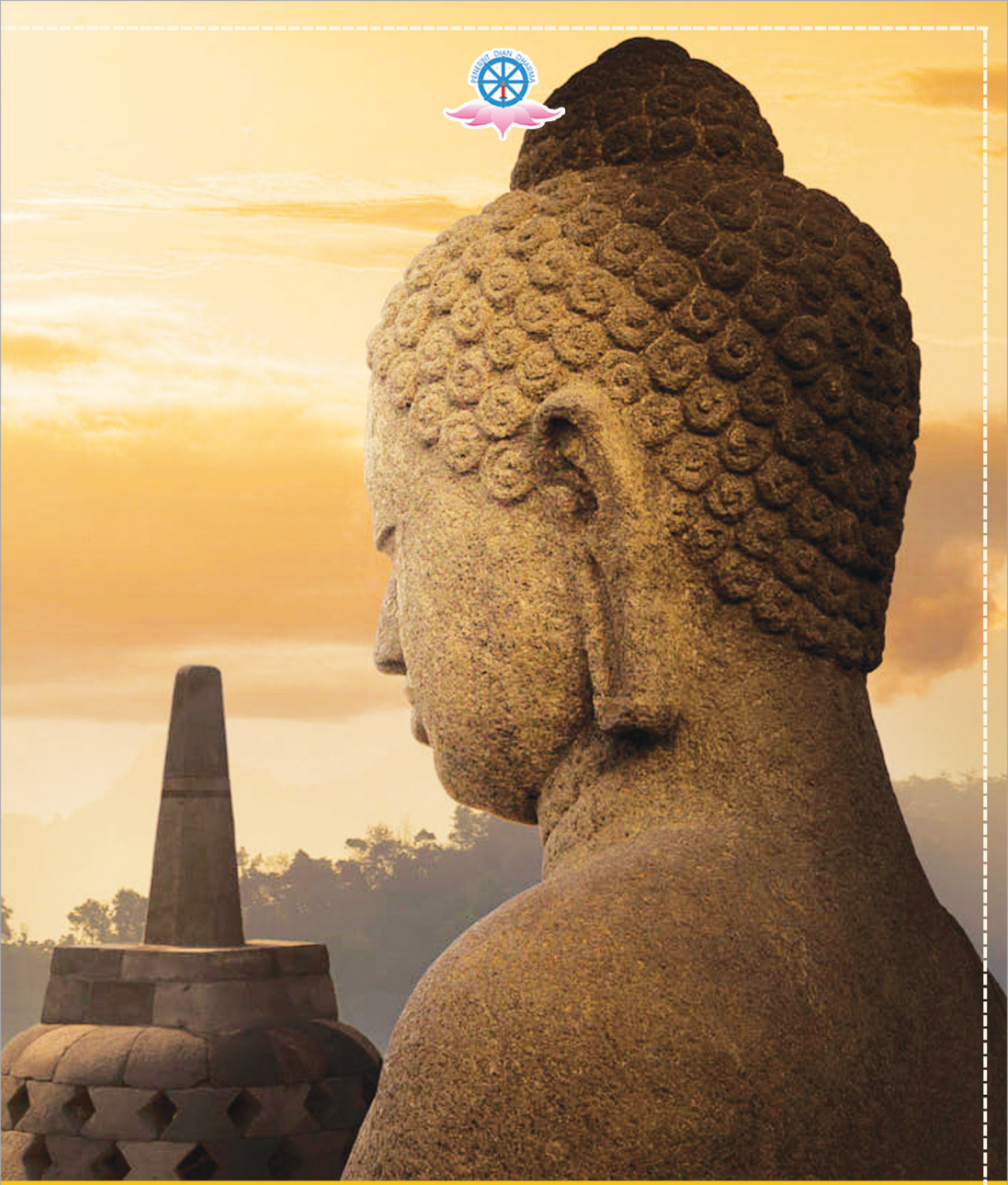

Sari Ajaran Buddha

Sari Ajaran Buddha

Sari Ajaran Buddha

Tim Penulis PVVD

Penerbit Dian**Dharma**

Sari Ajaran Buddha

Edisi Kedua: Oktober 2017
viii + 88 hlm; 14,5x21 cm

Disusun oleh: Tim Penulis PVVD
Sumber Utama: A Survey of Buddhism: It's Doctrine and Method through the Ages, by Mahasthavira Sangharakshita
Penyunting Bahasa: Hendra W.
Foto Sampul: Robert Harding
Tata Letak dan Sampul: ST Design

Diterbitkan oleh:
Penerbit Dian Dharma
Jl. Mangga I Blok F No. 15, Duri Kepa
Jakarta Barat 11510
Telp. & Fax. (021) 5674104
Hp. & WA: 081 1150 4104
Email: admin@diandharma.org
Fanpage: Dian Dharma Book Club

Untuk Donasi:

Bank Central Asia KCP Cideng Barat
No. 397 301 9828
a.n. Dian Dharma—Yayasan Triyanavardhana Indonesia
Bukti pengiriman dana dapat dikirim melalui Email atau WA
Galeri Penerbit Dian Dharma
Jl. Mangga I Blok F No. 15

Dharma Tak Ternilai

Daftar Isi

1. Pendahuluan -1-
2. Buddha Gautama -9-
3. Sari Ajaran Buddha -17-
4. Duka -21-
5. Sebab Duka -27-
6. Lenyapnya Duka -37-
7. Jalan Tengah -42-
8. Moralitas -46-
9. Meditasi -56-
10. Kebijaksanaan -73-

1
Pendahuluan

Pengetahuan Buddha Gautama adalah suci, luhur, dan transeden—mengatasi pengertian intelektual manusia. Seperti diketahui luas, pada awalnya Buddha Gautama ragu untuk membabarkan Pengetahuan tersebut. Nasib manusia saat itu, dikatakan, mengambang sejenak. Tetapi setelah mengamati bahwa ada makhluk dengan 'sedikit debu di matanya', yang jika tidak mendengarkan Kebenaran (Skt. *Dharma,* P. *Dhamma*) akan binasa, Buddha Gautama lalu memutuskan untuk membabarkan PengetahuanNya. Ia kemudian dengan penuh Belas Kasih menuntun mereka ke Pembebasan.

Pengetahuan (yang transeden) itu kemudian diterjemahkanNya ke dalam suatu rumusan yang dapat dijangkau oleh pengertian manusia. Rumusan ini dituliskanNya sebagai kebenaran bahwa semua fenomena muncul berdasarkan kondisi-kondisi—dalam istilah Pāli disebut *paṭicca-samuppāda* (Skt. *pratītya-samutpāda*), dan merupakan doktrin dasar Agama Buddha.

Dalam bentuk umumnya pratītya-samutpāda, atau Hukum Sebab Musabab, atau Kausalitas, muncul sebagai berikut—di sini

dikutip bersama bahasa Pālinya dengan maksud pembaca dapat memperoleh manfaat dengan mendaras bait luhur tersebut.

> *Imasmiṁ sati, idaṁ hoti, imass' uppāda, idaṁ uppajjati;*
> *imasmiṁ asati, idaṁ na hoti; imassa nirodhā,*
> *idaṁ nirujjhati.*
>
> (Ini ada, itu menjelma, dengan munculnya ini,
> itu muncul;
> Ini tak ada, itu tak menjelma, dengan lenyapnya ini,
> itu lenyap.)

Dari hubungan yang demikian itu, dunia fenomena ini disebut oleh Buddha Gautama sebagai tidak kekal (Skt. *anitya,* P. *anicca*), tidak memuaskan atau duka *(*Skt. *duḥkha,* P. *dukkha*), dan tanpa inti (Skt. *anātman,* P. *anattā*).

Supaya dapat lebih mudah dicerna, rumusan umum pratītya-samutpāda ini kerap diterapkan dalam fenomena kehidupan manusia yang lebih konkret.

Fenomena kehidupan tak terhitung banyaknya. Pencerapan Kausalitas dalam fenomena kehidupan dengan sendirinya juga tidak terbatas. Tetapi aplikasi dari Hukum Sebab Musabab yang paling penting, dan paling sering muncul dalam Kitab Suci Agama Buddha adalah Empat Kebenaran Mulia—yang merupakan penerapan Kausalitas pada fenomena duka. Empat Kebenaran Mulia adalah duka, sebab duka, lenyapnya duka, dan jalan menuju lenyapnya duka.

***

Sepanjang tradisi Buddhis, telah dipisahkan dengan jelas antara apa yang berhubungan dengan doktrin, teori, dengan apa yang berhubungan dengan praktik, metode, atau realisasi spiritual. Kitab Suci Pāli menyebutnya dengan Doktrin dan Disiplin (*Dhamma-Vinaya*). Dalam Mahāyāna pun selalu ditekankan Kebijaksanaan (*Prajñā*) dan Jalan Terlatih (*Upāya*).

Harus diingat bahwa di sini kita berbicara tentang pemisahan, dan bukannya perbedaan. Pemisahan ini timbul hanya karena Kebenaran (*Dharma*)—yang adalah utuh, tak terpisahkan—muncul sebagai sisi yang mendua dalam pengertian umat manusia: seperti sebuah desa terlihat berbeda dari puncak dan dari kaki sebuah gunung.

Dalam praktiknya, Buddha Gautama lebih sering menghadirkan Dharma sebagai metode—yakni penerapan doktrin pratītya-samutpāda dalam fenomena kehidupan. Hal ini disebabkan karena ia dengan penuh Belas Kasih memperlakukan manusia sebagai apa adanya, dan bukan sebagaimana seharusnya mereka.

Tetapi kita tetap bisa bertanya: mengapa Buddha Gautama memilih duka—yang dalam arti sempitnya adalah penderitaan—di atas fenomena lain sebagai aplikasi utama dari doktrin ajaranNya?

Ada dua alasan yang ingin dikemukakan di sini. Pertama, berbeda dengan agama lain yang mengawali ajarannya dengan postulat, dogma—yang kadang tak perlu dibuktikan—ajaran Buddha Gautama diawali pengalaman emosional.

Tentu sangat bisa diperdebatkan, dan tidak untuk dibuktikan, apakah alam semesta beserta seluruh isinya diciptakan dalam

tujuh hari. Tetapi tak ada yang dapat menyangkal bahwa kita mengalami hal-hal yang tidak menyenangkan dalam hidup ini. Dengan mengawali ajarannya dengan pengalaman, dan bukannya dengan gagasan, Agama Buddha telah menghindari kontroversi yang tidak perlu.

Kedua, dalam sudut pandang Buddhis, manusia lebih sebagai makhluk hidup desiratif daripada hewan berasio,

> ... adalah emosinya, keinginannya, pengalamannya atas hal-hal yang menyenangkan dan tidak menyenangkan, yang paling menentukan tingkah lakunya. (Dan) dengan cara memanfaatkan dan menerapkan emosi, keinginan, dan pengalaman tersebut, tingkah laku manusia dapat dengan efektif dipengaruhi dan diubah.
>
> Dengan mengawali dengan perasaan yang tidak memuaskan—penderitaan—Agama Buddha telah melibatkan hakikat manusia dari sejak awal. Pengungkapan Kebenaran Mulia pertama bukanlah suatu penghindaran dari kesenangan-kesenangan intelek, melainkan suatu 'kejutan' emosional—seperti kejutan yang dialami seseorang yang tiba-tiba menyadari rambutnya terbakar.
>
> Hanya kejutan seperti itu yang cukup kuat memecut seluruh makhluk untuk bertindak. Hanya orang yang merasa yakin yang dapat bertindak dengan efektif. Karena alasan inilah, di atas alasan yang lain, Agama Buddha tidak diawali dengan suatu konsep, postulat, tetapi dengan perasaan, pengalaman-pengalaman emosional.

Selain penjelasan di atas, perlu juga diingat pendekatan metodologis yang diterapkan. Dari sudut pandang metafisika, Agama Buddha tidak menyangkal bahwa untuk orang-orang tertentu pengalaman yang menyenangkan ini lebih dominan.

Tetapi karena pelepasan dari segala fenomena—menyenangkan atau tidak menyenangkan—adalah syarat utama bagi tercapainya tujuan umat Buddha, pendekatan dari sisi negatif adalah yang paling efektif. Dalam kehidupan sehari-hari, kita tentunya menonjolkan sisi buruk dari pemuasan nafsu birahi—bukannya kenikmatan-kenikmatan yang diberikannya—jika menganjurkan seseorang mengendalikan dirinya dari hal itu.

Karena sangat menyadari sifat manusia, pendekatan metodologis seperti disebutkan di atas, lebih sering diterapkan Buddha Gautama dalam penyebaran ajaranNya.

Dengan demikian Kausalitas, yang mendirikan kerangka bagi Empat Kebenaran Mulia, adalah doktrin dari ajaran Buddha Gautama.

Sementara Empat Kebenaran Mulia adalah aplikasi Kausalitas pada fenomena yang paling mengena dalam kehidupan manusia. Karena alasan ini, di samping juga karena mencakup Jalan ke Nirwana, Empat Kebenaran Mulia diterima sebagai *lotus clasicus*, atau sari ajaran Buddha Gautama.

Kecuali jika pemisahan antara mana yang doktrin dan mana yang metode selalu diperhatikan, salah tafsir terhadap Dharma akan selalu muncul. Salah tafsir ini kita dapatkan, misalnya, pada sementara orang yang menganggap ajaran Buddha Gautama sebagai ajaran pesimisme. Sedangkan pesimisme adalah paham

yang menyatakan bahwa dalam hidup ini, yang buruk adalah nyata, dan yang indah adalah tidak nyata.

Ajaran Agama Buddha tidak pernah menyatakan hidup ini melulu tidak menyenangkan. Adalah terlalu naif untuk mengatakan demikian hanya karena pendekatan metodologis yang diterapkannya.

Sanggahan yang diberikan sementara kalangan umat Buddhis dengan menyatakan bahwa Buddha Gautama di samping membabarkan duka, juga menawarkan jalan keluarnya—walaupun cukup efektif sampai tingkat tertentu—adalah juga kurang tepat. Mereka telah gagal untuk melihat asal salah tafsir ini—gagal untuk memisahkan Dharma sebagai doktrin dan Dharma sebagai metode.

Di dalam Agama Buddha terdapat berbagai latihan meditasi di mana seorang meditator mengarahkan pikirannya jauh-jauh dari daya pikat tubuh jasmani. Di sini jelas kita berhubungan tidak dengan doktrin, tetapi dengan suatu metode yang sangat efektif untuk menjauhkan, dan kemudian melenyapkan nafsu birahi. Begitu pun, terdapat sementara kalangan Buddhis—karena gagal memisahkan doktrin dengan metode—menarik kesimpulan dari latihan ini, bahwa yang buruk adalah nyata dan yang indah adalah tidak nyata.

***

Kausalitas sebagai landasan berdirinya semua doktrin dalam ajaran Buddha Gautama, sejak dari awal, telah diterima luas—baik oleh kalangan *Theravāda* maupun *Mahāyāna*. Mahāyāna dan

Theravāda berbeda dalam menafsirkan Ajaran, tetapi mereka setuju bahwa Kebenaran, seperti yang teramati oleh mereka, dapat dicapai melalui pengertian terhadap Hukum Sebab Musabab.

Dan demikianlah, baik Kitab Suci Pāli maupun Kitab Suci Sanskerta, Hīnayāna maupun Mahāyāna, sepakat dalam hal :

> *Yaḥ pratītyasamutpādaṁ paśyati sa dharmaṁ paśyati,*
> *yo dharmaṁ paśyati, so Buddhaṁ paśyati.*
>
> (Ia yang menyadari pratītya-samutpāda
> melihat Dharma,
> ia yang melihat Dharma melihat Buddha.)

Pentingnya pengertian yang menyeluruh tentang pratītya-samutpāda, dalam satu dan lain bentuk, selalu ditekankan oleh Buddha. Demikian juga halnya dengan persepsi terhadap Empat Kebenaran Mulia sebagai tujuan dari karir seorang pengikut Jalan.

Begitulah, Buddha pun menegur Ānanda (salah satu murid langsungNya) saat ia mengatakan bahwa Hukum Sebab Musabab, walaupun kelihatannya dan memang pada kenyataannya sangat dalam, cukup mudah untuk dimengerti. Buddha lalu bersabda:

> "Jangan berkata demikian Ānanda! Jangan berkata demikian! Dalam sungguh Hukum Sebab Musabab ini, dan dalam sungguh kelihatannya juga. Dengan tidak mengetahui, tidak mengerti, tidak menembus hukum ini, dunia ini telah menjadi kusut—sekusut benang."

Sebelumnya kita menyelam lebih ke dalam ajaranNya, tentu ada baiknya untuk mengenal lebih dekat Sang Guru—yang telah menaklukkan apa yang paling sulit ditaklukkan, yang telah menunjukkan Jalan yang belum pernah disibakkan sebelumnya—Yang Agung, Yang Terang, Pancaran Belas Kasih, Yang Terkasih: Buddha Gautama.

2
Buddha Gautama

Ia adalah bunga
dari pohon kehidupan umat manusia
yang mekar sekali dalam bermilyar tahun

Pun, begitu mekar
Mengaliri dunia dengan harum kebijaksanaan
dan terus madu kasih....

Seperti juga bunga indah harum menebarkan keharumannya kepada siapa saja, tanpa pandang bulu, Buddha pun tidak pernah berkata, "Hanya kepada mereka saja akan Kubabarkan Kebenaran ini." AjaranNya, yang adalah pancaran Cinta dan Belas Kasih, diperuntukkan bagi semua makhluk; mereka yang mencari Kebenaran, akan memperoleh manfaat darinya.

Keharuman 'bunga' ini menyebar ke segala arah tanpa bisa dihalangi. Sesaat setelah mencapai Kesempurnaan, teramati olehNya makhluk yang juga dapat mencapai Kesempurnaan jika 'debu' yang menodai mereka dilenyapkan. Ia pun lalu memutuskan untuk membagi pengetahuanNya dengan mereka.

Dengan penuh Belas Kasih, Ia lalu berkata, "Terbukalah bagi mereka pintu menuju Kesucian. Biarkan mereka meletakkan keyakinannya pada Dharma.

Bunga mekar dengan keanggunannya sendiri. Buddha pun mencapai KesempurnaanNya seperti bunga yang mekar: Agung, tanpa perlu bicara mengapa ia indah ....

***

Disebabkan penampilanNya yang walaupun agung tetapi sangat sederhana, dan juga karena ketulusan dan kerendahan hatiNya, banyak orang memiliki anggapan keliru tentang kemunculan Buddha Gautama. Ketika membandingkanNya dengan pendiri agama lain, mereka menemukan bahwa dalam banyak hal Buddha Gautama sungguh berbeda.

Ia tak pernah menyatakan diriNya sebagai seorang yang Mahakuasa, atau seorang Nabi. Dari sini, banyak orang lalu menyimpulkan, bahwa Buddha Gautama tidak lebih dari seorang jenius yang memadukan apa yang telah dipelajarinya dari agama-agama dan filsafat-filsafat kuno India. Ia disebutkan sebagai telah menyarikan, dan kemudian menampilkan pandangan-pandangan tersebut menjadi suatu ajaran baru.

Pendapat seperti itu tidak benar. Meskipun Ia telah mempelajari semua sistem filsafat di bawah bimbingan guru-guru terbaik pada masanya, tidak satu pun di antara mereka yang dapat memenuhi apa yang dicariNya saat itu: Keselamatan bagi semua makhluk.

Buddha Gautama (pada saat itu masih Petapa Gautama) kemudian mencari sendiri. Ia berusaha sendiri, bermeditasi, dan akhirnya berhasil menembus awan kegelapan yang menyelimuti pikiranNya, untuk kemudian mencapai Penerangan Sempurna. Kebuddhaan adalah hasil usahaNya sendiri. Ia pun lalu disebut *Samyak Sambuddha* (P. *Sammā Sambuddha*): Yang Terang Sempurna.

Satu kali, seorang petapa yang terpesona oleh keagungan Buddha Gautama menanyakan siapakah guruNya. Ia menjawab:

> *"Segalanya telah Kuatasi, semuanya telah Kutahu.*
> *Semuanya telah Kulepaskan, tiada lagi yang Kulekati.*
> *Telah Kumusnahkan semua keinginan.*
> *Setelah dengan usaha sendiri semuanya Kumengerti,*
> *siapa lagi yang dapat Kusebut Guru?"*

Setelah mencapai Penerangan Sempurna, Buddha Gautama tidak lalu menyimpan Kebenaran untuk diriNya sendiri: Ia membabarkannya kepada semua makhluk. Hal ini tentunya tidak boleh disalahartikan bahwa Buddha Gautama dapat memberikan keselamatan kepada pengikutNya: ia harus dipandang sebagai seorang Guru yang telah menunjukkan Jalan Benar. Apakah Jalan itu akan ditempuh, sepenuhnya tergantung kepada diri sendiri.

Buddha Gautama dilahirkan sebagai seorang manusia dengan nama Siddhārtha Gautama. Ia adalah putra mahkota dari suatu kerajaan di India Utara. Di dalam istanaNya Ia dididik sejak

kecil sebagaimana layaknya seorang putra mahkota. Pada usia enam belas tahun, Pangeran Siddhārtha menikahi sepupunya, Putri Yaśodhāra, yang kemudian memberiNya seorang anak dengan nama Rahula.

Setelah menyadari terdapat keadaan tidak menyenangkan dalam hidup ini, Ia lalu meninggalkan istanaNya—pergi mencari Kesempurnaan—pada usia dua puluh sembilan tahun. Enam tahun kemudian, di bawah pohon Bodhi, Siddhārtha Gautama mencapai Penerangan Sempurna, dan menjadi Buddha. Sejak saat itu Ia disebut Buddha Gautama.

Dilahirkan sebagai seorang manusia, tetapi dapatkah Ia, setelah mencapai Penerangan Sempurna, disebut seorang manusia?

Jawaban atas pertanyaan ini diberikan Buddha Gautama kepada Drona—seorang brahmana yang bertanya apakah Ia seorang dewa (*deva*), seorang penyanyi surgawi (*gandhabba*), seorang jin (*yakkha*), atau seorang manusia. Buddha Gautama menjawab "tidak" untuk semua pertanyaan itu. Ketika ditanya siapa yang sebenarnya, Buddha menjawab bahwa Ia telah memusnahkan semua noda yang menyebabkan seseorang dilahirkan sebagai deva, gandhabba, yakkha, atau pun seorang manusia. Ia kemudian menambahkan:

> *"Seperti halnya bunga teratai, indah dan suci,*
> *tidak ternoda oleh air,*
> *tidak juga Aku ternoda oleh dunia ini;*
> *karenanya, wahai Brahmana, aku seorang Buddha."*

Setelah mencapai Penerangan Sempurna, Buddha Gautama tidak lagi bisa dianggap sebagai seorang manusia biasa dalam arti awam. Ia telah mencapai Yang-Tak-Berkondisi, Yang Abadi, tidak lagi seperti makhluk hidup lain yang masih terikat pada waktu dan ruang. Ia, dengan demikian, tidak dapat dikategorikan dalam salah satu jenis makhluk hidup yang masih berkutat dalam *saṁsāra* (lingkaran kelahiran dan kematian).

Hanya ada satu cara untuk melukiskanNya: Buddha, Yang Terang, yang telah bebas sepenuhnya dari keberadaan yang berkondisi dan relatif.

Karena dilahirkan sebagai seorang manusia, Ia juga harus meninggalkan bentuk manusiaNya. Pada saat wafat dalam usia delapan puluh tahun, Ia mencapai *mahā parinirvāṇa*[1]— yang mempunyai arti bahwa meskipun Ia dilahirkan sebagai manusia, Buddha Gautama tidak mati sebagai seorang manusia, yang akan dilahirkan kembali dalam alam berbentuk lainnya.

***

Pengertian Buddha tentang ciri universal dunia ini merupakan Kebijaksanaan sebelah dalam yang muncul dari KesadaranNya tentang sifat alam semesta. Gambaran mengenai KebijaksanaanNya yang tak terbatas bisa kita dapatkan dengan mempelajari Empat Kebenaran Mulia.

1 Mahā parinirvāṇa (mahāparinibbāna) adalah suatu keadaan yang berada di luar jangkauan pengertian awam. Berada di atas ada dan tiada (sebagaimana yang didapati dalam fenomena kehidupan manusia)

Di dalam ajaranNya kita temukan jawaban atas pertanyaan-pertanyaan: mengapa kita ada di dunia ini? Apa yang semestinya kita lakukan? Dan, adakah tujuan dalam hidup ini?

Buddha Gautama membabarkan Kebenaran dengan penuh Belas Kasih kepada semua makhluk. Ia tidak membatasi KasihNya hanya untuk pengikutNya saja, atau bahkan kepada umat manusia saja. Kedamaian dan kenyamanan ditebarkanNya tanpa pamrih. Kesabaran dan Belas Kasihnya seperti hujan yang mengakhiri kemarau panjang. Dan harapanNya adalah "Semoga semua makhluk bahagia."

Di dalam menyebarkan ajaranNya, Buddha Gautama memang unik. Ia tidak pernah mengatakan hanya ajaranNya saja yang benar, sedangkan yang lain keliru. *Ehipassiko*—datang dan lihatlah— merupakan ajakan yang selalu diserukanNya kepada mereka yang mencari Kebenaran.

Pendekatan yang diterapkanNya terhadap agama lain mencerminkan sikap toleran dan rasional, serta tiadanya keinginan untuk mencari kekuasaan, pengakuan, maupun pengikut. Tak pernah Ia mengatakan bahwa pengikut ajaran lain akan dilahirkan di alam neraka.

Ia hanya meminta pengikutNya untuk bersikap kritis terhadap ajaran-ajaran itu. Seperti dengan jelas disebutkan dalam *Kālāma Sutta*:

> "Sekarang, wahai kaum Kālāma, jangan percaya begitu saja, hanya karena sesuatu itu dibicarakan orang, diturunkan turun temurun, dinyatakan sebagai tradisi. Jangan percaya begitu saja, hanya karena telah

dinasihatkan kepadamu, disimpulkan kepadamu, telah menjadi anggapan umum—tidak juga hanya sebagai rasa hormat: bahwa seorang petapa seharusnya diikuti. Tetapi, wahai kaum Kālāma, jika kamu ketahui sendiri: 'ajaran ini tidak bermanfaat, disesalkan oleh yang bijaksana—jika diikuti dan dipraktikkan akan membawa penderitaan', maka seharusnyalah kamu tolak."

***

Apa artinya pencapaian Penerangan Sempurna oleh Buddha Gautama bagi umat manusia?

Pertama, Buddha Gautama membuka mata kita akan adanya suatu potensi di dalam diri umat manusia untuk mencapai Kesempurnaan. Ia menyibak awan ketidaktahuan dan mendorong kita mengembangkan potensi itu secara maksimal. Potensi inilah yang dikenal sebagai hakikat Kebuddhaan.

Kedua, Buddha Gautama membukakan pintu menuju pembebasan kepada semua makhluk tanpa pilih kasih. Kasta, warna kulit, jenis kelamin, atau label-label agama, tidak berarti bagiNya; semua bisa memperoleh manfaat dari Dharma.

Ketiga, Buddha Gautama telah menunjukkan bahwa pencapaian Penerangan Sempurna dan pelepasan dari penderitaan adalah mungkin—tanpa harus menggantungkan diri pada faktor-faktor luar seperti: upacara-upacara, pemberian kurban, dan sebagainya. Manusia memiliki kapasitas untuk menyelamatkan dirinya sendiri, seandainya ia menyadari hal itu dan mengetahui jalannya.

Terakhir, Buddha Gautama telah memberikan wawasan spiritual—wawasan akan pencapaian Penerangan Sempurna atas usaha sendiri. Ia merupakan ideal spiritual yang dapat diteladani. Orang selalu dapat diilhami oleh contoh agungNya. Dilahirkan sebagai manusia, dan kemudian atas usaha sendiri Ia mencapai Penerangan Sempurna.

Dengan demikian kita tahu bahwa pencapaian Kebebasan itu bukan terjadi dengan sendirinya, ataupun tergantung pada takdir. Melainkan sesuatu yang mungkin dan dapat dicapai dengan usaha manusia.

Perbedaan antara Buddha Gautama dengan muridNya yang berhasil mencapai Nirwana (Skt. *Nirvāṇa*, P. *Nibbāna*) adalah bahwa yang pertama mencapainya tanpa bantuan seorang guru. Sedangkan yang belakangan mencapainya berdasarkan petunjuk yang pertama.

3
Sari Ajaran Buddha

" ... Sekarang, wahai Biksu, inilah Kebenaran Mulia tentang duka: kelahiran adalah duka, menjadi tua adalah duka, kematian adalah duka, kesedihan, ratapan, kemurungan, dan putus asa adalah duka. Berkumpul dengan yang tidak disenangi adalah duka, berpisah dengan yang dicintai adalah juga duka. Tidak memperoleh apa yang diinginkan adalah duka. Singkatnya, lima kelompok kemelekatan adalah duka.

Sekarang, wahai Biksu, inilah Kebenaran Mulia tentang sebab duka: keinginan, yang menyebabkan kelahiran kembali, beserta dengan kesenangan-kesenangan dan nafsu yang merindukan kesenangan itu di sana dan di sini—yakni kerinduan pada hawa nafsu, kerinduan untuk ada (hidup terus), dan kerinduan untuk menjadi tidak ada (musnah).

Sekarang, wahai Biksu, inilah Kebenaran Mulia tentang lenyapnya duka: pemusnahan, pelepasan, pembebasan, dan ketidakmelekatan pada semua keinginan.

Sekarang, wahai Biksu, inilah Kebenaran Mulia tentang jalan menuju lenyapnya duka: sesungguhnya ini adalah Jalan Mulia Berunsur Delapan—yaitu pandangan benar, pikiran benar,

perkataan benar, perbuatan benar, cara hidup benar, usaha benar, perhatian benar, dan konsentrasi benar."

Inilah hakikat ajaran Buddha: Kebenaran hidup. Bahwa sesungguhnya terdapat penderitaan (*dukkha*) dalam hidup ini, bahwa sebab dari penderitaan (*dukkha-samudaya*) adalah nafsu keinginan (*taṇhā*), bahwa pelepasan nafsu keinginan adalah akhir dari penderitaan (*dukkha-nirodha*), dan bahwa jalan menuju lenyapnya penderitaan adalah Jalan Mulia Berunsur Delapan (*Ariya Aṭṭhaṅgika Magga*).

Keempat hal ini, duka, sebab duka, lenyapnya duka, dan jalan menuju lenyapnya duka, dikenal sebagai Empat Kebenaran Mulia. Pertama sekali dibabarkan kepada lima orang petapa di Taman Rusa Isipatana lebih dari dua puluh lima abad yang lalu.

Mengapa Buddha Gautama, Tathāgata, membabarkan Kebenaran ini? Karena Ia adalah Kasih. Ia yang telah bebas penuh dengan Belas Kasih kepada umat manusia, kepada dewa-dewa, kepada semua makhluk, yang terlihat maupun yang tidak terlihat. Ketika roda Dharma pertama kali diputar di Benares, seluruh alam semesta bergetar—seperti tersebut dalam Sutra Pemutaran Roda Dharma (*Dhammacakkappavattana Sutta*):

> "Lalu setelah *Bhagava* (Yang Terberkahi) memutar roda Dharma, para dewa bumi pun berseru dengan serempak, 'Di Benares, di Isipatana, di Taman Rusa, telah diputar oleh Bhagava roda Dharma yang tiada bandingannya, yang tidak dapat dihentikan baik oleh petapa, brahmana, dewa, *Māra*, *Brahmā*, maupun siapa saja di dunia ini!"

Mendengar kata-kata dewa-dewa bumi, dewa-dewa *Cātummahārājikā* pun berseru dengan serempak, 'Di Benares, ... telah diputar....

Mendengar kata-kata dewa-dewa dari Surga Cātummahārājikā, dewa-dewa dari Surga *Tāvatiṁsā* pun berseru dengan serempak, 'Di Benares, ... telah diputar....

Mendengar kata-kata dewa-dewa dari Surga Tāvatiṁsā, dewa-dewa dari Surga *Yāmā* pun berseru dengan serempak, 'Di Benares, ... telah diputar....'

Mendengar kata-kata dewa-dewa dari Surga Yāmā, dewa-dewa dari Surga *Tusitā* pun berseru dengan serempak, 'Di Benares, ... telah diputar....'

Mendengar kata-kata dewa-dewa dari Surga Tusitā, dewa-dewa dari Surga *Nimmānarati* pun berseru dengan serempak, 'Di Benares, ... telah diputar ....'

Mendengar kata-kata dewa-dewa dari Surga Nimmānarati, dewa-dewa dari Surga *Paranimmitavasavatti* pun berseru dengan serempak, 'Di Benares, ... telah diputar....'

Mendengar kata-kata dewa-dewa dari Surga Paranimmitavasavatti, dewa-dewa dari alam Brahmā pun berseru dengan serempak, 'Di Benares, di Isipatana, di Taman Rusa, telah diputar oleh Bhagava roda Dharma yang tiada bandingannya, yang tak dapat dihentikan baik oleh para petapa, brahmana, dewa, Māra, Brahmā, maupun oleh siapa saja di dunia ini.'

Demikianlah, pada waktu itu juga, pada saat itu juga, seketika itu juga, suara itu menembus alam Brahmā, dan alam semesta ini dengan laksaan alam-alamnya tergugah dan bergetar disertai suara gemuruh, dan cahaya gilang-gemilang yang tak terbatas, melebihi cahaya dari para dewa, terlihat di dunia ini ....”

4
Duka

Terdapat duka dalam hidup ini; Kebenaran pertama yang dibabarkan Buddha Gautama. Duka hampir selalu diartikan sebagai penderitaan. Interprestasi yang tidak salah, tetapi tidak selalu tepat. Duka, tidak hanya berarti penderitaan, rasa sakit, tetapi meliputi juga ketidakpuasan, kekosongan, dan sebagainya. Untuk pembahasan selanjutnya, kata duka akan tetap dipakai sebagaimana kata aslinya.

Harus diakui duka dalam Empat Kebenaran Mulia cenderung mempunyai arti penderitaan. Meskipun demikian, tidak berarti Buddha Gautama menyangkal adanya kebahagiaan dalam hidup ini.

Di dalam *Aṅguttara Nikāya*, disebutkan adanya beberapa macam kebahagiaan (*sukhaṁ*), seperti kebahagiaan hidup berkeluarga, kebahagiaan yang diperoleh dengan menjalani petapaan, dan sebagainya. Tetapi semua ini juga termasuk ke dalam duka, karena semuanya adalah tidak kekal.

Bahkan keadaan suci yang dicapai dengan *jhāna*—suatu tingkat kesucian yang akan dibahas belakangan—adalah juga duka. Di dalam satu sutta dari *Majjhima Nikāya*, Buddha berkata

(setelah memuji kebahagiaan yang dicapai dengan jhāna ini), "Keadaan ini adalah tidak kekal, duka, dan akan berubah." Dalam hal ini kata duka tidak secara eksplisit berarti penderitaan, tetapi merujuk pada ketidakkekalan. Dan semua yang tidak kekal adalah tidak memuaskan (*yad aniccaṁ taṁ dukkhaṁ*).

Konsepsi duka dapat ditinjau dari tiga sudut: (1) duka sebagai penderitaan biasa (*dukkha-dukkha*), (2) duka sebagai hasil dari perubahan (*vipariṇāma-dukkha*), dan (3) duka hasil dari kejadian bersyarat (*sankhāra-dukkha*).

Segala macam penderitaan dalam kehidupan ini—fisik maupun mental, seperti kelahiran, sakit, menjadi tua, berpisah dengan yang dicintai, tidak memperoleh apa yang diinginkan—termasuk ke dalam duka sebagai penderitaan biasa.

Kegembiraan, keadaan yang menyenangkan, adalah tidak permanen, tidak bertahan, berubah cepat atau lambat. Ketika hal-hal yang menyenangkan ini berubah, ia menghasilkan ketidakpuasan, penyesalan, dan ketidakbahagiaan. Karena segala sesuatu adalah tidak kekal, dapat dimengerti bahwa segala sesuatu juga adalah tidak memuaskan (duka). Kebahagiaan atau kesenangan yang dihasilkan oleh segala sesuatu yang tidak kekal pun lalu menjadi tidak memuaskan. Perubahan keadaan hidup ini termasuk ke dalam duka sebagai hasil dari perubahan.

Duka sebagai keadaan bersyarat lebih sulit dimengerti, karena jenis duka ini berhubungan langsung dengan konsep tanpa diri (*anattā*). Seperti telah dijelaskan di awal buku ini, doktrin dasar agama Buddha menyatakan bahwa segala sesuatu muncul bergantung pada kondisi-kondisi. Tidak ada yang dapat berdiri sendiri dalam kehidupan ini. Karenanya, tidak ada segala sesuatu yang dapat disebut sebagai suatu diri yang kekal.

Makhluk hidup menurut ajaran Buddha terdiri dari tubuh jasmani dan pikiran. Elemen penyusun tubuh dan pikiran ini adalah lima agregat (*pañcakkhanda*), yakni bentuk-bentuk materi (*rūpakkhanda*), perasaan (*vedanākkhandha*), pencerapan (*saññākkhandha*), bentuk-bentuk mental (*sankhārākkhandha*), dan kesadaran (*viññāṇakkhandha*). Penjelasan mengenai masing-masing kelompok ini hanya akan diberikan secara ringkas.

Agregat pertama adalah materi. Termasuk dalam istilah materi ini adalah empat unsur (tanah, api, air, dan udara), beserta dengan turunannya. Turunan dari keempat unsur ini meliputi panca indra beserta objeknya, pikiran, juga dengan objeknya (gagasan, pendapat, dan sebagainya). Dengan demikian semua materi tercakup dalam agregat ini.

Agregat kedua adalah perasaan. Di dalam kelompok ini kita dapatkan semua perasaan—yang menyenangkan, tidak menyenangkan, maupun netral—yang timbul dengan adanya kontak antara indra (panca indra ditambah dengan pikiran) dengan objeknya. Perlu diperhatikan di sini, bahwa dalam filsafat Buddha, pikiran adalah juga indra, seperti halnya mata, telinga, hidung, dan lainnya. Dengan demikian pikiran ini dapat dikuasai dan dikembangkan seperti indra-indra lainnya.

Agregat ketiga adalah persepsi atau pencerapan. Seperti halnya perasaan, persepsi juga terdiri dari enam jenis—timbul dari kontak antara keenam indra dengan objeknya. Persepsi atau pencerapan inilah yang menyebabkan kita mengenali sesuatu.

Agregat keempat adalah bentuk-bentuk mental. Kelompok agregat ini meliputi segala aktivitas yang diawali dengan niat, atau kehendak—baik atau buruk. Apa yang umum dikenal sebagai

karma termasuk ke dalam kelompok ini. Penjelasan Buddha mengenai karma pantas untuk diingat di sini: "Wahai Biksu, adalah kehendak (*cetanā*) ini yang saya sebut karma. Setelah mempunyai niat, seseorang bertindak melalui perbuatan, ucapan, dan pikiran."

Seperti perasaan dan pencerapan, kehendak juga muncul sehubungan dengan adanya kontak antara indra dengan objeknya. Perasaan dan pencerapan bukan merupakan aktivitas yang disertai dengan kehendak. Sehingga, perasaan dan pencerapan bukanlah aktivitas yang akan menghasilkan karma. Hanya aktivitas dengan kehendak—seperti iri hati, dendam, kebijaksanaan, konsentrasi, ketidaktahuan, dan sebagainya—yang dapat menghasilkan karma. Terdapat 52 bentuk-bentuk mental seperti itu di dalam kelompok agregat keempat ini.

Agregat kelima adalah kesadaran. Kesadaran merupakan suatu reaksi atau respon dengan salah satu indra sebagai basisnya, dan dengan objeknya adalah juga objek dari indra yang bersangkutan. Dengan demikian kesadaran juga terdiri dari enam jenis seperti juga halnya dengan perasaan, pencerapan, dan bentuk-bentuk mental. Harus selalu diingat bahwa bukan kesadaran ini yang mengenali suatu benda. Kesadaran hanya berupa suatu jenis 'pengetahuan' terhadap kehadiran suatu objek. Ketika mata melihat suatu objek, berwarna biru misalnya, kesadaran visual muncul dalam arti 'mengetahui' ada suatu warna; tetapi bukan kesadaran, melainkan pencerapan (kelompok agregat ketiga) yang mengenalinya sebagai warna biru.

Kelima agregat ini tidak lepas satu sama lain: saling bergantungan. Seperti kata "kereta" muncul jika semua bagiannya

(roda, tempat duduk, dan sebagainya) telah tersusun, demikian pula tidak ada suatu "diri" dapat muncul dari masing-masing agregat ini. Bahkan jika kelima agregat tersebut bergabung membentuk suatu paduan, tidak juga dapat dikatakan suatu "diri" yang tetap telah terbentuk: kelima agregat itu sendiri juga tidak kekal—berubah setiap saat. Yang satu hilang membentuk kondisi bagi munculnya yang lain.

Dengan demikian kelima agregat dan duka bukanlah dua hal yang berbeda. Sesungguhnya lima agregat adalah duka itu sendiri—seperti yang dibabarkan Buddha pada ceramah pertamaNya di Benares, "... Singkatnya, lima kelompok kemelekatan adalah duka ..."

Inilah semua yang menyangkut duka. Sangat penting untuk dimengerti, karena seperti yang dikatakan Buddha, "Ia yang melihat duka, melihat juga sebab duka, melihat juga lenyapnya duka, dan jalan menuju lenyapnya duka."

***

Buddha sendiri kelihatannya cenderung menganjurkan muridNya membentuk suatu gambaran, atau serangkaian gambaran tentang duka, daripada terikat pada spekulasi abstrak tentang bentuk-bentuknya. Hal ini terlihat dari perumpamaan yang diberikanNya berikut :

> "Yang mana menurutmu yang lebih banyak, air mata yang kamu teteskan dalam kesedihan sepanjang jalan ini—di dalam lingkaran kelahiran (dan kematian), bergabung

dengan yang tidak diinginkan, berpisah dengan yang dicintai—atau—air dari keempat samudra?

Lama nian kamu merana karena ditinggalkan oleh ibu dan bapak, anak-anak, saudara-saudaramu. Dalam penderitaan akan hal-hal ini, sungguh, telah kau teteskan air mata lebih banyak daripada air di keempat samudra?

Yang mana menurutmu yang lebih banyak, lautan darah yang diteteskan, saat kamu dipenggal, sepanjang jalan ini, atau air dari keempat samudra?

(Saṁyutta-Nikāya XV. 3)

Sering nian kamu ditangkap karena merampok, menyamun, berzinah; dan dari berkali-kali kamu dipenggal, darah yang mengalir, sungguh, lebih banyak daripada air di keempat samudra.

Tetapi bagaimana hal ini mungkin (terjadi)?

Tidak dapat diketahui awal dari saṁsāra ini, tak dapat juga ditemui asal awal dari makhluk-makhluk yang—dihalangi oleh ketidaktahuan dan dijerat oleh kerinduan—bergesa-gesa di dalam kelahiran (dan kematian).

Demikianlah, lama sungguh kamu berada di dalam penderitaan, mengalami siksaan, mengalami kesialan dan memenuhi kuburan; sungguh, cukup lama untuk tidak lagi berpuas terhadap semua bentuk-bentuk keberadaan, cukup lama untuk mengubah arah dan membebaskan dirimu dari penderitaan."

(Saṁyutta-Nikāya XV. 13)

5
Sebab Duka

"Wahai Biksu, apakah sebab duka itu? 'Kehausan' (*taṇhā*) inilah yang menghasilkan kelahiran dan penjelmaan kembali, yang padanya terikat nafsu dan kesenangan-kesenangan, di sana dan di sini."

(Dīgha-Nikāya XXII)

'Kehausan' inilah yang dalam beberapa bentuknya menimbulkan segala jenis penderitaan. Walaupun demikian 'kehausan' atau **nafsu keinginan** tidak boleh dianggap sebagai sebab awal. Karena menurut ajaran Buddha, semua hal adalah saling bergantungan satu sama lain. Bahkan kemunculan dahaga ini, yang disebut sebagai sebab dari duka, bergantung pada pencerapan. Demikian seterusnya, berputar pada apa yang disebut lingkaran ketergantungan (*pratītya-samutpāda*).

Dengan demikian taṇhā (Skt. *tṛṣṇā*) bukanlah satu-satunya sebab timbulnya duka. Tetapi taṇhā adalah sebab yang paling langsung dan paling jelas, yang utama. Di dalam Kitab Suci disebutkan bahwa sebab duka meliputi kotoran-kotoran dan ketidaksucian yang lain.

‘Kehausan’ tidak hanya mencakup keinginan, atau kemelekatan pada kesenangan-kesenangan, harta benda, kekuasaan, tetapi juga kemelekatan pada ide-ide, hasil-hasil pikiran, konsep-konsep, atau kepercayaan (*dhammataṇhā*).

Menurut Buddha, segala pertentangan dan keributan di dunia ini—dari pertengkaran kecil dalam rumah tangga, sampai peperangan antar bangsa—disebabkan oleh ‘kehausan’ yang mementingkan diri sendiri seperti itu. Sebagaimana yang dikatakanNya, “Dunia ini merindukan, mendambakan, dan diperbudak oleh ‘kehausan’ *(taṇhādaso*).”

***

Dua belas mata rantai dari pratītya-samutpāda adalah aplikasi dari Hukum Sebab Musabab pada kehidupan (dari apa yang disebut) individu, berlandaskan pada karmanya dari satu kelahiran ke kelahiran berikutnya. Ada dua hal yang ingin dituju dari aplikasi ini.

Pertama, dengan menunjukkan serangkaian elemen konkret ini, akan memungkinkan para pengikut Ajaran mengetahui, dengan lebih jelas, hukum universal ketidakkekalan dan keadaan yang berkondisi (dan saling bergantungan) dari semua fenomena.

Kedua, dengan menunjukkan bagaimana kelahiran, usia tua, penyakit, dan kematian, serta semua ketidaksenangan yang ditimbulkan oleh fenomena penjelmaan, muncul bergantung pada kondisinya—dan bagaimana dengan berakhirnya segala kondisi itu, mereka pun lenyap—penderitaan manusia telah

dapat dijelaskan secara logis; suatu jalan, dengan demikian, dapat ditunjukkan ke berakhirnya saṁsāra dan dicapainya Nirwana.

Di bawah ini akan dijelaskan kedua belas mata rantai itu satu persatu. Kedua belas mata rantai ini berhubungan satu sama lain membentuk lingkaran.

*(1) Āvidyā (*P. *avijjā)*, atau kebodohan (kegelapan batin)—yang 'pertama' dari kedua belas mata rantai—mempunyai arti ketidaktahuan secara spiritual. Meskipun Dharma itu adalah transeden, (dan yang transeden itu, karena berada di atas semua pembenaran) tidak mempunyai sisi yang berlawanan, dari sudut pandang keduniawian kebodohan dapat dianggap sebagai antitesis (lawan) dari *Bodhi* (Penerangan).

Karena Penerangan atau Kebijaksanaan Tertinggi adalah tujuan dari pengikut Ajaran, keberadaan dalam kebodohan—dalam kerusakan Bodhi—dengan sendirinya adalah titik awal dari seluruh ajaran.

Āvidyā tidak hanya berada dalam keadaan perampasan umum dari Bodhi; āvidyā juga secara khusus berarti ketidaktahuan pada keadaan yang saling bergantungan, Empat Kebenaran Mulia, serta prinsip-prinsip pokok ajaran Buddha—dan secara skolastik selalu didefinisikan demikian.

(2) Hubungan antara āvidyā dan *sāṁskārāḥ* (P. *sankhāra*), mata rantai kedua, dapat diumpamakan sebagai hubungan antara keadaan mabuk yang menyebabkan seseorang lupa daratan dengan perbuatan-perbuatan merusak yang dilakukannya dalam keadaan demikian.

Sāṁskārāḥ berarti kondisi yang diperlukan untuk menimbulkan suatu hasil tertentu—dalam hal ini agregat dari

kondisi-kondisi mental yang di bawah Hukum Karma bertanggung jawab bagi terbentuknya momen pertama dari kesadaran pada kehidupan berikutnya.

Pada dasarnya, sāṁskārāḥ mewakili kemauan yang berasosiasi dengan suatu tingkat khusus dari pikiran. Dan karena alasan ini, sāṁskārāḥ telah diterjemahkan sebagai tindakan-dengan-kehendak.

Tindakan-dengan-kehendak ini dapat berupa tindakan jasmani, ucapan, atau hanya pikiran. Tindakan-dengan-kehendak dapat berdiri sebagai yang memberikan pahala, dalam arti timbul dari niat baik dan membawa kelahiran kembali yang baik. Atau dapat juga memberikan akibat buruk, dalam arti dilakukan dengan niat buruk dan menyebabkan kelahiran kembali yang tidak baik.

Tindakan-dengan-kehendak yang diasosiasikan dengan keadaan mental yang netral—dari sudut pandang moral—dari kaum Arahat (Skt. *Arhat*, P. *Arahant*) tidak merupakan kondisi yang akan menyebabkan timbulnya kelahiran kembali dalam lingkungan keberadaan fenomena.

(3) Bergantung pada bentuk-bentuk karma dari kelahiran sebelumnya timbullah keadaan bersebab ketiga, *vijñāna* (P. *viññāṇa*), atau kesadaran. Kesadaran merupakan mata rantai pertama yang menjadi milik dari kehidupan sekarang (kebodohan dan bentuk-bentuk mental merupakan mata rantai milik kehidupan yang lalu).

Menurut filsafat Buddha, pembuahan terjadi hanya jika penggabungan dari tiga hal berikut terjadi: 'pertemuan' antara ayah dan ibu, ibu dalam masa subur, dan adanya kesadaran saat terakhir dari kehidupan sebelumnya.

Apa yang dilahirkan kembali? Mengatakan bahwa sesuatu yang dilahirkan kembali itu sama dengan sesuatu yang baru saja mati dari kehidupan sebelumnya, akan berarti eternalisme. Mengatakan bahwa mereka adalah dua individu yang berbeda, adalah nihilisme.

Menghindari dua ekstrem ini, Buddha Gautama mengajarkan Jalan Tengah, yakni Hukum Sebab Musabab: dengan adanya ini, itu menjelma: dengan munculnya ini, itu muncul, dan seterusnya—kelahiran pun kembali terjadi.

Kesadaran yang mulai berfungsi seketika pada pembuahan, terdiri dari kesadaran penglihatan, pendengaran, penciuman, pengecapan, kesadaran tubuh, dan kesadaran mental. Perlu diingat, bahwa kesadaran ini adalah netral secara karma.

(4) Bergantung pada kesadaran (*vijñāna)* muncul *nāma-rūpa*, yang terdiri dari tubuh jasmani (*rūpa*) dan tiga tumpukan mental (*nāma*), yaitu perasaan (*vedanā*), pencerapan atau *samjñā (*P. *saññā*), dan bentuk-bentuk mental (*sāṁskārāḥ*). Kesadaran, setelah diperhitungkan sebagai 'sebab' (mata rantai ketiga), tidak dapat lagi diperinci sebagai 'akibat' (mata rantai keempat).

(5) Bergantung pada nāma-rūpa muncul *ṣaḍāyatana (*P. *saḷāyatana)*, yaitu indra. Indra di sini terdiri dari panca indra (mata, hidung, dan sebagainya) ditambah dengan pikiran. Formulasi yang kelihatan sederhana ini menyembunyikan kerumitan dari suatu jaringan kondisi-kondisi. Nāma dan pikiran, nāma dan lima indra fisik, rūpa dan pikiran, dan rūpa dan lima indra fisik, semuanya berhubungan satu sama lain dengan sangat banyak cara.

(6) Bergantung pada ṣaḍāyatana muncul kontak atau kesan (Skt. *sparśa,* P. *phassa*). *Nidāna* (mata rantai) keenam ini,

yang terdiri dari enam jenis kontak mata, kontak telinga, dan seterusnya), masing-masing jenisnya berisikan kombinasi dari organ pencerapan (indra), objeknya, dan kesan. Hal ini tentunya suatu psikologi dasar yang mudah dimengerti.

(7) Bergantung pada kesan muncul perasaan (*vedanā*), atau sensasi. Seperti juga nidāna sebelumnya, perasaan juga terdiri dari enam jenis: hasil dari kontak mata, hasil dari kontak telinga, dan seterusnya. Nidāna ketujuh ini merupakan hasil dari karma. Karenanya ia dapat muncul sebagai yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan.

(8) Bergantung pada perasaan hasil dari karma muncul *tṛṣṇā* (P. *taṇhā*), 'kehausan' atau nafsu keinginan.

Enam objek 'kehausan' atau kerinduan adalah lima objek indra fisik ditambah dengan objek dan pikiran. Kerinduan ini ada tiga jenis. Kerinduan pada bentuk, suatu tertentu, dan sebagainya, yang muncul bersamaan dengan nafsu (*kāma-tṛṣṇā*). Kerinduan yang muncul berasosiasi dengan pandangan keliru tentang keberadaan suatu diri yang kekal (*bhāva-tṛṣṇā*). Dan *vibhāva-tṛṣṇā*, kerinduan berkenaan dengan pandangan keliru bahwa diri lenyap setelah kematian.

Seperti yang akan kita lihat nanti, nidāna-nidāna terdiri dari dua jenis: milik proses karma (*karma-bhāva*), dan milik proses kelahiran kembali (*utpati-bhāva*).

Kelima nidāna dari kesadaran hingga ke perasaan mewakili proses kelahiran kembali dari kehidupan saat ini. Sebagai hasil proses karma dari penjelmaan sebelumnya, kelima nidāna ini adalah—dari sudut pandang moral—netral pada kehidupan sekarang: dalam arti tidak berpengaruh pada kehidupan mendatang.

Dari tṛṣṇā dimulailah proses karma dari kehidupan saat ini—yang menentukan proses kelahiran kembali dari penjelmaan yang akan datang. Karena alasan ini, nidāna kedelapan juga muncul sebagai Kebenaran Mulia Kedua: sebab dari duka.

> "Wahai Biksu, apakah sebab duka itu? 'Kehausan' (*taṇhā*) inilah yang menghasilkan kelahiran dan penjelmaan kembali, yang padanya terikat nafsu dan kesenangan-kesenangan, di sana dan di sini."
>
> (Dīgha-Nikāya XXII)

Peralihan dari perasaan ke kerinduan, dari perasaan pasif ke nafsu aktif, merupakan fakta psikologis yang berdiri di belakang apa yang disebut orang Kristen sebagai kejatuhan manusia ke dalam dosa.

Selang di antara kedua nidāna ini merupakan medan pertempuran dari kehidupan spiritual. Mengalami perasaan tetapi juga mengendalikan nafsu adalah kemenangan atas diri sendiri, yang oleh Buddha Gautama dinyatakan lebih agung dari penaklukan atas seribu orang lain seribu kali.

Menurut perumpamaan yang lain, kecanduan adalah panah beracun yang menancap di jantung, dan yang mesti dicabut terlebih dahulu sebelum seorang pengikut merestorasi dirinya ke tingkat kesucian spiritual sempurna Nirwana.

(9) Jika panah tersebut tetap menancap kuat pada tempatnya, maka tingkat sebab musabab berikutnya, tak terhindarkan, akan mengikuti: bergantung pada tṛṣṇā muncul kemelekatan (*upādāna*).

Kemelekatan ini ada empat jenis: kemelekatan pada kesenangan-kesenangan indra; kemelekatan pada pandangan-pandangan, konsep-konsep, yang meliputi kepercayaan membuta, pendapat-pendapat tanpa dasar, dan dogma; kemelekatan pada etika (*śīla*) dan ketaatan eksternal (*vrata*), melulu demi kepentingan śīla (P. *sīla*) dan vrata (P. *virata*) itu sendiri; dan kemelekatan pada kepercayaan keliru pada keberadaan suatu diri.

Ada hal lebih penting yang dibawa oleh tingkat sebab-akibat ini. Melalui berbagai jenis kemelekatan intelek—semuanya merupakan turunan dari ketidaktahuan asal yang mendasari seluruh proses saṁsāra—nidāna ini menggarisbawahi teramat pentingnya Pandangan Benar, atau penalaran yang benar tentang Dharma.

(10) Bergantung pada kemelekatan muncul *bhāva* ('menjadi'), dalam arti hidup dalam, atau dilahirkan ke dalam 'lapisan' keberadaan fenomena.

'Lapisan' atau tempat ini ada tiga. Yang terdiri dari nafsu (karma) meliputi kehadiran dari raksasa-raksasa, binatang, manusia, makhluk-makhluk neraka, hantu-hantu kelaparan, dan dewa-dewa dari bidang-bidang surgawi sebelah barat. Dunia berbentuk (*rūpabhāva*), terdiri dari kehidupan di dalam surga lapisan menengah. Dan dunia tanpa bentuk (*arūpabhāva*), terdiri dari kehidupan dalam puncak piramida dari keberadaan surgawi tertinggi.

Harus diperhatikan bahwa "surga tertinggi" pada dunia tanpa bentuk masih berada di dalam kehidupan fenomena, dan dengan demikian bukanlah tujuan akhir dari pengikut Ajaran.

Istilah bhāva sering dipakai untuk mengartikan pembuahan, karena dari mata rantai sebab-akibat ini dimulai kehidupan di masa yang akan datang.

(11) Bergantung pada 'menjadi' (hasil dari karma), muncul kelahiran (*jāti*). Di sini tidak diartikan sebagai proses melahirkan yang sebenarnya, tetapi sebagai kemunculan dari kelima *skandha*—yakni, materi/jasmani, perasaan, pencerapan, bentuk-bentuk mental, dan kesadaran—sekaligus di dalam peranakan seorang ibu.

(12) Bergantung pada kelahiran muncul peluruhan dan kematian (*jarā-maraṇa*), dengan penderitaan, kesedihan, rasa sakit, kesengsaraan, dan keputusasaan berada dalam jajarannya.

***

Hubungan antara kedua belas nidāna dengan demikian telah jelas. "Demikianlah,"—yaitu, dengan cara dua belas mata rantai hubungan sebab-akibat ini—"muncul seluruh penderitaan".

Roda penjelmaan dengan demikian telah berputar sekali; nidāna-nidāna, dari ketidaktahuan ke peluruhan-dan-kematian, telah diperinci secara positif dengan tataan maju.

Rahasia dari keterikatan adalah juga rahasia dari kebebasan. Dengan menggunakan suatu gaya yang lebih kuat dari gaya kebencian, lebih kuat dari nafsu, bahkan lebih kuat dari kebodohan, roda penjelmaan dapat dibuat berputar dengan arah yang terbalik.

Nidāna-nidāna dapat diperinci secara negatif dengan arah yang berlawanan: dengan berhentinya kelahiran berhentilah

peluruhan-dan-kematian, dari berakhirnya penjelmaan ('menjadi') berakhirlah kelahiran, ... dari berhentinya tindakan–dengan–kehendak berhentilah kesadaran, dan dengan berakhirnya kebodohan, tindakan–dengan–kehendak pun tak muncul.

Demikianlah, seperti terdapat di dalam kata-kata yang dipenuhi kegembiraan di dalam Kitab Suci, "berakhirnya seluruh penderitaan ini."

> "Melalui banyak kelahiran, dalam saṁsāra,
> mengembaralah aku mencari,
> tapi tak menemukan pembuat rumah[1] ini.
> Sungguh menyedihkan,
> kelahiran yang berulang-ulang.
>
> Oh, pembuat rumah! Engkau telah terlihat.
> Kau tak lagi dapat membuat rumah,
> semua tiang-tiangmu patah,
> balok utamamu pun hancur.
> Batinku mencapai keadaan-tanpa-syarat (Nirwana).
> Tercapailah akhir dari nafsu keinginan."

1 Rumah di sini artinya badan jasmani, sedangkan pembuat rumah adalah nafsu keinginan (*tṛṣṇā*). Tiang-tiangnya adalah nafsu-nafsu dan balok utamanya kebodohan (*āvidyā*).

6
Lenyapnya Duka

Kini kita tiba pada Kebenaran Mulia ketiga: lenyapnya duka (*duḥkha nirodha*). Kebenaran Mulia ketiga ini diturunkan dari Kebenaran Mulia pertama dengan suatu proses yang oleh kalangan Barat dikenal sebagai inferensi langsung (pengambilan kesimpulan secara langsung).

Di mana tidak terdapat kerinduan, di sana juga tidak terdapat duka. Lenyapnya keinginan (*tṛṣṇā*) adalah juga lenyapnya penderitaan. Kebenaran ketiga ini dengan demikian berhubungan dengan aspek negatif dari Nirwana. Seperti yang akan kita lihat nanti, Nirwana, bukanlah suatu keadaan dari kemusnahan mutlak (*anihilisme*).

Adalah mudah untuk sampai pada kesimpulan bahwa Ajaran Buddha melulu berhubungan dengan usaha pelenyapan penderitaan. Seperti rasa sakit pada tubuh hanya merupakan gejala adanya suatu keadaan yang tidak menyenangkan, demikian juga penderitaan hanya menandakan ada sesuatu yang tidak benar dalam hidup ini.

Penderitaan penting hanya karena ia merupakan tanda bahwa kita tidak hidup sebagaimana mestinya. Apa yang harus

benar-benar dilenyapkan bukanlah penderitaan itu, tetapi ketidaksempurnaan yang dicirikannya.

Sari Ajaran Buddha, dengan demikian, bukan terletak pada penghilangan penderitaan, yang hanya bersifat *insidentil*, tetapi pada pencapaian kesempurnaan, Nirwana.

Tentunya yang harus selalu diingat di sini adalah bahwa Nirwana tak terdefinisikan: kata-kata terlalu terbatas untuk menjelaskannya. Apa yang dicobaberikan di sini hanyalah suatu gambaran. Bahkan sebenarnya, Nirwana tidak juga terbayangkan, karena pelenyapan dari bentuk-bentuk mental—termasuk juga pembedaan antara "diri" dan "bukan diri"—merupakan kondisi utama yang dibutuhkan bagi pencapaiannya.

Karena alasan ini, Nirwana lebih sering didekati dengan metode *via negation*—yaitu Nirwana diungkapkan sebagai "yang bukan seperti itu". Dalam kerangka pemikiran demikian, Nirwana digambarkan sebagai: Yang-Tak-Tergoyahkan (*accanta*), Yang-Tak-Tercipta (*akata*), Yang-Tak-Terbatas (*ananta*), Akhir Penderitaan (*dukkha-kkhaya*), Yang-Tak-Terbentuk (*asankhata*), Pantai Seberang (*pāra*), Yang-Tak-Terbedakan (*anidassana*), Yang-Tak-Berakhir (*accutta*), dan sebagainya.

Gambaran yang lebih ringkas lagi, kita dapatkan dalam ayat-ayat berikut.

> Seorang pengembara pemakan apel berkata seperti ini kepada Yang Arya Sariputra (salah satu dari siswa langsung Buddha):
>
> "Yang Arya Sariputra, selalu disebutkan, 'Nirwana, Nirwana.' Sekarang, Yang Arya, apakah Nirwana itu?"

> "Apa saja, Saudara, yang merupakan akhir dari nafsu, kebencian, keragu-raguan, itulah yang disebut Nirwana."
>
> (Saṁyutta-Nikāya IV. 251)

Karena alasan ini juga, tidak sedikit orang—karena tidak mendalami Ajaran secara menyeluruh—menyimpulkan bahwa pada dasarnya Buddha mengajarkan nihilisme: Nirwana dianggap sebagai pelenyapan total dari segala sesuatu.

Tentunya bukan demikian. Tidak benar menyatakan bahwa Nirwana menuju pada nihilisme—satu dari dua paham yang sangat ditentang oleh Buddha Gautama. (Satunya lagi adalah eternalisme).

> "Seorang biksu yang pikirannya terbebaskan dengan cara demikian tidak dapat diikuti dan dijejaki oleh dewa-dewa sekalipun, termasuk Indra, Brahmā, dan Prajapati, sedemikian hingga mereka bisa mengatakan, 'Di sini berdiam kesadaran dari seorang yang telah bebas. Mengapa? Bahkan dalam kehidupan sekarang, wahai Biksu, saya katakan orang yang telah bebas tidak dapat dikenal secara menyeluruh.
>
> Walaupun Aku telah berkata demikian, beberapa petapa dan kaum brahmana menuduh dengan tanpa dasar, tidak benar, salah, bahwa Buddha Gautama adalah seorang nihilis dan mengajarkan nihilisme—pelenyapan total dari suatu makhluk. Buddha Gautama bukan

demikian, dan tidak mengajarkan yang demikian. Duka dan lenyapnya duka, itu yang Kuajarkan."

(Majjhima-Nikāya I. 135)

Menyatakan seseorang setelah mencapai Nirwana tidak ada lagi, adalah tidak tepat. Pertanyaan apakah seorang yang telah bebas masih ada atau tidak, merupakan satu dari empat jenis (kelompok) pertanyaan yang dibiarkan tak terjawab oleh Buddha Gautama.

Dibiarkan tak terjawab, karena di samping pertanyaan-pertanyaan itu tidak mutlak bagi tercapainya Kesempurnaan, juga pertanyaan-pertanyaan itu adalah sekaligus jawabannya sendiri. Untuk mengetahui sekaligus membuktikan seseorang itu, setelah mencapai Nirwana, ada, atau tidak ada, atau ada sekaligus tidak ada, atau tidak ada maupun ada, seseorang itu harus terlebih dahulu mencapai Nirwana—sesuatu yang tidak tercerapi oleh penalaran logis, sesuatu yang mengatasi dualisme.

Sesungguhnyalah, sangat sulit untuk mengerti Dharma. Seperti yang disabdakan Buddha kepada Vacchagotta, seorang pengembara:

"Dalam sungguh Ajaran ini, Vaccha, sulit dimengerti, sulit dipahami, bagus, tinggi, mengatasi kerangka logika, halus, hanya dimengerti oleh yang bijaksana.

Sungguh sukar dimengerti oleh kamu, yang dilekati pandangan-pandangan dan kecenderungan-kecenderungan yang berbeda, yang dilatih dengan cara lain—di bawah bimbingan guru lain."

Buddha Gautama juga cenderung untuk lebih menekankan pentingnya Jalan (menuju Nirwana), daripada memberikan suatu gambaran tentang Tujuan itu sendiri—sesuatu yang bebas dari bentuk-bentuk mental—kepada pengikutNya yang masih dilekati kotoran batin.

Satu aspek penting dari gambaran yang diberikan Buddha Gautama tentang Nirwana—dan yang sering diabaikan oleh para pengikutNya—adalah bahwa Nirwana merupakan tujuan tertinggi dari kehidupan spiritual—sesuatu yang memberikan arah pada pengembangan karir seorang yang mengikuti Jalan.

> "Ada, wahai Biksu, sesuatu yang tidak dilahirkan, yang tidak menjelma, yang tidak terbentuk, yang tidak tersusun; jika Biksu, tidak terdapat yang tidak dilahirkan, yang tidak menjelma, yang tidak terbentuk, yang tidak tersusun, seperti itu, tidak akan ada jalan keluar bagi yang tidak dilahirkan, yang menjelma, yang terbentuk, yang tersusun.
>
> Tetapi, karena ada yang tidak dilahirkan, yang tidak menjelma, yang tidak terbentuk, yang tidak tersusun, maka terdapat **jalan keluar** bagi yang dilahirkan, yang menjelma, yang terbentuk, yang tersusun."
>
> (Udāna VIII. 3)

"Pengembara pemakan apel", setelah mendapatkan penjelasan *via negation* tentang Nirwana, bertanya lebih lanjut, "Yang Arya Sariputra, apakah ada 'suatu cara ke pencapaian Nirwana'?" Sariputra menyatakan ada, dan itu adalah Jalan Mulia Berunsur Delapan.

7
Jalan Tengah

Kebenaran Mulia keempat adalah Jalan menuju lenyapnya duka. Dari keterangan yang telah disampaikan seharusnya telah jelas bahwa Kebenaran Mulia keempat ini mengandung keterlibatan kita tidak melulu dalam pelenyapan penderitaan tetapi dalam pencapaian *sambodhi*.

Delapan unsur dari Jalan tersebut adalah:

1. Pandangan Benar (Skt. *samyag-dṛṣṭi,* P. *sammā-diṭṭhi*), mempunyai arti pengertian benar tentang Ajaran: merupakan yang paling awal; mendahului unsur yang lain.
2. Pikiran Benar (Skt. *samyak-saṁkalpa,* P. *sammā-sankappa*).
3. Perkataan Benar (Skt. *samyag-vācā,* P. *sammā-vācā*).
4. Perbuatan Benar (Skt. *samyak-karmanta,* P. *sammā-kammanta*).
5. Cara Hidup Benar (Skt. *samyag-ājīva,* P. *sammā-ājīva*).
6. Usaha Benar (Skt. *samyag-vyāyāma,* P. *sammā-vāyāma*).

7. Perhatian Benar (Skt. *samyak-smṛti,* P. *sammā-sati*).
8. Konsentrasi Benar (Skt. *samyak-samādhi,* P. *sammā-samādhi*).

Delapan unsur ini tercakup dalam tiga landasan dasar: *śīla*, *samādhi*, dan *prajñā* (P. *paññā*) Śīla meliputi perbuatan benar, perkataan benar, dan cara hidup benar. Samādhi terdiri dari usaha benar, perhatian benar, dan konsentrasi benar. Prajñā mencakup pandangan benar, dan pikiran benar. Setelah penjelasan sekilas tentang kedelapan unsur dan Jalan, kita akan membahas lebih mendalam tiga landasan dasar ini.

(i) Pandangan Benar, unsur pertama dari Jalan, sering didefinisikan sebagai pengertian benar tentang Empat Kebenaran Mulia. Dengan kata lain, langkah paling awal dari Jalan menekankan perlunya pengertian yang benar dari beragam ajaran yang menggambarkan—dengan satu dan lain cara—doktrin dasar Ajaran: keadaan bersyarat universal.

Pengertian ini—pada awalnya berdasarkan rasio belaka—secara bertahap dialihkan dengan latihan spiritual menjadi pemahaman mendalam. Dan pada tingkat kedelapan, tingkat meditasi, si pengikut Jalan pun menyadari—dengan mengalami sendiri secara spiritual—Kebenaran yang pada tingkat awal hanya dimengertinya secara intelek berdasarkan simbol-simbol ajaran.

(ii) Pikiran Benar dapat digambarkan dengan cukup baik untuk tujuan pembahasan sampai tahap ini, sebagai pasangan dari pandangan benar. Kitab Suci Pāli mengartikannya sebagai pikiran yang bebas dari nafsu birahi, dendam, dan kebencian.

(iii) Terdapat empat prinsip dari Perkataan Benar. Seorang pengikut harus menghindarkan diri dari perkataan yang tidak

benar dan bohong; ia mesti tidak melakukan sumpah palsu. Apa yang telah didengarnya di suatu tempat tidak diulanginya di tempat lain dengan cara yang akan menyebabkan perselisihan.

Ia bukanlah seorang yang membawa berita palsu, bukan juga seorang yang melemparkan fitnah. Sebaliknya, ia gembira di dalam menyebarkan persahabatan dan perdamaian dengan kata-katanya.

Ia berkata-kata dengan lembut, ringan di telinga, penuh kasih, menyentuh hati—tidak menggunakan bahasa yang kasar—sopan, ramah, dan harmonis dengan yang lain.

Ia menghindarkan diri dari percakapan yang tidak bermanfaat. Sebaliknya ia berbicara pada saat yang tepat, berbicara benar sesuai dengan kenyataan dan bermanfaat tentang Ajaran dan Disiplin. Kata-katanya seperti harta karun yang tak ternilai, dinyatakan pada saat yang tepat, diikuti dengan argumen, dan masuk akal.

(iv) Perbuatan Benar didefinisikan dalam konteks ini sebagai perbuatan yang bebas dari pembunuhan, pencurian, dan hubungan seks yang tidak benar. Dalam hubungannya dengan istilah pertama dari ketiga istilah itu (bebas dari pembunuhan) suatu nilai yang lebih positif—sikap hati-hati, simpati, dan mawas diri demi kebahagiaan semua makhluk hidup—juga disebutkan.

(v) Cara Hidup Benar berarti bermata-pencaharian dengan cara-cara benar. Penipuan, peramalan nasib, memetik bunga uang, dan sejenisnya, hendaknya tidak dijadikan sebagai mata pencaharian. Lima pekerjaan telah dengan khusus dilarang bagi semua umat Buddha: memperjualbelikan

senjata, memperjualbelikan makhluk hidup (manusia dan binatang), berdagang daging, berdagang minuman keras, dan memperjualbelikan racun.

(vi) Usaha Benar, atau daya upaya benar, memiliki empat jalur: usaha untuk mencegah pikiran buruk yang belum muncul, menekan dan melenyapkan pikiran jahat yang telah muncul, menumbuhkan pikiran baik yang belum muncul, mengembangkan pikiran baik yang telah muncul.

Unsur ketujuh dan kedelapan dari Jalan akan dibahas dengan terperinci bersamaan dengan pembahasan tiga landasan dasar (dalam hal ini landasan kedua). Kedua unsur itu, seperti yang telah kita ketahui, adalah :

(vii) Perhatian Benar, dan

(viii) Konsentrasi Benar.

8
Moralitas

Sila *(*Skt. *Śīla,* P. *Sīla)* secara umum berarti sifat, watak, kebiasaan, kelakuan; seperti seorang yang mempunyai sifat dengki disebut *adānaśīla*. Arti lainnya yang secara doktrin lebih penting adalah praktik moral, watak baik, etika Buddhis, moralitas.

Sila dapat diterjemahkan sebagai Moralitas (dengan huruf "M" untuk menunjukkan artinya yang sangat penting). Moralitas berasal dari kata Latin, *moralis*. *Mos*, atau *moris*, berarti cara, adat, kebiasaan, *way of life*, tingkah laku. Dan dengan demikian, dalam arti asal klasiknya hampir sama dengan apa yang dituju oleh sila.

Seperti juga tradisi lain, Agama Buddha pun, dengan alasan untuk memudahkan dalam praktik, telah mereduksi bagian etika dari ajarannya ke dalam beberapa kelompok peraturan dan tata krama. Kebanyakan darinya merupakan larangan-larangan. *Dasa-sīla* atau sepuluh jenis watak baik, dan *pañca-sīla*, atau lima kelakuan baik atau latihan, merupakan yang paling dikenal dari jenis ini.

Dasa-sīla terdiri dari tidak membunuh (*pāṇātipātā veramaṇī*); tidak mengambil apa yang tidak diberikan (*adinn'ādānā*); tidak melakukan hubungan seks yang tidak sah (*kāmesu micchācārā*)—atau, bagi biksu dan biksuni, dan bagi umat awam pada waktu tertentu, tidak melakukan hubungan seks sama sekali; tidak berbohong (*musāvādā*); tidak berbicara dengan kasar (*pharusa-vācāya*); tidak menfitnah (*pisuna-vācāya*); tidak berkata-kata yang tidak perlu dan tidak masuk akal (*samphappalāpa-vācāya);* tidak serakah (*abhijjhāya*); tidak bersifat dengki (*byāpādā*); dan tidak berpandangan salah (*micchādiṭṭhiyā*).

Pañca-sīla terdiri dari empat sila pertama dari *dasa-sīla* ditambah dengan sila "tidak kehilangan kesadaran yang disebabkan dengan meminum atau menggunakan minuman yang dapat memabukkan" (*surā-meraya-majjapamādaṭṭhānā veramaṇī*). Kelima sila ini yang merupakan etika minimal yang disyaratkan Agama Buddha; dan yang oleh umat Buddha harus diusahakan dengan sungguh-sungguh untuk dilaksanakan.

Seorang umat Buddha adalah ia yang berlindung kepada *Triratna* (Tiga Permata) yaitu, Buddha, Dharma, dan Sanggha, serta menaati atau pun berusaha keras untuk menaati *pañca-sīla.*

Juga tidak boleh dilupakan Delapan Sila yang dijalankan oleh pengikut-pengikut yang taat pada waktu-waktu tertentu (biasanya pada saat bulan penuh dan bulan baru). Delapan Sila terdiri dari *pañca-śīla* beserta tiga peraturan tambahan, yakni: makan hanya pada waktu tertentu; tidak menonton, menari, menggunakan wewangian atau jenis kosmetika lainnya; dan menjauhkan diri dari menggunakan tempat tidur yang empuk dan besar.

Kedelapan sila ini beserta dengan sila "menjauhkan diri dari memegang emas dan perak", membentuk "latihan berunsur sepuluh" bagi para samanera dan samaneri.

***

Kenyataan bahwa terdapat begitu banyak peraturan yang memiliki kedudukan sangat penting dalam kehidupan umat Buddha maupun literatur Buddhis, tidak seharusnya membawa kita pada penafsiran sila sebagai melulu formalitas etika. Peraturan-peraturan ini tidak berarti etika Buddhis hanya berisikan penjauhan diri dari perbuatan buruk, tanpa perlu berbuat kebajikan. Etika Buddhis mengharuskan dilaksanakannya baik aspek negatif maupun aspek positif dari sila.

Istilah Buddhis yang lebih tepat untuk menggambarkan apa yang secara moral baik dan secara moral buruk adalah *kauśalya* (P. *kusala*) dan *akauśalya* (P. *akusala*), yang secara harafiah berarti terlatih dan tidak terlatih. Istilah ini hanya berlaku untuk perbuatan yang dilakukan dengan kehendak beserta fenomena mentalnya.

Suatu tindakan disebut buruk jika ia muncul dari keadaan (sebenarnya kumpulan dari keadaan-keadaan) mental yang dikuasai oleh tiga pikiran tak terlatih, yakni keserakahan (*lobha*), kebencian (Skt. *dveṣa*, P. *dosa*), dan kebodohan (*moha*). Dan suatu aktivitas dianggap baik secara moral jika ia muncul dari keadaan-keadaan mental yang bebas dari keserakahan, kebencian, dan kebodohan (kegelapan batin).

Posisi seorang umat Buddha dalam hal moral tidak termasuk dalam antinomianisme; etika Buddhis tidak membenarkan

seseorang melakukan apa yang umum disebut dosa asalkan ia melakukannya dengan tujuan baik.

Hubungan antara pikiran dan perbuatan, antara mental dan tindakan nyata, bukanlah sesuatu yang kebetulan. Yang satu sebenarnya merupakan perpanjangan dari yang lain. Tidaklah mungkin melakukan pembunuhan dengan hati penuh belas kasih, karena membunuh dengan sengaja merupakan ekspresi yang keluar dari pikiran yang dikuasai oleh kebencian.

Perbuatan merupakan kondensasi dari bentuk-bentuk mental. Tindakan nyata adalah manifestasi dari pikiran. Seorang yang melakukan tindakan yang immoral, secara tidak langsung telah menyatakan dirinya tidak bebas dari pikiran tidak sehat. Sebaliknya, kesadaran yang suci dan bersinar, dimana semua pikiran yang tidak sehat lenyap, tidak akan dapat melakukan perbuatan buruk. Buddha telah menyatakan hal ini dengan cukup jelas.

> "Demikian, Cunda, seharusnya kau ulangi kepada yang lain, pandangan-pandangan mengenai Arahat seperti berikut:
>
> Saudara, seorang Arahat, seorang yang telah melenyapkan kotoran batin (P. *āsava, Skt. āsrava*), yang telah hidup dengan semestinya yang telah melaksanakan tugasnya, yang telah mencapai kesejahteraannya, yang telah menghapuskan dengan sempurna ikatan yang membawa penjelmaan, yang telah bebas dengan Pengetahuan, seorang seperti itu tidak bisa melakukan sembilan tindakan berikut:

> Dengan sengaja mengambil nyawa makhluk lain;
> mengambil apa yang tidak diberikan kepadanya;
> menjalankan hubungan seks;
> memanjakan diri dengan yang memabukkan;
> menyimpan makanan bagi kepuasan seleranya, seperti yang dilakukannya pada masa berkeluarga dulu;
> berjalan di atas jalan keliru berlandaskan kebencian;
> berjalan di atas jalan keliru berlandaskan kotoran batin;
> berjalan di atas jalan keliru berlandaskan ketakutan."
>
> (Dīgha-Nikāya III. 133)

Sila diperuntukkan bagi keduniawian bukan sebagai tujuan akhir di dalamnya, tetapi merupakan jalan untuk melemahkan keadaan buruk pikiran—asal dari perbuatan dan ucapan buruk. Moralitas merupakan batu loncatan yang sangat diperlukan untuk melanjutkan ke tingkat meditasi.

Pikiran kita pada umumnya berada dalam keadaan yang tidak sehat: terbakar oleh keserakahan, kebencian, dan kebodohan. Karenanya, hampir semua tindakan kita, tak terelakkan, adalah tindakan yang salah. Tidak berbuat buruk dengan demikian merupakan tingkat pertama dari kemajuan spiritual.

Dan dengan alasan ini di atas yang lainnya, persyaratan Agama Buddha terhadap etika dasar berdiri di atas bentuk yang didominasi oleh aspek negatif, yakni dalam bentuk

larangan-larangan. Di dalam *Dhammapada* disebutkan, kita mesti "melenyapkan kejahatan" sebelum "belajar berbuat kebajikan".

***

Dalam Agama Buddha, pentingnya Moralitas terletak pada kenyataan bahwa tanpa kehidupan yang benar sebagai basis, keadaan kesadaran-adi-tinggi atas meditasi—yang pada gilirannya merupakan landasan bagi Kebijaksanaan—tidak mungkin tercapai.

Mencoba latihan meditasi tanpa terlebih dahulu menyucikan moral, adalah seperti mencoba mendayung sebelum perahu dilepaskan dari pengikatnya. Prinsip ini, yang dapat kita sebut sebagai prinsip perantara etis, dikenal pada hampir semua aliran dalam Agama Buddha.

Bahwa ketaatan pada Moralitas adalah persiapan pada latihan meditasi dapat disimpulkan dari apa yang dikenal sebagai "empat jenis Moralitas di dalam Kesucian " (*parisuddhi-sīla*).

Empat jenis Moralitas di dalam Kesucian itu adalah:

1. Pengendalian diri melalui kewajiban kebiksuan (*pāṭimokkha-saṁvara-sīla*).
2. Pengendalian indra (*indriya-saṁvara-sīla*).
3. Kesucian dalam cara hidup seseorang (*ājīva-parisuddhi-sīla*).
4. Moralitas berkenaan dengan empat kebutuhan kebiksuan (*paccaya-sannissita-sīla*).

Empat jenis Moralitas ini harus dipraktikkan—setidak-tidaknya prinsip-prinsipnya—oleh mereka yang benar-benar ingin mencapai kemajuan di dalam jalan. Seorang biksu diharapkan untuk melaksanakannya dengan taat. Dengan keempat jenis Moralitas ini, kita telah bergerak sejauh yang dapat dibawakan oleh etika—dan mendekati pintu gerbang dari landasan kedua: Meditasi.

Keterangan singkat berikut mengenal Moralitas di dalam Kesucian dapat dipandang sebagai awal dari penyelaman ke dalam meditasi yang akan diberikan selanjutnya.

(i) "Kewajiban" adalah nama yang diberikan kepada kumpulan peraturan-peraturan yang terdapat dalam Vinaya Pitaka, atau "Buku Kedisiplinan" bagi para biksu-biksuni.

Peraturan-peraturan ini sangat banyak (dua ratus lebih), dan yang paling penting ada empat. Keempat peraturan ini adalah larangan untuk melakukan hubungan seks, mengambil apa yang tidak diberikan, dengan sengaja menyebabkan hilangnya nyawa makhluk lain, dan menyombong memiliki kekuatan *supernatural* (gaib). Pelanggaran terhadap empat peraturan ini akan menyebabkan seorang biksu dikeluarkan dari Sanggha.

(ii) Yang kedua dari "Moralitas di dalam Kesucian" membawa kita selangkah lebih maju dalam latihan pengendalian diri. Setelah belajar menjauhkan diri dari perbuatan buruk, para biksu kini mencari kejahatan lebih dekat ke akarnya. Dan kemudian mengamatinya pada tingkat perkembangannya yang lebih awal.

Indra harus dicegah untuk tidak melekat pada objeknya, bahkan harus dicegah dari menuju padanya. Perhatian harus

dialihkan dari kebiasaannya untuk mengarah ke luar menjadi menuju ke dalam.

Hanya jika tidak ada lagi respon terhadap rangsangan dari luar—baik fisik maupun mental—dan pikiran berada di dalam ketenangannya semula (di dalam pikiran itu sendiri), barulah perluasan, peningkatan, dan intensifikasi dari kesadaran dapat berlangsung. Kesadaran demikian berada di atas batas diri, dan berisikan sari dari meditasi.

Kitab Suci memuat keterangan berikut tentang bagaimana pengendalian terhadap indra harus dilakukan.

> Sekarang, dalam mengamati suatu bentuk dengan mata, suara dengan telinga, bebauan dengan hidung, rasa dengan lidah, impresi dengan kulit (tubuh), suatu ide dengan pikiran, ia tidak menggantungkan diri baik padanya sebagai keseluruhan maupun perkelompok. Dan ia mencoba untuk menghindarkan diri dari yang—pada saat tak terawasi oleh indranya—dapat menimbulkan kejahatan dan keadaan tidak sehat, keserakahan dan kesedihan. Ia menjaga indranya, mengendalikan indranya.
>
> Dengan melatih diri dengan pengendalian diri yang mulia seperti itu, ia merasakan dalam hatinya, kebahagiaan tak bernoda."
>
> (Majjhima-Nikāya XXXVIII)

(iii) Kesucian berkenaan dengan cara hidup seseorang umumnya diartikan, bahwa biksu tidak seharusnya mengarahkan diri dengan cara yang tidak sesuai dengan tugasnya. Ditafsirkan

dengan lebih umum, kesucian ini berarti, cara hidup benar adalah satu bagian esensial dari etika. Kesucian cara hidup seseorang dengan demikian sangat diperlukan bagi tercapainya meditasi.

(iv) Moralitas berkenaan dengan empat kebutuhan—yang menurut bentuk ajaran yang paling ketat adalah satu-satunya sarana yang diperlukan bagi terwujudnya kehidupan suci—digambarkan sebagai berikut:

> Dengan bijaksana ia mengadakan refleksi terhadap pakaian yang dikenakannya—hanya dikenakan untuk melindungi dirinya panas, dingin, dan sebagainya. Dengan bijaksana ia membuat refleksi terhadap makanan hasil pemberian orang lain—hanya karena tubuhnya membutuhkan itu untuk hidup. Berefleksi ia dengan bijaksana terhadap tempat tinggalnya—hanya sebagai tempat berlindung dari cuaca dan sebagai tempat menyepi. Berefleksi ia dengan bijaksana pada obat-obatan, hanya untuk mengatasi perasaan sakit yang timbul, dan untuk mencapai kebebasan sempurna lepas dari penderitaan.
>
> (Majjhima Nikāya II)

Lebih umum lagi, kita dapat menginterpretasikannya sebagai pemanfaatan dari semua kepunyaan untuk tujuan yang berguna. Bagaimana pun, lebih berat seorang yang berumah tangga—yang lebih banyak berhubungan dengan segala kebendaan duniawi—untuk melaksanakan Moralitas ini dibandingkan dengan seorang pengembara yang relatif lebih tidak punya.

> Terdapat dua jalan kehidupan yang tidak sama: kehidupan seorang kepala keluarga yang menunjang istrinya, dan seorang tanpa ikatan keduniawian.
>
> Seperti seekor burung merak yang tidak dapat mencapai kecepatan seekor angsa, demikian juga seorang yang berumah tangga tidak dapat menyamai seorang biksu—petapa yang bermeditasi di hutan.
>
> (Sup. vv. 220-221)

Bisa dibayangkan bagaimana sulitnya bagi mereka yang berumah tangga untuk mempraktikkan meditasi.

9
Meditasi

Seperti istilah Buddhis lain dalam Bahasa Pāli ataupun Sanskerta, *samādhi*, yang adalah landasan kedua dari Jalan, memiliki definisi sempit maupun konotasi yang luas. Arti harafiahnya adalah "pikiran yang terpusat". Dengan demikian definisi klasik dari samādhi adalah *cittass' ekaggatā*—pikiran dengan satu sasaran, atau lebih sederhananya lagi: konsentrasi.

Konsentrasi ada dua jenis, tergantung pada apakah ia berasosiasi dengan yang bermanfaat secara karma, atau tidak bermanfaat secara karma. Yang pertama dikenal dengan *samyak-samādhi* (P. *samma-samādhi*), atau konsentrasi yang benar—unsur terakhir dari Jalan Mulia Berunsur Delapan; dan inilah yang akan kita bahas selanjutnya.

Samādhi dalam artinya yang paling luas mencakup juga perhatian murni dan penguasaan diri, rasa cukup, bebas dari rintangan, dan latihan dasar bagi pengembangan pikiran-terarahkan-pada-satu-titik. Jika kita berbicara mengenai samādhi dalam arti yang sempit, samādhi harus diartikan sebagai konsentrasi. Sebaliknya, dalam arti yang luas kita akan menggunakan kata yang lebih abstrak: Meditasi.

Tingkat kedua dari Jalan ini harus diawali dengan perhatian murni dan penguasaan diri (keduanya mendirikan fondasi bagi perhatian benar; unsur ketujuh dari Jalan). Penjelasan Buddha tentang perhatian murni dan penguasaan diri ini kita dapatkan dalam amanatNya kepada Ajātasattu—penguasa Magadha:

> "Bagaimanakah, wahai Raja, seorang biksu terberkahi dengan perhatian murni dan penguasaan diri? Dalam hal ini, seorang biksu menguasai dirinya saat maju maupun mundur, saat menoleh ke belakang maupun ke depan, saat menjulurkan maupun melipat anggota badannya, ketika memakai jubah luar maupun jubah dalamnya, saat menggunakan mangkuknya, saat makan, minum, mengunyah dan merasa, saat menjawab panggilan alam, saat berjalan, duduk, tidur, bangun, berbicara, dan diam. Demikianlah wahai Raja, seorang biksu terberkahi dengan perhatian murni dan penguasaan diri."
>
> (Dīgha-Nikāya I. 47)

Tindakan kita umumnya impulsif: kemauan langsung diterjemahkan ke dalam perbuatan tanpa dipikirkan apakah akan harmonis dengan perubahan atau tidak. Perhatian murni (menganalisa maksud sebelum mempengaruhi pikiran), selain menjauhkan diri dari perbuatan tidak terlatih, juga menumbuhkan pikiran yang teguh dan damai.

Melalui latihan perhatian murni dan penguasaan diri, saat-saat paling sepele dalam hidup ini diselami dengan lingkaran kesucian, Makan, minum, mengenakan baju, membuang *urine*,

dan sebagainya—yang pada awalnya merupakan penghalang—ditranformasikan menjadi alat bantu bagi konsentrasi; dari gangguan terhadap kehidupan spiritual, menjadi alat penyambungnya dalam bentuk lain.

Saat kesucian Moralitas dan kebersihan kesadaran dalam segala kegiatan berhasil dicapai, tidak ada waktu yang akan terbuang percuma—dari pagi hingga malam, dari subuh hingga senja, mengalir terus-menerus arus kehidupan spiritual: sungai dari usaha yang tanpa henti mencari kesucian. Bahkan saat tidur—jika latihan yang dilakukan cukup intens—kesadaran ini akan tetap bersinar, seterang bulan di kekelaman malam.

Dari perhatian murni dan penguasaan diri, tumbuh rasa cukup (*saṁtuṣṭi*). Seorang biksu dilukiskan merasa cukup dengan jubah yang melindungi tubuhnya dan mangkuk yang ia gunakan untuk menampung makanan. "Ke mana pun ia pergi" seperti diungkapkan dengan indah, "ia tercukupi dengan dua benda ini—seperti burung yang terbang membawa sepasang sayapnya."

Pada prinsipnya, rasa cukup adalah kebajikan yang dapat dipraktikkan—tanpa melihat berapa banyak yang kita punyai—baik oleh seorang yang berumah tangga maupun oleh seorang biksu; oleh seorang putra mahkota sebaik yang dilakukan oleh seorang yang miskin. Tetapi dalam praktiknya raja yang filsuf dan Bodhisattwa yang berkeluarga tentunya sangat langka.

Pendek kata, semakin banyak yang dipunyai seseorang semakin sukar ia untuk menjadi cukup. Bukan karena kekayaan dan rasa cukup adalah dua hal yang bertolak belakang. Tetapi karena penumpukan kekayaan hanya mungkin dilakukan oleh mereka yang merasa tidak puas dengan kesederhanaan. Sungguh

jarang menemukan orang yang merasa puas dengan kekayaan. Seperti api jika disiram dengan kayu kering tidak akan padam, demikian juga pengejaran kekayaan hanya akan mengobarkan rasa tidak puas beribu-ribu kali.

Dalam *Dhammapada*, kebijaksanaan akan hal ini disarikan dalam tiga kata: *santuṭṭhi paramaṁ dhanaṁ*, rasa cukup adalah kekayaan tertinggi.

***

Dalam melatih konsentrasi sebaiknya seseorang berada di bawah bimbingan seorang guru. Untuk melatih konsentrasi, pertama sekali lima rintangan mental (*nīvaraṇa*) harus dihilangkan. Lima rintangan itu adalah nafsu birahi (*kāmacchanda*), dendam (*vyāpāda*), kemalasan dan kelambanan (Skt. *styāna-middha*, P. *thīna-middha*), ketidaktenangan (Skt. *auddhatya-kaukṛtya*, P. *uddhacca-kukkucca*), dan keragu-raguan (Skt. *vicikitsā*, P. *vicikicchā*).

Ada sebuah perumpamaan. Mencoba bermeditasi saat pikiran terganggu oleh rintangan-rintangan itu, adalah seperti mengharap untuk melihat refleksi wajah kita di permukaan air yang berwarna-warni, atau air yang mendidih, atau air yang keruh, atau air yang penuh dengan rumput laut, atau air yang bergelombang. Karena itu, di dalam Kitab Suci disebutkan:

> Ia membuang nafsu birahi; ia hidup dengan hati yang bebas dari nafsu birahi. Ia membersihkan hatinya dari nafsu birahi.

Ia membuang dendam. Menebarkan cinta dan belas kasih kepada semua makhluk, ia membersihkan hatinya dari rasa dendam.

Ia membuang kemalasan dan kelambanan. Mengasihi terang, dengan pikiran yang mawas, dengan pengertian yang jelas, ia membersihkan pikirannya dari rasa malas dan kelambanan.

Ia membuang ketidaktenangan dan kegelisahan. Tinggal di dalam pikiran yang tak terganggu, dengan hati yang penuh dengan damai, ia membersihkan hatinya dari ketidaktenangan dan kegelisahan.

Ia membuang keraguan. Penuh dengan keyakinan pada Kebenaran, ia membersihkan dirinya dari keraguan.

(Majjhima-Nikāya XXXVIII)

Pada dasarnya, apa saja dapat digunakan sebagai objek dari pemusatan pikiran. Alat pendukung latihan pemusatan pikiran ini tidak terhingga banyaknya. Tetapi bagaimana pun, tradisi Buddhis mengenal beberapa objek klasik yang sangat efektif dalam membantu pemusatan pikiran. Terdapat empat puluh objek ini—semuanya direkomendasikan oleh Buddha sendiri.

Keempat puluh objek ini disebut *kammaṭṭhāna*, yang meliputi Sepuluh Perangkat (*kasiṇa*), Sepuluh Kotoran (*asubha*), Sepuluh Ingatan (*anussati*), Empat Kediaman Agung (*brahma-vihāra*), Empat Tempat-tanpa-bentuk (*arūpayātana*), Perhatian terhadap Kejijikan Makanan (*āhāre patikkūla-saññā*), dan Analisa terhadap Empat Unsur (*catudhātuvavathāna*).

Sepuluh Perangkat terdiri dari unsur-unsur tanah, air, api, dan udara; warna biru, kuning, merah, dan putih; ruang dan kesadaran. Pemusatan pikiran dengan objek-objek ini dapat menembus hingga tingkat keempat dari kesadaran adi tinggi.

Sepuluh Kotoran adalah beberapa aspek menjijikkan dari jasmani. Dengan memusatkan pikiran pada objek-objek ini, pikiran tidak hanya menjadikan terpusatkan, tetapi juga didorong untuk tidak melekat lagi pada jasmani—dengan menyadari unsur-unsur pembentuknya dan keadaannya yang sementara. Konsentrasi dengan alat bantu ini, menurut tradisi, hanya dapat mencapai tingkat pertama dari kesadaran adi tinggi.

Sepuluh Ingatan meliputi Buddha, Dharma, Sanggha, Moralitas, kebebasan, dewa-dewa, kematian, tubuh, pernafasan, dan kedamaian Nirwana. Dari sepuluh ingatan ini yang paling dikenal adalah perhatian murni atau penyadaran penuh terhadap proses pernafasan.

Pemanfaatan proses pernafasan sebagai objek konsentrasi telah dikenal luas hingga sekarang ini. Sebabnya jelas. Daripada menggantungkan diri pada buku—kebiasaan yang telah menjadi penghalang bagi sementara kalangan Buddhis—kita dapat meneladani para Arahat: menggunakan pengalaman sendiri sebagai pelengkap dari pengetahuan melalui literatur.

Penggunaan perhatian murni pada proses pernafasan dapat mencapai keempat tingkat kesadaran adi tinggi, bahkan dapat menembus dari konsentrasi hingga ke pengertian-langsung tentang Realita. Sedangkan kesembilan ingatan yang lain hanya dapat mencapai apa yang disebut sebagai "tetangga dari konsentrasi" (*upacāra-samādhi*), suatu keadaan di antara keadaan

pikiran yang masih terikat dan pikiran tidak terikat yang akan dijelaskan belakangan.

Cinta (*mettā*), Belas Kasih (*karuṇā*), Simpati (*muditā*), dan Keseimbangan Batin (*upekkhā*) adalah Empat Kediaman Agung (*brahma-vihāra*). Pengembangan keempat sifat ini, diibaratkan dengan meniup bara hati yang telah dingin hingga, dengan perlahan-lahan, bara itu memijarkan terang Cinta yang lalu menyebarkan kehangatan ke segala arah. Tanpa Cinta, Belas Kasih akan berubah menjadi celaan; Simpati menjadi pemuasan diri sendiri (dengan membayangkan kebahagiaan orang lain); dan Keseimbangan Batin lantas berubah menjadi ketidakpedulian: tanpa hati.

Dalam Kitab Suci selalu ditekankan pertama-tama mengembangkan Cinta. Jika Cinta telah dikembangkan maka tiga brahma-vihāra lainnya hanya merupakan variasi dari satu istilah saja.

> Seperti suatu kolam teratai dengan air yang jernih, sejuk, dan manis—dengan anak-anak tangga menuju padanya, dengan segala keindahannya; jika seseorang datang dari Timur, lelah dan menderita, kehabisan tenaga, kering, dan haus, sesampainya di kolam rasa hausnya pun hilang. Ia pun segar kembali. Jika ia datang dari Barat ... Utara ... Selatan ... dari mana saja ia datang, ia tak akan haus lagi.
>
> Demikian pula, sama halnya jika seseorang dari keluarga kesatria (dan sebagainya) pergi dari rumah menempuh kehidupan tanpa rumah, dan kemudian

> sampai pada Ajaran dan Disiplin yang diajarkan Tathāgata. Ia dengan demikian telah melaksanakan Cinta, Belas Kasih, Simpati, dan Keseimbangan Batin; ia memperoleh kedamaian sebelah dalam. Dan dengan kedamaian sebelah dalam, ia telah mengikuti jalan yang benar sebagai seorang petapa.
>
> (Majjhima-Nikāya I. 281)

Cinta di sini harus diartikan sebagai Cinta (dengan "C") universal. Secara harafiah *mettā* mempunyai arti "persahabatan". Dan dalam Kitab Suci selalu dibedakan dengan *pema*: cinta yang ada hubungannya dengan birahi. "Dari cinta (*pema*)," dinyatakan Guru dalam *Dhammapada*, "lahir kesengsaraan; dari cinta lahir ketakutan."

Mettā, bagaimanapun juga, menuju kepada Tuhan. Patut dicatat, dalam hubungannya ini, bahwa Buddha, jauh dari menolak keberadaan Tuhan, menunjukkan kepada para pengikutnya jalan yang dapat membawa mereka manunggal denganNya.

Perbedaan pokok antara pema dan mettā adalah yang satu bersifat eksklusif (demi kepentingan diri sendiri), yang satunya lagi inklusif—yang melandasi kerelaan berkorban. Cinta, baru berarti Cinta jika ia ditujukan kepada semua—dengan tidak pilih kasih. Cinta yang seperti itu tentunya menuju pada Keseimbangan Batin. Belas Kasih dengan demikian adalah respon dari Cinta terhadap penderitaan yang lain, dan Simpati adalah respon dari Cinta terhadap kegembiraan mereka.

Harus dicegah agar pengembangan Cinta tidak merosot menjadi peningkatan kemelekatan jasmaniah. Karena alasan ini, orang pertama—setelah diri sendiri—kepada siapa Cinta ini

dilatih untuk diarahkan, haruslah seorang teman dengan jenis kelamin yang sama.

Berdasarkan tradisi, pengembangan mettā, karuṇā, muditā, satu persatu atau secara keseluruhan, hanya bisa mencapai tingkat ketiga dari kesadaran adi tinggi; latihan upekkhā saja dapat menuju ke tingkat keempat.

Agama Buddha membagi saṁsāra atau keseluruhan dari keberadaan fenomena—secara vertikal—ke dalam tiga bidang (tempat) dasar yang masing-masing dibagi lagi atas beberapa sub bagian. Ketiga bidang dasar tersebut adalah *kāma-loka* atau dunia hawa nafsu, *rūpa-loka* atau dunia terwujud, dan *arūpa-loka* atau dunia tanpa wujud. Masing-masing dari dunia ini memiliki sebagai bagian darinya—suatu tingkat kesadaran. Dengan demikian pencapaian tingkat kesadaran pada dasarnya adalah ekspresi yang sama dengan memasuki alam kehidupan yang lebih tinggi.

Empat kesadaran adi tinggi—telah kita singgung lebih dari sekali—berkenaan dengan empat sub-bagian dari dunia berwujud. Sama halnya, dunia tanpa wujud juga memiliki empat tingkat kesadaran adi tinggi. Masing-masing dari tingkat kesadaran ini dikembangkan dengan mengambil yang terdahulu sebagai pendukung dibarengi dengan menghilangkan beberapa cirinya. Karena alasan ini, empat bidang tanpa wujud dianggap sebagai kelompok keempat dari alat bantu konsentrasi.

Seperti nafsu birahi dapat diamati dengan memusatkan perhatian pada sisi negatifnya—daripada memfokuskan diri pada daya pikatnya—demikian juga halnya dengan keterikatan yang tidak kalah eratnya: makanan.

Kemelekatan pada makanan dapat diputuskan dengan memusatkan perhatian pada kejijikannya. Pencerapan pada makanan, lantas, diperhitungkan juga sebagai satu dari objek konsentrasi. Dengan bantuan objek ini, konsentrasi hanya dapat mencapai tingkat ketiga dari kesadaran adi tinggi.

Yang terakhir dari keempat puluh objek konsentrasi ini adalah penyelidikan pada empat unsur—yakni, tanah, air, api, dan udara—dalam hubungannya dengan tubuh jasmani. Analisa terhadap empat unsur ini juga hanya akan menuju pada "tetangga dari konsentrasi".

Untuk mengembangkan konsentrasi, tidak perlu lagi bagi seseorang untuk menggunakan semua dari kammaṭṭhāna ini, sama halnya dengan orang sakit tidak perlu menghabiskan seluruh obat yang ada di apotik. Masing-masing dari keempat puluh objek konsentrasi ini hanya sesuai secara khusus bagi tiap orang. Dalam hal ini diperlukan seorang guru untuk membantu memilihkan suatu objek meditasi yang sesuai dengan karakter murid.

***

Teknik pemanfaatan objek pendukung ini (*kammaṭṭhāna*) bagi tercapainya konsentrasi—karena berada di luar konteks buku ini—tidak akan diperinci. Namun, untuk memberikan suatu gambaran, berikut akan dikemukakan satu contoh.

Misalnya, warna merah telah dipilih untuk digunakan sebagai objek pendukung. Pertama-tama, sang murid meletakkan pada suatu jarak tertentu dari atas meditasinya—setinggi

pandangan matanya—suatu piringan berwarna merah dengan ukuran yang telah ditentukan.

Ia kemudian mencoba memusatkan perhatiannya pada piringan merah itu. Istilah teknis untuk piringan tersebut adalah *parikamma-nimita*, atau gambaran pendahuluan. Tidak hanya pandangannya, tetapi juga pikirannya ia jauhkan dari benda lain kecuali piringan merah itu. Perlahan-lahan, setelah perhatiannya makin terpusatkan gambaran, gambaran pendahuluan tersebut kemudian menjadi diam, dan perhatiannya pun tak tergoyahkan. Ia telah mencapai tingkat *parikamma-samādhi*, atau konsentrasi pendahuluan—tingkat pertama dari pengembangan pikiran-terpusatkan-pada-satu-titik.

Selanjutnya, dengan menutup kedua matanya, ia akan mampu, dengan perlahan-lahan, 'melihat' suatu gambaran yang persis sama dengan gambaran pendahuluan. Gambaran hasil pikiran ini, dikenal sebagai *uggaha-nimita*, sekarang menjadi alat pendukung konsentrasi.

Tingkat kedua dari konsentrasi, secara teknis dikenal sebagai "konsentrasi peralihan" (*upacāra-samādhi*), muncul saat gambaran hasil pikiran berubah menjadi—seperti bulan lepas dari meganya, pedang berkilau dari sarungnya—piringan yang berkilauan, terang. Piringan bercahaya ini dikenal sebagai *paṭibhāga-nimita*, atau gambaran refleks.

Kemudian, dengan lenyapnya piringan berkilauan itu, dan dengan perlambatan kesadaran kelima indra, muncullah—dengan "konsentrasi sepenuhnya" atau *appanā samādhi* sebagai intinya—tingkat yang lebih tinggi; tingkat yang telah disebut-sebut sebelumnya sebagai kesadaran adi tinggi.

Istilah Pāli untuk empat tingkat kesadaran adi tinggi—tetapi, seperti yang selalu ditekankan, masih seluruhnya berada dalam keduniawian—adalah *jhāna* (Skt. *dhyāna*). Definisi baku sulit diberikan untuk istilah ini—hanya gambaran saja yang cukup baik untuk menerangkannya. Empat perumpamaan diberikan Buddha berkenaan dengan empat tingkat kesadaran adi tinggi ini.

> "Bebas dari nafsu birahi, bebas dari pikiran-pikiran buruk, ia mencapai dan tinggal di dalam jhāna pertama yang berisikan kegiuran (*pīti*) dan kegembiraan (*sukha*), ditemani dengan penalaran pikiran (*vitakka*) dan pengusutan oleh pikiran (*vicāra*), dan yang muncul dari penyepian (dalam hal ini sama dengan *samādhi*). Ia melingkupi, meliputi, mengisi, dan meresapi tubuhnya dengan kegembiraan dan kegiuran yang muncul dari penyepian. Tidak ada bagian dari tubuhnya yang tidak disentuh oleh kegembiraan dan kegiuran yang muncul dari penyepian.
>
> Sekali lagi (tetapi) dengan pelenyapan penalaran pikiran dan pengusutan oleh pikiran—dalam suatu keadaan dari ketulusan sebelah dalam, dengan pikiran terpusat pada satu titik—sang biksu mencapai dan tinggal di dalam jhāna kedua dan kegiuran dan kegembiraan yang timbul dari konsentrasi, dan bebas dari penalaran pikiran dan pengusutan oleh pikiran. Ia melingkupi, meliputi, dan mengisi, serta meresapi tubuhnya dengan kegembiraan dan kegiuran yang muncul dari konsentrasi. Dan tidak ada bagian dari tubuhnya yang lepas dari kegembiraan dan kegiuran yang muncul dari konsentrasi.

Sekali lagi (tetapi) dengan tidak terusik oleh kegiuran—tinggal di dalam keseimbangan, perhatian murni dan menguasai diri—dengan tubuhnya mengalami kegembiraan, sang biksu, seperti yang disebut oleh orang-orang suci, 'tinggal dengan keseimbangan, perhatian murni, dan bahagia'. Ia tinggal di dalam jhāna ketiga. Ia melingkupi, meliputi, dan mengisi, serta meresapi tubuhnya dengan kegembiraan tanpa kegiuran. Dan tak ada bagian dari tubuhnya yang lepas dari kegembiraan tanpa kegiuran.

Sekali lagi (tetapi) dengan membuang kegembiraan dan rasa sakit, dan bahkan sebelum lenyapnya keriangan dan ketidaksenangan, sang biksu mencapai tingkat jhāna keempat yang adalah mengatasi kegembiraan dan ketidaksenangan. Dan dengan kesucian dari keseimbangan dan perhatian murni, ia duduk melingkupi tubuhnya dengan pikiran suci dan bersih; tak ada bagian dari tubuhnya yang tidak tersentuh oleh pikirannya yang suci dan bersih."

Dengan demikian pada tingkat jhāna pertama terdapat penalaran, pengusutan, kegiuran, kegembiraan, dan konsentrasi. Pada tingkat kedua terdapat kegiuran, kegembiraan, dan konsentrasi. Pada tingkat ketiga terdapat kegembiraan dan konsentrasi. Dan pada tingkat keempat terdapat keseimbangan dan konsentrasi.

Keterangan di atas menjelaskan kepada kita masing-masing dari keempat jhāna tersebut sebagai melingkupi, meliputi,

mengisi dan meresapi tubuh dari sang biksu. Satu fakta harus dicatat, bahwa—bahkan oleh satu cabang dari ilmu kedokteran modern—kesehatan tubuh dan kesehatan pikiran diakui tidak lepas satu sama lain. Dengan demikian, kita tidak perlu terlalu terkagum-kagum menerima kenyataan bahwa pencapaian kesadaran adi tinggi tidak hanya menggunakan pikiran, tetapi juga kondisi fisik dari orang yang melatihnya.

Dengan dicapainya jhāna keempat, tubuh tidak hanya diliputi tetapi juga yang dilingkupi oleh kekuatan tersebut. Seolah-olah bukan tubuh yang berisikan kekuatan. Tetapi kekuatan itu yang berisikan tubuh. Pada titik ini, sang pengikut Jalan akan dihadapkan pada dua pilihan. Pada satu sisi, jalan itu menuju ke empat arūpa atau jhāna tanpa wujud. Di satu sisinya lagi, jalan itu akan menuju ke pengembangan berbagai bentuk kekuatan *supernatural* (gaib).

Jika Nirwana adalah tujuannya, maka ia seharusnya menjauhkan diri dari pengembangan berbagai bentuk kekuatan gaib itu (dikenal sebagai "tetangga dari konsentrasi", atau "konsentrasi peralihan"). Pada tingkat inilah, menurut ajaran Buddha, terbuka pintu ke pengembangan pengetahuan-yang-membebaskan, atau Kebijaksanaan. Dan pada tingkat ini juga jalan transeden (*lokuttara-magga*) dari Yang Suci—jalan ke Penerangan—terbuka.

Jhāna pertama dari empat jhāna dari dunia tanpa wujud adalah Ruang Tanpa Batas (*ākāsānañcāyātana*), yang dicapai dengan mengembangkan perasaan jijik pada keempat tingkat jhāna yang lebih rendah, yaitu jhāna dari dunia berwujud. Dengan menyadari bahwa kesadarannya—karena salah satu objeknya

adalah ruang tanpa batas—juga adalah tidak terbatas, ia mencapai tingkat kedua: kesadaran tanpa batas (*viññāṇañcayātana*). Setelah itu, muncul—dengan pikiran "tak ada sesuatu pun di sana"—tingkat Ketiadaan (*ākiñcaññayātana*). Kemudian, ia akhirnya mencapai tingkat tanpa persepsi maupun non-persepsi (*saññā-n'asaññāyātana*), dimana ia mencapai tingkat tertinggi dari keberadaan duniawi.

Dari guru pertamanya, Alara Kalama, Siddhārtha Gautama belajar teknik pencapaian tingkat Ketiadaan. Dan dari guru keduanya, Uddaka Ramaputta, Ia mempelajari metode pencapaian tingkat tiadanya persepsi maupun non-persepsi.

Tetapi mengetahui bahwa tidak satu pun dari pengetahuan ini yang dapat melenyapkan keinginan, Ia kemudian meninggalkan kedua gurunya tersebut. Kembali ke hutan—bermeditasi di bawah pohon Bodhi, dengan usaha sendiri—petapa Gautama akhirnya menemukan jalan ke Pengetahuan tertinggi. Dan dengan melepaskan sama sekali *āsava* (kotoran batin), Ia mencapai Penerangan Sempurna.

Kemudian, sebagai Buddha Gautama, Ia menyebarkan Kebijaksanaan—hakikat dari keberadaan fenomena—sebagai satu-satunya jalan ke Pembebasan. Dan menyatakan bahwa di luar jalan itu, tak akan ada pembebasan bagi makhluk apa pun.

***

Berbagai kekuatan *supernatural* yang dikenal sebagai enam *abhiññā* (arti harafiah "pengetahuan yang lebih tinggi") sering disinggung dalam Kitab Suci. Dengan pengecualian pada yang

terakhir (keenam), semua kekuatan gaib ini adalah duniawi. Pengembangan keenam abhiññā ini (kecuali yang keenam) bukanlah hasil dari pengetahuan transeden, tetapi merupakan pencapaian dari jhāna keempat dari dunia berwujud.

Yang pertama adalah kekuatan fisik (*siddhi*)—digambarkan sebagai kemampuan untuk melipatkalikan tubuh, menembus tembok, berjalan di atas air, berjalan di udara, dan menyelam ke dalam bumi, atau mengapung di udara seperti burung. Tubuh di sini tentunya bukanlah tubuh jasmaniah. Melainkan tubuh buatan pikiran atau hasil bentukan pikiran (*manomaya*) dari tubuh jasmaniah; seperti—disebutkan dalam ungkapan kuno—pedang dan sarungnya, sari dari ilalangnya, atau ular dari keranjangnya.

Abhiññā kedua dikenal sebagai "telinga agung" (*dibba-sota*), yakni apa yang dikenal sekarang sebagai audiensi tembus ruang. Yang ketiga adalah kemampuan untuk membaca pikiran makhluk lain (*parassa cetopariya-ñāṇa*), atau telepati. Yang keempat adalah kemampuan untuk mengingat kehidupan pada kelahiran yang lampau (*pubbe-nivāsānu-sati*). Yang kelima—yang terakhir dari abhiññā yang masih duniawi—adalah "mata agung" (*dibba-cakkhu*), yakni kemampuan untuk melihat makhluk-makhluk beralih dari satu tingkat keberadaan ke tingkat keberadaan yang lain.

Pengembangan dari abhiññā keenam, pemusnahan āsava, memiliki landasan tidak sebagai pencapaian jhāna keempat—melainkan pengetahuan ke dalam hakikat dari keberadaan fenomena. Dengan demikian abhiññā keenam bukan duniawi melainkan transeden.

Kekuatan-kekuatan supernatural ini (kecuali yang keenam) bagi Agama Buddha hanya merupakan perpanjangan dari keberadaan duniawi. Pencapaian kekuatan-kekuatan ini (kecuali yang keenam) secara spiritual tidak penting sama sekali.

Walaupun berada dalam jangkauannya, seorang pengikut Jalan hendaknya tidak membuat kesalahan dengan menganggap abhiññā ini sebagai yang diinginkan. Meskipun nantinya kekuatan-kekuatan itu muncul dengan sendirinya, ia seharusnya tidak acuh padanya, bahkan harus memandangnya dengan jijik. Jelas, ia tidak boleh memamerkannya untuk mengesankan orang—bahkan tidak untuk menarik mereka mengikuti Jalan.

10
Kebijaksanaan

"Dia yang terpusatkan, melihat benda sebagai apa adanya." Dengan ungkapan ini, Yang Bijaksana tidak hanya menyatakan sari dari Meditasi sekaligus sari dari Kebijaksanaan, tetapi juga sifat hubungan antar mereka.

Seperti halnya pedang yang terasah baik—dan terbuat dari baja pilihan—yang dapat memotong benda padat dengan mulus, demikian juga, hanya pikiran yang terkonsentrasi yang dapat menembus realita. Konsentrasi bukan titik akhir, tetapi hanya satu cara yang dapat mengantarkan kita padanya. Titik akhir sendiri adalah Kebijaksanaan: melihat sesuatu sebagaimana apa adanya.

Konsentrasi tidak merupakan syarat mutlak bagi tercapainya Kebijaksanaan—sekalipun ia menempati titik tengah antara tingkat pertama dari Jalan, yakni Moralitas, dengan tingkat Ketiga dari Jalan: Kebijaksanaan.

Ada dua jenis pengikut. Terdapat mereka yang mencapai jalan transeden (*ariya-magga*) dengan keheningan sebagai kendaraannya (*samatha-yānika*). Dan terdapat mereka yang mencapainya melulu dengan pengetahuan (*suddha-vipassanā-yānika*)—tanpa perlu melalui tingkat *jhāna*.

Tenggelam dalam suatu tingkat kesadaran adi tinggi—nasib yang menimpa begitu banyak mistik—tanpa mengerti perlunya mengembangkan pengetahuan, bagi umat Buddha bukan suatu berkah, melainkan bencana tragis.

Di dalam *Dīgha-Nikāya* dibedakan tiga jenis pengetahuannya atau kebijaksanaan; berlandaskan pada pemikiran (*cintā-mayā*), berlandaskan pada pelajaran (*suta-mayā*), dan berlandaskan pada pengembangan mental (*bhāvanā-mayā*)—dalam hal ini sama dengan meditasi.

Seperti yang dijelaskan oleh Buddhaghosa:

> "Berdasarkan pada pemikiran" adalah kebijaksanaan yang diperoleh seseorang dengan perenungan sendiri, tanpa mempelajarinya dari orang lain. "Berlandaskan pada pelajaran" (secara literal "pendengaran") adalah pengetahuan atau kebijaksanaan yang diperoleh seseorang dengan cara mempelajari ("mendengar") dari orang lain. "Berlandaskan pada Meditasi" adalah pengetahuan yang diperoleh seseorang melalui "pengembangan mental" berlandaskan cara yang ini atau yang itu; dan pengetahuan ini adalah yang telah mencapai tingkat konsentrasi-untuk-pencapaian (*appanā-samādhi*).

Dengan pikirannya yang terkonsentrasi, seorang pengikut Jalan menembus hakikat sejati dari *dharma*. Saat itu, pengertiannya—yang sebelumnya hanya berupa pengertian intelektual, dan masih mencari-cari hakikat dari Ajaran—dialihkan ke dalam Kebijaksanaan Transeden.

Dalam kitab-kitab di mana Jalan Mulia Berunsur Delapan didistribusikan dalam tiga tingkat, urutannya bukanlah—seperti yang dianggap orang—Moralitas, Meditasi, dan Kebijaksanaan, melainkan Kebijaksanaan, Moralitas, dan Meditasi. Di sini Kebijaksanaan berarti "mempelajari".

Karenanya, pengertian secara intelektual terhadap Ajaran—meskipun tidak bermanfaat bagi pencapaian Pembebasan—harus mendahului setiap usaha untuk mempraktikkannya. Dengan urutan seperti itu, Meditasi tidak hanya meliputi konsentrasi, tetapi juga pengetahuan berlandaskan konsentrasi.

Dengan demikian, pemahaman yang menyeluruh terhadap Ajaran melalui penelaahan literatur, di bawah bimbingan seorang guru, tidak boleh diabaikan. Hanya dengan bimbingan seorang guru yang dapat menyediakan instruksi yang tepat pada setiap tingkatan karirnya, seorang murid dapat memiliki landasan yang cukup kuat untuk meninggalkan tahap awal ini. Jika tidak, walaupun si murid berhasil mengembangkannya, konsentrasi tidak berarti baginya—seperti pensil bagi seseorang yang tidak dapat membaca dan menulis.

Kebijaksanaan merupakan pengumpulan pengetahuan yang diawali dengan pemusnahan tiga āsava (tiga āsava meliputi nafsu seksual, keinginan untuk menjelma, dan kebodohan). Dengan kata lain, abhiññā bukanlah Kebijaksanaan. Abhiññā hanya merupakan hasil sampingan dari Kebijaksanaan—yaitu reaksinya terhadap watak dari sang murid dalam bentuk pelenyapan secara menyeluruh dan permanen dari semua keadaan pikiran yang tidak sehat.

Di dalam Kitab Suci juga disebutkan, pemusnahan dari āsava didahului oleh pengertian benar tentang Empat Kebenaran Mulia.

Satu aspek dari Kebijaksanaan yang sangat bermanfaat adalah *vipaśyana (*P. *vipassanā)*; penyelaman terhadap tiga karakteristik *tri-lakṣana* (P. *ti-lakkhaṇa*) dari semua fenomena—yang dikenal luas oleh kalangan Buddhis sebagai kunci ke semua Ajaran Buddha.

***

Di dalam kata-kata yang menggema agung selama berabad-abad, Sang Guru menyatakan di dalam *Dhammapada*:

> "Semuanya tidak kekal (*anicca*). Ia yang Mengetahui ini akan langsung menjadi tak tergoyahkan oleh penderitaan. Inilah Jalan menuju Kesucian.
>
> Semuanya tidak memuaskan (*dukkha*). Ia yang Mengetahui ini akan langsung menjadi tak tergoyahkan oleh penderitaan. Inilah Jalan menuju Kesucian.
>
> Tak berinti (*anattā*) adalah semua dharma. Ia yang Mengetahui ini akan langsung menjadi tak tergoyahkan oleh penderitaan. Inilah Jalan menuju Kesucian.
>
> (Dhammapada ayat 227-9)

Yang pertama merupakan awal dari yang berikutnya. Bahasa aslinya adalah *Sabbe sankhārā aniccā. Sankhārā* dapat berarti proses pembentukan maupun "telah terbentuk". Untuk pembahasan ini, kita merujuk pada artinya yang kedua. Semua yang terbentuk adalah tidak kekal, sebab semua yang dibentuk akan terurai kembali. Prinsip penciptaan adalah identik dengan prinsip

penguraian; kita terurai saat kita dilahirkan; hanya yang tidak dilahirkan yang tidak mati. Nirwana adalah tanpa kematian (P. *amata,* Skt. *amṛta*) karena ia tanpa unsur pembentuk (P. *asankhata,* Skt. *asaṁskṛta*).

Setiap tingkat dan bentuk keberadaan—dari yang hidupnya paling singkat hingga kepada dewa-dewa yang usianya dihitung bukan dengan ribuan tahun, tetapi jutaan tahun—akan berubah, dan akan berakhir (mati) suatu ketika. Hanya Nirwana yang kekal.

Dengan cara menembus—menggunakan pikiran terpusatnya—ke dalam kebenaran yang membebaskan dari ketidakkekalan semua fenomena, sang murid menjadi bebas dari keinginan untuk melekat pada semua benda yang terbentuk. Membalikkan punggungnya pada dunia ini, ia memasuki arus yang menuju ke Nirwana—"di mana Keheningan tinggal".

Kebahagiaan dapat dicapai jika kenyataan sesuai dengan keinginan kita, atau keinginan kita disesuaikan dengan kenyataan. Benar, yang kedua sungguh sulit. Tetapi yang pertama adalah tidak mungkin. Benda-benda yang terbentuk adalah menyakitkan karena tidak kekal. Perubahan adalah fakta. Bukan perubahan itu yang menjadi sebab utama dari penderitaan. Akar dari penderitaan itu adalah keinginan.

Kebahagiaan hanya akan datang jika kita tidak menginginkan atau melekat pada apa pun. Dan kebahagiaan yang itu adalah kekal.

Dharma adalah anattā untuk dua alasan. Semua fenomena tidak memiliki "diri"—tidak memiliki satu identitas atau diri yang tak berubah. Pertama, karena masing-masing darinya adalah

kumpulan dari unsur pembentuknya. Kedua, karena ia tidak terjadi dengan sendirinya, tetapi dihasilkan dari penyusunan sementara dari faktor-faktor asal dari luar.

Jika anattā dilihat dari yang pertama, bentukan adalah tidak kekal karena ia tanpa diri. Dilihat dari yang kedua, sesuatu tanpa inti karena ia berubah. Kita akan membahas kedua aspek ini dengan urutan yang terbalik. (Tubuh ini, jelas, bukan suatu diri, karena, di atas alasan lainnya, tubuh tidak dapat diatur sesuai keinginan. Suka atau tidak suka, akhirnya ia akan sakit, tua, dan mati.)

Agama Buddha bahkan menyatakan bahwa tidak hanya tubuh ini, tetapi juga proses-proses mental yang membangun apa yang dinamakan "pikiran" bukan milik kita. Sebab proses-proses itu ada bergantung pada kondisi-kondisi yang melingkupinya. Seperti yang disebutkan dalam *Dhammapada*, "Bahkan dirinya sendiri bukan miliknya, apalagi seorang anak, konon pula kekayaan?"

Seorang biksu yang meninggalkan kehidupan duniawi merupakan simbol hidup dan Kebenaran. Ia disebut *akiñcana*, 'manusia tak berpunya'. Bukan hanya karena ia papa, tetapi karena jauh di dalam, ia tidak menganggap fenomena apa pun, betapa pun tinggi nilainya, sebagai miliknya. Sebaliknya ia bebas dari kemelekatan, dan dengan demikian jauh dari rasa sakit.

> "Jasmani ini bukan punyamu, wahai Biksu. Lepaskanlah! Perasaan, pencerapan, bentuk-bentuk mental, dan kesadaran bukan juga milikmu. Lepaskanlah semua!"

Karena semua adalah tidak kekal, semuanya juga bisa hilang dari kita setiap saat; apa yang dapat diambil dari kita bukanlah milik kita; dan apa yang bukan milik kita tidak dapat dianggap sebagai diri kita. Demikianlah fenomena tanpa inti diturunkan dari fenomena ketidakkekalan.

Aspek yang kedua dari anattā tidak disimpulkan dari anicca, tetapi merupakan premis dasarnya. Semuanya tidak kekal karena semuanya tersusun.

Tetapi bagaimana mereka tersusun? Buddha menyebutkan ada lima penyusun dari apa yang disebut sebagai suatu individu. Kelima unsur itu adalah *pañca skandha* (P. *pañcakkhanda*) yang telah kita bahas sebelumnya.

Pengetahuan adalah melihat, apa pun yang terlihat, baik yang di dalam maupun di luar, bukan sebagai suatu "diri", "jiwa", "ego", atau "sesuatu yang tetap", tetapi hanyalah lima "tumpukan". Tubuh jasmani mungkin dalam selang tertentu 'terlihat' tidak berubah, tetapi pikiran jelas berubah setiap saat. Semakin mudah suatu hal lenyap, semakin mudah seharusnya dapat dipahami ketanpa-intiannya.

Ilustrasi dari cara yang digunakan para siswa dalam mengkontemplasikan tiga ciri semua fenomena ini, kita dapatkan dari ungkapan berikut:

> "Bayangkan ada seorang yang dapat melihat sangat banyak gelembung yang timbul dengan cepat di sepanjang permukaan sungai Gangga, dan ia dapat mengamati dan menganalisanya dengan hati-hati. Setelah dengan hati-hati dianalisanya, akan terlihat

olehnya bahwa gelembung-gelembung itu adalah kosong, tidak nyata dan tanpa inti.

Dengan cara yang sama, seorang biksu mengamati semua fenomena jasmani ... semua perasaan ... semua persepsi ... semua bentuk-bentuk mental ... dan semua tingkat kesadaran, berasal dari masa lalu, masa sekarang, atau masa depan ... jauh atau dekat. Ia mengawasi dan dengan teliti menganalisanya. Setelah diawali dan ditelitinya, kelihatan olehnya bahwa semua itu hanyalah kosong, tidak nyata, dan tanpa inti."

***

Lebih tepat lagi ungkapan yang mengumpamakan vipassanā sebagai kilat yang menguak kegelapan malam dengan cahayanya menerangi seluruh desa. Pengetahuan tidak datang dengan seketika. Tetapi dengan suatu rangkaian "sekejap demi sekejap."

Kilatan itu, yang datang terus menerus dengan frekuensi yang semakin meningkat, secara bertahap menciptakan rangkaian cahaya, untuk kemudian membentuk terang sepenuhnya dan transeden dari Kebijaksanan Sempurna. Kemajuan dari Jalan dicapai secara bertahap.

"Saudara, sungai mengalir ke bawah dan semakin dalam menuju lautan, melalui satu lembah demi satu lembah, tidak langsung ditumpahkan begitu saja. Demikian pula Saudara, dalam Disiplin—berdasarkan—

> Kaidah, pelatihan bersifat bertahap. Kemajuan dicapai dengan bertahap, selangkah demi selangkah, tidak ada penembusan langsung ke dalam Pengetahuan."
>
> (Udāna V. 5 dan Vinaya II. 9)

Doktrin Agama Buddha Zen tentang Penerangan Seketika tidak menyatakan bahwa tujuan kehidupan suci dapat dicapai dengan cepat dan mudah. Doktrin itu hanya menekankan bahwa 'tempat' duniawi dan transeden tidak kontinyu (terputus). Karena tidak terdapat lapisan menengah di antara kedua tempat ini, pengetahuan dapat dicapai dari lapisan duniawi yang mana pun tanpa memperdulikan tingkatannya—apakah dalam bentuk suatu 'kilatan' atau 'sungai'.

Karena pengembangan pengetahuan dilakukan secara bertahap, tingkat Kebijaksanaan dari Jalan dibagi, seperti juga tingkat Moralitas dan Meditasi, ke dalam sub-sub bagian.

Sub-sub bagian ini ada empat. Tingkat-tingkat ini adalah gelar yang diberikan kepada murid yang mencapai tiap-tiap sub bagian tersebut. Yaitu, Jalan dan Buah dari Yang Masuk Ke Dalam Arus (menuju Nirwana) atau *srotāpatti-mārga* dan *srotāpatti-phala*; Jalan dan Buah dari Yang Kembali Sekali Lagi (*sakṛdāgāmi-mārga* dan *sakṛdāgāmi-phala*); Jalan dan Buah dari Yang Tidak Kembali (*anāgāmi-mārga* dan *anāgāmi-phala*); dan Jalan dan Buah dari Yang Luhur (*arhatta-mārga* dan *arhatta-phala*).

Perbedaan antara Jalan dan Buah dijelaskan dengan tepat dan lugas oleh Nyanatiloka:

> Di dalam *Abhidhamma* disebutkan, "Jalan agung", atau "Jalan" (*magga*), adalah suatu cara penandaan,

pangkat, dari pencapaian satu di antara empat tingkat kesucian—dengan Nirwana sebagai sarananya—yang dihasilkan oleh Pengetahuan intuitif (*vipassanā*) ke dalam ketidakkekalan, penderitaan, dan ketanpa-intian. Berkilat ke depan dan untuk selamanya mengalihkan hidup dan hakikat seseorang.

"Buah" (*phala*) dimaksudkan sebagai momen kesadaran, yang langsung mengikuti sebagai hasil dari Jalan, dan di bawah keadaan tertentu dapat berlipat tak terhingga kali selama hidup.

Kekuatan yang dicapai oleh seorang murid diukur terhadap Sepuluh Ikatan (*daśa-saṁyojana*) standar; sejumlah tertentu yang harus dimusnahkan pada masing-masing sub tingkat.

Srotāpanna (P. *Sotāpanna*) atau Yang Masuk Ke Dalam Arus, telah mengembangkan pengetahuannya dengan cukup untuk mematahkan, dengan menyeluruh dan tuntas, tiga ikatan keyakinan keliru. Tiga keyakinan keliru meliputi anggapan keliru tentang suatu diri (Skt. *satkāya-dṛṣṭi*, P. *sakkāyadiṭṭhi*), "keragu-raguan skeptis" (Skt. *vicikitsā*, P. *vicikicchā*) dengan arti tidak yakin sepenuhnya, atau ragu, terhadap Ajaran (doktrin). Dan ketergantungan pada moralitas dan kepatuhan petapaan eksternal (Skt. *śīlavrata-parāmarśa*, P. *sīlabbata-parāmāsa*) seolah-olah kepatuhan (tata-tertib) adalah Jalan itu sendiri yang cukup mengantarkan ke Penerangan.

Orang yang telah mencapai tingkat *Srotāpanna*, bebas dari kelahiran kembali dalam dunia yang lebih rendah, dan tidak akan melewati lebih dari tujuh kehidupan lagi—semuanya dalam dunia

manusia dan alam yang lebih tinggi—sebelum mencapai tingkat pembebasan tertinggi, Nirwana. Cirinya adalah keyakinan yang tak tergoyahkan lagi terhadap Buddha, Dharma, dan Sanggha, dan memiliki moral tanpa cela.

Sakṛdāgāmi (P. *Sakadāgāmi*) atau Yang Kembali Sekali Lagi, berhasil melemahkan—walaupun sebenarnya bukan memusnahkan—belenggu keempat dan kelima, yaitu nafsu seks (*kāma-rāga*) dan dendam (*vyāpāda*). Satu kehidupan lagi di alam manusia menunggunya; pada kehidupan mendatang ia akan mencapai Penerangan Sempurna.

Anāgāmi, Yang Tak Kembali Lagi, setelah memusnahkan lima ikatan yang lebih rendah, dilahirkan di alam Kediaman Suci: lima surga pada puncak dari alam berwujud. Dan di sana mencapai Nirwana tanpa perlu melalui kehidupan di alam manusia.

Arahat, Yang Luhur, yang menghancurkan—dengan pengetahuannya yang berkembang dan tanpa halangan—sisa kelima ikatan yang lebih tinggi, berhasil mencapai pembebasan dari ikatan keberadaan fenomena dan langsung masuk ke dalam Keadaan Tanpa Kematian, Nirwana, saat kehidupan sekarang.

Kelima ikatan yang lebih tinggi tersebut adalah keinginan untuk berada atau menjadi di alam berwujud (*rūpa-rāga*), keinginan untuk berada atau menjadi di alam tanpa wujud (*arūpa-rāga*), kesombongan (*māna*) atau anggapan bahwa dirinya lebih tinggi, lebih rendah, atau sama dengan yang lain, kegelisahan (Skt. *auddhataya*, P. *uddhacca*), dan kebodohan (Skt. *āvidyā*, P. *avijjā*).

Keempat jenis orang ini—(delapan jika kita membagi atas Jalan (*mārga*) dan Buah (*phala*)—yang dikenal sebagai *ārya-pudgalā*

atau Yang Mulia, terdiri dari para *Ārya-Sangha*, Permata Ketiga kepada siapa umat dan pengikut Buddha berlindung.

Mereka ini dirujuk sebagai "orang kudus", istilah yang juga digunakan dalam agama lain. Pada saat sebelum parinirvāna, Buddha bersabda:

> "Dalam ajaran mana pun, Subaddha, Jalan Mulia Berunsur Delapan tidak ditemukan, di sana juga tak akan didapatkan petapa, baik dari tingkat pertama, kedua, ketiga, maupun keempat (yaitu, Sotāppana, dst.). Dan di dalam ajaran mana pun, Subaddha, ditemukan Jalan Mulai Berunsur Delapan, di sana juga ditemukan petapa, dari tingkat pertama, kedua, ketiga, maupun keempat.
>
> Sekarang, Subaddha, dalam Ajaran ini, Jalan Mulia Berunsur Delapan ditemukan. Di dalamnya juga didapatkan petapaan dari keempat tingkat tertentu. Tak ada sama sekali petapaan dalam ajaran yang lain. Tetapi Subaddha, jika kehidupan suci dijalankan dalam cara yang ini, dunia tak akan kosong dari para Arahat."
>
> (Dīgha-Nikāya II. 148)

***

Dengan mencapai kearahatan, seorang pengikut Jalan mencapai puncak dari perjalanannya. Dengan menaklukkan dirinya sendiri—penaklukan yang lebih agung, seperti disebutkan dalam *Dhammapada*, daripada penaklukan seribu orang di medan pertempuran seribu kali—dia telah menaklukkan semesta alam,

dan menjadi berarti sebagai tempat berlindung, berharga sebagai pujaan, dari dewa dan manusia, suatu medan kebajikan tertinggi bagi dunia. Tak ada lagi yang di atasnya, tidak ada yang berada di bawahnya.

Bersaksi terhadap pencapaianNya, Ia mengumumkan, "Hancur sudah kelahiran kembali, telah tumbuh kehidupan suci, telah Kulakukan apa yang harus Kulakukan, tak akan ada kemunculan lagi di dalam keadaan berkondisi seperti ini."

Buddha sendiri dianggap lebih tinggi dari Arahat, tidak dalam pencapaian transeden tetapi hanya sebagai ungkapan rasa hormat. *Namo Tassa, Bhagavato, Arahato, Sammāsambuddhassa*—Berlindung kepadaNya, Yang Tertinggi, Yang Suci, Yang Terang Sepenuhnya—begitu versi Pāli yang berisikan pujian yang digunakan oleh seluruh umat Buddha: Buddha sendiri adalah seorang Arahat. Satu-satunya perbedaan antara Ia dan pengikutNya yang telah mencapai Penerangan Sempurna, terdapat dalam prioritas pencapaiannya, dan kenyataan bahwa mereka mencapai Nirwana dengan (sedangkan Ia tanpa) bantuan seorang Guru.

Tak ada satu alasan pun yang *valid* untuk mengatakan bahwa pencapaian Kebuddhaan dan pencapaian Kearahatan adalah dua cita-cita spiritual yang berbeda, bahkan bertentangan. Lebih salah lagi pandangan yang menyatakan bahwa yang belakangan adalah sinonim dengan keegoisan spiritual. Bagi para Murid Agung, Nirwana bukanlah suatu objek yang dapat digenggam; tidak juga ia berpikir bahwa Nirwana dapat dijadikan sebagai "kepunyaannya".

Hanya dari sudut kebenaran relatif, memungkinkan untuk mengatakan bahwa orang ini atau itu telah mencapai Penerangan; ekspresi seperti itu tidak untuk dijelaskan secara literal. Pada kenyataannya, pencapaian penerangan berisikan, tidak dalam arti penambahan suatu pencapaian transeden pada keberadaan diri individu, tetapi hanya dalam arti penghentian dari semua kotoran dari segala jenis kemunculan.

Suatu kutipan dari Kitab Suci dapat menjelaskan, bahwa terhadap siswa Buddha yang telah mencapai Kearahatan—sebenarnya bahkan pada tingkat jhāna pertama—anggapan tentang tentang pencapaian pribadi telah lenyap:

> "Tenang, suci, bercahaya, adalah dirimu, Sariputra; dari manakah Saudara hari ini?" tanya salah seorang Kepala Siswa yang lain.
>
> "Aku menyendiri, Saudara, di dalam jhāna pertama. Dan padaku tidak pernah muncul pikiran: Aku telah mencapainya; aku telah muncul darinya. Dan dengan demikian, Saudara, kecondongan mementingkan diri sendiri telah lama dibuang dari Sariputra."
>
> (Saṁyutta-Nikāya III. 235)

Bahkan yang lebih tegas adalah petikan berikut, kala dua orang siswa bersaksi tentang pencapaian Nirwana mereka:

> "Guru, dia yang adalah Arahat, yang telah menghancurkan āsava, yang telah hidup sebagaimana mestinya, yang telah melakukan apa yang harus

dilakukan, yang telah melepaskan bebannya, yang telah memenangkan Penyelamatan dirinya sendiri, telah bebas dengan pengetahuan sempurna, padanya tidak muncul: ada yang lebih tinggi dari aku, setingkat dengan aku, lebih rendah dari aku." Berkata demikian, mereka lalu memberi hormat dan berlalu.

Dan Guru berkata, "Demikian juga halnya, orang sejati menyatakan pengetahuan intuitif yang telah dimenangkan; mereka bercerita tentang pencapaian (*attha*), tetapi tidak membawa serta ego (*attā*)."

Di sana, di dalam penyadaran terhadap Nirwana, tidak terdapat lagi sama sekali suatu "Aku". Sehingga menyatakan bahwa cita-cita Arahat mementingkan diri sendiri dan menumbuhkan sikap dingin tanpa Belas Kasih kepada makhluk yang menderita, adalah anggapan keliru.

Bahkan dalam Kitab Suci baik Theravāda maupun Mahāyāna, kita dapatkan bahwa setelah pencapaian Nirwana, Belas Kasih merupakan pendorong dari kehidupan dan kegiatan Buddha beserta pengikutnya.

Dengan Belas Kasih kepada mereka yang berada dalam lumpur keduniawian, Sang Guru setuju pada permintaan Brahmā Sahampati, untuk membukakan Pintu Menuju Keabadian bagi umat manusia. Penuh Belas Kasih tindakanNya, kepada siswa-siswaNya, "sebagaimana semua yang bisa dilakukan oleh seorang Guru."

Dan tidakkah Ia berpesan, kepada enam puluh siswaNya yang pertama kali mencapai Nirwana, untuk pergi mengembara,

tidak dengan dingin dan tanpa peduli, tetapi "bagi kesejahteraan banyak makhluk, bagi kebahagiaan banyak makhluk, dengan penuh Belas Kasih bagi dunia, bagi kesejahteraan, kemakmuran, dan kebahagiaan para dewa dan manusia"?

Sesungguhnyalah, tiada keraguan saat Ia menyatakan, "Ada makhluk dengan sedikit debu nafsu di matanya. Mereka akan lenyap jika tidak mendengarkan Dharma. Akan ada beberapa yang dapat mengerti. Saya sendiri, Saudara, akan pergi ke Uruvela, di pinggiran dari Kepala Keluarga, untuk menyatakan Dharma." Pasti, sikap itu bukan semangat yang mementingkan diri sendiri.

Dan bahwa penyadaran—melalui Kebijaksanaan, tentang ketanpa-intian dari semua fenomena, termasuk diri sendiri—melahirkan pancaran Belas Kasih secara spontan, tidak satu aliran pun di dalam Agama Buddha yang menyangkal.

Penerbit Dian Dharma

Penerbit Dian Dharma didirikan di Jakarta pada tanggal 8 Mei 1995 dengan tujuan untuk menyebarkan Dharma ke seluruh tanah air melalui buku-buku yang dibagikan secara gratis.

Berkat dukungan banyak pihak, hingga saat ini Penerbit Dian Dharma tetap eksis dan telah menerbitkan 197 judul buku. Sebagian dari terbitan Dian Dharma juga telah tersedia dalam versi e-book di situs www.diandharma.org

Jika Anda ingin mendapatkan buku-buku Dian Dharma, atau ingin berkontribusi terhadap penerbitan buku Dian Dharma untuk distribusi gratis, silakan hubungi:

Penerbit Dian Dharma
Jalan Mangga I Blok F No. 15, Duri Kepa
Jakarta Barat 11510
Telp. & Fax. (021) 5674104
Hp. & WA: 081 1150 4104
Email: admin@diandharma.org
www.diandharma.org
Instagram: penerbitdiandharma
Facebook: Dian Dharma Book Club

Penerbit Dian Dharma juga siap membantu mereka yang ingin mencetak buku untuk pelimpahan jasa.

WIHARA EKAYANA ARAMA
INDONESIA BUDDHIST CENTRE

Jl. Mangga II No. 8 Duri Kepa
Jakarta Barat 11510
Telp. (021) 5687921, (021) 5687922
Fax. (021) 5687923
Email: admin@ekayana.or.id

Website: www.ekayana.or.id
YouTube: Wihara Ekayana Arama
Aplikasi: Ekayana

Media Sosial
WA: 0813 1717 1116 / 0813 1717 1119
Facebook: Wihara Ekayana Arama
Instagram: ekayanaarama
Instagram: kopemwea
Instagram: koremwea
Instagram: smbekayanaarama
TikTok: ekayanaarama

Kebaktian Umum
Setiap Hari, pk. 16.00 – 17.00 (Mandarin)
Ce It dan Cap Go, pk. 19.00 – 21.00 (Mandarin)
Minggu, pk. 08.00 – 09.30 (Mandarin)
Minggu, pk. 10.00 – 12.00 (Pali)
Minggu, pk. 17.00 – 19.00 (Pali)

Kebaktian Pemuda
Minggu, pk. 10.00 – 12.00 (Pali)

Kebaktian Remaja
Minggu, pk. 09.00 – 11.30 (Pali)

Sekolah Minggu Gelanggang Anak Buddhis
Minggu, pk. 08.30 – 10.30

Dharma Class
Minggu, pk. 09.00 – 10.30

Latihan Meditasi
Minggu, pk. 13.00 – 15.00 (Vipassana)
Kamis, pk. 19.00 – 21.00 (Chan)

WIHARA EKAYANA SERPONG

Jl. Ki Hajar Dewantara No. 3A
Summarecon Serpong
Tangerang 15810
HP. 0812 1932 7388
Email: admin@ekayanaserpong.or.id

Website: www.ekayanaserpong.or.id
YouTube: Wihara Ekayana Serpong

Media Sosial
WA: 0818 0292 6368
Facebook: Wihara Ekayana Serpong
Instagram: ekayanaserpong
Instagram: kopemwes
Instagram: koremwes
Instagram: sekolahmingguwes
TikTok: Wihara Ekayana Serpong

Kebaktian Umum
Malam Ce It dan Malam Cap Go (Mandarin)
Minggu, pk. 08.30 – 09.30 (Mandarin)
Minggu, pk. 10.00 – 11.30 (Pali)

Kebaktian Pemuda
Minggu, pk. 10.00 – 11.30 (Pali)

Kebaktian Remaja
Sabtu, pk. 10.00 – 11.30 (Pali)

Sekolah Minggu Gelanggang Anak Buddhis
Minggu, pk. 10.00 – 11.30

Latihan Meditasi
Selasa, pk. 19.00 – 21.00 (Chan)