa Bumi hanyalah bintik kecil, yang bahkan tidak penting dalam angkasa, bahwa ada pembentukan dan kehancuran terus-menerus, dan bahwa segala sesuatu selalu berada dalam pergerakan. Buddha mengelompokkan semesta menjadi tiga golongan: planet tempat adanya makhluk, planet di mana hanya ada unsur materi, dan ruang angkasa.

Astrologi, adalah bidang studi yang sepenuhnya berbeda. Sejak manusia mulai berpikir, mereka sangat memerhatikan hubungannya dengan semesta. Ketika masyarakat manusia terlibat dalam aktivitas pertanian, manusia beralih dari berburu sebagai penghidupan dan mulai memerhatikan hubungan antara gerakan matahari sepanjang tahun dan aktivitas tanam, panen, dan hal-hal serupa. Karena manusia menjadi lebih canggih, mereka mampu memperkirakan gerakan matahari dan menemukan pengukuran waktu, membaginya ke dalam tahun, bulan, hari, jam, menit, dan detik.

Orang menghubungkan pengetahuan ini dengan keberadaannya, ia merasa bahwa ada hubungan antara siklus hidupnya dengan pergerakan planet-planet. Hal ini memunculkan zodiak—"alur nyata" surya di angkasa. Zodiak terdiri dari dua belas rasi bintang. Studi tentang pergerakan ini dalam hubungannya dengan kehidupan pribadi manusia disebut horoskop.

Studi astrologi melibatkan pemahaman besar sifat manusia, kemampuan untuk mengukur pergerakan planet dengan tepat, bersama dengan penglihatan ke dalam fenomena yang tak ter jelaskan dalam semesta. Ada banyak ahli astrologi yang pandai pada masa lalu dan bahkan masih ada beberapa orang saat ini. Sayangnya, ada lebih banyak dukun yang membuat nama astrologi menjadi buruk. Mereka mengelabui orang dengan meramalkan masa depan yang seolah benar. Mereka menghasilkan banyak uang dengan memanfaatkan ketaktahuan dan ketakutan orang yang mudah tertipu. Akibatnya, lambat laun ilmuwan mencemooh astrologi dan tidak bergantung padanya. Bagaimanapun, sikap bermusuhan mereka tidak dapat dibenarkan. Tujuan utama membaca horoskop adalah untuk memberi seseorang suatu penglihatan tentang karakternya sendiri, seperti halnya foto sinar-X dapat menunjukkan susunan fisik manusia.

Statistik menunjukkan bahwa pengaruh matahari dalam tanda-tanda zodiak berperan dalam kelahiran orang-orang luar biasa selama bulan-bulan tertentu. Kejahatan tertentu ditemukan berhubungan dengan tanda zodiak di mana matahari bergerak dalam bulan-bulan tertentu dalam tahun. Jadi pemahaman tentang hubungan ini akan membantu orang untuk merencanakan kehidupannya dengan lebih bermakna, selaras dengan kecenderungan bawaannya, sehingga lebih sedikit friksi yang

terjadi selama hidupnya.

Seorang bayi yang baru lahir seperti sebutir benih. Di dalamnya terkandung semua bahan yang akan membuatnya menjadi individu yang serupa tetapi sekaligus berbeda dari sesamanya. Seperti benih, bagaimana potensinya berkembang tergantung pada jenis asuhan yang diterimanya. Sifat manusia terlahirkan di dalam dirinya, tetapi kehendak bebasnya menentukan apakah ia akan benar-benar menggunakan bakat dan kemampuannya. Apakah seseorang akan mengatasi potensi buruk atau kelemahannya tergantung pada bagaimana ia dilatih pada masa mudanya. Jika kita mengenali sifat kita—kecenderungan kita terhadap kemalasan, cepat marah, kecemasan, frustrasi, kejahatan, keculasan, kecemburuan—kita dapat mengambil langkah positif untuk mengatasinya. Langkah pertama dalam menyelesaikan masalah adalah mengenalinya seperti apa adanya.

Penafsiran astrologis menunjukkan kecondongan dan kecenderungan kita. Sekali diperlihatkan, kita harus mengambil langkah yang perlu untuk merancang hidup kita dalam suatu sikap yang akan membuat kita menjadi warga dunia yang berguna. Bahkan seorang dengan kecenderungan kriminal dapat menjadi seorang suci jika ia mengenali sifatnya dan mengambil langkah untuk menjalani kehidupan yang baik.

Horoskop adalah grafik yang digambar untuk menunjukkan kekuatan karma yang dibawa manusia, dihitung dari waktu kelahirannya. Kekuatan itu menentukan waktu kelahiran dan dengan mengetahui waktu ini, ahli astrologi yang piawai dapat menggambarkan dengan cukup tepat nasib seseorang dalam rentang waktu tertentu.



Semua orang tahu bahwa Bumi memerlukan waktu kira-kira satu tahun untuk mengelilingi matahari. Gerakan ini, dilihat dari Bumi, menempatkan matahari dalam berbagai bidang zodiak sepanjang tahun. Seseorang terlahir (tidak secara kebetulan, tetapi sebagai hasil pengaruh karma) saat matahari berada dalam salah satu dari dua belas daerah tanda Zodiak (tentu saja ini adalah cara konvensional untuk menerangkan fenomena itu. Bahkan seorang anak kecil sekarang tahu bahwa matahari “tidak bergerak” terhadap Bumi).

Melalui horoskop, Anda dapat menentukan waktu-waktu tertentu dalam hidup Anda, kapan Anda harus bertahan, atau memacu diri untuk mencapai tingkat kreativitas yang lebih besar, atau kapan Anda harus memerhatikan kegiatan dan kesehatan.

### **Sikap Buddhis Terhadap Astrologi**

Banyak yang bertanya adalah apakah ajaran Buddha menerima atau menolak astrologi. Secara tegas, Buddha tidak memberi pernyataan langsung apa pun tentang hal ini karena seperti dalam banyak kasus lain Ia menyatakan bahwa pembahasan tentang hal semacam ini tidak berhubungan dengan pengembangan spiritual. Ajaran Buddha, tidak seperti beberapa agama lain, tidak mengecam astrologi dan orang bebas untuk menggunakan pengetahuan yang mereka dapatkan darinya untuk membuat hidupnya lebih berarti. Jika kita mempelajari ajaran Buddha dengan hati-hati, kita akan menerima bahwa pemahaman astrologi yang layak dan piawai dapat menjadi alat yang berguna. Ada hubungan langsung antara kehidupan individu manusia dengan kerja luas semesta. Ilmu pengetahuan modern selaras dengan ajaran Buddha. Sebagai contoh, kita tahu bahwa ada hubungan erat antara pergerakan

bulan dan perilaku kita. Hal ini terlihat khususnya di antara orang dengan gangguan mental dan orang yang berperangai kasar. Juga benar bahwa penyakit tertentu, seperti asma dan bronkitis, memburuk saat rembulan bertambah penuh. Oleh karena itu, cukup berdasar bagi kita untuk percaya bahwa planet lain juga dapat memengaruhi hidup kita. Namun demikian, tidak perlu percaya bahwa ada kekuatan ilahi yang terlibat dalam hal-hal ini.

Ajaran Buddha menerima bahwa ada energi kosmik dahsyat yang berdenyut melalui semua makhluk, termasuk tumbuhan. Energi ini berinteraksi dengan energi karma yang dihasilkan individu dan menentukan jalan yang akan ditempuh suatu kehidupan. Kelahiran seseorang bukanlah penciptaan kehidupan yang pertama, tetapi kesinambungan yang telah ada dan akan terus ada selama energi karma tidak dipadamkan melalui keterbebasan akhir yang tak tersusun. Sekarang, agar kehidupan mewujudkan dirinya dalam keberadaan baru, faktor-faktor tertentu seperti musim, struktur asal, dan alam harus terpenuhi. Hal ini didukung oleh energi mental dan energi karma, dan semua unsur ini senantiasa berinteraksi dan saling bergantung, menghasilkan perubahan terus-menerus pada kehidupan manusia.

Menurut ahli astrologi, waktu seseorang dilahirkan ditentukan oleh energi kosmik dan energi karma. Jadi, dapat disimpulkan bahwa hidup tidak semata-mata kebetulan: hidup merupakan hasil interaksi antara karma individu dan kekuatan energi semesta. Jalan kehidupan seseorang ditentukan sebagian oleh tindakan makhluk itu sendiri pada masa silam dan energi yang mengaktifkan semesta. Begitu dimulai, kehidupan dikendalikan oleh interaksi antara kedua kekuatan ini, bahkan sampai saat kelahiran terjadi. Ahli astrologi yang piawai, yang memahami pengaruh kosmik dan

karma, dapat menggambarkan cara hidup seseorang berdasarkan saat kelahiran orang itu dengan relatif akurat. Kita menyebutnya “relatif akurat” karena hanya seorang Buddha yang dapat meramalkan segala sesuatu dengan akurasi sempurna.

Sementara kita dalam satu hal berterima kasih pada kekuatan ini, Buddha telah menunjukkan jalan tembus di mana kita dapat keluar dari pengaruhnya. Semua energi karma tersimpan dalam batin bawah sadar yang secara normal digambarkan sebagai kemurnian dan ketidakmurnian batin. Karena kekuatan karma memengaruhi nasib seseorang, seseorang dapat mengembangkan pikirannya dan menghalangi pengaruh buruk tertentu yang disebabkan oleh karma buruk sebelumnya. Seseorang juga dapat “memurnikan” batinnya dan menghilangkan semua energi karmanya sehingga mencegah kelahiran ulang. Ketika tidak ada kelahiran ulang, tidak ada kehidupan potensial dan konsekuensinya tidak akan ada keberadaan “mendatang” yang dapat diramalkan atau digambarkan. Pada tingkat pengembangan spiritual dan mental semacam itu, seseorang akan melampaui kebutuhan untuk mengetahui hidup karena ketaksempurnaan dan ketakpuasannya telah dihilangkan. Manusia yang sudah sangat matang tidak akan membutuhkan horoskop.

Sejak awal abad ke-20, psikolog dan psikiater telah menyadari bahwa ada lebih banyak unsur batin daripada unsur materi. Ada lebih banyak dunia daripada yang bisa dilihat dan bisa disentuh. Psikolog Swiss terkemuka, Carl Jung, dahulunya menerapkan horoskop kepada pasiennya. Pada satu kejadian ketika ia membuat analisis astrologis tentang 500 pernikahan, ia menemukan bahwa penemuan Ptolemeus, yang mendasari astrologi Barat modern, masih tetap sah, bahwa aspek yang baik antara matahari dan

bulan dari berbagai pasangan memang menghasilkan pernikahan yang bahagia.

Psikolog Perancis terkenal, Michel Gauguelin, yang mulanya berpandangan negatif terhadap astrologi, membuat survei dari sekitar 20.000 analisis horoskop dan menemukan bahwa karakteristik orang yang dipelajari cocok dengan hasil analisis metode psikologi modern.

Penanaman bunga, pohon, dan sayuran tertentu pada musim yang berlainan dalam satu tahun akan menghasilkan perbedaan dalam kekokohan atau penampilan tanaman itu. Jadi tidak diragukan bahwa orang yang lahir pada waktu tertentu dalam tahun akan memiliki sifat yang berbeda dari orang yang lahir pada waktu yang lain. Dengan mengetahui kelemahan, kegagalan, dan kekurangannya, seseorang dapat berbuat yang terbaik untuk mengatasinya dan menjadikan dirinya orang yang lebih baik dan berguna bagi masyarakat. Hal ini juga akan banyak menolongnya untuk menghapuskan ketidakbahagiaan dan kekecewaan (sebagai contoh, pergi dari negara asal kelahiran kadang dapat menolong orang tersebut untuk menghindari pengaruh bintang).

Shakespeare berkata, “Kesalahan bukanlah pada bintang kita, tetapi pada diri kita sendiri.” Seorang ahli astrologi terkenal pernah berkata, “Bintang-bintang mendorong; mereka tidak menarik.” St. Thomas Aquinas berkata, “Dibanding nafsu, planet-planet lebih memengaruhi unsur-unsur manusia.” Ajaran Buddha mengajarkan bahwa melalui kepandaiannya manusia dapat mengatur hidupnya selaras dengan planet-planet, juga mengembangkan bakat bawaannya dan menggunakannya untuk kebajikannya.

Astrologi tidak dapat secara otomatis menyelesaikan semua masalah Anda. Anda harus melakukannya sendiri. Seperti seorang dokter yang dapat mendiagnosis sifat penyakit, seorang ahli astrologi hanya dapat menunjukkan aspek tertentu hidup dan sifat Anda. Setelah itu, semua berpulang kepada Anda untuk menyesuaikan cara hidup Anda. Tentu saja tugas ini akan lebih mudah bila mengetahui apa yang Anda hadapi. Beberapa orang terlalu bergantung pada astrologi. Mereka lari kepada ahli astrologi setiap kali sesuatu terjadi atau jika mereka bermimpi. Ingatlah, bahkan sekarang astrologi merupakan ilmu yang sangat tidak sempurna dan bahkan ahli astrologi terhebat dapat membuat kesalahan serius. Gunakan astrologi dengan cerdas, sama seperti ketika Anda menggunakan alat apa pun yang membuat hidup Anda lebih nyaman dan menyenangkan. Di atas semua itu, hati-hati dengan ahli astrologi palsu yang ada untuk menipu Anda dengan tidak memberi tahu Anda kebenaran, tetapi apa yang ingin Anda dengar.

Jangan mengharapkan nasib baik datang kepada Anda atau diberikan kepada Anda dengan mudah tanpa usaha apa pun. Jika Anda ingin menuai panen, Anda harus menabur benih, dan haruslah benih yang benar. Ingatlah, “Kesempatan datang mengetuk pintu, tetapi jangan pernah merusak kuncinya untuk bisa masuk.”

## **Ramalan dan Jimat**

*Kerja keras adalah bintang termujur.*

Meskipun ajaran Buddha tidak menyangkal kepercayaan akan dewa, roh, astrologi, dan ramalan, Buddha menasihatkan bahwa

orang sebaiknya tidak diperbudak oleh kekuatan ini. Umat Buddha yang baik dapat mengatasi segala kesulitan jika ia tahu cara menggunakan kecerdasan dan tekadnya. Kepercayaan yang disebutkan di atas tidak memiliki nilai atau arti spiritual. Manusia harus mengatasi semua masalah dan kesulitannya dengan usahanya sendiri dan bukan melalui perantaraan dewa, roh, astrologi, atau ramalan. Dalam salah satu cerita *Jātaka*, Bodhisatta berkata:

*“Orang dungu mungkin menanti hari baik,  
namun ia akan selalu kehilangan keberuntungan.  
Keberuntungan adalah bintang keberuntungan itu sendiri,  
apalah yang dapat dicapai oleh bintang?”*

Ia percaya bahwa kerja keras adalah bintang termujur dan seseorang sebaiknya tidak membuang waktu dengan berkonsultasi dengan bintang dan hari baik untuk mencapai sukses. Melakukan yang terbaik untuk menolong diri Anda sendiri itu lebih baik daripada bergantung sepenuhnya pada bintang atau sumber eksternal lainnya.

Walaupun beberapa umat Buddha mempraktikkan ramalan dan membagikan semacam jimat atau mestika dengan kedok agama, Buddha tidak pernah menganjurkan siapa pun untuk melakukan hal semacam itu. Seperti ramalan, jimat termasuk golongan takhayul dan tidak memiliki nilai religius. Tetapi ada banyak orang saat ini yang karena penyakit dan kemalangan menghubungkan sebab penyakit dan kemalangan mereka dengan kekuatan jimat. Jika penyebab penyakit dan kemalangan tertentu tidak dapat dipastikan atau dilacak, banyak orang cenderung percaya bahwa masalah mereka terjadi karena jimat atau penyebab eksternal lainnya. Mereka lupa bahwa mereka sekarang hidup pada abad kedua puluh.

Ini adalah abad modern perkembangan dan pencapaian ilmiah. Ilmuwan terkemuka kita telah mengesampingkan kepercayaan takhayul apa pun dan bahkan telah mengirim orang ke bulan! Dan tak peduli betapa kuatnya ahli agama tradisional menentangnya, kloning manusia pertama hampir tiba di ambang pintu kita.

Semua penyakit berasal dari penyebab batin atau badan. Dalam Shakespeare, Macbeth bertanya kepada seorang dokter, apakah ada obat yang dapat menyembuhkan istrinya, dan dokter itu menjawab, “Ia lebih memerlukan dewa daripada dokter.” Yang ia maksudkan adalah bahwa penyakit tertentu hanya dapat disembuhkan jika batin cukup kuat untuk menghadapi fakta kehidupan. Beberapa kelainan mental parah terwujud dalam bentuk fisik—tukak lambung, sakit perut, dan sebagainya.

Tentu saja penyakit tertentu adalah murni fisik dan dapat disembuhkan oleh dokter yang piawai. Akhirnya, beberapa kelainan yang tidak dapat dijelaskan dapat disebabkan oleh apa yang disebut oleh umat Buddha sebagai pematangan buah karma. Ini berarti kita harus membayar suatu perbuatan buruk yang kita lakukan pada kehidupan lampau. Jika kita dapat memahami hal ini dalam kasus penyakit yang tidak dapat disembuhkan, kita dapat menanggungnya dengan lebih sabar karena mengetahui penyebab sebenarnya. Hal ini bukanlah fatalisme: kita tetap harus melakukan semua usaha yang mungkin untuk menemukan obat. Tetapi kita tidak menghabiskan energi yang tidak perlu, menyesali diri kita sendiri. Inilah yang kita sebut sikap realistis.

Orang yang tidak dapat disembuhkan penyakitnya disarankan untuk berkonsultasi dengan dokter spesialis dan mendapatkan perawatan khusus. Jika setelah menjalani serangkaian pemeriksaan

medis, seseorang tetap merasa perlu perhatian, maka ia mungkin ingin mencari bimbingan spiritual dari guru religius yang tepat.

Umat Buddha sangat disarankan untuk tidak terjatuh ke dalam lubang memprihatinkan kepercayaan takhayul dan membiarkan pikiran terganggu oleh ketakutan yang tidak perlu dan tidak berdasar. Kembangkan kekuatan tekad dengan menolak kepercayaan pada jimat.

Kursus meditasi singkat juga terbukti sangat membantu untuk menjernihkan batin dari pikiran yang tak bermanfaat. Meditasi mengarah pada penguatan energi mental. Batin yang berkembang dengan sendirinya akan mengarah pada tubuh yang sehat. Dhamma Buddha ibarat balsam penyejuk untuk menghilangkan penyakit alam ini.

## **Cenayang Konsultasi**

*Cenayang konsultasi bukanlah praktik Buddhis. Itu hanyalah kepercayaan tradisional untuk mendatangkan kelegaan psikologis.*

Di banyak negara orang mencari nasihat dan bimbingan cenayang (medium, perantara) untuk mengatasi masalah dalam situasi yang mereka anggap di luar pemahamannya. Pertolongan cenayang dicari dengan banyak cara dan untuk berbagai alasan. Pada saat sakit di mana bantuan medis nyata-nyata tidak efektif, sebagian orang menjadi terdesak dan berpaling ke mana pun untuk mencari pelepasan. Pada saat semacam itu cenayang sering dimintai konsultasi. Sebagian orang juga berpaling kepada cenayang saat mereka berhadapan dengan masalah yang rumit dan tidak



mampu menemukan jalan keluar. Orang lain berkonsultasi dengan cenayang karena ketamakan supaya cepat jadi kaya.

Sebagian orang percaya bahwa saat cenayang kerasukan, roh dewa tertentu berkomunikasi melalui cenayang itu dan memberi nasihat atau bimbingan kepada mereka yang mencari bantuan. Orang lain percaya bahwa keadaan kerasukan adalah kerja dari batin bawah sadar yang naik ke permukaan dan mengambil alih pikiran sadar.

Cenayang konsultasi adalah praktik yang cukup umum di masyarakat. Umat Buddha bersikap netral terhadap medium konsultasi. Sulit untuk membuktikan apakah yang disampaikan cenayang itu benar atau tidak. Praktik cenayang bukanlah praktik Buddhis; itu hanyalah praktik tradisional yang sangat dipercaya oleh sebagian orang.

Jika seseorang benar-benar memahami dan menjalani ajaran Buddha, ia dapat menyadari sifat permasalahannya. Masalah dapat diatasi tanpa berkonsultasi dengan perantara apa pun.

## **Mimpi dan Maknanya**

*Hidup hanyalah sekadar mimpi.*

Salah satu masalah terbesar manusia yang tidak terpecahkan adalah misteri mimpi. Sejak awal masa, manusia telah mencoba untuk menganalisis mimpi dan mencoba menjelaskannya dalam istilah-istilah tafsir dan psikologis. Akan tetapi, sementara telah ada beberapa ukuran keberhasilan akhir-akhir ini, kita mungkin

tetap tidak mendekati jawaban pertanyaan yang mengherankan ini: “Mimpi itu apa?”

Penyair besar zaman Romantik Inggris, William Wordsworth, memiliki konsep yang menakjubkan bahwa kehidupan kita ini hanya mimpi belaka dan kita akan “terbangun” pada kenyataan yang “sebenarnya” saat kita meninggal, saat “mimpi” kita berakhir.

*“Kelahiran kita hanyalah suatu tidur dan terlupa;  
jiwa yang bangkit dalam diri kita, bintang kehidupan kita,  
memiliki tempatnya di tempat lain,  
dan datang dari jauh.”*

Konsep serupa digambarkan dalam kisah Buddhis kuno yang menceritakan tentang sesosok dewa yang bermain dengan dewa-dewa lain temannya. Setelah lelah, ia berbaring untuk tidur sejenak, dan meninggal. Ia lahir kembali sebagai seorang gadis di Bumi. Di sana ia menikah, punya beberapa anak, dan hidup sampai tua. Setelah kematiannya, kembali ia lahir sebagai dewa dalam lingkungan teman yang sama yang baru saja selesai bermain. Cerita ini juga menggambarkan relativitas waktu, bahwa konsep waktu dalam dunia manusia sangat berbeda dengan alam keberadaan lain.

Apa yang dikatakan ajaran Buddha tentang mimpi? Ajaran Buddha tidak terlalu terkesan terhadap orang yang mengaku sebagai ahli tafsir mimpi. Orang-orang ini memanfaatkan ketaktahuan orang yang percaya bahwa setiap mimpi memiliki makna spiritual atau ramalan.

Menurut psikologi Buddhis, mimpi adalah proses pembentukan

gagasan yang terjadi sebagai aktivitas pikiran. Dalam mempertimbangkan terjadinya mimpi, bisa diingat bahwa proses tidur dapat dibagi ke dalam lima tahap:

- mengantuk,
- tidur ringan,
- tidur nyenyak,
- tidur ringan,
- terbangun.

Makna dan penyebab mimpi merupakan subyek diskusi dalam buku tersohor *Milinda Pañha* atau “Pertanyaan Milinda” (ditulis pada 150 SM), di mana Bhikkhu Nāgasena telah menyatakan bahwa ada enam penyebab mimpi, tiga di antaranya organik: angin, empedu, dan lendir. Yang keempat terjadi karena campur tangan kekuatan adialami, kelima: bangkitnya kembali pengalaman masa silam, dan keenam: pengaruh kejadian masa depan. Secara kategori dinyatakan bahwa mimpi terjadi hanya pada tahap tidur ringan yang dikatakan seperti tidur pada monyet. Dari keenam penyebab yang diberikan, Bhikkhu Nāgasena menyatakan secara positif bahwa yang terakhir, yaitu mimpi ramalan adalah satu-satunya hal yang penting dan yang lainnya relatif tidak bermakna.

Mimpi adalah fenomena yang diciptakan pikiran dan merupakan aktivitas pikiran. Semua manusia bermimpi, walaupun sebagian orang tidak dapat mengingatnya. Ajaran Buddha mengajarkan bahwa beberapa mimpi memiliki arti psikologis. Keenam penyebab yang disebutkan di atas dapat juga dikelompokkan dengan cara berikut:

- Semua pikiran yang tercipta tersimpan dalam batin bawah sadar kita dan beberapa di antaranya sangat memengaruhi pikiran

sesuai dengan kecemasan kita. Saat kita tidur, beberapa dari pikiran ini diaktifkan dan muncul sebagai “gambar” yang bergerak. Hal ini terjadi karena selama tidur, kelima indra yang merupakan kontak kita dengan dunia luar beristirahat sementara. Batin bawah sadar kemudian bebas menjadi dominan dan “memainkan ulang” pikiran yang tersimpan. Mimpi ini mungkin bernilai bagi psikiater, tetapi tidak dapat dikelompokkan sebagai ramalan. Hal ini semata-mata refleksi pikiran saat istirahat.

- Jenis mimpi kedua juga tidak memiliki makna. Hal ini disebabkan oleh hasutan internal dan eksternal yang menimbulkan sejumlah “pikiran visual” yang “terlihat” oleh pikiran pada saat istirahat. Faktor internal adalah hal yang mengganggu tubuh (misal: makanan berat yang membuat orang tidak mengalami tidur nyenyak atau ketidakseimbangan dan friksi antara unsur penyusun tubuh). Hasutan eksternal adalah saat pikiran terganggu (walaupun orang yang tidur tidak menyadarinya) oleh fenomena alami seperti cuaca, angin, dingin, hujan, desir dedaunan, derit jendela, dan lain-lain. Batin bawah sadar bereaksi terhadap gangguan ini dan membentuk gambar untuk “menjelaskan” hal itu. Pikiran mengakomodasi iritasi itu sehingga orang yang bermimpi dapat terus tidur tanpa terganggu. Mimpi ini juga tidak penting dan tidak perlu ditafsirkan.
- Kemudian ada mimpi ramalan. Hal ini penting. Hal ini jarang dialami dan hanya jika ada kejadian mendatang yang sangat berhubungan dengan si pemimpi. Ajaran Buddha mengajarkan bahwa di samping dunia nyata yang dapat kita alami, ada para dewa yang ada di alam lain atau roh yang terikat pada Bumi

ini dan tidak dapat kita lihat. Mereka mungkin kerabat atau teman kita yang telah meninggal dan telah terlahir ulang. Mereka mempertahankan hubungan dan ikatan batin dengan kita. Ketika umat Buddha mempersembahkan kebajikan kepada orang yang meninggal, mereka mengundang para dewa untuk berbagi kebahagiaan yang terkumpul dalam jasa itu. Jadi mereka mengembangkan hubungan batin dengan orang yang meninggal. Para dewa sebaliknya merasa senang. Mereka mengamati kita dan menunjukkan sesuatu dalam mimpi jika kita menghadapi masalah besar tertentu dan mencoba melindungi kita dari bahaya. Jika kita mengatakan bahwa dewa dapat melindungi kita, kita tidak berkontradiksi dengan pernyataan sebelumnya bahwa dewa tidak dapat menyelamatkan kita. Peningkatan spiritual harus kita jalani sendiri. Jadi, jika ada hal penting yang akan terjadi dalam hidup kita, hal itu mengaktifkan energi mental tertentu dalam pikiran kita yang tampak sebagai mimpi. Mimpi ini dapat memperingatkan bahaya yang akan datang atau bahkan menyiapkan kita untuk berita baik dadakan. Pesan ini diberikan dalam istilah simbolis (lebih menyerupai film negatif foto) dan harus ditafsirkan dengan kepiawaian. Sayangnya terlalu banyak orang mencampuradukkan kedua jenis mimpi pertama dengan mimpi ini dan akhirnya hanya membuang waktu dan uang konsultasi dengan cenayang dan penafsir mimpi gadungan. Buddha menyadari bahwa hal ini dapat dimanfaatkan untuk keuntungan pribadi dan karenanya Buddha memperingatkan para bhikkhu untuk tidak mengikuti praktik peramal, astrologi, dan penafsiran mimpi dalam nama ajaran Buddha.

- Akhirnya, pikiran kita adalah simpanan semua energi karma

yang terkumpul pada masa lalu. Kadang, saat suatu karma akan matang (yaitu saat perbuatan yang kita lakukan pada kehidupan lampau atau pada awal kehidupan kita akan membuahkan akibatnya), pikiran yang beristirahat selama tidur dapat memicu suatu “gambar” tentang apa yang akan terjadi. Sekali lagi, tindakan yang akan datang haruslah sesuatu yang penting dan sangat kuat sehingga pikiran “melepaskan” energi ekstra itu dalam bentuk mimpi yang gamblang. Mimpi semacam itu sangat jarang terjadi dan hanya pada orang tertentu dengan jenis pikiran khusus. Tanda-tanda akibat karma tertentu juga muncul dalam pikiran kita pada saat terakhir ketika kita akan meninggalkan dunia ini.

Mimpi dapat terjadi saat dua manusia mengirimkan pesan telepati yang kuat satu sama lain. Jika seseorang memiliki keinginan kuat untuk berkomunikasi dengan orang lain, ia berkonsentrasi kuat pada pesannya dan orang yang ingin diajak berkomunikasi. Saat pikiran istirahat merupakan keadaan yang ideal untuk menerima pesan ini yang terlihat sebagai mimpi. Biasanya mimpi ini hanya muncul dalam satu momen kuat karena pikiran manusia tidak cukup kuat untuk mempertahankan pesan semacam itu dalam jangka lama.

Semua makhluk duniawi adalah pemimpi, dan mereka melihat hal yang tidak abadi sebagai abadi. Mereka tidak melihat bahwa usia muda berakhir dengan usia tua, kerupawanan dengan keburukan, kesehatan dengan kesakitan, dan kehidupan itu sendiri dengan kematian. Dalam dunia mimpi ini, yang benar-benar tanpa inti, terlihat sebagai kenyataan. Mimpi selama tidur merupakan dimensi lain dunia mimpi. Orang satu-satunya yang terbangun adalah para Buddha dan *Arahanta*, karena mereka telah melihat realitas. Para Buddha dan *Arahanta* tidak pernah bermimpi. Ketiga jenis

mimpi yang pertama tidak dapat terjadi dalam pikiran mereka karena pikiran mereka telah “diteduhkan” secara permanen dan tidak dapat diaktifkan menjadi mimpi. Jenis mimpi terakhir tidak dapat terjadi karena mereka telah menghilangkan semua energi nafsu mereka secara sempurna dan tidak ada “sisa” energi kecemasan atau nafsu ketakpuasan untuk mengaktifkan pikiran untuk menghasilkan mimpi. Buddha juga dikenal sebagai “Yang Sadar” karena cara-Nya menenangkan tubuh fisik bukanlah dengan cara kita tidur yang menghasilkan mimpi. Seniman dan pemikir besar, seperti Goethe dari Jerman, sering berkata bahwa mereka mendapatkan beberapa inspirasi terbaiknya dari mimpi. Hal ini dapat disebabkan saat pikiran mereka terputus dari lima indra selama tidur, mereka menghasilkan pikiran jernih yang kreatif dalam tingkat tertinggi. Wordsworth mengacu pada hal yang sama saat ia berkata bahwa puisi yang baik dihasilkan dari “emosi kuat yang dikumpulkan dalam ketenangan”.

## **Penyembuhan Iman**

*Penyembuhan iman adalah suatu pendekatan psikologis dengan mengaktifkan sistem kekebalan tubuh.*

Praktik penyembuhan iman terjadi di banyak negara. Banyak orang mencoba memengaruhi masyarakat melalui pendekatan emosional yang dirancang sebagai penyembuhan iman. Untuk mengesankan pasiennya akan efektivitas kekuatan penyembuhan mereka, beberapa penyembuh iman menggunakan nama Tuhan atau obyek religius untuk mengenalkan unsur keagamaan dalam metode penyembuhan iman mereka. Pengenalan agama dalam penyembuhan iman sebenarnya merupakan samaran

atau perangkat untuk mengelabui pasien agar mengembangkan lebih banyak devosi dan meningkatkan iman pasien kepada si penyembuh iman. Tindakan penyembuhan ini, jika dilakukan di hadapan umum dimaksudkan untuk memengaruhi orang agar pindah ke agama tertentu.

Kenyataannya, dalam hal penyembuhan iman, agama sama sekali tidak berkaitan. Ada sejumlah kasus penyembuh iman melakukan tindakan penyembuhan imannya tanpa menggunakan agama sama sekali. Suatu kasus adalah ilmu hipnotisme, praktik yang tidak melibatkan aspek keagamaan sama sekali. Mereka yang menghubungkan agama dengan penyembuhan iman, melibatkan bentuk halus ilusi, mencoba menarik orang berpindah agama dan melukiskan penyembuhan iman sebagai mukjizat.

Metode yang diterapkan oleh penyembuh iman adalah mengondisikan pikiran pasien agar memiliki sikap mental tertentu sampai terjadi perubahan psikologis dan fisiologis yang menguntungkan. Hal ini menarik kondisi pikiran, hati, peredaran darah, dan fungsi organ tubuh, sehingga menciptakan inspirasi pikiran yang memengaruhi sistem kekebalan tubuh. Jika penyakitnya berhubungan dengan kondisi pikiran, tentu pikiran dapat dikondisikan dengan tepat untuk membasmi penyakit apa pun.

Dalam hal ini, harus dicatat bahwa praktik meditasi secara konstan dan teratur dapat membantu mengurangi—jika tidak menyembuhkan sepenuhnya—berbagai jenis penyakit. Ada banyak ceramah dalam ajaran Buddha yang menunjukkan bahwa berbagai bentuk penyakit disembuhkan melalui pengondisian pikiran. Jadi praktik meditasi sangat bermanfaat untuk mencapai kesejahteraan batin dan jasmani.



## Takhayul dan Dogma

*Orang mengejek takhayul orang lain, sementara memuji takhayulnya sendiri.*

Semua penyakit ada obatnya, tetapi tidak untuk takhayul. Dan jika karena satu dan lain hal, takhayul mengkristal menjadi agama, hal ini dengan mudah menjadi penyakit yang nyaris tidak dapat disembuhkan. Dalam praktik fungsi agama tertentu, bahkan orang terpelajar saat ini melupakan martabat manusia mereka untuk menerima kepercayaan takhayul yang paling tak masuk akal.

Kepercayaan dan ritual takhayul diserap untuk menghiasi agama guna menarik orang banyak. Tetapi setelah suatu waktu, “tumbuhan menjalar” yang direncanakan untuk menghias kuil itu pada mulanya, tumbuh liar dan menutupi kuil itu, hasilnya adalah latar dan kepercayaan takhayul menjadi dominan—tumbuhan menjalar memudahkan kuil itu.

Seperti takhayul, kepercayaan dogmatik juga menggoyahkan pertumbuhan agama yang sehat. Kepercayaan dogmatik dan intoleransi bergandengan. Yang satu mengingatkan pada Abad Pertengahan di Eropa dengan penyelidikan tanpa kewelasan, pembunuhan, kekerasan, kekejian, penyiksaan, dan pembakaran makhluk tak bersalah. Yang satu juga mengingatkan pada peperangan barbar dan kejam. Semua kejadian ini dirangsang oleh kepercayaan dogmatik terhadap pemimpin agama dan intoleransi yang dihasilkannya.

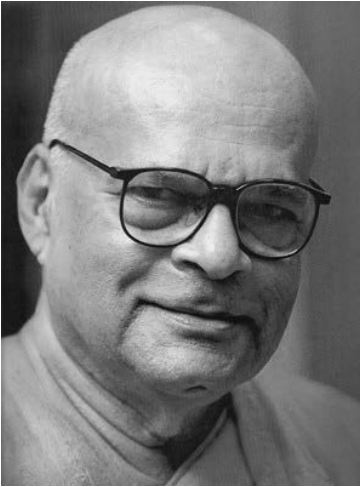
Sebelum pengembangan ilmu pengetahuan, orang memiliki banyak kepercayaan takhayul. Sebagai contoh, banyak orang percaya

bahwa gerhana matahari dan bulan mendatangkan nasib malang dan wabah. Saat ini kita tahu bahwa kepercayaan semacam itu tidak benar. Lagi-lagi beberapa agamawan jahat mendorong orang untuk percaya terhadap takhayul agar mereka dapat menggunakan para pengikutnya untuk keuntungan mereka sendiri. Jika orang telah benar-benar memurnikan batin mereka dari ketaktahuan, mereka akan melihat semesta sebagaimana adanya dan mereka tidak akan menderita karena takhayul dan dogmatisme. Inilah “keselamatan” yang dicita-citakan umat Buddha.

Sangat sulit memecahkan perasaan emosional yang melekat pada kepercayaan takhayul dan dogmatik. Bahkan cahaya pengetahuan sering tidak cukup kuat untuk menyebabkan kita meninggalkan kesalahpahaman itu. Sebagai contoh, kita telah memerhatikan selama berbagai generasi bahwa Bumi mengelilingi matahari; tetapi secara naluriah kita tetap menganut bahwa matahari terbit, bergerak melintasi langit, dan terbenam pada sore hari. Karena kita melihat Bumi diam, kita masih harus membuat lompatan intelektual untuk membayangkan bahwa kita, pada kenyataannya, meluncur dengan kecepatan tinggi mengelilingi matahari.

Kita harus mengerti bahwa bahaya dogmatisme dan takhayul bergandengan tangan dengan agama. Telah tiba waktunya bagi orang bijak untuk memisahkan agama dari dogmatisme dan takhayul. Jika tidak, nama baik agama akan tercemar dan jumlah orang yang tak percaya akan bertambah, seperti yang telah terjadi.





## PROFIL PENULIS

**Dr. Kirinde Sri  
Dhammananda**

Nāyaka Mahāthera,  
J.S.M., Ph.D., D.Litt.

(18 Maret 1919–31 Agustus 2006)

Bhante Dhammananda dilahirkan pada 18 Maret 1919 dalam keluarga K.A. Garmage di Desa Kirinde, Matara, Sri Lanka bagian selatan. Seperti sebagian besar anak-anak yang lahir pada zaman kolonial Inggris, beliau diberi nama Inggris: Martin. Beliau adalah anak tertua dari tiga saudara dan tiga saudari.



Usia 18



Usia 28



Usia 32



Usia 34



Usia 42



Usia 50



Usia 60



Usia 78



Dua saudara dan tiga saudari Bhante Dhammananda.

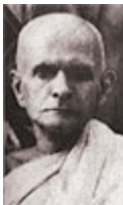
Beliau memulai pendidikan formal dan sekulernya di sebuah sekolah pemerintah di Desa Kirinde pada umur tujuh tahun. Bahkan sewaktu masih kecil beliau sudah memiliki minat yang kuat akan ajaran Buddha. Buddhisme saat itu berada dekat di hati para penduduk desa karena adanya kehadiran Saṅgha yang kokoh yang berhasil menggunakan wihara setempat sebagai pusat dari sebagian besar fungsi dan aktivitas religius.

Martin muda berpartisipasi dalam banyak program keagamaan berdasarkan prinsip dan moralitas Buddhis. Ia juga memiliki seorang paman yang merupakan kepala di wihara setempat. Bersama dengan ibunya yang agamis, pamannya memberikan

banyak bimbingan spiritual dalam masa kecilnya. Demikianlah, gagasan menjadi bhikkhu lambat laun masuk ke dalam hatinya.



Wihara Kotawila Sri Sunandarama di Sri Lanka, tempat Bhante Dhammananda tinggal sebelum berangkat ke Malaysia pada tahun 1952.



K. Dhammaratana Mahāthera dari Wihara Kirinde



K. Ratanapala Mahāthera dari Wihara Kotawila



Kotawila Deepananda Thera

Ketika berumur 12 tahun, ia ditahbiskan menjadi samanera oleh K. Dhammaratana Mahāthera dari Wihara Kirinde. Ia diberi nama “Dhammananda” yang berarti “kebahagiaan Dhamma”. Ia menjalani pendidikan monastik selama 10 tahun berikutnya

sebelum ditahbiskan penuh sebagai bhikkhu pada tahun 1940 oleh K. Ratanapala Mahāthera dari Wihara Kotawila. Demikianlah, pada usia 22 tahun, Samanera Dhammananda menjadi Bhikkhu Dhammananda setelah menerima penahbisan yang lebih tinggi (*upasampadā*).

### **Pendidikan dan Pelatihan Lanjutan**

Bhante Dhammananda belajar di Sri Dhammarama Pirivena, Ratmalana pada tahun 1935, lalu di Institut Buddhis Vidyawardhana, Colombo pada tahun 1937 untuk mempelajari ajaran Buddha secara lebih terperinci. Guru pembimbing beliau adalah Kotawila Deepananda Nāyaka Thera. Setelah menyelesaikan studinya pada tahun 1938, ia masuk ke Vidyalankara Pirivena, di Peliyadoga, Kelaniya, sebuah perguruan tinggi Buddhis yang terkemuka yang saat ini sudah dikembangkan menjadi Universitas Kelaniya.

Selama tujuh tahun berikutnya, Bhante Dhammananda mengikuti program diploma di Vidyalanka Pirivena, tempat beliau belajar bahasa Sanskerta, Tipiṭaka Pāḷi, dan filsafat Buddhis, selain pelajaran sekuler lainnya. Pembimbing beliau di institut itu adalah Lunupokune Sri Dhammananda, seorang bhikkhu cendekiawan terkemuka. Pada usia 26 tahun, beliau menyelesaikan studinya dengan gelar diploma di bidang Linguistik dan Tipiṭaka Pāḷi.

Tujuh tahun studi intensif serta latihan dalam disiplin monastik dari tahun 1939-1945 di Vidyalanka Pirivena memberikannya pengetahuan dan keterampilan yang sesuai untuk melakukan aksi misionari. Beliau mampu menggunakan hasil pelatihannya untuk membantu umat Buddha di Sri Lanka, khususnya mereka yang dididik secara Inggris dan telah menjadi sasaran utama pengalihyakinan ke agama lain, untuk memahami aspek-aspek ajaran Buddha secara lebih intelektual.

Pada tahun 1945, Bhante Dhammananda melanjutkan pendidikan tingginya di Universitas Hindu Benares, India, tempat beliau mendapat beasiswa. Di universitas ini, beliau mempelajari bahasa Sanskerta, Hindi, dan Filsafat India. Rekan-rekan seangkatannya di universitas itu antara lain P. Paññānanda Nāyaka Thera dari Colombo, Dr. H. Saddhatissa Mahāthera (yang kemudian menjadi kepala Wihara Buddhis London), Dr. U Dhammaratana Thera, dan Dr. Amritandanda Thera, mantan Ketua Saṅgha Nepal. Bhante Dhammananda belajar selama empat tahun di universitas itu, lulus dengan gelar Master of Arts di bidang Filsafat India pada tahun 1949. Dari sekian banyak profesor terkenal yang mengajar beliau, adalah Dr. S. Radhakrishnan, yang pada kemudian hari menjadi Presiden Republik India.



Bhante Dhammananda bersama dua bhikkhu pelajar lainnya di Benares Hindu University, 1946.



Di Wihara Mulagandhakuti, Sarnath. Bhante Dhammananda (kedua dari kiri) bersama Bhante H. Saddhatissa (ketiga dari kiri), 1947.

Setelah menyelesaikan studinya, Bhante Dhammananda kembali ke Sri Lanka. Di Kotawilla, beliau mendirikan Institut Buddhis Sudharma dan mengelola kebutuhan penduduk desa di bidang pendidikan, kesejahteraan, dan keagamaan. Ia juga menerbitkan

jurnal Buddhis triwulanan “Sudharma” dalam bahasa Siñhāla. Beliau memberikan pengajaran berkala kepada para pengikutnya untuk meningkatkan pengetahuan dan praktik Dhamma mereka.

### Misionari ke Malaysia



Tunku Abdul Rahman, Perdana Menteri Malaysia pertama, bersama Bhante Dhammananda, 1956.

Pada tahun 1952, K. Sri Pannasara Nāyaka Thera, kepala Vidyalanakara Pirivena, menerima sebuah undangan dari Sasana Abhiwurdhi Wardhana Society di Malaysia yang memohon seorang bhikkhu yang akan menetap di sana untuk melayani kebutuhan religius komunitas Buddhis Sri Lanka di negara itu.

Dari antara 400 bhikkhu di Vidyalankara Pirivena, Bhante Dhammananda dipilih untuk tugas misionari ke Malaysia. Beliau segera menerima undangan tersebut walaupun beliau ingin melayani umat Buddha di tanah kelahirannya. Ia sepenuhnya sadar bahwa sementara Sri Lanka banyak memiliki banyak bhikkhu yang terpelajar dan berdedikasi, Malaysia tidak punya bhikkhu



yang memenuhi syarat bahkan untuk melakukan upacara religius sederhana sekalipun.

Malaysia, pada tahun 1950-an, hanya memiliki sedikit sekali wihara Theravāda tempat umat bisa mempelajari ajaran Buddha. Akan tetapi, Malaysia tidak kekurangan kuil, karena ada ratusan kuil Buddhis China dan Thai di negara itu. Umat terutama mengunjungi kuil untuk meminta pemberkahan atau mendengarkan pembacaan doa. Begitulah situasinya saat Bhante Dhammananda berlayar menuju Malaysia pada 2 Januari 1952.

### **Kegiatan Awal**

Perjalanan Bhante Dhammananda ke Malaysia memakan waktu tiga hari. Setelah tiba di Penang pada 5 Januari 1952, Bhante Dhammananda tinggal di Wihara Mahindarama.

Kepala wihara di sana saat itu adalah K. Gunaratana Mahāthera, seorang bhikkhu Sri Lanka yang terkenal akan penjelasannya yang jelas dan sederhana mengenai ajaran Buddha. Beliau mengambil kesempatan ini untuk berdiskusi dengan Bhante Gunaratana mengenai berbagai masalah dan isu yang berkenaan dengan tugas pengembangan Dhamma di Malaysia. Ini adalah pengaturan praktis, di mana Bhante Gunaratana berkonsentrasi pada misionarinya di Penang, sementara Bhante Dhammananda memusatkan perhatiannya di wilayah Kuala Lumpur. Bhante Gunaratana telah menetap di Malaysia sejak tahun 1926 dan telah cukup mengenal situasi Buddhisme di negara itu.

ini, Bhante Dhammananda harus naik pesawat ke Kuala Lumpur karena jasa kereta api terganggu oleh serangan pemberontak

komunis. Beliau tiba di Wihara Brickfield dan disambut hangat oleh M. Paññāsiri Mahāthera, mantan rekan dari Vidyalankara Pirivena. Setelah datang untuk melayani masyarakat Buddhis di Malaysia, Bhante Dhammananda tidak membuang-buang waktu dalam merencanakan kegiatan-kegiatan religius di wihara itu.



Bhante P. Pematatana memberikan ceramah di Mahindarama Buddhist Temple, Penang, 1959, dihadiri Bhante K. Gunaratana dan Bhante Dhammananda.

## Membangun Bangsa

Pada bulan Maret 1952, Bhante Dhammananda menerima sepucuk surat dari sekretaris Sir Gerald Templer, Komisaris Tinggi Inggris di Malaysia, meminta untuk bertemu. Sir Gerald Templer ingin mengetahui apakah ajaran Buddha sama dengan komunisme, karena banyak dari pemberontak komunis yang dicurigai adalah orang Tionghoa yang secara tradisional dianggap sebagai umat Buddha. Prasangka Sir Templer mengenai Buddhisme segera terkoreksi ketika Bhante Dhammananda meyakinkan beliau bahwa Buddhisme adalah agama tanpa-kekerasan dan penuh kewelasan.

Lebih lanjut, Bhante Dhammananda menjelaskan kepada Sir Gerald Templer bahwa Buddhisme mengajarkan aspek-aspek kehidupan spiritual dan moralitas, sedangkan komunisme adalah sebuah gerakan politik. Merasa yakin bahwa Bhante Dhammananda bukanlah antek-antek komunis, Sir Templer malah mengundangnya untuk membantu pemerintah dalam perang psikologis untuk memenangkan “hati dan pikiran” rakyat. Target utama pemerintah adalah penduduk Tionghoa di Kampung Baru.

Dibantu oleh Bhante Paññāsiri, beliau memulai aktivitas misionarinya di negara itu. Sasana Abhiwurdhi Wardhana Society dan Selangor Regional Centre of the World Fellowship of Buddhist memberikan dukungan untuk aktivitas awal misionari beliau di negara itu. Dengan hati yang tulus dan pendekatan yang cerdas, kunjungan-kunjungan Bhante Dhammananda ke Kampung Baru Tionghoa disambut tanpa permusuhan atau kecurigaan.

Bhante Dhammananda hanya memiliki satu motivasi saja ketika mengunjungi Kampung Baru, yaitu untuk menyampaikan pesan Buddha kepada para penduduk desa sehingga dengan sebuah tingkat pemahaman yang sesuai akan Buddhisme, mereka bisa menjalani kehidupan yang penuh kedamaian, kebahagiaan, dan niat baik. Beliau percaya bahwa tugas utamanya sebagai seorang bhikkhu adalah mengajarkan Buddhisme ke lebih banyak orang lagi. Karena beliau tidak mampu berkomunikasi dengan bahasa Mandarin, beliau menggunakan bantuan penerjemah dalam berceramah ketika mengunjungi penduduk desa di lokasi Ampang dan Sungei Buloh.

Sebagai hasil dari upaya misionari Bhante Dhammananda, banyak kaum Tionghoa di negara itu yang menjadi sadar mengenai

ajaran Buddha yang sesungguhnya. Merupakan hal yang umum bagi banyak orang Tionghoa di Malaysia yang menganggap diri mereka Buddhis karena tradisi lampau. Akan tetapi, banyak dari mereka yang tidak memahami ajaran Buddha. Mereka menyalahkakan tradisi dan budaya di mana mereka tumbuh, atau yang dipraktikkan oleh orangtua dan leluhur mereka sebagai bagian dari Buddhisme. Sayangnya, banyak dari budaya dan adat ini didasarkan pada kepercayaan takhayul yang diturunkan dari masa lampau. Hal ini menyebabkan Buddhisme mengalami citra yang sangat buruk dan dianggap sebagai agama yang ketinggalan zaman dan takhayul oleh lapisan masyarakat yang berpendidikan.



Bersama Bhante Paññāsiri, Bhante Dhammananda melakukan ceramah Dhamma rutin di Perkumpulan Buddhist Sungei Buloh, 12 Desember 1952.

Pada saat yang sama, misionari agama lain secara aktif mengalihyakan warga Tionghoa dan India di negara itu menjadi pemeluk agama mereka. Karena mereka dilarang berceramah kepada warga Melayu berkat campur tangan dari Pemerintah Malaysia, kaum non-Melayu menjadi sasaran utama

pengalihyakinan agama. Bhante Dhammananda boleh dibilang sendirian dalam mempertahankan Buddhisme menghadapi serangan para misionari tersebut selama periode 1950-an, terutama di wilayah Kuala Lumpur. Beliau menyadari bahwa satu-satunya jalan mencegah kaum muda Tionghoa yang terpelajar dari pengalihyakinan adalah memastikan bahwa mereka memahami ajaran Buddha dengan benar. Dalam semua ceramahnya, beliau menghadirkan Buddhisme dengan rasional dan logis untuk membuktikan bahwa Buddhisme sejalan dengan ilmu pengetahuan modern.

### **Perayaan Waisak**

Senantiasa memiliki semangat duta Dhamma dalam hatinya, Bhante Dhammananda menganggap peringatan Hari Waisak tahunan sebagai waktu yang baik untuk menjelaskan ajaran Buddha kepada ribuan umat Buddha Tionghoa, yang jika tidak demikian tidak akan mengunjungi Wihara Brickfields pada hari-hari lainnya. Terdapat ribuan umat yang disebut “Umat Buddha Waisak” ini yang hanya akan mengunjungi wihara setahun sekali pada Hari Waisak. Banyak dari “Umat Buddha Waisak” ini yang tidak memiliki pemahaman benar mengenai ajaran Buddha. Karena itu, Bhante Dhammananda mengambil kesempatan untuk mengadakan pameran mengenai Buddhisme, berceramah, dan membagikan buku-buku kecil gratis mengenai Buddhisme kepada para pengunjung selama Hari Waisak. Dengan cara ini meskipun mereka hanya mengunjungi wihara sekali setahun, kunjungan mereka akan menjadi bermakna karena mereka telah belajar mengenai Dhamma.



Menyambut Perdana Menteri Malaysia, Datuk Seri Dr. Mahathir Mohamed, pada pertemuan dan makan malam tahunan ke-10 Consultative Council on Buddhist, Christianity, Hinduism and Sikhism, 1994.

### **Mewujudkan Saṅgha Malaysia: Program Samanera Tahunan**

Bhante Dhammananda tahu dari sejarah Buddhisme bahwa perkembangan dan penyebaran agama selalu berjalan melalui Saṅgha, terutama sebuah Saṅgha yang ditumbuhkan di daerah asalnya.

Oleh karena itu, pada bulan Desember 1976 beliau memprakarsai penyelenggaraan program pelatihan samanera pertama untuk umat Buddha yang fasih berbahasa inggris di Wihara Brickfield. Tujuan program ini adalah untuk memberikan kesempatan kepada umat Buddha di Malaysia mengalami kehidupan sebagai bhikkhu. Sejak itu, program ini telah menjadi acara tahunan yang dilaksanakan selama dua minggu pada waktu liburan sekolah akhir tahun.

Para peserta program ini meliputi anak-anak sekolah dasar sampai

para profesional pensiunan. Umat perempuan juga dianjurkan mengikuti program tahunan dengan melaksanakan sepuluh sila sebagai anagarini.

Dengan memprakarsai program samanera ini, Bhante Dhammananda telah menabur benih bagi berdirinya Saṅgha lokal. Sejak program ini pertama kali diluncurkan, beberapa peserta saat ini telah menjadi anggota tetap Saṅgha. Hal ini jelas merupakan pertanda baik untuk komunitas Buddhis Malaysia karena ini menandai permulaan dari Saṅgha dari penduduk asli negara itu. Pada tahun 1980, upacara penahbisan Bhikkhu Sukita Dhamma (warga Afrika-Amerika) dilaksanakan di Chapter House of the International Buddhist Pagoda oleh Bhante Dhammananda. Penahbisan serupa bagi orang-orang asing lainnya juga dilakukan dari waktu ke waktu.

### **Membentuk Masyarakat Buddhis Misionari**

Dengan semangat misionarinya, Bhante Dhammananda menyadari bahwa cita-citanya akan tercapai dengan lebih baik jika beliau dapat mendirikan sebuah perkumpulan yang dapat memanfaatkan sumber daya para pendatang baru Buddhisme ini. Sehingga, pada tahun 1962 beliau mendirikan Buddhist Missionary Society (BMS) di wiharanya. Perkumpulan ini utamanya bertanggung jawab atas penyebaran ajaran Buddha melalui penerbitan dan pendanaan terhadap seminar, ceramah, dan diskusi Dhamma rutin, pelatihan kepemimpinan pemuda, dan aksi sosial. Peranannya sebagai organisasi misionari dengan jelas dinyatakan di antara “tujuan dan sasarannya” sebagai berikut:

- Mempelajari dan menyebarkan agama Buddha.
- Menumbuhkan, mendorong, dan mengembangkan sifat

kebenaran, cinta kasih, serta mempraktikkan ajaran Buddha.

- Mengadakan ceramah religius di mana pun memungkinkan.
- Mencetak literatur Buddhis.
- Membantu pembukaan sekolah Buddhis dan memberikan bantuan kepada organisasi Buddhis yang memerlukan bantuan.
- Memberikan bantuan/nasihat spiritual kepada anggota atau umat Buddha saat sakit dan/atau kematian.



Bhante Dhammananda memimpin rombongan samanera muda melakukan piṇḍacāra, 1954.



Bersama para samanera dan bhikkhu di program penahbisan samanera pertama, Buddhist Mahā Vihāra, 1976.

Bahkan Bhante Dhammananda tidak pernah membayangkan kesuksesan yang dicapai BMS seperti sekarang. Menggunakan Wihara Brickfield (sekarang dikenal dengan nama Buddhist Mahā Vihāra) sebagai landasannya, bekerja sama erat dengan SAWS, BMS berkembang dalam lompatan-lompatan pesat. BMS sangat efektif dalam mensponsori penerbitan banyak buklet dan literatur Buddhis, yang banyak ditulis oleh beliau sendiri. Judul-judul populer dari berbagai penulis terkenal lainnya juga dicetak ulang. Banyak dari karya terbitan ini diberikan secara gratis, sementara



yang lainnya dijual dengan harga yang sangat terjangkau untuk menjamin lebih banyak orang berkesempatan membaca Dhamma. Proyek lainnya yang berhasil adalah Kursus Korespondensi 12 Modul “Buddhisme untuk Anda” yang diselenggarakan pada tahun 1979. Dalam satu tahun, lebih dari 500 orang mendaftar mengikuti kursus itu.

BMS di bawah bimbingan spiritual dari Bhante Dhammananda, telah menargetkan generasi yang lebih muda dalam banyak kegiatannya. Oleh karena itu, BMS Youth Section didirikan untuk mengorganisir aktivitas bagi remaja dan mereka yang berusia di bawah 40 tahun, termasuk kursus “Buddhisme Bagi Pemula” bagi para pendatang baru terhadap Dhamma di wihara. Bagian BMS untuk perempuan juga didirikan guna menyediakan aktivitas keagamaan dan kegiatan sosial. Beliau memainkan peranan penting dalam mendirikan majalah perkumpulan itu, “The Voice of Buddhism”. Majalah ini disebarakan secara gratis kepada anggota-anggotanya maupun para pembacanya di seluruh dunia, menampilkan artikel-artikel yang relevan dengan Buddhisme, serta melaporkan kegiatan-kegiatan BMS dan SAWS di Buddhist Mahā Vihāra.

### **Menjangkau Komunitas Buddhis Malaysia**

Program yang diadakan Bhante Dhammananda tidak terbatas hanya pada penerbitan dan ceramah di lingkungan umat Buddha Mahā Vihāra. Beliau sering berpergian hingga saat ini, meskipun usianya telah lanjut dan kadang kondisi kesehatannya kurang baik, untuk memberikan ceramah di seluruh pelosok negeri, termasuk di Sabah dan Sarawak. Di daerah-daerah di mana hadirinnya kebanyakan berbahasa Mandarin, reaksi yang diterima

masih sangat besar walaupun ceramah beliau disampaikan melalui penerjemah. Beliau juga merupakan penceramah rutin di forum-forum publik yang diorganisir oleh kelompok-kelompok Buddhis di Singapura. Seperti ceramah-ceramahnya di Malaysia, ceramah umumnya di Singapura menarik ratusan hadirin.

Beliau menyadari bahwa masa depan umat Buddha Malaysia tergantung pada muda-mudi dan golongan yang berpendidikan. Oleh karena itu, beliau selalu memberikan penekanan khusus kepada pelajar, khususnya mereka yang sedang berada di perguruan tinggi. Bersama dengan Bhante Sumaṅgalo, seorang bhikkhu misionari asal Amerika, beliau memainkan peranan penting dalam mendorong para mahasiswa Buddhis untuk mendirikan perkumpulan Buddhis di kampus-kampus mereka. Selain sebagai pembicara rutin di berbagai perguruan tinggi, beliau juga mengadakan ceramah dan diskusi khusus bagi mahasiswa setiap Senin pagi di Buddhist Mahā Vihāra untuk memperluas pengetahuan dan pemahaman mereka tentang agama Buddha.



Bersama anggota Malayan Buddhist Youth Group  
di Buddhist Mahā Vihāra, 1976.

Tidaklah mengherankan bahwa beliau telah menjadi penyokong utama Buddhist Gem Fellowship (BGF), yang didirikan pada tahun 1980 dan bertindak sebagai suatu organisasi untuk para lulusan Buddhis untuk menyokong perkumpulan pelajar Buddhis di bidang pelatihan dan pendidikan keagamaan. BGF telah bekerja sama sangat erat dengan Bhante Dhammananda dalam program misionari untuk para mahasiswa dan komunitas Buddhis pada umumnya. Berkat aktivitas misionari beliau, banyak lulusan pendidikan tinggi ini sekarang menjadi pemimpin berbagai perkumpulan Buddhis di seantero negeri.

Dengan adanya lebih dari 300 organisasi Buddhis di seluruh Malaysia yang mewakili kekayaan tradisi Theravāda, Mahāyāna, dan Vajrayāna, Bhante Dhammananda selalu mendukung pendekatan secara universal terhadap semua aliran ini. Banyak organisasi yang mengikuti tradisi Mahāyāna Tiongkok dan juga anggota Young Buddhist Association of Malaysia (YBAM). Sedangkan yang lainnya termasuk dalam berbagai cabang aliran Vajrayāna.



Dhamma Tour di Kuching, 4-17 Juli 1991.

Akan tetapi, Bhante Dhammananda selalu mendukung keterbukaan pikiran di antara para pengikutnya. Beliau telah mengundang Yang Mulia Dalai Lama XIV dan banyak guru Tibet terkenal untuk mengunjungi Buddhist Mahā Vihāra dan memberikan ceramah. Demikian pula, almarhum Yang Mulia Master Hsuan Hua juga pernah memberikan ceramah di Buddhist Mahā Vihāra. Di Penang, beliau berada dalam satu panggung bersama dengan Master Hsin Yun dari Taiwan dalam berceramah kepada forum publik mengenai Buddhisme dengan judul “Dua Guru, Satu Pesan”. Semua ini jelas menegaskan keterbukaan dan kematangan spiritual beliau dalam memahami dan melayani kebutuhan religius dari komunitas Buddhis Malaysia yang mengikuti berbagai tradisi Buddhis.



Menyambut Yang Mulia Dalai Lama XIV  
di Buddhist Mahā Vihāra, 1981.

### **Di Panggung Internasional**

Reputasi Bhante Dhammananda sebagai misionari dan cendekiawan Buddhis telah terkenal di Malaysia maupun mancanegara. Pada

masa mudanya, beliau biasa melakukan perjalanan ke luar negeri untuk berceramah mengenai Buddhisme di berbagai konferensi dan pertemuan besar Buddhis. Sementara, beliau juga kadang hadir sebagai perwakilan Malaysia untuk tampil sebagai pembicara konferensi, terutama di dalam pertemuan yang diorganisir oleh World Fellowship of Buddhists, World Conference on Religion and Peace, World Saṅgha Council dan the Asian Council on Religion and Peace. Pada saat yang sama, beliau telah berpartisipasi dalam sejumlah konferensi akademik mengenai agama dan filsafat sebagai juru bicara untuk Buddhisme.



Di Wihara Wan Fu, Taiwan,  
saat World Buddhist Sangha Conference, 1994.

Banyak kelompok umat Buddha di Barat yang telah mengundang Bhante Dhammananda untuk memberikan ceramah Dhamma. Pada tahun 1970 dan 1975, beliau mengunjungi Inggris dan Amerika Serikat atas undangan dari kelompok dan perkumpulan akademis Buddhis di kedua negara itu. Di Inggris, beliau berceramah kepada mahasiswa di Lancaster University, Hull University, Manchester University, dan Oxford University. Di Amerika Serikat beliau berceramah kepada mahasiswa di dua Universitas Buddhis, yakni Dharma Realm Buddhist University di Talmage, California dan University of Oriental Studies di Los Angeles. Beliau juga mengunjungi banyak negara lain untuk memberikan ceramah Dhamma termasuk di Australia, New Zealand, Indonesia, Singapura, dan Sri Lanka.

Sebagai hasil dari perjalanan dan kontak beliau yang luas, beliau berhasil menjalin sebuah jejaring yang luas dan efektif dengan kelompok umat Buddha di negara-negara Buddhis tradisional seperti Sri Lanka, Thailand, Myanmar, Taiwan, Jepang, dan dengan negara-negara non-Buddhis seperti Australia, Inggris, dan Amerika Serikat.

### **Dewan Saṅgha Sri Lanka untuk Malaysia dan Singapura**

Sumbangsih para bhikkhu Sri Lanka terhadap kebangkitan kembali dan kemajuan Buddhisme di Asia Tenggara sungguh besar, terutama di Malaysia, Singapura, dan Indonesia. Kebangkitan kembali yang dimulai pada awal abad ke-20 ini telah dipicu terutama oleh migrasi warga Sri Lanka ke Malaysia yang membawa serta bersama mereka guru-guru religius yang piawai dari Sri Lanka untuk melayani kebutuhan spiritual dan kebudayaan persaudaraan umat Buddha Sri Lanka.

Beberapa dari bhikkhu-bhikkhu ini bahkan telah melampaui tugas primer mereka melayani umat Sri Lanka, untuk melayani populasi umat Buddha yang lebih besar. Bhante Dhammananda selaku Pemimpin Saṅgha Nāyaka Malaysia dan Singapura telah terpilih untuk menjadi ketua dari dewan ini.

Bhante Dhammananda yang menyadari benar bahwa “tidak ada kesuksesan tanpa seorang penerus”, terus menanamkan pemikiran untuk mengadakan konferensi Saṅgha Sri Lanka guna merencanakan arah gerakan masa depan dari aktivitas Buddhis di Malaysia dan Singapura. Sasana Abhiwurdhi Wardhana Society sebagai perkumpulan umat Buddha tertua di Malaysia menggalakkan sumber dayanya untuk menjalani ide beliau. Konferensi Saṅgha yang diadakan di Buddhist Mahā Vihāra pada 24 Maret 2001 membuahkan pembentukan Malaysia and Singapore Sri Lanka Saṅgha Council.

Bhante Dhammananda telah bertekad untuk menghasilkan pemimpin-pemimpin yang bisa menghasilkan para pemimpin lainnya. Tidak lagi cukup untuk bertumbuh dengan mencetak pemimpin, fokus Bhante Dhammananda sekarang adalah melipatgandakan pemimpin-pemimpin itu. Beliau dengan kukuh percaya bahwa ketika orang-orang bekerja sama demi satu tujuan yang sama, mereka tidak lagi hanya menambah potensi pertumbuhan mereka. Persatuan mereka melipatgandakan kekuatan mereka.

### **Karya Penerbitan**

Salah satu sumbangsih terbesar Bhante Dhammananda bagi kemajuan Buddhisme tentu saja ada di bidang penerbitan. Selama

empat dasawarsa terakhir beliau telah menulis dengan produktif dan karya-karya beliau tidak hanya menyentuh umat Buddha, tetapi juga umat non-Buddhis di Malaysia dan di berbagai bagian dunia yang lainnya. Sejak awal karier misionarinya, beliau telah menyadari kekuatan dan kelanggengan dari kata-kata dalam bentuk tulisan. Buku-buku bisa disimpan, disebar, dan dirujuk berulang kali dengan cara yang tidak bisa digantikan hanya oleh ucapan lisan.

Buku-buku beliau ditulis untuk menanggapi kebutuhan yang sangat nyata dan praktis. Selama berbagai ceramah Dhamma beliau, banyak para pendengar dan pengikut yang berminat telah mengajukan banyak pertanyaan mengenai praktik Buddhisme. Setelah menjawab pertanyaan-pertanyaan mereka, beliau menjadi terinspirasi untuk menuangkannya dalam bentuk tulisan, dan hal ini menimbulkan perbaikan dan penerbitan buku-buku yang baru.

Tiga puluh sampai empat puluh tahun yang lalu, terdapat kebutuhan yang sangat mendesak untuk buku-buku seperti itu. Saat ini beliau memiliki sumbangsih terhadap tidak kurang 60 buku penting, mulai dari brosur-brosur sederhana sampai skala naskah penuh yang melebihi 700 halaman. Terdapat cukup banyak umat Buddha terpelajar dan berbahasa Inggris di Malaysia yang perlu memahami Buddhisme dengan cara yang rasional dan praktis.

Bhante Dhammananda menanggapi kebutuhan ini. Terjadi makin banyak permintaan dan buku-buku itu mulai masuk ke beberapa komunitas berbahasa Inggris di seluruh dunia: di Amerika Serikat, Eropa, berbagai bagian Afrika, Australia, negara-negara Asia lainnya, dan beberapa bagian Timur Tengah. Umat Buddha yang tidak berbahasa Inggris juga telah mendapatkan manfaat dari buku-buku tersebut yang telah diterjemahkan ke dalam berbagai



bahasa: Mandarin, Siñhāla, Tamil, Vietnam, Belanda, Spanyol, Korea, Hindi, Bengali, Indonesia, Persia, Melayu, Myanmar, Jepang, Nepal, dan Portugis.

### **Penghujung Pelayanan**

Setelah berjuang 54 tahun mengabdikan, pada usia ke-87 tahun, Bhante Dr. K. Sri Dhammananda tutup usia setelah sebelumnya mengalami sakit parah selama enam minggu akibat stroke.

Beliau pulang ke Kuala Lumpur seminggu setelah menginap di Rumah Sakit Mount Elizabeth, Singapura. Beliau mengalami serangan stroke kedua setelah pulang dari Singapura dan mengalami koma. Dan pada tanggal 31 Agustus 2006, pukul 12.42, beliau pun wafat. Buddhist Mahā Vihāra di Kuala Lumpur menetapkan 3 hari berkabung bagi Bhante Dhammananda.

Bagi banyak pengikutnya, terutama yang di Malaysia dan Singapura, Bhante Dhammananda bukan hanya seorang bhikkhu, tetapi juga seorang “Tokoh Agung” yang pelayanannya seumur hidupnya terhadap Dhamma telah mengubah kancah Buddhis di negara itu.

Kremasi jenazah Bhante K. Sri Dhammananda dilaksanakan pada Minggu 3 September 2006 di Nirwana Memorial, Semenyih, Malaysia, pada pukul 5 sore. Kremasi dilaksanakan dengan tradisi Buddhis menggunakan tumpukan kayu setinggi kurang lebih 13 meter. Upacara kremasi dilangsungkan empat hari setelah kemangkatan beliau, dihadiri hampir 30.000 orang, yang menjadi kerumunan umat Buddha paling besar pada satu kejadian dalam sejarah Malaysia.

Wafatnya Bhante Dhammananda bukan hanya suatu bentuk kehilangan bagi umat Buddha di Malaysia dan Singapura, tetapi juga bagi seluruh umat Buddha di dunia. Beliau adalah seorang duta Dhamma sejati.



Anak-anak mengenang wafatnya Bhante Dhammananda.




Relik Bhante Dhammananda disemayamkan dalam stupa di Buddhist Mahā Vihāra.



E-book ini terbit berkat  
kedermawanan Anda.  
Donasi bisa disalurkan ke

**BCA** 4900333833  
YAYASAN EHIPASSIKO



 085888503388

 ehipassikofoundation

 [www.ehipassiko.or.id](http://www.ehipassiko.or.id)

Buku Dharma | Beasiswa | Cancer Care  
Abdi Desa | Bakti Sosial Lintas Agama