

BAB II

KAJIAN TENTANG ALIRAN HINAYANA

A. Sejarah Timbulnya Aliran Hinayana

Tak lama sesudah Budha Gautama meninggal pada tahun 483 SM maka sejumlah 900 orang murid terutama berkumpul di Rajagriha. Disitu dibicarakan dan dirumuskan sari ajaran Sakyamuni tentang pokok-pokok ajaran (*Dhamma*) dan tentang peraturan tata tertib (*Vinaya*) yang harus ditaati setiap *Bhikkhu* dan *Bhikkhuni* dalam masyarakat biara (Sangha).¹ Dalam pertemuan itu lahirlah kitab *Winayapittaka* dan *Suttapittaka*, yaitu dua kitab yang mengandung hukum dan peraturan untuk orang Budha dan khotbah-khotbah sang Budha. Beberapa masa setelah pertemuan itu timbulah perbedaan-perbedaan faham dan pandangan para penganut Budha tentang tafsiran-tafsiran beberapa tuntutan dalam kitab *Winayapittaka*.

Karena perbedaan itu diadakanlah muktamar yang kedua, kira-kira pada tahun 383 SM yaitu seratus tahun setelah Budha meninggal dunia, yang berlangsung di Waicali dengan maksud untuk mempersatukan faham-faham yang bertentangan itu. Dalam muktamar Waicali itu rupanya kesatuan faham masih tidak tercapai, dan perpecahan para Sangha rupanya tidak dapat dihindarkan lagi. Yang akhirnya terpecah menjadi 2 aliran besar yaitu:

¹ Joesoef Sou'yb, *Agama – Agama...*, 84

1. *Sthawirawade* (golongan konservatif) yang bersikap mempertahankan kesederhanaan ajaran Sakyamuni, yang pada masa belakangan ini lebih dikenal dengan aliran Hinayana (Theravada)
2. *Mahasangghika* (golongan liberal) yang memberikan penafsiran-penafsiran lebih bebas atas ajaran Sakyamuni, yang pada masa belakangan ini lebih dikenal dengan aliran Mahayana.

Ada dua pendapat mengenai penyebab perpecahan ini yaitu:

1. Pendapat pertama mengatakan bahwa penyebab perpecahan adalah tentang sepuluh peraturan Ke-*bhikkhu*-an yang diusulkan beberapa anggota Sangha agar ditinjau kembali. Sepuluh peraturan tersebut dirasa oleh mereka tidak sesuai dengan jaman, kondisi geografis, dan adat kebiasaan setempat, sebagai contoh adalah aturan untuk mengenakan jubah tanpa lengan yang dirasa tidak cocok apabila diterapkan di tempat beriklim dingin.
2. Pendapat kedua mengatakan bahwa perpecahan terjadi karena perbedaan pendapat mengenai *Arahat* sebagaimana yang dikemukakan oleh seorang *bhikkhu* bernama Mahadeva. Pandangan Mahadeva ini ditentang oleh para *bhikkhu* yang lebih senior, namun didukung oleh para anggota Sangha yang lebih muda.

Dari kedua pendapat tersebut menunjukkan bahwa pada saat itu telah terjadi perpecahan besar yang diakibatkan oleh perbedaan penafsiran *Vinaya Pitaka* dan *Sutta pitaka*.²

² Ivan Taniputra Dipl. Ing, *Ehipassiko Theravada-Mahayana*, Cet. I, (Yogyakarta: Suwung, 2003), 3-4

Kemudian setelah itu diadakan mu'tamar yang ketiga di kota Pattaliputra, dengan maksud untuk mempersatukan faham yang berlainan itu. Mukhtamar ketiga itu diadakan atas usaha Maharaja India penganut Budha yang setia, yaitu Raja Acoka (kurang lebih 270-230 SM) dalam muktamar ketiga itu peraturan persatuan yang dicita-citakan tidak juga dapat dilaksanakan, tetapi hasilnya yang besar ada juga, yaitu timbulnya kitab *Abidharmapittaka*, sebagai kitab suci yang ketiga dalam agama Budha. Selain itu putusan yang amat penting adalah akan melaksanakan pengiriman penyiar-penyiar agama Budha keseluruh penjuru.³

Pada masa itulah pokok-pokok ajaran Budha Gautama mulai disusun secara tertulis di dalam bahasa Pali, yang terdiri atas tiga himpunan. Jarak masa antara Sakyamuni dengan penyusunan himpunan tertulis itu telah berlalu tiga abad lamanya. Dalam masa yang panjang itu telah berlaku penafsiran-penafsiran lebih bebas dari pihak *Mahasanghikas*. Dengan begitu telah sulit membedakan manakah yang benar-benar ucapan Budha Gautama, karena semuanya disandarkan pada sabda Budha Gautama.⁴

Kira-kira dua setengah abad kemudian, yaitu kira-kira abad pertama Masehi diadakan pulalah muktamar keempat yang berlangsung di Jalamdhara, yaitu dengan usaha seorang Raja yang amat setia kepada Budha yaitu Kamiska, dari turunan raja-raja keluarga Kusana yang memerintah di daerah Punjab. Dalam muktamar ini yang hadir hanyalah dari anggota *Mahasangghika* saja. Masing-masing bergerak menurut

³ Agus Hakim, *Perbandingan Agama*, (Bandung: CV. Diponegoro, 1996), 172

⁴ Joesoef Sou'yb, *Agama-Agama...*, 87-88

pandangan sendiri-sendiri, sehingga pada abad kedua Masehi seorang tokoh utama *Mahasangghika* yang bernama Nagarjuna merubah bentuk golongan tersebut dengan nama Mahayana yang berarti kendaraan besar, dimana golongan *Sthawirawade* yang menjadi lawan mereka dinamai Hinayana yang berarti kendaraan kecil.⁵

B. Konsep Ajaran-ajaran Dalam Hinayana

Prinsip-prinsip pandangan dari ajaran Hinayana adalah mempertahankan kemurnian ajaran agama Budha dan menjaga ajaran Budha tidak terpengaruh oleh kebudayaan lain, oleh karenanya dipandang orthodox.⁶

Dalam pokok ajarannya Hinayana mewujudkan suatu perkembangan yang logis dari dasar-dasar yang terdapat di dalam kitab-kitab kanonik. Jika ajaran itu diikhtisarkan secara umum, dapat dirumuskan demikian:

1. Segala sesuatu bersifat fana serta hanya berada untuk sesaat saja. Apa yang berada untuk sesaat saja itu disebut dharma. Oleh karena itu tidak ada sesuatu yang tetap berada. Tidak ada aku yang berpikir, sebab yang adalah perasaan, demikian seterusnya.
2. Dharma-dharma itu adalah kenyataan atau realitas yang kecil dan pendek, yang berkelompok sebagai sebab dan akibat. Karena pengaliran dharma yang terus menerus maka timbulah kesadaran aku yang palsu atau ada 'perorangan' yang palsu.

⁵ Agus Hakim, *Perbandingan ...*, 173

⁶ M. Arifin, *Menguak Misteri...*, 108

3. Tujuan hidup ialah mencapai Nirwana, tempat kesadaran ditiadakan. Sebab segala kesadaran adalah belenggu, karena kesadaran tidak lain adalah kesadaran terhadap sesuatu. Apakah yang tinggal di dalam Nirwana itu, sebenarnya tidak diuraikan dengan jelas.⁷

Selain tersebut diatas, pokok-pokok ajaran dan faham Hinayana dapat disebutkan sebagai berikut:

- a. Manusia dipandang sebagai seorang individual dalam usahanya.
- b. Tergantung kepada dirinya sendiri usaha kebebasan dalam alam ini.
- c. Sebagai kunci keutamaan manusia ialah kebijaksanaan.
- d. Agama sepenuhnya adalah tugas kewajiban yang harus dijalankan terutama oleh kaum agamawan (*sangha*).
- e. Tipe ideal dalam Hinayana adalah *arahat*.
- f. Budha dipandang sebagai orang suci.
- g. Membatasi pengucapan doa dan meditasi.
- h. Meninggalkan/menolak hal-hal yang bersifat metafisis.
- i. Meninggalkan/menolak melakukan ritus dan ritual (*upaacara-upacara*).
- j. Bersikap konservatif (*kolot*), karena ingin bertahan pada yang lama.
- k. Tidak mengenal dewa-dewa Lokapala (dewa angin) ataupun dewa-dewa, Trimurti Budhisme.
- l. Tidak mengenal beryoga atau tantra (*mantra-mantra*).

⁷ Harun Hadiwijono, *Agama Hindu dan Budha*, (Jakarta : Gunung Mulia, 1982), 91

Jadi esensi ajaran Budhisme Hinayana tersebut sesuai dengan keaslian ajaran Budha. Tidak mengenal adanya dewa-dewa penyelamat manusia. Dengan demikian maka dalam Hinayana tidak terdapat upacara-upacara keagamaan dan pemujaan terhadap yang maha suci. Hinayana tidak mengajarkan kepercayaan kepada adanya dewa. Ajaran demikian tidak terdapat dalam Budhisme Mahayana.⁸

C. Pencerahan Dalam Hinayana

1. Pengertian Pencerahan

Keyakinan umat Budha ditumbuhkembangkan dari pengertian atau pemahaman terhadap ajaran Budha. Makin tinggi pemahaman umat Budha terhadap kebenaran ajaran Budha berarti makin kuat pula keyakinannya. Pengertian atau pemahaman itu dibangun berdasarkan akal sehat, tetapi hal itu hanyalah awal dari keyakinan. Keyakinan yang sesungguhnya akan timbul setelah orang mengalami, mengetahui, melihat sendiri. Keyakinan bukanlah kepercayaan.

Obyek keyakinan umat Budha adalah Budha, Dharma dan Sangha, yang kalau dijabarkan adalah segala segi ajaran Budha. Sedangkan hidup keberagamaan umat Budha ditandai dengan pelaksanaan latihan diri dalam bidang kebijaksanaan, kesusilaan, dan meditasi. Kebijaksanaan diperoleh melalui 3 cara: A. mendengar, membaca, bercakap-cakap. B. memikir, merenung. C. bermeditasi. Demikian pula agama Budha mengulas satu tema yaitu bagaimana memperoleh kesehatan atau pencerahan batin. Ulasan

⁸ M. Arifin, *Menguak Misteri...*, 108-109

tersebut diawali dengan pengenalan secara jelas perihal keberadaan hidup ini. Sadar bahwa penderitaan akan muncul begitu hidup dikuasai nafsu keinginan, maka diupayakan hidup tanpa nafsu keinginan untuk memperoleh kebahagiaan sejati. Pencerahan adalah lenyapnya (padamnya) nafsu keinginan. Hidup bersama pencerahan adalah corak hidup yang diupayakan dalam kehidupan umat Budha sehari-hari.⁹

2. Proses Pencerahan

Inti agama Buddha dirumuskan di dalam empat *kebenaran yang mulia* atau empat aryasatyani, yaitu ajaran yang diajarkan Buddha Gautama di Benares, sesudah itu ia mendapat pencerahan. Aryasatyani atau kebenaran yang mulia itu terdiri dari empat kata yaitu: *Dukha*, *samudya*, *nirodha* dan *marga*.¹⁰ Di dalam bagian aryasatyani yang keempat diajarkan tentang *jalan melepaskan* atau *marga*. Ia harus melalui jalan yang terdiri dari 8 tingkatan atau delapan tahap. Delapan tingkatan ini dapat dibagi menjadi 3 bagian, yaitu *Sraddha* atau iman, yang terdiri dari tingkat pertama; *Sila*, yang terdiri dari tingkat kedua hingga tingkat ke tujuh, dan akhirnya *Semadi*, yang terdiri dari tingkat yang kedelapan.¹¹

Sebagai jalan menuju pembebasan dari penderitaan Sang Budha mengajarkan mengenai Jalan Mulia Beruas Delapan. Jalan ini merupakan

⁹ Moch. Qasim Mathar, *Sejarah, Teologi dan Etika Agama-Agama*, (Yogyakarta: Interfidei, 2005), 176-177

¹⁰ Harun Hadiwijono, *Agama Hindu...*, 70-71

¹¹ *Ibid.*, 77-79

langkah-langkah spiritual yang harus ditempuh dalam mencapai pembebasan.¹² Delapan jalan adalah suatu upaya pengobatan. Tetapi bukan merupakan pengobatan dari luar, yang diterima secara pasif saja oleh pasien sebagai sesuatu yang berasal dari luar dirinya. Pengobatan tersebut bukan berbentuk pil, jampi atau rahmat, melainkan berbentuk latihan. Manusia secara teratur melatih diri untuk hal – hal sampingan dari hidup ini, seperti untuk pekerjaan atau jabatan mereka.

Jalan Mulia Beruas Delapan berarti delapan langkah benar yang akan menuju pelenyapan penderitaan: yaitu, pandangan benar, pikiran benar, perbuatan benar, ucapan benar, pencaharian benar, usaha benar, kesadaran benar, dan konsentrasi benar. Jalan Mulia Beruas Delapan tampaknya sangat mudah, tetapi untuk memahami sepenuhnya tidaklah begitu mudah.¹³

Delapan jalan utama ini bertujuan untuk mengembangkan dan menyempurnakan tiga persoalan pokok dalam latihan dan disiplin seorang Buddhis yaitu:

- a. Sila : tata hidup yang bersusila
- b. Samadhi : disiplin mental
- c. Panna : kebijaksanaan

¹² Ivan taniputra, *Ehipassiko...*, 24

¹³ Y. A. Mahabhikshu Hsing Yun, *Karakteristik ...*, 66-67

Untuk memperoleh gambaran yang lebih baik serta pengertian yang lebih mendalam tentang Delapan Jalan Utama tersebut, maka pembahasannya akan dilakukan sesuai dengan tiga kelompok di atas.

a. Sila

Mempunyai dasar pemikiran cinta kasih universal dan belas kasihan terhadap semua makhluk hidup, yang juga menjadi dasar ajaran Sang Budha. Karena itu harus disesalkan bahwa cita-cita serta pemikiran yang luhur ini sering dilupakan oleh banyak ilmuwan (penulis) yang hanya menulis tentang agama Budha yang berhubungan dengan filsafat dan metafisika yang tinggi dan kering.

Ajaran Sang Budha sebenarnya “untuk kepentingan orang banyak” dan “untuk kebahagiaan orang banyak” yang tercetus keluar dalam perasaan cinta kasih dan belas kasihan yang murni terhadap dunia ini serta seluruh isinya (*Bahujanahitaya bahujanakhaya lokanukampaya*). Sila yang berlandaskan cinta kasih dan belas kasihan meliputi tiga bagian dari Delapan Jalan Utama, yaitu: ucapan benar, perbuatan benar dan penghidupan benar.

1) Ucapan benar

Dapat digolongkan sebagai ucapan benar, jika empat syarat dibawah ini dipenuhi:

- a) Ucapan itu benar
- b) Ucapan itu beralasan
- c) Ucapan itu berfaedah

d) Ucapan itu tepat pada waktunya

(Majjhima Nikaya: 58)

Kalau orang dapat membebaskan diri dari kata-kata dan pembicaraan yang salah dan tidak baik, orang tentu akan bicara tentang hal-hal yang benar, memakai kata-kata yang manis dan bersahabat, enak didengar dan lemah lembut, yang mempunyai arti dan berguna. Dengan demikian ia tidak akan bicara seenaknya saja dan hanya bicara pada saat yang tepat. Jadi, kalau ia tidak dapat mengutarakan sesuatu yang berguna, dengan sendirinya ia akan membisu dalam seribu bahasa.¹⁴

Sekarang kita sudah mulai menjangkau lebih dalam dan memegang kendali yang menguasai kehidupan kita ini. Yang pertama ada bahasa, ada dua hal yang terkait dengan bahasa ini; bahasa merupakan indikasi dari watak kita dan merupakan pengungkit untuk mengangkatnya. Akan bermanfaat jika kita menelaah peranan bahasa sebagai indikator. Langkah kita yang pertama adalah dengan menyadari pola – pola pembicaraan kita dan apa yang diungkapkannya tentang diri kita sendiri. Janganlah dimulai dengan bertekad hanya akan berbicara yang baik – baik saja, tetapi bertekadlah untuk menjaga pembicaraan kita sampai kita menjadi lebih sadar terhadap motif yang mendorong kurangnya kehalusan dalam apa yang kita katakan itu.¹⁵

2) Perbuatan benar

¹⁴ Sumedha Widyadharma, *Dhammasari*, (1994), 60-61

¹⁵ Huston Smith, *Agama ...*, 138

Ini bertujuan untuk mengembangkan perbuatan-perbuatan yang bersusila, terhormat dan menjauhkan diri dari keributan-keributan. Hal ini berarti bahwa ia tak akan membunuh, mencuri, melakukan perbuatan yang tercela, melakukan perzinahan dan ia senantiasa bersedia untuk menolong orang lain agar dapat juga menjalani kehidupan yang tenang, bersih, terhormat, dan dengan cara yang benar.¹⁶

Dalam hal ini, anjuran yang akan diperinci mencakup himbauan untuk memahami perilaku kita secara obyektif, sebagai prasyarat untuk memperbaikinya lebih lanjut. Tentang arah yang perlu ditempuh menuju perubahan, adalah rasa tidak mementingkan diri sendiri dan keramahan. Arah yang bersifat umum ini telah dipertajam dalam Lima Ajaran, yang merupakan variasi Buddhis dari bagian yang memuat ajaran etis, yaitu:

- a) *Jangan membunuh.*
- b) *Jangan mencuri.*
- c) *Jangan berdusta.*
- d) *Jangan menuruti hawa nafsu.*
- e) *Jangan minum minuman yang memabukkan.*¹⁷

3) Penghidupan benar

Ini berarti bahwa orang seharusnya mempunyai penghidupan yang tidak mencelakakan orang lain. Lima pencaharian salah harus dihindari yaitu:

¹⁶ Sumedha Widyadharma, *Dhammasari...*, 61

¹⁷ Huston Smith, *Agama...*, 140-141

- a) Penipuan
- b) Ketidaksetiaan
- c) Penujuman
- d) Kecurangan
- e) Memungut bunga tinggi (praktek lintah darat)

Sebaiknya ia memilih salah satu usaha untuk pekerjaan yang terhormat, tidak merugikan orang lain dan tidak mecelakakan atau menyakiti orang/makhluk lain. Dari sini dapat kita lihat bahwa agama Budha menentang tiap bentuk peperangan dengan tidak membenarkan perdagangan alat-alat senjata tajam.

Tiga bagian dari delapan jalan utama ini dapat digolongkan dalam perbuatan yang bersusila. Hendaknya disadari bahwa Sila ini bertujuan untuk memperoleh satu penghidupan yang bahagia dan harmonis untuk orang itu sendiri dan juga untuk masyarakat yang mutlak harus dikembangkan untuk memperoleh hasil bathiniah yang tinggi dan perkembangan bathiniah tidaklah mungkin tanpa Sila sebagai dasar.¹⁸

b. Samadhi

Sekarang kita akan membahas disiplin mental yang terdiri dari tiga bagian lain dari Delapan Jalan Utama, yaitu: daya upaya benar, perhatian benar, dan konsentrasi benar.

¹⁸ Sumedha Widyadharma, *Dhammasari*, 61-62

1) Daya upaya benar

Ini berarti pengerahan kekuatan kemauan untuk:

- a) Dengan sekuat tenaga mencegah munculnya unsur-unsur jahat dan tidak baik dalam batin.
- b) Dengan sekuat tenaga berusaha untuk memusnahkan unsur-unsur jahat dan tidak baik, yang sudah ada di dalam batin.
- c) Dengan sekuat tenaga berusaha untuk membangkitkan unsur-unsur baik dan sehat di dalam batin.
- d) Berusaha keras untuk mempernyata, mengembangkan dan memperkuat unsur-unsur baik dan sehat yang sudah ada di dalam batin.

Budha sangat mementingkan peranan kehendak setiap orang yang sungguh – sungguh ingin memperoleh kemajuan harus berusaha sekeras – kerasnya. Ada kebajikan yang harus dikembangkan, ada hawa nafsu yang harus dipatahkan, ada pikiran jahat yang harus diatasi sekiranya cinta dan perasaan lepas bebas ingin dikembangkan. Hai para rahib, ingatlah bahwa hawa nafsu dan dosa tidak lebih dari lumpur yang kotor dan engkau hanya akan dapat melepaskan diri dari kesengsaraan bila secara sungguh – sungguh dan secara terus menerus memikirkan jalan itu.¹⁹

2) Perhatian benar

Perhatian benar ini terdiri dari latihan-latihan *Vipassana-Bhavana* (meditasi untuk memperoleh pandangan terang tentang hidup), yaitu:

¹⁹ Huston Smith, *Agama ...*,142

- a) 1. *Kaya-nupassana* : perenungan terhadap tubuh.
- b) 2. *Vedana-nupassana* : perenungan terhadap perasaan.
- c) 3. *Citta-nupassana* : perenungan terhadap keadaan batin.
- d) 4. *Dhamma-nussapana* : perenungan terhadap bentuk-bentuk pikiran.

Salah satu cara latihan terkenal yang berhubungan dengan badan jasmani adalah mengkosentrasikan pikiran terhadap pernafasan (*Anapanasati*), yang bertujuan untuk mendapatkan kemajuan spiritual. Masih terdapat banyak lagi cara yang dipakai dalam melakukan latihan kosentrasi yang berhubungan dengan badan jasmani.

Mengenai perasaan, seseorang harus mengamatinya dengan cermat dan benar-benar sadar terhadap semua bentuk perasaan, yang menyenangkan, yang tidak menyenangkan dan yang netral, dan sadar pula bagaimana ia muncul dan kemudian lenyap kembali.

Mengenai keadaan batin, hendaknya ia selalu waspada, apakah pikirannya penuh dengan hawa nafsu atau tidak, penuh dengan kebencian atau tidak, gelisah atau tidak, sedang melamun atau kosentrasi, dst. Dengan ini ia akan selalu waspada terhadap semua gerak gerik pikirannya dan juga bagaimana ia timbul dan lenyap kembali. Mengenai ide-ide, pikiran, konsepsi-konsepsi dan benda-benda, ia hendaknya dapat mengetahui dengan terang keadaannya yang sebenarnya, bagaimana ia timbul dan lenyap, bagaimana ia

berkembang, bagaimana ia dapat ditekan, bagaimana ia dapat dihancurkan, dst...

Keempat cara meditasi atau latihan mental ini dibahas panjang lebar dalam *Satipatthana-Sutta* (*Majjhima Nikaya:10*) dan *Maha-Satipatthana-Sutta* (*Digha Nikaya: 22*).²⁰

3) Kosentrasi benar

Bagian ini dapat membawa orang kepada empat tingkatan *Dhyana* (*Jhana*) atau yang umum dikenal sebagai *trance* atau *recueillement*.

Pada *Dhyana/Jhana* tingkat ke satu, keinginan hawa nafsu dan pikiran-pikiran tertentu yang tidak sehat seperti keinginan indra-indra, keinginan jahat, keruwetan pikiran, kesal, gelisah dan keragu-raguan yang skeptis telah lenyap, dan perasaan gembira dan bahagia dicapai, bersamaan dengan aktifitas-aktifitas mental yang tertentu.

Pada *Dhyana/Jhana* tingkat kedua, semua aktifitas intelek telah dikekang, keseimbangan batin dan pikiran yang menunggal dikembangkan, sedangkan perasaan gembira dan bahagia masih ada.

Pada *Dhyana/jhana* tingkat ketiga, perasaan gembira yang merupakan perasaan yang aktif juga lenyap, tetapi kebahagiaan masih ada di samping batin yang penuh keseimbangan.

²⁰ Sumedha Widyadharma, *Dhammasari*, 63-64

Pada *Dhyana/Jhana* tingkat keempat, semua perasaan yang bahagia maupun yang tidak bahagia, kegembiraan dan kesedihan telah lenyap; hanya keseimbangan dan kesadaran murni yang masih tertinggal.²¹

Yang dimaksudkan sebenarnya adalah bahwa kita seharusnya memusatkan kemauan dan pikiran melalui meditasi. Jika kita telah benar – benar menguasai delapan jalan ini, kita akan mencapai puncak Kebudhaan dengan mudah.²²

Renungan yang benar. Hal ini terutama meliputi; teknik – teknik yang sudah ditemukan dalam *raja yoga* pada Hindu dan juga menunjuk pada tujuan yang sama. Jika hal ini belum disadari, manusia tidak akan mampu memahami betapa dalamnya pengaruh agama Budha ini bagi jiwa manusia. Ada sesuatu yang telah terjadi pada Budha di bawah pohon Bo tersebut, dan telah terjadi pula sesuatu pada setiap agama Budha setelah itu, yang dengan teguh telah mengikuti langkah yang terakhir dari Delapan Jalan.²³

Jika orang sudah merenungkan itu semuanya, ia harus mengambil tempat duduk di tempat yang sunyi, mengatur napasnya, serta merenungkan 4 *bhavana*, yaitu: *metta* (persahabatan yang universal), *karuna* (belas kasih yang universal), *mudita* (kesenangan dalam keuntungan dan kesenangan akan

²¹ Sumedha Widyadharma, *Dhammasari*, 64

²² A. Mahabhikshu Hsing Yun, *Karakteristik...*, 71

²³ Huston Smith, *Agama...*, 144-145

segala sesuatu), dan *upakkha* (tidak tergerak oleh apa saja yang menguntungkan diri sendiri, teman, musuh, dan sebagainya).²⁴

c. Panna

Dua bagian yang masih tersisa, yakni: pengertian benar dan pikiran benar. Merupakan bagian-bagian dari Panna (Kebijaksanaan Luhur).

1) Pikiran benar

Ini berarti pikiran yang tidak mementingkan diri sendiri dan tidak terpengaruhi lagi oleh “sang aku”, pikiran cinta kasih dan tanpa kekerasan kepada semua makhluk. Sangat menarik hati dan penting untuk ditekankan disini bahwa pikiran yang tidak mementingkan diri sendiri, cinta kasih dan tanpa kekerasan digolongkan sebagai bagian dari kebijaksanaan. Dengan demikian jelaslah kiranya bahwa kebijaksanaan di dalam semua segi kehidupan, baik sebagai perorangan, dalam lapangan sosial maupun dalam lapangan politik.²⁵

Pikiran benar adalah kemampuan, keputusan, dan pola pemikiran benar. Ini berarti tanpa keserakahan, tanpa kebencian, dan tanpa khayalan. Tiga racun keserakahan, kebencian, dan khayalan, adalah halangan utama dalam menuju pencerahan. Ketiga racun ini selalu menempati pikiran dan mengotori sifat murni yang ada pada dalam diri manusia. Tidaklah mudah menyingkirkan tiga racun ini. Tiap umat Budha harus berusaha untuk terus

²⁴ Harun Hadiwijono, *Agama Hindu...*, 79-81

²⁵ Sumedha Widyadharma, *Dhammasari*, 65

memelihara pikiran benar agar bisa mengatasi tiga racun tersebut dan memasuki jalan kebudhaan.²⁶

Tidak ada guru yang memandang demikian besarnya peranan pikiran bagi kehidupan selain Budha. Kitab Budha yang paling dicintai, *Dhammapad*, dibuka dengan kata – kata, “Seluruh hidup kita ini adalah hasil dari apa yang kita pikirkan”.

Pikiran dan perasaan harus dipandang seakan–akan berenang ke dalam dan ke luar dari alam kesadaran diri manusia. Namun tidak pernah merupakan bagian abadi dari diri manusia sendiri. Hal–hal itu harus dipahami secara intelektual dan bukan secara emosional. Setiap hal yang disaksikan, khususnya suasana hati dan perasaan, harus ditelusuri sampai kepada sumber penyebabnya.²⁷

2) Pengertian benar

Ketika pertama kali mempelajari agama Budha, pengikut hendaknya mempelajari tentang pengetahuan benar dan pandangan benar. Pada tingkat menengah, mengamati kebenaran hukum sebab – musabab. Pada tingkat lanjutan, merenungkan kebijaksanaan *sunyata*. Pada tingkat terakhir, yaitu mengembangkan *prajna*. Ia adalah tahap – tahap kemajuan pengembangan diri. Langkah – langkah yang dicapai tergantung pada usaha pengikut agama Budha sendiri. Pada tingkat manapun mereka berada, mereka harus

²⁶ Y. A. Mahabhikshu Hsing Yun, *Karakteristik...*, 69

²⁷ Huston Smith, *Agama...*, 143

memulainya dari pandangan benar. Oleh karena itu, pandangan benar sangat penting dan merupakan hal utama yang harus dipelajari ketika mempelajari agama Budha.²⁸

Ini berarti bahwa seseorang harus mengerti benda-benda menurut keadaan yang sebenarnya dan empat kesunyataan mulia inilah yang menerangkan benda-benda keadaan yang sebenar-benarnya.

Oleh karena itu, pengertian benar secara singkat dapat diartikan sebagai pengertian tentang empat kesunyataan mulia ini. Pengertian ini merupakan kebijaksanaan tertinggi yang dapat menembus arti dan melihat secara terang kesunyataan mutlak.

Menurut paham Buddhis, terdapat dua jenis pengertian, apa yang umum anggap sebagai pengertian adalah pengetahuan, timbunan dari ingatan, pemahaman secara intelek akan sebuah pokok persoalan sesuai dengan data tertentu. Hal ini disebut sebagai *Anubodha*. Pengertian ini tidak begitu mendalam. Pengertian yang mendalam disebut *Pativedha* (menembus), melihat benda-benda dalam keadaan yang sebenarnya, tanpa nama dan merek. Tetapi penembusan ini hanya dimungkinkan apabila pikiran benar-benar bersih dari noda-noda dan dikembangkan dengan sempurna melalui meditasi.

Dari uraian singkat diatas dapat kita lihat bahwa jalan itu merupakan “*way of life*” yang harus dilaksanakan dan dikembangkan oleh setiap individu.

²⁸ Y. A. Mahabhikshu Hsing Yun, *Karakteristik...*, 68

Ia merupakan pengekangan diri (*self discipline*) dari badan jasmani, dari ucapan dan dari pikiran, mengembangkan dan melatih diri, dan membersihkan diri. Ia tidak ada sangkut pautnya dengan kepercayaan, sembahyang, memuja atau upacara keagamaan. Ia merupakan jalan yang menuju ke kesunyataan mutlak, kebebasan sempurna, kebahagiaan dan kedamaian hati melalui kesempurnaan moral, spiritual dan intelektual.²⁹

Disebut juga dengan pengetahuan yang benar, yaitu suatu cara hidup selalu mencakup lebih luas daripada kepercayaan belaka, namun kepercayaan tidak dapat diabaikan begitu saja. Karena selain makhluk sosial, manusia juga merupakan makhluk yang berakal. Memang tidak seluruhnya bersifat rasional. Namun hidup ini memerlukan suatu rencana, suatu peta yang dapat dipercaya oleh akal untuk dapat bergerak maju.³⁰

Ajaran sang Budha khususnya cara bermeditasi, mempunyai tujuan untuk menghasilkan satu keadaan mental yang sehat dan sempurna, berkesinambungan dan tenang. Tetapi sayang tidak pernah ada satu bagian dari ajaran sang Budha yang begitu sering disalahtafsirkan seperti meditasi, baik oleh umat Budha itu sendiri maupun oleh bukan umat Budha. Pada saat kata meditasi disebut, orang lantas menciptakan gambaran pikiran tentang penyingkiran diri dari kesibukan penghidupan sehari-hari; dengan duduk dalam sikap tertentu, seperti sebuah patung di dalam goa atau kamar kecil di

²⁹ Sumedha Widyadharma, *Dhammasari*, 65-66

³⁰ Huston Smith, *Agama...*, 138

dalam vihara, di satu tempat yang jauh dari keramaian dunia, tenggelam dalam satu perenungan atau dalam salah satu keadaan ghaib atau tidak ingat sama sekali.

Kata meditasi hanya mencakup sebagian kecil saja dari arti *bhavana* yang berarti melatih atau mengembangkan, yaitu melatih mental dan mengembangkan mental. Ia bertujuan untuk membersihkan pikiran dari kekotoran bathin dan rintangan-rintangan, seperti keinginan hawa nafsu, kebencian, keinginan jahat, kemalasan, kejengkelan dan ketegangan, keraguan dan melatih konsentrasi, kesadaran, kecerdasan, kemauan, kekuatan, kemampuan untuk menganalisa, keyakinan, kegembiraan, ketenangan, sehingga akhirnya menuju tercapainya kebijaksanaan tertinggi dan dapat melihat benda-benda dalam keadaan yang sebenarnya/sewajarnya dan menyelami kesunyataan mutlak, Nibbana.

Terdapat dua cara meditasi, yang pertama adalah untuk mengembangkan konsentrasi mental (*samatha* atau samadhi), pikiran yang manunggal melalui berbagai macam cara seperti terdapat dalam kitab-kitab yang menuju ke alam-alam gaib yang tertinggi seperti alam dari kekosongan atau alam dari bukan pencerapan. Sang Budha tidak puas kerana pencapaian ini tidak memberikan pembebasan yang sempurna dan tidak memberikan pandangan terang tentang kesunyataan mutlak, *Nibbana*. Oleh karena itu beliau menemukan cara meditasi lain yang dikenal sebagai *Vipassana*,

pandangan terang terhadap keadaan yang sesungguhnya dari benda-benda yang menuju ke arah pembebasan sempurna dari pikiran dan penyelaman.³¹

Sebagaimana Budha mencapai pencerahan melalui meditasi maka meditasi juga penting bagi semua umat Budha, baik yang ditahbiskan maupun umat awam, ada dua bentuk meditasi dasar:

- a) *Samatha* dilakukan untuk menciptakan pikiran dan ketenangan batin yang sejati. Biasanya pikiran berada dalam kondisi yang berubah-ubah karena adanya gangguan dari indra, keinginan-keinginan dan refleksi. Meditasi jenis ini membebaskan pikiran dan mengarahkan ke fokus tertentu.
- b) *Vipassana* dilakukan untuk memberikan pemahaman mendalam akan kebenaran terhadap hal-hal yang dapat berubah-ubah (*anicca*), penderitaan (*dukkha*), dan ketidakabadian jiwa (*anatman*).

Vipassana lebih tinggi tingkatannya daripada *Samatha* karena *vipassana* merupakan meditasi Budha yang sangat istimewa dan menghasilkan jenis pemahaman yang membawa umat Budha kepada pencerahan. *Vipassana* membentuk dasar pengajaran dari seluruh inti meditasi Theravada.³²

Samadhi bukanlah akhir dari segalanya, Samadhi tak dapat mengakhiri semua penderitaan. Tetapi Samadhi bisa membentuk unsur pokok berupa

³¹ Sumedha Widyadharma, *Dhammasari*, 87-89

³² Michael Keene, *Agama-Agama Dunia*, (Yogyakarta : KANISIUS, 2006), 81

platform (program) ideal untuk menyerang *kilesa* penyebab semua penderitaan. Kosentrasi dalam dan tenang yang dibentuk *Samadhi* adalah pondasi terbaik mengembangkan kebijaksanaan.³³

Kadangkala mereka harus bisa memegang kendali pikiran sehingga terdapat keseimbangan yang pantas antara kerja dalam (batin) dan istirahat dalam (batin). Pada tahap praktek ini kebijaksanaan secara otomatis bekerja pada kapasitas penuh. Ketika tiba saatnya untuk beristirahat, fokuskan diri pada *Samadhi* dengan intensitas yang sama. Inilah ajaran jalan tengah dari *magga, phala*, dan *Nibbana*.³⁴

3. Tingkatan Kesucian

Menurut Theravada, *Arahat* adalah tingkat kesucian tertinggi diantara empat macam tingkat kesucian yang terdiri dari:

- a. *Srotapana* atau pertobatan, yaitu tingkatan orang yang sudah ditempatkan pada arus yang benar, yang disebabkan karena pergaulannya baik, karena mendengarkan hukum, karena berbuat baik dan sebagainya. Ikatan-ikatan yang pada tingkatan ini dipatahkan ialah khayalan egoisme, meragukan Budha dan ajarannya, dan mempercayai khasiat upacara-upacara keagamaan. Di dalam tingkatan ini orang sampai pada pengertian yang benar. Ia sudah mengakui kebenaran perintah Budha, tetapi belum lepas

³³ YM Acariya Maha Boowa Nannasampanno, terj. Dick Silaratano, *Jalan Menuju Pencapaian Arahat*, (Surabaya: Yayasan Dharma Rangsi, 2005), 68-69

³⁴ *Ibid.*, 109

dari segala kenajisan. Hidupnya masih harus dilahirkan kembali hingga 7 kali, sebagai manusia dan dewa.

- b. *Sakrdagamin*, yaitu tingkatan orang yang masih harus dilahirkan kembali sekali lagi. Sesudah itu ia akan mencapai kelepasan yang sempurna. Disini orang sudah bebas dari keraguan dan khayalan sendiri dan ritualisme. Ikatan-ikatan yang dipatahkan pada tingkatan ini adalah hawa nafsu (*kama*) dan kebencian.
- c. *Anagamin*, yaitu tingkatan orang yang sudah tidak akan dilahirkan kembali dan yang sudah mendapatkan kelepasan di dalam hidup sekarang ini. Segala sisa-sisa terakhir dari hawa nafsu dan kebencian ditiadakan.
- d. *Arahat*, yaitu tingkatan orang yang sudah bebas dari segala keinginan untuk dilahirkan kembali, baik di dalam dunia yang berbentuk, maupun di dalam dunia yang tidak berbentuk. Ia juga sudah bebas dari segala ketinggian hati, kebenaran diri, dan ketidaktahuan. Dalam tingkatan ini orang mencapai nirwana.³⁵

Menurut *Abhidhamma*, *Arahat* telah terbebas dari kelima hal, yaitu: kemelekatan akan wujud (*rupa-raga*), kemelekatan pada yang bukan wujud (*arupa-raga*), mementingkan diri sendiri (*mana*), keresahan (*uddhacca*), dan kebodohan (*avijja*), yang dengan demikian ia telah merealisasi *Nibbana*.

Di dalam *Abhidhamma* dikatakan bahwa seorang *Arahat* mempunyai sifat-sifat positif sebagai berikut: perasaan belas kasih yang kuat dan kebaikan

³⁵ Harun Hadiwijono, *Agama Hindu...*, 80-81

hati yang penuh kasih, persepsi yang cepat dan tepat, ketenangan dan keterampilan dalam bertindak, keterbukaan kepada orang lain dan kepekaan terhadap kebutuhan mereka. Pendeknya seluruh sifat-sifat negatif seorang *Arahat* telah ditransformasikan menjadi sifat-sifat positif.³⁶

Anagami (yang tidak kembali lagi). Tingkat kesucian ketiga, yang dicapai dengan membebaskan diri dari lima ‘belunggu yang lebih rendah’ (semuanya berjumlah sepuluh), yang mengikat batin pada keberadaan duniawi. Dua tingkat yang pertama adalah *sotapana* (pemasuk arus) dan *sakadagami* (yang kembali satu kali lagi), dan yang terakhir adalah *arahat* (yang telah selesai atau sempurna).

Mereka memang sudah melenyapkan kekotoran tertentu, tetapi hanya sebatas tingkatan mereka. Apapun yang tetap tertinggal, para suci itu tidak melihatnya. Jika mereka mampu, mereka semuanya telah menjadi *Arahat*. Mereka masih belum bisa melihat semuanya. *Avijja* merupakan yang tidak terlihat. Jika batin sang *Anagami* sepenuhnya diluruskan maka ia bukan lagi seorang *anagami*, tetapi ia sudah sepenuhnya sempurna (*Arahat*). Jadi disana masih ada sesuatu yang tersisa.

Tingkat Anagami dicapai ketika *kamaraga* yang merintangikan pikiran berhasil dipatahkan. Karena itu, *anagami* harus dilatih dengan tehnik penyelidikan yang sama sehingga bisa membuahkan hasil, yang selanjutnya mampu diperdalam, diperluas dan disempurnakan sampai semua bentuk tubuh

³⁶ Ivan Taniputra, *Ehipassiko...*, 96

tak lagi muncul dalam *citta*. Pikiran yang menciptakan bayangan kemudian terjatuh oleh ciptaanya sendiri. *Anagami* yang sepenuhnya telah sempurna mengetahui hal ini tanpa dibayangi keraguan.

Ketika *kamaraga* dilenyapkan seluruhnya, maka seluruh dunia tampak kosong. Kekuatan yang membakar api dalam hati manusia dan kobaran api membinasakan, memporak porandakan masyarakat manusia berhasil ditaklukan dan dikuburkan. Api ketertarikan seksual dilenyapkan dengan kebaikan tak ada yang tersisa sehingga bisa menyiksa batin. Dengan padamnya *kamaraga*, *Nibbana* tampak tak jauh lagi dan dekat dalam genggamannya. *Kamaraga* menyembunyikan segalanya membutakan mata kita terhadap semua aspek kebenaran. Maka dari itu, setelah *kamaraga* mampu dihancurkan menyebabkan pandangan manusia tidak terhalang, *magga*, *phala*, dan *Nibbana*, kini telah berada dalam jangkauan.³⁷

4. Tujuan Akhir

Hinayana atau sekarang yang lebih dikenal dengan aliran selatan yang ajarannya berdasarkan pada naskah awal khotbah Sang Budha, menitikberatkan pada sangha dan pada pencapaian nirvana secara pribadi, kearahatan. Theravada modern yang sekarang di Myanmar (Burma), Thailand, Kamboja, Laos, dan Sri Lanka adalah ahli warisnya serta merupakan aliran/sekte yang masih berkelanjutan.³⁸

³⁷ YM Acariya Maha Boowa Nannasampanno, *Jalan Menuju...*, 99-100

³⁸ Dorothy C. Donath, *Pengenalan Agama Budha*, (Jakarta: Karaniya, 2005), 22

Kata *Nibbana* berarti “padam” atau “tertiup”, seperti api. Definisi pencapaian Nibbana dalam kehidupan di dalam kitab disebut sebagai *sa-upadi-sesa*. Seorang *Arahat* telah berhasil memadamkan api kebencian, hawa nafsu, dan kebodohan tapi ia masih menyimpan “bekas” (*sesa*) dari “minyak” (*upadi*) manakala ia hidup, menggunakan pancaindra dan pikirannya, dan menuruti perasaannya. Masih mungkin api tersebut berkobar kembali. Saat seorang arahat meninggal, *khanda* ini tak akan pernah bisa dinyalakan kembali dan tidak bisa membakar api pada kehidupan selanjutnya. Seorang arahat bebas dari samsara dan bisa masuk dalam kedamaian dan kebebasan *Nibbana* secara sempurna.³⁹

Nibbana bukanlah sebuah tempat seperti surga dalam agama-agama lain. Secara teoritis manusia akan terlahir kembali setelah meninggal dalam kehidupan baru yang akan ditentukan oleh perbuatan mereka (*kamaa*) dalam kehidupan mereka sebelumnya. *Kamaa* yang buruk mengakibatkan anda akan hidup sebagai budak, binatang, atau tanaman, *kamaa* yang baik akan menjamin kehidupan yang lebih baik pada kehidupan selanjutnya karena anda bisa terlahir sebagai raja ataupun bahkan sebagai dewa. Tetapi kelahiran kembali di surga bukan sebuah akhir yang bahagia karena status sebagai dewa tidaklah tetap, seperti juga keadaan manusia lainnya. Kadang, para dewa akan kehilangan *kamaa* baiknya yang telah dianugerahkan kepadanya. Ia tetap akan mati dan terlahir kembali dalam keadaan kurang beruntung di dunia. Semua

³⁹ Karen Armstrong, *Budha*, Cet. 2, (Yogyakarta: Bentang Budaya, 2003), 197

mahluk hidup terikat dalam lingkaran samsara (selalu berputar) yang tak berujung yang selalu berputar dari satu kehidupan ke kehidupan lainnya. Kebebasan nibbana sulit untuk dipahami karena konsep itu masih kabur dalam kehidupan manusia. Manusia tidak memiliki definisi untuk menggambarkan atau bahkan membayangkan suatu bentuk kehidupan yang tidak hanya berisi kegalauan dan kesedihan atau penderitaan dan tidak dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berada di luar kendali manusia.⁴⁰

Perasaan, pandangan, kekuatan, dan kesadaran, yaitu segala hal yang merupakan ciri dari seorang *Arahat*, telah berlalu dari dirinya (pada waktu meninggal). Bagaikan samudra yang perkasa, seorang *Arahat* mempunyai pribadi yang dalam, tidak bisa diukur, dan tidak berhingga. Oleh karena itulah istilah dilahirkan kembali ataupun tidak dilahirkan kembali tidak bisa dikenakan kepadanya.⁴¹

⁴⁰ *Ibid.*, 8-10

⁴¹ Huston Smith, *Agama...*, 153