



Harmoni

April 2013

Salam Harmoni,



HAPPY VESAK DAY

Seluruh Tim Redaksi Majalah Harmoni mengucapkan "Salam Waisak dan Salam Sejahtera" bagi para Dermawan, Penggemar dan Pembaca setia. Semoga kita semua senantiasa diberkati dan diberikan bimbingan dan perlindungan oleh Hyang Triratna, Buddha, Dharma dan Sangha.

Pada kesempatan kali ini, adapun isi Majalah Harmoni diawali oleh Pesan Waisak oleh YM Bhiksu Tadisa Paramita Mahasthavira. Selanjutnya isi utama majalah ini adalah mengupas masalah aktual yang sedang hangat dibicarakan, yaitu: menyoroti tingkah laku para eksekutif, legislatif, dan yudikatif. Oleh karena itulah Majalah Harmoni kembali hadir spesial mengupas masalah 'Etika berbangsa dan bernegara'. Di Samping itu, juga khusus mengupas masalah 'Dana dupa dalam perspektif Buddhis, dan 'mantra Buddhis yang terbaik'. Selanjutnya tentu masih banyak artikel-artikel yang menarik untuk kita simak dan baca.

Seperti kita ketahui, Bulan Waisak adalah bulan berkah bagi seluruh umat manusia dan semua makhluk. Oleh karena itu, marilah kita semua rajin mengendalikan diri dan melakukan kebajikan murni untuk menggugu dan meniru keteladanan Buddha, bertekad untuk menapak ke atas mencapai Kebuddhaan, ke bawah menolong semua makhluk agar mereka bebas dari bodoh dan derita.

Bilamana setiap isi Majalah Harmoni ada tulisan atau kata-kata yang kurang berkenan di hati pembaca, mohon kiranya dapat memberikan masukan atau kritikan yang membangun ke Tim Redaksi, tetapi apabila isi majalah ini dirasakan bagus dan bermanfaat, maka mohon disebarkan kepada masyarakat luas, agar semuanya bisa memperoleh 'Cahaya Buddha' sehingga mereka bisa hidup arif bijaksana dan berkebajikan.

Pada kesempatan ini, kami tim redaksi mengetuk pintu hati para donatur/dermawan dan pembaca setia agar dapat rutin berdana untuk peningkatan kualitas, kuantitas dan perkembangan Majalah Harmoni ke depan, harapannya semoga Majalah Harmoni senantiasa dicintai dan digemari oleh kita semua. Semoga jasa pahala kebajikan yang kita lakukan akan berbuah keberuntungan, keselamatan, kearifan dan kebahagiaan, svaha.

Akhir kata, Enjoy Reading, Selamat Membaca!

Surat Rekomendasi
Departemen Agama Republik Indonesia
Direktur Urusan dan Pendidikan Agama Buddha
No. D.t.V.II/BA.00/1484/2004

Pendiri

YM. Bhiksu Tadisa Paramita Mahasthavira
YM. Bhiksu Samantha Kusala Sthavira

Pelindung

Direktur Urusan dan Pendidikan Agama Buddha
Departemen Agama Republik Indonesia

Penasehat

Sangha Mahayana Buddhis Internasional

Penerbit

Majelis Mahayana Buddhis Indonesia

Penanggung Jawab

YM. Bhiksu Tadisa Paramita Mahasthavira

Pemimpin Redaksi

Irwan Saputra, S.E.

Bendahara

YM. Bhiksu Samantha Kusala Sthavira

Staf Redaksi

Agus Triono, S.T
Sramanera Satya Prabha

Iklan

Irwan Saputra, S.E
Hp. 0856 189 4466

Sirkulasi

Agus Triono, S.T
Gunawan

Irwan Saputra, S.E.

Rofin

Siswoyo

Design Cover & Iklan

Sintra Wong, S.T

Design Backgrounds & Layout

Suyoto Lee, S.Kom

Korespondensi

Seluruh Dewan Pengurus Daerah
Majelis Mahayana Buddhis Indonesia
dan Lembaga Keagamaan Anggota
Majelis Mahayana Buddhis Indonesia

Alamat Redaksi

Vihara Bodhi Dharma Loka

Jl. Pakin No. 1, Komp. Mitra Bahari, Blok B 17-19

Penjaringan, Jakarta 14440

Telp. (+62 21) 667 0226 - 662 5155

Fax. (+62 21) 667 0258

Website : www.mahayanabuddhist.org

email: majalahharmoni@yahoo.com

Perwakilan Redaksi - Australia

Kuan Yin Monastery Inc.

2023 Albany Hwy, Maddington

Western Australia 6109

Telp. (+618) 9493 3230 - 9459 2517

Fax. (+618) 9452 2426

Rek. Dana Paramita

Bank BCA (kcp. Fatmawati)

a/c: 071 - 3022 - 249

a/n: Majalah HARMONI

DAFTAR ISI / CONTENT

PESAN WAISAK 2013

**Agama dan Pendidikan Tanpa Moralitas
Menumbuhkembangkan Penyakit Sosial**

Shurangama Sutra 楞嚴經

Konsep Sunyata di Mahayana Sutra

**Etika Berbangsa & Bernegara
Dalam Perspektif Ajaran Buddha**

**Mengapa di Dalam Agama Buddha
ADA PERSEMBAHAN DUPA?**

**Agama Dalam Masyarakat
yang Multi Religius**

最好的佛咒---梵文譯音
Mantra Buddhis Terbaik

12 Faktor Paticcasamuppada
十二因緣

**TUCCHA POTHILA —
Bhikkhu Kitab Kosong**

**Berbagai Macam "Tuhan"
Dalam Buddhisme**

Enam Tipe Manusia
Menurut Spranger

10 Tips
Memurnikan Diri

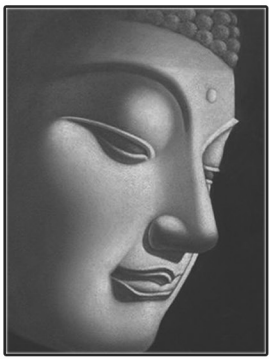
Kiamat Isu Lokal Jadi
Teror Global

**6 Efek Buruk Pemanasan
Global bagi Kesehatan**

**Psikologi Kepribadian
(psikologi timur)**

**Manfaat Senyuman
dan Tertawa**





PESAN WAISAK 2013

Agama dan Pendidikan Tanpa Moralitas Menumbuhkan Penyakit Sosial

(oleh YM Bhiksu Tadisa Paramita Mahasthavira, Ketua Umum Sangha Mahayana Buddhis Internasional)

Setiap tahun kita sebagai umat Buddha tentu berperan aktif dan berpartisipasi merayakan Hari Raya Trisuci Waisak, untuk memperingati Kelahiran, Kesempurnaan, dan Mahaparinirvananya Guru Agung Sakyamuni Buddha. Memperingati Hari Trisuci Waisak tidak cukup dengan upacara ritual, seremonial dan kebajikan saja melainkan apakah kita sudah menyadari makna dan tujuan hidup manusia yang sesungguhnya di muka bumi ini? Bagaimanakah sikap dan perilaku kita dalam kehidupan sehari-hari? Apakah kita sudah memperbaiki watak dan tabiat buruk kita? Kalau belum mampu meningkatkan kualitas religius dalam kehidupan sehari-hari, maka maksud dan tujuan utama perayaan Waisak yang setiap tahun di adakan tidaklah berarti dan tepat sasaran. Sesungguhnya memperingati Hari Trisuci Waisak adalah selain memuliakan Guru Agung Sakyamuni Buddha, juga menyadarkan umat manusia agar menggugu dan meniru sikap dan perilaku Pangeran Siddharta Goutama yang menyadari ketidakkekalan segala fenomena dan menembusi hukum kesunyataan untuk berjuang mengatasi penderitaan dan mengakhiri siklus tumimbal lahir yang menyakitkan. Perjuangan utamanya di arahkan ke atas mencapai Kebuddhaan dan ke bawah menolong semua makhluk, sekaligus mengabdikan dan berbakti untuk memabarkan kebenaran Dharma dan membimbing semua makhluk agar bebas dari bodoh dan derita.

Ajaran Buddha menghapus perbudakan agama

Suara Hyang Buddha merupakan suara paling lantang yang pernah terdengar dalam sejarah manusia dalam menjunjung martabat manusia dan dalam prinsip bahwa manusia adalah penentu nasibnya sendiri, dan bahwa figur manusia bukan untuk jadi budak agama, tetapi agamalah yang harus melayani manusia. Hal ini berarti manusia harus menggunakan agama untuk menjadikan dirinya lebih baik dan untuk mencapai kebebasan.

Ajaran Buddha dapat menghapus kegelapan dari kebodohan batin dan membebaskan umat manusia dari bahaya ilusi bawah sadar dan perbudakan oleh agama. Ia dapat membantu manusia untuk menjadi tuan bagi dirinya sendiri. Manusia dapat membebaskan dirinya sendiri dari segala kejahatan jika ia dapat mengerti sifat pikirannya sendiri. Pada zaman modern, aneka hiburan telah disuguhkan untuk memuaskan emosi, mengacaukan mentalitas, mengendurkan pikiran manusia, membiuskan manusia ke dalam sensasi dan ilusi. Mereka telah menjadi seperti obat bius yang hanya menciptakan kegairahan dan kegelisahan di dalam pikiran yang memunculkan sifat binatang yang tersembunyi pada manusia. Tujuan utama agama adalah untuk menenangkan dan mencerahkan pikiran, untuk mengurangi tekanan, keresahan, dan ketakutan dalam pikiran.

Moralitas Membangun Peradaban Luhur

Terlahir sebagai manusia itu sulit, mau jadi manusia-manusia, artinya perolehan tubuh manusia batinnya juga manusia tentu lebih sulit lagi, ditambah lagi bila mau melakoni kehidupan manusia yang benar dan baik teramat sulit. Ini perjuangan manusia yang harus mampu mempertahankan kualitas kemanusiaan, jangan sampai merosot. Alangkah indahnya bila kualitas manusia terus meningkat, berbakat dan bertekad minimal jadi dewa, makhluk suci atau menjadi Bodhisattva. Jaman sekarang ini kesibukan manusia hanya cenderung cari uang dan berambisi mencari kekayaan materi saja tapi mengabaikan kualitas moralitas, mentalitas dan spiritualitas. Akibatnya banyak orang sekarang ini, hidupnya makmur tapi berpenyakit jiwa, kebutuhan terpenuhi tapi hati tidak riang.

Manusia dapat mengalami lima jenis kehilangan, yaitu: kehilangan keluarga, kekayaan, kesehatan, moralitas dan pandangan benar. Tidak ada satu pun makhluk yang jatuh ke alam neraka setelah kematian akibat kehilangan keluarga, kekayaan atau kesehatan, tetapi umumnya makhluk hidup terjatuh ke alam-alam menyedihkan karena kehilangan moralitas dan pandangan benar.

Jika umat manusia menolak untuk berlatih pengendalian diri, ia bukan hanya mungkin melukai orang lain, tetapi ia pasti akan merusak diri sendiri.

Segala tindakan yang kita lihat di dunia ini, segala gerakan di dalam masyarakat manusia, segala karya di sekitar kita, semata-mata merupakan pertunjukkan pikiran, manifestasi hasrat manusia. Bila pikiran umat manusia buruk maka sikap dan perilakunya buruk, lingkungan dirusak, dan pemerintahan pun diganggu, dan dunia pun jadi kacau, sebaliknya bila hati manusianya baik maka semuanya akan menjadi baik pula.

Era globalisasi sekarang ini umumnya ada tujuh penyakit sosial, yaitu: Politik tanpa prinsip; kekayaan tanpa bekerja; perdagangan tanpa menghiraukan moralitas; pendidikan tanpa watak; kesenangan tanpa hati nurani; ilmu pengetahuan tanpa kemanusiaan; cinta tanpa pengorbanan.

Kecenderungan umat manusia yang memiliki wawasan pikiran sempit dan tersekat sehingga mudah berprasangka jelek, antara lain: Hidup di mana pun di dunia tetapi menentang ras, agama, warna kulit dan berbagai tradisi adalah seperti hidup menentang kodrat alamiah bagaikan orang eskimo di Alaska tetapi menentang salju.

Untuk membangun Bangsa harus ada empat prinsip yang wajib dilaksanakan, yaitu: sopan satun, kejujuran, integritas dan rasa tahu malu adalah empat prinsip etis dalam membangun bangsa. Tanpa pengembangan yang tepat akan keempat prinsip etis tersebut, negara akan mengalami kekacauan dan secara pasti akan mengalami kemusnahan.

Berbuat baik, menjadi baik dan tetap baik: mungkin tidak begitu sulit untuk berbuat baik, adalah lebih sulit untuk menjadi baik. Namun mempertahankan sikap mental yang baik dan melakukan suatu pelayanan kepada orang lain dengan menghadapi berbagai tuduhan, kritikan, dan gangguan adalah yang paling sulit di antara semuanya. Adalah mudah menjadi baik ketika segala sesuatunya baik, tetapi sulit menjadi baik ketika segalanya buruk.

Mengalahkan banyak orang itu mudah, tetapi dapat mengalahkan diri sendiri itu sulit. Ia yang meraih kemenangan atas orang lain adalah bertenaga, tetapi ia yang meraih kemenangan atas dirinya sendiri adalah kuat dalam segalanya.

Apa yang sulit untuk dilakukan: bagi orang baik, berbuat baik adalah mudah; bagi orang jahat, berbuat baik adalah sulit; bagi orang jahat, berbuat jahat adalah mudah; bagi orang baik, berbaut jahat adalah sulit. (Buddha-udana)

Berbagai Ciri Umat Manusia

Empat ciri manusia: 1. Mereka yang mencoba mencari kesalahan mereka sendiri, betapapun kecilnya kesalahan itu, mencoba untuk mengoreksi kesalahan-kesalahan itu dan hanya melihat kebaikan yang dilakukan orang lain. 2. Mereka yang melihat kebaikan di dalam diri mereka dan kebaikan pada diri orang lain. 3. Mereka yang hanya melihat kebaikan di dalam diri mereka dan hanya melihat kesalahan orang lain (dan mencoba merendahkan orang yang membuat kesalahan). 4. Mereka yang memandang sifat negatif mereka sebagai hal yang positif dan merendahkan kebaikan yang dilakukan orang lain.

Berbagai motivasi orang: 1. Orang yang bekerja untuk kebaikan dirinya tetapi tidak untuk kebaikan orang lain; 2. Orang yang bekerja untuk kebaikan orang lain tetapi tidak untuk kebaikan diri sendiri; 3. Orang yang bekerja tidak untuk kebaikan dirinya sendiri ataupun tidak untuk kebaikan orang lain; 4. Orang yang bekerja untuk kebaikan dirinya sekaligus untuk kebaikan orang lain.

Apa yang dapat anda bawa dari sini? ia yang melekat di milik dirinya yang berharga dengan kejahatan yang membuatnya tak terkait. Seorang pelaku kejahatan yang bersuka ria (sejenak) tidak berarti bahwa hal itu baik. Diserang oleh kematian yang 'menyusul' dan kehilangan sifat kemanusiaan, apa guna kekayaan baginya, dan apa yang akan dibawa kemudian? Segala perbuatan akan mengikutinya bagaikan bayangan yang tak pernah terpisah darinya. Perbuatan baik dan perbuatan jahat yang dilakukan oleh orang secara sembunyi maupun terang diketahui oleh dirinya sendiri, langit, bumi dan saksi. Inilah miliknya yang sesungguhnya yang akan ia bawa semasa hidup maupun setelah kematian. Segala hasil perbuatan akan mengikuti dan menggajarnya. Karena itu perbuatan mulia harus banyak dilakukan.

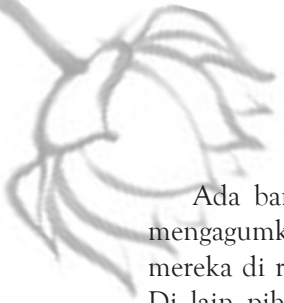
Manusia tidak langsung jadi: manusia sekarang merupakan hasil dari jutaan bentuk pikiran dan tindakan yang lalu. Ia tidak diciptakan langsung jadi, tetapi selalu dalam keadaan menjadi. Proses pikirannya sendiri menentukan perangnya. Manusia tidak menjadi sempurna dengan sendirinya, ia harus melatih dirinya untuk menjadi sempurna. Manusia bukan siapa dia, tetapi siapa yang bukan dia. Ini berarti bahwa umat manusia sekarang tidak bertingkah laku sebagaimana mereka seharusnya bertingkah laku.

Bertindak dengan sepenuh hati, bergembira memberikan kontribusi dan pengabdian. Keheningan dalam melaksanakan tugas, berkarya tanpa melekat, berjuang tanpa bergejolak, menolong tanpa pamrih, itulah perilaku bijaksana dan praktik agung yang menuju pencerahan dan pembebasan.

Menurut Hyang Buddha, apa yang diperlukan oleh umat manusia untuk kebahagiaan dan kebebasannya adalah bukan hanya kepercayaan-kepercayaan religius, ritual-ritual, atau teori-teori, tetapi pengetahuan Dharma, sifat universal atau sifat alam semesta dan harmoni yang menyeluruh dengan hukum sebab akibat. Sebelum prinsip ini dimengerti sepenuhnya, kehidupan hanyalah sebuah manifestasi dari sifatnya sendiri yang tidak sempurna dan tidak dapat diprediksi.

Pendidikan dan Moralitas Mutlak Diperlukan

Pengetahuan datang dari banyak sumber: seperempat bagian dari pengetahuan murid diperoleh dari gurunya, seperempat yang lain diperoleh dari kecerdasannya sendiri; seperempat bagian yang ketiga diperoleh dari sesama murid. Dan seperempat bagian yang terakhir diperoleh dari pengalaman seiring perjalanan waktu. Pengetahuan bukanlah kebijaksanaan; kebijaksanaan bukanlah pengetahuan. Kita memperoleh pengetahuan setelah mendengar, membaca, dan mengamati banyak hal di dunia ini, tetapi itu bukanlah kebijaksanaan dalam pengertian yang sesungguhnya. Kebijaksanaan hanya muncul di dalam pikiran ketika rintangan, gangguan dan berbagai kekotoran batin tidak aktif di dalam pikiran.



Ada banyak orang yang terpelajar di seluruh dunia yang tidak diragukan memiliki pengetahuan yang mengagumkan, namun sayang sekali sebagian dari mereka kurang bijaksana. Mereka pandai tetapi tingkah laku mereka di ragukan. Mereka mungkin mudah marah, egoistik, emosional, iri hati, tamak dan temperamental. Di lain pihak, ada orang-orang yang sangat baik hati, sabar, toleran, dan memiliki sifat-sifat baik lainnya. Namun mereka juga kurang bijaksana sehingga dapat dengan mudah disesatkan oleh orang lain. Jika kita mengembangkan kemurahan hati tanpa pengetahuan yang tepat, kita akan mendapatkan kesulitan ketika orang mengambil keuntungan dari kita. Karena itu, pengetahuan dan sifat-sifat yang baik harus jalan bersama. Tiga macam pengetahuan: yang diperoleh dengan belajar, yang diperoleh dengan berpikir, dan yang diperoleh dengan meditasi. Inilah kebijaksanaan, yang merupakan puncak dari latihan tiga ruas, disiplin, konsentrasi, dan kebijaksanaan, yang menuju kebahagiaan tertinggi. Jika seseorang mencoba memahami segala sesuatu, maka orang tersebut tidak akan memahami apapun; kalau seseorang memahami diri sendiri, ia akan memahami segala sesuatu. Seseorang hanyalah produk dari pemikirannya; apa yang ia pikirkan, itulah yang akan terjadi padanya.

Semua pengetahuan dangkal yang di dasarkan pada indera kita sungguh merupakan kebodohan batin. Pengetahuan sejati hanya diperoleh dengan melepaskan semua itu hingga kita mampu berpikir jernih dan realitas tanpa menggunakan gagasan-gagasan inderawi. Pengetahuan datang dari luar, sedangkan kebijaksanaan muncul dari dalam. Setiap manusia memerlukan dua pendidikan, yaitu bersifat keluar untuk menata kehidupan dan lingkungan. Bersifat ke dalam untuk menata pikiran dan perilaku. Kalau cahaya pengetahuan: para manusia era modern beruntung karena terlahir pada suatu masa ketika cahaya pengetahuan berkilauan dengan kecermerlangan luar biasa. Karenanya, sungguh suatu hinaan bagi martabat manusia jika kita menggunakan cahaya itu bukan untuk memperbaiki pikiran dan kehidupan manusia, tetapi untuk menghancurkan diri kita sendiri bersama dengan lingkungan kita. Adalah sangat penting pula bahwa semua sarana yang tersedia pada era modern ini digerakkan untuk menyelamatkan kehidupan dan peradaban.

Belajar tanpa pengembangan kebijaksanaan dapat meningkatkan ketidaktahuan: semakin banyak kita belajar tentang hal-hal yang ada di dunia, semakin banyak kita menciptakan konsep dan fantasi kita, yang merupakan produk dari cara berpikir kita yang terbatas dan dibentuk oleh pengertian kita yang terbatas pula. Bukannya mendapatkan kebijaksanaan, kita justru meningkatkan ketidaktahuan kita. Orang-orang yang menyatakan dirinya mengetahui banyak hal hanya mengembangkan egoisme dan pandangan skeptis mereka, yang hanya semakin menciptakan kebingungan dan mengganggu kedamaian dan keyakinan di dalam pikiran mereka. Pengetahuan dan sikap yang mereka pelihara sering kali lebih banyak menciptakan kesalahpahaman dan konflik daripada menghasilkan harmoni dan niat baik.

Manusia pada dasarnya tidak berwatak jahat: banyak orang yang melakukan kejahatan karena ketidaktahuan, bukan karena memang berwatak jahat. Agaknya, mereka lebih memerlukan bimbingan daripada hukuman.

Dua jenis orang bodoh: orang-orang yang menyalahgunakan kecerdasan mereka disebut orang tolol yang pintar, dan mereka yang mengembangkan kebaikan emosional tanpa akal sehat disebut orang bodoh yang baik hati. Hyang Buddha juga mengatakan bahwa ada dua jenis orang bodoh: mereka yang menyibukkan diri dengan hal-hal yang semestinya tidak perlu dilakukan, dan mereka yang tidak memenuhi tanggung jawab yang semestinya dilakukan.

Pengetahuan dan moralitas: dalam ajaran Buddha, tidak akan ada moralitas sejati tanpa pengetahuan, dan tidak ada pengetahuan sejati tanpa moralitas; keduanya bergandengan bersama seperti panas dan cahaya dari sebuah nyala api. Apa yang merupakan Bodhi adalah pencerahan yang disertai belas kasih. Kesadaran akan kemuliaan moral merupakan pokok dari Bodhi.

Pengetahuan (apa yang kita ketahui) akan kecil artinya jika tidak diterapkan dengan bijak untuk melayani makhluk hidup. Nilai seorang manusia akan terlihat pada apa yang dia berikan dan tidak pada apa yang dia terima. Pencapaian besar biasanya lahir dari pengorbanan besar, dan tidak pernah dihasilkan dari pementingan diri sendiri. Tiga unsur sukses, yaitu: pelayanan, pengorbanan dan pengendalian diri adalah tiga frasa, sebagai kekuatan untuk meraih keberhasilan dalam pemberian pertolongan kepada dunia.

Sukses adalah mendapatkan apa yang kita inginkan; sedangkan kebahagiaan adalah mensyukuri apa yang kita dapatkan.

Disaat bulan Waisak, marilah kita introspeksi dan refleksi diri, apa makna dan tujuan manusia datang ke dunia ini? Apakah kita sudah menyadari realita kelahiran dan kematian yang akan kita alami? Apa yang kita bawa saat kematian hadir? Tentu jawaban akan bijaksana apabila kita mau menyadari hukum kesunyataan ini. Untuk itu, Marilah kita lebih giat lagi mempraktikkan ajaran Buddha dengan konsisten dan tekun untuk meraih cita-cita religius, membebaskan diri dari penjara siklus tumimbal lahir dan memperoleh pembebasan mutlak mencapai surga Buddha. Tadyatha om gate gate paramgate para samgate bodhi svaha. Akhir kata, semoga semua makhluk berbahagia, sadhu-sadhu-sadhu. Amithofo.



Shurangama Sutra 楞嚴經

Di terjemahkan dari Mandarin ke Bahasa Inggris oleh Upasaka Charles Lu K'uan Yu

Alih bahasa oleh dr.Djauheri

(sambungan dari edisi sebelumnya)



Pandangan skeptis yang terbalik tentang pelenyapan

Setelah Ananda dan seluruh anggota telah mendengar nasehat Sang Buddha, tubuh dan pikiran mereka menjadi tenang dan terkendali. Mereka berpikir bahwa sejak zaman dahulu kala, mereka telah kehilangan (pandangan) tentang pikiran mereka yang terikat pada bayangan dari sebab akibat yang membedakan dan mereka telah sadar dari semuanya kini, seperti seorang bayi (yang lapar) yang telah lama tidak disusui dan secara mendadak melihat ibunya yang tersayang. Mereka bersikap Anjali untuk berterima kasih kepada Sang Buddha dan berkeinginan mendengar khotbah-Nya tentang dualisme keadaan antara kenyataan dan kepalsuan, keberadaan dan ketidakberadaan, serta kekekalan dan ketidakkekalan dari tubuh dan pikiran.

Raja Prasenajit kemudian bangkit dan berkata kepada Sang Buddha: 'Sebelum saya memperoleh nasehat dari Sang Buddha, saya bertemu (Kakuda) Katyayana dan (Sanjaya) Vairatiputra, yang mana keduanya bercerita tentang bila tubuh itu meninggal, maka pelenyapannya disebut sebagai Nirvana. Walaupun sekarang saya telah bertemu dengan Sang Buddha, saya masih belum mengerti tentang hal ini. Semua yang di sini yang masih berada dalam penderitaan berkeinginan untuk mengetahui bagaimana menyadari pikiran tersebut dan membuktikan bahwa letaknya di antara kelahiran dan kematian'.¹

Sang Buddha berkata kepada Raja Prasenajit: 'Raja yang Agung, sekarang saya hendak bertanya kepadamu tentang tubuhmu yang terdiri dari daging dan darah: apakah itu semua bersifat menetap dan tidak dapat mengalami kehancuran seperti halnya sebutir berlian, ataukah ia berubah terus dan akan hancur?'

(Raja menjawab:) 'Tubuh saya akan hancur dan akhirnya musnah'.

¹ Sang Buddha mengeluarkan cahaya bersinar untuk mengajari Ananda bahwa sifat kekekalan terdapat di dalam tubuh dan objek yang bergerak. Maka sekarang kita mengetahui bahwa (keadaan) kelahiran dan kematian juga mengandung apa yang terletak di antaranya. Sekarang Ananda mengerti tentang ini dan menginginkan Sang Buddha untuk mengajarkan kepadanya bahwa yang benar dan yang tidak benar serta kebenaran, dan apa yang dilahirkan dan mati serta yang tidak, sehingga dapat memberikan gambaran yang jelas tentang kenyataan dan kepalsuan untuk melenyapkan sisa keraguannya. Akan tetapi dia belum mengutarakan keinginannya itu dalam kata-kata.

Sebelumnya Raja Prasenajit menjadi pengikut guru-guru mistik. Kakuda Katyayana mengajarkan doktrin tentang keberadaan dan ketidakberadaan (yang spontan), dan Sanjaya Vairatiputra, tentang naturalisme. Walaupun banyak aliran mistik di India, doktrin-doktrin mereka tidak berada di antara kedua pandangan salah tentang sifat menetap dan pemusnahan yang telah dipelajari oleh raja, sehingga dia masih terikat pada pemikiran tentang pemusnahan walaupun dia telah bertemu dengan Sang Buddha. Seperti sekarang dia telah mendengar tentang ajaran-Nya tentang Pikiran yang terletak di antara kelahiran dan kematian, dia masih belum mengerti tentang ini dan bertanya untuk penjelasannya.

Sang Buddha bertanya: 'Raja yang Agung, anda kan belum meninggal, bagaimana anda dapat mengetahui bahwa tubuhmu akan mengalami kehancuran?'

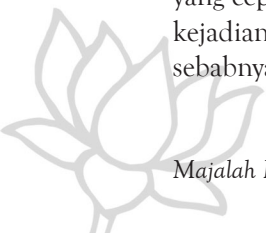
Raja menjawab: 'Yang Maha Agung, walaupun tubuh saya yang tidak menetap, berubah terus dan akan hancur belum mati, saya mengamati bahwa itu semua akan berubah dan hancur terus menerus dan terakhir akan "musnah", seperti halnya api yang perlahan-lahan mengecil dan akhirnya mati'.

Sang Buddha menjawab: 'Ya, Raja yang Agung, anda sudah tua namun sekarang bagaimana anda dapat membandingkan dengan keadaan di masa kecilmu?'

Raja menjawab: 'Yang Maha Agung, sewaktu saya masih kecil, kulit saya bersinar dan setelah saya besar, saya penuh dengan kekuatan, akan tetapi sekarang saya telah berumur dan menjadi lemah, saya menjadi kurus dan vitalitas saya menjadi menurun, rambut saya memutih dan wajah saya berkerut sehingga saya mengetahui bahwa saya tidak akan hidup lama lagi; tidak ada perbandingan antara sekarang dan sebelum saya penuh dengan vitalitas'.

Sang Buddha menjawab: 'Raja yang Agung, penampakanmu tidak boleh melemah'.

Raja menjawab: 'Yang Maha Agung, waktu telah berjalan dengan cepat sehingga tidak mungkin saya mengamatinya. Dengan perubahan musim yang terus menerus, saya telah menjadi apa yang sekarang ini. Mengapa? Karena sewaktu saya masih berumur dua puluh tahun, walaupun masih muda, saya kelihatan lebih tua dibandingkan sewaktu saya masih berumur sepuluh tahun, dan sewaktu saya berumur tiga puluh tahun juga masih tetap tua. Sekarang saya telah berumur enam puluh dua tahun, saya lebih tua dibandingkan sewaktu saya masih kelihatan kuat dan berumur lima puluh tahun. Yang Maha Agung, saya mengamati adanya perubahan yang cepat di dalam setiap dekade, akan tetapi bila saya mengamatinya dengan teliti, (saya berkesimpulan bahwa) kejadian ini bukan hanya terjadi setiap tahun, bulan dan harian, akan tetapi setiap saat dari pikiran kita. Itulah sebabnya mengapa saya mengetahui bahwa nasib tubuh saya akan mengalami kehancuran'.



Sang Buddha berkata: 'Raja yang Agung, anda mengamati perubahan yang terus menerus dan mengetahui bahwa anda akan mati, akan tetapi apakah anda mengetahui bahwa bila anda mengalaminya, ada satu bagian dari tubuhmu yang tidak akan mati?'

Raja mengatupkan kedua telapak tangannya dan berkata: 'Saya tidak mengetahui dengan sungguh-sungguh.'

Sang Buddha melanjutkan: 'Sekarang saya akan menunjukkan tentang sifat dasar (dirimu) yang terletak di antara kelahiran dan kematian. Raja yang Agung, berapakah usiamu sewaktu pertama sekali anda melihat sungai Gangga?'

Raja menjawab: 'Sewaktu usia saya tiga tahun, ibu saya membawaku untuk memuja dewa Siwa. Sewaktu kami menyeberangi sungai tersebut, saya mengetahuinya itu merupakan sungai Gangga'.

Sang Buddha bertanya: 'Raja yang Agung, seperti yang telah anda katakan, anda kelihatan lebih tua pada usia dua puluh dibandingkan usia sepuluh tahun; dan sampai usiamu enam puluh tahun, sejalan dengan hari, bulan dan tahun yang bertukar terus, (tubuh)mu berubah pada setiap saat berpikir. Sewaktu anda melihat sungai Gangga pada usia tiga tahun, apakah airnya (sama seperti dengan) sewaktu anda berusia tiga belas tahun?'

Raja menjawab: 'Airnya masih sama seperti pada saat saya berusia tiga tahun dan tiga belas tahun, dan sampai sekarangpun sewaktu saya berusia enam puluh dua tahun'.

Sang Buddha berkata: 'Setelah anda memperhatikan rambut putihmu dan wajahmu yang berkerut, maka seharusnya akan dijumpai lebih banyak kerutan dibandingkan sewaktu anda kecil. Pada hari ini sewaktu anda melihat sungai Gangga, apakah anda memperhatikan bahwa penglihatanmu "tua" sementara sekarang "muda", bukan?'

Raja menjawab: 'Itu semuanya masih sama, Yang Maha Agung'.

Sang Buddha menjawab: 'Raja yang Agung, walaupun wajahmu berkerut, inti dari penglihatanmu secara alamiah tidak mengalami hal tersebut. Maka itu, semua yang berkerut itu menunjukkan perubahan dan yang bebas dari kerutan tidak berubah. Perubahan itu berupa penghancuran sedangkan tidak berubah itu secara mendasar terletak di antara kelahiran dan kematian; bagaimana ia dapat menjadi subjek dari kelahiran dan kematianmu? Mengapa anda masih mengikuti pengajaran Maskari Gosali putra (yang salah) tentang penghancuran total pada akhir kehidupan ini?'

Setelah mendengar ini semua, raja menyadari bahwa setelah mati, tidak akan lagi dijumpai (penghancuran tetapi) kehidupan lagi di dalam alam lain. Dia dan seluruh anggota lainnya bergembira dan sangat tertarik dengan Ajarannya yang mana mereka belum pernah mendengarnya'.¹

Kelakuan yang terbalik

Setelah mendengarnya, Ananda bangkit dari tempat duduknya, bersujud di hadapan Sang Buddha, serta bersikap Anjali dan berlutut sambil berkata: 'Yang Maha Agung, jika penglihatan dan pendengaran letaknya berada di antara kelahiran dan kematian, mengapa Sang Buddha telah mengatakan bahwa kita telah kehilangan (pandangan tentang) Sifat Mendasar yang Sejati dan bertingkah laku dengan cara yang terbalik? Mohon kiranya Sang Buddha yang penuh belas kasihan memberikan penerangan kepada kami dan menyapu bersih kotoran yang mengisi?'

Maka Sang Buddha merendahkan tangan-Nya dan dengan telunjuk-Nya menunjuk ke bawah dan berkata kepada Ananda: 'Sekarang anda telah melihat tangan saya, apakah ini merupakan (posisi) yang benar atau terbalik?'

Ananda menjawab: 'Semua manusia akan menganggap ini sebagai terbalik, akan saya sendiri tidak mengetahui posisi mana yang benar atau terbalik.'

¹ Ini akan melenyapkan pemikiran yang salah tentang penghancuran (pada akhir kehidupan). Ananda menginginkan Sang Buddha untuk mengungkapkan sifat menetap dari tubuhnya (yang tidak kekal) dan pikirannya. Oleh karena ini merupakan hal yang sulit untuk dijelaskan, Beliau menggunakan pertanyaan Raja Prasenajit untuk menerangkannya.

Bukan hanya raja mengabaikan kesamaan antara kelahiran dan kematian dengan sifat menetap (alamiah dari mana mereka berasal) tetapi dia juga terikat pada pandangan yang salah tentang penghancuran yang terjadi setelah mati. Bila dia mengetahui bahwa kematian merupakan (khayalan belaka dan) secara mendasar tidak nyata, dia seharusnya menyadari bahwa itu hampir sama saja dengan kelahiran; sehingga dia dapat mengerti tentang pengertian dari Kekekalan yang Sejati. Sangatlah sukar baginya untuk mengerti dengan jelas tentang kekekalan pada akhir setiap (khayalan) kehidupan, akan tetapi itu bisa dibantu dengan menggunakan bantuan tubuh dan pikirannya.

Oleh karena itu, Sang Buddha bertanya kepada raja apakah tubuhnya yang berubah dan hancur atautkah menetap dan kekal seperti berlian yang sukar hancur. Jika tubuh ini secara teliti diperiksa, maka ia selalu berubah pada setiap kali kita berpikir, maka itu, tidak

menetap, dari sejak kecil hingga masa usia dewasa dan tuanya, ia akan berubah secara perlahan dan terikat untuk hancur dan musnah. Ini merupakan kelahiran dan kematian dari ketidakkekalan tubuh dan pikiran yang secara alamiah(nya) sebenarnya menetap. Akan tetapi bagaimana dapat disadarinya? Maka Sang Buddha menanyakan kepadanya tentang ingatan mengenai Sungai Gangga untuk membuktikan sifat alamiahnya, yang mana sama saja walaupun terjadi perubahan fisik yang perlahan-lahan mulai dari usia kecil sampai sekarang. Hal ini membuktikan bahwa yang berubah itu merupakan subjek dari penghancuran sedangkan yang tidak berubah itu merupakan Sifat Mendasar yang Sejati.

Sang Buddha bertanya: 'Jika mereka berprinsip bahwa ini terbalik, posisi mana yang mereka anggap sebagai kebenaran?'

Ananda menjawab: 'Jika Sang Buddha mengangkat tangan-Nya menunjuk ke arah langit, maka itulah yang dianggap sebagai posisi yang benar'.

Kemudian Sang Buddha mengangkat tangan-Nya dan berkata: 'Jika semua manusia membedakan antara kebenaran dengan tangan yang terbalik, maka itu sama saja dengan membedakan tubuhmu dengan Dharmakaya yang suci dan murni dari Sang Buddha serta anda akan katakan bahwa tubuh Sang Tathagata telah mencapai penerangan sempurna sedangkan tubuhmu belum. Jika anda mengamati dengan teliti tubuhmu dan Sang Buddha, dimanakah yang disebut sebagai pembalikan?'

Setelah mendengar tentang ini, Ananda dan semua anggota menjadi bingung dan terperangah melihat Sang Buddha tanpa mengetahui apakah tubuh dan pikiran mereka sebenarnya terbalik.

Khayalan dan Penerangan Sempurna memiliki sumber yang sama

Sang Buddha tergerak hatinya dengan penuh belas kasihan, dan merasa kasihan terhadap Ananda dan anggota-anggota lainnya, berkata dengan suara-Nya setenang ombak di laut:¹ 'Manusia yang mulia, saya selalu mengatakan bahwa Bentuk dan Pikiran dan semua akibat yang ditimbulkannya, semua keadaan mental dan semua akibat fenomena merupakan manifestasi dari pikiran. Tubuh dan pikiranmu merupakan penampakan dari [Profound Mind] yang indah, cerah dan murni. Mengapa kalian semua menyimpang dari [Enlightened Mind] mendasar yang berharga, cerah dan bagus sehingga khayalan terdapat di dalam penerangan?'²

¹Suara setenang ombak lautan adalah respons yang tetap memenuhi permintaan manusia, seperti halnya ombak di lautan yang selalu pasang dan surut.

² Sekarang Ananda telah mendengar dari Sang Buddha tentang penggunaan kiasan sungai Gangga untuk mengungkapkan apa yang berada di antara kelahiran dan kematian sebagai jalan tengah dalam situasi yang berubah. Dia berpikir bahwa sewaktu dia berkata sebelum melihat tinju Sang Buddha, bahwa itu juga merupakan faktor alamiah dari penglihatannya, yang membuktikan bahwa dia tidak kehilangan (pandangan tentang) sifat mendasarnya. Mengapa Sang Buddha setuju dengan pendapat raja dan tidak setuju dengannya? Hal ini membuktikan bahwa Ananda gagal untuk mengetahui di mana pembalikannya yang sebenarnya.

Maka Sang Buddha menurunkan tangan-Nya yang merupakan posisi normal yang mana manusia duniawi menganggapnya secara salah sebagai posisi terbalik. Ini mengilustrasikan secara tepat bahwa tubuh dan kondisi penyertanya berada di dalam keadaan permanen yang mana muridnya menolak dan dengan dasar inilah dia menyimpang. Ini merupakan pandangan terbalik dari Hinayana dan skeptis. Kemudian Tangan-Nya menunjuk tegak lurus akan tetapi (dalam kenyataan) diputarbalikkan yang mana manusia duniawi menganggapnya sebagai posisi yang benar; ini merupakan keadaan yang tidak permanen dari kelahiran dan kematian yang mana disebut sebagai keadaan yang permanen. Inilah pandangan orang-orang duniawi.

Sang Buddha berkata bahwa lengan tersebut adalah punya-Nya dan secara mendasar tidak benar dan juga tidak salah, akan tetapi perubahan hanya pada posisi yang menimbulkan perbedaan tersebut. Hal ini merupakan cara yang sangat salah yang mana orang-orang yang terdelusi melihat segala sesuatunya. Dharmakaya Sang Buddha dan tubuhmu sebenarnya sama akan tetapi bila anda membedakan keduanya, anda akan mengatakan bahwa tubuh Beliau adalah tubuh yang telah mencapai penerangan dan anda punya merupakan kebalikan darinya. Tujuan Sang Buddha adalah memaksa Ananda untuk mengamati fisik tubuh untuk menyadari Dharmakaya yang spiritual. Maka Beliau bertanya kepada Ananda: 'Perhatikan secara teliti tubuhmu dan tubuh Sang Buddha, dan beritahukan kepada saya di mana letak pembalikan tersebut.'

Oleh karena Ananda dan yang hadir pada saat itu gagal disebabkan khayalan mereka, mereka menjadi bingung dan tidak menyadari di mana letak pembalikan itu sebenarnya. Sang Buddha merasa kasihan dengan mereka dan berkata: 'Saya selalu mengatakan bahwa Bentuk dan Pikiran dan semua akibat yang ditimbulkannya, semua keadaan mental dan semua akibat fenomena merupakan manifestasi dari Kesadaran (Sejati).' Bentuk, (agregat rupa) terdiri dari lima organ fisik dan enam panca indera (seperti telinga dan bunyi, dan lain-lain). Pikiran terbentuk dari keempat panca khandha terakhir dan kesadaran kedelapan. Semua akibat adalah organ-organ indera dan data-data indera. Keadaan mental adalah lima puluh satu ide mental dan fenomena akibat mencakup tubuh, dunia dan benda-benda yang tidak terhitung jumlahnya yang melingkupi manusia.

Maka, anda harus mengetahui bahwa tubuh dan pikiran hanya merupakan penampakan dari [Profound Mind] yang indah, cerah dan murni. Mengapa anda hanya mengenal tubuh dan pikiran ilusimu sehingga kehilangan pandangan tentang [Enlightened Mind] mendasar yang berharga, cerah dan bagus dan mengenal khayalan terdapat di dalam Penerangan? Secara mendasar, anda tidak terdelusi akan tetapi hanya kehilangan pandangan tentang Kenyataan dengan secara salah terikat pada ketidaknyataan, maka khayalanmu itu terdapat di tengah-tengah Penerangan. Di sinilah letak pembalikan tersebut.

'(Pikiran) yang gelap menciptakan kehampaan (yang bodoh) dan keduanya, di dalam kegelapan, bergabung menjadi bentuk. Penyatuan bentuk dengan pikiran yang salah menyebabkan timbulnya bentuk-bentuk dari tubuh,

dipengaruhi oleh akumulasi penyebab di dalam dan arah ke luar. Gangguan dalam ini sering disalahartikan sebagai faktor alamiah dari pikiran, oleh karena pandangan yang salah tentang letak pikiran di dalam tubuh dan gagal untuk menyadari bahwa tubuh ini seperti halnya pegunungan, sungai, luar angkasa dan bumi yang besar hanyalah fenomena di dalam Kesadaran Sejati yang terang dan berkilau. Seperti halnya seseorang yang tidak terpelajar yang mengamati samudera yang luas dan terpesona oleh busa-busa yang mengapung dan menganggapnya sebagai kemampuan ekspansi terbesar dari keseluruhan air, anda betul-betul mengalami khayalan yang terparah dibandingkan yang lainnya. Hal ini sama dengan khayalan sewaktu saya menurunkan tangan saya; maka Sang Tathagata menyebutmu adalah merupakan orang yang tersedih'.³

³Sang Buddha berkata bahwa semua benda merupakan manifestasi dari pikiran, akan tetapi telah dibingungkan sehingga banyak yang tidak mengerti tentang ini, Beliau menelusuri pembalikan ke asalnya untuk mengungkapkan sumber yang sama dari [Ignorance] dan [Enlightenment] dengan tujuan untuk melenyapkan pikiran dan penglihatan yang salah.

Secara mendasar, di dalam Kesadaran Sejati dari Kenyataan Tunggal yang murni dan suci tidak dijumpai tubuh dan pikiran serta dunia luar, tetapi ianya itu dikendalikan dan diselubungi oleh pikiran tunggal, sehingga mengubah Kesunyataan Sempurna menjadi kehampaan yang tumpul, maka kita jumpai kalimat: 'Kesuraman dari kehampaan bergabung dengan kegelapan menjadi bentuk'. Oleh karena Kesadaran Sejati diselubungi khayalan, kebijaksanaan sempurna diubah menjadi persepsi yang salah dan bertentangan dengan bentuk-bentuk ilusi, dengan berjalannya waktu secara perlahan, ia bergabung dengan beberapa bagian kecil dari keempat elemen, menjadi bentuk ilusi dari tubuh dan pikiran, yang terdiri dari Pancakkhandha, maka: 'Campuran dari bentuk dengan pikiran yang salah menimbulkan perubahan bentuk-bentuk tubuh'. Karena tubuh ilusi ini telah tertanam dalam pikiran, Sifat Mendasar yang Sejati yang diperoleh dari diri sendiri tidak diperhatikan, maka pengenalan gangguan dari dalam melalui pengendalian penyebab akumulasi sebagai faktor alamiah dari pikiran sendiri. Setelah kehilangan (pandangan tentang) Kesadaran Sejati yang tidak terikat, tubuh dan pikiran ilusi tertanam dalam pikiran, dan pikiran dianggap berada di dalam tubuh. Oleh karena gagal untuk menyadari bahwa tubuh seperti halnya pegunungan-pegunungan, sungai-sungai, udara dan bumi merupakan fenomena yang timbul dalam Kesadaran Sejati yang cemerlang. Hal ini seperti menyingkirkan samudera yang luas untuk mengambil salah satu buihnya; ini menunjukkan suatu khayalan, dan jika buih itu disalahartikan sebagai keseluruhan air yang ada, ini juga merupakan khayalan. Maka anda akhirnya mengalami dua kali delusi. Pembalikan seperti ini tidak ada bedanya dengan pengertian merendahkan lengannya. Maka Sang Buddha berseru bahwa Ananda dan yang hadir di sana merupakan orang-orang yang patut dikasihani.

Sang Buddha melalui pengungkapan-Nya tentang dua pembalikan dasar (halaman 16) telah melenyapkan agregat ketiga sañjña dan enam kesadaran yang pertama dengan pembahasan-Nya tentang pembalikan dasar pertama.

Pembuktian tentang persepsi yang salah untuk melenyapkan agregat keempat dan mengungkapkan kehampaan dari kesadaran ketujuh

MELENYAPKAN KETIDAKNYATAAN KEHAMPAAAN DARI PERSEPSI PEMBEDA

Pandangan Ananda yang salah

Ananda menangis melihat sifat belas kasihan Sang Buddha dan ajaran-Nya yang mendalam, segera bersikap Anjali dan berkata: 'Setelah mendengar Dharma Sang Buddha yang cemerlang, saya menyadari bahwa Pikiran Sejati itu sempurna pada dasarnya, saya akan menyimpannya dalam pikiran saya yang Mendasar. Akan tetapi jika kesadaran saya itu sebagai hasil dari sabda Sang Buddha, (sebenarnya) saya telah menggunakan pikiran sebab akibat saya untuk mendengarkannya, oleh karena itu hanya mengakibatkan penyadaran pikiran. Saya tidak berani berpura-pura bahwa itu merupakan Pikiran saya yang mendasar. Apakah Yang Maha Suci akan memberikan penerangan kepada saya untuk melenyapkan (sisa) keraguan sehingga saya dapat kembali kepada ajaran Tertinggi Tao?'¹

¹Pernyataan Ananda menunjukkan pembalikan dasar keduanya (lihat halaman 16). Sampai sekarang dia telah mengenal pikiran pembedanya sebagai yang benar. Sewaktu Sang Buddha memberikan sabdanya tentang Kesadaran Sejati yang mendalam dan cemerlang, yang belum pernah didengarnya, dia menangis, akan tetapi kemampuannya untuk mengerti melalui contoh pikiran ilusi yang diajarkan-Nya tidak membangkitkannya menjadi Kesadaran Sejati. Maka, dia tidak berani berpura-pura bahwa dia sebenarnya telah sadar tentang Pikiran-Mendasar dan memohon kepada Sang Buddha untuk melenyapkan keraguannya atas masalah ini.

Walaupun para tetua memiliki keyakinan tentang pikiran-diri sendiri yang tidak tergoyahkan, mereka tidak mampu memperoleh kesadaran sebenarnya sampai mereka telah melenyapkan keraguan tentang pikiran-diri sendiri(nya). Tetapi dalam kasus Ananda, yang membingungkannya adalah tentang suara Sang Buddha dengan penyebabnya atau pikiran Samsara (yang mencegah) pencapaian penerangannya. Selama (keyakinannya) masih terikat pada intelektualnya atau Kesadaran Keenam, dia masih menerima penyebab-penyebab ilusi dan akhirnya kehilangan Kenyataan.

Ketidaknyataan dari penyebab-penyebab ilusi

Sang Buddha berkata: 'Anda masih menggunakan pikiranmu yang terikat untuk mendengarkan Dharma, oleh karena Dharma merupakan sebab akibat, anda gagal untuk menyadari sifat alamiah dari Dharma. Hal ini sama saja artinya dengan seorang laki-laki yang menunjuk dengan telunjuknya ke bulan untuk menunjukkan



arah kepada yang lainnya untuk melihat bulan. Jika mereka melihat ke telunjuk itu dan menganggapnya sebagai bulan, mereka akan kehilangan (pandangan tentang) keduanya yakni bulan dan telunjuk. Mengapa? Oleh karena bulan yang bersinar terang itu sebenarnya yang ditunjuk; mereka kehilangan pandangan tentang telunjuk dan gagal untuk membedakan antara (keadaan) terang dan gelap. Mengapa? Oleh karena mereka menganggap telunjuk itu sebagai bulan yang bersinar terang dan tidak mengerti tentang pengertian terang dan gelap.'

'Seperti halnya, jika anda menganggap (intelektual) anda yang mendengar suara sabdaku untuk mencari (kesadaran sejati)mu, seharusnya secara alamiah tidak terikat kepada suara pembeda. Sebagai contoh, sewaktu seorang pengembara beristirahat di sebuah tempat peristirahatan pada malam hari, dia melakukannya berulang-ulang dan kemudian meninggalkannya, tidak menetap selamanya di sana: sebaliknya pemilik tempat tersebut, dia tidak memiliki tempat untuk pergi karena dia memiliki tempat peristirahatan tersebut. Perumpamaan ini sama dengan pikiranmu'.

Kesalahan dari organ-organ indera dan kesadaran

'Jika itu merupakan Kesadaran Sejati-mu, ia tidak memiliki tempat untuk pergi. Jadi mengapa sewaktu dalam keheningan, tidak memiliki pembeda alamiah dirinya? (Intelektual) pembeda ini tidak timbul hanya bila saya berbicara, akan tetapi timbul juga sewaktu anda memperhatikan penampilan saya; ia tidak memiliki pembeda alamiah bila tidak ada bentuk. (Itu bukanlah Kesadaran Sejati) walaupun anda mencapai keadaan di mana semua perbedaan lenyap, suatu keadaan yang bukan merupakan bentuk atau Kesunyataan, yang acap kali sering disebut sebagai Kegelapan Premordial'.¹

¹ Kegelapan Premordial timbul pada awalnya sebelum semua benda ada.

Semua fenomena yang bisa kembali tidaklah nyata

'Jika seseorang tidak memiliki pemahaman mendalam tentang dirinya akan lenyap bila kondisi penyebab tidak ada, bagaimana apa yang (disebut) sebagai pikiran alamiahmu sebagai Inang (yang bebas dari keterikatan) jika ia lenyap sewaktu kembali ke penyebab (ilusinya)?¹

¹ Hal ini menunjukkan pembalikan dasar kedua (lihat halaman 16), maka Sang Buddha menggunakan inti dari penglihatan untuk mengungkapkan kehampaan dari Kesadaran Ketujuh sebelum menunjukkan Inti dari Kesadaran (Kedelapan) sebagai inti dari Nirvana. Oleh karena yang Ketujuh merupakan organ dari Kesadaran Keenam dan merupakan pembeda alamiah untuk melaksanakan fungsinya. Kedua-duanya dimiliki oleh Persepsi dari Kesadaran Kedelapan. Kesadaran Ketujuh disebut juga sebagai Pikiran Bergantung oleh karena ia (terikat pada) penyebab dari dalam dan luar; ia tidak memiliki inti bila data luar lenyap; maka penyebab luar digunakan untuk menunjukkan kehampaannya. Sang Buddha berkata : 'Jika anda menggunakan pikiranmu yang terikat untuk mendengarkan Dharma, oleh karena Dharma itu sendiri merupakan sebab akibat dan merupakan bagian dari penyebab objektif atau pikiran Samsara, maka anda masih belum menyadari inti Dharma (yang sempurna) yang di luar frasa-frasa dan kata-kata. Sewaktu saya mengajarkan Dharma, itu seperti saya menunjuk dengan jari telunjuk saya ke bulan untuk menunjukkannya kepada yang lain. Karena telunjuk bukanlah bulan, anda akan kehilangan (pandangan) keduanya yakni bulan (yang bersinar terang) dan (gelapnya) telunjuk, dan anda masih tidak akan mengerti tentang dua keadaan yakni terang dan gelap. Jika anda menganggap (intelektualmu) sebagai pembeda sewaktu anda mendengar sabda saya tentang Dharma sebagai kesadaran sejatimu, kesadaranmu itu seharusnya memiliki inti di dalam keheningan. Sebagai contoh, seorang tamu berhenti sementara di sebuah penginapan, akan tetapi pemiliknya menetap. Jika pikiran pembedamu merupakan pikiran sejati yang sebenarnya, maka dia harus menetap, jadi mengapa ia tidak memiliki inti di dalam keheningan? Jadi bukan saja hanya pikiran ini yang tidak memiliki inti, akan tetapi ia juga tidak bisa ditemukan sewaktu anda menatap muka saya. Hal ini mengungkapkan kehampaan dari Kesadaran Keenam.

Oleh karena Kesadaran Keenam terikat pada yang Ketujuh untuk pengertian mendalam, sekarang inti sebelumnya tidak dapat ditemukan, akan tetapi yang terakhir tidak timbul. Bukan hanya ilusi pembeda ini tidak nyata, walaupun pembeda lenyap maka tidak dijumpai bentuk ataupun kehampaan. Kesadaran Ketujuh, sebagai penyebab dari dalam, dikeluarkan dari lima data-data indera luar, sehingga ia terletak di antara bentuk, dan bagian terdalamnya yang terikat sebagai Ego, sehingga ia terletak di antara kehampaan. Inilah yang acap kali disebut sebagai Kegelapan Premordial. Walaupun ini bukan Kenyataan, lebih kurang adalah Kesadaran Ketujuh pembeda yang merupakan organ dari yang Keenam. Maka, bila Kesadaran Ketujuh ini dikurangi dari penyebab luar, ia dimengerti dalam Kesadaran Kedelapan sebagai Ego, yang sering dikenal sebagai Ego Spiritual dan dipersiapkan sebagai Otak dari Kegelapan Premordial. Keduanya lima sekolah skeptis menganggap hal ini permanen.

Ini mengungkapkan Kesadaran Ketujuh dan tanpa sengaja Kesadaran Kedelapan yang terikat sebagai Ego akan tetapi tidak nyata. Jika yang tidak terikat pada dirinya secara alamiah tanpa adanya penyebab-penyebab luar dianggap sebagai pikiran alamiah dirimu, bagaimana itu dapat menjadi inang apabila setiap (kekacauan) dapat (ditelusuri dan) dikembalikan ke penyebab awal? Ini mengungkapkan bahwa Inang (yang tidak terikat) dan tidak dapat dikembalikan kepada penyebab luar, itulah yang dikatakan sebagai Kesadaran Sejati. (Ini merupakan asal dari kung an (Koan Jepang): Semua benda kembali ke yang Tunggal, ke mana yang Tunggal ini kembali?)

MENGGUNAKAN INTI PERSEPSI UNTUK MELENYAPKAN PENYEBAB-PENYEBAB LUAR

Ananda bertanya: 'Jika semua keadaan pikiran saya dapat dikembalikan ke penyebabnya, mengapa Sang Buddha berkata tentang pikiran asal yang cemerlang tidak dapat dikembalikan ke manapun? Maukah Yang Maha Sempurna dengan sifat belas kasihan tanpa batas menerangkannya kepada saya?'

Mempersiapkan inti dari persepsi

Sang Buddha berkata: ‘Sewaktu anda memandangu sekarang, inti penglihatanmu itu jernih aslinya. Walaupun itu bukan Pikiran Sejati, hal ini seperti bulan kedua akan tetapi bukanlah cerminan dari bulan (di permukaan air). Sekarang dengarkan dengan penuh perhatian penjelasan saya tentang yang tidak dapat dikembalikan ke manapun’.

Melenyapkan penyebab-penyebab eksternal

‘Ananda, pintu-pintu dan jendela-jendela di aula ini terbuka lebar dan menghadap timur. Terang akan timbul bila matahari bersinar/terbit dan kegelapan akan timbul bila bulan yang bersinar redup atau ditutupi oleh kabut-kabut atau awan-awan. Penglihatanmu tidak terhalang oleh adanya pintu-pintu dan jendela-jendela yang terbuka, akan tetapi akan terhalang bila ada dinding-dinding ataupun rumah-rumah. Di mana dijumpai pembeda, anda menerima penyebab (pengendali) dan di dalam kehampaan tumpul, anda hanya dapat melihat kehampaan. Keadaan tidak sadar adalah hasil daripada keadaan kebingungan luar sedangkan keadaan sadar mengarah kita kepada persepsi yang jelas. Ananda, sekarang perhatikan bagaimana saya mengembalikan semua keadaan yang berubah kembali ke penyebab asalnya. Apakah yang disebut dengan penyebab asal? Ananada, untuk semua keadaan yang berubah, cahaya dapat dikembalikan ke matahari. Mengapa? Karena tidak akan ada cahaya tanpa matahari, dan oleh karena cahaya berasal dari matahari, ianya dapat dikembalikan kepadanya (dengan perkataan lain, asalnya). Keggelapan dapat dikembalikan kepada bulan yang bersinar redup, terang ke pintu-pintu dan jendela-jendela, rintangan ke dinding-dinding dan rumah-rumah, penyebab ke pembeda, kehampaan ke kehampaan relatif, kebingungan yang kacau ke keadaan tidak sadar dan persepsi yang jelas ke keadaan sadar. Tidak ada satupun yang di dunia ini berada di antara keadaan-keadaan ini. Bila sekarang Inti Persepsimu berhadapan dengan kedelapan keadaan yang di atas, di mana ia bisa dikembalikan? Jika ke keadaan terang, anda tidak akan menjumpai kegelapan bila tidak ada cahaya. Walaupun semua keadaan di atas seperti terang, gelap, dll., berbeda satu sama lainnya, penglihatanmu tetap tidak berubah’.

Sifat alamiah persepsi

‘Semua keadaan yang dapat dikembalikan ke penyebab luar cukup jelas bahwa itu bukanlah ANDA, akan tetapi apa-apa yang tidak bias dikembalikan ke manapun, jika itu bukan ANDA, apakah itu? Maka, seharusnya anda mengetahui bahwa Pikiranmu secara mendasar itu terang, murni dan cemerlang, oleh karena khayalan dan kebodohanmu, anda kehilangan pengertiannya dan terperangkap dalam roda Samsara, tenggelam dan terapung di lautan Samsara. Inilah sebabnya mengapa Sang Tathagata berkata bahwa anda adalah orang yang patut dikasihani’.¹

(DASAR DARI) PERSEPSI ALAMIAH BUKAN MERUPAKAN INTI DARI PERSEPSI

Ananda bertanya : ‘Sekarang saya telah mengerti bahwa sifatalamiah dari Persepsi tidak dapat dikembalikan ke penyebab-penyebab luar akan tetapi bagaimana caranya agar saya dapat mengenalnya sebagai sifat Alamiah yang sebenarnya?’²

¹Setelah Ananda mendengar bahwa semua (keadaan) mental yang dapat dikembalikan ke penyebab luar bukan merupakan Inang sebenarnya, dia bertanya kepada Sang Buddha tentang Kesadaran Sejati yang tidak dapat dikembalikan. Oleh karena hal ini sukar untuk dijelaskan, Sang Buddha menggunakan Inti dari Penglihatan untuk mengungkapkannya. Penglihatan itu bercampur dengan keadaan penyebab sedangkan intinya, atau Kesadaran Kedelapan, tidak. Maka, beliau berbicara tentang Inti dari Penglihatan, yang mana walaupun bukan yang sebenarnya, merupakan tranformasi dari Sempurna dan berkaitan dengannya; sehingga hal ini seperti melihat bulan kedua yang dekat dengan bulan sebenarnya, akan tetapi bukan merupakan bayangan bulan di atas permukaan air. Jika anda mengerti Inti dari Persepsi yang tidak bisa dikembalikan ke penyebab apapun, anda akan mampu menyadari tentang Kebenaran Sejati.

²Sebenarnya Ananda masih belum mengerti tentang ajaran-Nya, oleh karena perkataannya bertentangan dengan pikiran delusinya. Sang Buddha hanya mempergunakan Inti dari Persepsi sebagai Inang sementara dengan tujuan untuk melenyapkan penyebab-penyebab luar yang juga akan melenyapkan penglihatan pembeda bila dikembalikan ke keadaan asalnya.

Kapasitas persepsi

Sang Buddha berkata : ‘Ananda, walaupun anda belum mencapai tingkat yang lebih tinggi, anda diperbolehkan untuk mempergunakan kekuatan gaib Sang Buddha untuk mengamati dengan seksama dhyana surgawi pertama¹ tanpa halangan seperti Anirudha² yang melihat dunia (Jambudvipa) seterang buah³ yang dipegang ditangannya. Bodhisatvabodhisatva dapat melihat ratusan sampai ribuan dunia. Semua Buddha di seluruh penjuru dapat melihat dengan jelas Daratan Murni yang jumlahnya tak terhitung seperti debu. Sedangkan pada manusia biasa jarak pandang mereka (kadang-kadang) terbatas hanya beberapa inci saja’.

Bersambung ke edisi selanjutnya... Sumber: Shurangama Sutra, Pustaka Pundarika.



Konsep Sunyata di Mahayana Sutra

I. Survei Mahayana Sutra

Seperti kita ketahui Sang Buddha tidak mengungkapkan doktrin agamanya dalam hal sunyata (空性), melainkan dengan Originasi Dependent (Pratītyasamutpāda, 缘起, 因缘生起) dan Jalan Tengah (Madhya-Marga/Madhyama-pratipad, 中论). Beberapa abad kemudian, sekelompok teks-teks Mahayana seperti Vajracchedikā-Prajna Paramita Sutra-(金刚般若波罗密经) dan Hṛdaya Sutra (心经) atau Prajna Hṛdaya Sutra (心经般若) milik

Prajna tersebut - Paramita sastra (般若波罗密经), diperkenalkan kuat doktrin sunyata. Itulah alasannya, kita dapat memilih mereka untuk menganalisis untuk tujuan bab ini.

Mari kita pertama-tama lari ke informasi dari sumber-sumber tersebut Sutra.

Para Prajna Paramita-Sastra (般若波罗密经)

Isu tentang asal-usul dari Prajnaparamita dan orang-orang dari Mahayana berhubungan erat, karena pada tahap sekarang pengetahuan kami Mahayana awal Sutra mungkin Prajna Paramita Sutra-(般若波罗密经). The 'Kesempurnaan Kebijaksanaan' Prajna Paramita-atau, yang mewakili Dharma-Jewel, tidak begitu banyak sutra sebagai keluarga sutra atau bahkan sebuah dinasti. Dr Edward Conze, yang mengabdikan sebagian besar hidupnya untuk mempelajari, menerjemahkan dan menjelaskan dokumen-dokumen, collates dari bahasa Sansekerta, Cina, Tibet dan sumber Khotanese, daftar empat puluh Prajna Paramita-teks, tidak semua dari mereka sutra atau kanonik, komposisi yang dimulai sekitar 100 SM, dan terus berlanjut sampai saat hilangnya virtual Buddhisme dari India pada abad ketiga belas Masehi Edward Conze ¹ mengatakan bahwa saat komposisi Prajna Paramita-teks secara kasar dapat berlangsung lebih dari seribu tahun dari 100-1200 SM dan AD ia membedakan empat fase dalam pengembangan literatur Prajna Paramita-seperti di bawah:

1. Elaborasi dari teks dasar (100 SM-100 M) yang merupakan dorongan asli,
2. Perluasan teks yang (100-300 M),
3. The re-pernyataan doktrin Dalam sutra pendek dan dalam ringkasan versified (300-500 AD),
4. Masa pengaruh Tantra dan penyerapan ke sihir (600-1200 AD).

Klasifikasi tradisional hanya dalam hal panjang. Mengambil sloka atau ayat tiga puluh dua suku kata sebagai unit pengukuran, ada 'Large'sūtras terdiri dari 18.000, 25.000 dan 100.000' garis ', yang semuanya membuat penampilan mereka selama kedua dari empat Conze ini fase pembangunan, dan 'Kecil' yang terdiri dari apa pun dari beberapa ratus beberapa baris, atau kurang, sampai dengan 8.000 baris, yang muncul selama pertama dan selama fase ketiga.

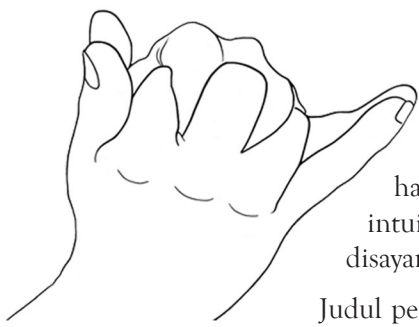
Kepala sekolah atau teks tertua adalah Aṣṭasārikā Prajna Paramita Sutra-(八千颂般若波罗密经), mungkin 'Sutra pada Kesempurnaan Kebijaksanaan' di 8.000 baris dan lebih pendek ayat nya ringkasan atau mungkin asli, sebagai kasus menjadi, Ratna-guna-samuccaya-gatha, 'Ayat di Accumulation dari Kualitas Precious' (宝积经). Ini mungkin (setidaknya itu adalah teori yang berlaku) yang Aṣṭasāhasrikā itu diperluas dalam Satasahasrikā (100.000 baris) dan Sārdhadvisāhasrikā (2.500 baris). Sebuah Dasasahasrikā atau Kesempurnaan Kebijaksanaan 'di 10.000 baris' juga kadang-kadang digolongkan dengan Sutra yang lebih besar. The Saptasatikā (700 baris) dan Adhyardhasatikā (150 baris) diperluas dalam Satasahasrikā (100.000 baris) (一百千颂般若波罗密经) dan Pañcavimsatisāhasrikā (25.000 baris) (二万五千颂般若波罗密经), dan kemudian dikondensasikan dalam Sārdhadvisāhasrikā tersebut (2.500 baris) (二千五百颂般若波罗密经). The Astadasa atau Kesempurnaan Kebijaksanaan 'di 18.000 baris' (十八千颂般若波罗密经). (十千颂般若波罗密经)(七百颂般若波罗密经) (一百五十颂般若波罗密经) ²

Di antara sutra pendek atau sekitar 300-500 teks diperpendek, yang terbaik dari proses ini adalah dua awal, keduanya tampil di depan 400 CE, yang Vajracchedikā (金刚般若波罗密经) pada 300 baris dan Hṛdaya (Jantung Sutra, 心经) hoac 心经般若) dalam 25 atau 14 lines ³ dan yang terakhir hanya terdiri dari 262 kata dalam translation ⁴ Cina

The Vajracchedikā-Prajna Paramita Sutra-(金刚般若波罗密经)

The Vajracchedikā (金刚 atau 金刚般若) atau 'Diamond-Cutter' Sutra (vajra, 金刚 sebenarnya adalah mitos 'petir', dan menunjukkan sesuatu kekuatan tak tertahankan) juga dikenal sebagai 'Kesempurnaan Kebijaksanaan'. Sebuah teks singkat dalam dua bagian dan tiga puluh dua bab, itu adalah dalam bentuk dialog antara Buddha (佛陀) dan Subhuti (须菩提). The original Sanskerta tidak, bagaimanapun, memberikan pembagian pasal, dan yang diadopsi oleh Max Muller dan sarjana lainnya tanggal kembali ke ca. 530 CE ketika di China itu diperkenalkan ke Kumarajiva terjemahan (摩罗什). Hal ini tidak benar-benar banyak membantu. Berbeda dengan ringkasan, Sutra Vajracchedikā (seperti yang dikenal) tidak





berusaha untuk memberikan survei sistematis dari Prajna Paramita-ajaran. Sebaliknya, hal itu membatasi diri ke topik utama beberapa, yang menanamkan dengan mengatasi intuisi daripada kecerdasan logis. Hasilnya adalah tidak salah satu yang dihitung untuk disayangi pekerjaan untuk sarjana.

Judul penuh *Vajracchedikā* Prajna Paramita Sutra (seperti membaca dalam versi Kumarajivas) menunjukkan bahwa ajaran Sutra bertujuan mengungkapkan Buddha Pikiran Diamond, sehingga untuk memotong keraguan masyarakat dan membangkitkan iman mereka. Ini Pikiran Diamond Pikiran Mutlak Agung Pencerahan. Apa yang Buddha lakukan, dalam rangka dialog dengan Subhuti, hanya untuk menghilangkan keraguan yang terakhir ketika mereka muncul satu per satu dalam pikirannya ketika ia mendengarkan khotbah Sang Buddha. Menurut Thich Nhat Hanh, nama Sutra ini *Vajracchedikā* Prajna Paramita-. *Vajracchedikā* berarti 'The Diamond yang membelah delusi penderitaan, agnoraance atau ilusi'. Di Cina dan Vietnam, orang biasanya menyebutnya Sutra Berlian, menekankan 'diamond' kata, namun, pada kenyataannya, 'memotong melalui' frase adalah yang paling penting. Oleh karena itu, nama lengkap Sutra adalah 'berlian yang Cuts melalui Illution'.⁵

Prajna Paramita-cara 'Kesempurnaan Kebijaksanaan' 'Pemahaman Transenden', atau 'pemahaman yang membawa kita melintasi lautan penderitaan ke pantai lain. Belajar dan berlatih Sutra ini dapat membantu kita memotong kebodohan dan mengangkut diri ke pantai pembebasan.

Enam terjemahan Cina yang masih ada, mulai dari tulisan Kumarajiva (瞿摩罗什, 402 M), dan melanjutkan melalui orang-orang dari Bodhiruci (菩提留志, 509 CE), Paramartha (真谛, 562 CE), Dharmagupta (达摩 鞞多, 605 CE), dan Hsuan-Tsang (玄奘, 648 CE), dengan I-Tsing (义净, 703 CE). Mereka tidak semua dibuat dari recension yang sama, ini Kumarajiva, memang, tidak dibuat langsung dari teks Sansekerta. Selain itu ada berbagai Tibet, Mongolia dan Manchu terjemahan, serta satu di Sogdian yang belum selamat sepenuhnya. Seratus atau begitu komentar dalam bahasa Sansekerta, Tibet dan Cina, meskipun bukan urusan kami di sini adalah bukti tetap lebih lanjut dari popularitas yang luar biasa dari Sutra. Di Barat, telah mulai menarik tingkat yang sesuai perhatian. Edisi teks Sansekerta, dan rendering ke dalam bahasa Inggris, Perancis dan Jerman telah muncul. Di Inggris saja terdapat sedikitnya delapan terjemahan lengkap, selain yang tidak lengkap. Versi juga telah muncul dalam bahasa Jepang modern dan di Thailand. Tampaknya bahwa Sutra *Vajracchedikā* ditakdirkan untuk mengerahkan ada pengaruh kurang di masa depan daripada itu di masa lalu, dan lebih dari satu bahkan vaster field.⁶

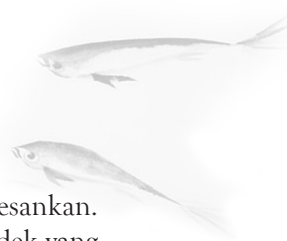
Sutra Hṛdaya (心经)

The Hṛdaya atau Heart Sutra, sering terikat dalam satu volume dengan *Vajracchedikā* Sutra, adalah satu-satunya Prajna Paramita-teks yang saingan dalam popularitas. Memang begitu erat adalah dua sekutu, baik intrinsik dan ekstrinsik, bahwa itu benar-benar sangat tidak tepat untuk berbicara dalam hal persaingan sama sekali. Meskipun sebuah karya yang sangat terkonsentrasi, yang terdiri dari hanya daun tunggal dalam edisi sebagian besar, itu ada di dua turunan, panjang dan satu pendek.

Ini setuju dalam tubuh Sutra, tetapi recension lagi memiliki, baik pada awal dan akhir, penjelasan tentang keadaan khotbah nya. Sutra adalah benar-benar sebuah dialog di mana, meskipun hanya salah satu dari mereka benar-benar berbicara, dua peserta merupakan, seolah-olah, dua kutub antara yang dihasilkan energi yang menentukan gerakan dialektis dari eksposisi.

Para peserta adalah Avalokitesvara Bodhisattva, yang tidak tokoh menonjol di tempat lain dalam literatur Prajna Paramita-, dan Sariputra. Ini adalah mantan yang berbicara. Mengatasi murid yang besar dengan nama, ia mengungkapkan kepadanya isi dari pengalaman transendental spiritual sambil kursus di Kesempurnaan Kebijaksanaan mendalam.

Secara khusus Sutra adalah penyajian kembali Empat Kebenaran Mulia dalam terang gagasan dominan sunyata. Seperti dalam kasus beberapa sutra sangat pendek lainnya, dengan jauh lebih besar porsi dari materi tersebut telah diambil dari Large Prajna Paramita-. Namun demikian, bagian-bagian telah dilas bersama-sama menjadi satu kesatuan artistik meyakinkan, dan tahap dialektis di mana Avalokitesvara melakukan Sariputra mengikuti satu di atas yang lain dengan pasti, sebagai gerakan dari kuartet Beethoven. Seolah-olah pesan dari Prajna Paramita-tidak sudah cukup kental, tubuh yang tepat Sutra diakhiri dengan mantra singkat merupakan seolah-olah benar intisari nya: 'Gate, Gerbang, Pāragate, Pārasamgate, Bodhi Svaha' (揭谛, 揭谛, 波罗揭谛, 波罗增揭谛, 菩提萨婆诃)⁷ Dengan intonasi yang tepat jantung ini satu kata-kata itu dibuka dengan pengaruh Kebijaksanaan Sempurna.



Sutra *Hṛdaya* menjadi sepopuler *Vajracchedikā* Sutra, backwash sastra adalah tidak kurang mengesankan. Teks Sansekerta dari kedua turunan telah ditemukan di daun palem bentuk di Jepang, yang lebih pendek yang telah dibawa ke sana pada 609 CE dan 850 CE lagi Selama enam abad tujuh terjemahan Cina Sutra dihasilkan, oleh Kumarajiva (瞿摩罗什) atau salah satu murid-Nya - (ca. 400 M), Hsuan-Tsang (玄奘, 649 CE), Dharmacandra (法月, 741 CE), Prajna (大慧, 790 CE), Prajñācakra (慧眼, 861 CE), Fa-cheng (施护, 856 M), dan *Dānapala* 陀那巴罗, ca 1000 Masehi.). Itu diterjemahkan ke Tibet oleh Vimalamitra (无垢有). Ada juga Mongolia dan Manchu versi. Tafsiran dan eksposisi berlimpah. Popularitasnya di Barat dibuktikan oleh terjemahan selusin bahasa Inggris, selain enam di Perancis dan satu di German.^{*8}

Sebuah Kamus Istilah Buddha Cina (中英佛学辞典) memberikan difinition sebagai berikut:

"Sutra dari jantung Prajna, ada beberapa terjemahan, di bawah berbagai judul, versi yang berlaku umum menjadi oleh Kumarajiva, yang memberikan esensi dari sutra Kebijaksanaan. Ada banyak risalah pada Sutra."⁹

Rata-rata, dua versi baru dari Sutra *Hṛdaya* menjadi tersedia untuk umum setiap seratus tahun, masing-masing dengan beberapa perbaikan tambahan. Karena singkatnya dan ketepatan, teks itu populer dan paling banyak beredar di Cina.

Sutra *Hṛdaya* adalah teks pan-sektarian diterima oleh semua sekolah Buddhis sebagai ajaran inti penting dari Mahayana Buddhisme, tidak hanya oleh tradisi skolastik atas, tetapi juga oleh tradisi praktis Ch'an dan Pureland. Karena itu ringkas dan singkat, teks itu cocok untuk menghafal dan nyanyian oleh seorang individu atau komunitas masyarakat. Biarawan dan biarawati serta umat awam di Cina, Vietnam, Jepang, Korea ... sering menyanyikan Sutra ini pada kinerja berdoa. Meluasnya penggunaan Sutra *Hṛdaya* adalah salah satu ciri khas dari budaya Buddhis Mahayana dalam setengah kemudian dari milenium pertama. Dengan kata lain, esensi dari ajaran Mahayana seluruh terkandung dalam Sutra ini hanya 262 kata dalam terjemahan Chinses. Seberapa penting Sutra *Hṛdaya* ini! Kita mungkin mengenalinya.

II. Konsep Sunyata di Mahayana Sutra


Setelah Buddha Parinirvana, Buddhisme menjadi populer dan dikembangkan dari Buddhisme awal ke Hinayana (小乘) (kami juga menyerukan Tradisi Awal Buddha) dan Mahayana (大乘) (Tradisi Buddhis Dikembangkan)^{*10} Pembagian antara Hinayana dan Mahayana Buddhisme didirikan suatu waktu antara abad pertama SM dan abad pertama Masehi Hinayana adalah sekolah Buddhis konservatif yang mencoba untuk melestarikan ajaran ortodoks dan praktek agama Buddha. Ia menerima kanon Pali sebagai kitab utama. Untuk *Hīnayānists*, hanya ada satu Buddha, yang merupakan pendiri agama Buddha, dan tujuan tertinggi atau tingkat seseorang dapat capai dalam hidup adalah menjadi Arahata, seorang murid yang baik dari Buddha yang mencapai keselamatan bagi dirinya sendiri dengan usaha sendiri. scriptures.^{*11}

Mahayana Buddhisme adalah sekolah Buddhis kemudian liberal yang memiliki penafsiran baru dari Buddhisme. Ia tidak menerima kanon Pali sebagai sumber Injil yang tunggal, namun memiliki kitab suci baru yang ditulis dalam bahasa Sansekerta, kemudian Cina, Tibet ...^{*12} Menurut Mahayana tidak ada hanya satu Buddha, tapi banyak. Pada prinsipnya, setiap orang memiliki sifat-Buddha dan dapat menjadi Buddha. Yang berusaha untuk mencapai yang ideal adalah menjadi bukan hanya Arahata, tapi seorang Bodhisattva, Buddha-to-be, yang memiliki kasih yang besar terhadap dunia fana, dan, setelah mencapai keselamatan bagi dirinya sendiri, membantu orang lain untuk mencapai keselamatan. Perbedaan filosofis utama antara Hinayana dan Mahayana adalah bahwa sementara mantan menegaskan realitas dharma (elemen atau entitas), yang kedua menyatakan bahwa segala sesuatu adalah kosong.

Dengan kata lain, dikatakan bahwa *pudgalanairātmya* (我空) dan *dharma-nairātmya* (法空) (non-kekukuhan diri dan dharma) adalah dua konsep penting yang terkait dengan Hinayana dan Mahayana respectively.^{*13}

Dalam perkembangan selanjutnya dari Mahayana Buddhisme, filsafat konsep non-kekukuhan dari dharma (*dharma nairātmya*, 法空) diterima secara luas. Pada dasarnya menyangkal realitas yang terpisah dari unsur-unsur (keberadaan). Menurut ini, substansi yang nyata, pikiran-konstruksi (*vikalpa*, 想) dan mode dan atribut (terkait dengan pembangunan pikiran-) juga nyata. Hal ini juga diketahui bahwa dengan munculnya literatur yang luas seperti Prajna Paramita-(般若波罗密经), Saddharma Pundarika-(妙法莲花经), Lankavatara (楞伽经), Lalitavistara (神通游戏经), *Samādhirāja* (三昧王经), *Suvarnaprabhāsa* (金光明经), *Dasabhūmi* (十地经), *Sukhavatī* (无量寿经), *Vimalakīrti* (维摩诘经), *Avatamsaka Sutra* (华严经) dan lainnya Mahayana suci terlalu banyak untuk disebutkan dan di antara mereka khususnya judul Prajna Paramita-. T.R.V. Murti mengatakan dalam hubungan ini, "merevolusi Prajnaparamita Buddhisme dalam semua aspek filosofi dan agama dengan konsep dasar sunyata."^{*14}





Filosofis sistem Prajna Paramita-literatur termasuk *Vajrachedikā*-Prajna Paramita Sutra-Sutra dan *Hṛdaya* dalam Buddhisme membuat perubahan radikal dalam konsep sebelumnya. Konsep kembar *pudgalanairātmya* dan *dharmanairātmya* seperti yang ditemukan dalam Buddhisme awal dibuat luas berbasis di literatur Prajna Paramita-. Konsep dasar dari *nairātmya* selanjutnya berubah menjadi sunyata. Ini konsep sunyata kemudian diserap dalam dirinya sendiri beberapa konsep yang terutama dikandung baik ontologis, epistemologis atau metafisik. Beberapa konsep seperti *Adhyatma*, *Rupa* (色), *saṃskṛta* (有为), *asaṃskṛta* (无为), *prakṛti* (自性), *bhava* (有), *abhāva* (非有), *svabhāva* (实体), *parabhāva* (真体), *vijñāna* (识), *saṃskara* (行), *vastu* (事健) dan *sattva* (有情) dikaitkan dengan konsep sunyata.

Ini dapat dinyatakan bahwa *Madhyamika* (中论) sistem adalah sekolah pemikiran mengandalkan konsep sunyata, namun *Bodhisattva Nagarjuna* (龙树) tidak bisa disebut pendirinya karena sunyata hadir di hadapannya dalam sutra Mahayana (大乘经), beberapa di antaranya bahkan sebelum *Ashvaghōṣa* (马鸣). Nagarjuna hanya pembabar sistematis pertama sunyata. Namun, itu adalah untuk kemuliaan Nagarjuna bahwa ia merebut benang ini dan menenun mereka ke dalam kesatuan, itu adalah untuk kebesaran Nagarjuna bahwa ia mengembangkan ide-ide ini lebih atau kurang tersebar hampir ke kesempurnaan dalam cara yang benar-benar konsisten. Nagarjuna yang menulis sejumlah karya yang *Madhyamika-Karika* dianggap sebagai masterpiece-nya menyajikan secara sistematis filsafat *Madhyamika* sekolah pada khususnya, Mahayana Buddhisme pada umumnya.

Śūnyatāvādins (空论者) menyebut diri mereka *Mādhyamikas* atau pengikut Jalan Tengah direalisasikan oleh Buddha selama Pencerahan, yang jalan, menghindari kesalahan eksistensi dan non-eksistensi, afirmasi dan negasi, eternalisme dan nihilisme, juga sekaligus melampaui baik ekstrem.

Studi tentang Prajna Paramita-literatur juga menunjukkan bahwa beberapa *Yogācārins* (瑜伽者) juga menghasilkan ringkasan versified dari Prajna Paramita-. Dikatakan bahwa *Dignāga* (陈那) di *Pinḍārtha* nya berdiam pada enam belas mode *Śūnyatā*.¹⁵ Dapat disebutkan di sini bahwa dari enam belas mode *śūnyatā prakṛtiśūnyatā* (非自性), *saṃskṛtaśūnyatā* (非有为) dan *asaṃskṛtaśūnyatā* (非无为) disebut dalam komentar dari *Haribhadra* (师子贤) dikenal sebagai *Aloka* (无色界). Para Prajna Paramita-*pinḍārtha* ¹⁶ dari *Dignāga* bahkan menegaskan *Bodhisattva* sendiri. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa konsep dasar *pudgalanairātmya* dan *dharma-nairātmya* dari Buddhisme awal dibuat lebih rumit dalam dua puluh mode sunyata, seperti yang ditemukan dalam *Aṣṭasārikā Prajna Paramita*-(八天颂般若波罗密经) sedangkan Prajna Paramita-*pinḍārtha* dari *Dignāga* hanya mengacu pada enam belas mode sunyata.

Ini dapat menunjukkan di sini bahwa tafsir modern berbagai seperti Prof *Stcherbatsky*,¹⁷ *Aiyaswami Sastri*, *Bhavaviveka*,¹⁸ *Obermiller*,¹⁹ *Murti* ²⁰ ... yang telah memberikan kontribusi terhadap perkembangan berturut-turut konsep sunyata. Menurut Dr *Harsh Narayan*, *Śūnyavāda* adalah Nihilisme lengkap dan murni. *Śūnyavāda* adalah negativisme yang radikal mengosongkan keberadaan sampai konsekuensi terakhir dari *Negasi*. Dia telah berusaha keras untuk membuktikan bahwa *Śūnyavāda* adalah Nihilisme murni dan sederhana dan untuk membangun pandangan terbentuk sebelumnya ia tidak hanya diberikan beberapa bukti dari Teks Mahayana tetapi diandalkan putusan tradisi terlalu seperti yang digambarkan di bawah ini:

"Dalam menghadapi seperti vonis hampir bulat tradisi, sulit untuk melihat bagaimana penafsiran nihilistik *śūnyavāda* dapat ditolak sebagai benar-benar palsu".

Para pemikir *Yogacara* sekolah menggambarkan *Śūnyavāda* sebagai Nihilisme total. Dr *Radhakrishnan* mengatakan bahwa absolut (yaitu *Sunyata*) tampaknya bergerak dalam kemutlakan nya. Dr *T.R.V. Dilihat Murti* Prajna Paramita-sebagai mutlak itu sendiri dan berkata:

"Mutlak sangat sering disebut *Sunya*, karena sama sekali tidak memiliki predikat".

Seperti yang kita lihat, dengan munculnya sutra Mahayana dan filsuf Mahayana, dimensi baru dari sunyata ditambahkan dengan konsep *sunnata* di Pali Nikaya atau *pudgalanairātmya* dan *dharmanairātmya* di Hinayana. Ini dan konsep Kebenaran akhir dari sunyata harfiah merevolusi konsep awal Pali Nikaya berkaitan dengan beberapa nuansa entitas yang berbeda dan arti yang berbeda dalam sutra Mahayana seperti sunyata sebagai hakikat Realitas empiris, *Pratītyasamutpāda* (缘起, 因缘生起) *Way*, *Tengah* (中道), *Nirvana* (涅槃), dan *Sunyata* (空性) dianggap sebagai luar *Negasi* atau *Indescribable* (*Chatuskoṭi-vinirmukta*) dan sunyata adalah sarana Kebenaran relatif (*Sammuti*, Skt. *Samvṛti*- *satya*, 俗谛) (*Paramārthasatya*, Skt. *Paramartha-satya*, 真谛).

Sekarang mari kita datang untuk belajar mereka masing-masing, tapi pertama-tama, kita harus memahami definisi singkat mereka di lapangan Mahayana.





Definisi Sunyata

The sunyata panjang, ²¹ terminologi majemuk 'Sunya' (kosong, hampa, berongga) dan akhiran abstrak 'Ta' (setara dengan 'ness'), hampir selalu diterjemahkan ke dalam bahasa Cina sebagai (空性) (kekosongan, kekosongan, atau kekosongan). Konsep istilah ini pada dasarnya baik logis dan dialektis. Kesulitan untuk memahami konsep ini karena makna transendental nya (Paramartha, 真谛) dalam kaitannya dengan makna logico-linguistik (vyavahāra), terutama karena menelusuri etimologis dari maknanya (yaitu Sunya berarti 'hampa atau berongga dalam bentuk 'hal, 真空) tidak memberikan penambahan teoritis atau praktis untuk pemahaman seseorang tentang konsep.

Menurut A Kamus Istilah Buddha Cina (中英佛学辞典), ²² 'Kekosongan alam, yaitu tidak material sifat dari segala sesuatu' adalah arti dasar dari sunyata. Hal ini sangat menarik jika kita akan melangkah untuk memeriksa bidang definisi ini melalui perumpamaan puitis dan figural dari sunyata, sebelum masuk untuk menemukan makna utama dari konsep sunyata.

Perumpamaan dari sunyata

Sifat fenomenal Dhamma dengan baik digambarkan oleh Buddhaghosa yang mempekerjakan sejumlah perumpamaan untuk menggambarkan ketidaknyataan mereka. Nagarjuna juga mengambil perumpamaan ini untuk menunjukkan efektivitas dari logika yang terkandung di dalamnya, untuk memahami ketidaknyataan dari Dhamma. Ini Dhamma pernah baru (nicanava), seperti embun saat matahari terbit (suriyaggamane ussavabindu), seperti gelembung air (udake dndaraji), seperti biji sesawi pada akhir sebuah penusuk (aragge sasapo), seperti kilatan keringanan dari sesaat durasi (vijjupado Viya ca paritthayino), seperti ilusi (maya, 幻觉), seperti fatamorgana (Marici, 焰喻), seperti mimpi (supinanta, 梦), seperti roda api (alatacakka, 热轮车), seperti kota dari Gandharva (gandhabba-nagara, 干挹婆), seperti buih (Phena, 浮水) dan seperti pohon pisang (kadali, 香蕉).

Hal ini sangat menarik dan penting juga bahwa Nagarjuna sendiri telah menggunakan sebagian besar perumpamaan di Karikas nya: alatacakanirmana (热轮车), svapna (梦), maya (幻觉), Marici (幻想), Ambucandra (球周), gandharvanagara (干挹婆) ... ²³

Sang Buddha menggunakan sejumlah perumpamaan dalam Nikaya menunjukkan ketidaknyataan dhamma dari setiap jenis dan inilah perumpamaan yang telah kemudian digunakan dengan sangat efektif dalam sekolah Mahayana filsafat, khususnya pemikir Buddhis Cina: ²⁴

1. Kekosongan menyiratkan non-obstruksi ... seperti ruang atau Void, itu ada dalam banyak hal, tapi tidak pernah menghambat atau menghalangi apapun.
2. Kekosongan menyiratkan kemahahadiran ... seperti Void, itu di mana-mana, melainkan menyangkut segala sesuatu di mana-mana.
3. Kekosongan menyiratkan kesetaraan ... seperti Void, itu adalah sama untuk semua, itu membuat diskriminasi di mana pun.
4. Kekosongan menyiratkan luasnya ... seperti Void, itu besar, luas dan tak terbatas.
5. Kekosongan berarti tak berbentuk atau shapelessness ... seperti Void, itu adalah tanpa bentuk atau tanda.
6. Kekosongan menyiratkan kemurnian ... seperti Void, itu selalu murni tanpa kekotoran.
7. Kekosongan menyiratkan motionlessness ... seperti Void, itu selalu beristirahat, naik di atas proses konstruksi dan penghancuran.
8. Kekosongan berarti negasi positif ... menegasikan semua yang memiliki batas atau berakhir.
9. Kekosongan berarti negasi dari negasi ... menegasikan kedirian semua dan menghancurkan kemelekatan dari Kekosongan (menunjuk ke kelebihan menyeluruh yang bebas dari semua taat).
10. Kekosongan menyiratkan unobtainability atau ungraspability ... ruang atau Void, itu tidak mungkin diperoleh atau graspable.

Pertama muncul dalam Nikaya sepuluh perumpamaan, dinyatakan dalam setiap sekolah Mahayana filsafat, menggambarkan dalam cara yang puitis ketidaknyataan fenomena.

Para Makna dari konsep sunyata

Śūnyatā sebagai Alam Sejati Realitas empiris

Dalam Buddhisme awal, sunyata (空) didefinisikan sebagai anatta (无我). Para Theravādists dan Hīnayānists dipahami Suññam atau anātmam yaitu non-eksistensi substansi nyata sebagai atman atau individualitas, misalnya, pudgala-sunnata, seperti N. Dutt menulis:



"Para Sarvāstivādins juga bertanggung jawab untuk penambahan masa jabatan keempat, 'Sunya', ke tiga yang biasa, yaitu dukkha, Anitya dan anātma, meskipun kata menyampaikan ada arti Mahayana seperti dikonotasikan tidak masuk akal selain anātma".²⁵

Sementara Mahayana membawanya menjadi ketiadaan individualitas (pudgala sunnata) seperti juga dari dunia obyektif (dharma sunnata).

Kata Sunyata (空性) bertugas untuk menunjuk hakikat Realitas empiris atau apa adalah sama, bentuk sifat sejati dari semua fenomena. Ini pokok sunyata akan mencakup semua pertanyaan mengenai pandangan Buddhis tentang kehidupan dan dunia.

Realitas sejati yang biasanya memiliki dua konsep luas filosofis: norma eksistensi dan esensi dari keberadaan atau disebut sebagai gagasan abstrak dari prinsip universal, hukum, kausalitas atau-seperti-itulah-eksistensi. Dalam aspek ini realitas sejati bukanlah Universe tetapi alasan yang cukup dari alam semesta. Hal ini dinyatakan dalam bab kedua dari Sadharma-Pundarika Sutra sebagai berikut:

"Entitas yang sejati dari semua fenomena hanya dapat dipahami dan dibagi antara Buddha. Kenyataan ini terdiri dari penampilan, sifat, entitas, kekuasaan, pengaruh, penyebab inheren, hubungan, efek laten, efek nyata, dan konsistensi mereka dari awal sampai akhir".²⁶

(唯佛与佛乃能究尽诸法实相所谓诸法:如是相,如是性,如是体,如是力,如是作,如是因,如是缘,如是果,如是报,如是体末究竟等)²⁷

Seperti yang kita lihat, seperti realitas yang memiliki makna bahwa segala sesuatu selalu seperti apa adanya. Semua tanda, sifat, substansi, kekuasaan, fungsi, sebab, kondisi, efek, retribusi dan identitas yang sama dari sembilan faktor dari semua dharma selalu seperti itu. Masukkan ke dalam penjelasan lebih lanjut sebagai berikut:

Yang mengatakan bahwa kita mengenali sesuatu, itu berarti bahwa kita oleh indera kita merasakan tanda memanifestasikan karakter khas atau sifat hal itu. Karena terdapat tanda-tanda eksternal mewujudkan atribut internal atau alam, sehingga hal tersebut diasumsikan suatu zat tertentu. Substansi diasumsikan pasti untuk memiliki kekuatan yang melekat sebagai sifat sunyata, yang arah vektor ternyata keluar untuk mencapai fungsinya manifestasi. Ini adalah aspek keberadaan hal itu sendiri. Di dunia atau alam semesta adalah 'set besar' dari berbagai hal. Semua hal hidup berdampingan, bekerja sama dan berinteraksi pada satu sama lain untuk menciptakan fenomena yang tak terhitung banyaknya. Ini disebut penyebabnya. Penyebab bawah kondisi yang berbeda menghasilkan efek yang berbeda, yang menyebabkan retribusi baik atau buruk atau netral. Ini adalah prinsip yang sangat universal, alasan keberadaan atau eksistensi norma seperti itu. Dengan kata lain, karena sunyata, segala sesuatu bisa ada, tanpa sunyata, tidak mungkin bisa eksis. Śūnyatā karena itu sangat dinamis dan positif, dengan kata Sutra Hṛdaya, ini juga disebut 'Formulir (rupa) adalah tidak berbeda dari kekosongan (sunya), maupun kekosongan dari bentuk' (色不是空, 空不是色) Dan Nagarjuna mengklaim sunyata sebagai hakikat Realitas empiris dengan kalimat yang terkenal berikut :)²⁸

"Dengan sunyata, semua mungkin, tanpa itu, semua tidak mungkin."²⁹

Dan tentu saja, hal ini sesuai dengan Realitas sebagai Vajrachedikā-Prajna Paramita-teks menulis,

"Subhuti, kata-kata Tathagata 'adalah benar dan sesuai dengan realitas Mereka adalah kata-kata akhir, tidak menipu atau heterodoks.'. (须菩提如来!是真语者,实语者,如语者,不独语者,不异语者).³⁰

Śūnyatā bukanlah dogma. Ini hanyalah apa yang dapat digenggam dalam integritas total dan mutlak, hanya dalam tindakan pengetahuan Yoga intuitif, yang disediakan untuk Buddha besar. Śūnyatā singkatan menghindari semua dogma. Orang-orang yang mengambil sunyata sebagai dogma adalah pasien dari penyakit yang tidak dapat disembuhkan. The Mūlamādhyaṃika-Karika hadiah yang:

(Sunyata sarvadrstīnām proktā nihsaraṇam jinaiḥ yeśam tu Sunyata drstīstānasādhyān pabhāṣire)³¹

Dalam Prajna Paramita-kitab suci, Sunyata mengacu pada dunia pencerahan, tetapi juga menyatakan bahwa dunia ini pencerahan tidak terpisah dari dunia khayalan:

'Formulir (dunia khayalan) identik dengan void (dunia pencerahan)', dan 'void identik dengan bentuk'³² sini, 'adalah bentuk identik dengan kekosongan' dapat dipertimbangkan untuk menunjuk ke jalan yang mengarah dari delusi menuju pencerahan, sementara 'void identik dengan bentuk' poin ke jalan turun dari pencerahan kepada delusi.

Tujuan dari sunyata mengacu pada tujuan proliferasi linguistik pemadam dan upaya mengarah pada tujuan ini: 'Sunya' sesuai dengan kebenaran hakiki, yaitu, negara di mana perkembangan linguistik telah dipadamkan, dan 'makna sunyata' menandakan semua Existent berkaitan dengan kehidupan kita sehari-hari di mana sunyata adalah fakta sebenarnya didirikan.

Śūnyavadin ini bukan juga skeptis menyeluruh-menerus maupun nihilis murah yang meragukan dan menolak keberadaan dari segala sesuatu untuk kepentingan diri sendiri atau yang bersukacita berteriak bahwa dia tidak ada. Obyeknya adalah hanya untuk menunjukkan bahwa seluruh dunia-benda ketika diambil untuk menjadi hakikatnya nyata, akan ditemukan kontradiksi-diri dan relatif dan karenanya penampilan belaka.

Benar, ia menuruti mengutuk semua fenomena menjadi seperti ilusi, mimpi, khayalan, langit-bunga, anak seorang perempuan mandul, dll ajaib yang menyatakan bahwa mereka adalah sesuatu yang benar-benar nyata. Tapi ini bukan benda nyata nya. Dia menuruti dalam deskripsi tersebut hanya untuk menekankan ketidaknyataan akhir dari semua fenomena. Dia tegas menyatakan lagi dan lagi bahwa dia bukan nihilis yang menganjurkan negasi mutlak, bahwa dia, di sisi lain, mempertahankan Realitas empiris dari semua fenomena.

Dia tahu bahwa negasi mutlak tidak mungkin karena selalu mengandaikan penegasan. Dia hanya menyangkal realitas tertinggi dari kedua penegasan dan negasi. Dia mengutuk intelek dari sudut pandang utama hanya karena ia tahu bahwa kewenangannya perlu dipertanyakan dalam dunia empiris. Dia ingin bahwa kita harus naik di atas kategori dan kontradiksi intelek dan merangkul Realitas. Dia menegaskan bahwa itu adalah Real sendiri yang muncul. Dia mempertahankan Realitas yang imanen dalam penampilan dan belum melampaui mereka semua, Realitas itu adalah kecerdasan Non-ganda Absolute, Bahagia dan seterusnya, di mana pluralitas semua digabung. Ini adalah sisi konstruktif dari dialektika dalam sunyata yang kami mengusulkan untuk mempertimbangkan sekarang. Di sini kecerdasan berubah menjadi Pengalaman Murni.

The Saddharma Pundarika Sutra memberitahu kita bahwa selama kita terjat dalam kategori kecerdasan kita seperti buta-pria kelahiran sepenuhnya dalam gelap, ketika kita mencapai batas di mana terbatas berpikir mengaku kelemahan dan poin terhadap Realitas kebutaan kita disembuhkan tetapi, visi kami masih kabur, hanya ketika kita menerima Pengetahuan Murni dari Sang Buddha bahwa kita memperoleh visi yang benar. Ini adalah Realitas yang Tenang dan Deep dan Pengetahuan Murni Sang Buddha, yang melampaui akal dan yang akan langsung direalisasikan melalui pengetahuan murni. Ini adalah Most Excellent dan Pencerahan Akhir (Uttama agra bodhi) dimana kita menjadi satu dengan Buddha.³³

Dengan demikian, kita dapat mengatakan bahwa sunyata adalah konsep kunci dari Mahayana, terutama dalam Filsafat Madhyamika dan dapat dipahami oleh Purnatā tathatā (真如), Nirvana (涅槃), Pratītya-samutpāda (缘起, 因缘生起), Paramārthatā (真谛), Nairātmya (远离), Satya (真理), Sarvadharmaśūnyatā (一切法空), Sarva-padārthaśūnyatā (一切六句义空), Sarvabhavaśūnyatā (一切有空) dll, yang umumnya berarti hakikat Realitas Imperical.

Śūnyatā sebagai Originasi Dependent (Pratītyasamutpāda, 缘起, 因缘生起)

The Hṛdaya Sutra Prajna Paramita-literatur meriwayatkan bahwa, di salah satu sesi Dharma diadakan di Gunung Grdhrakūṭa (灵鹫, Puncak Burung Nasar) di Rājṛgha (王舍), Sakyamuni (释迦牟尼) menyarankan bahwa Sariputra (舍利弗), yang memegang kursi pertama, permintaan Avalokitesvara Bodhisattva (观世音菩萨) untuk memberikan kuliah tentang wawasan sunyata. Dalam menjawab Sariputra, Bodhisattva, yang terlibat dalam kontemplasi mendalam Prajna Paramita-survei marabahaya panggilan dari makhluk hidup, menguraikan makna kebenaran dari sudut pandang sunyata seperti di bawah:

"Sariputra Formulir (rupa) tidak berbeda dari kekosongan (sunya), maupun kekosongan dari bentuk. Formulir identik dengan void (dan) void identik dengan bentuk. Begitu juga adalah penerimaan (vedana), konsepsi (saṃjñā), Pikiran kesan (saṃskāra) dan kesadaran (vijñāna) dalam kaitannya dengan kekosongan. Sariputra, kekosongan (sunya) dari segala sesuatu yang tidak diciptakan, tidak dimusnahkan, tidak murni, tidak murni, tidak bertambah dan tidak berkurang".

CATATAN:

- *1. Edward Conze, The Sastra Prajnaparamita, Tokyo, 1978, hal.1, Conze 1960: 9 ff; 1968, 11ff, juga melihat Mahayana Buddhisme - Landasan Ajaran, Paul Williams, New York, RPT 4. 1998, hal. 41.
- *2. Prajna Paramita Text: 20-24, lihat juga EL, dst. 132.
- *3. SSPW, 14.
- *4. Shohei Ichimura, Buddha Spiritualitas Kritis: Prajna dan Sunyata, Delhi: Motilal Banarsidass, 2001, p. 258.

- *5. Diamond yang membelah Illusion, Thich Nhat Hanh, California: Tekan Paralel: 1991, hlm. 1.
- *6. EL, p. 151.
- *7. 般若波罗密多心经, 佛学业书, 台鸾, 一九九八, hlm. 135.
- *8. EL, 152.
- *9. DCBT, hlm 337-8.
- *10. Selama abad SM akhir keempat, organisasi Buddha dibagi menjadi dua sekolah: yang **Mahāsangika** (mayoritas atau perakitan besar) dan Sthaviras (sekolah tua). Segera setelah itu, pada abad ketiga SM, sekitar delapan sekolah pembangkang muncul dari **Mahāsangika** tersebut. Selama SM abad kedua dan ketiga, sekitar sepuluh sekolah pembangkang muncul dari Sthaviras. Sekolah-sekolah ini delapan belas kemudian disebut sebagai Hinayana. Tradisi sekitar sekolah tersebut tidak dapat diandalkan, bertentangan dan bingung. Lihat Edward Conze s Pemikiran Buddhis di India (Ann Arbor: University of Michigan Press, 1967), hlm 119-120.
- *11. Kanon Pali disusun dan diedit oleh tiga dewan monastik. Dewan Pertama dirakit hanya beberapa bulan setelah kematian Buddha (483 SM) di Rajagaha, Kedua sekitar seratus tahun kemudian (sekitar 383 SM) di Vesali, dan Ketiga di 225 SM di Pataliputra. Kanon ini dibagi menjadi tiga koleksi yang disebut "Keranjang" (Pitaka). Koleksi pertama, **Vinayapitaka**, berisi aturan untuk disiplin monastik (vinaya), kedua, **Suttapitaka**, khotbah-khotbah (sutta) Sang Buddha dan murid-muridnya, dan ketiga, **Abhidhammapitaka**, para codifications dan analisis dari ajaran. Ada beberapa ekstrakanonik Pali bekerja seperti Milindapañha, Visuddhimagga dan manual skolastik Abhidhammatthasangaha. Tulisan suci Sarvastivada yang ditulis dalam bahasa Sansekerta.
- *12. Tidak ada kanon Mahayana Mahayana karena mewakili ada kesatuan sekte. Hanya ada sutra terpisah yang disebut sutra Mahayana, aslinya ditulis dalam bahasa Sanskerta. Banyak dari bahasa Sansekerta asli telah hilang, dan yang diawetkan terutama di Cina dan Tibet mereka ... terjemahan. Literatur earlist Mahayana adalah Prajna atau "kebijaksanaan" sastra dan kitab suci Mahayana lainnya terlalu banyak untuk disebutkan. Dan seperti yang digambarkan di atas, kita menyinggung Vajrachedika-Prajna Paramita Sutra, Sutra Hṛdaya milik Prajna Paramita-suci. Namun, terkadang kita juga mengambil beberapa kutipan dari Vimalakirti dan Saddharma Pundarika Sutra.
- *13. Lihat TRSharma, An Introduction to Buddha Filsafat, Delhi: Timur Linker Book, 1994, p. 24.
- *14. Murti, T.R.V., ed. Srinpoche C. Mani, Madhyamika Dialectic dan Filsafat Nagarjuna, (The Dalai Lama Tibet Indologi Studi vol. I), Sarnath, 1977, hal. x.
- *15. Prajñāpāramitāpiṇḍārtha, I-II, ed. G. Tucci (Minor tulisan-tulisan Sansekerta pada Prajnaparamita), JRAS, 1947, 6,18, hal 263-4: 1. bodhisattvaśūnyatā, 2. bhoktrśūnyatā, 3. adhyātmikaśūnyatā, 4. vastuśūnyatā '5. rūpaśūnyatā, 6. prakṛtiśūnyatā, 7. vijñāśūnyatā, 8. sattvaśūnyatā, 9. sarīrākāśūnyatā, 10. dharmaśūnyatā, 11. ātmaśūnyatā, 12. pudgalanairāśūnyatā, 13. sarīrskṛtaśūnyatā, 14. asaṃskṛtaśūnyatā, 15. sāvadyaśūnyatā, 16. nirvadyaśūnyatā.
- *16. Ibid, hal.. 263: Bodhisattvaṃ na paśyāmiṃ uktavāns tattvato munih / bhoktādhyātmikavastunām kathitā tena sunyata / /
- *17. Prof Stcherbatsky, **Madhyānta-vibhāga**, Diskriminasi antara Tengah dan Ekstrem, Calcutta, 1971.
- *18. Bhavaviveka, **Prajñāpradīpa**, pada **Madhyamakāśāstra**.
- *19. Obermiller, E, Sebuah Studi Dua puluh Aspek sunyata, Triwulan Sejarah Idian, Vol. IX, 1933.
- *20. Murti, TRV, The Philosophy of Buddhisme Tengah: Sebuah Studi Sistem Madhyamika, Delhi: Harper Collins, 1998.
- *21. Shohei Ichimura, Buddha Spiritualitas Kritis: Prajna dan Sunyata, Delhi: Motilal Banarsidass, 2001, hal. 218.
- *22. DCBT, p. 259.
- *23. **Mādhyamikavṛtti**, ed. L. de la Vallee Poussin, Bibliotheca Buddhica, Vol. IV, 1902-1913, hlm 173, 177.
- *24. Garma CC Chang, Buddha Pengajaran Totalitas, Inggris: The Pennsylvania State University, 1972, hlm 100-1.
- *25. Aspek Mahayana Buddhisme, p. 26: Pandangan ini didukung oleh P.T. Raju idealistik Pemikiran India, p. 207, juga melihat Buddhisme agama dan filsafat, prof. WSKarunaratne, Buddha Research Society, Singapore, 1988, p. 44.
- *26. LS, Bab II, p. 24.
- *27. 妙法莲华经, 佛教经典会, 佛教慈悲服务中心, 香港, 一九九四, hlm. 47.
- *28. 般若波罗密多心经, hlm. 134. 'Formulir (rupa) tidak berbeda dari kekosongan (sunya)' diterjemahkan ke dalam 'Formulir (rupa) tidak berbeda dari kekosongan (sunya).
- *29. The Treatise Tengah (.. T. 1.564 di Vol 30, tr oleh Kumarajiva di 409 AD), xxiv: 14; Twelve Gerbang Nagarjuna Treatise, viii, Boston: D. Reidel Publishing Company, 1982; juga melihat Logic Kosong, Hsueh Li Cheng, Delhi: Motilal Banarsidass, 1991, p. 43.
- *30. 金刚般若波罗密经, 佛学业书, 台鸾, 一九九八, hlm. 121.
- *31. **Mūla-Madhyamika-Karika** Nagarjuna, David J. Kalupahana, Delhi: Motilal Banarsidass, 1996, xxii, p. 16.
- *32. 般若波罗密多心经, hlm. 134.
- *33. LS, hlm 29, 39, 116, 134.

Sumber referensi:

The Concept of Sunyata in Mahayana Sutras.

Bersambung ke edisi selanjutnya...



Etika Berbangsa & Bernegara Dalam Perspektif Ajaran Buddha

(YM Bhiksu Tadisa Paramita Mahasthavira; Koordinator Dewan Sangha Perwakilan Umat Buddha Indonesia; WALUBI)

1. Makna Etika & Moral

Di dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (*Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1988*) dipaparkan makna kata etika yang berasal dari bahasa Yunani “*ethos*”, ke dalam tiga pengertian, yaitu:

- 1) Ilmu tentang apa yang baik dan buruk, dan tentang hak dan kewajiban moral (akhlak);
- 2) Kumpulan asas atau nilai yang berkenaan dengan akhlak;
- 3) Nilai mengenai benar dan salah yang dianut oleh suatu golongan atau masyarakat.

2. Dasar Prinsip Etika dan Sila

Pengertian etika dan sila dalam agama Buddha adalah panduan untuk dapat menimbulkan harmoni dalam hati dan pikiran. Ciri etika dan sila adalah ketertiban dan ketenangan. Fungsi etika dan sila adalah mengarahkan kelakuan yang salah agar menjadi benar, dan menjaga seseorang agar tetap tidak berada dalam sikap yang salah. Wujud etika dan sila adalah kewaspadaan dan pengendalian, yang diwujudkan pada saat berpikir, berucap dan berbuat. Tujuan etika dan sila adalah kemurnian, kebaikan, dan kebenaran dalam berkehidupan. Perkembangan etika dan sila adalah *Hiri* dan *Ottappa*, yaitu malu berbuat jahat dan takut terhadap akibat perbuatan jahat. *Hiri-Ottapa* adalah “Pelindung Dunia”. Jika tidak ada lagi *Hiri-Ottapa*, dalam diri manusia akan berkecamuk kekacauan yang merugikan diri sendiri maupun masyarakat.

3. Etika Ciri Kemanusiaan

Etika adalah sumber keadaban untuk kemanusiaan. Etika adalah pola berkehidupan manusia. Selama etika tegak berdiri, kemanusiaan tegak berdiri. Bila etika pudar, maka kemanusiaan kacau. Bila etika sudah lenyap, maka kemanusiaan yang adil dan beradab ikut lenyap.

4. Dasar Prinsip Etika Berbangsa dan Bernegara

Etika merupakan dasar kehidupan berbangsa dan bernegara. Etika adalah barometer peradaban bangsa. Etika menjadi bagian dari kultur sosial dan antropologis bangsa Indonesia. Konstruksi kebangsaan berlandaskan Pancasila. Prinsip dan formulasi Pancasila adalah etika berbangsa dan bernegara, yaitu religius, berperikemanusiaan, persatuan, demokrasi dan keadilan. Adapun maksud dan tujuan dibentuknya Pancasila bukan hanya untuk dijadikan simbol dan lambang negara semata, melainkan utamanya menjadi prinsip etika dalam kehidupan berbangsa dan bernegara. Apabila implementasi prinsip dan etika Pancasila dalam kehidupan berbangsa dan bernegara diabaikan atau dikesampingkan, maka kehidupan berbangsa akan kacau dan negara dapat runtuh.

Prinsip etika berbangsa dan bernegara bila tidak dilaksanakan maka perjalanan bangsa bagaikan kehilangan kompas, dan negara tidak mempunyai haluan dan sasaran yang hendak dicapai. Bila etika dan prinsip diabaikan, akibat yang akan muncul diprediksi bahwa bangsa dan negara kacau dan tidak punya masa depan yang baik.

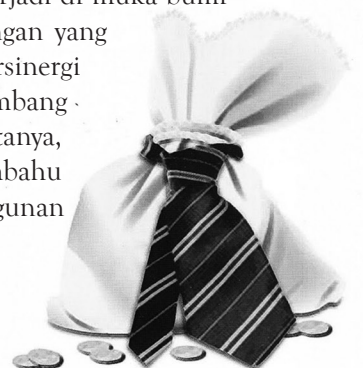
Di ilhami *Khuddaka Nikya, Silava Thera*, disabdakan; *negara yang mendambakan tiga macam kemuliaan, yaitu kemasyuran, kemakmuran dan kedamaian, hendaknya memegang teguh prinsip dan melaksanakan etika (sila).*

Di dalam *Akankheyya Sutta, Majjhima Nikaya* disabdakan: *apabila seseorang berharap, “Semoga saya menjadi kecintaan, kesukaan, kehormatan, kepercayaan, kebanggaan bagi sahabat-sahabat (rakyat)”*, hendaknya ia menyempurnakan sila (etika)-nya.

5. Etika Menjalin Kebersamaan

Bangsa Indonesia adalah bangsa yang multi etnik, multi kultural dan multi religious. Keragaman ini adalah karunia dan kekayaan yang tidak ternilai yang dimiliki oleh bangsa Indonesia. Keragaman ini perlu ditata, dikelola, dikreasi dan dilestarikan dalam bingkai kesatuan untuk membentuk perpaduan harmonis yang asri tanpa diskriminasi, guna merajut masa depan peradaban luhur bangsa Indonesia.

Adanya keragaman seperti ini merupakan kodrat alamiah yang mengakar dan sudah terjadi di muka bumi ini. Sedangkan keseragaman adalah sebuah bentukan dan menjadi produk atas kepentingan yang bersifat tidak alamiah. Secara etis, setiap warga Indonesia berkewajiban menghormati, bersinergi dan melestarikan keragaman ini, yang sudah dibingkai oleh *Founding Father* dalam filosofi lambang negara yaitu Bhinneka Tungga Ika; walaupun berbeda entitas namun manunggal. Realitanya, kedudukan dan kewajiban setiap warga Indonesia adalah sederajat dan saling bahu membahu melakoni kehidupan yang bermanfaat dan merangkul kebersamaan untuk mengisi Pembangunan Nasional.



6. Etika dan Peran Tokoh Agama

Pada umumnya para tokoh agama memiliki pandangan luhur, kewibawaan dan kehormatan karena keteladanan dan kebijaksanaan yang mereka tunjukkan di lingkungan masyarakat. Dengan berbekal ajaran agama, mereka memilih kehidupan jujur, sederhana, eligater dan mengayomi semua lapisan masyarakat. Itulah sebabnya banyak masyarakat berharap agar tokoh agama jangan terjun ke panggung politik. Bila tokoh agama sudah terjebak pada permainan politik, mempolitisir agama, agama dijadikan komoditas politik, atau agama dijadikan kendaraan partai politik. Menyelewengkan agama adalah sangat riskan dan berbahaya, karena dapat merusak citra dan reputasi agamanya sendiri. Karena politik dalam agama atau agama dipolitikkan pasti agama tersebut jadi kacau, gaduh, dan redup. Bila saja para rohaniwan bermain politik pasti cepat atau lambat, sedikit atau banyak, akan ada diskriminasi kepentingan dan tujuan politik yang terselubung dan menyusup di dalam komunikasi dan aksi religiusnya sehingga timbul kompromi timbal balik yang menyimpang dalam melaksanakan praktik dan penyebaran agama. Padahal masyarakat sangat berharap kenetralan, kemurnian dan keteladanan para tokoh agama sebagai panutan yang menjadi benteng moralitas di tengah semakin rapuhnya moralitas politisi dewasa ini.

Para tokoh agama mempunyai kewajiban untuk menyebarkan nilai-nilai universal ajaran agama untuk membangun kerukunan dalam kehidupan masyarakat. Walaupun bentuk sejarah, ritual dan kepercayaan antar tokoh agama dapat berbeda, tapi pada dasarnya mempunyai tujuan yang sama, yaitu penyebaran ajaran agama demi berkembangnya kebijaksanaan dan kebahagiaan semua makhluk. Rangkailah kemajemukan menjadi keindahan; untailah segala perbedaan menjadi keunikan. Mendambakan keharmonisan dalam kemajemukan hanya bisa terwujud bila kita saling menghormati, tenggang rasa, toleransi dan perilaku cinta kasih yang terus dipancarkan tanpa diskriminasi. Perlu ditingkatkan dan di implementasikan terus “Trilogi Kerukunan Umat Beragama” dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa dan bernegara. Hal ini bertujuan untuk melestarikan jalinan persaudaraan sesama anak bangsa dan mengembangkan kerukunan umat beragama agar dapat selalu harmonis dan saling bersinergi bersama dalam membangun bangsa dan negara.

Apakah sesuatu yang paling berkekuatan di dunia? Jawabannya adalah “**Toleransi**”. Hyang Buddha pernah mengatakan: “Seorang praktisi agama Buddha yang tidak dapat menoleransi hinaan, caci-maki, cemooh, serta tidak menganggapnya sebagai embun yang manis, bukanlah orang yang kuat”. Kekerasan dapat membangkitkan rasa takut dari orang-orang, tetapi tidak dapat mendatangkan rasa hormat. Hanya sikap toleransi yang dapat menyentuh hati orang yang keras kepala.

Di dalam naskah *Bodhicarya Avatara* dari *Santi Deva* disebutkan: “*Daripada menguasai semua benda-benda yang ada diluar, seseorang sebaiknya menguasai dirinya sendiri, dan membuatnya tahan terhadap pengaruh-pengaruh dari luar*”. Sesungguhnya kehidupan spiritual adalah pengolahan terhadap Bodhicitta (*pikiran luhur hasil dari pemunculan kesadaran/Kebuddhaan*). Kehidupan spiritual harus dimengerti lebih lanjut sebagai refleksi diri dan kritik diri. Hal ini adalah usaha yang tak henti-hentinya untuk menguasai pikiran, ucapan dan perbuatan.

7. Etika Politisi dan Rakyat

Saat sekarang ini, banyak politisi berkuasa yang secara mereka sadari atau tanpa disadari, kerap membuat pernyataan dan melemparkan isu yang menciptakan kegaduhan politik. Tingkah lakunya yang ditampilkan di media pun mengabaikan norma kesopanan publik. Kecenderungan tindakan mereka hanya untuk mengejar kepentingan pribadi, kekuasaan dan pengaruh, mengabaikan tugas dan kewajiban utama mereka untuk membangun bangsa dan memakmurkan negara. Etisnya, figur politisi yang dipilih rakyat dapat memberikan contoh teladan kepada rakyatnya agar dicintai, dihormati dan didukung oleh rakyatnya dengan perasaan penuh apresiasi dan kebanggaan.

Di dalam *Anguttara Nikaya*, Hyang Buddha pernah bersabda: “*Jika penguasa suatu negara adil dan baik, para menteri menjadi adil dan baik, jika para menteri adil dan baik, para pejabat tinggi menjadi adil dan baik, jika para pejabat tinggi adil dan baik, para bawahan menjadi adil dan baik; jika para bawahan adil dan baik, rakyat menjadi adil dan baik*”.

Di dalam *Dhamma Sutra*, disebutkan: “*Tahanlah diri dari pertengkaran dan perdebatan. Sekali kita jatuh dalam konflik seperti itu, hidup kita akan terjebak dalam perselisihan. Pikiran kita akan terombang-ambing oleh kemenangan dan kekalahan. Kekhawatiran dan penderitaan akan mudah timbul*”.

8. Etika dan Peran Legislatif

Wakil rakyat dipilih oleh rakyat untuk tujuan membangun kesejahteraan rakyat. Bilamana wakil rakyat yang menjadi legislatif membuat peraturan yang malah dapat menyengsarakan rakyat, berarti mereka telah mengkhianati kepercayaan yang diembankan oleh rakyat kepada mereka. Pembuat peraturan seharusnya memahami dan mematuhi peraturan, bukan sebaliknya, melanggar peraturan. Tugas utama wakil rakyat





harusnya mengontrol tindakan pemerintah, bukan meminta jatah dari pemerintah. Wakil rakyat adalah panutan rakyat, semestinya tindakannya tidak memalukan rakyat. Tahu apa yang harus dilakukan adalah kebijaksanaan. Tahu bagaimana harus melakukan sesuatu adalah keterampilan. Dapat melakukan sebagaimana mestinya adalah pelayanan.

Di dalam *Majjhima Nikaya 3, 75*, disebutkan ada lima macam penghidupan salah, yaitu: Hidup dengan jalan menipu orang lain; Membual atau menjilat; Memeras dengan menjilat atau memfitnah; Menggelapkan atau menyulap; Mengambil keuntungan yang salah (korupsi).

Di dalam *Dhammapada 292* disabdakan: “Apabila seseorang melakukan apa yang seharusnya dilakukan tidak dilakukan, dan tidak melakukan apa yang seharusnya dilakukan, batinnya akan semakin dikotori oleh keangkuhan dan kesombongan, perasaannya malas pun makin berkembang”.

9. Etika Melenyapkan Kejahatan & Menolong yang Lemah

Dalam *Cakkavatti Sutra*, Hyang Buddha berkata: “Perilaku buruk, pelanggaran susila dan kejahatan, seperti pencurian, penipuan, kekerasan, kebencian dan kejahatan dapat muncul dari kemelaratan”. Pemerintah penggunaan penangkapan dan hukuman untuk menekan kejahatan, tapi sia-sia memberantas kejahatan dengan kekerasan.

Dalam *Cakkhavatti-sihanada-sutta, Digha Nikaya, 3,68*. “...disebabkan tidak memberikan kebutuhan mendasar kepada kaum fakir miskin, kemiskinan tersebar luas; dari pertumbuhan kemiskinan, mengambil barang yang bukan miliknya menjadi meningkat; dari peningkatan pencurian, penggunaan senjata meningkat; dari kenaikan penggunaan senjata, pembunuhan meningkat dan dari pembunuhan, jangka hidup mereka menurun...”.

Dalam *Kutadanta Sutra*, Hyang Buddha menyarankan pengembangan ekonomi sebagai pengganti kekerasan untuk mengurangi kejahatan. Pemerintah harus menggunakan sumber daya negara untuk memperbaiki kondisi ekonomi masyarakat. Hal ini dapat dimulai dengan pengembangan pertanian dan pedesaan, menyediakan bantuan pada pengusaha lemah, menyejahterakan bagi pekerja agar mereka hidup layak dengan martabat manusia.

Menurut *Kutadanta Sutta*, disabdakan: “Sebuah negara juga harus pintar mengelola keuangannya. Karena kedamaian, kemakmuran dan kebebasan dari kejahatan hanya bisa dicapai sebuah negara melalui distribusi kekayaan yang adil dan merata di antara rakyatnya”.

10. Etika dan Peran Pemimpin Negara

Dalam *Cerita Jataka*, Hyang Buddha memberikan 10 peraturan bagi Kepala negara yang baik, yang dikenal sebagai “Dasa Raja Dharma”. Sepuluh macam kewajiban seorang pemimpin, yaitu:

1. Bebas dari serta menghindari keakuan.
2. Memelihara karakter dan moral yang tinggi.
3. Siap dan rela untuk mengorbankan kesenangan diri sendiri demi kesejahteraan orang banyak.
4. Jujur dan memelihara integritas yang kokoh.
5. Baik hati dan ramah.
6. Menjalani kehidupan yang sederhana agar diteladani orang banyak.
7. Bebas dari segala bentuk kebencian.
8. Bertindak tanpa kekerasan.
9. Mempraktikkan kesabaran.
10. Menghormati opini umum untuk mengembangkan perdamaian dan harmoni.

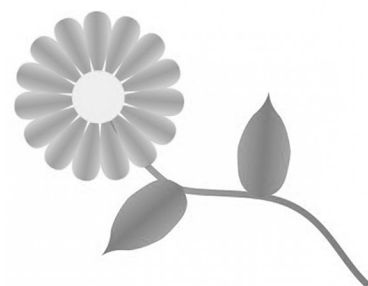
11. Etika Pemerintah yang Baik dan Efektif

Dalam *Cakkavatti Sihanada Sutra*, berkenaan dengan tingkah laku pemerintah. Hyang Buddha lebih lanjut menasehati:

- a. Pemerintah yang baik harus berlaku adil, tidak berat sebelah, dan tidak mendiskriminasi antara satu kelompok warga negara tertentu terhadap yang lainnya.
- b. Pemerintah yang baik tidak menyimpan segala bentuk kebencian terhadap warga negaranya.
- c. Pemerintah yang baik tidak takut terhadap apapun dalam pelaksanaan hukum, jika hal itu adil adanya.
- d. Pemerintah yang baik harus memiliki pemahaman yang jelas tentang hukum untuk dilaksanakan. Hukum tidak boleh dilaksanakan hanya karena pemerintah memiliki otoritas untuk memberlakukannya. Hal ini harus dilakukan untuk tujuan baik dengan cara yang masuk akal dan dengan akal sehat.

12. Moralitas Pemimpin Negara

Dalam *Melinda Panha*, dinyatakan: “Jika seseorang yang tidak sehat, tidak kompeten, tidak bermoral, tidak layak, tidak mampu, dan tidak berharga untuk kedudukan Raja (konteks sekarang adalah Presiden), telah menobatkan dirinya





sendiri sebagai Raja atau Penguasa dengan otoriter besar, ia adalah sasaran berbagai hukuman oleh rakyat, karena, dengan tidak pantas dan tidak berharga, ia telah menempatkan dirinya sendiri secara tidak benar dalam kursi kedaulatan. Penguasa, seperti siapapun yang melanggar kode moral dan peraturan dasar segala hukum sosial umat manusia, juga merupakan sasaran terhadap hukuman; dan lebih lanjut, terkecamlah penguasa yang bertindak sebagai perampok rakyat”.

Dalam *Majjhima Nikaya*, disebutkan: “Raja selalu memperbaiki dirinya sendiri dan menguji tingkah lakunya dengan hati-hati dalam perbuatan, perkataan, dan pikiran, mencoba untuk mengetahui dan mendengarkan pendapat rakyat, seperti apakah ia telah melakukan kekurangan dan kesalahan dalam mengatur kerajaannya (negara). Jika ternyata ia memerintah dengan tidak benar, rakyat akan mengeluh bahwa mereka ditindas oleh penguasa yang buruk dengan perlakuan tidak adil, hukuman, pajak, atau segala bentuk korupsi, dan mereka akan bereaksi menentangnya dengan satu atau lain cara. Sebaliknya, jika ia memerintah dengan benar, mereka akan memberkatinya, ‘Semoga Yang Mulia panjang umur”.

Penekanan Hyang Buddha pada tugas moral penguasa dalam menggunakan kekuatan rakyat untuk meningkatkan kesejahteraan rakyat telah mengilhami Kaisar Asoka pada abad ke-3 SM untuk berbuat sedemikian. Kaisar Asoka, suatu contoh yang baik dari prinsip ini, memutuskan untuk hidup sesuai Dharma dan melayani warga negara dan seluruh umat manusia. Ia menyatakan keinginan non-agresinya pada tetangganya, menunjukkan niat baiknya dengan mengirimkan para duta pada raja-raja yang jauh untuk mengemban pesan damai dan non-agresinya. Ia mempromosikan praktik kebajikan sosio-moral tentang kejujuran, kebenaran, kasih sayang, kebajikan, tanpa kekerasan, pertimbangan tingkah laku terhadap semua, tidak boros, tidak serakah, hingga tidak menyakiti binatang. Ia mendorong kebebasan beragama dan saling menghormati antar kepercayaan. Ia pergi berkeliling secara berkala membabarkan Dharma kepada rakyat pedesaan. Ia membangun pelayanan publik, seperti mendirikan rumah sakit untuk manusia dan hewan, menyediakan obat-obatan, menanam pohon dan galur di sisi jalan, menggali sumur, dan membangun pengairan dan rumah peristirahatan. Ia dengan tegas melarang kejahatan terhadap binatang.

Di dalam *Dhammapada 16, 262-263*, disebutkan: “Meskipun mengucapkan kata-kata yang merdu, berpenampilan menarik, namun bila batinnya penuh dengan keserakahan, iri hati dan kebohongan, ia tidak pantas disebut sebagai Pemimpin Bijaksana. Bila sebaliknya ia dapat menyingkirkan dan melenyapkan keserakahan. Mampu melenyapkan iri hati, kebohongan dan terbebas dari segala noda batin, ia sesungguhnya adalah pemimpin bijaksana”.

Hal-hal lainnya Hyang Buddha mengakui persamaan manusia menolak diskriminasi pengkastaan, berbicara demi peningkatan kondisi sosio-ekonomi, menganjurkan pentingnya pemerataan kekayaan yang lebih adil antara orang kaya dan miskin, menjunjung status wanita, menganjurkan penggabungan kemanusiaan dalam pemerintahan dan administrasi, serta mengajarkan bahwa masyarakat tidak boleh dijalankan dengan keserakahan tapi dengan pertimbangan dan kasih sayang bagi rakyat.

13. Dibutuhkan Pemimpin Negara yang Arif Bijaksana, Tegas dan Berwibawa

Nasib bangsa dan masa depan negara ada di tangan para pemimpin negara. Bila pemimpin negara tidak arif bijaksana, tidak berwibawa dan tidak tegas dalam melaksanakan roda pemerintahan maka para pejabat bawahannya tidak takluk dan tunduk, kelemahan ini berpengaruh luas, rakyat menjadi liar, mudah berseteru, suka gaduh, sehingga dimana-mana terjadi bentrokan, perilaku anarkis akibatnya kondisi keamanan negara tidak kondusif. Begitupula para pegawai pemerintahan akan membeo mengikuti pola pemerintahan yang tidak tegas dan loyo, akibatnya pemerintahan daerah tidak menghormati pemerintah pusat sehingga pola pemerintahan daerah bergaya dinasti atau emporium (seperti mendirikan kerajaan-kerajaan). Bila pemimpin negara masih terlena terus dengan wacana tanpa aksi tegas maka kepala pemerintahan membiarkan kondisi bangsa menjadi gaduh, rapuh dan negara dalam keadaan berbahaya.

Apabila pemimpin negara arif, tegas dan berwibawa, maka para pejabat negara akan menggugu dan meniru, bersikap tegas dan disiplin pula dalam melaksanakan tugas dan kewajibannya. Sehingga rakyat akan menghormatinya dan mendukung segala program kebijakan pemerintahan pro-rakyat, sehingga kehidupan masyarakat, berbangsa dan bernegara menjadi lebih baik.

Di dalam *Sutra Raja Berbudi*, disabdakan: “Ketika tanah air kacau, pertama-tama “setan dan iblis* ” akan mengacau terlebih dahulu... selanjutnya rakyat akan kacau. Pencuri negara (koruptor) akan merampok negara, rakyat jelata hidup sengasara. Para menteri, orang elit dan ratusan pejabat akan menimbulkan gonjang-ganjing (gaduh). Langit dan bumi akan menimbulkan kelainan (bencana) dan rakyat akan diganggu oleh para perampok, timbul bencana, gagal panen dan lain-lain”.

*Yang dimaksud setan dan iblis adalah representasi kekotoran batin umat manusia yang terwujud dalam sifat-sifat buruk dan destruktif di dalam batin atau jiwa.



14. Koneksi Pemimpin & Yang Dipimpin

Sebuah pemerintahan adalah tempat dimana pikiran-pikiran bergabung dan bersentuhan satu sama lainnya. Apabila pikiran-pikiran itu saling menghormati dan mencintai. Pemerintahan tersebut akan indah benteng kokoh yang asri. Sebaliknya apabila pikiran-pikiran pemimpin dan yang dipimpin itu tidak harmonis, maka keadaannya bagaikan topan badai yang dapat memporak-porandakan bangsa dan negara yang rapuh. (Di ilhami oleh ajaran *Anguttara Nikaya 3, 31*).

Nasib dan masa depan bangsa dan negara ada di tangan kepala negara, menteri dan para pejabat pusat maupun daerah, yang didukung segenap lapisan masyarakat. Apabila kebijakan pemerintahan pusat dan daerah tidak sinkron, kurang komunikasi dan berseberangan, dikhawatirkan terjadi kebuntuan kebijakan sehingga berkembang egoisme, arogansi dan kesewenangan. Hal ini dapat menimbulkan perpecahan pada kekuatan bangsa, rawan terhadap ancaman perpecahan. Apabila kepala negara, para kabinet menterinya beserta seluruh jajarannya, baik pejabat pusat dan daerah tidak sehati, tidak merasa senasib dan seperjuangan, maka pemerintahan tersebut rapuh bagaikan macan ompong, tidak efektif dan riskan penyalahgunaan jabatan untuk kepentingan pribadi atau kelompoknya saja. Pepatah mengatakan bersatu kita teguh, bercerai kita runtuh. Untuk membangun pemerintah yang efektif, kita perlu mengutamakan dan memegang teguh prinsip membangun kebersamaan untuk menyatukan visi, merealisasikan satu misi, bekerjasama dalam perjuangan untuk kesejahteraan bangsa dan kemakmuran negara. Niscaya semuanya dapat terwujud.

15. Etika Berhadapan Dengan Oposisi

Dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa dan bernegara pasti terdapat pro dan kontra dalam setiap langkah atau kebijakan yang diterapkan; begitupula dalam pemerintahan pasti terjadi hubungan koalisi maupun oposisi. Tentu sebagai pemerintah yang baik harus dapat menampung segala masukan yang mendukung maupun yang menolak. Kelihatannya baik belum tentu baik seluruhnya, begitu pula kelihatannya buruk belum tentu buruk semuanya. Begitupula bila terjadi koalisi, belum tentu selamanya menjadi pendukung, sebaliknya oposisi belum tentu selamanya menjadi penolak.

Etiknya dalam menghadapi segala permasalahan koalisi maupun oposisi, utamakan dan prioritaskan untuk membela kepentingan bangsa dan negara. Janganlah hidup dengan satu warna, melainkan tata dan kombinasikan banyak warna untuk menciptakan kondisi asri, semarak dan menarik. Artinya, di mana ada kebersamaan tentu di situ juga ada perbedaan. Di mana ada keberagaman di situ pula pasti ada keseragaman. Oleh karena itu, penyelenggara negara harusnya saling menghormati perbedaan pandangan maupun pendapatnya. Menghadapi kritikan yang membangun harus dihargai, dicermati dan dijadikan masukan berharga yang harus diupayakan sebagai pedoman melaksanakan roda pemerintahan. Sedangkan kritikan yang menjatuhkan harus dijadikan introspeksi dan evaluasi untuk memperbaiki dan mengendalikan roda pemerintahan. Perbedaan yang terjadi tentu bukan untuk saling menjatuhkan apalagi saling menghancurkan keberadaan dan kekuasaan yang ada, melainkan untuk mencari solusi atau resolusi yang terbaik, keadilan dan mencari titik temu dalam kebersamaan membangun bangsa dan negara.

Di dalam *Ajaran Buddha Dharma*, disabdakan; “Sang Buddha adalah seorang yang mempunyai pandangan manusiawi yang luas dan mendalam; jauh dari mencoba pemaksaan serangkaian azas atau aturan disiplin yang tetap atas orang lain. Sebaliknya Sang Buddha juga mempunyai jenius dalam menyesuaikan diri dengan watak khas pribadi setiap orang yang diajaknya berbicara dan yang menjadi lawan bicaranya ketika menguraikan kebenaran Dharma bagi pribadi tersebut dengan cara yang membuat kebenaran Dharma itu benar-benar penuh arti. Dia buka seorang ahli disiplin melainkan “Penganjur Kebebasan”, seorang pemuja kekuatan dan ketahanan yang mengagumkan dalam daya hidup”.

16. Etika dan Peran Penegak Hukum dan Kepolisian

Dalam *Cerita Jataka*, disebutkan, bahwa penguasa atau hakim yang menghukum orang yang tidak bersalah dan tidak menghukum orang yang melakukan kejahatan, tidak sesuai untuk memerintah suatu negara.

Di dalam *Dhammapada 19, 256-257*, disebutkan: “Jika seseorang memutuskan perkara sewenang-wenang, ia bukanlah seorang yang adil dan bijaksana. Seorang yang adil dan bijaksana, seharusnya memutuskan suatu perkara setelah ia mempertimbangkan mana yang benar dan salah. Orang yang bijaksana akan mengadili secara jujur, tidak memihak dan juga tidak sewenang-wengannya dan sesuai dengan kebenaran. Ia selalu bertindak sesuai dengan kebenaran Dharma. Apabila ia bertindak demikian, maka ia patut disebut orang yang berpegang teguh pada kebenaran Dharma”.

17. Penyakit Mental dan Reformasi

Budaya kekerasan untuk menyelesaikan masalah sekarang begitu marak dan mewabah. Emosi masyarakat sekarang begitu tinggi dan sulit terkendali. Hal-hal sepele bisa menyulut perkelahian massal bahkan sampai

saling membunuh. Tuntutan masyarakat terhadap pemerintah atau wakil rakyat banyak dilakukan dengan aksi menutup jalan tol dan memacetkan jalan, sehingga merugikan kepentingan umum, cenderung anarkis merusak fasilitas umum. Melihat kondisi demikian, gejala apa yang sedang terjadi, dan bagaimana mengatasinya?

Hyang Buddha menegaskan, carilah akar terdalam penyakit manusia yang ditemukan dalam pikiran manusia. Hanya dalam pikiran manusia, reformasi sejati dapat dijalankan. Reformasi yang dilakukan dengan cara demonstrasi melakukan politik praktis dan aksi kekerasan terhadap pemerintah atau dunia luar akan berumur pendek dan tidak efektif, karena hal tersebut tidak berakar. Tetapi perbaikan yang timbul sebagai hasil dari perubahan kesadaran manusia dan berkembangnya nurani hati akan tetap berakar. Jadi perbaikan terjadi ketika pikiran manusia telah direformasi, sehingga mampu menghidupkan kembali cinta mereka akan kebenaran, keadilan, kebijaksanaan dan welas asih.

Pengaruh informasi, tayangan media, kemacetan, persaingan dan kompleksitas kehidupan, membuat masyarakat hidupnya gelisah tidak tenang, batinnya kacau tidak leluasa. Melihat kondisi demikian selayaknya para tokoh agama mengajarkan meditasi secara berkala untuk menentramkan hati dan pikiran masyarakat. Di dalam *Dhammapada* 20, 282, disebutkan: “*Dengan melatih meditasi, kebijaksanaan akan berkembang. Tanpa latihan meditasi, kebijaksanaan akan terkikis*”. Meditasi adalah pendekatan psikologis untuk pengembangan, pelatihan, dan pemurnian pikiran”.

Di dalam *Majjima Nikaya* 1, 424, disebutkan: “*Kembangkanlah meditasi cinta kasih, maka kebencian akan lenyap; Kembangkanlah meditasi welas asih, maka kejahatan akan lenyap; Kembangkanlah meditasi simpati, maka ketidaksukaan akan lenyap; Kembangkanlah meditasi keseimbangan batin, maka panca indera akan terkendali; Kembangkanlah meditasi kekotoran batin, maka kemelekatan akan lenyap; Kembangkanlah meditasi ketidak-kekalan, maka kecongkakkan ‘keakuan’ akan lenyap*”.

18. Etika Reformasi Sosial

Reformasi sosial dapat tercapai, bukan dengan kekerasan dan hukuman, melainkan dengan pendidikan dan kasih. Pendidikan agama pada abad sekarang ini bukan melulu mengarah kepada ritual dan seremonial, bukan pula hanya memuja dan tunduk kepada yang di luar saja, melainkan harus menata, menaklukkan dan mengembangkan potensi dirinya sendiri. Untuk mencegah dan mengantisipasi berbagai penyelewengan dan kejahatan, maka perlu digalakkan budaya malu berbuat jahat dan takut akibat perbuatan jahat, yang dikenal dalam bahasa Buddhis, yaitu: *Hiri* dan *Ottappa*.

Untuk itu, pendidikan agama yang efektif yang dibutuhkan sekarang ini harus menjurus kepada Pendidikan Psikologi kejiwaan untuk membentuk mental dan karakter yang baik. Agar pemimpin dan masyarakat luas memiliki jiwa yang sehat, sadar, arif dan bajik. Terutama ajarkan kebenaran hukum sebab akibat (Hukum Karma) untuk menyadarkan, meredakan aksi kejahatan dan meningkatkan kebajikan agar sikap dan perilaku rakyat menjadi beradab, disiplin, simpatik dan mulia.

19. Pancasila Buddhis Mengendalikan Sikap Perilaku Masyarakat

Banyak makhluk bertubuh manusia tapi tidak memiliki jiwa manusia, senang berbuat onar, anarkis dan merugikan makhluk lain. Hyang Buddha pernah bersabda: “*Bila manusia tidak melaksanakan Pancasila dalam kehidupan sehari-harinya, maka kehidupan sekarang ia telah gagal jadi manusia, kelak kehidupan selanjutnya tidak bisa jadi manusia lagi*”.

Pancasila Buddhis, kelima sila ini, menunjukkan lima etika umat awam yang penting harus dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari, untuk pengendalian diri umat manusia yang mesti dilatih. Yakni, aturan pertama untuk mengendalikan nafsu amarah, menyakiti, dan membunuh; Kedua, nafsu keinginan untuk memiliki materi dengan keinginan dan cara salah, seperti mencuri, korupsi dan menipu. Ketiga, gairah dan nafsu keinginan akan badan jasmani yang sesat, seperti melakukan zina, atau seksual sesat. Keempat, ketakutan, kebusukan hati (penyebab ketidak-jujuran) dan ucapan tidak benar seperti dusta, kata kasar/kotor, fitnah dan gosip; Kelima, keinginan akan kegairahan-kegairahan yang tak berguna dan membawa dampak buruk, seperti minuman keras dan narkoba yang membuat mabuk, teler (kehilangan kesadaran) dan membuat ketagihan.

20. Etika dan Peran Media

Peran dan fungsi media elektronik dan cetak saat sekarang ini bukan hanya sekedar menyampaikan berita, ilmu pengetahuan dan tayangan hiburan yang dirasakan masih kurang mendidik dan membangun moral bangsa. Untuk mencegah kekotoran batin masyarakat dan kerusakan mental para penonton, kiranya semua tayangan harus terlebih dahulu di *filter* atau disaring, juga penayangannya harus sesuai waktu dan peruntukannya. Utamakan peran dan kontribusinya untuk mendidik dan mendewasakan pikiran untuk para pembacanya, mencerdaskan dan menumbuhkembangkan kebijaksanaan masyarakat.

Pepatah Tiongkok mengatakan: “Promosikan kebaikan orang di mana saja, sebaliknya berita keburukan orang jangan dipublikasikan”. Hal ini dimaksudkan agar rakyat dapat meniru dan belajar kebaikan, juga malu dan sulit melakukan kejahatan. Di dalam *Anguttara Nikaya 2, 78*, disebutkan: “Tidak menceritakan keburukan orang lain, sekalipun ditanya, apalagi jika tidak ditanya. Bila perlu berbicara, sepatutnya dikemukakan dengan hati-hati, inilah sikap bicara orang bijaksana. Selanjutnya, ditanya atau tidak ditanya selalu menceritakan kebaikan orang lain. Jika ditanya perlu untuk berbicara, sepatutnya memuji kebaikan orang lain tersebut dengan terus terang, tanpa keraguan dan jelas. Inilah arti dari perkataan bijaksana”.

21. Etika & Peran Para Profesional

a. Pengertian Profesi dan Profesional

Para profesional dalam melaksanakan peran dan kegiatan utamanya sesuai dengan jabatan, profesi, pengetahuan atau keahlian yang disandanginya tersebut tidak terlepas dari etika jabatan/profesi yang berkaitan dengan kode etik perilaku dan kode etik jabatan/profesi sebagai standar moral, yaitu: tindakan etis sesuai dengan pedoman dalam berperilaku atau bertindak sebagai profesional dalam mengambil keputusan, dan prosedur apa yang akan dilakukannya secara obyektif, serta dapat dipertanggungjawabkan. Disamping itu harus memiliki keahlian, kemampuan (keterampilan tinggi), dan dituntut untuk memiliki perilaku baik, mempunyai budi luhur atau akhlak yang tinggi.

b. Ciri-ciri profesional

Seorang profesional harus memiliki ciri-ciri khusus tertentu yang melekat pada profesi yang ditekuni oleh yang bersangkutan:

- i. **Memiliki skill atau kemampuan.** Pengetahuan tinggi yang tidak dipunyai oleh orang umum lainnya, apakah itu diperoleh dari hasil pendidikan tinggi atau pelatihan yang diperolehnya dan ditambah pengalaman selama bertahun-tahun yang telah ditempuhnya sebagai profesional.
- ii. **Mempunyai kode etik**, dan merupakan standar moral bagi setiap profesi yang dituangkan secara formal, tertulis dan normatif dalam suatu bentuk hukum, aturan yang disepakati bersama dan perilaku ke dalam “kode etik”. Yang merupakan standar atau komitmen moral kode perilaku (*code of conduct*) dalam melaksanakan tugas dan kewajiban selaku *by profession* dan *by function* yang memberikan bimbingan, arahan, serta memberikan jaminan dan pedoman bagi profesi yang bersangkutan untuk tetap taat dan mematuhi kode etik tersebut.
- iii. **Memiliki tanggung jawab profesi** (*responsibility*) dan integritas pribadi (*integrity*) yang tinggi, baik terhadap dirinya sebagai penyandang profesi, maupun terhadap publik, pimpinan, lembaga, penggunaan media umum atau massa. Menjaga keutuhan, martabat serta nama baik bangsa dan negerinya.
- iv. **Memiliki jiwa pengabdian kepada publik, masyarakat, bangsa dan negara.** Dengan penuh dedikasi profesi luhur yang disandanginya, yaitu dalam mengambil keputusan adalah meletakkan kepentingan pribadi demi kepentingan masyarakat, bangsa dan negara. Memiliki jiwa pengabdian dan semangat dedikasi tinggi tanpa pamrih dalam memberikan pelayanan jasa keahlian dan bantuan kepada pihak lain yang memang membutuhkan.
- v. **Otonomisasi profesional yang terkait**, yaitu memiliki kemampuan untuk mengelola (manajemen) pemerintahan pusat dan daerah. Mempunyai kemampuan dalam perencanaan program kerja jelas, strategis, mandiri, dan tidak tergantung pihak lain serta sekaligus dapat bekerja sama dengan pihak-pihak terkait. Dapat dipercaya dalam menjalankan operasional, peran dan fungsinya. Disamping itu memiliki standar dan etos kerja profesional yang tinggi.
- vi. **Menjadi anggota salah satu organisasi** profesi sebagai wadah untuk menjaga eksistensinya, mempertahankan kehormatan dan menertibkan perilaku standar profesi sebagai tolok ukur itu agar tidak dilanggar. Selain organisasi profesi sebagai tempat berkumpul, dan fungsi lainnya adalah merupakan wacana komunikasi untuk saling tukar menukar informasi, pengetahuan dan membangun rasa solidaritas.

Di dalam *Sangity Sutta*, disabdakan : Tujuan harta kekayaan Mulia (Ariya Dhanani), 1. Kekayaan keyakinan; 2. **Kekayaan sila (etika)**; 3. Kekayaan rasa malu berbuat jahat; 4. Kekayaan rasa takut akibat perbuatan jahat; 5. Kekayaan pengetahuan; 6. Kekayaan kemurahan hati; 7. Kekayaan kebijaksanaan. Inilah tujuh kekayaan mulia yang banyak membantu seseorang untuk meraih kesuksesan dan kemuliaan.

c. Prinsip-Prinsip Etika Profesi

Seorang profesional dalam melakukan tugas dan kewajibannya itu selalu berkaitan erat dengan kode etik profesi (*code of profession*) dan kode perilaku (*code of conduct*), yaitu sebagai standar moral, tolok ukur atau



pedoman dalam melaksanakan pekerjaan dan kewajibannya masing-masing sesuai dengan fungsi dan peran dalam jabatan atau lembaga yang diwakilinya. Membedakan secara etis mana yang dapat dilakukan dan mana yang tidak dapat dilakukannya sesuai pedoman kode etik profesi atau hukum yang berlaku.

- i. **Kemampuan untuk kesadaran etis** (*ethical sensibility*), merupakan landasan kesadaran utama bagi seorang profesi untuk lebih sensitif dalam memperhatikan kepentingan profesi bukan untuk subyektif, tetapi ditujukan untuk kepentingan yang lebih luas (obyektif).
- ii. **Kemampuan untuk berpikir etis** (*ethical reasoning*), memiliki kemampuan, berwawasan dan berpikir secara etis dan mempertimbangkan tindakan profesi atau mengambil keputusan harus berdasarkan pertimbangan rasional, obyektif dan penuh dengan integritas pribadi serta tanggung jawab yang tinggi.
- iii. **Kemampuan untuk berperilaku secara etis** (*ethical conduct*), memiliki perilaku, sikap, etika moral dan tata krama (etika) yang baik (good moral and good manner) dalam bergaul atau berhubungan dengan pihak lain (social contact). Termasuk memperhatikan hak-hak pihak lain dan saling menghormati pendapat atau menghargai martabat orang lain.
- iv. **Kemampuan untuk kepemimpinan yang etis** (*ethical leadership*), kemampuan atau memiliki jiwa untuk memimpin secara etis, diperlukan untuk mengayomi, membimbing dan membina pihak lain yang dipimpinnya. Termasuk menghargai pendapat dan kritikan dari orang lain demi tercapainya tujuan dan kepentingan bersama.

Di dalam *Dhammapada Syair 217*, disabdakan: “Barang siapa sempurna dalam sila dan mempunyai pandangan terang, teguh dalam Dhamma (kebenaran), selalu berbicara benar dan memenuhi segala kewajibannya, maka semua orang akan mencintainya”.

Etika dan Peran Para Usahawan

Sistem perekonomian Buddhis, bukan semata pada keuntungan, melainkan bagaimana sistem tersebut bisa memberikan dampak lebih baik bagi masyarakat luas. Sistem ekonomi Buddhis adalah bukan merupakan ilmu yang berdiri sendiri, melainkan salah satu disiplin ilmu yang saling bergantung satu sama lainnya. Ilmu ini bekerja bersama-sama menuju satu tujuan yang sama yaitu kehidupan sosial, pribadi dan lingkungan yang baik.

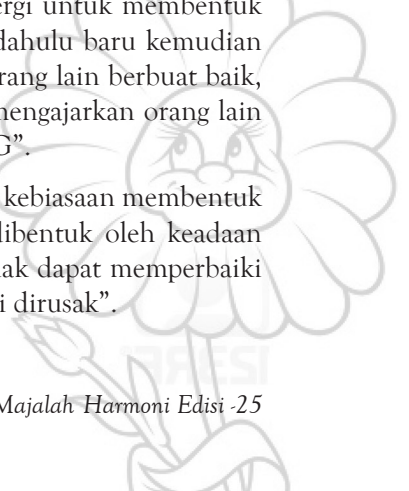
Buddhisme tidak menentang memperoleh kekayaan secara benar melalui mata pencaharian yang merupakan satu dari “Delapan Jalan Utama”. Kemudian Hyang Buddha mengajarkan cara yang baik untuk menghasilkan kekayaan. Beliau mengajarkan upaya tekun dan atusiasme yang tinggi adalah kualitas esensial yang perlu dikembangkan oleh orang yang mau menjadi kaya. Hyang Buddha pun menentang dan melarang umatnya untuk tidak melakukan pencurian, perampokan, penipuan, korupsi dan kejahatan lainnya dalam usahanya menjadi kaya dan makmur. Kekayaan seharusnya dicari dengan kejujuran, dengan cucuran keringat dan usaha keras, hemat, produktif, kreatif dan inovatif. Di dalam ajaran Buddhis dikenal istilah: 1. Kenal rejeki, 2. Menyayangi Rejeki, 3. Mengembangkan rejeki, 4. Menanam rejeki.

Mata pencaharian yang benar, mereka yang menjalankan penghidupan benar tidak akan merugikan atau merusak kehidupan makhluk lain. Hyang Buddha menegaskan larangan dalam usaha, yang berkaitan dengan sila, terdapat lima jenis perdagangan yang dilarang dan harus dihindari. Yaitu: 1. Mendirikan rumah jagal. 2. Berdagang senjata. 3. Berdagang seksual/pornografi. 4. Usaha Perbudakan manusia atau binatang 5. Berdagang minuman keras, racun atau narkoba.

22. Etika Pendidikan & Keilmuan

Tujuan pendidikan utamanya mengajarkan umat manusia menjadi baik, benar dan berguna, untuk mengisi kehidupan, memberikan kontribusi dan manfaat bagi kebaikan umat manusia. Segala usaha yang baik dan benar dapat membawa kebaikan harus ditujukan untuk mengangkat moralitas, harkat dan martabat umat manusia. Untuk itu, selayaknya umat manusia senantiasa ‘ke dalam berbenah diri dan keluar mengembangkan potensi diri’. Utamakan menjalin hubungan horizontal dan vertikal yang harmonis dan bersinergi untuk membentuk kehidupan bersama yang sejahtera dan makmur. Orang yang berperilaku baik terlebih dahulu baru kemudian mengajar orang lain untuk berbuat hal yang sama, ia adalah ‘Orang Mulia’. Mengajar orang lain berbuat baik, lalu ikut melakukan hal yang sama, maka ia adalah ‘Orang bijaksana’. Bila hanya bisa mengajarkan orang lain berbuat baik, tapi diri sendiri tidak melakukan, maka ia adalah “Seorang PEMBOHONG”.

Pola pemikiran seseorang menentukan perbuatan, perbuatan membentuk kebiasaan, kebiasaan membentuk karakter, karakter menentukan nasibnya. Umumnya pola pemikiran manusia awam dibentuk oleh keadaan subyektif dan dipengaruhi oleh kondisi obyektif. Keadaan subyektif yang bermasalah tidak dapat memperbaiki kondisi obyektif. “Pikiran bodoh pasti kemauannya buruk; Mental jahat otomatis kondisi dirusak”.





Mengajarkan murid menjadi pandai dan cerdas itu mudah. Tetapi mengajarkan murid menjadi baik dan bijaksana itu sulit. Memiliki kepandaian tanpa moral yang baik, hanya menyesatkan orang lain. Kecerdasan tanpa kebijaksanaan, hanya menguntungkan diri sendiri sering merugikan orang lain.

Pengajaran adalah guru memberi contoh, kemudian murid meniru. Tugas mulia dan kewajiban luhur seorang guru pengajar, bukan hanya mengajarkan ilmu kepandaian saja melainkan dahulukan pendidikan budi pekerti, etika sopan-santun, disiplin dan moral, baru kemudian kepandaian dan prestasi.

Setiap orang harus berperan baik dalam bidangnya masing-masing, memberikan contoh yang baik, pasti bisa menggugah dan mengubah kebiasaan yang buruk dalam masyarakat.

23. Dibutuhkan Pendidikan Etika dan Moral

Kecerdasan tanpa moralitas akan menjadi manusia licik. Kebajikan tanpa Bodhicitta (keluhuran pikiran) akan menjadi manusia siluman.

Pemerintah bersama para guru berkewajiban menyusun dan memberikan pendidikan etika moral kepada setiap pelajar dan semua generasi untuk menumbuhkan kembangkan budi pekerti, ajaran sopan-santun, dan etika hidup beragama, bermasyarakat, berbangsa dan bernegara. Guna membangun ketertiban, keteraturan, kesopanan, keamanan, dan kenyamanan demi kesejahteraan kita semua dan membangun citra dan budaya luhur bangsa. Apabila ajaran etika moral diabaikan, dipastikan sikap perilaku masyarakat menjadi liar, buas dan beringas. Ditambah lagi bila mental masyarakat sakit, jika pikiran masyarakat gelap, maka perilaku masyarakat menjadi negatif, nasib mereka pun akan menjadi buruk, efek luasnya kehidupan masyarakat menjadi kacau, bangsa menjadi tidak beradab dan nasib negara menjadi suram.

24. Etika Pengelolaan Lingkungan Hidup

Krisis lingkungan hidup yang dihadapi manusia moderen merupakan akibat langsung dari pengelolaan lingkungan hidup yang “nir-etik” (tanpa etika). Alam begitu saja dieksploitasi dan dicemari. Akibatnya terjadi penurunan secara drastis kualitas sumber daya alam seperti lenyapnya sebagian spesies dari muka bumi, yang diikuti pula penurunan kualitas alam. Pencemaran dan kerusakan alam pun akhirnya mencuat pemanasan global akibatnya kehidupan manusia tidak nyaman dan terganggu, daratan semakin berkurang, munculnya berbagai bencana alam, iklim yang kacau, gempa, badai dan banjir.

Pengelolaan lingkungan hidup adalah upaya terpadu untuk melestarikan fungsi lingkungan hidup yang meliputi kebijaksanaan penataan, pemanfaatan, pengembangan, pemeliharaan, pengawasan, dan pengendalian lingkungan hidup. Pengelolaan lingkungan hidup diselenggarakan dengan asas tanggung jawab negara, asas keberlanjutan, dan asas manfaat bertujuan untuk mewujudkan pembangunan berkelanjutan yang berwawasan lingkungan hidup dalam rangka pembangunan manusia Indonesia seutuhnya dan pembangunan masyarakat Indonesia seutuhnya.

Pembangunan berkelanjutan yang berwawasan lingkungan hidup adalah upaya sadar dan terencana, yang memadukan lingkungan hidup, termasuk sumber daya, ke dalam proses pembangunan untuk menjamin kemampuan, kesejahteraan, dan mutu hidup generasi masa kini dan generasi masa depan.

Dari sinilah jelas bahwa: setiap warganegara atau masyarakat tentunya mempunyai hak yang sama atas pengelolaan dan pelestarian lingkungan hidup yang baik dan sehat. Sehingga, setiap orang mempunyai hak dan kewajiban untuk berperan menjaga, mengelola dan melestarikan lingkungan hidup. Selain mempunyai hak, setiap orang berkewajiban memelihara kelestarian fungsi lingkungan hidup serta mencegah dan menanggulangi pencemaran dan sekaligus pengrusakan lingkungan hidup.

Dalam *Sutra Vimalakirti* disabdakan: “Bila ingin lingkungan hidup asri, jernihkan hati dan pikiran; Bila hati murni maka tanah suci terbentuk”.

Maha Bodhisattva Siddharta calon Buddha terlahir di hutan, bertapa di hutan, mencapai kesempurnaan di hutan, memabarkan Dharma di hutan dan memasuki Maha Parinirvana juga di hutan. Oleh sebab itu, boleh dikatakan keberadaan hutan begitu penting dan sakral yang merupakan ladang tumbuh dan berkembangnya ajaran Buddha. Melestarikan lingkungan hutan termasuk kategori melestarikan sejarah agama Buddha.

Menurut agama Buddha, cuaca dipengaruhi oleh karma kolektif dari seluruh makhluk. Segala fenomena adalah perwujudan dari hasil interaksi energi karma kolektif dan karma individu-individu. Menurut ajaran Buddha, bencana alam seperti letusan gunung berapi dapat dihubungkan terutama dengan nafsu birahi, kebencian dan kedengkian; bencana banjir dihubungkan dengan keserakahan; bencana alam angin topan dihubungkan terutama dengan pandangan sesat; bencana gempa bumi dihubungkan dengan ketidakadilan dan penindasan semena-mena. Cuaca dan iklim dipengaruhi oleh tindak-tanduk manusia sendiri, atau dengan kata



lain manusia sendirilah yang menentukan apa yang akan terjadi pada dirinya, relasi, kondisi yang berkaitan dengan hukum sebab akibat. Sebab akibat perbuatan manusia, karma utamanya tentu saja untuk manusia itu sendiri, sedangkan perbuatan manusia dapat menimbulkan karma efek yaitu mempengaruhi lingkungan atau kondisi hidup manusia.

25. Etika Bermusyawarah Mufakat

Hendaknya sila musyawarah dapat dibudayakan ke seluruh lapisan masyarakat. Sebaliknya kiris habis budaya pemaksaan yang mengatasnamakan ramai-ramai (demokrasi) dengan menegakkan hukum yang adil, tegas dan tuntas. Di dalam *Sutra Nirvana*, disabdakan: “*Taatlah pada hukumnya, jangan taat karena orangnya*”.

Dengan melaksanakan sila Ketuhanan Yang Maha Esa, Kemanusiaan yang adil dan beradab serta sila Musyawarah mufakat akan menjadi sebab utama yang mengakibatkan tercapainya Persatuan Indonesia dan keadilan sosial bagi seluruh rakyat Indonesia.

26. Etika Pemilihan Capres dan Wakil Rakyat

Di mulai saat sekarang dan ke depan, untuk mendapatkan kepemimpinan bangsa, dan pejabat negara yang berkualitas, bermoral dan memiliki keteladanan, kiranya diperlukan konsensus bersama semua pihak di saat mendekati Pemilihan Umum Calon Presiden (Pemilu Capres) dan calon Wakil Rakyat, dengan membuat perangkat peraturan yang terkait dengan pengujian terhadap mentalitas, moralitas dan spiritualitas. Calon pejabat harus teruji dan unggul dalam pendidikan kebangsaan dan berbakat sebagai negarawan, tentu dengan menengok atau melacak latar belakang sejarah pribadi dan kontribusinya dalam masyarakat. Juga harus memiliki kemampuan mengaktualisasikan nilai-nilai Pancasila dan nilai-nilai universal agama dalam menata dan membangun negara. Sekaligus mempunyai strategi dan komitmen yang konstruktif pada penegakkan “Empat Pilar Kebangsaan” untuk menjaga keutuhan bangsa.

Demikian makalah singkat yang bertemakan “Etika Berbangsa dan Bernegara Dalam Perspektif Ajaran Buddha” dibuat, semoga dapat di ambil hikmahnya dan bermanfaat. Akhir kata “Semoga semua makhuk berbahagia”, sadhu, sadhu, sadhu.

*** Adapun makalah ini pernah disampaikan secara lisan dan singkat padat oleh YM Bhiksu Tadis Paramita Mahasthavra yang mewakili organisasi WALUBI pada saat *Kongres Nasional Tokoh Agama IV*, Tanggal 5-6 Desember 2012, di Sheraton Media & Tower, Jakarta. Acara ini diselenggarakan oleh Pusat Kerukunan Umat Beragama Kementerian Agama Republik Indonesia.

GEMAPUTRA

Konsultan Manajemen & Perpajakan

Jalan Keamanan Raya(d/h Kancil) No. 51 A, Jakarta Barat
Telp.: (021) 6301181 • Fax.: (021) 6300585 • HP: (021) 928 62 961 • 0816 84 1486
Email: b26tan@indosat.net.id • Website: www.konsultangemaputra.com

- ✍ HAK KEKAYAAN INTELEKTUAL (HAKI) ; Hak Cipta, Paten, Merek Dagang, Desain Industri, Desain Tata Letak Sirkuit, Rahasia Dagang
- ✍ PERPAJAKAN ; Perorangan, CV, PT, PD/UD, dan lain-lain
- ✍ PERTANAHAN & BANGUNAN ; Sertifikat Tanah, Balik Nama, IMB, PBB, Peningkatan Hak GB/Pakai menjadi Hak Milik
- ✍ DOKUMEN PRIBADI & PERJALANAN ; KTP, Akta Kelahiran, Akta Perkawinan, ERP/MERP, Naturalisasi (Pewarganegaraan RI), Istri Ikut Suami (WNI, Pasal 7 ayat 1&2), Passport, Dokumen Orang Asing (KITAS/KITAP), dan lain-lain
- ✍ PERDAGANGAN & PERIZINAN ; Pendirian PD/UD/CV/PT, SIUJK, PMA, PMDN, Izin Pariwisata, UUG/HO, Legalisasi PN/Departemen Kehakiman & HAM/Departemen Luar Negeri, Depkes, dan lain-lain
- ✍ PENERJEMAH ; Indonesia-Inggris vv., Indonesia-Mandarin vv., dan lain-lain
- ✍ SURAT KENDARAAN ; STNK - KIR - SIM
- ✍ WEBSITE DESIGN & WEB HOSTING ; (www.namausaha-anda.com)
- ✍ KONSULTASI DAN BANTUAN HUKUM



Givenchy

ITC Mangga Dua
Lt. IV Blok D No. 65
Jl. Mangga Dua Raya
Jakarta 14430

Telp. (+62 21) 6126550



Mengapa di Dalam Agama Buddha ADA PERSEMBAHAN DUPA?

1. PENGUNAAN DUPA

Dupa dalam bahasa Sansekerta disebut Gandha. Di dalam legenda India kuno ada kisah Dewi Dupa, yaitu “Gandharva”, tidak makan daging dan minum arak, tetapi hanya menyantap wewangian, sehingga disebut Dewi Dupa. Dikemudian hari dijadikan Dewa Pelindung dari Delapan makhluk agung.

- Di dalam agama Buddha menggunakan dupa, menurut **Kitab Xuan Yi Jing**, tercatat sebagai berikut: Pada waktu Hyang Buddha berdiam di Taman Anapindika Jetavana, Upasaka Puriva membangun sebuah tempat pertemuan untuk mengundang Hyang Buddha. Dia memegang tempat dupa, dari jauh memandang Taman Anapindika dan memberikan penghormatan kepada Hyang Buddha.

Asap dupa melayang menuju ke tempat Buddha dan berdiam di atas kepala Beliau sehingga membentuk sebuah payung dari dupa. Setelah Hyang Buddha mengetahui maka Beliau mengunjungi tempat pertemuan tersebut.

Berdasarkan kisah ini, dupa dipakai sebagai perantara untuk menyampaikan hasrat umat sehingga dikatakan dupa sebagai simbol hasrat dan niat untuk menghormati Hyang Buddha. Demikianlah kisah awal penggunaan dupa dalam agama Buddha.

- Di dalam **Ekotarikagama Sutra (Cen Yi Ah Han Cing)** dikatakan: Simadhi memegang dupa naik ke atas loteng dan mengucapkan gatha : “Semoga para dewa beserta dupa yang harum memenuhi angkasa dipersembahkan di hadapan Tathagata”.

Ananda berkata kepada Buddha, dupa harum apa ini? Bhagawan Buddha menjawab: Dupa sebagai rasa hormat untuk puja kepada Buddha. (Sheng Se Lie Riwayat Sangha) juga dikatakan: dupa harum untuk menyingkirkan yang tidak sedap, membuat orang senang dan timbul keyakinan.

- Di dalam agama Buddha, Upacara menggunakan persembahan dupa sebagai manifestasi dari ketulusan dalam persembahan. Karena dengan perantara dupa dapat menumbuhkan kesucian, ketulusan dan sifat peduli. Dengan menyaksikan dupa harum yang melayang ke udara menuju tempat suci. Hanya dengan keadaan yang tulus baru dapat timbul sifat-sifat tersebut.
- Di dalam persembahan dengan dupa dan bunga, dipakai sebagai persembahan pada saat Buddha berkotbah: hujan bunga dan dupa harum. Dupa bagaikan Gunung Semeru, Bunga bagaikan Roda Cakra (**Sutra Ren Wang Cing** bersama dengan para insan memberikan persembahan bunga dan dupa harum).
- **Saddharma Pundarika Sutra, (Miao Hua Lien Hua Cing)**: kemudian juga ada dengan dupa dan lilin. Ada juga karena dalam komunitas Buddhis sering menggunakan dupa pada waktu beramai-ramai membaca sutra dan doa, sehingga bagi yang berziarah ke vihara disebut Xiang Re (umat yang membawa dupa).

2. DUPA UNTUK MEMANTAPKAN SILA, SAMADHI, DAN PRAJNA

Menurut Buddhadharma: dengan latihan melalui Sila, Samadhi dan Prajna, pembebasan dan pandangan benar tentang pembebasan kelima kebajikan tersebut 「自性五分法身香」，就是 hakikat jati diri memiliki lima bagian Dharmakaya yang harum, adalah: 1.戒香 (harumnya sila); 2.定香 (harumnya samadhi); 3.慧香 (harumnya prajna); 4.解脫香 (harumnya pembebasan); 5.解脫知見香 (harumnya pembebasan pengetahuan dan pandangan) yang dapat menuju pada pencerahan, sehingga juga dikatakan lima bagian harum. Ini berarti melalui latihan jasmani, ucapan dan pikiran agar dapat memurnikan jasmani dan rohani. Meningkatkan kesadaran dan kebijaksanaan. Dengan demikian memberikan penghormatan dengan dupa dan persembahan hati/batin terhadap Buddha.

- Umat Buddha pada waktu melakukan puja bhakti sering menyanyikan Gatha Pemujaan “ Menyanyikan dupa dari sila Samadhi membawakan dupa pembebasan cahaya terang meliputi alam Dharmadhatu, memberikan persembahan kepada para Buddha di sepuluh penjuru, melihat, menghayati dan menuju pembebasan. Kutipan **Avatamsaka Sutra (Hua Yen Cing)** Inilah makna sesungguhnya dari persembahan dupa.
- Di Dalam **Shurangama Sutra (Sow Leng Yen Cing)** di kisahkan seorang siswa mengetahui seorang bhiksu menyalakan dupa sehingga memperoleh pencerahan dan mencapai tingkat Arahata.
- Kutipan dari **Vimalakirti Nirdhesa Sutra (Wei Mo Cing)** mengisahkan tentang Kerajaan Buddha yang dipenuhi dupa harum, semua mencatat tentang dupa.

3. DENGAN DUPA MENUJU PEMBEBASAN

- Di dalam *Xian Yi Jing*, di catat: Ada seorang yang tamak, mengumpulkan emas dalam tujuh botol, kemudian di simpan dalam tanah. Setelah mati menjadi seekor ular. Setelah cukup lama timbul kejenuhan ingin di berikan kepada Bhiksu Sangha. Ular tersebut di bawa ke sebuah vihara mendengarkan ceramah bhiksu dan merasa gembira. Kemudian dia memberikan enam botol emas, sehingga akhirnya ular tersebut terlahir di alam Surga Tavatimsa (Trayastrimsat).
- Ini dikatakan awal dari upacara menggunakan dupa. Di Tiongkok upacara menggunakan dupa berwal dari *Maha Bhiksu Dao An* periode Dinasti Jin. Pada mulanya digunakan pada waktu upacara pembabaran Dharma, mengundang Bhiksu berceramah, memberikan salam hormat, kemudian juga bermaknakan menyalakan dan mempersembahkan dupa. Dikemudian hari persembahan dupa berlaku untuk acara-acara yang berlangsung dan berhubungan dengan upacara agama Buddha. Dalam upacara Pradaksina yang dipimpin oleh Bhiksu atau pemimpin upacara. Demikian pula pada waktu mengadakan pawai agama di jalan raya.
- Setelah periode *Nan Bei Chau* (Dinasti selatan-utara), dikalangan istana juga di adakan upacara dengan dupa. Pada periode Dinasti Tang, lebih semarak lagi seperti dikatakan oleh penyair Zhang Jie: "Upacara dengan dupa terlihat di atas jembatan, pelaksana upacara melewati halaman istana". Begitupula dalam *Syair Bai Ju Yi*, dikatakan: " Pergi dalam upacara dupa, kembali bersama bhiksu." Pada waktu itu pihak istana mengadakan upacara dupa, kebanyakan untuk berdoa pada hari-hari baik, tetapi juga di adakan pada hari-hari biasa.
- Dikemudian hari upacara menggunakan dupa di kalangan rakyat dilakukan untuk upacara ulang tahun atau menyembayangi orang-orang yang telah meninggal dunia.
- Pada hari-hari perayaan kelenteng, memohon rejeki, harapannya untuk keberhasilan panen, upacara resmi serta pengangkatan pejabat baru, pembukaan toko/usaha, semuanya melakukan upacara dupa untuk menyatakan ketulusan dan harapan baik. Tujuan penggunaan dan harapan penggunaan dupa telah berkembang secara awam dan bersifat kultural.

Berdasarkan tradisi Buddhis Utara (Komunitas Tionghoa), setiap tanggal 1 dan 15 Lunar dan Tahun Baru Imlek. Banyak umat pergi ke Vihara dan Kelenteng untuk bersembahyang. Memberikan penghormatan kepada Buddha dan Para Bodhisattva serta memohon keselamatan dan kesejahteraan.

Tata Cara Baik Mempersembahkan Dupa

Agar supaya para umat yang datang bersembahyang memperoleh kebajikan, kesejahteraan, kesalehan, dan perilaku yang benar. Maka dengan ini dijelaskan secara singkat tentang cara bersembahyang agar bermanfaat bagi umat.

- I. Membakar dupa dan memberi penghormatan kepada Buddha dan Para Bodhisattva makna sebenarnya apa?
 - Vihara/Kelenteng adalah tempat ibadah serta tempat untuk melatih diri dan membina kebajikan bagi umat-umat Buddha. Biasanya juga disebut Arama. Di tempat Altar utama terdapat Arca Sakyamuni Buddha yang pada awalnya adalah Pangeran Siddharta, Putra Raja Sudhodana dari India yang meninggalkan keluarga melatih diri menjadi pertapa akhirnya di bawah pohon Bodhi memperoleh Pencerahan yang disebut Buddha sebagai pendiri Agama Buddha.
 - Beliau disebut Lokajyesta, Tathagata, Guru Agung. Menyalakan dupa dan memberikan penghormatan kepada Buddha bertujuan untuk menghormati dan mengenang serta bersyukur, membersihkan noda-noda batin dan menuju kesucian serta menyadari makna kebenaran dan memberikan sumbangan serta dedikasi pada kehidupan. Dengan demikian maka kesejahteraan dan kebijaksanaan akan timbul.
- II. Pada waktu memberikan penghormatan kepada para Buddha dan Bodhisattva apakah harus membakar Dupa?
 - Tidak harus. Terdapat banyak cara pada waktu memberikan penghormatan kepada Buddha dan Para Bodhisattva. Biasanya: Dengan Bunga (simbol dari sebab) dan buah-buahan (simbol dari hasil). Kalau tidak memungkinkan dapat dengan memberikan persembahan segelas air bersih (melambangkan kesucian). Tetapi tidak boleh menggunakan arak/bir serta daging hewan untuk memberikan persembahan dan penghormatan. Biasanya dengan "Dupa, bunga, pelita, buah" salah satunya boleh.
- III. Apa makna dari membakar dupa?
 - Dengan tulus memberikan penghormatan kepada Triratna (Buddha, Dharma dan Sangha), dengan demikian juga bersifat membimbing para insan.
 - Memberikan isyarat kepada jagad raya agar memperoleh bimbingan Triratna.
 - Secara simbolis menjelaskan sifat pengorbanan diri demi kebahagiaan makhluk lain.

- Dengan menyalakan dupa, menyatakan sifat teguh pada Sila dan Samadhi. Mengandung makna “Melatih diri dalam Sila, Samadhi, Prajna, menyingkir Lobha (keserakahan), Dosa/Dvesa (kebencian), dan Moha (kebodohan)”. Persembahan yang terpenting adalah Dupa yang membimbing Sila dan Samadhi.
- IV. Apakah dengan memberikan persembahan dupa dapat memperoleh Rejeki dan menjadi Kaya?
- Tidak dapat. Di dalam Sutra dikatakan “Di dalam Keyakinan Dharma, sesuatu yang diperoleh dapat dikabulkan”. Masalahnya harus mengerti persoalannya, memperoleh Rejeki harus diperoleh sesuai dengan Dharma. Membakar Dupa hingga menjadi debu berarti mau berkorban demi orang lain. Inilah yang dimaksudkan dengan Dana. Hal tersebut juga memberikan inspirasi kepada kita: Jika ingin memperoleh Rejeki, harus berdana dan menanam Kebajikan. Berdana materi adanya penyebabnya dan memperoleh hasil adalah akibatnya. Melepas adalah penyebabnya dan memperoleh adalah hasilnya. Keduanya saling mengisi. Oleh karena itu, Rejeki seseorang adalah diperoleh berkat latihan dan usaha. Bukan karena diperoleh dari Buddha dan Para Bodhisattva. Sering dikatakan dalam agama Buddha: **“Nasib dirancang oleh diri sendiri, berkah rejeki dibentuk oleh diri sendiri”**.
 - Dengan membakar dupa besar (termasuk Lilin besar) apakah dapat memperoleh rejeki yang besar? Hal itu menunjukkan pandangan keliru orang-orang awam untuk mengukur dan menilai kebesaran Buddha dan Para Bodhisattva. Tentunya pandangan tersebut keliru.
- V. Kalau ada orang yang harus membakar dupa besar juga bagaimana?
- Kelenteng/vihara adalah tempat yang dikunjungi oleh umat. Biasanya akan membatasi umat untuk membakar dupa besar. Ditambah lagi umat yang datang cukup banyak dikhawatirkan membakar dupa besar akan melukai umat yang datang bersembahyang.
 - Asap dupa yang tebal, menimbulkan polusi udara serta mudah menimbulkan bahaya kebakaran. Dengan demikian bukan melakukan kebaikan malah menimbulkan karma buruk. Bagi umat yang hendak membakar dupa besar dapat menyerahkannya kepada petugas vihara/kelenteng. Kalau disetujui, pada waktu dibakar Rohaniawan di vihara/kelenteng juga akan membimbing membacakan doa.
- VI. Pada waktu membakar dupa bersikap dan berharap bagaimana?
- Membakar dupa dan menghormat kepada Buddha dan Para Bodhisattva harus dengan hati & batin yang bersih dan tulus, kalau benar-benar sujud maka akan memperoleh berkah yang tak terhingga. Seandainya mau berharap dan memohon, hendaknya melepaskan sifat egois dan berusaha selalu peduli pada orang dan makhluk lain, bercita-cita untuk membantu orang lain maka dengan demikian akan memperoleh pahala yang baik. Di dalam Sutra dikatakan: “Dengan tulus menghormat kepada Buddha sekali, akan mengurangi karma buruk, melafalkan dan mengenang Buddha akan memperoleh berkah sejahtera.
- VII. Pada waktu menghormat kepada Buddha dan Para Bodhisattva, harus membakar berapa batang dupa?
- Sebaiknya Tiga batang. Sebagai tanda dari Sila, Samadhi dan Prajna. Hal tersebut juga bermakna menghormat kepada Buddha, Dharma, Sangha (Triratna). Ini merupakan Puja yang terbaik. Membakar dupa bukan dengan membakar banyaknya dua, tetapi yang penting bersikap tulus dan sujud.
- VIII. Ada banyak Buddha dan Para bodhisattva di altar, apakah harus semuanya diberikan 3 batang dupa?
- Tidak tentu. Biasanya di ruang altar utama memberikan tiga batang dupa sudah cukup. Terhadap altar-altar lain cukup dengan merapatkan kedua telapak tangan dan beranjali sudah cukup. Tentu juga harus berdasarkan ketentuan dari vihara/kelenteng yang bersangkutan. Tetapi di setiap tempat dupa, memasang dupa tidak lebih dari tiga batang.
- IX. Dengan tangan memegang dupa yang telah dibakar, melakukan puja bakti, bisa dibenarkankah?
- Tidak benar. Dupa yang telah dinyalakan harus diletakkan di tempat dupa. Yang pertama ditaruh di tengah sambil berkata dalam hati: “Memberi penghormatan pada Buddha agar menuju pencerahan”.
 - Dupa yang kedua ditaruh sebelah kanan sambil berkata dalam hati: “Menghormat pada Dhamma menuju penghayatan kebenaran dan tidak tersesat.
 - Dupa yang ketiga ditaruh disebelah kiri sambil berkata dalam hati: “Memberi penghormatan pada Arya Sangha, suci murni tidak ternoda”.

Setelah menaruh dupa berhadapan dengan Arca Buddha lalu mengangkat kedua tangan dan beranjali memberikan penghormatan kepada Buddha.

Sekarang ada orang memegang dupa kemudian berneramaskara menghormat kepada Buddha. Hal itu mudah menimbulkan terbakar atau melukai diri sendiri dan orang lain. Di khawatirkan membakar benda/barang lain,

menimbulkan asap tebal dan polusi, merusak lingkungan dan membahayakan kesehatan. Hal tersebut sungguh tidak baik.

X. Bagaimana dengan memberikan dana dan hormat kepada Buddha dan Para Bodhisattva yang merupakan pahala terbesar?

- Di dalam Sutra dikatakan: **“Dari semua dana, dana Dharma adalah yang paling utama”**. Yang dimaksudkan dengan dana Dharma yaitu berdasarkan sutra-sutra Buddha, sesuai dengan Dharma mempelajari dan membabarkan serta menjelaskan kepada orang-orang lain. Di dalam kehidupan sehari-hari, sosialisasikan, dan berperilaku baik. Berbuat kebaikan dan menjauhkan kesalahan/kejahatan.
- Cara untuk memberikan persembahan dupa
 - Memberikan persembahan dupa adalah persembahan tulus kita kepada Buddha dan Para Bodhisattva. Hal itu juga merupakan makna dari menghentikan segala macam kilesa (keruwetan batin) serta keluar dari penderitaan dan memperoleh ketenangan. Karena persembahan dupa berperan penting. Di dalam Sutra Abhidhamma juga mencatat bagaimana caranya kita mengenali dupa yang baik untuk persembahan puja.
 - Yang pertama kita harus menggunakan dupa yang baik dan harum. Sebelum memberikan persembahan dupa harus dilihat dupa yang baik atau kualitas rendah. Jangan menggunakan dupa yang terbuat dari bahan-bahan kimia. Dupa yang berkualitas baik dapat membantu menciptakan aroma ketenangan serta membina daya konsentrasi ketenangan.
 - Terutama untuk mereka yang melatih diri, panca inderanya begitu sensitif peredaran prananya baik, kalau menggunakan bahan kimia akan menimbulkan efek-efek negatif. Bukan saja tidak dapat membina ketenangan tetapi malah menimbulkan efek-efek yang negatif.
- Cara untuk mengenali Dupa yang berkualitas baik

Dupa yang berkualitas baik bukan saja mempengaruhi persembahan kita tetapi juga mempengaruhi kesehatan seseorang. Bagaimana caranya mengenali Dupa yang berkualitas baik?

 1. Terlihat seimbang tidak luntur waktu dipegang, bedak/bubuk dupa tidak berjatuh dan luntur, waktu di dirikan dapat berdiri dengan tegak.
 2. Setelah dinyalakan terasa aroma harum, tidak perih kena mata dan menusuk hidung, aroma harumnya dapat bertahan lama.
 3. Yang terpenting dupa yang berkualitas baik harus dibuat dari bahan-bahan alamiah agar menjaga kesehatan, tidak menggunakan dari bahan-bahan kimia.
- Dengan dupa harum memberikan persembahan dan penghormatan kepada Buddha dan Para Bodhisattva untuk menyatakan ketulusan, menyadari sifat sebenarnya dari pribadi/sendiri. Oleh karena itu, sebaiknya menggunakan dupa yang berbaring atau dupa lilit. Menggunakan dupa berkualitas baik bukan saja bermanfaat bagi kesehatan & jasmani, tetapi juga bermanfaat bagi ketenangan batin, lebih-lebih lagi untuk menunjukkan penghormatan kepada Buddha dan Para Bodhisattva.
- Oleh karena itu, hendaknya berusaha menggunakan dupa-dupa dari berkualitas baik pada waktu melakukan puja bakti dan penghormatan pada Buddha dan Para Bodhisattva pada waktu hari-hari Upasatha, hendaknya dapat menggunakan dupa dari kualitas baik agar juga menciptakan kondisi bebas polusi dan ketenangan.

Biasanya dupa berkualitas baik dapat bertahan dan menyebarkan aroma harum ditempat yang cukup luas dan merubah keadaan dan fenomena menjadi tenang dan damai. Dupa yang berbaring dan harum, bila dengan tenang diresapi, maka akan terasa nyaman dan menyenangkan. Hal tersebut juga merupakan persembahan yang baik untuk Buddha dan Para Bodhisattva.

- Setiap hari dengan tulus dan tekun memberikan penghormatan dan persembahan kepada Para Buddha, berdoa dan melaksanakan jalan Ke-Bodhian. Agar supaya semua cita-cita dan harapan dapat terlaksana, Damai dan Bahagia. Menumbuhkan Kebijakan dan dapat Mengembangkan Maitri Karuna.
- Beberapa cara untuk memberikan persembahan Dupa.
 - Menurut catatan Sutra dan Abhidharma memberikan pengajaran, bagaimana memberikan persembahan dupa dan penghormatan kepada Buddha dan Para Bodhisattva agar bermanfaat bagi umat yang melaksanakan bakti Puja.
 - 1. Mensucikan badan jasmani dan batin.

Sebelum melakukan bakti Puja, terlebih dahulu harus cuci tangan, mulut, merapikan penampilan dan menenangkan batin.
 - 2. Memberikan Persembahan dan Penghormatan pada Buddha.

Sebelum melakukan bakti Puja di hadapan para Buddha dan Bodhisattva, memandang altar dan

Merenungkan Keagungan, Kebajikan Buddha dan Para Bodhisattva, dengan tulus dan tenang melakukan Puja Bakti bagaikan benar-benar berhadapan dengan para Buddha dan Bodhisattva secara nyata.

3. Lafalkan Mantra pada waktu memberikan persembahan dupa.
Letakkan dupa di depan dada kemudian bacakan Mantra: “Om-Sarva-Tathagata-Dhupa-Puja-Megha-Samudra Sumaya Hum”.
4. Berlingdung dan berbakti kepada Para Buddha.
Kalau ada umat yang melakukan persembahan dan bakti khusus kepada para Buddha dan Bodhisattva, maka dapat mengulang doa tersebut:
 - Dengan sepenuh hati memuja Sakyamuni Buddha.
 - Dengan sepenuh hati memuja Amitabha Buddha.
 - Dengan sepenuh hati memuja Avalokitesvara Bodhisattva (Kuan Yin Phu Sha).

Para pelaksana puja dapat dengan kemampuan masing-masing melakukan visualisasi (观想), maka para Buddha dan Bodhisattva akan memancarkan cahaya dan hadir dihadapan pelaksana untuk menerima persembahan.

5. Gatha pemujaan Dupa
Setelah melakukan bakti Puja kepada para Buddha dan Bodhisattva maka dibacakan Gatha Pemujaan. Dengan bervisualisasi semoga semua persembahan dan Puja kepada Para Buddha dan Bodhisattva di Alam Jagat Raya yang tak terbatas dapat mempengaruhi semua makhluk sehingga akhirnya mencapai pencerahan Ke-Bodhian (Anuttara Samyak Sambodhi).

Semoga dengan dupa dan bunga-bunga tersebut, memenuhi sepuluh penjurur. Memberikan persembahan kepada Para Buddha serta Para Suci dalam Ke-Buddhaan yang tak terbatas dapat dimanfaatkan untuk Bakti Puja. Berbagi kepada semua makhluk agar semuanya mencapai kearifan dan kebahagiaan.

佛教缘何供香

1、香为佛使

香在梵语中称健达。古印度传说中有香神，即“乾闥婆”，不食酒肉，唯求以香味为食，以资阴身，又自其阴身出香，故名香神。以后被引为佛教护法的八部众之一。

佛教中用香，据《贤愚经》卷六载：佛陀当年住在祇园时，有长者富奇那建造了一座旃檀堂，准备礼请佛陀。他手持香炉，遥望祇园，梵香礼敬。香烟袅袅，飘往祇园，徐徐降落在佛陀头顶上，形成一顶“香云盖”。佛陀知悉，即赴富奇那的旃檀堂。根据这个传说，“香”是弟子把信心通达于佛的媒介，故经上称“香为佛使。”这也是佛教中以香敬佛的缘起。

《增一阿含经》中讲到：“须摩提女手执香火上楼，向如来说偈曰：‘唯愿尊屈神，尔时香如云。在空中餐满祇洹，住在如来前。’阿难白世尊言：‘此是何等香？’尊曰：‘此香是佛使’。”《僧史略》中说：“香也者，解秽流芬，令人乐闻也。香为信心之使也。”

在佛教中以香供佛，是一种虔诚的、真诚的供养，因为香是传递真诚的心情的一种媒介。焚香中产生的一种清净、虔诚、忘我的状态，目睹一缕清香袅袅上升直达天庭的神圣境界，只有在真实、坦诚的状态中才能产生。在供养中，有以香、花供养的。佛陀说法时，“雨诸香华，香如须弥，华如车轮”（《仁王经》卷上）；与会大众“香华伎乐，常以供养”（《法华经·序品》）。再者，以香和烛供养也常相列。还有，人们因学佛、信佛而交往，又称为“香火因缘”，再引伸，佛教徒结成团体，共同念佛诵经，又称为“香火社”。朝山拜佛者又有称为“香客”的。

2、戒定慧解脱香

佛教认为：通过修行戒、定、慧、解脱和解脱知见这五种功德，可以成佛，喻为“五分香”。这是指通过身口意的修行，使自己身心清净，升起觉悟和智慧，以此供佛，或称理供佛，或心香供佛。佛教徒在焚香时常唱“香赞”：“戒香定香解脱香，光明云盖遍法界，供养十方无量佛，见闻普重证寂灭。”（出《华严经》），也是焚香供佛的又一象征意义。《楞严经》卷五说香严童子闻比丘烧沉水香而悟入圆通，证罗汉果；《维摩诘经·香积佛品》中说上方有众香佛国，一切皆以香作，乃至以香气为语言声音。都是与香有关的论述、记载。

3、行香促解脱

关于行香，在《贤愚经》卷七中载：昔有贪婪之人，蓄金七瓶，掘地深藏。后病死变为毒蛇，犹守金瓶。经漫长岁月，心生厌倦，呼行人捐金一瓶，供僧作福。行人担蛇至一寺，遵嘱行香僧前，僧为蛇说法，蛇因之而喜，复献出六瓶金施僧，蛇因此而命终生忉利天。此为“行香”之初起。中国“行香”始于晋代道安法师。原为法会仪式，指法师升座说法时，向他燃香礼敬。也泛指

燃香、上香、拈香。后来“行香”一般系指佛事斋会中，由法师和主持斋者持香炉绕行坛场，或引导仪仗巡行街市。

南北朝开始，朝廷即举办“行香”法会。唐朝“行香”尤盛。如张籍《送令狐尚书赴东都留守》诗中：“行香暂出天桥上，巡礼常过禁殿中”。白居易有诗《行香归》中日：“出作行香客，归如坐夏僧。”当时，朝廷举办“行香”法会，多用‘于国忌日。当然也有非忌日行香的。后又有民间以“行香”祝寿或超度亡灵的。民俗中庙会、求福、祈祷丰年、官场仪式、新官赴任、店铺开张等都有所谓的行香，表达人们良好祝愿的方式，已与佛教中的“行香”大相庭径。（信息来源：中国民族报）

燒香祈福的正確方法

按照我國的傳統習俗，每年春節及農曆初一、十五等日期，廣大群眾有到寺院燒香禮佛、祈福求安的習慣。為使十方善信種植福田、廣獲法益、正善正行，以滿所願，故將燒香祈福的正確方法簡要的介紹給大家，以祈共沾法益。

一、燒香禮佛的真實意義是什麼？

寺院是佛教徒培福修慧的場所，古稱叢林，通常在寺院大雄寶殿上供奉的叫釋迦牟尼佛，是古印度淨飯王的太子，後出家修行，在菩提樹下證道。成為大徹大悟的覺者，是佛教的創始人，被尊為“世尊”、“本師”等。燒香禮佛的真實意義在於表達對佛陀的尊敬、感激與懷念。去染成淨，奉獻人生，覺悟人生。如此而行，自然福慧具足，心想事成。

二、供養佛、菩薩一定要燒香嗎？

不一定。供養佛、菩薩方法很多，通常用鮮花（表因）和水果（表果），如果條件不具備，僅供一杯清水（表清淨平等）也行。但是，絕對不用酒肉來供養佛菩薩。通常用“香、花、燈、塗、果、樂”六供養，其中之一均可。

三、燒香的含義是什麼？

第一、表示虔誠恭敬供養三寶，以此示範接引眾生。

第二、表示傳遞信息於虛空法界，感通十方三寶加持。

第三、表示燃燒自身，普香十方，提醒佛門的無私奉獻。

第四、表示點燃了佛教徒的戒定真香，含有默誓“勤修戒、定、慧，熄滅貪、嗔、痴”意，佛並不嗜好世間大香貴香，但卻喜歡佛的戒、定真香。

四、燒香求財可以得到嗎？

不可以。佛經上講：“佛氏門中，有求必應”。關鍵要懂得其中道理，求財要如理如法去求。燃香成灰是表示無私的奉獻，即佛門所說的“布施”。這啟示我們：人生求財求福，先要捨財種福。財布施是因，得財富是果。舍是因，得是果，捨得不二。所以，一個人的福報是自己修來的，不是佛菩薩施捨給你的。佛門常講：“命由己造，福由己求。”燒大香就發大財嗎？這純屬“以凡夫之心，度諸佛之腹”。大徹大悟、大慈大悲的諸佛菩薩，又怎會像凡夫眾生一樣，去在意你大香小香而分別賜富呢？當然不會。

五、有人一定要燒香怎麼辦？

寺院是公共活動場所，一般會限制燒大香，加上節假日人流量多，燒大香稍為不慎就會灼傷他人，濃煙滾滾，不利環保，也易引起火患，如此，求福不成，反造無邊罪業。一定要燒大香的信眾，可將大香交給寺院管理人員，同意安排焚燒，焚燒時，寺院裡的法師也會為你們祈禱。

六、燒香禮佛應當許什麼樣的願？

燒香禮佛時應當心地清淨，果能一塵不染，獲福無邊。若要許願，當放棄自私自利，損人利己的念頭，發利益社會、利益眾生之大心願，則功德無量。佛經上講“禮佛一拜，滅罪河沙；念佛一聲，福增無量”是也。

七、禮拜佛菩薩，上幾支香為宜？

上三支香為宜。此表示“戒、定、慧”三無漏學；也表示供養佛、法、僧常住三寶。這是最圓滿且文明的燒香供養。上香不在多少，貴在心誠，所謂“燒三支文明香，敬一片真誠心”。

八、寺院裡供的佛菩薩很多，給每個佛、菩薩都要燒三支香嗎？

不一定。一般在大雄寶殿前上三支香就行了，其它各殿合掌禮拜，效果是一樣的。當然，也可以按照寺院的規定，根據寺院香爐分佈的情況自行決定，但每個香爐中不超過三支香為宜。

九、把點燃的香拿在手上拜佛正確嗎？

不正確。把香點燃後應插在香爐中間，第一支香插在中間，心中默念：供養佛，覺而不迷；第

二支香插在右邊，心中默念：供養法，正而不邪；第三支香插在左邊，心中默念：供養僧，淨而不染。上完香後，應對佛像，肅立合掌，恭敬禮佛。現在有人將一把香點燃以後拿在手上拜佛，既可能引起火患，燒傷他人或自己，也容易燒壞拜墊和器物，更造成濃煙滾滾，污染環境，危害健康，實在是不文明不如法。

十、什麼方法供養佛菩薩功德最大？

佛經上說：“一切供養中，法供養第一。”所謂法供養就是佛經上的教導，如理如法受持誦讀，自行化他，為人演說。即在日常生活和待人處世中：“諸惡莫作，眾善奉行。”

供香的方法

供香是我們對佛菩薩真誠的供養，也以此象徵自身煩惱的止息，得到解脫的清涼自在。由於香在供養中的重要地位，經論中也記載許多供香的方法、儀軌。在供香之前，我們先來了解，如何辨識好香與壞香，才能真正獻上好香來供養。首先，我們要注意供香一定要用好而純的香，

供香是我們對佛菩薩真誠的供養，也以此象徵自身煩惱的止息，得到解脫的清涼自在。由於香在供養中的重要地位，經論中也記載許多供香的方法、儀軌。

在供香之前，我們先來了解，如何辨識好香與壞香，才能真正獻上好香來供養。首先，我們要注意供香一定要用好而純的香，千萬不要用化學的香料。好的香，它會使人諸根集中持攝，鎮靜中樞神經，使定力增強，諸根增長。尤其是修行者，六根特別敏銳，氣脈特別通暢，如果用化學香，進入體內會造成殘存，不但擾亂定境，使意念紛雜，而且火氣容易上升，不但達不到安神作用，反而使身心受損。

辨識好香的方法

香的好壞，不僅影響我們的供養，也影響人體健康。要辨識香的好壞，可以從幾方面著手……

- 1、外觀上必須表面勻稱，未染色；拿取時不掉香粉、不沾手；（立香）香腳細而直。
- 2、點燃後產生的香味清雅耐聞；不刺眼、不刺鼻；香味的滲透力及持久性強。
- 3、最重要的，好香必須是以天然香料研磨製成，不含任何化學物品，有益健康者。

以香禮佛，重在表達誠心、體悟自性，所以，最好是採用臥香或質料較佳的盤香，用好香不但身體健康，心思也容易寂靜，更是表達供佛最恭敬的心意。

市面上許多便宜的香，大多是用木屑染色，加上化學香精做成的，因此容易造成空氣污染。媒體曾經呼籲民眾，在初一、十五時盡量避免到廟裡，因為初一、十五去拜拜的人很多，每個人都去上香，但用的都是化學香，燃燒後產生極為嚴重懸浮微粒的空氣污染，會使人產生頭暈、過敏等現象。

好的香空氣滲透力極強，點一根，大約可以滲透四、五十坪的地方，可以改善不良的環境和氣味。

好的沈香，如果讓心沈靜下來，再聞香的味道，就會感覺有一股清涼之氣從喉頭沈下來，很舒服。室內如果有發霉的地方，一經薰過，就不再發霉了，可見好香不只是清淨環境、身心的最佳良品，更有益於身心修持，真正可以向佛、菩薩表達最上敬意的媒介。

每天真誠的上香供養、祈願，能成就無上菩提，使一切心願圓滿，幸福如意，世出世間的修行、智慧、慈悲一切菩提事業，也能如願成就。

供香的方法

供香的方法及內容，各經論所記載有多種，以下是參照各種經論中記載的儀軌整合而出的供香法。依照這種供香的方法，如法供養，能使供香者如實獲得供香的利益。

一、清淨身心

在供香之前，首先要洗手、漱口，端正儀容，身心寂靜安定。

二、供佛

在所奉養的佛菩薩、本尊，聖像之前，恭敬合掌，眼中觀察佛教光明聖像，思惟佛陀及一切聖眾的功德巍巍，一心誠敬供養，就如同佛菩薩現在眼前一般。

三、持誦燒香真言

接著，我們捻起所供養之香，燃香持至胸前。

此時也可以持誦“金剛香菩薩真言”：唵 薩婆 怛他揭多 杜婆 布穰 暝伽 三慕達 羅 窣發羅 拏 三末曳 吽。

Om Sarva-Tathagata-Dhupa-Puja-Megha-Samudra-Samaye Hum

（皈命一切如來燒香供養雲海普皆平等能滿願）

此時我們祈願所供之香，化為無量廣大香雲，普薰法界，上令十方諸佛歡喜，下能覺悟一切有情。

四、皈命諸佛

如果有個人特別供養的佛菩薩本尊，這時可以特別持念，如：

一心奉請 南無本師釋迦牟尼佛

一心奉請 南無阿彌陀佛

一心奉請 南無大悲觀世音菩薩

行者可以隨自己的能力運心觀想，一心所奉請諸聖從，放出廣大光明，來到眼前，接受我們的供養，並歡喜受用。

五、唸供香偈

皈命諸佛之後，接著我們要唸供香偈，觀想祈願以此香供養十方一切諸佛賢聖，在無邊的世界中，都能普薰一切眾生，共同成證無上圓滿菩提。

願此香花雲，遍滿十方界，供養一切佛，尊法諸賢聖，無邊佛土中，受用作佛事，普薰諸眾生，皆共證菩提。

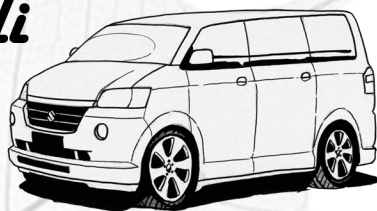
[作者：佚名；來自：中國民族報；录入：Yangsihan; Diterjemahkan Oleh Prof Chauming.]

Bilamana seseorang berusaha sendiri, ia selalu sadar, perbuatannya suci, mawas diri dengan tingkah lakunya; jikalau ia mengendalikan dirinya sendiri, hidup sesuai Dhamma, dan waspada, maka kemuliaannya bertambah.



The Buddha, unlike most teachers, did not use His Monastery or His auditorium for teaching. The Buddha taught His disciples mostly in the open air. The Buddha's class-rooms were public parks, cemeteries, rock-slabs, sandy stretches, shade of trees, fields, pasture-land, poor hovels, the public roads, and the forest.

Wisata Bali



Menyewakan Hub. Sanusi
Mobil APV + Supir HP. 0819 9991 3971
untuk wisata di Bali 0812 4666 7791

Budiwan (Iwang)

Tiki JNE Keamanan
Hp : 0813 8989 9888
0858 8189 9888

JNE
EXPRESS ACROSS NATIONS

www.tikijne.co.id

Melayani : Kiriman Titipan Kilat
Dalam & Luar Negeri
Percayakan Dokumen / Paket Anda melalui kami

PT. TIKI JALUR NUGRAHA EKAKURIR

No. SIPJT : 240 / SIPJT / DIRJEN / 1996
Jl. Keamanan Raya No. 51 A. Jakarta 11130-Indonesia
Phone : (62-21) 6301181 Fax. : (62-21) 6300585
Flexy : (62-21) 6899 9188 E-mail : tikijnekeamanan@yahoo.com

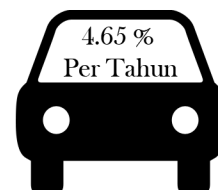
Harmony Stationery

o stationery o copy paper
o ink & toner cartridge

Triyono, SE.

Pusat Grosir Mangga Dua ITC Lt. 1 Blok E 2 No. 137
Telp. (021) 6008241, 32278877 Fax. (021) 6008241
Hp. 0856 990 8877, 9339 8877
Jakarta Utara - Indonesia

CAR LOAN



Ingin Mendapatkan Kredit Pemilikan Mobil dengan bunga rendah??

Hubungi :

AGUS TRIONO, ST. (021-9383-3363 / 0815-914-5085)



Agama Dalam Masyarakat yang Multi Religius

Oleh Ven K Sri Dhammananda

Ajaran dan pesan-pesan yang disampaikan oleh para pendiri agama, yang merupakan pendiri agama-agama di dunia, terutama bertujuan meringankan penderitaan dan membawa kedamaian serta kebahagiaan bagi seluruh umat manusia melalui pelaksanaan etika moral sesuai dengan cara hidup yang benar. Namun dewasa ini agama-agama di dunia telah berkembang menjadi lembaga-lembaga yang terorganisasi secara besar-besaran tanpa mencerminkan keterlibatan perasaan manusia di dalamnya, dengan akibat bahwa ajaran-ajaran asli dari para pendiri agama masing-masing telah terkikis atau terabaikan sehingga

hampir tidak meninggalkan pengaruh pada para pengikutnya terutama dalam hal kesederhanaan, pengendalian diri, kebenaran dan sifat tidak mementingkan diri sendiri. Isi moral dari suatu agama dan nilai-nilai rohaniannya yang mendorong kehidupan damai diselimuti oleh nilai-nilai lahiriah yang tampak lebih menarik. Banyak pemeluk agama yang telah mengabaikan atau meremehkan pesan-pesan pemimpin agama mereka hanya untuk mencari kekuasaan, ketenaran, dan keuntungan lahiriah lainnya guna kepentingan pribadi. Penyalahgunaan semacam ini cenderung menodai pikiran para penganut agama modern dan menyebabkan persaingan-pesaingan tak sehat dan menimbulkan hambatan-hambatan di antara berbagai kelompok agama maupun di dalam kelompok agama yang sama.

SIKAP TANPA TOLERANSI DALAM KEHIDUPAN BERAGAMA

Bila kita mempelajari sejarah berbagai agama di dunia dan pengaruhnya yang besar atas manusia selama jangka waktu yang panjang, maka kita akan menemukan bahwa kesalahan-kesalahan yang parah telah dilakukan sebagai akibat adanya sikap tanpa toleransi dalam kehidupan beragama. Kata-kata seperti *'penyiksaan'*, *'pengingkar agama'*, *'atheis'*, *'penyembah berhala'* dan banyak istilah lain yang senada, telah masuk ke dalam perbendaharaan kata dalam buku-buku keagamaan untuk menggambarkan adanya keganasan, kejahatan, prasangka buruk, dan diskriminasi yang dilakukan atas nama agama sebagai hasil dari sikap tanpa toleransi.

Kejadian-kejadian yang patut disayangkan ini telah meninggalkan noda pada agama, yang sedemikian rupa sehingga banyak pemikir condong menolak agama yang terorganisasi atau kata *'agama'* itu sendiri. Nilai-nilai agama yang sebenarnya sedang merosot dengan cepat dan menghilang dari pikiran orang, bahkan dari mereka yang disebut kaum beragama. Guna mengatasi kecenderungan yang tak menguntungkan ini, maka perlu dan penting bagi semua pihak yang bersangkutan untuk mengadakan suatu pengkajian dan penelitian tentang pelaksanaan prinsip-prinsip agama agar tercapai pemahaman dan kesadaran yang lebih baik mengenai nilai-nilai rohani dari suatu agama agar terhindar dari kesalahan-kesalahan masa lampau yang amat disayangkan.

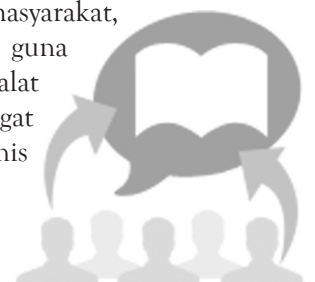
PENDIDIKAN AGAMA

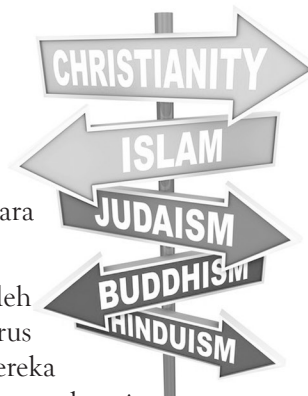
Agar dapat hidup berdampingan secara damai dan serasi dalam suatu masyarakat yang menganut berbagai agama, seseorang harus memperoleh pendidikan agama yang mantap dengan menitikberatkan pada nilai-nilai etika moral sebagai langkah positif yang pertama ke arah saling pengertian dan kerjasama yang lebih baik di antara semua pemeluk agama. Seluruh umat beragama harus bersatu dan saling membantu guna meningkatkan dan menetapkan pendidikan agama yang sesuai dan sistematis, bukan hanya mengenai agama tertentu, tetapi berkenaan dengan pokok-pokok dari semua ajaran agama yang akan memberikan penerangan maupun pandangan yang mendalam tentang sifat nilai-nilai rohani yang lebih tinggi dalam kehidupan, terutama nilai-nilai etika moral.

Langkah seperti ini pasti akan membantu mengurangi atau setidaknya menghilangkan fanatisme agama yang keras dan prasangka buruk secara turun-temurun, yang telah menjadi biang keladi perselisihan antar agama. Tindakan-tindakan lain yang dapat membantu terciptanya saling pengertian dan saling menghormati antar agama yang lebih baik adalah pendirian organisasi antar agama yang mengatur penyelenggaraan ceramah, tukar pendapat, pembahasan, seminar, dan forum tentang agama serta masalah yang bertalian dengannya secara teratur. Dalam pelaksanaannya, yang selalu menjadi motivasi adalah usaha untuk mencari persamaan ke arah perdamaian dan keharmonisan, bukannya sikap supremasi atau dominasi oleh satu agama atas agama lainnya.

KEGIATAN-KEGIATAN UNTUK KESEJAHTERAAN

Penyelenggaraan berbagai pertemuan persahabatan, berbagai program pengabdian masyarakat, dan kegiatan sosial serta kesejahteraan yang melibatkan semua umat beragama bekerjasama guna meningkatkan kehidupan mereka yang kurang beruntung dalam masyarakat, dapat dijadikan alat pengikat persahabatan yang melampaui segala perbedaan agama serta menciptakan semangat saling menghargai dan menghormati, menuju tercapainya kehidupan yang damai dan harmonis antar agama.





ORGANISASI-ORGANISASI PEMUDA

Suatu bidang penting lainnya yang perlu diperhatikan dengan sungguh-sungguh oleh para pemeluk agama yaitu organisasi pemuda dan berbagai kegiatan yang berkaitan dengannya.

Kaum remaja masa kini akan menjadi angkatan dewasa masa depan. Mereka tidak boleh tersesat ke dalam perangkap zaman ini. Seluruh energi dan sumber-sumber potensi remaja harus dimanfaatkan sebagaimana mestinya dan diarahkan pada tujuan yang bersifat membangun. Mereka harus diberitahu tentang semua ajaran dasar agama dalam usaha mengembangkan masyarakat yang damai dan harmonis, dan tidak dicekoki dengan racun yang mencela satu agama terhadap agama yang lainnya. Bila mereka mendapat tujuan semestinya melalui prinsip-prinsip agama seperti kesabaran, sikap tenggang rasa dan pengertian, maka pemuda masa kini akan menjadi modal yang paling berharga dalam peningkatan keserasian hidup beragama dan kerjasama di antara para penganut agama pada masa-masa mendatang.

TOLERANSI DAN RASA HORMAT

Toleransi dan rasa hormat merupakan dua kata yang amat penting, yang harus diingat dalam suatu masyarakat yang multi religius. Seseorang tidak boleh hanya mengkhotbahkan sikap tenggang rasa, tetapi harus berusaha, pada setiap kesempatan yang memungkinkan, untuk selalu melaksanakan semangat keramahan, toleransi, sebab semangat itu akan amat membantu menciptakan suasana yang mengarah pada kehidupan damai dan serasi. Kita mungkin tidak dapat memahami atau menghargai nilai-nilai intrinsik dari upacara atau kebiasaan tertentu yang dilakukan oleh kelompok agama tertentu. Demikian pula orang lain, mungkin tidak bisa memahami atau menghargai upacara atau kebiasaan kita sendiri. Jika kita tak menghendaki orang lain menertawakan perbuatan kita, janganlah kita menertawakan orang lain. Kita harus berusaha mencari arti atau memahami kebiasaan-kebiasaan yang asing bagi kita karena hal ini akan membantu menimbulkan pengertian yang lebih baik, sehingga kita dapat meningkatkan semangat toleransi di antara para penganut agama yang bermacam-macam.

Telah disebutkan bahwa rasa hormat menimbulkan rasa hormat pula. Jika kita mengharap pemeluk agama lain menghormati ibadah agama kita, maka pada gilirannya kita juga tidak boleh ragu-ragu untuk menunjukan rasa hormat kepada mereka pada saat mereka melakukan ibadah mereka. Sikap ini pasti akan mendukung hubungan yang lancar dan ramah dalam suatu masyarakat yang menganut berbagai agama masyarakat multi religius.

Tanpa melaksanakan semangat toleransi dan saling menghormati, maka racun diskriminasi, ejekan, dan kebencian yang berbahaya itu akan menyembur menghancurkan kedamaian dan ketentraman masyarakat dan negara kita. Suatu kenyataan bahwa di negara-negara tertentu yang tidak terdapat semangat toleransi dan saling hormat antar agama, maka pembunuhan, pembakaran dan penghancuran milik yang berharga telah terjadi. Tindakan tak berguna seperti itu, yang menyebabkan hilangnya nyawa yang sangat berharga dan harta benda yang tak dapat ditebus, seharusnya membuka mata semua orang yang mendambakan kehidupan damai dan serasi. Semua umat yang beragama harus bersatu dalam persahabatan dan hubungan baik serta dengan kehendak baik antara satu sama lain guna mencapai harapan semua orang yang cinta damai dalam membangun masyarakat yang serasi, aman dan tentram.

SEGI ROHANIAH DARI KEHIDUPAN

Kehidupan di dunia ini hanyalah suatu masa yang singkat dalam ruang lingkup waktu. Kita selalu mengejar keuntungan lahiriah, namun kita tidak boleh mengabaikan segi-segi rohaniah dari kehidupan sebagaimana telah diajarkan oleh nenek moyang kita yang religius kepada kita. Kita harus memperkaya kehidupan kita dengan melaksanakan ajaran murni dan luhur dari pemimpin agama kita untuk hidup secara terhormat, sopan dan berguna, berbuat kebajikan bila mungkin dan selalu menjauhkan diri dari perbuatan jahat. Ajaran yang sama-sama diutarakan oleh para pemimpin agama seluruh umat manusia hidup dalam kasih sayang dan mendukung segi-segi rohaniah ajaran agama mereka masing-masing, sehingga dapat memberikan sumbangan demi terciptanya suasana yang damai dan serasi.

PENYEBARAN AGAMA

Untuk menyebarkan suatu agama tertentu, maka segi-segi terbaik atau terpenting dari agama tersebut perlu dikemukakan. Penampilan demikian memang diharapkan, sebab wajah yang menarik yang menimbulkan minat harus dimantapkan agar memperoleh perhatian.

Menampilkan yang terbaik merupakan suatu pengutaraan yang cukup jujur, sebab semua pemeluk agama dalam menjual barang dagangan religius mereka, akan selalu bertindak demikian. Namun dalam masyarakat



multi religius, persaingan keras untuk mendapatkan penganut baru atau mereka yang pindah agama, haruslah ada saling pengertian di antara para pemuka agama agar terhindar dari perbuatan saling meremehkan, mengkritik, atau menjelek-jelekkan keyakinan dan kebiasaan penganut agama lainnya. Adalah pantas bahwa sesuatu yang bagus, menarik, dan berguna dalam suatu agama tertentu dikemukakan oleh pendukungnya, tetapi seseorang tidak boleh melangkahi penganut agama lainnya untuk memberitahu kepada dunia luar bahwa agamanya sendirilah yang terbaik, paling benar, sedangkan agama serta tata upacara keagamaan lainnya adalah palsu. Sikap demikian cenderung untuk menimbulkan rasa dengki dan bahkan rasa permusuhan di antara sesama pemeluk agama, dengan akibat saling balas dendam dan saling memaki, yang pasti tidak dikehendaki oleh agama terhormat manapun yang layak disebut agama.

Satu kenyataan pula bahwa semua agama hadir demi kebaikan umat manusia. Semua pendiri agama di dunia mengkhotbahkan perdamaian dan keserasian untuk seluruh umat manusia. Para pemimpin agama yang dihormati di dunia itu melalui kebijaksanaannya mengutarakan semua hal yang baik, kelembutan hati dan etika untuk pembebasan dan keikutsertaan umat manusia. Para pemuka agama yang berjiwa luhur itu tidak saling mencela atau menghina sehingga menimbulkan kekacauan, salah pengertian dan perselisihan dalam masyarakat. Hati mereka menghendaki keselamatan dan kesejahteraan umat manusia. Tujuan satu-satunya adalah menciptakan dunia ini lebih baik agar setiap orang dapat hidup dalam persahabatan dan keharmonisan.

Kenyataannya bahwa banyak pemimpin agama bermunculan di dunia ini pada masa dan di tempat yang berbeda-beda, cenderung menimbulkan perbedaan dan keanekaragaman keyakinan dan tata cara agama di berbagai lingkungan dan bagian dunia. Setiap pemimpin agama memiliki konsep, jalan, dan caranya sendiri untuk menyampaikan ajaran agamanya kepada sejumlah besar pengikutnya, maka terdapatlah keserbaragaman keyakinan dan tata cara agama tersebut.

KORBAN KEADAAN

Jika seorang anak kebetulan dilahirkan dalam keluarga Kristen, tidak ada pilihan lain kecuali bahwa anak tersebut akan dibesarkan menurut keyakinan dan cara-cara keagamaan orang tuanya dalam keluarga Kristen. Demikian pula anak yang dilahirkan dalam keluarga Muslim akan dididik menurut keyakinan dan tata cara Islam, dan anak dari keluarga Buddhis akan selalu mengikuti cara hidup Buddhis. Anak yang dilahirkan dalam keluarga Hindu akan dibesarkan sebagai orang Hindu. Kita semua terikat oleh keadaan di sekitar kita, lingkungan, agama, ras, dan kebudayaan, yang tidak dapat kita elakkan. Sebagai anak dalam keluarga religius tertentu, kita akan dididik menurut petunjuk dan latar belakang keagamaan orang tua. Keyakinan agama orang tua kita selalu menjadi keyakinan kita sendiri dan latar belakang budaya menjadi cara hidup kita.

Setiap penganut agama harus berusaha memahami lingkungan dan kebudayaan yang diwarisi masing-masing serta menghormati orang yang menurut apa adanya dan apa yang diyakininya sebagai jalan hidupnya, bukannya memaksakan pada orang lain suatu keyakinan atau dengan menyatakan secara berlagak bahwa “agama saya adalah agama yang benar, anda harus memeluk agama saya – agama anda adalah agama yang salah”. Daging milik seseorang bisa berarti racun bagi orang lain. Tidak boleh menggunakan tekanan, kekerasan atau paksaan dalam suatu masyarakat yang menganut berbagai agama, bila kita ingin hidup secara damai dan harmonis.

KEBEBASAN MELAKUKAN IBADAH

Meskipun Islam merupakan agama resmi di Malaysia, (dan juga di Indonesia, Red) tetapi kebebasan beribadah dan menganut keyakinan agama terdapat dalam Undang-undang (demikian pula di Indonesia, Red). Kita bebas berpikir atau menganut keyakinan agama apapun.

Kita tidak diharuskan untuk mengikuti suatu ibadah atau keyakinan agama tertentu. Kita pelihara kebebasan itu. Sangatlah diharapkan bahwa kebebasan yang kita pupuk ini akan dipertahankan dan diteruskan untuk selamanya dan bahwa kebebasan tersebut tidak akan dinodai atau dihancurkan oleh tindakan-tindakan fanatik yang dilakukan oleh kelompok atau organisasi agama fanatik. Fanatisme dalam bentuk apapun atau dari kalangan manapun bertentangan dengan perdamaian dan keserasian dalam setiap masyarakat.

KESABARAN, TOLERANSI DAN SALING PENGERTIAN

Kita semua tak henti-hentinya mencari kedamaian dan keserasian. Kita menghendaki suasana damai dan serasi untuk keluarga kita. Kita menginginkan suasana damai dan serasi dalam masyarakat dan negara kita. Kita tidak menghendaki bentrokan antar agama, kitapun tak menyetujui pertentangan antar agama dengan ras. Kita ingin hidup saling tenggang rasa.

Kita harus mendukung semua yang bersifat etis. Kita harus bertindak sabar, toleransi dan menunjukkan saling pengertian. Kita harus berlaku sebagai sahabat terhadap yang lainnya, saling menolong dimana saja dan kapan saja diperlukan. Kita harus menyingkirkan diskriminasi ras dan agama. Tanpa memandang ras dan agama, tetapi kita harus menganggap bahwa satu sama lain sebagai saudara dalam keluarga yang bahagia dan sebagai warga negara yang tekun dalam mencari perdamaian dan keserasian bagi Yang Dipertuan Agung dan negara kita. Hal ini harus menjadi ketetapan tekad bagi semua pemeluk agama dalam masyarakat yang multi religius.

PIKIRKAN KEPENTINGAN ORANG LAIN

Sementara kita hargai kenyataan bahwa di Malaysia kita mendapat kehormatan untuk melaksanakan upacara dan kebiasaan agama kita masing-masing tanpa rintangan apapun. Kita harus menyadari bahwa kita hidup dalam masyarakat yang multi religius dan multi rasial, oleh karena itu berusaha untuk selalu memikirkan kepentingan orang lain dalam melakukan apapun. Kita tidak boleh melupakan perasaan kekeluargaan kita kepada mereka yang kebetulan menganut agama lain yang mungkin tidak dapat menghargai upacara tertentu yang asing bagi mereka. Kita harus memikirkan kepentingan orang lain. Kita tidak boleh mementingkan diri sendiri dan kebutuhan kita sendiri. Kita mungkin merasa bahwa ada suatu peringatan atau kejadian istimewa di rumah, yang menyedihkan atau sebaliknya, kita harus mengadakan upacara keagamaan tertentu menurut kebiasaan dan latar belakang budaya kita, walaupun demikian kita harus bertindak adil dan memperhatikan orang lain, dalam arti bahwa kita tidak berbuat terlalu berlebihan sehingga menimbulkan kesulitan dan gangguan pada tetangga kita. Tata cara agama apapun yang kita lakukan, harus dilaksanakan dalam batas-batas yang wajar dan dalam lingkungan rumah kita, tanpa menyebabkan gangguan yang tak selayaknya pada kedamaian dan ketentraman tetangga kita. Jika kita secara dogmatis mendesak bahwa kita berhak melakukan upacara-upacara agama kita, betapapun ributnya, merepotkannya atau menjengkelkannya, tanpa memikirkan perasaan tetangga kita, pasti kita akan mengundang kesulitan terutama dalam lingkungan yang multi religius. Kita tidak hanya harus memikirkan kepentingan orang lain, tetapi juga harus bersikap realistis dalam perbuatan apapun yang kita lakukan, terutama dalam pelaksanaan ibadah agama kita yang kadang kala kita cenderung bertindak ekstrim dan bahkan menjadi fanatik. Memikirkan kesejahteraan orang lain, sekalipun dalam keadaan yang sulit dan berat, merupakan kunci tercapainya kehidupan yang damai dan serasi dalam masyarakat yang menganut berbagai agama.

PENJUAL BARANG KELILING

Seringkali penghuni rumah mempunyai alasan untuk mengeluh bahwa ketentramannya dan ketenangan rumah tangganya telah diganggu oleh kehadiran penjual keliling yang menjajakan barang-barang religiusnya yang tidak cocok untuk diperdagangkan, baik berguna atau tidak, kepada penghuni rumah yang tak menaruh curiga. Pembicaraan yang ngotot dari penjaja keliling yang tak berpengalaman, namun kelewat bersemangat itu dapat benar-benar menyusahkan pemilik rumah. Mereka para penjaja itu tidak mau mendengar tolakan yang sopan sebagai jawaban dari penghuni rumah, tetapi mereka terus mendesak bahwa barang-barang itu, biasanya berbentuk buku-buku keagamaan, bermutu terbaik dan dengan membelinya anggota rumah tersebut akan melangkah menuju surga. Mereka tidak pernah peduli agama apa yang dianut oleh penghuni rumah tersebut, mereka tidak pernah merasa khawatir kalau-kalau bujukannya akan dianggap sebagai penghinaan terhadap kecerdasan atau kepekaan religius pemilik rumah itu. Patut disayangkan bahwa golongan tertentu memiliki cara pengiriman penjaja yang kelewat bersemangat itu untuk menjual barang-barang religius mereka. Tindakan seperti ini cenderung untuk merendahkan agama yang bersangkutan, dan bukannya menjunjungnya. Tak seorang pun senang diberitahu agar ia memeluk agama tertentu dengan mengikuti buku-buku keagamaan tertentu secara teratur, kalau tidak ia akan terjerumus ke neraka abadi. Setiap orang harus dihormati sebagai manusia yang bebas berpikir, mampu memutuskan sendiri kebajikan agama tertentu dan apakah agama tersebut membawanya ke surga atau ke neraka.

Hal ini merupakan pilihan kita masing-masing, pilihan sepenuhnya tertuang dalam Undang-undang Malaysia (demikian pula di Indonesia, Red) tentang kebebasan beribadah. Dalam masyarakat yang multi religius dan multi rasial seperti Malaysia (ataupun Indonesia, Red), para pemeluk agama tidak boleh merendahkan diri sendiri dengan menyalahkan atau menjelekkan penganut agama lainnya yang telah disusun oleh para pemimpin agama termashur berabad-abad yang lampau. Lebih baik bagi pengikut agama tertentu untuk menyanyikan pujian-pujian agamanya di mimbarinya dan tidak menodai usaha-usaha pemeluk agama lainnya, sementara itu memungkinkan orang lain untuk memilih sifat dan jenis agama yang ingin dianutnya. Ada pepatah yang mengatakan bahwa "Anggur yang baik tak perlu dihias".

Bila anggur itu baik, tentu saja orang akan mencarinya. Seseorang harus bebas untuk memilih agama apapun yang baik baginya tanpa usaha yang memalukan oleh penjual keliling yang berusaha menjajakan "barang-barang"

religiusnya dan mendesak orang lain untuk memeluk agama tertentu. Guna mencapai keadaan damai dan serasi yang sulit itu, dalam masyarakat yang multi religius, maka setiap orang harus bebas melagukan pujian-pujian agamanya sendiri, tetapi bagaimanapun juga mereka harus menghindari perbuatan saling menjelekan. Hinaan seperti itu akan melampaui batas dan akibatnya bisa membawa malapetaka.

POLITIK DAN AGAMA

Suatu segi lain yang perlu diperhatikan dalam usaha mencari kedamaian dan ketentraman dalam masyarakat muti religius bahwa masalah politik dan rasial tidak boleh dimasukkan ke dalam mimbar agama. Dapat kita pahami bahwa dalam dunia politik dewasa ini dan bahkan pada masa lampau, para politisi ingin mempengaruhi semua lembaga termasuk lembaga keagamaan guna meningkatkan tujuan politik mereka. Segala cara merupakan permainan yang jujur dalam politik, tetapi agama harus menjauhkan diri dari politik dan politisi.

Mimbar rohaniah memenuhi kebutuhan-kebutuhan rohaniah mereka yang berpikir religius, termasuk politisi yang religius, namun mimbar tersebut tidak boleh dipakai oleh politisi yang mungkin dapat merusak kedamaian dan ketentraman tempat ibadah melalui naungan politik mereka. Agama meliputi segalanya dengan demikian tidak boleh terdapat kendala rasial apapun.

Kita semua, sementara menghormati dan menjunjung tinggi agama kita masing-masing, dan dalam keadaan apapun tidak diperkenankan mencela atau memandang rendah ajaran agama yang dianut oleh orang lain. Kita harus berusaha untuk mempelajari dan memahami dasar-dasar semua agama dan memilih apa yang terbaik dan dapat dipraktekkan, serta menyampaikannya yang bersifat kontroversial. Singkatnya, junjung tinggi agama anda sendiri tetapi hormatilah agama orang lain. Hal ini pasti akan membantu terpeliharanya suasana damai dan serasi dalam masyarakat yang multi religius.



Portal InfoBuddhis.com

merupakan Media Informasi dan Komunikasi Umat Buddha yang didirikan oleh Forum Komunikasi Umat Buddha - FKUB DKI Jakarta dan online pada tanggal 1 Juni 2007 (bertepatan dengan Hari Trisuci Waisak 2551)

Content :

BERITA BUDDHIS	- Berita Kegiatan Umat Buddha Indonesia
AGENDA KEGIATAN	- Agenda Kegiatan Buddhis Yang Akan Dilaksanakan
LOWONGAN BUDDHIS	- Lowongan Kerja Perusahaan Dan Pencari Kerja Buddhis
USAHA BUDDHIS	- Usaha Umat Buddha
PROPERTI UMAT	- Properti Umat Buddha (Jual - Beli - Sewa)
DIREKTORI BUDDHIS	- Tempat Ibadah dan Links Website Buddhis
ARTIKEL DHARMA	- Artikel Buddha Dharma
TOKOH BUDDHIS	- Tokoh Agama Buddha Indonesia
INFO UMAT	- Kegiatan Umat (Peresmian Kantor / Usaha / Kelahiran / Perkawinan dll)
INFO PARAMITA	- Umat Buddha Yang Membutuhkan Bantuan Dari Umat Buddha
INFO DUKACITA	- Info Umat Buddha Yang Meninggal dan Memoriam
PELAYANAN SEMBAHYANG	- Pelayanan Sembahyang Bagi Umat Buddha
PERATURAN	- Peraturan Keagamaan Dan Peraturan Lainnya
DIREKTORI IKLAN	- Iklan Gratis Bagi Umat Buddha Maupun Lainnya
FORUM DISKUSI	- Forum Diskusi Bagi Umat Buddha
NEWSLETTER	- Berita-Berita Infobuddhis.Com Ke Umat Buddha

Bagi Umat Buddha yang ingin memberikan informasi/ berita dapat langsung mengunjungi website www.infobuddhis.com, E-mail. info@infobuddhis.com

www.InfoBuddhis.com

Dari Umat Buddha Untuk Umat Buddha

JJ88

Pusat Grosir
Pasar Pagi Mangga Dua
Lt. IV Blok A - BA No. 33
Exclusive Boutique Center
Jl. Mangga Dua Raya
Jakarta 14430

Telp. (+62 21) 6252302
email: jj88_ng@yahoo.com

最好的佛咒---梵文譯音

Mantra Buddhis Terbaik

淨三業真言 (誦三遍)

Om, Svabhava Suddha, Sarva Dharma Svabhava Suddhoham.

安土地真言

Namo Samanta Buddhanam, Om, Prthiviye Svaha.

普供養真言

Om, Gagana Sam-bhava Vajra Hoh.

般若無盡藏真言(出自《修習般若波羅密菩薩觀行念誦儀軌》不空譯)

Namo Bhagavate Prajna-paramitaye, Tadyatha, Om, Hrih Dhi Sri Sruti Smrti Vijaye Svaha.

金剛心陀羅尼

Om, Urni Svaha.

俱利迦羅龍王陀羅尼

Namah Samanta Buddhanam, Kulika Naga
Raja, Megha Asaniye Svaha.

俱利迦羅大龍伏外道陀羅尼

Namo Siddhi Siddhi Su Siddhi, Siddhi Karaya,
Kulika Sama Sama Sri Ajanma Siddhi Svaha.

觀心地神咒

Om Citta Prati-vedham Karomi.

心地神咒

Om Su Tisthat Vajra.

自誓發菩提心真言

Om Bodhi Cittam Ut-padayami.

慧陀羅尼 (大藏經 No. 1372)

Tadyatha, Om, Bijo Bijo Prajna Vardhani, Jara Jara, Medha Vardhani, Dhiri Dhiri, Buddhhe Vardha
Mi Svaha.

補闕真言

Namo Ratna-trayaya, Om Kala Kala Kuj Kuj Mala Gira Hum Ha Ha Su-danu Dur-bhana Svaha.

補闕圓真言

Om Huru Huru Jaya Mukhe Svaha.

大回向輪陀羅尼

Om, Sphara Sphara Vimana Sara Maha-cakra Vah Hum.

大輪金剛陀羅尼

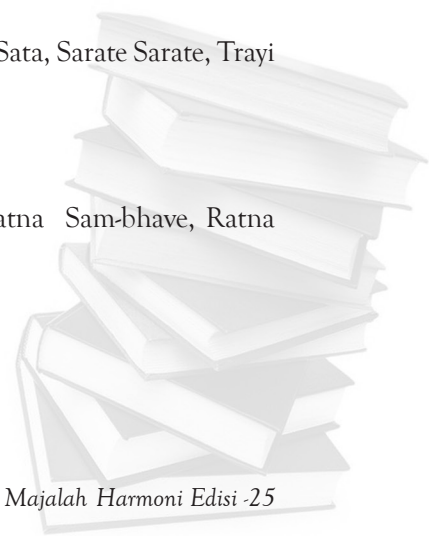
Namas Triya-dhvikanam Sarva Tathagatanam, Om, Vi-raji Viraji, Maha-cakra Vajri, Sata Sata, Sarate Sarate, Trayi
Trayi, Vi-dhamani Sam-bhanjani, Tra-mati Siddha Griya Tram Svaha.

寶生陀羅尼

Namo Ratna Rasmi Candra Prati-mandita Vidyam Teja Rajaya Tathagataya Arhate
Samyak-sambuddhaya. Tadyatha, Ratne Ratne, Ratna Kirane, Ratna Prati-mandite, Ratna Sam-bhave, Ratna
Prabhe, Ratnod-gate Svaha.

地藏菩薩滅定業真言

Om Pra-mardani Svaha.



地藏菩薩陀羅尼

Namo Arya Ksiti-garbhaya, Bodhisattvaya Tadyatha Tiri Mi Tiri Svaha.

地藏菩薩廣大心陀羅尼(出自《房山石經》)

Namo Ksiti-garbhaya, Maha-mandala Rajaya, Om Sumbhani Sumbha, Hara Cara, Maha-pasa Maruta Amogha Vajrasattva Svaha.

地藏菩薩真言

Om Ha Ha Ha Vismaya Svaha.

Om Ha Ha Ha Su-tanu Svaha.

地藏菩薩儀軌中之陀羅尼(大藏經 No. 1158)

Om, Yamata Yamani Kopi Kopi Samanta Svaha.

Om Yamanta Ji Svaha. Om Ehi.

(身印咒)

Om Yama Tiri Svaha.

(普供養咒)

Om, Puja Mani Svaha.

(總印咒)

Om Kathiniya.

金剛薩埵百字明(悉曇梵文一百個字)

Om Vajrasattva Samayam Anu-palaya. Vajrasattva Tve Notpatti Stha Drdho Me Bhava. Su Tosyo Me Bhava. Anurakto Me Bhava. Su Posyo Me Bhava. Sarva Siddhim Me Pra-yaccha. Sarva Karma Suca Me Citta Sriyah Kuru. Hum Ha Ha Ha Hoh. Bhagavan Sarva Tathagata Vajra Mame Munca Vajri Bhava. Maha Samaya Sattva Ah.

功德寶山神咒

Namo Buddhaya, Namu Dharmaya, Namu Samghaya, Huru Huru Siddhoru Siri Bha Kiri Bha Siddhani Purni Svaha.

如意寶輪王陀羅尼

Namo Ratna-trayaya. Namah Aryvalokitesvaraya Bodhisattvaya Mahasattvaya Mahakarunikaya. Tadyatha, Om Cakra-vartin Cinta-mani Maha-padme Ru Ru Tisthat Jvala Akarsaya Hum Phat Svaha. Om Padma Cinta-mani (Maha) Jvala Hum. Om Varada Padme Hum.

消災吉祥神咒

Namo Samanta Buddhanam Apratihata Sasananam. Tadyatha, Om, Khad Khad, Khad Hi, Khad Hi, Hum Hum, Jvala Jvala, Prajvala Prajvala, Tistha Tistha, Sti Ri Sti Ri, Sphat Sphat, Santika Sriye Svaha.

大吉祥天女咒

Namo Buddhaya, Namu Dharmaya, Namu Samghaya, Namu Sri Maha-deviye, Tadyatha, Om, Pari-purana Care Samanta Darsane. Maha Vihara-gate Samanta Vi-dam Mane. Maha-karya Prati-sthapane, Sarvartha-sadhane, Su Prati-puri Ayatna Dharmata. Maha Vi-kurvite, Maha-maitri Upa-samhite, Maha-rsi Su Sam-grhite. Samantartha Anu-palane Svaha.

聖無量壽決定光明王陀羅尼

Namo Bhagavate Aparimitayur-jnna-su-viniscita-tejo-rajaya

Tathagataya Arhate Samyak-sambuddhaya. Tadyatha, Om Sam-skara Parisuddha, Dharmate

Gagana Sam-udgate Svabhava Visuddhe, Mahan2ya Pari-vare Svaha.

藥師琉璃光如來灌頂真言

Namo Bhagavate Bhaisajya-guru-vaidurya-prabha-rajaya

Tathagataya Arhate Samyak-sambuddhaya. Tadyatha, Om

Bhaisajye Bhaisajye Bhaisajya Sam-udgate Svaha.

觀世音菩薩靈感真言

Om Mani Padme Hum. Maha Nirvana Cittot-pada,



Citta-Ksana Vitarka, Sarvartha Bhuri Siddha Kana
Purana. Bhuri Dyotot-panna. Namah Lokesvaraya Svaha.

七佛滅罪真言

Deva Devate, Cyu Ha Cyu Hate, Dhara Dhrte, Nir-hrte
Vimalate Svaha.

往生淨土神咒

Namo Amitabhaya Tathagataya. Tadyatha, Om Amrtod-bhave,
Amrta Siddham Bhave. Amrta Vi-krante, Amrta Vi-kranta,
Gamini Gagana Kirti-kari Svaha.

阿彌陀佛真言

Om Amrta Teje Hara Hum.

秘密真性如意珠印陀羅尼

Om Cinta-mani Dhatu Hum Svaha.

六門陀羅尼 (大藏經No. 1360)

Same Same, Sante Sante. Bhadre Bhadre, Su Bhadre.
Su Bhadre. Teje Teje, Candre Candre, Candravati, Tejovati, Dharmavati. Sarva Klesa Vi-sodhane.
Sarva Artha-sdhane. Manah Sam-sodhane Svaha.

勝幡陀羅尼 (大藏經No. 0593)

Namo Sakyamuniye Tathagataya Arhate Samyak-sambuddhaya. Tadyatha, Om Same Same, Sarva
Papa Pra-samane Svaha.

佛說慈氏菩薩誓愿陀羅尼 (大藏經No. 1410)

Namo Bhagavate Sakyamunaye Tathagataya Arhate Samyak-sambuddhaya. Tadyatha, Ajite, Ajitam Jaye. Bhara
Bhara, Maitra Avalokite, Kara Kara,
Maha Samaya Sthe. Bhara Bhara, Bodhi-manda Vije. Smara Smara Asmakam Samayam. Bodhi Bodhi Maha-
bodhi Svaha.

佛說蓮華眼陀羅尼 (大藏經No. 1411)

Namo Ratna-trayaya. Namah Arya Padma-netraya Tathagataya. Namoh Sarva Nir-varana Vi-skambhini Bodhisattva
Mahasattvaya. Tadyatha, Om, Tara Tara, Tiri Tiri, Turu Turu, Kara Kara, Kiri Kiri, Kuru Kuru, Bhara Bhara,
Bhiri Bhiri, Bhuru Bhuru, Naya Naya, Kuru Kuru, Moksa Apaya Svaha. Jvalana Vahni Nibhe Svaha. Sarva
Tathagata Adisthite Svaha. Mama Sarva Sattvanam Ca Svaha.

佛說華積樓閣陀羅尼 (大藏經No. 1359)

Tadyatha, Dharani Dharani, Muni Prabhas-vari, Siddhi Candri Natha Ci Nir-hari. Arogyavati, Buddhavati, Viri
Ut-kati Rajopagate Tejovati, Visala Buddhi Dharma Ava-bhase. Aksara-kalpe Kalpavati, Amrta-kalpe Hutasani.
Tejovati Nitya Samahite. Tejovati Tiksna Drya Buddhi Svaha.

無量壽如來根本陀羅尼

Namo Ratna-trayaya. Namah Arya Amitabhaya Tathagataya Arhate Samyak-sambuddhaya. Tadyatha, Om, Amrte,
Amrtod-bhave, Amrta-sambhave, Amrta- garbhe, Amrta-teje, Amrta Vi-krante, Amrta-Vikranta Gamini, Amrta
Gagana Kirti-kare, Amrta Dundubhi-svare Sarvatha-sadhane. Sarva Karma-klesa Ksayam-kare Svaha.

佛說大乘聖吉祥持世陀羅尼

Namo Ratna-trayaya. Namoh Bhagavate Vajra-dhara Sagara Nir-ghosaya Tathagataya Arhate Samyak-sambuddhaya.
Tadyatha, Om, Su-rupe Su-vadane Bhadre Su-bhadre Bhadravati Candravati. Mangale Mangale Su-mangale
Mangalavati. Ale Acale A-capale Ud-ghatani Ud-dyotani Ud-bhedani Ucchedani. Sasayavati Dhanavati Dhanyavati
Srimati Prabhamati. Amale Vimale Nir-male. Ruh Ruh, Ruh Ruh, Ruh Ruhvati. Su-rupe Capale Mangale.
Arpana Sthe, Vitta Naste, Avinaste, Atana Sthe, Avita Naste, A-dhana Sthe, Citra Naste. Visva-kesini, Visva-
rupe, Vi-sunasi. Visuddha-sile Vi-guniniye, Anuttare Angure Bhangure Pra-bhangure Virame Vidharme. Duh
Me, Duh Duh Me, Dhi Dhi Me. Kha Khale, Khi Khi Me, Khu Khu Me. Ta Tare, Tara Tara, Ta Tara, Ta Tara,



Taraya Taraya, Vajre Vajre Vajropame. Tanke Tanke Dake Dharake Oghe Bhoge Puge Dake Dhake Dharake Avartani Pra-vartani Varsani Varsani Nis-padani. Bhagavan Vajra-dhara Sagara Nir-ghosa Tathagata Manu Smara. Sarva Tathagata Satya Manu Smara. Dharma Satya Manu Smara. Samgha Satya Manu Smara. Tata Tata, Puraya Puraya, Purani Purani Sarva asa Sarva Sattvanam Ca, Bhara Bhara Bharani. Su Mangale Santa-mati, Subha-mati, Maha-mati, Mangala-mati, Prabhavati Bhadravati, Su candra-mati. Agaccha Agaccha Samaya Manu Smara Svaha. Avarana Manu Smara Svaha. Adhara Manu Smara Svaha. Prabhava Manu Smara Svaha. Svabhava Manu Smara Svaha. Drdhi Manu Smara Svaha. Teja Manu Smara Svaha. Jaya Manu Smara Svaha. Vijaya Manu Smara Svaha. Hrdaya Manu Smara Svaha. Sarva Sattva Manu Smara Svaha.

吉祥持世根本明

Namo Ratna-trayaya. Om, Vasudhare Svaha. Om, Sri Vasumuni Svaha.

心明

Namo Ratna-trayaya. Om, Vasu Sriye Svaha. Om, Sri Vasu-mati Sriye Svaha. Om, Vasu Svaha. Om, Laksmi Putra Ni-vasiniye Svaha. Namō Vajra-panaye, Sriye Sri-kari, Dhana-kari, Dhanya-kari Svaha.

胜幡瓔珞陀羅尼 (大藏經 No 1410)

Tadyatha, Kara Kara, Kiri Kiri, Kuru Kuru, Sara Sara, Siri Siri, Suru Suru, Sarva Buddha Avalokite. Vara Vera Dharma Mukhe, Cara Cara Sangha Adhisthite. Bhara Bhara Adika Buddha Koti Bhasite. Ksina Ksina. Sarva Karmavarani, Sarva Papani. Sarva Duhkha Nir-vapanaya. Bhr Tal, Bhr Tal, Dhr Tal, Dhr Tal, Tata Tata, Sphotaya Sarva Karmavarana Apaya-durgatini Sarva Sattvanam Ca Svaha.

具足水火吉祥光明大記明咒總持章句

Namo Ratna-trayaya. Namō Arya Kṣiti-garbha Bodhisattvaya Mahasattvaya. Tadyatha, Kṣam Bhu, Kṣam Bhu, Kṣud Kṣam Bhu, Akasa Kṣam Bhu, Vakra Kṣam Bhu, Ambara Kṣam Bhu, Vira Kṣam Bhu, Vajra Kṣam Bhu, Aloka Kṣam Bhu, Dama Kṣam Bhu, Satyama Kṣam Bhu, Satya Nir-hara Kṣam Bhu, Vyavaloka Kṣan Va Kṣam Bhu, Upasama Kṣam Bhu, Nayana Kṣam Bhu, Prajna Sam-bhuti Rana Kṣam Bhu, Kṣana Kṣam Bhu, Visilya Kṣam Bhu, Sastravat Kṣam Bhu. Vyada Su Tal, Mahile Dahile Dame Same, Cakrase Cakra Masile Kṣile Bhire. Hire Grah Samvara Vrate. Hire Prabhe Pra-cala Vartane. Ratna Pale Ca Ca Ca Ca. Hire Mile Ekartha Tha Khe Thakkuro Thale Thale Mile Mathe Tade Kule Ku Mile, Samire Ango Cittavi. Ari Giri Pra-giri. Kutta Samale. Tunge Tunge Tungolle Huru Huru. Huru Kuru 'Stu. Mile Milite Sam-militale. Bhandana Hara Hire. Huru Hu Ru Ru, Bhava Raja Vi-sodhane Svaha. Kali-yuga Vi-sodhane Svaha. Kalusa Mana Vi-sodhane Svaha. Kalusa Maha-bhuta Vi-sodhane Svaha. Kalusa Rasa Vi-sodhane Svaha. Kalusa Oja Vi-sodhane Svaha. Sarva Asa Pari-purani Svaha. Sarva Sasya Sam-padane Svaha. Sarva Tathagata Adhisthite Svaha. Sarva Bodhisattva Adhisthita Anu-modite Svaha.

菩提場莊嚴陀羅尼

Namo Bhagavate Vipula Vadana Kancanot-ksipta Prabhasa Ketu Murdhanes Tathagatasya. Namō Bhagavate Sakyamunaye Tathagataya Arhate Samyak-sambuddhaya. Tadyatha, Om, Bodhi Bodhi, Bodhi Bodhi, Sarva Tathagata Gocara. Dhara Dhara, Hara Hara Pra-hara Pra-hara Maha Bodhi-citta Dhara. Curu Curu Sata Rasmi Sam-codite. Sarva Tathagata Abhi-sikte, Gune Gune Gunavate, Buddha Guna Avabhase Mili Mili Gagana-tale. Sarva Tathagata Adhisthite Nabhas-tale. Sama Sama Pra-Sama Pra-Sama Sarva Papa Pra-samane, Sarva Papa Vi-sodhane. Huru Huru Maha Bodhi-marga Sam-prasthite. Sarva Tathagata Prati-sthita Siddhe Svaha.

梵文咒音

淨法界真言

Om, ram.

文殊菩薩護身咒

Om, chrum

大輪一字咒

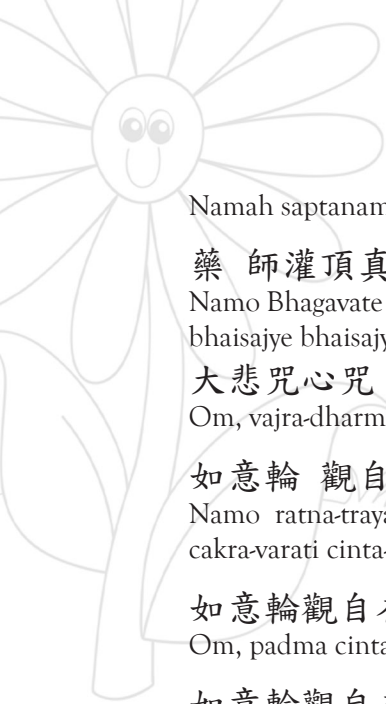
Om, bhrum.

六字大明咒

Om, mani padme hum.

準提陀羅尼 【Cunda-dharani】





Namah saptanam samyak-sambuddha kotinam. Tadyatha, om, cale cule Cunde svaha.

藥 師 灌 頂 真 言

Namo Bhagavate Bhaisajya-guru-vaidurya-prabha-rajaya Tathagataya Arhate Samyak-sambuddhaya. Tadyatha, om, bhaisajye bhaisajye Bhaisajya-samudgate svaha.

大 悲 咒 心 咒

Om, vajra-dharma hrih.

如 意 輪 觀 自 在 根 本 陀 羅 尼

Namo ratna-trayaya. Nama Aryavalokitesvaraya bodhisattvaya mahasattvaya mahakarunikaya. Tadyatha, om cakra-varati cinta-mani maha-padme ru ru tistha jvala akarsaya hum phat svaha.

如 意 輪 觀 自 在 大 心 真 言

Om, padma cinta-mani maha-jvala hum.

如 意 輪 觀 自 在 隨 心 真 言

Om, varada padme hum.

蓮 花 部 七 字 心 真 言

Om, alolik svaha.

大 悲 聖 母 多 羅 菩 薩 真 言

Om, tare tu tare ture svaha.

仁 王 護 國 般 若 心 咒

Namo bhagavate prajna-paramitaye. Tadyatha, om, hrih dhi sri sruti vijaye svaha.

往 生 淨 土 神 咒

南 無 阿 彌 多 婆 夜 哆 他 伽 多 夜 哆 地 夜 他 :

namo amitābhāya tathāgatāya tadyathā:

【敬禮】 【阿彌陀】 【如來】 【即說咒曰】

阿彌利 都婆毗 阿彌利哆 悉耽婆毗

amita bhava a mita siddhabhave

【甘露】 【發生】 【甘露】 【生起成就】

阿彌利哆 毗迦蘭帝 阿彌利哆 毗迦蘭哆 伽彌膩 伽伽那

amita vikrānte amita vikrānta gāmine gagana

【甘露】 【奮迅】 【甘露】 【奮迅】 【騰耀】 【虛空】

枳多迦利 娑婆訶.

kīrtakare svāhā.

【名稱】 【成就】

大 輪 金 剛 陀 羅 尼 【誦二十一遍即等入一切曼荼羅】

Nama striya-dhvikanam tathagatanam. om, vi-raji vi-raji maha-cakra-vajri sata sata sarate sarate trayi trayi, vi-dhamani sam-bhanjani, tramati siddhagrya tvam svaha.

淨 法 界 真 言 【誦二十一遍】

Om, Ram svaha.

變 食 真 言 【誦二十一遍】

Namah sarva tathagatavalokite, om sam-bhara sam-bhara hum.

甘 露 真 言 【誦七遍】

Namah Su-rupaya Tathagataya. Tadyatha, om, sru sru, pra-sru pra-sru svaha.



廣大不空摩尼供養真言-《雲供咒》

Om, Amogha puja mani padma vajre tathagata vilokite samanta pra-sara hum.

唵(喉中抬聲引呼一)旃暮伽(上)布惹麼拏(二)鉢頭(二合)麼跋駟[口*(隸-木+匕)](三)鞞訖[言*我]跢(四)弭盧枳諦(五)娑漫多(上)跋(二合)囉娑囉(上)[合*牛](七)

(不空胃索神變真言經卷廿九·不空摩尼供養真言品第七十)

加持念珠真言【誦七遍】 Om, ram svaha.

淨珠真言【誦七遍】 Om, vairocana mala svaha.

千轉念珠真言【誦七遍】 om varja guhya japa samaye hūm

唵 嚩日囉 獄呬野 惹跋 三摩曳 吽

金剛頂經瑜伽文殊師利菩薩供養儀軌1175

毘盧遮那佛大灌頂光真言

Om, Amogha vairocana maha-mudra mani padma jvala pra-vartaya hum.

【加持念珠真言曰】 om rucira maṇi pravarttaya hūm

唵 嚩止囉 摩拏 鉢囉靺多耶 吽

大寶廣博樓閣善住祕密陀羅尼經1005A

以此真言加持念珠七遍。若念誦本真言。一遍移一珠。

即成誦一切如來所說真言一遍。一一真言成無量百千那庾多遍。

【寶髻如來兆轉真言】

namo bhagavate ratna sikhine tathagata yarhate samyak sambuddhaya

tadyatha om ratne ratne maha ratne ratna sikhine ratno dbhave ratna sambhave svaha

承此如來本願咒力，轉擴化增兆倍功德。

持珠當心。持此咒一遍，每遍能化一兆遍。

載《房山石經·釋教最上乘祕密藏陀羅尼集·卷五》第二十八冊頁35

變億真言

Om sambhara sambhara vimana sara maha java hum

Om smara smara vimana skara maha java hum

【變億咒】

「唵 桑巴Ra 桑巴Ra 波瑪納薩Ra 嘛哈藏巴巴. 吽怕得娑哈.」

唵 三拔惹 三拔惹 波瑪納薩惹 嘛哈藏巴巴 吽 怕得 莎哈

《變億咒》的大功德、大利益：

此咒摘於《噶當祖師問道語錄》，為「度母」傳與「阿底峽尊者」，

其功德為：在誦讀經咒前，誦三遍該咒語，就可使念誦經咒的功德增加一千萬倍。

供養曼達真言

Om sarva tathagata

Idam guru ratna mandala kham niriyadaya mi



12 Faktor Patīccasamuppāda 十二因緣

Ia yang melihat Patīccasamuppāda, juga melihat Dhamma. Ia yang melihat Dhamma, juga melihat Patīccasamuppāda ~ *Maha-hatthipadāpama Sutta; Majjhima Nikāya 28* ~

十二因緣解读

【十二因緣】〔出天台四教儀〕

謂無明等展轉感果名因，互相由藉為緣，三世相續，無間斷也。（三世相續無間斷者，謂由過去世無明、行為因，感現在世識乃至受，五者為果；由現在果，起愛、取、有三者，為現在因；由現在因，感未來世生、老死之果，如是循環，無間斷也。）

〔一、無明〕，謂過去世煩惱之惑，覆于本性，無所明了，故曰無明。

〔二、行〕，謂過去世，身口造作一切善不善業，是名為行。

〔三、識〕，謂由過去惑業相牽，致令此識，投托母胎，一剎那間，染愛為種，納想成胎，是名為識。（梵語剎那，華言一念。）

〔四、名色〕，名即是心，謂心但有名而無形質也；色即色質，即是身也。謂從托胎已後，至第五個七日，名形位，生諸根形，四支差別，是名為色。（四支者，即兩手兩足也。）

〔五、六入〕，謂從名色已後，至第六個七日，名發毛爪齒位，第七七日，名具根位，六根開張，有入六塵之用，是名六入。（六根者，眼根、耳根、鼻根、舌根、身根、意根也。六塵者，色塵、聲塵、香塵、味塵、觸塵、法塵也。）

〔六、觸〕，謂出胎已後，至三四歲時，六根雖觸對六塵，未能了知生苦樂想，是名為觸。

〔七、受〕，謂從五六歲至十二三歲時，因六塵觸對，六根即能納受前境好惡等事，雖能了別，然未能起淫貪之心，是名為受。

〔八、愛〕，謂從十四五歲至十八九歲時，貪于種種勝妙資具及淫欲等境，然猶未能廣遍追求，是名為愛。

〔九、取〕，謂從二十歲後，貪欲轉盛，于五塵境，四方馳求，是名為取。（五塵者，色塵、聲塵、香塵、味塵、觸塵也。）

〔十、有〕，謂因馳求諸境，起善惡業，積集牽引，當生三有之果，是名為有。（因果不亡為有，三有者，欲有、色有、無色有，即三界也。）

〔十一、生〕，謂從現世善惡之業，後世還于六道四生中受生，是名為生。（六道者，天道、人道、修羅道、餓鬼道、畜生道、地獄道也。四生者，胎生、卵生、濕生、化生也。）

〔十二、老死〕，謂從來世受生已後，五陰之身，熟已還壞，是名老死。（五陰者，色陰、受陰、想陰、行陰、識陰也。）

從三世兩重因果（即由過去世的惑業感現在世之苦果，由現在世之惑業感未來世之苦果）來看十二因緣：

過去世的惑業，即無明與行，無明而得惑，行而得業。惑亦即痴愚、無智慧，業亦即善惡諸業。過去世的惑業會感（導致）現在世的苦果。無明、業，即是過去世二業。

現在世的苦果，包括識、名色、六入、觸、受、愛、取、有。識，亦即由過去世業力的牽引，妄生顛倒分別而入胎之神識（可以類比于靈魂、精神之類的去理解，雖然識的实际含义与之大相徑庭。詳解見“名色”）；名色，指一切精神與物質之總稱，也就是整個人的肉身與精神、意識等的總和（由是觀之，可得“識”並非是指“精神”或是“意識”，而是更高級的存在，是由“識”而產生包含精神、意識以及肉身的整個人的。）；六入，即指眼、耳、鼻、舌、身、意六中與外界交流信息感覺器官或者是媒介、渠道；觸，就是指通過六入所接觸到的色、聲、香、味、觸、法等六塵；受，即由接觸外境而產生的苦樂等相應的感受；愛；有了苦樂感受，就會產生逃避痛苦，追求快樂，即生貪愛；取，既生貪愛之心，只當會去追求、會執著于所貪愛之物；有，即是擁有，通過追求而得到了所執著之物。其中，識、名色、六入、觸、受，是為現在世五果（即是由過去世二業而產生的現在世之果）；而愛、取，則為現在世之惑（可以比之于過去世的無明來理解），有則



为现在世的业（可以比之于过去世的行来理解），这三者便为现在世三因。由此惑业则会更感未来世之苦 果。

未来世之果，亦即生、老死。因现在世之业因，再去受生，再去受报，再造业，在老死，如此轮回流转，延续无尽。（现在世之未来世即是再未来世之过去世，如此而轮回流转，延续无尽）生、老死，即是为未来世二果。

综上，三世两重因果即是指：过去世二业（无明——惑，行——业）会导致现在世五果（识、名色、六入、触、受），也就是现在世之苦，现在世五果又会缘生出现在世三因（爱、取、有），现在世三因又会导致将来世二果。一共三世、两重因果关系。

三世两重因果虽然能自圆其说，然终究有些过于繁杂，因而亦可将十二因缘只放于现在世中去理解，即由现在世之无明，因缘而生，直至现在世之老死。另据传，佛在快得道时，逆观十二因缘，即从老死逆推至无明，从而得出人生苦痛的总根源——无明，这种方法也值得一试。

十二因缘二种观法

十二因缘有生灭二种观法：

一、生观者

- 一、无明缘行 二、行缘识 三、识缘名色 四、名色缘六入
- 五、六入缘触 六、触缘受 七、受缘爱 八、爱缘取
- 九、取缘有 十、有缘生 十一、生缘老死

二、灭观者

- 一、无明灭则行灭 二、行灭则识灭 三、识灭则名色灭
- 四、名色灭则六入灭 五、六入灭则触灭 六、触灭则受灭
- 七、受灭则爱灭 八、爱灭则取灭 九、取灭则有灭
- 十、有灭则生灭 十一、生灭则老死灭



Ketika Sang Buddha berdiam di Savatthi... : ” Para bhikkhu, Aku akan mengajarkan dan menganalisa sebab-musabab yang saling bergantung kepada kalian.”.....

Dan apakah sebab-musabab yang bergantung itu?

Dari ketidaktahuan (avijja) sebagai kondisi penyebab, maka muncullah bentuk-bentuk perbuatan/kamma (sankhara),

Dari bentuk-bentuk perbuatan/kamma (sankhara) sebagai kondisi penyebab, maka muncullah kesadaran (vinnana),

Dari kesadaran (vinnana) sebagai kondisi penyebab, maka muncullah batin dan jasmani (nama-rupa),

Dari batin dan jasmani (nama-rupa) sebagai kondisi penyebab, maka muncullah 6 landasan indera (salayatana),

Dari 6 landasan indera (salayatana) sebagai kondisi penyebab, maka muncullah kesan-kesan (phassa),

Dari kesan-kesan (phassa) sebagai kondisi penyebab, maka muncullah perasaan (vedana),

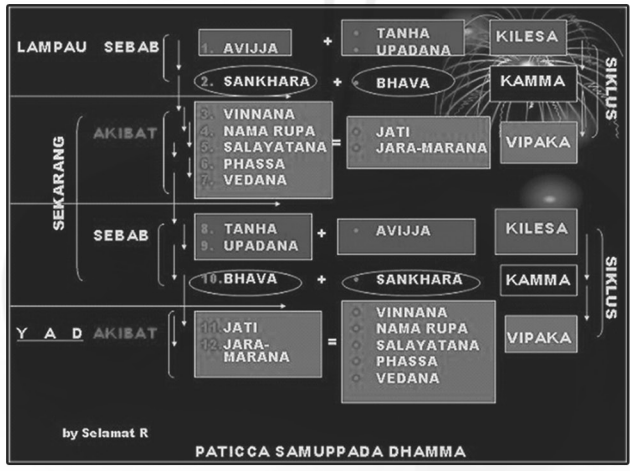
Dari perasaan (vedana) sebagai kondisi penyebab, maka muncullah keinginan/kehausan (tanha),

Dari keinginan/kehausan (tanha) sebagai kondisi penyebab, maka muncullah kemelekatan (upadana),

Dari kemelekatan (upadana) sebagai kondisi penyebab, maka muncullah proses kelahiran kembali (bhava),

Dari proses kelahiran kembali (bhava) sebagai kondisi penyebab, maka muncullah kelahiran kembali (jati),

Dari kelahiran kembali (jati) sebagai kondisi penyebab, maka muncullah kelapukan dan kematian, duka cita, sakit, kesusahan dan keputus-asaan (jaramaranang).



Demikianlah penyebab dari seluruh kesusahan dan penderitaan.
(Paticca-samuppada-vibhanga Sutta; Samyutta Nikaya 12.2 {S 2.1})

PENJELASAN:

1. Avijja (ketidaktahuan)

Tidak mengetahui kebenaran dan hakikat sesungguhnya segala sesuatu. Hakikat sesungguhnya bahwa batin dan jasmani itu dicengkeram oleh anicca, dukkha, dan anatta yang timbul dan padam dengan sebab akibat yang saling bergantung. Karena tidak berpengetahuan, penganut duniawi yang tidak terbimbing memiliki pandangan yang keliru. Ia menganggap yang tidak kekal sebagai suatu yang kekal, yang menyakitkan sebagai kesenangan, yang bukan roh sebagai roh, yang bukan Tuhan sebagai Tuhan, yang tidak murni sebagai kemurnian, yang tidak nyata sebagai kenyataan. Lebih jauh lagi, avijja adalah tidak memahami lima kelompok kehidupan (pancakkhandha), atau batin dan jasmani. Secara singkat; ia tidak mengetahui paticcasamuppada.



Ketidaktahuan atau kegelapan batin adalah salah satu akar penyebab seluruh kekotoran batin, seluruh perbuatan jahat (akusala). Semua pikiran jahat merupakan akibat dari kebodohan. Jika tidak ada kebodohan maka perbuatan jahat, baik melalui pikiran, ucapan ataupun tindakan jasmani tidak akan dilakukan. Itulah sebabnya ketidaktahuan disebutkan sebagai mata rantai pertama dari 12 mata rantai Paticcasamuppada.

Meskipun ketidaktahuan (Avijja) merupakan mata rantai pertama dari 12 mata rantai Paticcasamuppada namun tidak seharusnya dianggap sebagai penyebab utama segala sesuatunya. Paticcasamuppada ini semata-mata menjelaskan proses kelahiran dan kematian, tumibal lahir dan penderitaan dan bukanlah suatu teori yang menerangkan tentang asal-muasal terjadinya alam semesta, ataupun asal-mula dari makhluk. Tentu saja ia bukan penyebab utama, karena segala sesuatu yang timbul merupakan rangkaian dari sebab-sebab pendahulu tertentu, sehingga tidak ada sebab pertama, tak ada gambaran mengenai penyebab pertama dalam pemikiran Buddhis.

Ajaran Paticcasamuppada dapat digambarkan dengan suatu lingkaran mata rantai karena ia merupakan siklus kehidupan. Dalam sebuah lingkaran, titik manapun dapat dianggap sebagai titik awal. Setiap faktor dari Paticcasamuppada dapat digabungkan dengan yang lain dalam rangkaian yang sama, dan karena itulah, tak ada satupun faktor yang dapat berdiri sendiri ataupun berfungsi tanpa bergantung kepada yang lain, semuanya saling berkaitan dan tak terpisahkan. Sebab musabab yang saling bergantung adalah suatu proses yang tak terputus. Dalam proses ini tak ada yang tetap atau pasti, melainkan seluruhnya berada dalam suatu putaran. Ini merupakan timbulnya keadaan yang selalu berubah bergantung pada kondisi serupa yang cepat berlalu. Di sini tak ada kematian ataupun kehidupan yang mutlak, hanyalah fenomena kosong yang berputar (suddha dhamma pavattanti).

Karena itulah, ketidaktahuan, faktor pertama dari mata rantai, bukan merupakan satu-satunya keadaan yang menimbulkan bentuk-bentuk kamma. Karena ketidaktahuannya, ia berjalan semauanya maka akhirnya mengkondisikan faktor kedua yaitu sankhara. Jadi, faktor-faktor dari Paticcasamuppada juga saling mendukung satu sama lain dalam cara yang beraneka ragam.

Akar daripada keberadaan dan penderitaan adalah kegelapan batin. Dijelaskan dalam Sutta sebagai berikut "Tidak mengetahui tentang penderitaan, tidak mengetahui tentang asal mula penderitaan, tidak mengetahui tentang berhentinya penderitaan, tidak mengetahui tentang jalan menuju berhentinya penderitaan (yakni ketidaktahuan tentang Empat Kebenaran Mulia)-Inilah yang disebut dengan kegelapan batin". **Majjhima Nikaya 9 - Samma Ditthi Sutta menyatakan:** "Dengan munculnya asava, muncullah kegelapan batin...Dengan munculnya kegelapan batin, muncullah asava".

Dengan kata lain, penyebab daripada kegelapan batin adalah asava dan penyebab dari asava adalah kegelapan batin. Mereka saling mengkondisikan satu sama lain. Asava secara harafiah berarti pengaliran (*leakage*) dan tepat diterjemahkan sebagai suatu keadaan pengaliran mental yang tidak terkendali.

2. Sankhara (perbuatan)

Diibaratkan dengan seseorang yang membuat pot. Ada pot yang sudah dibuat, ada yang masih utuh, ada juga



yang pecah. Membuat pot itu ibarat melakukan sesuatu. Ada yang potnya sudah pecah artinya kammanya sudah berbuah dan ada pot yang belum pecah, sementara ia terus membuat pot terus menerus, karena masih avijja.

Penyebab dari Vinnana adalah Sankhara, seperti yang dijelaskan sebagai berikut: “Terdapat tiga jenis Sankhara yakni: kaya- sankhara, vaci- sankhara, citta- sankhara”.



Sutta-Sutta dalam Pattecasamuppada tidak menjelaskan sankhara lebih jauh lagi. Karenanya, mata rantai ke 2, sankhara, adalah istilah yang kontroversial lainnya. Sankhara telah diterjemahkan secara luas, yakni sebagai pembentukan, proses, aktivitas, terkondisi, tersusun, dan lain-lain. Menurut interpretasi tradisional Pattecasamuppada dari Abhidhamma dan Kitab Komentar, sankhara adalah proses bekerjanya kamma (niat/kemauan). Sehubungan dengan ini, mereka sering menerjemahkan sankhara sebagai aktivitas atau pembentukan. Didalam penulisan buku ini kami menggunakan sebutan sankhara sebagai “Pengkondisi” (faktor yang

mengkondisikan/menentukan).

3. Vinanna (kesadaran)

Untuk melihat, mendengar, membaui, mengecap, mengalami sentuhan, ataupun menyadari sesuatu. Yang umum dibahas vinnana itu adalah patisandhi vinnana. Karena melakukan nidana kedua, maka mengkondisikan tumimbal lahir. Mengkondisikan ini di ibaratkan dengan seekor kera. Kera yang pindah dari pohon yang berdaun kering dan buahnya sudah tidak ada, ke pohon yang baru, yang daunnya masih hijau dan buahnya masih merah. Ini ibarat pohon yang baru tetapi bukan berarti vinanna itu pindah dari badan yang lama ke badan yang baru. Tumimbal lahir ini mengkondisikan nama-rupa.

Penyebab dari nama-rupa adalah kesadaran, “Terdapat 6 jenis kesadaran” yakni:

- 1) Kesadaran-mata,
- 2) Kesadaran-telinga,
- 3) Kesadaran-hidung,
- 4) Kesadaran-lidah,
- 5) Kesadaran tubuh jasmani,
- 6) Kesadaran-pikiran.

Kesadaran mata seperti yang disebutkan sebelumnya, timbul karena mata dan bentuk; kesadaran telinga timbul karena telinga dan bunyi, dan lain-lain.



Di Khandha Samyutta, Sutta SN 22.79, Sang Buddha berkata; “Sesuatu disadari, para bhikkhu, oleh sebab itu istilah kesadaran dipergunakan. Menyadari apa? Rasa asam atau pahit, pedas atau manis, beralkali atau tidak beralkali, asin atau tidak asin”.

Kita dapat menyadari dan mengetahui semua keadaan ini. Itu adalah makna dari kesadaran, kandungan dasar yang hadir dalam semua proses kerja batin. Sifat alami dari kesadaran adalah ia selalu muncul bergantung pada objek. Tanpa objek, kesadaran tak dapat muncul karena kesadaran berarti menyadari sesuatu. Kesadaran selalu timbul dan lenyap dengan mentalitas-materi (fenomena). Kita lihat sebelumnya bahwa kesadaran, perasaan dan persepsi saling berhubungan dan tidak mungkin untuk memisahkan satu dari yang lainnya (MN 43). Juga dunia ini timbul bergantung kepada kesadaran (DN 11).

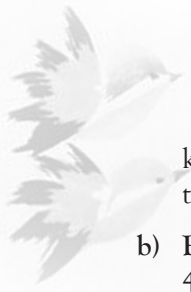
4. Nama-Rupa (batin dan jasmani)

Di ibaratkan pria dan wanita. Anggaplah pria ini jasmani dan wanita itu batin dalam suatu perahu. Perahu ini terdiri dari batin dan jasmani. Kemudian batin dan jasmani ini mengkondisikan salayatana (6 landasan indera).

Penyebab dari 6 landasan indera adalah mata rantai ke 4: nama-rupa. Di dalam Sutta, dikatakan bahwa “Kontak, perasaan, persepsi, pertimbangan, kemauan disebut mentalitas (nama). 4 elemen besar dan materialitas yang berasal dari 4 elemen besar disebut materi/unsur fisik (rupa)”.

a) Nama

Harus diperhatikan bahwa mentalitas (nama) tidak termasuk kesadaran. Ketika kita berbicara tentang 5 Khandha (kelompok kehidupan), kita merujuk pada tubuh jasmani dan 4 bagian mental (perasaan, persepsi,



kemauan dan kesadaran). Ke 4 bagian mental umumnya disebut batin. Tetapi, dalam definisi *nāma*, tidak termasuk kesadaran. Jadi *nāma* bukan batin tetapi mentalitas.

b) Rupa

4 elemen besar (tanah, air, api dan angin) secara harafiah tidak bermakna demikian. Tetapi merujuk pada 4 sifat dari dunia fisik yang disadari oleh kesadaran.

Tanah merujuk pada elemen padat. Oleh karenanya, ketika kita merasakan sesuatu sebagai padat, kita menyebutnya elemen tanah; misalnya rotan dari kursi bersifat padat atau saya merasakannya padat. Itu adalah elemen tanah.

Elemen air berarti sesuatu yang bersifat kohesif, yakni sesuatu yang saling menarik dan saling menyatu. Ini dikarenakan air memiliki sifat menyatukan sesuatu. Misalnya, tubuh saya memiliki elemen air. Jika semua elemen air dari tubuh ditiadakan, tubuh menjadi remuk. Elemen air menyatukan tubuh dan memberinya bentuk. Ini adalah makna dari elemen air (bersifat kohesif).

Elemen api merujuk pada elemen yang bersifat panas dan kita mengetahuinya dengan cukup baik.

Elemen angin merujuk pada pergerakan. Dimana terdapat pergerakan, di sanalah elemen angin. Misalnya, di dalam tubuh, terdapat pergerakan gas, pernafasan dan lain-lain. Itu adalah elemen angin.

c) Nama-rupa

Adalah keseluruhan fenomena yang disadari oleh kesadaran. **Maha Nidana Sutta (Digha Nikaya 15)** menyatakan bahwa:

“...dengan nama-rupa sebagai kondisi, muncullah kesadaran; dengan kesadaran sebagai kondisi, muncullah nama-rupa”.

Oleh karenanya, *vinnana* (kesadaran) mengkondisikan nama-rupa dan sebaliknya.

Untuk memahami hal ini sedikit lebih baik, kita merujuk pada Sutta lainnya. Di **Nidana Samyutta, Sutta SN 12.67** mengatakan bahwa kesadaran dan nama-rupa diumpamakan dengan 2 ikat alang-alang yang berdiri bersandaran satu dengan lainnya, saling mendukung. Mereka muncul bersamaan dan lenyap bersamaan. Ini berarti bahwa nama-rupa merujuk pada fenomena, yakni apa yang disadari oleh kesadaran. Tanpa sesuatu objek (dari kesadaran), kesadaran tidak dapat muncul. Ketika kesadaran muncul, harus ada objek dari kesadaran yang muncul juga yakni nama-rupa.

Dengan kata lain, nama-rupa adalah keseluruhan fenomena yang disadari oleh kesadaran.

Nama-rupa memiliki dua bagian yakni:

- Mentalitas – proses bekerjanya mental yang disadari oleh kesadaran.
- Materi – empat sifat dari dunia fisik yang disadari oleh kesadaran (empat elemen besar dari tanah, air, api dan angin, yang mewakili dunia fisik).

Di **Kevaddha Sutta (Digha Nikaya 11)** Sang Buddha berkata bahwasanya dunia ini tidak muncul dengan sendirinya. Ia muncul hanya bergantung (dengan bertumpu) pada kesadaran. Ini berarti bahwa dunia ini adalah fenomena yang dirasakan oleh kesadaran – dan ini sesuai dengan terjemahan dari nama-rupa sebagai keseluruhan fenomena.

5. Salayatana (6 landasan indera)

Yang diumpamakan dengan sebuah rumah dengan 5 jendela dan satu pintu. Lima landasan adalah fisik dan satu lagi batin. Karena ada 6 landasan indera ini maka mengkondisikan *phassa*. *Phassa* (kontak); ibarat wanita dan pria yang mengadakan kontak, maka muncullah perasaan, mengkondisikan *vedana*.

Penyebab dari kontak (urutan no.5) adalah 6 landasan indera/ *Salayatana*.

Terdapat enam jenis landasan indera:

- Landasan -mata,
- Landasan -telinga,
- Landasan -hidung,
- Landasan -lidah,
- Landasan -tubuh jasmani,
- Landasan -pikiran.



Terdapat 6 landasan indera eksternal yang berhubungan dengan 6 landasan indera internal :

- a) Mata,
- b) Telinga,
- c) Hidung,
- d) Lidah,
- e) Tubuh jasmani, dan
- f) Pikiran.

6 landasan indera eksternal adalah objek-objek dari 6 landasan indera, yakni bentukan-bentukan, bunyi, bau-bauan, cita-rasa, sentuhan dan objek-objek pikiran.

5 landasan indera eksternal yang pertama merujuk pada dunia luar (yakni, dunia di sekitar kita yang berada diluar tubuh jasmani kita).

Landasan indera eksternal ke-6 (objek-objek pikiran) merujuk pada dunia dalam ketika kita berkhayal, berimajinasi, berfantasi, dan lain-lain. Kesadaran kita mengalir melalui enam landasan indera dan menguras energi kita. Kita menjadi lelah karena energi kita sering keluar melalui enam landasan indera. Ketika kita melatih batin kita, kita ingin kembali ke dalam batin. Kita tidak ingin energi kita terkuras. Jika kita bermeditasi dan berusaha melatih kemandirian batin, energi kita tidak terpancar. Ia berada dalam batin kita. Sang Buddha berkata bahwa batin dasar kita bersifat cemerlang. Jika kita dapat mencegah energi kita keluar melalui enam pintu indera, menjadi konsentrasi dan memiliki kemandirian batin, batin kita akan bersinar terang. (**Anguttara Nikaya 1.6.1**).

6. Phassa (kontak)

Ibarat wanita dan pria yang mengadakan kontak, maka muncullah perasaan, mengkondisikan vedana.

Sumber/penyebab dari perasaan (urutan no.6) adalah phassa/kontak.

“Terdapat 6 jenis kontak: kontak-mata, kontak-telinga, kontak-hidung, kontak-lidah, kontak-tubuh jasmani, kontak-pikiran.”

Di **Sutta SN 35.93 (Salayatana Samyutta)** Sang Buddha berkata,

“Bergantungan pada dua hal, para bhikkhu, kesadaran muncul... Bergantungan pada mata dan bentuk, muncul kesadaran-mata... apabila ketiganya saling bersentuhan, saling berjatuhan, saling bertemu, ini para bhikkhu disebut kontak-mata.”

Tiga hal tersebut adalah mata, bentuk dan kesadaran mata. Ketika kesadaran mata muncul dan kita memperhatikannya, muncullah kontak. Secara serupa untuk panca indera lainnya (telinga, hidung, lidah, tubuh jasmani dan pikiran) kontak muncul dengan cara yang sama.

Di **SN 22.56 (Khandha Samyutta)**, dikatakan demikian: penyebab munculnya perasaan adalah kontak; penyebab munculnya persepsi adalah kontak; penyebab munculnya kemauan adalah kontak.

Di **Nidana Samyutta, SN 12.24**, dikatakan bahwa penyebab dari munculnya penderitaan adalah kontak. Jadi, dikarenakan kontak, perasaan muncul. Ini diikuti oleh persepsi, lalu kemauan, dan jika kita lalai, ini menyebabkan dukkha. Itulah alasannya mengapa kita harus berhati-hati dengan kontak.

Untuk tujuan ini, Sang Buddha menasehati kita untuk berlatih “Menjaga enam pintu indera”, seperti seorang penjaga yang berdiri menjaga dan hanya mengizinkan orang-orang tertentu masuk melalui pintu. Kita harus berhati-hati sehingga kita tidak melihat terlalu banyak, mendengar terlalu banyak, mencium bau terlalu banyak, dan lain-lain, tetapi hanya yang penting saja. Dengan kata lain, untuk menjadi seorang praktisi Buddhis yang baik, seseorang hendaknya tidak terlalu banyak menonton televisi atau video. Semua aktivitas-aktivitas tersebut sangat tidak baik untuk latihan meditasi seseorang.

7. Vedana (perasaan)

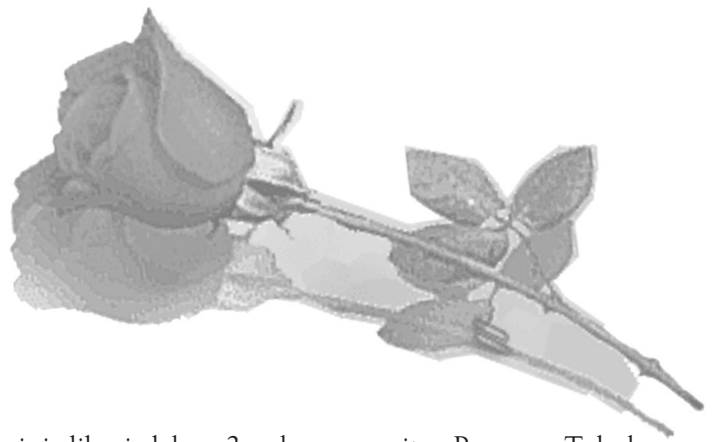
Perasaan yang muncul dari kontak telinga, hidung, lidah, sentuhan jasmani dan batin, sehingga muncullah tanha.

Penyebab dari nafsu keinginan adalah Vedana (perasaan). Apa perasaan itu?



Terdapat enam jenis perasaan ini:

1. Perasaan yang terlahir dari kontak-mata;
2. Perasaan yang terlahir dari kontak-telinga;
3. Perasaan yang terlahir dari kontak-hidung;
4. Perasaan yang terlahir dari kontak-lidah;
5. Perasaan yang terlahir dari kontak-tubuh jasmani;
6. Perasaan yang terlahir dari kontak-pikiran.



Jenis-jenis perasaan.

Di dalam **Vedana Samyutta** - SN 36.22 Perasaan ini dibagi dalam 2 golongan, yaitu: Perasaan Tubuh jasmani dan perasaan batin. Dan Pada **Sutta SN 48.4.6**, dikatakan bahwa perasaan tubuh jasmani muncul dari kontak tubuh jasmani dan perasaan batin muncul dari kontak batin. Ini berarti bahwa perasaan yang muncul dari melihat, mendengar, membaui, mencicipi dan menyentuh adalah perasaan tubuh jasmani. Perasaan batin muncul dari kontak batin, yakni ketika kita menggunakan batin untuk berpikir dan muncul perasaan, itulah perasaan batin.

Disebutkan pula pada **Sutta SN 36.22**, Terdapat 3 jenis perasaan: 1). Menyenangkan (sukha); 2). Tidak menyenangkan/menyakutkan (dukkha); 3). Netral (adukkha-masukha), yakni bukan menyakutkan (dukkha) maupun bukan menyenangkan (sukha), juga disebut upekkha (keseimbangan batin).

Ketika kata sukha/dukkha (menyenangkan/menyakutkan) digunakan, hal ini berarti merujuk pada perasaan tubuh jasmani atau perasaan batin. Secara sederhana, sukha/dukkha berarti perasaan menyenangkan/menyakutkan. Ini dapat dilihat dari penjelasan Pancindriani (Lima indera). Disana, Lima jenis perasaan didefinisikan sebagai:

- 1) Sukha (kayika sukha vedana) – perasaan tubuh jasmani yang menyenangkan.
- 2) Dukkha (kayika dukkha vedana) – perasaan tubuh jasmani yang menyakutkan.
- 3) Somanassa (cetasika sukha vedana) – perasaan batin yang menyenangkan.
- 4) Domanassa (cetasika dukkha vedana) – perasaan batin yang menyakutkan.
- 5) Upekkha (adukkha-masukha vedana) – perasaan yang bukan menyakutkan pun bukan menyenangkan.

Adalah penting bagi kita untuk memahaminya sehingga kita tidak menjadi bingung dengan makna sukha yang digunakan oleh Sang Buddha.

Satu contoh, ketika Sang Buddha menjelaskan keadaan Jhana, Beliau merujuk pada piti dan sukha. Makna dari sukha dalam hal ini bisa berarti perasaan tubuh jasmani dan perasaan batin. Jika kita menganalisa Sutta-Sutta, kata sukha merujuk pada sukha tubuh jasmani dan sukha batin pada Jhana pertama dan Jhana kedua. Tetapi di Jhana ketiga, sesungguhnya hanya merujuk pada sukha batin (SN 48.4.10). Maka, menjadi jelas dalam hal ini dapat memungkinkan kita dalam membedakan antara sukha batin dan sukha tubuh jasmani seperti yang dimaksudkan Sang Buddha.

Perasaan, Persepsi, Kesadaran adalah saling berhubungan.

Di **Majjhima Nikaya 43, Mahavedalla Sutta**, Arahat Sariputta berkata pada sahabatnya, Mahakotthita,

“Yang Mulia, perasaan, persepsi, dan kesadaran; keadaan-keadaan ini saling berhubungan, bukannya terpisah, dan tidaklah mungkin memisahkan masing-masing keadaan itu satu sama lain untuk menjelaskan perbedaan di antara keduanya. Karena, apa yang telah dirasakan oleh seseorang, itu pula yang dipersepsinya; dan apa yang dipersepsi oleh seseorang, itu pula yang disadarinya”.

Jadi, dalam Sutta ini, dijelaskan bahwa perasaan, persepsi dan kesadaran adalah saling berhubungan. Mereka tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Kesadaran adalah inti dasar dari kerjanya batin ini. Kesadaran ditemui dalam keseluruhan cara kerja batin. Tidak mungkin ada perasaan tanpa kesadaran. Tidak mungkin ada persepsi tanpa kesadaran. Mereka semuanya saling berhubungan.

Tidak adanya kecenderungan pokok terhadap nafsu keinginan akan Jhana.

Di **MN 44, Culavedalla Sutta**, Arahat Dhammadinna sedang mengajari suami terdahulunya, Visakha, seorang perumah tangga (menurut Kitab Komentari). Beliau menjelaskan, “...kecenderungan pokok terhadap nafsu keinginanlah yang mendasari perasaan yang menyenangkan. Kecenderungan pokok terhadap kemuakanlah yang mendasari perasaan yang menyakutkan. Kecenderungan pokok terhadap ketidak-tahuanlah yang mendasari perasaan yang bukan menyenangkan pun bukan menyakutkan”.

Dengan kata lain, ketika kita mengalami perasaan yang menyenangkan, adanya kecenderungan pokok terhadap nafsu keinginan/menginginkannya. Ketika kita mengalami perasaan yang menyakitkan, adanya kecenderungan pokok terhadap kemuakan/kejijikan dari perasaan yang menyakitkan itu. Ketika kita mengalami perasaan yang bukan menyakitkan pun bukan menyenangkan, adanya kecenderungan pokok terhadap ketidak-tahuan. Kita selalu digerakkan oleh perasaan menyenangkan dan perasaan menyakitkan. Ketika kita mengalami perasaan yang menyenangkan, kita sangat gembira. Ketika kita mengalami perasaan yang menyakitkan, kita merasakan banyak penderitaan. Ketika kita mengalami bukan menyenangkan pun bukan menyakitkan, kita tidak gembira maupun menderita tapi bersikap untuk tidak memperhatikan atau tidak mengetahuinya.

Arahat Dhammadinna melanjutkan, “Kecenderungan pokok terhadap nafsu keinginan tidak mendasari semua perasaan yang menyenangkan. Kecenderungan pokok terhadap kemuakan tidak mendasari semua perasaan yang menyakitkan. Kecenderungan pokok terhadap ketidak-tahuan tidak mendasari semua perasaan yang bukan menyenangkan pun bukan menyakitkan... Kecenderungan pokok terhadap nafsu keinginan harus ditinggalkan sehubungan dengan perasaan yang menyenangkan. Kecenderungan pokok terhadap kemuakan harus ditinggalkan sehubungan dengan perasaan yang menyakitkan. Kecenderungan pokok terhadap ketidak-tahuan harus ditinggalkan sehubungan dengan perasaan yang bukan menyenangkan pun bukan menyakitkan”. Kemudian, beliau melanjutkan, “Seorang bhikkhu masuk dan berdiam di dalam Jhana pertama... Dengan hal itu dia meninggalkan nafsu keinginan, dan kecenderungan pokok terhadap nafsu keinginan tidak mendasarinya”.

Di sini, kita ingin menekankan titik ini bahwa ketika seseorang mencapai Jhana, dia meninggalkan nafsu keinginan dan kecenderungan pokok terhadap nafsu keinginan akan Jhana tidak ada di sana. Tidak demikian halnya pada kasus perasaan sensual yakni perasaan yang muncul dari kesenangan indera atau kontak sensual. Disana, dengan adanya perasaan menyenangkan, adanya kecenderungan pokok untuk menginginkannya. Tetapi tidak demikian halnya dengan *Jhāna*. Beberapa orang mengecilkan hati sebagian orang dari pelatihan Jhana, berpikir bahwa keinginan, keterikatan dan lain-lain akan muncul. Tetapi, seperti yang terlihat dalam Sutta, ini tidak benar.

Kebahagiaan Jhana harus dikejar dan bukan untuk ditakuti.

Sutta MN 66 dan 139 memberikan beberapa penjelasan tentang kesenangan indera. 5 kelompok kesenangan indera adalah bentuk, bunyi, bau-bauan, cita-rasa dan sentuhan “yang diharapkan, di inginkan, disetujui, disukai, dan yang berhubungan dengan nafsu sensual, yang dipenuhi oleh nafsu keinginan...kesenangan dan kegirangan yang muncul bergantung pada Lima kelompok kesenangan indera disebut kesenangan indera-kesenangan ceroboh, kesenangan kasar, kesenangan rendahan. Aku katakan kesenangan jenis ini yang tidak seharusnya dikejar, tidak seharusnya dibangun, tidak seharusnya dikembangkan, yang seharusnya ditakuti”. Inilah yang disebutkan Sang Buddha tentang kesenangan indera.

Kemudian, Sang Buddha melanjutkan, “Seorang bhikkhu memasuki dan berdiam di Jhana pertama...kedua... ketiga... keempat... Inilah yang disebut sebagai kebahagiaan pelepasan, kebahagiaan kesendirian, kebahagiaan kedamaian, kebahagiaan pencerahan. Aku katakan kesenangan jenis ini yang seharusnya dikejar, yang seharusnya dibangun, yang seharusnya dikembangkan, yang tidak seharusnya ditakuti”.

Demikianlah, Sang Buddha memberikan perbedaan yang sangat jelas antara kesenangan indera dengan kebahagiaan kedamaian Jhana. Dalam kasus Jhana, harus dikejar, dibangun, dikembangkan dan bukan untuk ditakuti. Untuk hal ini, Sang Buddha memberikan alasan tambahan di Sutta lain (**mis. DN 29**). Sang Buddha berkata terdapat 4 manfaat yang bisa diraih ketika kita melatih Jhana, yakni pencapaian Sotapanna, Sakadagami, Anagami dan Arahat. Jadi pelatihan Jhana membawa pada manfaat tertinggi yang menjadi harapan setiap orang.

Ariya tidak memiliki penderitaan batin.

Untuk memahami perasaan dengan lebih baik, sekarang kita merujuk pada **Vedanā Samyutta, SN 36.6**. Di sana, Sang Buddha berkata bahwa puthujjana (orang biasa) mengalami penderitaan tubuh jasmani dan batin, tetapi Ariya hanya mengalami penderitaan tubuh jasmani. Sang Buddha juga berkata bahwa puthujjana tidak mengetahui cara keluar dari penderitaan selain kesenangan indera sebaliknya seorang Ariya mengetahui cara lain keluar daripadanya.

Jadi di sini Sang Buddha secara jelas menyebutkan bahwa orang biasa mengalami penderitaan tubuh jasmani dan batin sebaliknya seorang Ariya hanya mengalami penderitaan tubuh jasmani. Ariya mengalami penderitaan karena dia memiliki tubuh. Dia tidak lagi mengalami penderitaan batin.

Kenyataan lainnya adalah orang biasa tenggelam oleh dukkha ketika dukkha muncul. Dia berusaha untuk menjauhinya dan melakukannya dengan cara memabukkan diri dalam kesenangan indera. Itulah jalan keluarnya.

Tetapi tidak demikian halnya dengan seorang Ariya, yang berlindung pada Dhamma dan/atau pada kebahagiaan Jhana dalam meditasi.

Sang Buddha memuji Jhana.

Seperti yang telah disebutkan sebelumnya, Sang Buddha menjelaskan kebahagiaan Jhana sebagai kebahagiaan pencerahan. Ini menunjukkan Sang Buddha menyamakan Jhana sebagai keadaan melampaui duniawi. Sang Buddha menyebutkan Jhana sebagai keadaan melampaui duniawi di lebih dari satu Sutta.

Ada sebuah **Sutta (AN 9.33)** dimana Sang Buddha berkata ketika seorang bhikkhu berdiam di Jhana pertama, dia telah menjadi tenang (nibbuta) dan dia telah menyeberangi (paragata). Istilah nibbuta dan paragata biasanya digunakan untuk Arahat. Tetapi, di sini Sang Buddha menggunakannya untuk Jhana pertama. Ini menunjukkan betapa Sang Buddha memuji Jhana. Penyebab dari nafsu keinginan adalah perasaan, tetapi tidak semua perasaan menyebabkan nafsu keinginan. Kenyataannya, kebahagiaan Jhana (didukung oleh 7 faktor lainnya dari Jalan Ariya Berunsur Delapan) akan membawa pada lenyapnya nafsu keinginan dan harus dikejar, dibangun, dikembangkan dan bukan untuk ditakuti.

Dukkha hanya dapat sepenuhnya ditinggalkan pada saat pencapaian parinibbana.

Kita akan membahas titik terakhir tentang perasaan. Tidak terlalu tepat mengatakan seorang Arahat telah mengakhiri penderitaan. Seorang Arahat masih memiliki penderitaan tubuh jasmani. Seorang Arahat hanya sepenuhnya meninggalkan penderitaan ketika dia melepaskan tubuh ini, ketika dia melepaskan 5 kelompok kehidupan dan memasuki parinibbana. Hanya pada saat inilah dia sepenuhnya meninggalkan penderitaan.

8. Tanha (nafsu keinginan)

Ibarat orang yang sedang minum minuman keras, akibatnya mabuk. Nafsu keinginan ini bisa menimbulkan upadana (kemelekatan).

Sekarang kita tiba pada mata rantai ke Delapan, yakni penyebab dari keterikatan adalah Tanha (nafsu keinginan). Tanha (nafsu keinginan) secara harafiah diterjemahkan sebagai kehausan, tetapi terjemahan yang lebih dikenal adalah nafsu keinginan.

“Ada Enam kelompok nafsu keinginan ini:

- Nafsu keinginan akan bentuk,
- Nafsu keinginan akan bunyi,
- Nafsu keinginan akan bau-bauan,
- Nafsu keinginan atas cita-rasa,
- Nafsu keinginan akan sentuhan dan
- Nafsu keinginan akan objek-objek pikiran”.



Tetapi di **Digha Nikaya 22 (Maha Satipatthana Sutta)**, nafsu keinginan dijelaskan sedikit berbeda (tidak dalam konteks Pativasamuppada) sebagai keinginan pada kesenangan indera, keinginan untuk hidup abadi dan keinginan untuk mengakhiri hidup. Sang Buddha berkata di Sutta ini, “Apakah, para bhikkhu, Kesunyataan Mulia tentang asal mula penderitaan? Nafsu keinginanlah yang menyebabkan kelahiran kembali, yang terikat oleh kesenangan dan kenikmatan duniawi, menemukan kesenangan disana sini sekarang ini: yakni keinginan pada kesenangan indera, keinginan untuk hidup abadi dan keinginan untuk mengakhiri hidup. Dan dimanakah nafsu keinginan ini muncul dan berkembang? Apabila di dunia ini terdapat sesuatu yang disetujui dan menyenangkan dimana saja, di sana nafsu keinginan ini muncul dan berkembang... bentuk, bunyi, bau-bauan, cita-rasa, sentuhan dan objek-objek pikiran di dunia ini yang disetujui dan menyenangkan, dan di sana nafsu keinginan muncul dan berkembang”.

Jadi dari sini kita bisa melihat bahwa dalam konteks Satipattana dan Kesunyataan Mulia Kedua, nafsu keinginan berarti keinginan pada kesenangan indera, untuk hidup abadi dan untuk mengakhiri hidup. Dalam konteks Pativasamuppada, nafsu keinginan berarti nafsu keinginan terhadap bentuk, bunyi, bau-bauan, cita-rasa, sentuhan dan objek-objek pikiran. Sebenarnya, mereka bermakna serupa karena seperti yang dijelaskan di **DN 22** di atas, objek dari nafsu keinginan (pada kesenangan indera, untuk hidup abadi dan untuk mengakhiri hidup) adalah enam objek indera (bentuk, bunyi, bau-bauan, cita-rasa, sentuhan dan objek-objek pikiran). Jika kita membaca Sutta ini lebih jauh, dikatakan, “Dan, apa para bhikkhu, Kesunyataan Mulia tentang lenyapnya penderitaan? Keseluruhan pemudaran dan lenyapnya nafsu keinginan ini, peninggalan dan pelepasan, pembebasan daripadanya dan ketidak-terikatan darinya.” Jadi kita lihat bahwa nafsu keinginan adalah penyebab

dari penderitaan dan kelahiran kembali. Untuk mengakhiri penderitaan dan kelahiran kembali, kita harus menyalakan nafsu keinginan. Kita harus memahaminya.

9. Upadana (kemelekatan)

Ibarat orang yang sedang mengambil buah. Buah terus diambil walaupun keranjangnya sudah penuh, terus saja mengambil. Karena melekat itulah menimbulkan dorongan melakukan sesuatu, sehingga menimbulkan bhava.

Penyebab dari keberadaan adalah Upadana/kemelekatan. Kemelekatan didefinisikan sebagai berikut:

“Terdapat 4 jenis kemelekatan:

- a) Kemelekatan pada nafsu indera (kamupadana)
- b) Kemelekatan pada pandangan-pandangan (ditthupadana)
- c) Kemelekatan pada peraturan dan ritual (silabbatupadana)
- d) Kemelekatan pada doktrin tentang atta (attavadupadana)”.



Kita merujuk pada Abhidhamma untuk penjelasan ini. Di dalam buku Dhammasangani, kemelekatan dijelaskan sebagai berikut:

- a. **Kemelekatan pada nafsu indera** adalah keinginan, hasrat, kemelekatan, kegembiraan, tercemari, belenggu terhadap objek indera. Ini adalah penjelasan yang bagus. Hasrat, kegembiraan, demam terhadap objek indera adalah apa yang dimaksudkan dengan kemelekatan pada nafsu indera.
- b. **Kemelekatan pada pandangan-pandangan** dikatakan merujuk pada semua pandangan salah atau konsepsi salah. Tetapi, kita tidak bisa sepenuhnya setuju terhadap keterangan ini karena jika kita mempelajari Sutta, misalnya MN 2, 8, 22, 25, dan 72, kita akan menemukan bahwa Sang Buddha merujuk pada bermacam-macam perkembangan pandangan. Ada beberapa petapa sekte luar (bukan Buddhis) yang datang untuk berdebat dengan Buddha atau bertanya beberapa pertanyaan. Kadang-kadang mereka bertanya tentang berbagai jenis pandangan, misalnya: “Apakah saya ada dimasa lampau? Apakah saya ini dimasa lampau? Apakah saya akan ada dimasa depan? Adanya diri yang kekal untuk saya. Tiadanya diri yang kekal untuk saya. Dunia ini abadi. Dunia ini tidak abadi. Dunia ini terbatas/tidak terbatas. Jiwa dengan tubuh adalah sama/berbeda. Setelah **Parinibbāna**, **Tathāgata** ada/tidak ada/ada dan tidak ada/bukan ada dan bukan tidak ada...”.

Sang Buddha berkata bahwa:

“Ladang daripada pandangan ini adalah semak-belukar pandangan, pemutar-balikan pandangan, kebimbangan pandangan, belenggu pandangan. Yang disertai oleh penderitaan, kegelisahan, keputus-asaan, keresahan, dan tidak menuntun pada pelepasan, pengaburan, pelenyapan, kedamaian, ke pengetahuan sejati, pada pencerahan penuh, ke Nibbana”.

Dengan kata lain, Sang Buddha berkata bahwa bermacam-macam perkembangan pandangan ini adalah tidak berguna. Bukan hanya merujuk pada pandangan salah tetapi semua jenis pandangan yang tidak bermanfaat, yang tidak membawa pada pencerahan. Memiliki banyak pandangan adalah sangat biasa untuk seorang puthujjana (orang biasa). Karena dia memiliki pandangan tentang diri/aku/jiwa yang kekal, dia memiliki pandangan tentang dirinya sendiri, dia memiliki pandangan tentang orang lain dan pandangan tentang dunia, dan lain-lain. Juga, dia memiliki banyak pertanyaan yang berhubungan dengan hal-hal ini. Ini hanya akan mereda ketika kita mengembangkan batin kita dan tidak menjadi begitu gelisah atau resah. Ketika kita telah memahami Dhamma yang pada dasarnya tidak memiliki keakuan atau jiwa yang kekal, lalu pertanyaan-pertanyaan kita yang tidak berguna akan berkurang. Dengan demikian semua pandangan yang tidak bermanfaat (termasuk yang salah) yang tidak membawa pada pencerahan adalah penjelasan yang lebih beralasan untuk kemelekatan pada pandangan daripada hanya pandangan salah.

- c. **Kemelekatan pada peraturan dan ritual** dijelaskan di Dhammasangani sebagai berpegang dengan teguh pandangan bahwa dengan melalui peraturan dan ritual seseorang bisa mencapai pencerahan.

Penjelasan ini cukup bagus, terutama pada zaman Sang Buddha. Pada masa itu, ada petapa bukan-Buddhis yang berlatih berbagai cara kepetapaan. Mereka memiliki banyak peraturan, misalkan; mereka tidak boleh memakai pakaian; tidak boleh makan daging, tidak boleh makan makanan jenis lainnya selain beras atau jenis gandum tertentu; tidak boleh makan makanan apapun selain buah-buahan yang dipetik dari hutan; mendera sendiri, tidur di atas paku, tidur di udara terbuka, dan lain-lain. Semuanya ini hanyalah peraturan belaka yang

mereka pikir dapat mensucikan mereka. Ritual pada masa Sang Buddha mungkin saja merujuk pada ritual brahmana. Ini disebabkan brahmana memiliki banyak upacara, pengorbanan untuk dewa di surga, dan lain-lain.

Pada masa Sang Buddha, banyak orang berpikir bahwa peraturan dan ritual ini akan mensucikan mereka. Untuk memahami kapan kita harus melakukan sesuatu atau tidak, kita harus melihat kriteria atau standar yang digunakan Sang Buddha. Jika kita melihat Sutta, kita menemukan dimana-mana, bahwa Sang Buddha merujuk pada kriteria tertentu yang harus kita pakai sebagai pertimbangan untuk melakukan sesuatu atau tidak. Dan apa kriterianya?

Yakni jika kita melakukan sesuatu dan menyebabkan pada bertambahnya keadaan batin tak baik atau berkurangnya keadaan batin baik, terhadap diri sendiri maupun yang lain, kita tidak seharusnya melakukannya. Tetapi jika kita melakukan sesuatu dan membawa pada bertambahnya keadaan batin baik atau berkurangnya keadaan batin tak baik, maka kita seharusnya melakukannya.

Dengan demikian, apakah kita ingin mengikuti peraturan/ritual tertentu atau kita tidak ingin mengikuti peraturan/ritual tertentu, ini menjadi kriteria yang harus kita pakai. Jadi dapat dikatakan bahwa kemelekatan pada peraturan dan ritual berarti bersikeras mengikuti peraturan dan ritual tertentu walaupun hal-hal itu menuntun pada bertambahnya keadaan batin tak baik atau berkurangnya keadaan batin baik, terhadap diri sendiri maupun yang lain.

d. Kemelekatan pada doktrin tentang atta dijelaskan sebagai kemelekatan pada pandangan atas atta atau jiwa/roh yang kekal.

Ini adalah penjelasan yang bagus dan ia berarti kita melekat pada kepercayaan adanya atta dalam diri kita. Apakah atta ini? Atta merujuk pada sesuatu yang abadi, yang tidak bergantung pada kondisi dan yang tidak berubah. Tetapi Sang Buddha berkata bahwa tidak dapat ditemui atta di dunia ini. Kita tidak dapat menemukan jiwa/roh yang kekal di dunia karena segala sesuatu terus berubah sepanjang waktu. Segalanya berubah bergantung pada kondisi, bergantung pada hukum dari Paticcasamuppada.

Kadang-kadang timbul kebingungan antara atta dengan diri (self). Kadang-kadang kita berkata tidak adanya diri. Tetapi kita harus jelas dengan apa yang kita maksudkan dengan diri.

Terdapat Dua jenis diri.

Pertama, karena kita memiliki inisiatif untuk melakukan ini atau itu, Sang Buddha berkata tentang adanya diri di AN 6.38. Ini berarti adanya diri yang konvensional yang terus berubah sepanjang waktu, tidak abadi.

Kedua, adalah penting untuk tidak menjadi bingung dengan jiwa/roh yang kekal yang merupakan konseptualisasi diri yang dipercaya oleh banyak makhluk akan keberadaannya.

Kita memiliki diri yang terus berubah, yang ber kondisi, tetapi tidak ada atta. Makhluk hidup menghubungkan konseptualisasi diri dengan kelompok kehidupan-tubuh jasmani, perasaan, persepsi, kemauan dan kesadaran. Kita menganggap lima kelompok tersebut sebagai diri/pribadi atau merupakan milik pribadi atau bersemayam/berada di dalam pribadi atau pribadi tersebut bersemayam/berada di dalam lima kelompok. Ini dinamai kemelekatan pada pandangan salah tentang atta atau jiwa/roh yang kekal.

10. Bhava (proses menjadi, Keberadaan)

Kamma bhava/melakukan, inilah yang akan mendorong makhluk menjadi jati.

Penyebab dari kelahiran adalah Bhava. Bhava dapat diterjemahkan sebagai keberadaan/makhluk (keduanya dapat diberlakukan).

“Apakah Bhava/keberadaan itu? Ada 3 jenis keberadaan: keberadaan alam lingkup-indera, keberadaan alam berbentuk, dan keberadaan alam tanpa bentuk”.



Dalam Pali disebut Kamabhava, Rupabhava, Arupabhava. Jika kata makhluk yang digunakan, maka diterjemahkan sebagai, “Terdapat 3 jenis makhluk: makhluk alam lingkup-indera, makhluk alam berbentuk, makhluk alam tanpa bentuk.” Itu adalah penjelasan dari keberadaan/makhluk.

Keberadaan yang disebabkan oleh kegelapan batin dan nafsu keinginan.

Sekarang kita merujuk pada Majjhima Nikaya 43 untuk memahami Bhava sedikit lebih baik. Di dalam Sutta tersebut, Maha Kotthita, pengikut Sang Buddha bertanya pada Arahata Sariputta:

“Yang Mulia, bagaimana pembaruan keberadaan di masa mendatang dihasilkan?” Arahat Sariputta menjawab, “Pembaruan keberadaan di masa mendatang dihasilkan melalui perasaan bersuka cita pada ini dan itu di pihak makhluk-makhluk yang dihalangi oleh kegelapan batin dan dibelenggu oleh nafsu keinginan”.

Kemudian, Sariputta ditanyai pertanyaan lain sehubungan dengan berakhirnya keberadaan. Beliau menjawab, “Dengan lenyapnya kegelapan batin, dengan munculnya pengetahuan sejati, dan dengan berhentinya nafsu keinginan, pembaruan keberadaan di masa mendatang tidak dihasilkan.”

Oleh karena itu, pembaruan keberadaan di masa mendatang tidak dihasilkan melalui lenyapnya kegelapan batin, dengan munculnya pengetahuan sejati dan dengan berhentinya nafsu keinginan. Kata nafsu keinginan sangat penting karena lenyapnya nafsu keinginan akan mengakhiri keberadaan (sesuai dengan Kesunyataan Mulia yang Ketiga).

Keberadaan yang disebabkan oleh Kamma, Kesadaran dan Nafsu keinginan. Di AN 3.8.76, Ananda bertanya pada Sang Buddha:

“Bhante, orang berbicara tentang keberadaan, “keberadaan”, bagaimanakah keberadaan ini terjadi?”

Sang Buddha berkata, “Seandainya saja, Ānanda, tidak ada alam lingkup-indra dan tidak ada Kamma yang akan berbuah, akankah muncul keberadaan apapun di alam lingkup-indra?”

Ananda berkata, “Tentu saja tidak, Bhante”.

Dan Sang Buddha berkata, “Dengan cara inilah, Ānanda, Kamma adalah ladangnya, kesadaran adalah benihnya dan nafsu keinginan adalah kelembaban. Bagi para makhluk yang dihalangi oleh kegelapan batin, dibelenggu oleh nafsu keinginan, kesadaran terbentuk di alam rendah. Demikianlah adanya kelahiran berulang-ulang di masa mendatang. Dengan cara inilah keberadaan dihasilkan, Ānanda”.

Kemudian Sang Buddha meneruskan, “Kembali seandainya saja, Ananda, tidak ada alam berbentuk dan tidak ada Kamma yang akan berbuah, akankah muncul keberadaan apapun di dalam alam berbentuk?”

Ananda menjawab, “Tentu saja tidak, Bhante”.

Sang Buddha berkata, “Dengan cara inilah, Ananda, Kamma adalah ladangnya, kesadaran adalah benihnya dan nafsu keinginan adalah kelembaban. Bagi para makhluk yang dihalangi oleh kegelapan batin dan dibelenggu oleh nafsu keinginan, kesadaran terbentuk di alam menengah. Demikianlah adanya kelahiran berulang-ulang di masa mendatang. Dengan cara inilah keberadaan dihasilkan, Ananda”. “Sekali lagi, seandainya saja, Ananda, tidak ada alam tanpa bentuk dan tidak ada Kamma yang akan berbuah, akankah muncul keberadaan apapun di alam tanpa bentuk?”

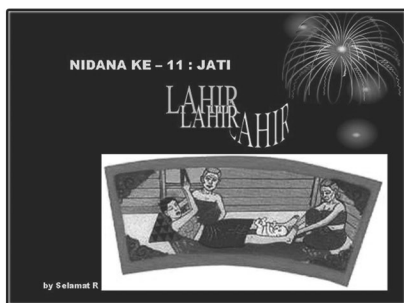
Ananda menjawab, “Tentu saja tidak, Bhante”.

Sang Buddha berkata, “Dengan cara inilah, Ananda, Kamma adalah ladangnya, kesadaran adalah benihnya dan nafsu keinginan adalah kelembaban. Bagi para makhluk yang dihalangi oleh kegelapan batin dan dibelenggu oleh nafsu keinginan, kesadaran terbentuk di alam yang lebih tinggi. Demikianlah adanya kelahiran berulang-ulang di masa mendatang. Dengan cara inilah keberadaan dihasilkan, Ananda”.

Jadi kita lihat di Sutta ini, Sang Buddha berkata Kamma adalah ladangnya, kesadaran adalah benihnya, dan nafsu keinginan adalah kelembaban yang dapat membawa anda pada kelahiran di alam rendah, menengah dan yang lebih tinggi. Ketiga ini berturut-turut merujuk pada alam lingkup indra, alam berbentuk dan alam tanpa bentuk. Kamaloka ini (alam lingkup indra) merujuk pada alam manusia dan ke Enam alam surga di atas kita, dan duggati (alam menderita) di bawah kita.

Dewasa ini, banyak buku yang menyebutkan tentang 4 jenis makhluk ketika mereka menyebutkan tentang alam menderita. Yang pertama (yang terburuk) adalah makhluk neraka, diikuti oleh alam binatang, lalu alam hantu dan alam Asura. Ini adalah salah satu kesalahan yang dihasilkan Abhidhamma, Kitab Komentar dan buku-buku yang muncul belakangan.

Jika kita mempelajari Sutta secara teliti, kita menemukan (misalnya, di MN 12) bahwa alam menderita hanya merujuk pada alam neraka, binatang dan hantu. Tidak disebutkan makhluk Asura di alam menderita dalam Sutta. Asura adalah dewa. Malangnya, mereka suka berkelahi dan minum arak dan sebagainya. Mungkin beberapa orang mempertimbangkan mereka menderita dan mengkategorikan mereka ke alam menderita. Buku-buku tersebut yang menyebutkan Asura adalah makhluk di alam menderita berkata bahwa Asura ini



adalah sejenis makhluk hantu. Bahkan dikatakan dalam Sub Komentar ada makhluk Asura di alam neraka. Tetapi, di **Sutta Digha Nikaya:24** kita dapati bahwa Kalakanja Asura adalah Asura tingkatan paling rendah. Lalu di **Digha Nikaya:20**, kita temui bahwa Kalakanja Asura adalah dewa, yang membuktikan secara jelas bahwa semua Asura adalah dewa. Kembali lagi, ini membuktikan betapa buku-buku yang belakang menyampaikan ajaran yang tidak benar.

Keberadaan yang bergantung pada kesadaran.

Untuk membantu kita memahami Bhava/keberadaan lebih lanjut, kita akan mengutip Kevaddha Sutta (DN 11). Sang Buddha berkata,

“Tetapi, bhikkhu, kamu tidak seharusnya bertanya seperti ini: “Kemanakah Empat unsur besar- tanah, air, api dan angin lenyap tanpa sisa?”

Sebaliknya kamu seharusnya bertanya: “Dimanakah unsur tanah, air, api dan angin, tidak bersyaratkan muncul? Dimanakah panjang dan pendek, halus dan kasar, bagus dan buruk, dimanakah nama-rupa sepenuhnya lenyap?”

Dan jawabannya adalah: “Dimana kesadaran tidak muncul, tiada batasnya, bercahaya, maka disitulah unsur tanah, air, api dan angin tidak bersyaratkan muncul. Disana, yang panjang dan pendek, halus dan kasar, bagus dan buruk, di sana nama-rupa sepenuhnya lenyap. Dengan berakhirnya kesadaran, semua ini pun lenyap”.

Sutta ini berkata bahwa kita tidak seharusnya bertanya kemana empat unsur besar (tanah, air, api dan angin, yang berhubungan dengan dunia fisik) lenyap tanpa sisa. Sebaliknya kita seharusnya bertanya dimana empat unsur besar tidak bersyaratkan muncul, yakni tidak memiliki dasar atau faktor pendukung untuk muncul. Sang Buddha berkata jika kesadaran tidak muncul maka lenyaplah semua, lalu empat unsur besar tidak memiliki dasar atau faktor pendukung untuk muncul.

Dengan kata lain, dunia ini (empat unsur besar) muncul bergantung dengan kesadaran. Dengan adanya kesadaran, muncullah persepsi terhadap dunia. Jika tidak ada kesadaran, dunia lenyap secara keseluruhan. Dunia tidak muncul secara terpisah dari kesadaran. Ini adalah aspek penting lainnya dari keberadaan yang perlu kita pahami dan yang akan ditunjukkan belakangan.

11. Jati (kelahiran)

Karena lahir inilah yang mengkondisikan jara-marana.

Penyebab dari penuaan dan kematian adalah kelahiran.

“Apakah kelahiran itu? Kelahiran para makhluk di berbagai alam keberadaan, kedatangan mereka dalam kelahiran, pengentalan (di dalam kandungan), pembentukan, manifestasi dari kelompok kehidupan, perolehan landasan untuk kontak-Inilah kelahiran”.

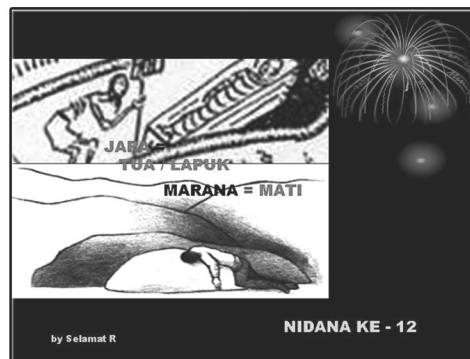
Kelahiran yang kita pahami dengan cara biasa, yakni kelahiran dari suatu makhluk dari dalam rahim atau telur, dan lain-lain. Dengan demikian, istilah-istilah kelahiran, penuaan dan kematian merujuk pada kelahiran, penuaan dan kematian yang biasa dari seseorang, yakni yang berhubungan dengan tubuh. Demikianlah, ia berlawanan dengan interpretasi bahwa kelahiran, penuaan dan kematian merujuk pada kelahiran, penuaan dan kematian dari sesuatu makhluk dalam batin (karena kita membentuk pandangan dari suatu makhluk dalam batin kita). Ini bukan sesuatu yang hanya terjadi dalam batin kita tetapi juga terhadap tubuh. Oleh sebab itu, ada sedikit kontradiksi dengan interpretasi satu masa kehidupan dari Patikkasamuppada. Ini adalah hal pertama yang ingin kita pahami.

12. Jara-Marana (Penuaan dan kematian)

Yaitu ketuaan, kematian, keluh kesah, ratap tangis, dan penyakit yang berarti dukkha.

Penuaan dan kematian didefinisikan sebagai berikut di dalam Sutta.

“Apakah penuaan itu? Proses penuaan para makhluk di berbagai kelompoknya, lanjutnya usia, patahnya gigi, memutihnya rambut, berkerutnya kulit, menurunnya daya hidup, melemahnya kemampuan indera-Itulah penuaan”.



Jadi disini kita lihat bahwa penuaan merujuk pada penuaan yang biasa dialami seseorang.

“Apakah kematian itu? Lenyapnya para makhluk dari berbagai alam keberadaan, padamnya, berakhirnya, terberainya, hilangnya, matinya, habisnya waktu, terberainya kelompok kehidupan, – Itulah kematian”.

Kematian ini juga merujuk pada kematian yang biasa dari seseorang seperti yang kita ketahui. Proses dari penuaan dan kematian ini juga menyebabkan munculnya kesakitan, kesedihan, ratap tangis, rasa sakit, kemuraman dan keputusan, yakni keseluruhan massa penderitaan.

Di dalam Patīcasamuppāda yang rangkaianannya digambarkan sebagai ayam (simbol keserakahan/lobha), ular (simbol kebencian/dosa), dan babi (simbol moha/kebodohan). Ini adalah tiga akar perbuatan yang menyebabkan makhluk-makhluk tumimbal lahir di alam yang menyedihkan.

Nidāna 12 diibaratkan dengan 12 mata rantai. Penjelasan di atas di mulai dari avijja. Apakah sebab pertama itu adalah avijja dan apakah jara-marana penyebab timbulnya avijja? Tidak, tidaklah demikian adanya, itu hanya urusan mengungkapkan perumpamaan dan pada umumnya di dalam penjelasan patīcasamuppāda, 12 nidāna hanya selesai sampai di situ, dan hal itu bisa menimbulkan pandangan salah, sebab bisa timbul anggapan bahwa “avijja itu adalah awalnya” sehingga avijja dianggap sebagai sebab pertama. Dan itu tidak beda jauh dengan agama lain, ada sebab pertama, cuma namanya bukan avijja.

Ada 3 lingkaran patīcasamuppāda: kilesa vatta, kamma vatta, dan vipaka vatta yang terus berputar. Kilesa itu akan mendorong terbentuknya kamma. Kamma akan mendorong, akhirnya memproduksi hasil. Hasil ditanggapi oleh batin kita yang kotor, membentuk kamma lagi, hasil lagi, terus berputar. Kilesa dan kamma menimbulkan hasil. Jadi kilesa dan kamma itu sebab akibatnya vipaka, terus kilesa, kamma, upadana, bhava itu sebab lagi, hasil lagi.

Setiap orang yang avijja, pasti ia punya kekotoran batin juga. Avijja pasti join dengan tanha dan upadana, sankhara pasti ikut serta di dalamnya. Artinya segala sesuatu yang terjadi sekarang ini adalah hasil kontribusi dari perbuatan masa lampau. Hasil kita yang akan datang merupakan kombinasi dari kamma di masa lampau+kamma kita di masa sekarang. Jadi kamma kita yang sekarang berkombinasi membentuk hasil berikutnya, di mana vinnana, nama-rupa, salayatana, phasa, dan vedana ini merupakan manifestasi dari kelahiran, kelapukan, dan kematian.

Kesadaran kita muncul padam itu artinya lahir, mati, lahir, mati. Makanya jatijara-marana sama dengan vinanna, nama-rupa, salayatana, phasa, dan vedana. Jadi pada saat yang lampau yang menjadi sebab ada 5 yaitu: avijja, sankhara, tanha, upadana, dan bhava.

Menimbulkan hasil sekarang ada lima. Hasil yang sekarang direspon oleh batin kita dengan sebab yang sekarang yang kita lakukan. Sebab sekarang yang kita lakukan ada 5 juga yaitu: tanha, upadana, avijja, sankhara, bhava.

Sebab sekarang ini akan menimbulkan hasil yang akan datang hasilnya 5 juga. Hubungan antara sebab dan akibat, antara akibat dan sebab baru, antara sebab dan akibat berikutnya, itu ada hubungan yang bisa diputus. Antara aksi dan reaksi ada satu hubungan yang bisa diputus, tapi karena itu sudah lampau, sudah terlanjur jadi tidak dapat diputus. Antara hasil yang sekarang dengan sebab yang akan datang masih bisa kita kendalikan. Begitu prasangka muncul, bagaimana caranya supaya tidak timbul tanha. Itu yang harus diputus, saat ini.

Aplikasinya seperti anak-anak perempuan yang menyukai boneka. Kalau bonekanya jatuh dan patah, pasti menangis. Karena ingat boneka, ditanya juga tidak mau menjawab artinya ada avijja. Kemudian anak itu memutuskan sesuatu, berkehendak, ingin agar boneka itu kembali. Timbullah kesadaran yang kalau melihat boneka itu ia akan menangis lagi.

Ada kesadaran melihat di mana didalamnya ada faktor-faktor batin yang ikut berkecamuk. Karena ada avijja dan kekuatan kamma yang mendorong munculnya kesadaran disertai dengan batin dan jasmaninya itu, maka indera si anak menjadi lebih peka.

Begitu kontak, terjadilah perasaan yang tidak menyenangkan, ia ingin perasaan yang tidak menyenangkan itu hilang, ingin boneka itu kembali. Keinginan agar boneka itu kembali tersebut karena sudah terjadi anggapan “Inilah bonekaku” yang begitu kuat, sehingga menimbulkan kekuatan untuk ia terlahir sebagai anak perempuan dengan “Aku” yang memiliki boneka itu. Anak itu “lahir” baru, berhenti tangisnya. Malam ia ingat lagi, lewat kontak pikiran. Kontak terjadi, ingat boneka, begitu ingat, timbul perasaan tidak senang, ingin lagi, melekat lagi, nangis lagi, terus berputar, selama avijja dan tanha itu belum hancur. Dan pada saat terjadi kontak ia tidak paham bagaimana cara mengendalikannya. Ini berarti patīcasamuppāda berputar terus sampai ia dewasa.

Contoh yang paling mudah adalah dua sejoli yang lagi dimabuk asmara/pacaran, suatu saat si wanita melihat pacarnya berjalan dengan wanita lain...., apa yang terjadi ? Pikirannya langsung bereaksi, mengakibatkan indera-inderanya menjadi peka terhadap provokasi yang ia lihat. Mungkin si pria hanya menolong perempuan itu untuk menyeberang jalan saja. Tapi kalau sudah timbul perasaan yang tidak menyenangkan, ia ingin segera hal itu tidak terjadi. Karena keinginannya begitu kuat dan dipendam terus, jadi melekat, "Itu pacarku", muncul "Aku". Kekuatan menjadi itu menyebabkan ia lahir kembali sebagai perempuan yang memiliki "Aku" yang lebih tinggi dan konsekuensinya ia sedih, mudah cemburu, ratap tangis dan lain-lain..... disinilah Paticcasamuppada telah bergulir.

Contoh lain: Si A dan Si B, mereka berdua kalau bertemu selalu saling bertukar sapa, tapi pada suatu hari, ketika si A bertanya kepada si B tentang sesuatu dan si A mendapatkan jawaban yang hambar dari si B. Karena pemikiran yang tidak mendalam dan tidak bijaksana, avijja si A menimbulkan "penilaian" tertentu. Timbul satu kesadaran, faktor-faktor batin yang muncul ditanggapi oleh si A sebagai menyebalkan, ia ingin si B berubah. Begitu melekatnya hal itu, sehingga ketika si B menyampaikan sesuatu dan timbul kontak melalui pendengaran. Apapun yang dibicarakan oleh si B akan menjadi negatif, demikian pula dengan tanggapannya, pasti negatif juga. Lahirlah ia kembali menjadi si A yang lebih baru lagi, yang semakin cepat tersinggung batinnya, si B pun makin menderita.

Contoh yang lebih sederhana: kita sering mengunyah permen karet, karena terasa enak, timbul kemelekatan. Pada saat timbul kemelekatan, avijja muncul, kita terus mengunyah permen. Paticcasamuppada terus berputar dalam bentuk kemelekatan yang halus yaitu rasa enak. Begitu permen manisnya hilang, langsung kaget, dibuang, action baru muncul.

Selama makhluk-makhluk itu diliputi oleh avijja dan tanha, ia tidak akan paham dengan paticcasamuppada. Aplikasinya dalam kehidupan sehari-hari misalnya, kita menerima cacian, ada objek pendengaran, ada landasan indera pendengaran, terjadilah kontak. Pada saat kontak itu, terjadilah kesadaran pendengaran. Pada saat perasaan yang tidak menyenangkan itu muncul, umumnya kita langsung sedih atau marah, itu artinya rem kita blong. Ada orang yang sedih, marah, atau dendamnya sebentar, ada juga yang lama bahkan sampai bertahun-tahun.

Kalau kita mulai berlatih pada saat muncul suara yang tak menyenangkan misalnya pada saat bermeditasi, terdengar suara, biasanya muncul perasaan kesal. Mengapa kita tidak lakukan hal ini begitu muncul kekesalan: "Oh, ini kesadaran mendengar, apakah saya harus membuat sebab baru dengan marah, oh tidak, itu hanya vipaka yang muncul, saya sekarang sedang bermeditasi". Tetapi wajar kalau remnya blong, cuma kalau sudah terjadi demikian, jangan disesali, karena penyesalan itu akan menimbulkan kebencian. Kalau kemarahan sudah muncul dan terjadi, munculkan kesadaran bahwa "marah itu tidak benar, saya sudah menanam sebab baru, pasti ada akibat, tapi saya tidak mau terus menerus marah, tidak mau terus menerus memutar roda paticcasamuppada". Itulah yang disebut selalu waspada, satisampajanna. Kalau melaksanakan seperti itu, artinya kita melaksanakan vipassana dalam kehidupan sehari-hari, di situ kita akan lebih paham.

Jika kita amati dari 12 faktor yang ada, di mana penjelasannya mulai dari avijja, sankhara, dan seterusnya, ternyata kemunculannya tidaklah harus berurutan seperti itu. Tidak harus munculnya dari avijja dulu, kemudian sankhara, dan seterusnya.

Pada masing-masing kelompok itu ada yang merupakan sebab; sebab tersebut menimbulkan akibat. Akibat yang sekarang dialami ini dikondisikan oleh munculnya sebab yang dilakukan pada saat yang lalu, kemudian akan mengkondisikan akibat pada saat yang akan datang. Kemudian kita amati lebih dalam lagi ke dalam Tipitaka dan kitab-kitab komentar, paticcasamuppada yang sering sekali didengung-dengungkan dan dibahas umum di Indonesia lebih banyak mengacu pada Visuddhimagga. Jadi Visuddhimagga adalah salah satu kitab yang merupakan kompilasi dari Tipitaka yang disusun oleh Buddhagosa Thera. Di dalam buku itu memang secara detil dijelaskan tentang paticcasamuppada dalam hubungannya dengan kehidupan demi kehidupan, artinya ada kehidupan lampau, sekarang, dan yang akan datang. Sebaliknya kalau kita membaca dalam Tipitaka, paticcasamuppada ini lebih banyak dijelaskan tentang saat pikiran, tidak peduli itu kehidupan lampau, sekarang, atau yang akan datang, tetapi lebih terfokus pada muncul padamnya kesadaran, karena disitulah bekerjanya Paticcasamuppada.

Pada **Mahanidana Sutta**, kita membaca secara teliti di mana hal itu erat kaitannya dengan Abhidhamma. Paticcasamuppada dijelaskan oleh Sang Buddha tidak hanya urutan 12 faktor mulai dari avijja sampai dengan jaramarana. Di dalam Mahanidana Sutta ada varian, jadi setelah munculnya tanha itu ada 2 varian, yaitu:

pertama, tanha mengkondisikan kemelekatan; dan kedua, munculnya tanha mengkondisikan pengkondisian salah satu kondisi untuk mencari (pencarian); pencarian ini mengkondisikan perolehan/pendapatan; pendapatan mengkondisikan kepemilikan; kepemilikan mengkondisikan penjagaan; penjagaan mengkondisikan penggunaan senjata, pengamanan, dan sebagainya; penggunaan senjata mengkondisikan terjadinya pembunuhan; pembunuhan mengkondisikan terjadinya bicara tidak benar dan seterusnya; yang pada akhirnya mengkondisikan penderitaan bagi makhluk itu.

Ke-12 faktor itu seolah-olah urutan teknis istilah-istilah Abhidhamma. Varian ke-2 ternyata dalam aplikasinya keinginan itu bisa menimbulkan seseorang untuk berupaya mencari. Dari upaya mencari bisa mengkondisikan seseorang memperoleh apa yang di inginkan. Dari upaya yang telah dilakukan dan memperoleh itu menimbulkan suatu kepemilikan. Kalau ia memiliki sekali, ada keterikatan terhadap kepemilikan itu. Maka ada upaya-upaya melakukan penjagaan. Dari penjagaan ada upaya-upaya melakukan bagaimana caranya supaya itu tidak hilang dengan cara-cara yang keras dan seterusnya. Itu namanya “*applied*”, aplikasi salah satu varian dalam sutta itu. Artinya kalau 12 faktor itu seolah-olah hanya menyangkut diri pribadi seseorang, dari variasi yang kedua ternyata paticcasamuppada bisa bergulir dan berpengaruh terhadap lingkungan sosial. Dengan adanya pola perilaku dari individu yang seperti tadi maka akan berpengaruh terhadap perilaku sosial. Ini juga berarti tingkat keinginan dari individu memang secara langsung berpengaruh terhadap penderitaannya tetapi secara tidak langsung juga berpengaruh terhadap bergulirnya paticcasamuppada pada makhluk-makhluk disekitarnya. Paticcasamuppada yang dijelaskan dalam 12 mata rantai itu merupakan suatu proses alamiah. Jadi Sang Buddha dalam hal ini menjelaskan tentang suatu proses alamiah yang terjadi pada orang dan masyarakat yang merupakan wujud dari bergulirnya Paticcasamuppada.

Sutta yang lainnya yaitu Agganna Sutta, dikatakan:

“Manusia pertama di bumi ini banyak, mulai dari makhluk Abhassara Bhumi yang mati. Kemudian lahir di bumi melayang-layang dengan tubuh bercahaya, bumi sedang berproses. Ketika bumi sedang berproses, makhluk ini timbul sifat lobha, memakan sari tanah”.

Di dalam **Agganna Sutta** itu juga dijelaskan, dengan meningkatnya tanha dari makhluk-makhluk yang bercahaya tersebut, maka menimbulkan tingkat kelebihan dari konsumsi. Sebagai ilustrasi: dengan meningkatnya lobha, pohon-pohon padi yang biasanya tidak perlu dipanen karena padi datang bergulir sendiri, sehingga orang pada saat itu tidak menanam padi untuk diambil, tetapi padi itu “jalan” sendiri, sudah masak sendiri. Tetapi karena sifat lobha tadi, makhluk-makhluk itu menyimpan dan mengambil lebih banyak; karena mengambil lebih banyak artinya pohon ini menjadi lebih sedikit sehingga pohon padi harus ditanam. Orang tersebut harus datang ke sawah untuk memelihara dan mengambil padi tersebut. Dengan meningkatnya keserakahan orang tersebut, maka pohon padi terkondisikan untuk dibudidayakan dan seterusnya sampai terbentuknya sistem-sistem di masyarakat. Masyarakat kemudian dikelompokkan berdasarkan pekerjaan. Ada yang sebagai brahmana, satria, dan sebagainya. Pada akhirnya pengelompokkan masyarakat berdasarkan jenis pekerjaan itu dianggap oleh orang sekarang seolah-olah seperti kasta. Awalnya itu cerita dari meningkatnya lobha/tanha. Jika itu dihubungkan, ada satu aplikasi dari Paticcasamuppada yang bergulir pada kehidupan sosial hingga berpengaruh terhadap lingkungan.

Jadi Sang Buddha mengungkapkan Paticcasamuppada tidak selalu mulai dari avijja. Pada cerita tadi, ia harus datang ke sawah, menanam padi, dan harus ingat sudah berapa lama padi itu harus dipanen. Yang tadinya itu tidak terjadi, akibat pola tingkah sifat lobha maka mempengaruhi lingkungan menjadi berubah. Pada Agganna Sutta juga ada proses tentang perkawinan manusia saat itu. Karena terlalu lama melihat, awalnya makhluk itu tidak disebut wanita atau pria, tetapi bentuknya sudah mulai berubah tergantung tingkat pola seberapa banyak ia mengkonsumsi sari tanah, artinya seberapa banyak tanha, ia berubah bentuknya.

Bentuk tubuh manusia itu terpengaruh dari proses paticcasamuppada (nama-rupa). Karena perbedaan bentuk tubuh ini, mereka saling memandang. Terlalu lama memandang, muncullah nafsu, terjadilah hal-hal yang mereka inginkan, terjadilah perkawinan, kelahiran, dan sebagainya. Itu dijelaskan di dalam Agganna Sutta, Paticcasamuppada tersamar. Tetapi kalau tahu hakikat sesungguhnya yang mulai dari avijja sampai dengan jara-marana, adakah faktor dari 12 itu yang dapat kita lihat? Ternyata ada, artinya berproses, adanya penderitaan. Jelas sekali bahwa paticcasamuppada selalu dibabarkan oleh Sang Buddha di mana pun, cuma cara pembabarannya ada yang menggunakan istilah-istilah teknis tetapi di bagian lain menggunakan bahasa sosial kemasyarakatan, karena hal ini tergantung pada pendekatan keadaan dari si pendengar sehingga dapat lebih mudah dipahami.

Dalam **Cakkavatti Sihanada Sutta** (cerita tentang raja alam semesta), di situ dituliskan bahwa karena raja dunia saat itu tidak memberikan dana kepada fakir miskin maka terjadilah proses kelaparan; karena mereka lapar maka mengkondisikan pencurian; karena ada pencurian maka terjadi penangkapan dan hukuman; karena ada hukuman maka terjadi kondisi untuk berdusta; karena berdusta maka terjadilah penyelidikan; karena diselidiki mengkondisikan terjadinya pembunuhan dan seterusnya. Awalnya bergulir penderitaan dari sosial kemasyarakatan, ada lobha dan tanha. Raja sendiri menderita dan sebenarnya sudah terjadi proses paticcasamuppada. Karena raja tidak memberikan dana, ada pihak lain yang merasakan akibatnya. Di masyarakat muncul keinginan dan keterikatan untuk mencuri, apalagi ada lobha yang membuat makin menderita. Akibatnya umur manusia mulai berkurang, berjalan sesuai dengan tingkah laku kejahatan yang dilakukan saat itu. Tingkat keserakahan dan keresahan sudah mulai tinggi, perangpun membudaya.

Dalam sutta-sutta selanjutnya, kalau kita simak pembabaran Paticcasamuppada yang kita bahas ini tidak lain adalah proses kemunculan, munculnya dukkha.

Ini merupakan suatu kenyataan “kesunyataan mulia tentang dukkha”. Kemudian di dalam sutta itu dijelaskan, pada saat makhluk itu menderita mulai avijja sampai dengan jatijara-marana, penderitaan itu mengkondisikan tiga variasi terhadap terjadinya keadaan yang terbebas dari dukkha, yaitu:

Variasi pertama, penderitaan itu menimbulkan dan mengkondisikan munculnya keyakinan bagi seseorang; keyakinan mengkondisikan timbulnya suatu kegembiraan untuk melaksanakan kebaikan; kegembiraan melaksanakan kebaikan mengkondisikan timbulnya ketenangan pikiran; ketenangan pikiran mengkondisikan timbulnya kebijaksanaan; kebijaksanaan mengkondisikan hancurnya kebodohan batin dan keserakahan; hancurnya kebodohan batin dan keserakahan mengkondisikan yang bersangkutan terbebas dari dukkha.

Jadi walaupun seseorang menderita itu bisa mengkondisikan munculnya keyakinan. Keyakinan memiliki 3 aspek, yaitu: keyakinan harus berlandaskan pada pengetahuan, artinya kalau seseorang sedang menderita, kemudian mendengar Dhamma akan muncul suatu pengetahuan yang bisa memunculkan keyakinan awal bagi orang itu, minimal ia yakin bisa terbebas dari penderitaan. Jadi keyakinan itu ada aspek pengetahuan, pengertian, dan kemauan. Kalau ia yakin, disertai dengan kemauan, ia bisa terbebas dari dukkha. Walaupun seseorang melakukan sesuatu hanya dengan keyakinan, itu bisa menimbulkan kegembiraan bagi orang tersebut. Kalau ia sudah gembira dengan keyakinan seperti itu, kemudian ia bermeditasi, batinnya menjadi tenang. Kalau batinnya tenang ia bisa mengamati fenomena muncul padamnya nama-rupa. Kalau ia bisa mengamati itu, bisa muncul suatu kebijaksanaan, bisa terbebas dari dukkha. Jadi janganlah mencela orang yang hanya mempunyai keyakinan. Betapa pun kecilnya keyakinan adalah tetap keyakinan, yang bisa mengkondisikan keterbebasan dari dukkha. Jadi yang tadi berputarnya dukkha seolah-olah kita tidak bisa lepas dari Paticcasamuppada ternyata di sutta itu ada penjelasannya. Paticcasamuppada yang berakhir dengan kebahagiaan yang mengatasi duniawi...

Variasi kedua, penderitaan itu mengkondisikan seseorang untuk melaksanakan perbuatan baik. Kusala kamma menimbulkan seseorang berbahagia karena ia melakukan perbuatan baik, ia terkondisikan untuk berbahagia. Karena ia berbahagia terkondisikan batinnya menjadi tenang. Ketika berbuat baik itu memberikan buah/hasil, hasil itu membahagiakan. Kalau ia bahagia, ia menjadi tenang, dan seterusnya...

Variasi ketiga, penderitaan mengkondisikan *wise reflection* (perhatian/perenungan yang mendalam). Ketika ia menderita, ia merenung, mengkondisikan perenungan “oh, ini rupanya penderitaan, seperti ini”, ia menyelidiki. Dari situ bisa timbul ketenangan.

Jadi, dari Empat Kesunyataan Mulia, paticcasamuppada menjelaskan tentang kesunyataan mulia pertama dan ketiga. Di samping itu, awalnya dari dukkha-dukkha merupakan kesunyataan mulia kedua (sebab dukkha). Sang Buddha membabarkan paticcasamuppada itu merupakan proses alamiah dari dukkha, sebab dukkha, dan padamnya dukkha. Bukan metode terbebas dari dukkha tetapi proses alamiah tentang muncul, sebab, dan padam.

Jalan Mulia Berunsur Delapan merupakan cara untuk memutus dukkha dari Paticcasamuppada di kesunyataan mulia yang pertama. Sehingga terealisasi kesunyataan mulia yang ketiga yaitu padamnya dukkha. Jadi paticcasamuppada dalam Tipitaka disebut Majjhima Dhammadesana (pembabaran ajaran tengah). Ajaran tentang proses ini maksudnya untuk menghancurkan dua pandangan sesat yang umum terjadi pada jaman Sang Buddha yaitu pandangan tentang kekekalan dan pandangan tentang kemusnahan. Ketika mempelajari paticcasamuppada ternyata muncul padam saling berinteraksi, saling berpengaruh.

Jika kita membaca Dhammacakkapavattana Sutta alinea ke-2, ada dua hal yang harus ditinggalkan kemudian dilaksanakan. Dua hal yang harus ditinggalkan yaitu pemuasan nafsu dan menyiksa diri. Begitu kita mempelajari

paticcasamuppada jelas bahwa dua hal ekstrim itu tidak bermanfaat. Ada juga pandangan bahwa segala sesuatu ini “milikku”. Ternyata dalam hakikat yang sesungguhnya tidak ada yang bisa kita miliki, artinya dari Jalan Mulia Berunsur Delapan, kita membangun dengan mempelajari paticcasamuppada yaitu meningkatkan pengertian benar. Kalau seseorang telah mempunyai pengertian benar, paling tidak ia bisa menghancurkan avijja. Kalau avijja tidak muncul maka padamlah yang ini. Jadi paticcasamuppada merupakan ajaran dasariah dari Buddhisme yang sangat penting sekali. Memang sangat jarang Umat Buddha mendengarkan atau belajar ajaran ini. Sesungguhnya ajaran paticcasamuppada akan membentuk suatu pengertian benar terhadap proses segala sesuatu. Kalau ini sudah bisa dimengerti, maka kita akan lebih tenang.

Jika dipilah-pilah, yang memutar roda paticcasamuppada dalam abhidhamma itu ada yang disebut dengan:

- Kamasava,
Yaitu kekotoran bathin yang menyangkut nafsu indera. Ketika indera kita mengadakan kontak, hal ini menyangkut/berkaitan dengan pendengaran, penglihatan, penciuman, pengecapan, dan sentuhan dari panca indera.
- Bhavasava,
Yaitu kekotoran batin yang menyangkut eksistensi (keberadaan) atau ingin terlepas dari sesuatu yang tidak menyenangkan.
- Ditthasava,
Yaitu kekotoran batin karena pandangan yang keliru.
- Avijjasava,
Yaitu kekotoran dari kegelapan batin.

Dari keempat asava ini muncullah tindakan-tindakan.

Jika kita perhatikan dari rangkaian paticcasamuppada dalam 12 mata rantai, umumnya sudah langsung muncul perasaan. Ketika kontak dalam kehidupan sehari-hari yaitu kontak terhadap objek-objek indera, hal tersebut mengkondisikan munculnya perasaan; pada saat perasaan itu muncul empat jenis asava yang tadi juga siap muncul. Misalnya pada saat melihat seorang atasan sedang memperlakukan bawahannya dengan seenaknya, timbul pikiran, "wah, enak juga nih menjadi atasan." Dengan adanya kontak seperti itu bisa memunculkan suatu keinginan untuk menjadi orang yang bertindak seperti itu. Dari keinginan-keinginan tersebut jika ia berpandangan bahwa sebagai atasan itu enak, artinya pandangan tertentu tersebut yang menyertai keinginan menyebabkan ia melekat pada pandangan yang salah itu. Seberapa besar ia ingin menjadi atasan akhirnya ia melakukan tindakan-tindakan untuk mencapai itu. Tindakan-tindakan itu disebut kammabhava.

Jadi, dari kontak muncul suatu keinginan yang disebut tanha sehingga muncul tindakan. Secara fisik ia tidak meninggal tetapi secara bathin ia terlahir/jati sebagai 'akulah atasan', lahirlah konsep "aku". Jika ia sudah lahir, maka jati-marana muncul; begitu ia tumimbal lahir, bathinnya menganggap dirinya sebagai atasan, ia sudah lahir sebagai atasan dalam dirinya. Jika sudah tumimbal lahir secara bathin menjadi atasan maka konsekuensinya adalah dukkha, dukkha...

Apa yang dirasakan sebagai dukkha? Ia tidak dianggap sebagai atasan, karena jabatan bisa saja lepas. Dari contoh itu saja sudah beberapa hal muncul. Mulai dari penglihatan muncul suatu tanha, memiliki suatu pandangan. Pandangan ini dilekati, melekat pada pandangan, melakukan "action", sehingga terjadi kelahiran baru 'aku'. Begitu lahir muncul suatu kemelekatan baru yaitu pada konsep aku (upadana), kemelekatan terhadap aku sebagai atasan, berputar lagi, butuh "action" untuk mempertahankan kedudukan sebagai atasan itu, lahir lagi dengan lebih melekat, "aku si atasan" terus saja melekat, akibatnya penderitaannya makin kuat. Hal ini bukan berarti kita tidak boleh menjadi atasan, tetapi kemelekatan menjadi atasan itulah yang tidak boleh kita lekati. Atasan ini bisa dalam berbagai bentuk, artinya bisa sebagai majikan, bhikkhu, saya yang pandai/pintar, penceramah, pendeta, dan lain-lain. Jika sudah muncul seperti itu dan kalau sudah terjadi seperti itu, maka bersiap-siaplah dengan jara-marana. Sehingga dari saat ke saat dalam kehidupannya jika kontak dengan sesuatu akan cepat terkena stress/depresi. Umumnya memang dalam menjalankan kehidupan, kita terkena stress/depresi.

Ini pasti ada yang salah, apa yang salah? Ketika melihat objek yang menyenangkan terjadilah kontak, muncul perasaan, lalu keinginan, mempertahankan melihat yang menyenangkan itu. Hal ini berkaitan dengan objek penglihatan. Dari objek kecapan rasa "wah, enak ini", ingin mempertahankan rasa yang enak, sehingga timbul suatu kemelekatan bahwa ini benar-benar enak, kekal, dan bisa dipertahankan. Kita melakukan "action" untuk mempertahankan itu, setelah tercapai, muncul suatu kesombongan. Dan ketika terjadi suatu kelapukan dari sesuatu yang dipertahankan, keinginan menjadi tidak terpenuhi, akhirnya hal-hal yang tidak diinginkan pun terjadi tanpa dapat dicegah.

Jadi konsep *paticcasamuppada* ini semua terjadi karena ada banjir dari nafsu, banjir halusinasi untuk menjadi sesuatu, banjir dari pandangan, banjir dari konsep tentang 'kepemilikan'. Di dalam *abhidhamma* ada konteksnya, *asava* itu merupakan kekotoran. Jika sudah dilatih terus menerus, tanpa disadari ia akan membanjiri batin kita.

Sebagai contoh, jika melihat seseorang melaksanakan suatu peraturan "oh, damai sekali peraturan ini", ia melekat pada peraturan dan menganggap bahwa itulah yang paling benar. Begitu ada orang yang ketika ia lihat peraturannya berbeda atau tidak mengikuti peraturan yang ia anggap paling benar itu, akan muncul anggapan bahwa yang lain keliru. Begitu ia lekat mengakibatkan depresi, kalau sudah depresi pasti ada "*action*" ingin menghilangkan depresi itu, caranya ia keluar dari ruangan sambil marah-marah atau menegur orang itu, yang ujung-ujungnya berakibat penderitaan juga.

Lalu bagaimana memutuskannya? Kita harus berlatih, begitu muncul suatu perasaan, perasaan itu diamati. Bila perasaan yang menyenangkan itu diamati, ternyata muncul dan padam. Atau bila begitu muncul perasaan yang tidak menyenangkan, perasaan itu diamati, ternyata akan langsung padam karena sifatnya tidak kekal. Tetapi jika lolos, begitu muncul perasaan menyenangkan timbul suatu keinginan. Dan ketika diamati, keinginan ini pun akan padam. Jadi itu namanya latihan terhadap ledakan-ledakan dari bentuk-bentuk pikiran.

Yang paling mudah adalah perenungan terhadap jasmani. Banyak sekali modelnya. Ada yang memperhatikan napas masuk-keluar, ada yang posisi duduk/berdiri, atau memperhatikan naik-turun-nya dan kembang-kempis perut, dan lain-lain. Misalnya kita mengamati naik turunnya perut ketika sedang duduk atau berbaring, perut itu naik turun. Jika tidak terasa, peganglah perut itu, rasakan dalam bathin, konsep naik dan turun. Pada saat mengamati itu, pasti pikiran kita yang masih pemula biasanya sering melenceng. Ketika mengamati itu, terdengar orang berbicara, amati dalam bathin mendengar, mendengar... Setelah mendengar itu selesai diamati, sadari bahwa kita sedang mengamati naik turun perut, amati lagi.

Tidak perlu menyebut kata-kata naik, turun, naik, turun... Tetapi cukup dirasakan saja proses naik dan turun. Inilah objek utama. Objek kedua yaitu segala sesuatu yang terjadi di luar objek utama. Kita mendengar, mencium bau, pegal, atau apa saja yang timbul... Jika pegal, amati itu pegal, pegal, pegal... Rasakan dan sadari pegal itu seperti itu... Setelah hilang kembali lagi ke objek utama. Begitu juga dengan gatal, amati gatal, gatal, gatal... ingin menggaruk, ingin, ingin, ingin... hingga Bergeraknya tangan teruslah diamati. Pada tahap-tahap pertama ini banyak yang lolos sehingga tidak begitu efektif dipelajari. Lama-lama, setiap detik kita bisa mengamati satu fenomena. Itu memang tidak bisa secara instan tapi butuh latihan, waktu, dan kesabaran.

Mungkin pada saat latihan itu, tidak cukup 10 hari intensif meditasi tetapi latihan yang berulang-ulang, sehingga kita bisa mengamati satu persatu. Pada saat bisa mengamati satu fenomena dengan yang lainnya, maka *asava* yang muncul bisa lebih kecil karena perhatian sudah lebih kuat dan dilatih terus, kekotoran batin pun mengendap. Teruskanlah, maka kita akan dapat mengamati, ini proses bathin, ini bathin menggaruk jasmani.

Itu akan jelas sekali untuk membedakan bahwa ini bathin dan ini jasmani. Maka kita akan memperoleh kebijaksanaan langsung bahwa fenomena yang terjadi pada diri kita maupun yang di luar tidak lain dan tidak bukan adalah proses bathin dan proses jasmani, bukanlah "aku", artinya pandangan sudah lurus. Begitu diamati terus kejadian itu, diketahui bahwa ternyata muncul padam itu saling berhubungan. Yang ini menggaruk disebabkan gatal, gatal disebabkan apa, bahwa ini ada sebabnya.

Kita akan mengalami langsung bahwa fenomena bathin dan jasmani yang muncul padam itu ternyata ada sebab dan akibat. Disitulah kita akan memperoleh suatu pengetahuan langsung tentang fenomena tersebut. Dari rangkaian itu diamati terus tidak ada putusnya "oh, ternyata dulu begini, nanti yang akan datang juga sama..."

Dengan memiliki keyakinan yang kuat bahwa segala sesuatu terjadi karena sebab dan akibat yang datang silih berganti saling terkait sesuai dengan *paticcasamuppada* tadi, maka akan memiliki kesucian bathin, tidak ada lagi keraguan tentang ini proses bathin dan jasmani. Kalau itu sudah terjadi akan lebih mudah lagi mengamati bahwa ini ternyata anicca bukan *atta*, ternyata ini tidak menyenangkan.

Pengetahuan *Patichsamuppada* mengenai proses bathin dan jasmani haruslah dialami langsung bukan hanya teori seperti yang disebutkan di atas. Yang bisa diceritakan hanyalah konsepnya saja tetapi pengalaman langsungnya tidak bisa diceritakan, hanya kita sendiri yang tahu ceritanya sampai seberapa jauh. Kecerdasan intelektual tidak bisa mengobati stress, tapi kalau kita coba amati bathin dan jasmani yang muncul padam maka akan timbul kematangan bathin yang tidak akan goyah lagi...



TUCCHA POTHILA — Bhikkhu Kitab Kosong

Pada jaman Sang Buddha ada seorang bhikkhu yang bernama Pothila, yang diberi gelar Tuccha yang artinya kosong, Tuccha Pothila adalah seorang bhikkhu yang sangat terpelajar. Ia sangat terkenal dan mempunyai 18 (delapan belas) cabang vihara. Ketika orang mendengar nama 'Pothila' mereka semua kagum dan tidak ada seorangpun yang berani mempertanyakan segala yang diajarkannya, mereka begitu memujanya. Tuccha Pothila adalah salah satu murid Sang Buddha.

Pada suatu hari ia datang untuk menghormat Sang Buddha, sewaktu ia melakukan penghormatan, Sang Buddha berkata, "Apa kabar Bhikkhu Kitab Kosong!.... Hanya begitu! Mereka bercakap-cakap sejenak. Dan kemudian sewaktu Tuccha Pothila berpamitan, Sang Buddha berkata: "Pergi sekarang, Bhikkhu Kitab Kosong?"

Sang buddha hanya berkata seperti itu. Pada saat datang, "Apa kabar Bhikkhu Kitab Kosong?" Dan waktu pulang "Pergi sekarang Bhikkhu Kitab Kosong?" Sang Buddha tidak menjelaskan lebih jauh, hanya itulah ajaran yang diberikan. Tuccha Pothila, guru yang terkenal itu bingung, "Mengapa Sang Buddha berkata demikian? Apa maksudnya?" Ia berpikir keras, mengeluarkan semua ajaran yang pernah dipelajari, sampai akhirnya ia menyadari... "Benar! 'Bhikkhu Kitab Kosong' - seorang bhikkhu yang belajar tetapi tidak mempraktekkan. .." Ketika ia melihat dalam hatinya, ia menyadari bahwa ia tidak berbeda dari kebanyakan orang awam. Apapun yang disukai mereka, ia juga suka, apapun yang dinikmati oleh orang-orang awam ia ikut menikmati. Tidak ada samana yang benar pada dirinya, tidak ada kualitas yang baik dalam diri untuk membawa menuju Jalan Mulia dan menemukan kedamaian.

Ia memutuskan untuk berlatih, tetapi ia tidak tahu harus pergi ke mana. Semua guru yang ada di sekitarnya adalah murid-muridnya, tidak ada yang berani menerimanya sebagai murid. Biasanya ketika seseorang bertemu dengan si guru, mereka menjadi penakut dan penghormat, jadi tidak ada seorangpun yang berani menjadi gurunya.

Akhirnya ia pergi untuk menemui **seorang Samanera muda yang telah mencapai tingkat kesucian** untuk meminta petunjuk. Samanera itu berkata, "Baiklah, kamu bisa berlatih bersama saya, tetapi kamu harus tulus. Jika kamu tidak tulus saya tidak akan menerimamu."

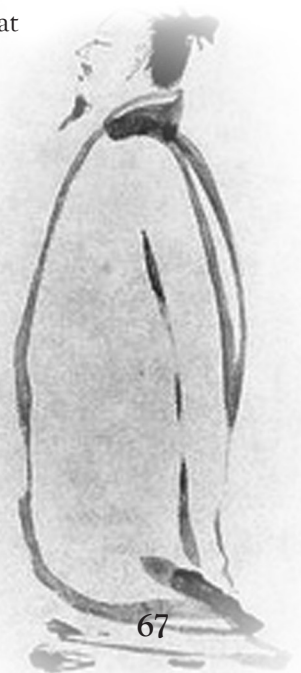
Samanera itu kemudian menyuruh Tuccha Pothila untuk mengenakan jubahnya dengan lengkap. Ada tanah berlumpur di sekitar situ. Ketika Tuccha Pothila telah mengenakan jubahnya dengan lengkap, samanera itu berkata, "Baiklah, sekarang berjalanlah di tanah berlumpur itu, jika saya tidak menyuruh untuk berhenti, jangan berhenti. Jika saya tidak memintamu untuk meninggalkannya, jangan tinggalkan. Sekarang bersiaplah dan..... jalan!"

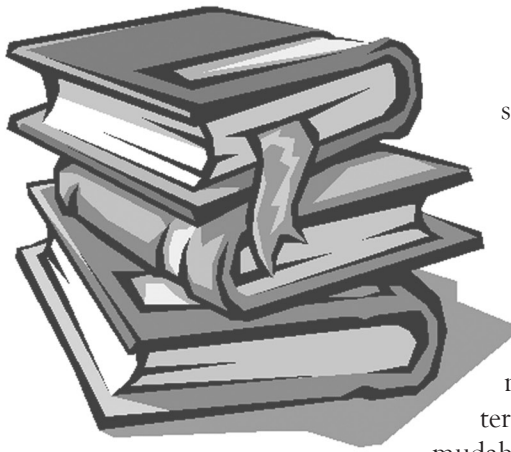
Tuccha Pothila yang berjubah rapi, masuk ke dalam tanah berlumpur itu. Samanera tidak menyuruh berhenti sampai ia betul-betul rata berlumuran lumpur. Akhirnya ia berkata, "Kamu dapat berhenti sekarang"... dan Tuccha Pothila berhenti. "Baklah, tinggalkan tempat itu!" Lalu ia pergi. Ini jelas menunjukkan bahwa Tuccha Pothila telah meninggalkan keangkuhannya. Ia siap menerima ajaran, jika ia tidak siap untuk belajar ia tidak akan mau berjalan dalam lumpur seperti itu. Tetapi walaupun dia seorang guru yang terkenal, ia mau melakukannya. Samanera muda itu melihat bahwa Tuccha pothila benar-benar tulus dan berniat kuat untuk berlatih.

Setelah Tuccha Pothila keluar dari lumpur itu dan membersihkan diri, samanera muda memberikan ajarannya. Ia mengajar Tuccha untuk mengamati obyek sensasi, mengetahui pikiran dan mengenali obyek-obyek sensasi. Digunakan perumpamaan seseorang yang akan menangkap kadal yang bersembunyi dalam lubang yang bercabang. Jika lubang itu mempunyai enam jalan keluar, bagaimana caranya menangkap kadal tersebut? Tentunya dengan menutup lima jalan keluar yang lain. Dengan demikian ia hanya perlu melihat dan menunggu satu lubang. Ketika kadal itu keluar dengan mudah ia bisa menangkapnya.

Begitu juga cara mengamati pikiran; menutup mata telinga, hidung, lidah dan tubuh, kita hanya menyisakan pikiran. Yang dimaksud dengan menutup indera adalah menahan serta menatanya, dan hanya mengamati pikiran.

Meditasi sama seperti menangkap kadal. Kita menggunakan sati untuk mengamati nafas. Sati adalah kualitas perenungan, sama halnya seperti bertanya pada diri sendiri, "Apa yang





saya lakukan?" Sampajañña adalah kesadaran bahwa 'saat ini saya sedang melakukan ini dan itu'. Kita mengamati nafas yang masuk dan keluar dengan menggunakan sati dan sampajañña.

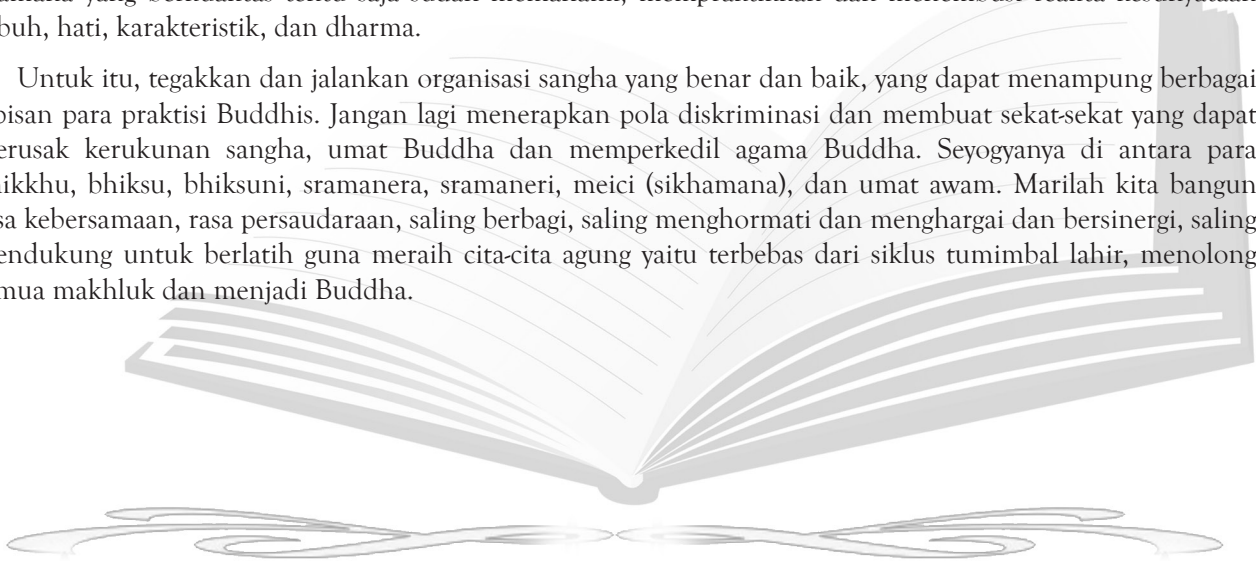
Kesimpulan:

Seorang sramana senior Bhikkhu Tuccha Pothila yang terpelajar senantiasa mengajar Dharma dan memiliki 18 Vihara, ternyata kualitas kesuciannya TIDAK tumbuh berkembang, akibatnya Guru Agung Buddha memanggil namanya dengan "Bhikkhu Kitab Kosong". Rupanya bhikkhu tersebut menyadari kualitas sramananya tidak berbeda dengan umat awam, mudah tergoda, terhanyut dan melekat dengan berbagai kondisi, sehingga ia malu dan menyesal, berusaha mencari guru, tetapi tidak ditemukan guru yang mau menerimanya sebagai murid. Hanya seorang Samanera muda yang telah mencapai kesucian yang mau menerima dan membinanya. Bhikkhu Tuccha walau sudah senior dan mampu mengajar tapi kosong isinya malah belajar dan berguru kepada seorang Sramanera.

Melihat pembelajaran ini, suatu bukti, bahwa sramana yang terpelajar, atau tua vassanya bukan jaminan kualitas kesuciannya. Begitupula bhikkhu yang mempunyai aset banyak vihara, mempunyai kedudukan tinggi di organisasi Sangha, atau pandai ceramah/piawai berpidato, banyak murid atau umatnya belum tentu ia mempunyai jaminan kualitas kesucian. Oleh karena itu, janganlah menganggap remeh dan merendahkan siapapun juga termasuk kualitas samanera dan para umat perumah tangga yang kadang sudah mempunyai kualitas kesucian.

Tolok ukur kualitas sramana bisa dilihat dari bagaimana pelepasan agungnya. Melepaskan 'Sang Aku' dan 'Dharma', seperti melepaskan kondisi, melepaskan corak hati, melepaskan karakteristiknya, melepaskan Dharma. Sramana yang berkualitas tentu saja sudah memahami, mempraktikkan dan menembusi realita kesunyataan tubuh, hati, karakteristik, dan dharma.

Untuk itu, tegakkan dan jalankan organisasi sangha yang benar dan baik, yang dapat menampung berbagai lapisan para praktisi Buddhis. Jangan lagi menerapkan pola diskriminasi dan membuat sekat-sekat yang dapat merusak kerukunan sangha, umat Buddha dan memperkedil agama Buddha. Seyogyanya di antara para bhikkhu, bhiksu, bhiksuni, sramanera, sramaneri, meici (sikhamana), dan umat awam. Marilah kita bangun rasa kebersamaan, rasa persaudaraan, saling berbagi, saling menghormati dan menghargai dan bersinergi, saling mendukung untuk berlatih guna meraih cita-cita agung yaitu terbebas dari siklus tumimbal lahir, menolong semua makhluk dan menjadi Buddha.



Istana

ITC Mangga Dua
Lt. IV Blok D No. 64
Jl. Mangga Dua Raya
Jakarta 14430

Telp. (+62 21) 62300015





Berbagai Macam "Tuhan" Dalam Buddhisme

Sering sekali umat Buddhis dicap tidak ber-Tuhan.
Apakah definisi "TUHAN" itu sendiri?

Umumnya Tuhan dapat di artikan:

1. Pencipta Alam Semesta.
2. Juru Selamat.
3. Tujuan Hidup.
4. Tempat Bernaung.
5. Pelindung Dunia.
6. Penentu Hidup.
7. Masih Banyak Lagi...

Dari definisi tersebut, telah jelas bahwa umat Buddha itu ber-Tuhan.

1. Tuhan-nya umat Buddha jika dipandang dari segi Pencipta Alam Semesta ini adalah "tidak dapat diceritakan".

Karena awal dari segala awal adalah sama seperti menceritakan rasa manisnya jeruk pada orang yang tidak pernah mencicipi jeruk.

Sebagaimana hebatnya saya bahas manisnya jeruk itu, orang tersebut tak akan tahu bagaimana rasa manis jeruk itu kecuali dia mencoba jeruk itu sendiri.

2. Tuhan-nya umat Buddha jika dipandang dari segi Juru Selamat adalah "diri kita".

Dalam kitab suci umat Buddha bagian Dhammapada, telah disabdakan Sang Buddha bahwa dirimu sendirilah juru selamatmu, kepada siapa lagi engkau harus menjadikan juru selamat?

Hanya diri kita yang menentukan masa depan hidup kita, Sang Buddha hanya menunjukkan JALAN, dan yang berjalan di JALAN itu adalah diri kita sendiri, bukannya di gendong Sang Buddha.

3. Tuhan-nya umat Buddha jika dipandang dari segi Tujuan Hidup adalah "Nibbana".

Dalam agama Islam, tentu Allah swt dijadikan tujuan akhir hidupnya yakni hidup di sisi-Nya.

Dalam agama Hindu, juga Moksa dijadikan tujuan akhir hidupnya.

Maka, dalam Buddhisme, Nibbana adalah tujuan hidup yang paling akhir.

Namun, Nibbana bukanlah personal dan bukan alam.

Nibbana adalah KEADAAN yang bebas dari kemelekatan, keserakahan, ketidaksenangan, kegelapan batin, dan melenyapkan segala nafsu keinginan. Nibbana dapat dicapai di dalam hidup ini juga.

4. Tuhan-nya umat Buddha jika dipandang dari segi Tempat Bernaung adalah "Buddha, Dhamma, Sangha".

Di paritta yang sering kita baca yakni:

Buddham saranam gacchami;

Dhammam saranam gacchami;

Sangham saranam gacchami.

Arti sesungguhnya adalah kita BERNAUNG kepada Buddha sang Kesadaran, Dhamma sang Kebenaran, dan Sangha sang Kesucian.

Bukan BERLINDUNG secara eksplisit atau luar, karena yang melindungi diri kita hanyalah diri kita dengan bernaung pada sabda Kebenaran.

Buddha, Dhamma, dan Sangha memang betul adalah PELINDUNG, tapi bukan pasif, tetapi kembali kepada diri kita lagi apakah diri kita sudah menanamkan benih-benih Buddha, Dhamma, dan Sangha ke dalam lubuk hati kita?

Hanya masing-masing individulah yang menentukan. Jadi Pelindung utama diri kita yang paling utama adalah diri kita sendiri.

Buddha, Dhamma, dan Sangha akan bisa melindungi kita jika kita menanamkan benih-benih itu dalam diri kita sendiri.

5. Tuhan-nya umat Buddha jika dipandang dari segi Pelindung Dunia adalah "malu dan takut berbuat jahat".

Jika manusia mengembangkan sifat ini, maka dunia akan terlindungi, bagai bulan yang terbebas dari awan.

6. Tuhan-nya umat Buddha jika dipandang dari segi Penentu Hidup adalah "karma".

Apa yang kita tanam, itulah yang kita tuai. Jika ingin melihat kehidupan lampau, lihatlah apa yang kita dapat sekarang. Jika ingin melihat kehidupan depan, lihatlah apa yang telah kita kerjakan.

Namun, karma bisa dinetralisir. Jangan menjadikan karma seperti hal yang membuat kita pasrah pada masalah dan alam.

Misalnya, saat terjadi krisis keuangan di keluarga, ayah menganggap ini bagian dari karma yang berbuah. Jika semua orang pasrah pada karma yang didasari pemahaman keliru, maka dunia ini akan sulit untuk maju dan bahkan terjadi kekacauan.

Dikira Tidak Ber-Tuhan?

Saat saya sedang duduk sendiri di antara bangku-bangku di ruang tunggu Bandara Juanda, Surabaya, menunggu pesawat menuju Banjarmasin, ada seorang pria yang berjalan ke arah saya. Matanya teruju kepada saya. Pria itu duduk di sebelah saya. Ia menyapa dan membuka pertanyaan dengan kalimat, "Anda Hindu atau Buddha?"

Saya jawab, "Buddhis". Lalu pria itu bertanya, "apakah Buddhis mengenal Tuhan?" Saya bergurau di kepala, "Ini tanya, apa mau ngetes?" Ini memang pertanyaan umum. Pertanyaan mudah, tapi sulit menerangkan jawabannya. Karena, konsep Buddhis tentang Tuhan, berbeda dari umumnya.

Saya menjawab, bahwa Buddhis juga mengenal konsep keTuhanan. Karena, dalam agama Buddha ada konsep Nibbana, sebagai tujuan yang hendak dicapai. Tidak perlu diragukan, jawaban saya pasti membuat pria itu pusing...! Jangankan pria itu yang beda keyakinan, umat Buddha sendiri juga masih ada yang belum paham? Betul tidak? Ayo... Jujur!



Melihat pria itu masih bingung, saya menjelaskan lagi, bahwa dalam konsep Buddhis, Tuhan itu berbeda dengan konsep umum. Misalkan kita bicara tentang “ada”. Itu ada tiga tahapan.

Pertama, “ada” karena ada yang membuat atau menciptakan. **Kedua**, “ada” yang tidak ada yang membuat atau menciptakan, tapi disebabkan. Yang **ketiga**, “ada”, yang tidak dibuat, tidak diciptakan juga tidak disebabkan.

Pertama. “Ada” karena dibuat, atau diciptakan. Itu hal-hal duniawi. Contohnya meja, karena yang ada di depan kami saat itu adalah meja. **Kedua**, “Ada” yang tidak dibuat, dan tidak diciptakan tapi disebabkan. Itu berupa hukum kebenaran sebab akibat. Kalau meja ini dibuat, kolong meja tidak ada yang membuat. Tapi kolong meja itu ada.

Apakah kita katakan meja yang menciptakan kolong meja? Penjelasan ini, membuat pria itu mengernyitkan alisnya tanda berpikir. Dan, saya pun menambahkan, “tidak tepat dikatakan meja sebagai pencipta kolong meja. Tapi meja sebagai pencipta penyebab adanya kolong meja”. Pria itu mengangguk sambil tersenyum.

Ketiga, Nah, karena masih ada satu lagi tahapan pemahaman, saya melanjutkan, “‘ada’ jenis ketiga ini adalah ada karena tidak ada yang menciptakan, tidak ada yang membuat, dan tidak ada yang menyebabkan. Itulah Nibbana. Itulah konsep Tuhan dalam agama Buddha”.

Pria itu mengangguk, sambil senyum dia berkata, “waduh, Pak, ternyata dalam juga ajaran Buddha.” sekarang ganti saya yang tersenyum. Tidak lama kemudian, saya pun diundang masuk ke dalam pesawat.

“Permisi, Pak... Ya, sampai bertemu lagi.” percakapan ini pun selesai sudah...

Ungkapan Hati Seorang Buddhis

Buddha memang tidak pernah menjanjikan hal-hal indah kepadaku

Ia juga tak pernah menjanjikan aku pasti akan ke surga atau ke nirvana bila percaya kepadaNya.

Namun Buddha tidak pernah menakutiku dengan berkata "kalau tidak percaya padaku pasti masuk neraka"

Apakah Buddha begitu lugu? di semua agama berkata, akulah yang menciptakan langit dan bumi, namun Buddha tidak pernah mengatakan itu.

Buddha juga tidak pernah memberikan dongeng - dongeng yang mengerikan ataupun yang menyenangkan supaya aku percaya dan takut kepadaNya.

Dia juga tidak pernah menjanjikan hal-hal yang indah padaku, Dia juga tidak bisa mensucikan orang lain. Dia hanya mengatakan untuk menjadi suci harus mengandalkan diri sendiri, siapa yang menanam dialah yg memanen hasilnya, begitulah kata Buddha.

Tidak ada yang instan dalam ajaran Buddha, dia tidak pernah memberikan tiket tol untuk menuju surga, dia tidak pernah memberikan tiket freepas untuk masuk surga, dia tidak pernah memberikan kunci rahasia untuk membuka pintu surga, tapi kenapa aku masih mau mengikuti jalannya? karena Buddha, aku tahu kenapa aku menderita karena Dia, aku tahu kenapa aku terluka karena Dia, aku tahu kenapa aku tak sempurna karena Dia, aku tahu kenapa aku sakit - sakitan karena Dia, aku tahu kenapa aku akan menjadi tua karena Dia, aku mengerti hukum karma dan tak lagi menyalahkan yang kuasa sang pencipta yang tidak adil dan pilih kasih dan karena Dialah aku mengerti empat kesunyataan mulia.

Buddha memang tak pernah memberi janji - janji manis, namun Buddha telah memberikan bukti nyata, bukan cuma 1 orang, bukan 2, bukan 10, bukan 500 namun lebih dari 500 siswanya telah membuktikan ajarannya dan menikmati hasilnya. Bukti yang benar - benar nyata bukan sekedar kesaksian belaka.

Oleh Buddha lah aku diajarkan cinta kasih terhadap semua makhluk apapun juga, yang tidak pernah aku temukan dalam ajaran yang lainnya yang hanya bisa mengasihi sesama manusia bahkan ada yang hanya mengajarkan untuk mengasihi sesama umatnya saja.

O Buddha, aku datang tanpa paksaan, aku datang tanpa bujukan, aku datang tanpa pembohongan, bukan keindahan ataupun ke-ngerian ceritamu yg membuat aku percaya, tapi aku percaya karena Engkau yang menyuruh aku untuk membuktikan kebenaran ajaranmu.

Bukan hanya sekedar mendengar katanya, bukan hanya sekedar membaca kitab yang disakralkan (disucikan), bukan hanya sekedar percaya begitu saja.

Oleh karena itu kini aku berada di jalanmu, jalan tengah berunsur delapan, jalan menuju nibbana.

Daftar Referensi:

- Berbagai Macam Tuhan Dalam Buddhisme <http://www.wihara.com/forum/topik-um...buddhisme.html>
- Ungkapan Hati Seorang Buddhis <http://www.kaskus.us/showthread.php>
- Dikira Tidak Ber-Tuhan? oleh Bhante Saddhaviro Mahathera, dari internet.



Enam Tipe Manusia Menurut Spranger

Spranger menggolongkan manusia kedalam enam tipe. Tipe-tipe ini termasuk tipe-tipe pokok atau tipe-tipe ideal. Melalui tipe-tipe tersebut orang dengan cepat menempatkan individu-individu yang dihadapinya paling dekat ke golongan atau tipe yang mana.

Tipologi Spranger merupakan pembagian tipe manusia berdasarkan kebudayaan. Tipe-tipe manusia menurut Spranger adalah sebagai berikut:

No	Nilai kebudayaan yang dominan	Tipe	Tingkah laku dasar
1	Ilmu pengetahuan	Manusia Teori	Berpikir
2	Ekonomi	Manusia ekonomi	Bekerja
3	Kesenian	Manusia estetis	Menikmati keindahan
4	Keagamaan	Manusia Agama	Memuja/beribadah
5	Kemasyarakatan	Manusia Sosial	Berbakti/Berkorban
6	Politik/Kenegaraan	Manusia Kuasa	Ingin memerintah

Penjelasan keenam tipe kepribadian manusia menurut Spranger itu adalah sebagai berikut:

Manusia Teori

Tipe manusia ini merupakan intelektual sejati, manusia ilmu, dan tujuan perbuatannya ingin mencapai kebenaran dan hakekat dari benda-benda. Manusia tipe ini menempatkan peranan dominan dari kognisi/berpikir sebagai dasar dalam melakukan aktivitasnya.

Beberapa ciri manusia berdasarkan tipe ini pendiriannya yang relatif objektif terhadap segala sesuatu, gandrung mempelajari ilmu pengetahuan, logis, dan selalu mencari kebenaran, memiliki pengertian yang jelas, serta membenci sebagai bentuk kekaburan, kurang memperhatikan segi estetis, kurang menghargai materi sebagai kenyataan. Perhatian terhadap kehidupan sosial tidak besar, kurang memiliki dorongan untuk berkuasa. Orang dengan tipe ini tidak mudah terpancing kecemburuan sosial karena tidak mementingkan materi dalam hidup. Apabila orang dengan tipe ini menjadi ahli dalam ilmu sosial, maka pandangannya lebih objektif dan tidak memihak meskipun terhadap golongan sendiri.

Manusia Ekonomi

Manusia tipe ini mempunyai perhatian yang mengarah kepada kegunaan sesuatu hal, sehingga orang dengan tipe ini selalu kaya dengan gagasan-gagasan praktis, menilai sesuatu dari segi kegunaan serta nilai ekonominya. Prinsip *utility* banyak mendasari tindakan orang-orang dengan tipe ini. kegunaan dari sesuatu merupakan tujuan tingkah lakunya dengan harapan mempunyai kegunaan ekonomi bagi dirinya sendiri.

Dalam bentuknya yang ekstrim mereka dapat juga kikir atau sebaliknya dapat juga sangat boros. Orang dengan tipe ekonomis sangat mendasarkan kepada keuntungan secara materi yang telah diperoleh.

Manusia Estetik

Manusia tipe ini menghayati kehidupan seakan-akan tidak sebagai pemain tetapi sebagai penonton. Orang dengan tipe ini menghayati dengan dua cara yaitu *impresionistik* yang pasif dan *ekspresionistik* yang aktif mewarnai kesan yang diterima dengan subjek aktivitasnya.

Manusia tipe ini mempunyai kecenderungan individualisme. Manusia tipe ini kurang bisa menghadapi tuntutan praktis dalam kehidupannya dan lebih mementingkan keindahan.

Manusia Sosial

Hal yang menonjol pada manusia tipe ini adalah besarnya kebutuhan akan resonansi dari sesama manusia untuk hidup bersama dengan orang lain dan mengabdikan diri untuk kepentingan bersama.

Cinta terhadap sesama baik secara individu maupun secara sosial, inilah nilai tertinggi yang mendasari pandangannya.





Manusia Religius

Nilai yang paling tinggi pada manusia tipe ini adalah pencarian terhadap nilai tertinggi spiritual daripada kebendaan hidup di dunia. Pandangan mereka bahwa dirinya hanyalah bagian kecil dari suatu totalitas yang lebih besar.

Pencarian keselarasan bagi kehidupan rohaniah antara pengalaman batin dengan arti hidup dan mencari kausa prima adalah dasar perilakunya.

Manusia Politik

Dorongan yang ada pada orang dalam tipe ini adalah mengejar kekuasaan dan berkuasa atas manusia lainnya. Orang lain bagi manusia tipe ini hanyalah sebagai objek kekuasaan.

Perwujudan dari sikap politik ini bisa berupa keinginan untuk lepas dari kekuasaan orang lain, bebas dari paksaan dan tuntutan otoritas. Seringkali bisa terjadi manipulasi keadaan demi suatu tujuan politik yang terselubung. Hal ini sering menyulitkan untuk membedakan suatu tingkah laku apakah didasari oleh nilai sosial atau nilai politik.

Keenam nilai diatas merupakan suatu profil manusia yang dimiliki oleh seorang individu dan nilai tersebut akan memberi ciri atau karakteristik tertentu pada kepribadian individu yang berbeda dengan individu lainnya.

Referensi:

Spranger. E. 1928. *The Tipe on Man The Psychology and Etnich of Personality*. Max Niemeyer Verlg, Hall (saale).

Allport. 1970. *Manual Study of Values*. Boston: Houghton Mifflin Ocmpany

Sarwono, S.W. 1999. *Psikologi Sosial: Individu dan Teori-Teori Psikologi Sosial*. Jakarta: Balai Pustaka

Suryabrata. 1983. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada

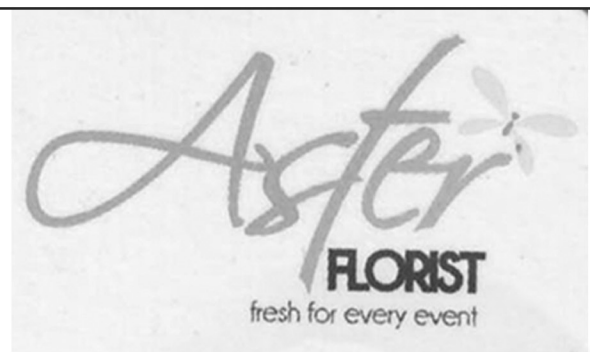


HOLY BAN
TOKO MODEL
AUTHORIZED OUTLET

HOLY BAN
BRIDGESTONE
POTENZA
TURANZA

HOLY BAN
Pluit Karang Timur
Blok C 8 T / 41 - 41A
Jakarta Utara - 14450

Telp. (+62 21) 6610163
(+62 21) 6601969
Fax.: (+62 21) 6610168



Office :

Jl. Jelambar Barat III No.43

Telp. : (62-21) 5666 344 (hunting)

Fax. : (62-21) 5675 967

E. : aster_florist@yahoo.co.id

Jakarta 11460, INDONESIA





10 Tips Memurnikan Diri

Ketegangan dan ketergesaan dalam kehidupan modern, yang bergerak serba cepat, seringkali membuat kita melupakan diri sendiri dan kehilangan kendali. Ada banyak cara yang dapat dilakukan untuk memurnikan diri kembali.

Berikut ini dipaparkan 10 metode yang dapat mengarahkan kita kembali ke diri sendiri dan menemukan sebuah kedamaian dan keceriaan, sehingga hidup ini akan terasa lebih berarti.

1. **Hiduplah Saat Ini.** Masa lalu telah berlalu. Anda tak akan pernah dapat kembali dan mengulang masa-masa itu lagi, pun Anda tak akan dapat menghidupkan kembali apa yang ada di masa lalu. Janganlah cemas memprediksi ke masa depan. Masa depan masih misteri dan sulit diramalkan.

Kehidupan ini adalah apa yang sedang Anda jalani saat ini, tak peduli apapun yang telah terjadi. Itu semua nyata dan sempurna. Jangan menengok ke belakang ataupun terlalu memikirkan apa yang akan terjadi di masa mendatang.

Pikiran kita selalu menciptakan berbagai percakapan yang mengembangkan rasa takut dan membuat kita berusaha menyelamatkan diri.

Katakan pada pikiran Anda yang sibuk berbicara itu: 'Terima kasih telah bersedia berbagi' dan yakinkan 'Aku di sini, aku ada untukmu.' Setiap hari, kita semua harus selalu membuat pilihan dan Andalah yang paling tahu bagaimana membuat hari yang Anda jalani jadi indah.

2. **Bersatu Dengan Alam.** Duduklah di rerumputan atau di bawah sebuah pohon. Rasakan putaran bumi, keagungan angkasa raya, dinginnya udara yang menerpa wajah Anda, atau kehangatan sinar matahari pagi.

Tersenyumlah pada langit yang luas, ucapkan salam pada lebah yang beterbangan dan semua binatang yang Anda jumpai. Berjalan-jalanlah di taman atau mendaki perbukitan. Kedekatan dengan alam dapat membawa kesadaran betapa Anda bagian dari jagat raya yang maha luas ini.

3. **Rajin Berolahraga.** Berolahraga secara teratur memberi jeda pada pikiran Anda yang terus berkecamuk, membantu memperlancar peredaran darah, membersihkan racun dari tubuh, dan memberi Anda energi serta banyak keuntungan lain.

Pilihlah aktivitas yang memberi Anda kesenangan dan buat perpaduan. Lakukan bersepeda di satu hari dan jalan santai di hari berikutnya. Bersepeda memberi kesempatan untuk bertemu banyak orang, dan masih banyak sekali daftar kegiatan yang dapat Anda pilih.

4. **Kembangkan Kualitas Spiritual.** Kenali dan sadari Anda adalah pribadi yang penting dan unik. Lakukan meditasi, atau duduk tenang di kesunyian, dan nikmati saat-saat itu.

Baca buku-buku keagamaan atau panduan kepribadian yang membawa pesan positif dan membuat Anda merasa kuat. Rajinlah rileksasi untuk ketenangan dan kejernihan pikiran Anda. Jangan lupa bersyukur dan mengungkapkan rasa terima kasih atas kesehatan yang Anda miliki, rumah, orang-orang yang mencintai dan Anda cintai, teman-teman yang mengelilingi Anda, serta kebahagiaan dan kegembiraan yang melingkupi hidup Anda.

5. **Memaafkan.** Memaafkan saatnya untuk melepaskan. Maafkan seluruh bagian diri Anda, atas segala kekurangan dan ketidaksempurnaan. Maafkan diri Anda untuk semua kesalahan yang pernah Anda buat di masa lalu, maafkan ketakutan masa kecil Anda, maafkan emosi dan kemarahan masa remaja Anda, maafkan masa dewasa awal Anda yang tak mau mengambil resiko.

Maafkan kesalahan orang tua Anda, saudara kandung, kerabat dan orang-orang di masa lalu. Lepaskan semua uneg-uneg. Memaafkan membawa kedamaian dalam jiwa.

6. **Bersenang-Senang.** Beri kesempatan pada diri Anda untuk merasa rileks dan memanjakan diri. Baca buku yang menyenangkan. Keluarkan uang sekali-kali untuk membeli hal yang paling Anda inginkan. Lakukan kesenangan hanya untuk keceriaan diri. Sekali-kali buatlah canda ria memberikan kegembiraan untuk orang-orang yang berada disekitar Anda.

7. **Penuhi Asupan Nutrisi.** Dengarkan kebutuhan tubuh Anda. Penuhi kebutuhan tubuh akan makanan bernutrisi. Konsumsi vitamin yang bermanfaat untuk tubuh. Dengan tubuh sehat dan bugar membuat Anda selalu menghargai hidup.

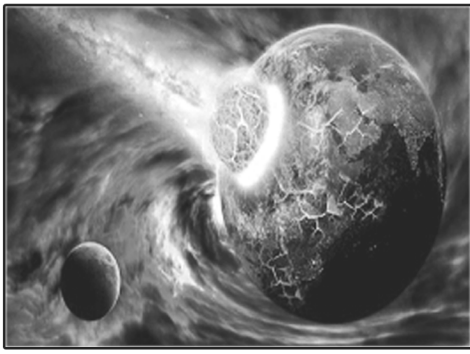
8. **Buang Penilaian.** Berhentilah menilai dan menyalahkan. Jangan melontarkan kritikan pada orang lain ataupun diri sendiri. Ucapkan kata-kata yang memberi dorongan pada diri dan semua orang yang Anda jumpai. Terima orang lain apa adanya, lengkap dengan segala perbedaan yang mereka miliki.

9. **Bantu Orang Lain.** Hubungi dan ulurkan tangan pada teman yang membutuhkan. Tawarkan bantuan tanpa syarat pada orang lain. Jadilah pendengar yang baik dan benar-benar mendengarkan apa yang dikatakan orang lain. Temukan cara untuk membantu orang lain mengangkat beban hidup dengan mendengarkan keluhan mereka.

10. **Cinta kasih.** Cintai diri Anda dan tebarkan kasih kepada semuanya. Gunakan kata-kata positif untuk memberi dorongan. Puji orang lain dengan tulus dan buat mereka tersenyum. Bicaralah dengan penuh kasih dan ketulusan dari dasar hati.

Kesepuluh kunci kekuatan yang disebutkan di atas bukanlah hal yang sulit untuk dilakukan siapapun. Pelankan sejenak laju hidup Anda yang serba cepat, dan luangkan waktu untuk melakukan kesepuluh hal tersebut. Niscaya Anda akan menemukan keindahan hidup serta kelengkapan diri sejati Anda.

Semoga bermanfaat bagi anda yang sedang mencari siapakah anda sebenarnya.



Kiamat Isu Lokal Jadi Teror Global

Hari Kamis (20/12/2012) ini adalah hari terakhir periode 13 baktun kalender Maya. Sebagian warga dunia percaya, Jumat besok (tgl 21-12-2012) adalah kiamat. Persiapan pun dilakukan, mulai dari khusyuk berdoa, berlindung dalam bunker, hingga memborong produk pangan olahan dan lilin. Namun, sebagian besar justru tak menggubris isu itu.

Otoritas keamanan China, Selasa lalu, menangkap 93 penyebar isu kiamat. Beberapa di antaranya anggota sekte “Tuhan Maha Agung” yang yakin kiamat terjadi pada 21 Desember nanti, sesuai ramalan yang didasarkan pada akhir kalender Penghitungan Panjang bangsa Maya di Amerika Tengah.

“Mereka percaya Matahari tak bersinar dan listrik padam tiga hari mulai 21 Desember”, kata seorang anggota Biro Keamanan Publik di Xining, Provinsi Qinghai, China, seperti dikutip kantor berita Xinhua.

Rumor itu sukses. Sejak beberapa minggu lalu, warga China memborong makanan dan minuman kaleng, lilin, korek api, hingga baju hangat untuk bertahan hidup jika kiamat terjadi.

Pebisnis Yang Zongfu pun membuat bola raksasa untuk menyelamatkan diri bila kiamat tiba. Bola yang disebut “Perahu Nuh” baru itu diklaim mampu melindungi dari radiasi, api, dan temperatur tinggi. Pesanan tak hanya dari China, tetapi juga dari Selandia Baru. Tiap bola dihargai 1 juta-5 juta yuan (Rp 1,5 miliar-Rp 7,7 miliar).

Ada pula warga yang ingin berbagi kebahagiaan. Seorang perempuan bermarga Jiang menjual murah apartemennya dari harga normal 3 juta yuan menjadi hanya 1,04 juta yuan. “Hasil penjualan saya sumbangkan untuk anak yatim piatu dan menikmati hidup jelang kiamat,” katanya kepada chinadaily.com.cn, Selasa pekan lalu.

Di Australia, sebuah bunker dibangun di perbukitan dekat Tenterfield, New South Wales. Kelompok pendiri bunker juga yakin kiamat pada 21 Desember. Namun, dasarnya adalah teks Mesir kuno dan kitab suci, bukan kalender Maya. Mereka yang ingin tinggal di bunker, seperti dikutip news.com.au awal Agustus lalu, dikenai biaya sekitar Rp 50 juta.

Sementara itu, pemimpin spiritual Maya di Bacuranao, Kuba, Kamis (6/12/2012), menggelar doa memohon keselamatan saat kiamat tiba. Sebaliknya, situs-situs arkeologi Maya di Meksiko dan Guatemala, wilayah asli bangsa Maya, justru ramai dikunjungi turis. Di tempat itu, Jumat besok saat kiamat dikabarkan datang, akan diadakan pesta kembang api, konser, dan berbagai kegiatan lain. Pesta menyambut kiamat juga diselenggarakan di sejumlah negara.

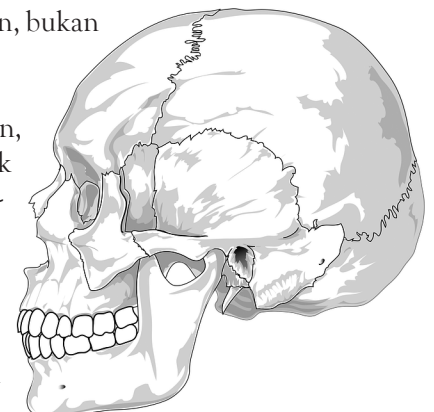
Bagaimana di Indonesia? Sepertinya tenang-tenang saja walau hasil jajak pendapat Ipsos Global Public Affairs, Mei lalu, menyebut 19 persen orang Indonesia percaya kiamat akan terjadi pada 21 Desember.

Hampir semua penduduk Indonesia mengidentifikasikan diri pada agama tertentu. Mereka memang meyakini kiamat pasti tiba. Namun, kapan saat itu tiba, tak ada yang bisa memprediksi. “Mengapa harus percaya sama ramalan itu? Kayak enggak punya iman saja,” kata Farid (35), pegawai swasta di Cimahi, Jawa Barat.

Isu kiamat 2012 kembali muncul menjelang 12 Desember (12-12-12) lalu. Namun, bukan menjadi topik serius, kiamat justru menjadi bahan gurauan.

Amri (34), anggota staf penjualan sebuah perusahaan distribusi, mengatakan, kiamat bisa dijadikan obrolan halus untuk menarik tunggakan utang para pemilik toko. “Sudah Koh (engkoh), tinggalin dulu ATM (kartu anjungan tunai mandiri)-nya, sudah mau kiamat nih,” bujuknya kepada seorang pemilik toko di Proyek Pasar Pagi Lama, Tambora, Jakarta Barat.

Berbeda dengan kepanikan yang melanda masyarakat China, warga Tionghoa yang ditemuinya umumnya tak terlalu percaya isu kiamat. Mereka lebih percaya





dengan kombinasi angka, seperti 12-12-12. Pada saat itu, mereka membuka toko pukul 12 siang dan menutupnya pukul 12 malam. Jam buka toko normal dari pagi hingga sore.

Kondisi masyarakat Indonesia yang cukup tenang ini jauh berbeda ketika isu kiamat 2012 mencapai puncak kepopulerannya pada 2009. Saat itu, banyak toko buku memajang buku-buku bertema kiamat, mulai dari yang ilmiah hingga spiritual.

Suasana makin dramatis saat infotainment (*infotainment*) ramai mengabarkannya dan diluncurkannya film 2012. Penggambaran kehancuran Bumi yang bagus membuat banyak penonton menangis histeris se usai pertunjukan. Saat itu, Majelis Ulama Indonesia mengeluarkan larangan menonton film itu agar tidak merusak iman.

Mengglobal

Kiamat 2012 merupakan rekaan orang-orang yang terobsesi dengan kiamat. Isu pun dirangkai dengan data arkeologi berbagai bangsa dan fenomena astronomi dan geologi yang dimaknai berbeda. Untuk memperkuat isu, mereka menambahkannya dengan tafsir serampangan kitab suci dan teks-teks kuno.

Guru Besar Filsafat Universitas Katolik Parahyangan Bambang Sugiharto mengatakan, globalisasi membuat isu kiamat yang semula bersifat lokal, dari kalender bangsa Maya, akhirnya menjadi isu global. Kolektivitas global yang terwujud bersamaan membuat bencana yang dihadapi satu pihak menjadi bencana seluruh warga dunia. "Manusia lebih tertarik hal-hal gelap dan misterius daripada yang indah-indah," ujarnya.

Ketakutan global yang dialami sebagian orang dinilai psikolog sosial Universitas Gadjah Mada, Helly P Soetjipto, sebagai manajemen teror, menakut-nakuti orang dengan kematian. Isu ini sangat mudah dimasukkan kepada mereka yang orientasi hidupnya fokus mengejar materi dan kesenangan.

"Kematian adalah misteri hidup. Karena itu, semua orang menyiapkan diri mati. Sayangnya, persiapan yang dilakukan lebih banyak dengan menumpuk materi, bukan membangun hubungan vertikal", katanya.

Sekjen Masyarakat Neurosains Indonesia yang juga dosen di Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi, Taufiq Pasiak, mengatakan, otak manusia memiliki sistem takut. Rasa takut membuat manusia selalu membutuhkan sesuatu yang bersifat transendental untuk menggantungkan ketakutannya.

Namun, manusia juga memiliki sistem pikir rasional. Inilah yang membuat manusia selalu berusaha mencari penjelasan atas ketakutan yang dialaminya, termasuk ketakutan atas kematian dan kiamat.

Penjelasan tentang kiamat dan mati ada di dalam agama. Namun, penjelasannya bersifat global. Inilah yang mendorong manusia terus mencari penjelasan tentang kiamat, termasuk mereka-reka kapan kiamat sesungguhnya terjadi.

Pencarian ini akan terus ada sepanjang sejarah manusia. Karena itu, isu-isu kiamat berikutnya, setelah kiamat 2012, akan selalu ada. (REUTERS/AFP/AP).

10 Ramalan Kiamat Sepanjang Sejarah Manusia yang Gagal

Ternyata bukan hanya di tahun 2012 diisukan dan diramalkan akan terjadi kiamat. Dari abad ke abad ada orang-orang maupun sekelompok orang yang senang mencari tahu dan meramalkan hari kiamat.

Jika kita melihat ke belakang ada beberapa orang maupun sekelompok orang yang telah meramalkan kapan kiamat itu terjadi namun sejarah membuktikan ramalan mereka semuanya gagal total. Hingga saat ini, alam semesta dan kehidupan di muka bumi tetap berjalan.

Berikut daftar 10 ramalan kiamat yang tak terbukti versi situs sains, LiveScience.

1. **Seekor ayam dan telur-telurnya yang dianggap "nabi" dari Leeds, Inggris**, yang meramalkan bahwa Kristus akan datang pada tahun 1806





2. **Para Mirelis, 23 April 1843.** William Miller yang menyimpulkan Tuhan telah memilih hari untuk menghancurkan dunia. Antara 21 Maret 1843 sampai 21 Maret 1844.

3. **Kiamat Mormon, 1891.** Pada Februari 1835, Joseph Smith, pendiri gereja Mormon mendadak memanggil para pimpinan gereja. Ia mengklaim telah berdialog dengan Tuhan. Dari pembicaraan itu ia mengetahui, Yesus akan kembali ke bumi 56 tahun kemudian atau 1891. Setelah itu akan kiamat dimulai.

4. **Komet Halley, 1910.** Pada tahun 1881, seorang astronom mengumumkan, berdasarkan analisa spektral, ekor komet mengandung gas mematikan yang dinamakan cyanogen ~ mirip sianida. Kepanikan melanda banyak bangsa karena bumi akan dilewati komet halley pada 1990 dan itu berdampak bumi akan diselubungi gas yang mematikan.

5. **Sekte Gerbang Surga, 1997.** Rumor yang dipublikasikan paranormal Art Bell dalam talk show "Coast to Coast AM", mengilhami terbentuknya sekte bernama "Gerbang Surga", yang menyimpulkan dunia akan segera kiamat. Ternyata ramalan itu mengakhiri kehidupan 39 anggota sekte tersebut karena mereka melakukan bunuh diri massal pada 26 Maret 1997.

6. **Nostradamus, 1999.** Tulisan kabur penuh metafora karya Michel de Nostrdame telah menarik perhatian banyak orang selama 400 tahun. Salah satunya yang paling terkenal adalah 'ramalannya': "Tahun 1999, bulan ketujuh dari langit akan muncul "raja teror yang agung".

7. **Y2K, 1 Januari 2000.** Kepanikan mewarnai pergantian milenium. Banyak yang mengkhawatirkan kinerja komputer, salah satunya, diyakini tak akan mampu membedakan antara tanggal di tahun 2000 dengan 1900.

8. **Dunia Membeku 5 Mei 2000.** Sementara kiamat Y2K sama sekali tak terbukti, Richard Noone dalam bukunya yang terbit 1997, "5/5/2000 Ice: the Ultimate Disaster", memastikan tanggal itu kiamat bakal terjadi.

9. **Kiamat Musim Gugur 2008.** Seorang pengkotbah bernama Ronald Weinland, kiamat akan segera tiba. Dalam bukunya yang terbit tahun 2006, "2008: God's Final Witness", ia mengklaim jutaan orang akan tewas.

10. **Harold Camping, 2011.** Pada Mei 2011, pengkotbah radio, Harold Camping menarik perhatian dunia dengan prediksinya bahwa "Hari Penghakiman" akan tiba 21 Mei tahun itu. Dimulai dengan gempa bumi dahsyat serentak di muka bumi. Bagi mereka yang percaya, tanggal itu adalah hari penyelamatan.

Sumber Referensi:

- Kiamat 2012, Dari Isu Lokal Jadi Teror Global; Oleh M Zaid Wahyudi dan Diah Marsidi Sumber : Kompas Cetak; Editor : yunan
- Berikut daftar 10 ramalan kiamat yang tak terbukti versi situs sains, LiveScience.; Kompas Forum 18-12-2012.

In Plus

Lt. 3 Blok A/BA 12

Pasar Pagi Mangga Dua

Telp (+6221) 6286442 - 6251776



6 Efek Buruk Pemanasan Global bagi Kesehatan

(Penulis : Unoviana Kartika)

Efek dari pemanasan global salah satunya adalah perubahan iklim. Ternyata, perubahan iklim selain berdampak buruk pada lingkungan, juga berdampak buruk bagi kesehatan. Berikut sejumlah dampak buruk perubahan iklim terhadap kesehatan:

1. Buruk untuk jantung

Pemanasan global membuat suhu udara bertambah panas, sehingga dapat menyebabkan penambahan polusi. Kenaikan tingkat polusi ini yang berefek buruk pada jantung. Selain itu, penelitian juga membuktikan suhu yang lebih tinggi dan kerusakan ozon dapat membuat kesehatan jantung memburuk. Hal ini dikaitkan suhu udara yang tinggi dengan penurunan denyut jantung. Denyut jantung yang rendah dapat meningkatkan resiko serangan jantung. Para peneliti juga mengatakan suhu yang lebih tinggi dapat membuat tubuh lebih sensitif terhadap racun.

2. Lebih mudah terkena alergi

Studi menunjukkan alergi meningkat di negara-negara maju, termasuk Amerika Serikat, yang kemudian dikaitkan dengan meningkatnya kadar karbon dioksida dan suhu yang lebih panas. Alergi yang dimaksudkan dapat merupakan reaksi terhadap serbuk bunga (*pollen*) yang diproduksi lebih banyak karena suhu yang bertambah panas. Namun sebuah studi juga mengatakan sensitivitas terhadap serbuk bunga juga meningkat. Perubahan iklim juga menambah panjang musim berbunga sehingga berakibat lebih buruk terhadap alergi.

3. Peristiwa alam ekstrim

Pemanasan global dapat meningkatkan terjadinya peristiwa alam ekstrim, seperti banjir dan badai besar, tsunami sehingga memperbanyak angka kematian. Selain itu dengan semakin meningkatnya peristiwa alam ekstrim, maka semakin banyak masyarakat yang kehilangan tempat tinggal. Hal ini membuat daya tahan tubuh biasanya melemah dan mudah terkena penyakit.

4. Kekeringan

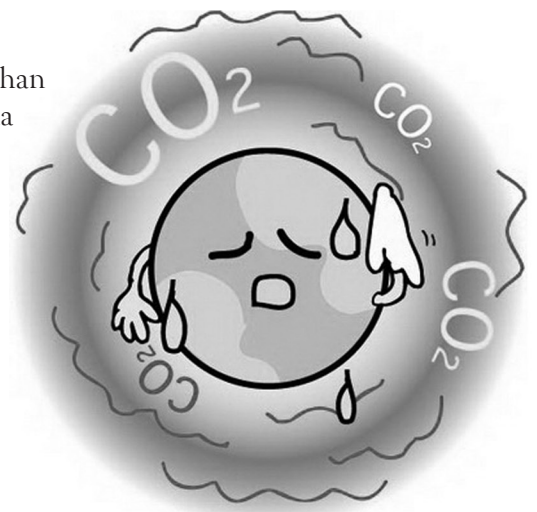
Perubahan iklim membuat musim kemarau lebih panas dan kering sehingga kekeringan lebih banyak terjadi. Padahal air salah satu unsur yang penting untuk menunjang kesehatan. Dengan berkurangnya air, maka terjadi gangguan kesehatan. Air juga berguna untuk pertanian yang menghasilkan pangan. Karena kekeringan, pangan sulit diproduksi dan menyebabkan kesehatan terganggu.

5. Pertumbuhan bakteri

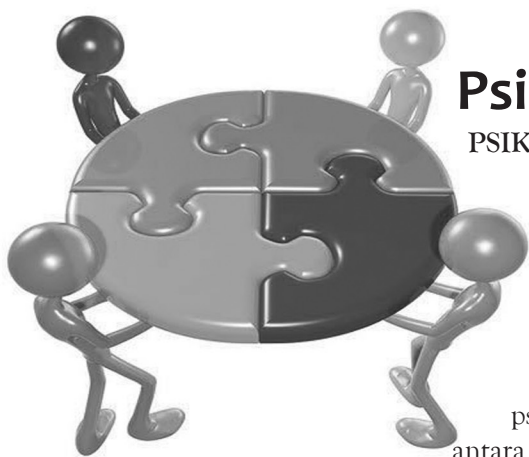
Pemanasan global juga dapat meningkatkan pertumbuhan bakteri berbahaya di laut. Debu dari tanah yang tertiuap ke laut meningkatkan kadar besi ke laut dan membuat bakteri berkembang biak semakin subur. Sebuah studi di American Association untuk Advancement of Science mengatakan debu memicu pertumbuhan vibrio, yaitu bakteri laut yang menyebabkan gastroenteritis dan penyakit menular pada manusia.

5. Penyebaran penyakit

Peningkatan panas dan curah hujan yang diakibatkan perubahan iklim membuat penyakit lebih mudah untuk menyebar. Terutama penyakit yang disebabkan oleh bakteri yang bertumbuhannya dipengaruhi cuaca dan suhu udara. Seperti malaria, kemungkinannya lebih tersebar ke daerah-daerah baru dipicu oleh suhu udara yang meningkat. Curah hujan juga diduga sebagai faktor yang menyebabkan penyakit yang ditularkan melalui air mudah menyebar. Terutama penyakit yang dibawa oleh serangga.



Sumber :myhealthnewsdaily; Editor : Asep Candra; Kompas.com



Psikologi Kepribadian (*psikologi timur*)

PSIKOLOGY TIMUR

I. Pendahuluan

A. Latar Belakang

Sebagaimana yang kita ketahui, terdapat banyak teori kepribadian di lingkungan peradaban Barat, begitu pula terdapat banyak psikologi Timur. Kendati terdapat perbedaan-perbedaan besar dalam hal kepercayaan dan pandangan tentang dunia di antara agama-agama yang mengandung psikologi-psikologi Timur, namun dalam hal ini juga terdapat persamaan di antara keduanya, yakni semuanya berusaha menggambarkan kodrat pengalaman langsung sang pribadi. Dalam hal ini, segala sistemnya berkisar pada teknik-teknik meditasi yang memungkinkan orang semata-mata meneliti arus kesadarannya sendiri, dengan memberinya sejenis jendela yang netral atas aliran pengalamannya. Oleh karena itu, pada akhirnya semua psikologi Timur mengakui bahwa jalan utama ke arah transformasi diri ini adalah meditasi.

Dalam Buddhisme yang sampai saat ini merupakan agama terbesar di dunia, dimana prinsip-prinsip psikologis ini telah dikemukakan oleh pendirinya yakni *Buddha Gautama (Buddha Sakyamuni)* (536-438 SM). Dalam 2500 tahun semenjak ia hidup, wawasan-wawasan psikologis dasarnya telah dikembangkan menjadi sistem-sistem teori dan praktik yang berbeda-beda oleh masing-masing cabang penganut Buddha. Di antara berbagai aliran yang ada dewasa ini, yang paling berpengaruh adalah penganut-penganut *Theravada* di negara-negara Asia Tenggara, Aliran *Ch'an* di Cina (ditindas sejak komunis berkuasa), Zen di Korea dan Jepang, dan sekte-sekte di Tibet. Sementara itu, dua orang paling terkenal yang berhasil mengkodifikasikan ((penyusunan) prinsip-prinsip psikologis dalam aliran-aliran yoga Hindu adalah *Patanjali* (Prabhavanda dan Isherwood, 1969) serta *Shankara* (Prabhavanda dan Isherwood, 1970). Dalam dunia Islam, para Sufi telah bertindak sebagai para psikolog terapan (Shah, 1961). Di antara orang-orang Yahudi, para *Kabbalis* merupakan kelompok yang paling memperhatikan transformasi psikologis (Halevi, 1976; Scholem, 1961). Suatu survei yang sangat baik tentang agama-agama, sejarah, dan kepercayaan-kepercayaan terdapat dalam *The Religions of Man* karya Huston Smith (1958).

Salah satu di antara psikologi-psikologi ini yang paling sistematis dan yang tersusun secara paling rinci adalah *Buddhisme Klasik*. Diberi nama dalam bahasa Pali disebut *Abhidhamma* (atau *Abhidharma* dalam bahasa Sansekerta), berarti "*ajaran pokok*". Psikologi ini menguraikan wawasan asli dari *Buddha Gautama* tentang kodrat manusia. Karena psikologi itu berasal dari ajaran-ajaran pokok Buddha, maka *Abhdhamma* atau suatu psikologi yang sangat serupa dengan itu, merupakan inti dari berbagai cabang *Buddhisme*.

B. Pengaruh Psikologi Timur Pada Pemikiran Barat

Walaupun psikologi-psikologi Timur banyak menaruh perhatian pada alam kesadaran dan hukum-hukum yang mengatur perubahannya, psikologi ini juga mengandung teori-teori kepribadian yang cukup jelas. Tujuan dari psikologi-psikologi Timur adalah mengubah kesadaran seseorang agar mampu melampaui batas-batas yang diciptakan oleh kebiasaan-kebiasaan yang membentuk kepribadian orang itu. Dalam hal ini, setiap tipe kepribadian perlu mengatasi hambatan-hambatan yang berbeda untuk membebaskan diri dari batas-batas ini.

Di samping itu, pendekatan psikologi-psikologi Asia didasarkan pada introspeksi dan pemeriksaan diri sendiri yang menuntut banyak energi, berbeda dengan psikologi-psikologi Barat yang lebih bersandar pada observasi tingkah laku. Setiap kutipan oleh *Gardner* dan *Louis Murphy* (1968) dari kitab-kitab suci Asia, memberikan semacam wawasan psikologis, baik suatu pandangan tentang bagaimana jiwa bekerja, suatu teori kepribadian, ataupun suatu model motivasi. Kendati mengakui adanya perbedaan-perbedaan di antara psikologi-psikologi Asia tersebut, namun *Gardner* dan *Louis Murphy* (1968) menyimpulkan bahwa psikologi-psikologi itu pada hakikatnya merupakan suatu reaksi terhadap kehidupan yang dilihat sebagai penuh dengan penderitaan dan kekecewaan. Cara umum untuk mengatasi penderitaan yang dianjurkan oleh psikologi-psikologi ini adalah disiplin dan kontrol diri, yang dapat memberikan kepada orang yang mengupayakannya "suatu perasaan ekstase (keadaan di luar kesadaran) yang tak terbatas dan hanya dapat ditemukan dalam diri yang bebas dari pamrih-pamrih pribadi". Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa, minat psikologis di Timur dan Barat "berpadu dengan sangat cepat".





Selain itu, Alan Watts dalam *“Psychotherapy East and West”* (1961) mengakui bahwa apa yang disebutnya “cara-cara pembebasan Timur” adalah mirip dengan psikoterapi Barat, yakni bahwa keduanya bertujuan mengubah perasaan-perasaan orang terhadap dirinya sendiri serta hubungannya dengan orang-orang lain dan dunia alam. Sebagian besar terapi-terapi Barat menangani orang-orang yang mengalami gangguan; sedangkan disiplin-disiplin Timur menangani orang-orang yang normal dan memilih penyesuaian sosial yang baik.

Meskipun demikian, Watts melihat bahwa tujuan dari cara-cara pembebasan itu cocok dengan tujuan terapeutik (berkaitan dengan terapi) sejumlah teoritikus, khususnya *individuasi* dari Jung, *aktualisasi diri* dari Maslow, *otonomi fungsional* dari Allport, dan *diri yang kreatif* dari Adler.

Setelah itu, Richard Alpert atau yang lebih dikenal dengan Ram Dass pun berpendapat bahwa meditasi dan latihan-latihan rohani lainnya dapat menghasilkan jenis perubahan kepribadian terapeutik (berkaitan dengan terapi) yang tidak dapat dihasilkan oleh obat-obat bius. Ia juga menekankan pada pentingnya pertumbuhan rohani, dan kekosongan hidup jika dijalani tanpa kesadaran rohani.

II. Pembahasan

Abhidhamma telah berkembang di India selama 15 abad yang lalu, yang merupakan wawasan-wawasan dari *Buddha Gautama*. Buddhisme sendiri berkembang menjadi beberapa aliran, di antaranya ialah *Mahayana* dan *Hinayana*. Sebagaimana yang telah dikemukakan oleh *Bhiku Nyanaponika*, seorang sarjana Buddhisme modern, “Dalam ajaran Buddhisme, pikiran merupakan titik tolak, titik pusat dan juga merupakan pemikiran yang dibebaskan dan dimurnikan oleh seorang Santo (suciwan), suatu titik kulminasi (tingkatan paling atas)”

A. Unsur-Unsur Kepribadian

Dalam Abhidhamma, kata “kepribadian” sangat serupa dengan konsep *atta*, atau diri (*self*) menurut konsep Barat. Bedanya, menurut asumsi dasar *Abhidhamma* tidak ada diri yang bersifat kekal atau abadi, benar-benar kekal, yang ada hanyalah sekumpulan proses impersonal (tidak bersifat pribadi) yang timbul dan menghilang. Yang tampak sebagai kepribadian terbentuk dari perpaduan antara proses-proses impersonal ini. Dalam hal ini, apa yang kelihatan sebagai “diri” tidak lain adalah bagian jumlah keseluruhan dari bagian-bagian tubuh, yakni pikiran, penginderaan, hawa nafsu, dan sebagainya. Satu-satunya benang yang bersinambungan atau bersambung-menyambung dalam jiwa adalah *bhava*, yakni kesinambungan kesadaran dari waktu ke waktu.

Setiap momen yang berturut-turut dalam kesadaran manusia, dibentuk oleh momen sebelumnya, dan pada gilirannya akan menentukan momen-momen yang berikutnya, sehingga semua proses kejiwaan manusia itu berkesinambungan. Menurut *Abhidhamma*, kepribadian manusia sama seperti sungai yang memiliki bentuk yang tetap, seolah-olah satu identitas, walaupun tidak setetes air pun tidak berubah seperti pada momen sebelumnya. Dalam pandangan ini, “tidak ada aktor yang mampu terlepas dari aksi, tidak ada orang yang mengamati mampu terlepas dari persepsi dan tidak ada subjek sadar di balik kesadaran” (*Van Aung, 1972, hlm. 7*). Dalam kata-kata Buddha (*Samyutta-Nikaya, 1972, 135*):

Sama seperti bila bagian-bagian dirangkai

Maka timbullah kata kereta perang”,

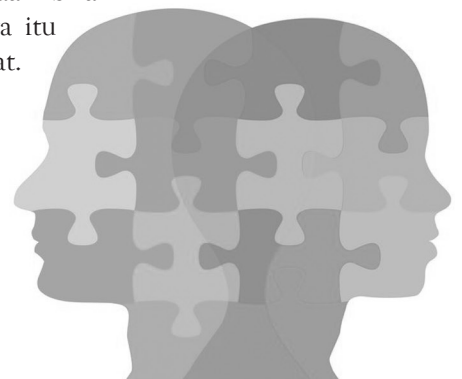
Demikian juga pengertian tentang ada

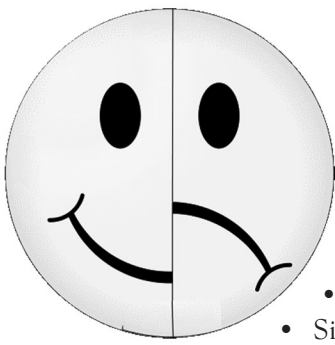
Bila agregat-agregatnya hadir

(*agregat: satuan yang terbentuk oleh partikel yang terhimpun dalam suatu kelompok*)

Yang menjadi fokus studi psikologi *Abhidhamma* adalah serangkaian peristiwa, yakni hubungan yang terus menerus antara keadaan-keadaan jiwa dan objek-objek indera, misalnya perasaan birahi (keadaan jiwa) pada seorang wanita cantik (objek indera). Keadaan-keadaan jiwa itu selalu berubah dari momen ke momen, dan perubahan itu ternyata sangat cepat. Selain itu, yang menjadi objek psikologi *Abhidhamma* adalah:

1. Penginderaan dari panca indera
2. Pikiran-pikiran yang dianggap sebagai indera keenam
3. Setiap keadaan jiwa terdiri atas sekumpulan sifat-sifat jiwa, yang disebut faktor-faktor jiwa. Sifat-sifat jiwa ini misalnya cinta, benci, adil, bengis, sosial, dan sebagainya.





Dalam hal ini, faktor-faktor jiwa itu berperan sebagai:

- Kunci menuju *karma* (menurut istilah Barat), *kamma* (menurut istilah Pali). Sedangkan dalam Abhidhamma, *kamma* merupakan suatu istilah teknis untuk prinsip bahwa setiap perbuatan dimotivasi oleh keadaan-keadaan jiwa yang melatar belaknginya.
- Menurut psikologi Timur, suatu tingkah laku pada hakikatnya secara moral adalah netral.
- Sifat moral tingkah laku ditinjau dari motif-motif yang melatar belakngi seseorang untuk melakukan perbuatan itu.
- Perbuatan seseorang memiliki campuran faktor-faktor jiwa negatif.
- *Dhammapada* adalah kumpulan sajak yang dahulu diucapkan oleh Buddha Gautama, mulai dengan pernyataan ajaran Abhidhamma tentang karma atau *kamma*:
Segala sesuatu yang terdapat pada kita merupakan akibat dari apa yang telah kita pikirkan: berdasarkan pikiran kita, dibentuk oleh pikiran kita. Apabila seseorang berbicara atau bertindak dengan pikiran jahat, maka perasaan sakit akan mengikutinya, sama seperti roda yang mengikuti kaki lembu yang menghela gerobak.....Apabila seseorang berbicara atau bertindak dengan pikiran yang murni, maka kebahagiaan akan mengikutinya, sama seperti bayang-bayang yang tidak pernah meninggalkannya (Babbitt, 1965, hlm. 3).

B. Macam-Macam Faktor Jiwa

Mengenai faktor-faktor jiwa dapat dikelompokkan menjadi dua macam, yakni:

1. Kusala: berarti murni, baik, sehat.
2. Akusala: berarti tidak murni, tidak baik, tidak sehat

Kebanyakan faktor jiwa perseptual, kognitif (mengenali berdasarkan pengalaman), dan afektif (perasaan takut/cinta) cocok untuk dimasukkan ke dalam kategori sehat atau tidak sehat. Penilaian tentang "sehat" atau "tidak sehat" dicapai secara empiris (berdasarkan pengalaman atau pengetahuan), berdasarkan pengalaman kolektif sejumlah besar petapa Buddhis pertama. Kriteria mengenai faktor jiwa sehat-tidak sehat adalah bahwa apakah suatu faktor jiwa khusus tertentu mempermudah atau mengganggu usaha mereka untuk mengheningkan jiwa dalam samadhi (pertapaan). Dalam hal ini, faktor jiwa yang mengganggu samadhi disebut faktor jiwa tidak sehat. Sedangkan yang mempermudah jalannya untuk mengheningkan jiwa disebut faktor jiwa sehat.

Selain faktor-faktor jiwa sehat dan tidak sehat, terdapat juga tujuh sifat netral yang ada dalam setiap keadaan jiwa, yakni:

Phasa : apersepsi (pengamatan secara sadar), adalah kesadaran semata-mata ke suatu objek

Sanna : persepsi, adalah pengenalan pertama bahwa kesadaran semata-mata pada suatu objek yangtersebut termasuk dalam salah satu indera. Misalnya: penglihatan, pendengaran, dan sebagainya.

Cetana : kemauan, yakni reaksi terkondisi yang menyertai suatu objek

Vedana : perasaan, aneka penginderaan yang dibangkitkan oleh objek itu

Ekaggata: keterarahan kepada suatu titik, yakni pemusatan kesadaran

Manasikara: perhatian spontan, yakni pengarahan perhatian yang tidak disengaja karena daya tarik dari suatu objek

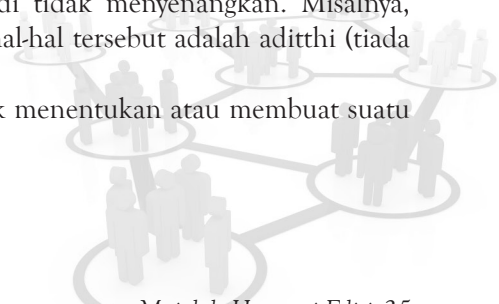
Jivitindriya: energi psikis (berkenaan dengan jiwa), yang memberi vitalitas dan mempersatukan keenam faktor jiwa lainnya. (Hall, p. 241).

Faktor-faktor tersebut di atas merupakan sejenis kerangka dasar kesadaran tempat tertanamnya faktor-faktor jiwa sehat dan tidak sehat. Namun kombinasi khusus faktor-faktor tersebut berbeda-beda dari momen ke momen.

1. Faktor-faktor Jiwa Tidak Sehat

a. Beberapa contoh faktor tidak sehat pada jiwa dari kelompok kognitif:

- *Moha* : delusi (khayal), bersifat perseptual (kesadaran subyektif) dan sentral, yakni kegelapan jiwa, penyebab persepsi yang salah tentang objek kesadaran.
- *Aditthi* : pandangan salah, pemahaman tidak tepat karena pengaruh delusi. Karena pandangan atau pemahaman yang salah inilah, maka semua yang tertuju menjadi tidak menyenangkan. Misalnya, pandangan "diri" sebagai yang tetap (model Barat), secara Timur hal-hal tersebut adalah *aditthi* (tiada pandangan benar).
- *Vicikiccha* : kebingungan, mencerminkan ketidakmampuan untuk menentukan atau membuat suatu keputusan yang tepat.
- *Ahirika* : sikap tidak tahu malu



- Anottapa: tanpa belas kasihan, bengis, kejam, sadis
 - Mana : egoisme, egoistis, mementingkan diri sendiri
- b. Sedangkan yang termasuk dalam kelompok afektif, adalah:
- Uddhacca : keresahan, rasa tidak tenang
 - Kukkucca : kekhawatiran, yakni keadaan bingung, linglung, penyesalan.

Yang berhubungan dengan ketergantungan:

- Lobha : tamak, rakus, serakah
- Macchhariya: kekikiran, pelit
- Issa : iri hati, yang menyebabkan keterikatan pada objek
- Dosa : kemakuan, merupakan sisi negatifnya dan selalu berhubungan dengan delusi
- Thina : kontraksi, pengerutan, kejang-kejang, gemetar
- Middha : Kebekuan, sikap dingin

Faktor-faktor di atas tersebut menyebabkan keadaan jiwa menjadi kaku dan tidak fleksibel. Apabila faktor-faktor negatif ini menonjol, maka jiwa dan tubuh seseorang cenderung menjadi lamban.



2. Faktor-faktor Jiwa Sehat

Setiap faktor yang tidak sehat ditentang oleh suatu faktor yang sehat. Dalam hal ini, cara untuk mencapai keadaan jiwa yang sehat adalah menggantikan faktor-faktor yang tidak sehat dengan kutub sebaliknya. Prinsip ini mirip dengan “reciprocal inhibition” (hambatan timbal balik) yang digunakan dalam “systematic desentization”, dimana pengendoran (*relaxation*) menghambat lawan fisiologisnya, yakni tegangan (Wolpe, 1958). Untuk setiap faktor sehat tertentu ada dalam suatu keadaan jiwa, maka faktor tidak sehat yang ditekannya tidak akan dapat muncul.

Berikut adalah faktor-faktor jiwa sehat yang terpenting, antara lain:

- Panna: pemahaman, insight, lawan dari delusi; persepsi yang jelas tentang objek sebagaimana adanya. Dimana Panna dan elusi tidak dapat hadir secara bersamaan.
- Sati: sikap penuh perhatian, mind fullness, pemahamannya yang jelas dan kontinyu pada objek. Dimana Panna dan Sati ini menyebabkan orang menjadi selalu tenang dan dapat menekan semua faktor tidak sehat.
- Hiri : rendah hati, tidak menghambat, tahu malu.
- Ottappa: sikap penuh hati-hati, sikap tanpa penyesalan
- Cittujjukata: kejujuran, menilai secara tepat
- Saddha: kepercayaan, yakni kepastian berdasarkan pada persepsi yang tepat. Kombinasi dari hiri, ottappa, cittujjukata dan sadha, bekerja sama untuk menghasilkan perbuatan kebajikan yang diukur dari norma pribadi maupun norma sosial.
- Alobha: Ketidakserakahan, ketidakterikatan, kebebasan, kemerdekaan
- Adosa: ketidakbencian, ketidakmuakan, kesiapsiagaan untuk menghadapi apapun
- Tatramajjhata: sikap tidak memihak, tidak pilih kasih
- Passadhi: sikap tenang
- Ahuta: kegembiraan
- Muduta: luwes, fleksibel
- Kammantaka: mampu adaptasi dan menyesuaikan diri
- Paqunnata: kecakapan



C. Dinamika Kepribadian

Dinamika kepribadian adalah gerak kepribadian yang terjelma dalam tingkah laku, baik yang nampak maupun tidak nampak dan terjadi karena interaksi antara faktor-faktor jiwa sehat dan tidak sehat. Jika terjadi dominasi dari faktor-faktor sehat atau tidak sehat tertentu, akan menghasilkan tipe-tipe kepribadian atau tingkah laku tertentu pada individu yang bersangkutan.

Beberapa contoh interaksi berbagai faktor jiwa dan bagaimana perilaku yang terjadi, atau menyebabkan sifat-sifat tingkah laku tertentu adalah sebagai berikut:

- o Kelompok faktor tidak sehat yang terdiri dari ketamakan, kekikiran, irihati, dan kemakuan dilawan oleh faktor-faktor ketidakterikatan (*alobha*), *adosa* (*ketidakmuakan*), *tatramajjhata* (*tidak memihak*), dan *passadhi* (*sikap tenang*), maka akan mencerminkan ketenangan fisik dan jiwa yang terjadi karena berkurangnya perasaan keterikatan.
- o Sikap-sikap *alobha*, *adosa*, *tatramajjhata*, dan *passadhi* menggantikan sikap rakus atau sebaliknya, sikap menolak,



dengan sikap penuh perhatian terhadap apa saja yang mungkin timbul dalam kesadaran seseorang, yang menyebabkan timbulnya sikap menerima apa adanya.

- o Faktor-faktor sikap egois, irihati, kemuakan, menyebabkan orang haus atau mendambakan pekerjaan yang terpendang, tinggi dan mewah, atau irihati terhadap orang lain yang mempunyai pekerjaan.
- o Sebaliknya, sikap-sikap tenang, bebas, ketidakmuakan, netral, menyebabkan orang mempertimbangkan keuntungan-keuntungan berupa upah dan prestasi dengan keinginan-keinginan seperti tekanan dan ketegangan yang lebih besar serta menilai secara adil. Sedangkan sikap netral memandang seluruh situasi dengan tenang.
- o Jika faktor-faktor kegembiraan (*ahuta*), luwes/fleksibel (*muduta*), dan kecakapan (*paqunata*) muncul pada perilaku, maka seseorang akan berpikir dan bertindak dengan leluasa dan mudah, mewujudkan ketrampilan-ketrampilannya secara maksimal.
- o Faktor tersebut menekan faktor-faktor kontraksi (pengerutan, kejang-kejang, gemetar) dan kebekuan yang tidak sehat itu, yang menguasai jiwa dalam keadaan-keadaan tertentu seperti depresi. Dalam kehidupan sehari-hari, faktor sehat tersebut menyebabkan orang dapat menyesuaikan diri secara fisik dan psikis terhadap keadaan-keadaan yang senantiasa berubah serta dapat menghadapi tantangan-tantangan manapun yang mungkin timbul.

D. Psikodinamika Kepribadian

Psikodinamika kepribadian dapat terjadi karena interaksi antar faktor-faktor jiwa dengan mekanisme sebagai berikut:

- o Faktor-faktor jiwa yang sehat dan tidak sehat saling menghambat.
- o Tetapi tidak selalu terdapat hubungan satu lawan satu antara sepasang faktor-faktor sehat dan tidak sehat.
- o Kehadiran yang satu menekan faktor tandingannya.
- o Dalam beberapa hal satu faktor sehat akan menghambat sekumpulan faktor tidak sehat, misalnya, ketidakterikatan mampu secara sendirian menghambat ketamakan, kekikiran, irihati dan kemuakan.
- o Faktor-faktor kunci tertentu juga mampu menghambat sekumpulan faktor tandingan secara keseluruhan, misalnya jika terjadi delusi, maka tidak satupun faktor baik dapat timbul dan hadir secara bersamaan.
- o Karma seseoranglah sebagai penentu, apakah ia akan mengalami keadaan jiwa sehat atau keadaan jiwa tidak sehat.
- o Suatu kombinasi faktor merupakan hasil dari pengaruh-pengaruh biologis dan pengaruh-pengaruh situasi disamping juga merupakan pindahan pengaruh dari keadaan jiwa sebelumnya. Faktor-faktor tersebut biasanya timbul sebagai suatu kelompok, baik positif maupun negatif.
- o Dalam setiap keadaan jiwa tertentu, faktor yang membentuk keadaan jiwa tersebut muncul dengan kekuatan-kekuatan yang berbeda.
- o Faktor apa saja yang paling kuat, akan menentukan bagaimana seseorang mengalami dan bertindak dalam suatu momen tertentu
- o Meskipun mungkin semua faktor buruk hadir, namun keadaan yang di alami akan sangat berbeda, tergantung pada apakah misalnya ketamakan atau kebekuan yang mendominasi jiwa.
- o Hirarki kebutuhan dari faktor-faktor tersebut menentukan apakah keadaan spesifik itu akan menjadi positif atau negatif.
- o Jika faktor tertentu atau sekumpulan faktor seringkali muncul dalam keadaan jiwa seseorang, maka faktor tersebut akan menjadi sifat kepribadian.
- o Jumlah keseluruhan faktor-faktor jiwa yang sudah menjadi kebiasaan pada seseorang, menentukan sifat-sifat kepribadiannya.

E. Tipe-Tipe Kepribadian

Mengenai bagaimana timbulnya beberapa tipe kepribadian menurut ajaran abhidhamma, adalah sebagai berikut:

- o Bahwa tipe-tipe kepribadian menurut Abhidhamma, secara langsung diturunkan dari prinsip bahwa faktor-faktor jiwa muncul dalam kekuatan yang berbeda-beda. Jika jiwa seseorang tetap dikuasai oleh suatu faktor, maka hal ini akan mempengaruhi kepribadian, motif-motif dan tingkah lakunya.
- o Keunikan pola faktor-faktor jiwa setiap orang menimbulkan perbedaan individual dalam kepribadian melampaui kategori-kategori kasar tipe-tipe pokok kepribadian.





Motif pada manusia berasal dari analisis mengenai faktor-faktor jiwa dan pengaruh faktor-faktor tersebut pada tingkah laku. Motif itu menentukan keadaan jiwa seseorang untuk mencari sesuatu atau menjauhinya. Hal ini disebabkan karena keadaan-keadaan jiwa tersebut membimbing kepada perbuatannya. Misalnya, jiwa manusia dikuasai oleh ketamakan, hal ini akan menjadi menonjol, dan orang akan bertingkah laku sesuai motif tadi, yakni berusaha memperoleh objek ketamakannya. Jika egoisme merupakan suatu faktor jiwa yang kuat, maka orang tersebut akan berbuat dengan cara yang selalu untuk meningkatkan dirinya. Dengan kata

lain, setiap tipe kepribadian menjadi tipe motifnya juga.

- o Buku *Visuddhimagga* (Buddhaghosa, 1976), merupakan pedoman untuk meditasi sesuai dengan ajaran Abhidhamma pada abad ke V SM. Dalam pedoman ini terdapat bahagian untuk mengenal tipe-tipe utama kepribadian, karena setiap orang harus diperlakukan sesuai dengan sifat-sifatnya. Salah satu metode yang disarankan guna menilai tipe kepribadian adalah dengan mengamati secara seksama cara bergerak dan berdiri. Misalnya:

- a. Orang yang kuat nafsunya atau senang kenikmatan, jalannya anggun
- b. Orang yang penuh kebencian, suka menyeret kakinya jika berjalan
- c. Pada orang yang dikuasai delusi, jika berjalan cepat langkahnya.

Contoh lain yang diberikan oleh *Vajiranana* (1962), sebagai berikut:

“Orang yang kuat nafsunya, jejak kakinya terbelah di tengah. Orang yang tidak ramah, jejak kakinya membentuk garis ke belakang. Sementara jejak kaki orang yang dikuasai delusi, kelihatan terburu-buru ditapakan. Sedangkan *Buddha Gautama* meninggalkan jejak kaki yang sempurna karena jiwanya tenang dan badannya pun seimbang”.

Kepribadian Sehat dan gangguan jiwa

Definisi Operasional kepribadian, dapat dirumuskan sebagai berikut:

- a. Pribadi sehat: Tidak ada faktor-faktor tidak sehat atau selalu ada faktor sehat
- b. Jiwa terganggu: Ada faktor jiwa tidak sehat, dimana gangguan jiwa timbul karena faktor tidak sehat menguasai kejiwaan seseorang
- c. Kriteria untuk kesehatan jiwa: Adanya faktor-faktor yang sehat dan ketiadaan faktor-faktor yang tidak sehat dalam sistem pengelolaan sumber daya psikologis seseorang

Berikut ini contoh faktor-faktor sehat, antara lain:

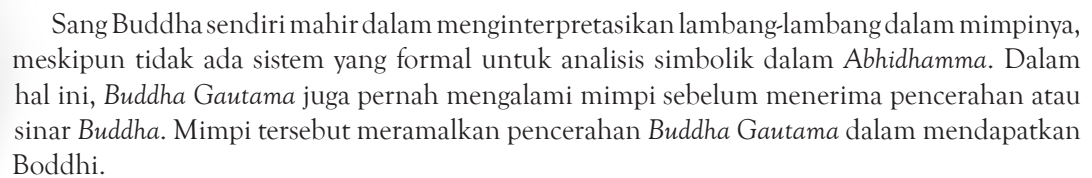
- Karuna: Kebaikan hati yang penuh kasih
- Mudita: merasakan nikmat dalam kebahagiaan orang lain
- Dalam kitab suci Buddha, pernah disebutkan bahwa: “semua orang yang tertarik hal-hal duniawi adalah gila”.
- *Annusaya*: kecenderungan-kecenderungan laten dari jiwa tidak sehat
- *Meditasi*: sarana menuju kepribadian sehat

Selanjutnya, *tujuan* perkembangan psikologis dalam *Abhidhamma* adalah meningkatkan jumlah keadaan-keadaan yang sehat dan dengan demikian mengurangi keadaan-keadaan yang tidak sehat dalam jiwa seseorang. Disamping itu, pada puncak kesehatan jiwa sama sekali tidak ada faktor-faktor yang yang tidak sehat muncul dalam jiwa seseorang. Meskipun setiap orang terdorong untuk mencari hal yang ideal ini, namun sudah pasti hal tersebut jarang tercapai.

F. Tentang Mimpi

Abhidhamma mengatakan bahwa mimpi adalah sifat istimewa lain dari *arahat/santo* (masyarakat Barat). Ada empat macam tipe mimpi pada manusia, yakni:

1. Mimpi yang disebabkan oleh sejenis gangguan pada organ atau otot, dan biasanya menyangkut suatu perasaan fisik yang menakutkan, misalnya jatuh, terbang, atau dikejar-kejar harimau. Berbagai macam mimpi buruk termasuk tipe mimpi ini.
2. Mimpi yang ada hubungannya dengan kegiatan-kegiatan yang dilakukan orang pada siang harinya, dan menggemakan pengalaman-pengalaman yang sudah berlalu tersebut. Mimpi semacam ini kerap terjadi.
3. Mimpi tentang suatu peristiwa aktual sebagaimana peristiwa itu terjadi, mirip dengan prinsip sinkronitas pada pendapat C.G. Jung.
4. Mimpi yang bersifat waskita (*clairvoyant*), suatu ramalan yang tepat tentang peristiwa-peristiwa yang akan terjadi. Seorang *arahat/santo* bermimpi, maka mimpinya itu selalu bersifat waskita (*Van Aung, 1972*).



Perubahan kepribadian yang radikal pada taraf arahat semacam itu melampaui tujuan-tujuan dan harapan-harapan psikoterapi Barat. Dalam hal ini, konsep arahat merupakan sesuatu yang ideal bagi kebanyakan orang, namun terasa terlampaui baik untuk diwujudkan. Selain itu, arahat sebagai model pribadi sehat adalah memiliki banyak sifat yang mereka asumsikan intrinsik (terkandung di dalamnya) dalam kodrat manusia. Mungkin ide pribadi Arahat semakna dengan konsep Maslow atau Rogers sebagai pribadi yang dapat teraktualisasi penuh.

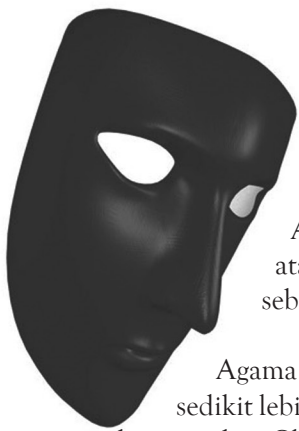
Pemikiran utama Confusius ditulis dalam sembilan seri buku. Lima buku pertama menerangkan tentang norma kesopanan, komentar tentang I-Ching, prinsip-prinsip moral, sejarah negara dan legenda ternama dari China. Keempat buku yang terakhir berisi ajaran-ajaran filosofisnya.

Konfusianisme bukan filsafat yang komprehensif, berisi ajaran-ajaran praktis yang mengarahkan pada tindakan moral dan politik, sehingga merupakan tipe filosofi aplikasi dengan beberapa tambahan metafisis (ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan hal-hal non fisik/tidak terlihat)

Mo ti, seorang filsuf cinta yang universal, menolak ajaran konfusius, mengembangkan bukti-bukti logis untuk menunjukkan keberadaan roh dan hantu, ajarannya menjadi dasar chinesis pacifism (paham suka damai). Yang Chu mengembangkan teori dasar yang menolak eksistensi tuhan dan kehidupan setelah mati, pandangan hidupnya cenderung hedonis yang mencari kesenangan dalam hidup. Mencius menawarkan pandangan yang lebih moderat menyatakan kewajiban social dapat membuat kehidupan manusia menjadi baik dan prakteknya dia mengajarkan kepemimpinan dan kebajikan individu. Chuang-tzu, menganut ajaran Taoisme, kemampuan intelektual tidak menempati peranan yang dominan, isu-isu religius moral dan politik yang dipadukan memberikan pengaruh pada perhatian ilmiah, termasuk psikologi tahayul, ritual nenek moyang toleransi sosial, kebaikan dan panteisme (penyembahan kepada semua dewa dengan pemujaan) menjadi topik dominan dalam literature China dan pemikirannya. Psikologi dibatasi dalam skala konformitas (persesuaian) dan non konformitas dengan etika moral yang dapat diterima oleh masyarakat. Isu-isu psikologi diintegrasikan dengan tujuan-tujuan keabadian melalui kebajikan dan kejujuran.

Korea dan Jepang adalah penerima budaya Cina. Legenda Jepang mengajarkan bahwa pulau keramat diciptakan oleh dewa yang melahirkan kaisar pertama yang berhasil mematahkan garis silsilah. Masyarakat Jepang di zaman feodal dibagi berdasarkan kasta. Kaisar adalah figur pemimpin dan kekuatan sesungguhnya diletakkan pada shogun yang dimunculkan biasanya setelah kekuatan perjuangan meliputi peperangan sengit dan intrik politik. Setiap pemimpin didukung oleh ksatria yang disebut samurai yang berjumlah lebih dari satu juta orang di berbagai periode pada zaman feodal Jepang. Mereka mengikuti aturan,





kaku yang berdasar pada kesetiaan, keberanian dan kepekaan yang besar terhadap martabat dan kehormatan. Pekerjaan sebenarnya dilakukan oleh seniman, petani kecil, dan pedagang. Ada pula budak dalam jumlah besar, hampir lima persen dari populasi yang menjadi kriminal atau orang yang dijerumuskan ke perbudakan. Para pekerja dikenai pajak tinggi dan dipekerjakan sebagai buruh pada tuan lokal atau pada negara.

Agama tertua di Jepang, Shinto berdasar pada ibadah nenek moyang dan mempunyai kepercayaan yang sedikit lebih sederhana untuk tradisi dan beberapa ritual kebangsaan dan doa. Pada tahun 552 Buddhisme diimpor dari China. Buddhisme di Jepang menjadi sebuah penegasan bersifat positif dari kepercayaan pada dunia berbudi luhur. Versi Buddhisme ini cocok sekali dengan jenis dari pengendalian sosial yang ada ditandai dengan struktur hierarki dari masyarakat Jepang. Confusianisme diperkenalkan di Jepang pada abad ke enam belas. Guru besar Confusian dan pembuat essay (karangan) terkenal bernama Hayashi Rizan (1583-1657) dikenal sebagai sarjana dan memenangkan perubahan dari Buddhisme dan pengenalan dini Kristen.

III. Kesimpulan

Psikologi Abhidhamma pada hakikatnya bersifat fenomenologis, yakni suatu teori deskriptif (menggambarkan apa adanya) tentang keadaan-keadaan internal. Hanya orang-orang yang telah menghayati latihan yang dipersyaratkan dan pengalaman sesudahnya akan benar-benar dapat menguji teori tersebut. *Abhidhamma*, ketika membahas keadaan-keadaan di luar kesadaran dalam meditasi, juga merupakan "ilmu tentang keadaan-khusus" menurut definisi yang dikemukakan Tart (1972): pokok pengetahuan yang diperoleh lewat analisis, eksperimen, dan komunikasi dengan suatu keadaan khusus dalam hal ini, keadaan bermeditasi. Bahaya utama dari teori-teori fenomenologis dan ilmu-ilmu pengetahuan tentang keadaan khusus adalah penipuan diri sendiri. Seseorang mungkin merasa yakin bahwa pengalamannya begini atau begitu, sedangkan sesungguhnya lain; sepanjang tidak ada bukti lain untuk mengoreksi orang tersebut, maka kesalahannya akan terus dipertahankan.

Karena alasan ini, suatu teori seperti *Abhidhamma* ini membutuhkan pengujian-pengujian terhadap hipotesis-hipotesisnya (anggapan dasar yang perlu dikaji) sejauh prediksi-prediksinya memang dapat diverifikasi dari segi pandangan pengamat dari luar (Barat). Hal ini relatif sulit dilakukan terhadap perubahan-perubahan dari faktor-faktor jiwa seseorang yang bersifat terus menerus dari saat ke saat dan tidak kentara. Akan tetapi ada kemungkinan menguji gambaran-gambaran *Abhidhamma* tentang perubahan-perubahan yang terjadi akibat keterpusatan perhatian pada satu titik di satu pihak, atau akibat sikap penuh perhatian yang bersifat sistematis di pihak lain. Dalam hal ini, gambaran-gambaran *Abhidhamma* tentang *jhana* adalah keadaan-keadaan di luar kesadaran yang hanya terjadi selama praktik meditasi itu sendiri. Sementara sifat-sifat *Arahat* mencerminkan pengaruh-pengaruh sifat, yakni perubahan-perubahan kepribadian yang mengiringi peralihan ke keadaan di luar kesadaran yang berlangsung lama, yang terus bertahan terlepas dari *meditasi* itu sendiri.

Timur: Lebih ke dalam: Ia lebih menerima dan menahan. Nilai-nilai yang muncul: Kebaikan hati, tidak suka turut campur, melupakan diri, turut merasakan, menarik diri, moderat, sabar, pasrah, damai batin

Tiga jenis aliran dalam psikologi timur:

- **KONFUSIANISME:** Apa artinya menjadi manusia.

Psikologi Konfusianisme sebagai humanisme. Tujuannya adalah kesejahteraan manusia dalam hubungan yang harmonis dengan masyarakat. Pusatnya adalah manusia dan alamnya.

- **TAOISME:** Di dalam Manusia dan di Atasnya: Tao

Psikologi Taoisme terarah pada kenyataan-kenyataan di luar duniawi; temanya yang utama adalah keselarasan manusia dengan Tao dan realisasi dari suatu model kosmis yang nampak dalam semua benda.

- **BUDDHISME:** Mencari Pencerahan

Psikologi Buddhisme merupakan suatu jawaban terhadap persoalan penderitaan manusia. Ia menunjukkan langkah menuju keselamatan; setiap manusia diundang untuk mengikuti jejak langkah itu agar mencapai kesadaran, yang pertama kali di alami Buddha.

- Orang Timur tahu bahwa bahwa kelebihan orang putih terletak justru pada ilmu dan teknik. Cara satu-satunya untuk mempertahankan diri di kemudian hari ialah belajar tahu apa yang membuat orang Barat menjadi begitu kuat. Sejak saat itu bagi kebanyakan orang Asia, ilmu dan teknik disamakan dengan Barat, dan menjadi kunci bagi kekuasaan dan kesejahteraan, dua nilai yang paling didambakan dunia modern.





Manfaat Senyuman & Tertawa

Apakah Anda pernah tersenyum? Hmm, kalau tidak pernah kelewatan banget ya. He.. he.. he.. Semoga saja anda tidak termasuk yang ini. Ingat senyum itu memiliki arti dan makna yang sangat mendalam. Sejarah para Nabi di dalam kitab suci mereka suka senyum. Bahkan mereka bersabda bahwa senyum itu sedekah dan memberikan kegembiraan bagi yang melihatnya. Bayangkan. Senyum dimaknai sedekah dan tentu saja dapat pahala.terlebih memberikan kegembiraan kepada makhluk lain tentu ini adalah kebajikan. Begitu pentingnya senyum itu ya. Berikut ini perlu di paparkan untuk anda apa arti sebuah senyuman yang saya kutip dari web pavorit saya VivaNews.com. Silahkan berkunjung ke sana ya.

Sebuah senyuman memiliki arti lebih dalam daripada sekedar sebuah ekspresi ceria. Lengkungan di bibir menyiratkan sebuah komunikasi sosial.

Penulis Marianne LaFrance dalam buku barunya ‘Lip Service’ menulis bahwa setiap senyuman merupakan sebuah magnet sosial, parameter kepercayaan, sebuah perangkat penyebar kemarahan, alat tawar menawar, hingga alat menjaga ikatan sosial.

Itulah sebabnya, sunggingan di wajah merupakan ekspresi yang paling cepat dikenali. “Tak peduli apakah itu senyum nyengir, menyeringai menakutkan, atau berseri-seri, semuanya memiliki arti,” ujar LaFrance, Profesor Psikologi Universitas Yale. Dia menambahkan, sebuah senyuman bahkan berpengaruh pada politik, pekerjaan, hubungan, dan budaya.

Meskipun tersenyum sering menandakan kebahagiaan, ekspresi ini juga menyampaikan berbagai emosi mulai dari menghibur, rasa malu, penipuan hingga menghina.

Studinya menyebut, ada perbedaan cara tersenyum pria dan wanita. Wanita rata-rata lebih banyak tersenyum ketimbang pria. Salah satu alasannya, kata LaFrance, adalah alasan biologis.

Para peneliti menemukan otot senyum utama, yang dikenal sebagai zygomaticus lebih besar dan tebal pada wanita daripada pria. Kedua, area kerja wanita kebanyakan membutuhkan sosialisasi yang lebih banyak dibanding pria. Dan, umumnya wanita lebih cenderung memiliki keinginan bersosialisasi.

“Wanita sering berperan mengatur kegiatan sosial, mengurangi konflik, dan peduli kehidupan emosional orang lain,” tambah LaFrance.

Meskipun senyum biasanya memperlihatkan ekspresi positif ada sisi gelap dalamnya. Seperti tersenyum saat menyembunyikan perasaan atau bersikap sinis. “Senyum merupakan sebuah topeng yang besar,” kata LaFrance.

“Senyum adalah sebuah pendekatan paling mudah saat pendekatan lain tidak bekerja”.

Wajah dan Sebuah Senyuman

Wajah adalah media ekspresi seseorang. Dari wajah dapat tergambar apa yg dirasakan atau yang sedang di alami seseorang. Jika seseorang menutup wajahnya maka sulit sekali untuk mengenali siapa ia, begitupun sebaliknya jika seluruh tubuh kecuali wajah yang tertutup maka sangatlah mudah untuk mengenal siapa ia.

Senyum adalah salah satu tabiat manusia yang sedikit misterius, yang mempunyai maksud tersirat dan tujuan tertentu. Ada pula yang mengatakan bahwa senyuman adalah sesuatu yang aneh tapi nyata. Walaupun semua orang punya bibir, namun untuk urusan yang satu ini tidak semua orang mampu untuk melakukannya terlebih ketika seseorang sedang marah, biasanya susah sekali untuk melepaskan diri dari cemberut. Wajah yang semulanya rupawan, kalau sedang marah jadi kelihatan buruk dan menakutkan.

Senyuman merupakan satu sifat dan akhlak mulia. Namun tidak jarang senyuman yang dilemparkan menjadi sebuah senjata ampuh untuk memikat seseorang. Banyak sekali orang yang jatuh hati disebabkan oleh sebuah senyum. Senyuman menjadi sangat bervariasi dengan nilai dan karakteristiknya masing-masing. Dari warna-warni senyuman itu dapat kita bagi ke dalam beberapa macam, di antaranya sebagai berikut:

- Senyuman egois atau sinis, sebuah senyuman yang tidak bersahabat. Senyuman tersebut terbentuk dari perasaan dendam kesumat. Senyuman ini dapat menyebabkan orang yang diberi senyum sakit hati melihatnya.
- Senyum menggoda, sebuah senyuman yang bertujuan untuk menggoda seseorang. Sebuah senyuman yang bisa menjerumuskan orang lain ke dalam maksiat. Sebagai contoh senyuman seseorang untuk mengajak lawan jenisnya melakukan maksiat.
- Senyum ketabahan. Sebuah senyuman yang muncul dari orang-orang perkasa atau jantan. Sosok yang mampu menghadapi musibah hidupnya dengan tabah, tanpa kecengengan. Senyuman ini akan dirasakan oleh orang yang dekat dengan Tuhan.



- Senyum ketegaran, sebuah senyuman yang menghiasi bibir orang-orang yang berwibawa dan mempunyai kekuatan dalam hidupnya. Biasanya mereka pernah melewati sebuah musibah atau cobaan hidup yang berat dan dapat dilalui dengan meraih kesuksesan. Sehingga masalah yang berat sekalipun dapat teratasi jika seseorang mampu dan memiliki senyum seperti ini.
- Senyum ketulusan, sebuah senyuman yang datang dari hati yang paling dalam. Muncul untuk membahagiakan, menghormati, dan memuliakan orang lain. Senyuman ini menunjukkan kondisi paralel antara bibir (lahiriyah) dengan hati (bathiniyah). Sebuah senyuman yang dalam ajaran agama bernilai ibadah, sebuah sedekah yang mudah dan ringan. Senyuman model ini memang terasa multiguna dalam mengarungi kehidupan.

Senyuman ini mampu menambah keakraban dan hubungan dalam berkomunikasi. Baik dalam komunikasi secara langsung maupun dalam media perantara. Entah itu dilakukan terhadap orangtua, teman, atau pihak lain. Dengan kata lain, meski lawan bicara tidak bertemu langsung, getaran senyumnya dapat menggetarkan mata batin kita.

Senyum mempunyai segudang manfaat, baik bagi diri sendiri maupun bagi orang lain. Di antara manfaat senyum adalah sebagai berikut:

Dari segi penampilan, Senyum dapat memperbaiki penampilan dan menambah daya tarik. Walaupun yang tersenyum adalah kakek atau nenek yang ompong dan keriput, namun senyuman tetap menjadikannya lebih baik. Seperti mempunyai makna dan nuansa tersendiri, mungkin lebih manis kesannya, lebih indah dan menyejukkan hati. Dengan senyuman, kita akan lebih dihargai dan disegani.

Dari segi kesehatan, orang yang murah senyum biasanya terjaga dari penyakit yang bernama stress. Jantungnya akan berdetak secara normal, sehingga terhindar dari berbagai macam penyakit ketegangan. Menjalani kehidupan sehari-hari dengan hidup senang dan ceria membuat tubuh lebih sehat dan awet muda. Menurut pendapat para dokter, untuk menghasilkan sebuah senyuman hanya dibutuhkan 17 otot wajah. Maka dari itu, tidak heran jika sering ditemukan orang dengan usia 50 tahunan punya wajah masih tetap segar, ceria dan sehat. Berbeda dengan orang yang suka marah, hobinya cemberut, atau suka mengomel, biasanya kelihatan lebih tua. Memang tiga aktivitas terakhir (marah, cemberut, ngomel) membutuhkan 32 otot wajah inilah yang menjadi penyebabnya.

Dari segi sosial, senyuman merupakan suatu bentuk keakraban dalam pergaulan masyarakat. Dan ini akan menambah suasana hangat dan indah. Karena memang ketika melihat seseorang yang murah senyum, akan terasa menyenangkan.

Senyuman memang sesuatu yang hebat dan dahsyat. Senyuman yang penuh dengan ketenangan akan mampu meluluhkan kemarahan seseorang. Hendaknya kita membiasakan untuk bersikap tenang dan murah senyum dalam bergaul. Bila kita mampu melaksanakan dengan apa yang diajarkan para Nabi besar maka permusuhan dan pertengkaran akan dapat ditekan. Hendaknyalah kita menumbuhkan suasana semacam ini. Bukankah dunia akan menjadi indah dengan senyuman dan apa jadinya bila semua orang bermuka masam, selalu cemberut, marah dan bertengkar?

Banyaklah senyum dalam berbagai kesempatan sebelum senyum itu di buat aturan dan dilarang! Orang yang suka murah senyum beban hidupnya jadi ringan, ceria dan bahagia..

Maka tersenyumlah...niscaya dunia akan tersenyum bersama kita...!

10 Manfaat Senyuman

Senyum adalah ibadah, menjalani sesuatu dengan senyum selain bermanfaat baik buat hubungan dengan sekitar, karna senyum adalah jarak yang terdekat antara dua manusia. Selain itu senyum berdampak positif juga buat kesehatan tubuh kita.

1. Senyum membuat Anda lebih menarik

Orang yg banyak tersenyum memiliki daya tarik. Orang yg suka tersenyum membuat perasaan orang disekitarnya nyaman dan senang. Orang yg selalu merengut, cemberut, mengerutkan kening, dan menyeringai membuat orang-orang disekeliling tidak nyaman. Dipastikan orang yg banyak tersenyum memiliki banyak teman.

2. Senyum mengubah perasaan

Jika Anda sedang sedih, cobalah tersenyum. Senyuman akan membuat perasaan menjadi lebih baik. Menurut penelitian, senyum bisa memperdayai tubuh sehingga perasaan berubah.

3. Senyum bisa menular

Ketika seseorang tersenyum, ia akan membuat suasana menjadi lebih riang. Orang disekitar Anda pasti akan ikut tersenyum dan merasa lebih bahagia



4. Senyum menghilangkan stres Stres bisa terlihat di wajah. Senyuman bisa menghilangkan mimik lelah, bosan, dan sedih. Ketika anda stres, ambil waktu untuk tersenyum. Senyuman akan mengurangi stres dan membuat pikiran lebih jernih.

5. Senyum meningkatkan imunitas.

Senyum membuat sistem imun bekerja lebih baik. Fungsi imun tubuh bekerja maksimal saat seseorang merasa rileks. Menurut penelitian, flu dan batuk bisa hilang dengan senyum.

6. Senyum menurunkan tekanan darah

Tidak percaya? Coba Anda mencatat tekanan darah saat anda tidak tersenyum dan catat lagi tekanan darah saat anda

tersenyum saat diperiksa. Tekanan darah saat Anda tersenyum pasti lebih rendah.

7. Senyum melepas endorfin, pemicu rasa alamiah, dan serotonin

Senyum ibarat obat alami. Senyum bisa menghasilkan endorfin, pemicu rasa alamiah, dan serotonin. Ketiganya adalah hormon yg bisa mengendalikan rasa sakit.

8. Senyum membuat awet muda

Senyuman menggerakkan banyak otot. Akibatnya otot wajah terlatih sehingga anda tidak perlu melakukan face lift. Dijamin dengan banyak tersenyum Anda akan terlihat lebih awet muda.

9. Senyum membuat Anda kelihatan sukses.

Orang yg tersenyum terlihat lebih percaya diri, terkenal, dan bisa diandalkan. Pasang senyum saat rapat atau bertemu dengan klien. Pasti kolega Anda akan melihat Anda lebih baik.

10. Senyum membuat orang berpikir positif.

Coba lakukan ini: pikirkan hal buruk sambil tersenyum. Pasti susah. Penyebabnya, ketika Anda tersenyum, tubuh mengirim sinyal "hidup adalah baik". Sehingga saat tersenyum, tubuh menerimanya sebagai anugerah.

Enam Fakta Tertawa itu Sehat

Tahukah Anda bahwa tertawa itu baik untuk kesehatan. Dr. Cynara Coomer menemukan 6 fakta menarik tentang tertawa dan manfaatnya.

1. Tertawa adalah obat bagi segala penyakit: Menonton film komedi ataupun mendengar lelucon pasti dapat membuat anda tersenyum. Para peneliti berpendapat tertawa, tidak peduli selebar apapun, dapat menjadi kunci dari segala jenis pengobatan.

2. Tertawa sama seperti berolahraga: Ketika anda tertawa, otot-otot wajah anda akan meregang, meningkatkan denyut nadi anda seperti sedang berolahraga dan juga memperlancar distribusi oksigen ke seluruh tubuh.

3. Tertawa dapat menguatkan sistem imun: Rendahnya tingkat stress disaat kita bahagia dan tertawa membantu distribusi oksigen yang dapat membersihkan tubuh anda dari hal buruk dan membantu meningkatkan kekebalan tubuh.

4. Tertawa baik bagi jantung: Sebuah penelitian yang dilakukan para peneliti dari Universitas Loma Linda di California menemukan bahwa peserta penelitian yang menonton acara komedi di tv secara rutin selama satu tahun mengalami kenaikan lemak baik sebanyak 26%, lemak ini diketahui sangat baik bagi kesehatan jantung.

5. Tertawa baik untuk kesehatan mental: Tertawa dapat melepaskan hormon endorfin yang akan membuat anda merasa baik. Endorfin memberikan rasa damai dan mengurangi kecemasan.

6. Tertawa dapat mengurangi rasa sakit: Tertawa memang tidak akan menyembuhkan penyakit kronis anda tetapi tertawa dapat mengurangi rasa sakit anda. (Foxnews/Des/ARI)

永遠的微笑者：釋迦牟尼佛

肉身成道的佛陀

佛陀是一個人，他是經由恆久的修證而成佛的，他並非天神下凡，不必經由修持就得道的"道成肉身"。他原本與我們一樣是凡夫，但經由永不退墮的修持，終於成佛了，這帶給我們廣大的希望。從佛陀的身上，我們發覺任何人都可修行而成佛，而不必由天神的指定或差遣，一切生命的主權，還是操縱在自己的精進努力。

釋尊是人間的導師

《阿含經》說："諸佛世尊皆出人間，終不在天上成佛。"這是佛陀成道的抉擇。人類是一切六道眾生中造業的主體。天上太快樂，純享樂報，阿修羅嗔念太強，有福而無德，餓鬼、畜生、地獄等

三惡道純受惡果，他們都無法有造作的堅決業行。只有人類可造善業，也可造惡業，可行染業，也能成就淨業，所以適合修行也適合成佛。我們千萬不要把佛當神來信仰，他是圓滿的人，也是一切人天的導師，對於我們人類而言，更是特別示現在人間的導師，是導引我們走向解脫乃至成佛的覺者。

佛陀具足廣大的慈悲心慈是給與喜樂，悲是拔除痛苦，而慈悲的行為是不伴隨任何條件的。尤其佛陀的慈悲稱之為無緣的大慈、大悲，更是不必有任何的因緣，都能有著永遠不間斷而能實踐自如的慈悲。

佛陀並不忿恨世人，他認為世人之不能令人滿意，是暫時性的，而不是怙惡不悛的，是愚昧無知，而不是存心叛逆。他對於那些不聽他話的人，並不煩心。許多故事中說他具有的安詳與自信，很少不受到人們給以應有的尊敬。

佛法的信仰來自智慧的覺知

佛法的信仰，不是來自強烈而虔誠的感性信心，而是源於智慧的覺知。眾生痛苦的根本來自無明；而佛陀是由於完全覺悟宇宙中痛苦的實相，破除一切的無明而成道的。因此，眾生要解脫自在，只有學習佛陀的智慧，來破除無明煩惱才能達到，絕不只是透過單純感性的信仰就能覺悟的。所以自佛陀在世的時代以來，佛法都是以智慧貫穿的；而一切對佛法與佛陀的信心，也是透過智慧覺知產生體悟之後，所自然產生的信心。

自由平等的徹底實踐者

佛陀自由而寬大，他所建立的僧團也具備了平等自由的風範。他曾經使央掘摩羅這樣的大盜修行證果成為聖者，也受妓女庵婆波利供養而一同吃飯，所謂高貴與低賤，不過是世間的假相而已。

佛陀也對僧團中的每一份子賦予廣大的自由。在佛陀的一切教義中，他只堅持根本的生命問題，他不肯用他的名義和權威去支持枝末的問題。

直到入滅之前，佛陀都不曾認可某一個人指揮僧團的觀念，如果有人以為"是我領導僧團"或者"僧團要依賴我"，那就應該由他來教導。但是如來不這麼想，不認為如來要領導僧團，或者僧團要依賴如來。他只是要大家在如來滅後以教法與戒律為師，使自己成為自身的光明。佛陀的寬大容忍

佛教最嚴重的處罰，恐怕是將人排除在僧團之外。佛陀入滅前曾說道："我去世以後，應當以最高的處罰懲戒車匿。""怎麼懲戒呢，世尊？""無論他說什麼，弟兄們不要和他說話，也不要勸勉他和告誡他。"車匿是佛陀出家前的馬夫，這個處罰十分有效，車匿後來證道成阿羅漢聖者。

傳說阿闍世王曾支持提婆達多謀殺佛陀，如果這是事實的話，他也是毫不在意地忽視這種令人不快的瑣事，依然前往王捨城接待國王，向他宣講了取微妙的教法，壓根不提往事。

佛陀不只對僧團內部的人如此寬人，對其他宗教也保持著慈和的心。他度化離車毗族將軍耆那教徒悉河的時候，吩咐他像從前一樣以食品及禮物供養常到他家中來的耆那教僧人，這是佛陀所表現的寬和容忍的事例，在經典中，也是同樣地規定著善良的人要照顧僧人和婆羅門。和其他宗教領袖相比，佛陀指正錯誤時，則特別溫和，他常常認為這是不相干的事而加以忽視。他在臨終時對他的最後一個皈依他教法的弟子說："不要緊，別的導師是正確也好，是錯誤也好；聽我說吧！我來把真理告訴你。"

永遠的微笑者

佛陀被稱為永遠的微笑者，他解脫自在像溫暖陽光一般，照耀著每一個眾生。佛陀從不生氣，對於執迷不悟的人最多也是指斥為癡人而已。所有對佛陀不敬、不友善及至謀害的事，從來不曾影響佛陀的微笑。

和平的革命家

佛陀拒絕任何戰爭殺戮，他說："戰勝增怨敵，戰敗臥不安；勝敗兩俱捨，臥覺寂靜樂。"他不認為任何以暴易暴的行為，能帶來任何恆遠的光明。佛陀承認世間的政治現實，但卻推動著永不停止的和平革命，改造一切不義，使人間趣向淨土。

所有人間的不圓滿來自眾生的貪、瞋、癡，佛陀了解這不是任何外在世界的發展所能化除的，外在世間的改造是助緣，內心世界的升華才是主因。我們向內化除貪、瞋、癡而修行成佛，外在莊嚴人間使之成為淨土，這是佛陀出現於世間的大事因緣，也是對我們的教誨。

笑一笑十年少，开怀大笑有六大惊人好处

在不同的国度和文化里，语言文字可能不相通，握手、拥抱、鞠躬等动作的含义也千差万别，但真诚的笑容，在世界上任何地方都代表着友好与快乐。对保健也有良好功效。

中国人常说“笑一笑，十年少”，西方谚语则认为：“开怀大笑是剂良药”。笑对健康的益处，得到了中西方医学专家的普遍认可。近日，美国《观点碰撞》杂志又最新刊文向大家介绍笑的趣闻与好处，本报记者也就此采访了专家，教大家正确认识“笑”，学会“笑”。



笑是人天生的本领

“笑很简单，是人类与生俱来的本领；笑也很复杂，蕴含着许多人们可能从来没听说过的学问。”美国心理学家史蒂夫·威尔逊是“世界欢笑旅行”组织的创始人，他对笑进行了多年研究，号召人们大笑。同时，他还与同事一起发现了许多关于“笑”的科学趣闻。

笑能调动53块肌肉。人的面部表情肌共有44块，通过与血管、骨骼的配合，一共能做出5000多个表情。其中各种不同的笑就有19种，每一种笑都会动用不同的面部肌肉组合，有时可以调用53块肌肉，有时则只用到5块肌肉。

人一生下来就会笑。芬兰科学家通过多项实验和调查发现，人不需要学习就能发出笑声，刚出生的宝宝就会在睡梦里微笑。但悲伤、烦恼等负面情绪，以及表达负面情绪的哭泣，则是通过亲身体会，在成长中慢慢学习来的。

女人比男人更爱笑。女人通常比男人更容易大笑，女婴也比男婴爱笑。这是因为女人的感情容易外露。调查还发现，69%的人认为微笑的女人比涂一脸化妆品的女人更迷人。

笑分为两类。笑虽然有19种，但只归为两类，一种是社交类的礼貌性笑容，调动的肌肉较少；另一种是发自肺腑由衷的笑，牵涉两颊的肌肉比较多。

笑比皱眉更容易。相对于皱眉来说，脸部露出笑容所调动的肌肉数量更少、用力也要小一些。既然绽放笑容如此简单，何不少一些愁眉苦脸，多一些开心的笑呢？

开怀大笑有六大好处

美国马里兰大学医学教授迈克尔·米勒称，大笑可以提高内啡肽水平、强化免疫系统、增加血管中的氧气含量。苏州荣格心理咨询中心督导王国荣认为，笑对抑郁症患者有很大帮助。研究显示，笑主要有以下六大好处。笑是特效止痛剂。研究证明，笑是最自然、最没有副作用的止痛剂。当你笑时，脑中的快乐激素便会释出，快乐激素是最有效的止痛化学物质，能缓和体内各种疼痛，因此一些罹患风湿、关节炎的人，也要经常笑笑，以减轻病情。

燃烧卡路里，帮助减肥。大笑是保持身材苗条的最佳方法。德国研究人员发现，大笑10—15分钟可以增加能量消耗，使人心跳加速，燃烧一定能量的卡路里。

增强免疫力。笑能令体内的白血球增加，促进体内的抗体循环，这都能增强免疫能力，对抗病菌。另外笑也有助血液循环，加速新陈代谢，给人很有活力的感觉。

使心脏更强壮。研究显示，风趣幽默、喜欢与人谈笑的人患心血管疾病的几率较低。由于笑能使血液循环更好，血液流通可以避免有害物质的积聚，因而减少对血管的威胁，减少心脏病发生的机会。

笑助人升职。微笑让一个人看起来有魅力、善社交、充满自信，还能促进自我价值感上升，帮助人们有勇气克服难关。爱笑的人最容易得到晋升。

赶走压力。一个人大笑的时候，身体立即释放内啡肽，驱走负面情绪，释放压力。强迫自己笑也能有同样效果。

小习惯让你笑口常开

奥地利科学家的一项调查显示，现代人笑得越来越少了。其实，要想做到笑口常开，就要有意识地做一些努力。专家们建议可以培养以下一些习惯：每天早晨起来对着镜子给自己一个笑容，遇到朋友、同事或者匆匆行走的路人，要尽量对他们微笑；多结交乐观的朋友，遇到快乐的事情一定要与周围的人分享，也耐心聆听他人快乐的事情，因为笑能传染；如果你性格内向不爱笑，可以尝试看些喜剧片或笑话，并尝试讲给别人听；有豁达的心，凡事多往好的方面着想；强迫自己笑，慢慢地笑就会变成一种习惯。

中国中医科学院教授杨力、卫生部首席健康教育专家洪昭光则进一步指出，笑也要有度。高血压患者放声大笑，可能会引起血压骤升，患脑溢血、脑梗塞等症；正处恢复期的患者大笑，可能会使病情反复；进食或饮水时大笑，容易使食物或水误入气管，导致剧烈咳嗽或窒息；外科手术，特别是胸腹部手术后不久的患者也要少笑。

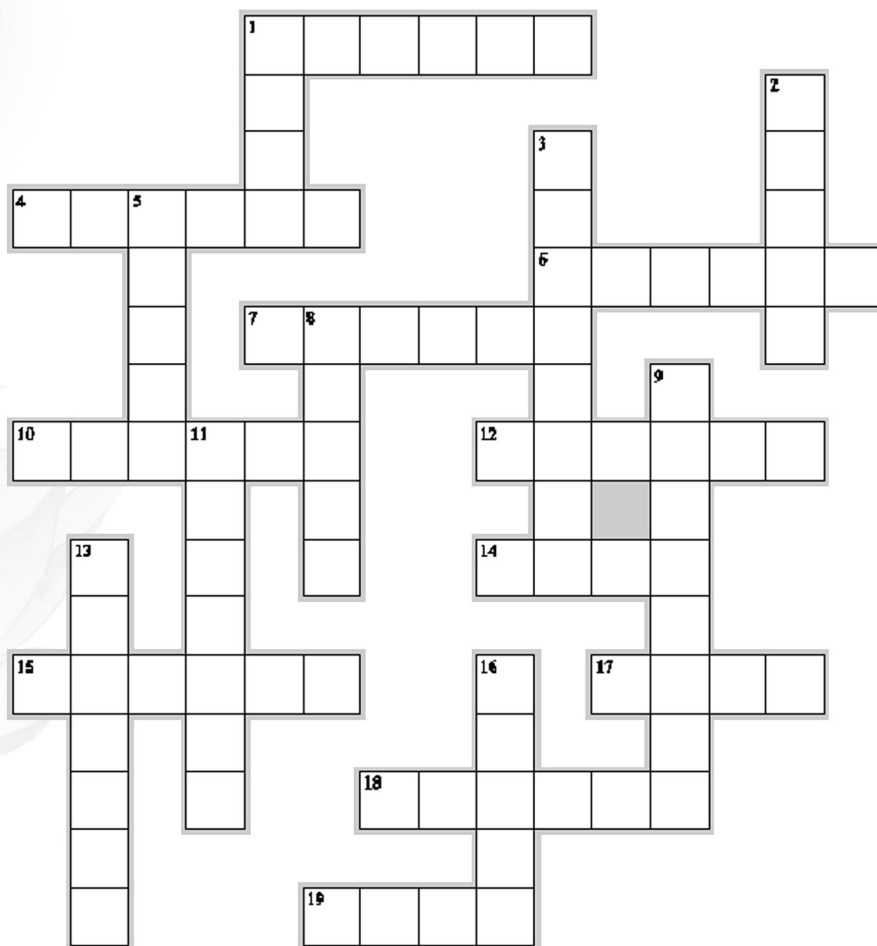
微笑的力量

微笑是世界上最美的色彩，微笑的面容比化妆更动人。
笑，是生命活力的催化劑；笑，是人際關係的潤滑劑。

人，有了微笑，就有表情；就像甘露遍灑大地，
人，有了微笑，就有人緣；就像春風吹拂人間。



TTS Buddhis Harmoni edisi 25/13



Mendatar

1. sala
4. cahaya
6. yamaka
7. palsu
10. vaci
12. berusaha
14. pengetahuan
15. jantung
17. kebodohan batin
18. kesabaran
19. tinggi

Menurun

1. gunung
2. patipada
3. pelindung dunia
5. warna putih
8. mala
9. penderma yang mulia
11. tapasa
13. guru
16. avavada

Jawaban TTS Buddhis Harmoni edisi 24/12





Nama Harum Pelindung Dharma

Anita Hasan	Sui Cin Lee
Charles Lie	Tio Lina
Grayson Lie	Y. T. Mac
Husein Alidjurnawan	Alm. Widjaja Simbara
Julimeina Lie	陈存福 (往生者)
Kevin Lie	陈忠斌 (往生者)

Paul Mac

Nama Harum Penyantun Dana

Adrian Wijaya	Ivany Angelia
Angelia Wijaya	Janny. H
Anggraini Mashuri	Jeffre Wiraputra
Benny Tjokro	Jeni. H
Benny Wibowo	Josephine Shinta W. H
Binawan Tandanu	Juliani Citra
Budi Santoso	Jurianto Wirana
Carryn. N	Judo Erna Samudra
Dannie. S	Kel. Christiono Tjia
Deling	Kel. David Widjaja
Deny	Kel. Hartono
Denny Setiawan	Kel. Joni Lee
Dhamma Viriya	Kel. Lie Gek Tjoe
Dheawanda Wijaya	Kel. Liem Vincent Wijaya
Dharma Putra Nanda	Kel. Teddy Halim
Djieky Tantono	Khoe Sioe Tin
Eddy Iskandar	Lilis Wijaya
Effendi	Linda
Eka Surya Kurniawan	Linawati
Elisan Kurniati	Liana Dewi Lie
E. Setiawan	Lui Saw Kian
Enzie R	Luyanto Setiawan
Felianna	Martin Hadio Ali Warga
Ferry Diana	Medi Ruhyat Sujana
Gunawan Ingkokusumo	Melinda Indajang
Giok Cin	Mery
Goei Lie Kaw Meng	Mimie
Hasan Lim	Nanda
Hendry Sofani	
Henny	
Heti Mulliyannah	

Nelly Wu
Nurlela
Oei Cipta Wijaya
Peter Christian Tanusy
Pheng Chi Mei
Phie Vonni
Pijen Ramli
Sakyaputra. S
Setiawan
Silvi
Simananda. DA
Sugianto
Sulman
Sumadi
Sunarto Gunawan
Susan Indrawati
Tammy Teesha
Tan Phek Wan
Teoh Friska
Then Ban Pin
Thinny Sumarto
Tio Kim Sing
Vihara Indraloka Semarang
Vihara Hok Tek Bio Salatiga
Welly Koeshadi Sutanto
Wenny
Widia
Winson Sutanto
Wiseli
Yuliana Dai

Nama Harum Donatur

Albert Gozali	Kel. Riamco
Ani Anita	Kel. Samiran
Anna	Kel. Sintra Wong
Audrey Faustine Wu	Kel. Triyono
Aurellia Gozali	Kel. Watla Awi
Aurelia Faustine Wu	Lebla Awi
Claudio Gozali	Liem Akie
Dedy Sujanto	Lim Suminah
Elly Susanawati	Lindawaty
Fendy & Gek Hui	Lydia Simbara
Futun Kong	Michelle Xiafu
Goh Kim Sun	Ngo Guan Wie
Goh Kim Yie	Neri
Goh Soe Giok	Orchird Butik
Goh Soe Ngo	Roby, Dewi. M & Wanda. A
Goh Suk Lie	Sammina
Hasyim Ujang	Selvi
Ho Chiau Ken	Steven Fuser
Huang Cien Nan	Suhardi
Iskandar	Susanto Ujang
Ivany Angelia	Takwin Jono & Jenna
Jafar Ng & Emah	Tan Pek Luan
Jennifer Ng	Tjinla Awi
Jocelyn Luhur	Tjoe Cin Mei
Juliana Simbara	Tjoe Cin Ni
Kel. Agus Triono	Tjoe Cin San
Kel. Andrias Saputra	Tjoe Kim Tjoe
Kel. Budiman Santoso	Usman & Yulia Felisha
Kel. Gunawan	Vanessa Gozali
Kel. Herman Tantono	Vincent Austine Wu
Kel. Hiangni Awi	Warren Yohansen
Kel. Indra Lenggana	Wihardi
Kel. Indra Saputra	William Simbara
Kel. Kok Jin	Yaty
Kel. Kok Siang	Zacharine Fortuna Luhur
Kel. Kok Wie	Almh. Melina
Kel. Leo Chandra	Alm. Sugiatto
Kel. Ngong Ba	Alm. Sukandar
	Alm. Suleman

Majalah Harmoni dicetak sebanyak 20.000 eksemplar dan didistribusikan secara gratis ke segenap penjuru, untuk memberikan manfaat dan sukacita kepada seluruh umat Buddha pada khususnya, dan kepada masyarakat luas pada umumnya. Demi masa depan dan kelangsungan hidup serta tuntutan profesionalisme akan kualitas dan kuantitas Majalah Harmoni untuk edisi-edisi berikutnya, kami menghimbau dan mengetuk para dermawan, donatur serta para umat Buddha, agar dapat berdana secara rutin dan berkesinambungan ke rekening:

**BCA KCP Fatmawati No. a/c.: 071-3022-249
a/n. "Majalah Harmoni".**

Kami segenap pengurus Majalah Harmoni mengucapkan banyak terima kasih atas kebajikan dan dana yang telah diberikan. Semoga kita semua maju dalam Buddha Dharma, Svaha.

Mohon maaf apabila terdapat kesalahan dalam penulisan Nama Harum Pelindung Dharma, Nama Harum Penyantun Dana, dan Nama Harum Donatur.

Bagi para Donatur dan Dermawan yang ingin berdana silakan mentransfer:

1. Account SAMADHI

BCA (KCP Fatmawati) a/c 071-3022-206 a/n Sangha Mahayana Buddhis Internasional; email : samadhi_international@yahoo.com

2. Account MAHABUDHI

BCA (KCP Fatmawati) a/c 071-3022-273 a/n Majelis Mahayana Buddhis Indonesia; email : mahabudhi_org@yahoo.com

3. Account PADMADHI

BCA (KCP Fatmawati) a/c 071-3015-188 a/n Pemuda Mahayana Buddhis Indonesia; email : padmadhi_org@yahoo.com