

B A B III

JALAN MENCAPAI NIRWANA

A. Catur Aryasatya Buddhisme.

Permohonan Buddha Gautama setelah beliau menyampaikan ajaran-nya adalah agar selain percaya kepadanya, juga hendaknya menta'ati nasehatnya serta menguji kebenaran pemikiran-pemikirannya dalam praktek.⁵⁶

Sebagaimana telah diketahui bahwa Buddhisme merupakan ajaran yang berisikan hal-hal yang sifatnya transenden (lokuttara) dan keduniaan (lokiya).

Buddhisme itu antara lain menyebutkan bahwa segala sesuatu di alam semesta ini adalah sankhata. Segala sesuatu yang sankhata akan mengalami kemunculan dan kemusnahan. Lebih jelasnya bahwa berawal, berubah, berakhir atau lahir, berkembang dan mati adalah tidak kekal.

Panca skandha yang meliputi jasmani, penginderaan, perasaan, pikiran dan kesadaran mengikuti siklus yang sifatnya tidak kekal dan selalu mengalami perubahan itu.

Buddhisme adalah agama yang berusaha mengungkapkan fakta sebenarnya tentang realitas hidup yang dialami sendiri oleh manusia.⁵⁷

Buddhisme juga merupakan agama pemikiran, hal ini

⁵⁶YB. Mangun wijaya dkk, Agama dan Aspirasi Rakyat, Penerbit Institut Dian / Interfidei 1994, h.69.

⁵⁷Dr. I. Bambang Sugiharto, Agama Menghadapi Zaman, Asosiasi Perguruan Tinggi Katolik Jakarta 1992, h.75-76.

terbukti dari sikap Buddha Gautama yang tidak hanya menerima ajaran tentang Karma dan Samsara, akan tetapi beliau juga melakukan penyelidikan dan penelitian terhadap pangkal sebab dari kesemuanya itu. Dari hasil penyelidikan itulah beliau kemudian merumuskan ajaran Empat Kebenaran Mulia atau Utama.

Empat Kebenaran Utama itu adalah:

1. Ada itu merupakan suatu derita (dukkha).
2. Derita itu disebabkan oleh hasrat (tanha).
3. Hasrat itu harus ditiadakan.
4. Peniadaan itu melalui Delapan Jalan Utama.⁵⁸

Empat Kebenaran Utama itu merupakan penemuan Buddha Gautama yang sebelumnya telah berhasrat besar untuk menemukan suatu jalan mengatasi penderitaan yang sudah melekat dalam hidup manusia.

Penderitaan dalam Buddhisme ini mempunyai 3 tingkatan yaitu :

Pertama, penderitaan yang terkait dengan proses kehidupan. Penderitaan dalam hidup ini dimulai dari kelahiran, sakit, usia tua dan kemudian mati.

Kedua, penderitaan sebagai akibat dari kesadaran akan adanya kesengajaan antara apa yang kita ingini dengan apa yang kita peroleh serta kesadaran akan kesementaraan.

⁵⁸Joesoef Sou'yb, op.cit., h.79.

Ketiga, penderitaan sebagai akibat dari hakekat kondisi kemanusiaan.⁵⁹

Berikut ini, penulis mencoba untuk menjelaskan Empat Kebenaran Utama tersebut agar dapat dipahami secara seksama:

Kebenaran Utama yang pertama adalah bahwa hidup ini adalah dukkha, yang biasanya diterjemahkan sebagai penderitaan. Buddhisme tidak menyangkal bahwa mungkin sekali manusia itu memperoleh kesenangan hidup dan menikmati kesenangan itu.

Namun yang menjadi permasalahannya adalah seberapa jauhkah hidup itu dapat dinikmati dan pada tingkatan manakah kenikmatan itu timbul jika ia memang ada dalam diri kita ini.

Buddhisme berpendapat bahwa tingkat kenikmatan itu bersifat superfisial atau batas permukaan. Artinya adalah bahwa kenikmatan itu mungkin saja memadai bagi hewan, akan tetapi bagi manusia kenikmatan itu akan membawa kepada suatu kekosongan besar, kehampaan dan rasa putus asa. Atas dasar pemahaman seperti itu dapat disimpulkan bahwa kesenangan dianggap hanyalah kepedihan yang dipoles.

Karena polesan itulah, maka yang nampak sepertinya adalah sesuatu yang menarik, padahal semuanya itu hanya-

⁵⁹J.A. Dhanu Koesbyanto, op.cit., h.26.

lah bayangan yang membuat manusia tidak sadar akan hakekat kehidupan ini.

Buddhisme kemudian menunjukkan enam peristiwa hidup dimana keterpelesetan hidup ini sangat nyata secara menyedihkan. Semua orang tanpa kecuali akan mengalami keadaan berikut :

1. Pengalaman menyedihkan atau yang disebut trauma sewaktu lahir ke dunia. Pengalaman waktu lahir yang meliputi rentetan perasaan sakit, keluar dan kaget serta timbulnya perasaan jasmaniah menjadi suatu contoh dari berbagai peristiwa di mana nyawa sedang terancam, yang kemudian terulang kembali dalam diri kita sebagai ketakutan dan kecemasan. Betapapun baiknya perasaan kita sewaktu akan keluar dari rahim ibu, tetap merupakan suatu pengalaman rasa kaget.

2. Penyakit yang menghinggapi badan kita juga merupakan suatu penderitaan tersendiri.

3. Kemurungan yang timbul karena menjadi tua. Ketika seseorang masih muda, ia mempunyai tubuh yang segar dan kekuatan yang prima. Segala macam pekerjaan mampu ia kerjakan tanpa khawatir bahwa nantinya apa yang dilakukannya akan membawa kemudlaratan bagi dirinya. Akan tetapi ketika usia senja mulai tiba, maka segala kebanggaan dan kesenangan yang dimiliki itu perlahan-lahan mulai lenyap berganti dengan keadaan yang sangat memprihatinkan ,

yaitu usia tua. Dan di saat itu mulai muncul kecemasan terhadap dirinya seperti ketakutan akan suatu gangguan, ketakutan akan ditinggalkan dan sebagainya.

4. Ketakutan akan kematian. Penyebabnya adalah bermacam-macam antara lain : takut di bunuh, sedangkan yang sakit ketakutan bahwa penyakitnya tidak akan dapat disembuhkan dan kemudian meninggal.

5. Terikat pada sesuatu yang ingin kita hindari, misalnya suatu penyakit yang tidak dapat disembuhkan.

6. Terpisah dari seseorang yang kita cintai, misalnya berpisah dengan kekasih, berpisah dengan sanak keluarga, berpisah dengan orang tua.

Enam peristiwa di atas bagi Buddhisme merupakan daftar sementara. Kebenaran Utama yang pertama menyimpulkan hal itu dengan pernyataan bahwa lima skandha itu memang memedihkan. Sebabnya adalah karena lima skandha ini menyangkut badan, indra, pikiran, perasaan dan kesadaran yang kesemuanya itu merupakan kehidupan manusia. Dari segi tertentu, kehidupan ini telah terasing dari kenyataan, dan keterasingan ini telah menyebabkan bahwa kebahagiaan yang sesungguhnya tidak bisa diakui sampai hal itu dapat diatasi.

Sebelum keterasingan itu bisa diatasi, manusia perlu memahami apa yang menyebabkannya. Kebenaran Utama yang

kedua mengutarakannya.

Kebenaran Utama yang kedua menjelaskan bahwa penyebab dari tergelincirnya hidup atau dukkha ini adalah tanha. Tanha ini tidak bisa diartikan sebagai suatu keinginan, alasannya adalah berdasarkan keadaan kita sekarang ini, jika kita secara tegas melepaskan seluruh keinginan, dengan sendirinya kita akan mati. Padahal kematian itu sendiri tidak akan menyelesaikan masalah kehidupan. Sedangkan Buddhisme menganjurkan beberapa keinginan ini seperti: keinginan akan kebebasan atau keinginan akan kesejahteraan orang lain.

Jadi, tanha harus diartikan sebagai sejenis keinginan yang khusus, yaitu keinginan untuk menarik diri dari kehidupan yang masih akan berlangsung, pemenuhan kepentingan diri atau ego.⁶⁰

Mengenai hal ini Buddha pernah berkata : "Hai rahib, yang menjadikan orang dari kelahiran yang satu menuju kepada kelahiran yang lain ialah keinginan untuk hidup bersama dengan nafsu yang dipuaskan di sana-sini, kehausan pada kesukaan, kehausan kepada kehidupan, kehausan kepada kekuasaan."

Kehausan atau keinginan yang menyebabkan adanya penderitaan itu pada hakekatnya disebabkan oleh ketidak-

⁶⁰ Huston Smith, op.cit., h.130, 132-134.

tahuan atau avidya.

Ketidak tahuan ini adalah semacam ketidak tahuan yang bersifat kosmis, ketidak tahuan yang menjadikan orang dikaburkan pandangannya. Ketidak tahuan ini mengenai tabiat asasi alam semesta yang memiliki tiga ciri menonjol yaitu :

- a). Bahwa alam semesta ini penuh dengan penderitaan (dukkha).
- b). Bahwa alam semesta ini adalah fana (anicca).
- c). Bahwa tiada jiwa di dalam dunia ini (anatta).⁶¹

Untuk mengatasi kebodohan ini, maka manusia perlu mengetahui tentang sebab-sebab timbulnya penderitaan itu, antara lain dengan mempelajari ajaran Pratitya Samuppada.

Di dalam Pratitya Samuppada dijelaskan bahwa segala sesuatu yang ada tidak kekal (anicca). Hidup adalah suatu rentetan yang terdiri dari hal-hal yang terjadi sesaat, dan kemudian segera tiada lagi. Melalui ajaran ini dapat diketahui bahwa kesadaran bukanlah berada pada jiwa yang kekal, melainkan muncul karena pengaruh sebab dan akibat.

Selanjutnya ajaran anicca ini disambung dengan ajaran anatta yang mengajarkan bahwa manusia ini sebenarnya tidak berjiwa. Manusia adalah kelompok yang terdiri dari

⁶¹Harun Hadiwijono, Sari Filsafat India, B P K Gunung Mulia 1989, h. 32-33.

unsur jasmani dan rohani, yang di dalamnya tiada pribadi yang tetap. Semua indra, budi dan perasaan manusia sebenarnya tidak didiami oleh suatu pribadi. Keadaan mental manusia sebenarnya adalah gejala-gejala seperti gejala lainnya. Di belakangnya tiada suatu ego atau pribadi yang tersembunyi.

Seluruh keadaan manusia merupakan Nama-rupa dengan lima skandha. Dengan penjelasan, Nama adalah tabiat manusia, sedang rupa adalah jasmaninya. Manusia merupakan satu kesatuan yang meliputi tabiat batin dan lahir. Kesadaran hati dan budinya termasuk segi batiniahnya. Yang tampak pada manusia itu adalah segi lahiriahnya.

Selain itu manusia juga terdiri dari lima skandha yang uraiannya adalah sebagai berikut :

- Rupa, adalah segala sesuatu yang bersangkutan dengan tubuh manusia.
- Wedana, adalah setiap perasaan yang dimilikinya.
- Samna, adalah pengamatan yang dilakukan jasmani dan rohani.
- Samskara, adalah suatu skandha yang kompleks, di dalamnya mengandung kehendak, keinginan dan sebagainya.
- Winnana, adalah kesadaran.⁶²

Kelima skandha inilah yang kemudian menurut Buddhisme

⁶² H. Sjamsul Arifin, op.cit., h.15-16.

yang disebut jiwa. Ternyata inilah penyebab mengapa manusia mengalami dukkha itu.

Jika penyebab tergelincirnya hidup ini adalah keinginan mementingkan diri sendiri, maka obatnya adalah dengan memberantas keinginan tersebut.

Penderitaan itu dapat diakhiri dengan Kebenaran Utama yang ketiga, yakni dengan menghentikan semua keinginan yaitu keinginan untuk menarik diri dari kehidupan yang masih akan berlangsung serta keinginan pemenuhan kepentingan diri.

Namun diingatkan bahwa sebelum melangkah pada pelaksanaan delapan marga, seseorang harus mengikutinya terlebih dahulu dengan kamma (perbuatan) yang mengarah pada kebaikan.

Karma dalam Buddhisme merupakan suatu hukum moral yang berperan dalam menentukan nasib hidup manusia, baik sekarang maupun yang akan datang.

Setelah hal-hal itu semua dipenuhi, maka kini dia dapat memasuki Kebenaran Utama yang ke empat yakni menghapus atau menghilangkan penderitaan itu melalui Delapan Jalan Utama.

B. Marga dalam Buddhisme.

Pendekatan yang dilakukan sang Buddha dalam menyikapi permasalahan yang timbul dalam diri manusia adalah

pendekatan seperti yang dilakukan seorang tabib. Hal ini dapat dicermati dari hasil penemuan beliau yang menghasilkan ajaran Empat Kebenaran Utama yang merupakan ajaran pokok dalam Buddhisme.

Ajaran Empat Kebenaran Utama itu berisi cara-cara serta langkah-langkah yang harus ditempuh dalam mengungkap penyebab atau usaha untuk mengatasi penderitaan yang sudah melekat pada diri manusia.

Buddhisme memulainya dengan langkah pertama yaitu mengamati gejala-gejala yang muncul, kemudian mengambil suatu kesimpulan bahwa kehidupan ini adalah dukkha.

Langkah kedua adalah memberikan diagnosis terhadap dukkha. Kebenaran Utama yang kedua ini menyatakan bahwa penyebab tergelincirnya hidup adalah tanha atau keinginan untuk mementingkan diri sendiri.

Sedangkan langkah ketiga adalah menunjukkan bahwa dorongan untuk mementingkan diri sendiri atau rasa egois ini dapat ditanggulangi oleh manusia. Kemudian ditunjukkan cara atau resep untuk mengatasinya.

Dan langkah berikutnya adalah menyatakan bahwa ada cara untuk menanggulangi sikap mementingkan diri ini yaitu dengan berpegang pada Delapan Jalan Utama.

Dengan demikian, Delapan Jalan Utama inilah merupakan suatu upaya pengobatan. Adapun pengobatan yang dimak-

sud di sini adalah pengobatan jiwa melalui latihan-latihan membentuk mental yang baik.

Latihan-latihan diri itu adalah melalui suatu sistem pembentukan kebiasaan hidup secara ketat yang berfungsi untuk membebaskan diri dari tekanan yang disebabkan oleh naluri tanpa disadari, kebodohan diri dan tanha.

Adapun sistem pembentukan kebiasaan hidup secara ketat itu tercermin dalam etika (sila), meditasi (samadhi) dan kebijaksanaan.⁶³

Berikut ini adalah penjelasan dari ketiga sistem pembentukan kebiasaan hidup secara ketat itu yakni :

Diawali oleh Sraddda yaitu keimanan atas Buddha sebagai Guru yang berwenang mengajarkan kebenaran, lalu mempercayai dharma yang merupakan ajaran Buddhisme, kemudian mempercayai jema'at Buddhisme. Kepercayaan ini merupakan syarat mutlak yang harus segera dipenuhi. Karena kepercayaan yang salah nantinya juga akan menjadi suatu sumber perbuatan yang salah pula. Oleh karena itu diperlukan suatu pengetahuan yang benar terhadap apa yang akan dilakukan.⁶⁴

Apabila hal di atas sudah dipenuhi, maka selanjutnya ia dapat melaksanakan marga yang terangkum dalam Sila yang

⁶³Huston Smith, op.cit., h.136.

⁶⁴Dr.Harun Hadiwijono, op.cit., h.41.

meliputi :

1. Pikiran yang benar.

Kitab Dhammapada dibuka dengan kata-kata : "Seluruh hidup kita ini adalah hasil dari apa yang kita pikirkan." Seorang penganut Buddhisme harus mampu memahami tentang mana pikiran yang salah dan mana pikiran yang benar. Hal ini sangat diperlukan bagi pengembangan batin bagi tercapainya kebebasan.⁶⁵

Adapun pikiran yang salah (Miccha-vitakka) ini meliputi :

- a. Kama-vitakka, gagasan mengenai kesenangan indra, mengenai obyek-obyek yang ingin dimiliki, yang didambakan, dan terhadapnya kita mengikatkan diri.
- b. Vyapada-vitakka, gagasan untuk menghancurkan orang lain, untuk melukai atau membunuh.
- c. Vihimsa-vitakka, gagasan untuk melakukan sesuatu yang kejam.

Sedangkan pikiran yang benar (Samma-vitakka) meliputi :

- a. Nekkhamma-vitakka, gagasan yang berkenaan dengan pelepasan, bebas dari keinginan memiliki benda-benda yang biasanya didambakan orang.
- b. Avyapada-vitakka, gagasan untuk tidak melakukan

⁶⁵ Huston Smith, op.cit., h.143.

hal yang merugikan orang lain, yang timbul dari latihan Metta (kasih sayang).

c. Avihamsa-vitakka, gagasan mengenai lenyapnya perbuatan kejam, yang timbul dari latihan Karuna (belas-kasih).⁶⁶

Lebih lanjut Buddhisme menjelaskan bahwa pikiran yang salah penggunaannya dapat menimbulkan bencana yang lebih besar. Hal ini terjadi pada masa sang Buddha, diceritakan bahwa pada suatu ketika sang Buddha diundang oleh seorang petani yang kaya raya untuk bersantap di rumahnya. Setelah selesai bersantap, sang Buddha kembali ke Vihara dengan diantar oleh sang petani. Kemudian petani itu kembali ke rumahnya, akan tetapi di tengah perjalanan ia terkena anak panah yang kesasar dan meninggallah dia. Berita tentang kematian si petani itu disampaikan kepada sang Buddha, lalu salah seorang bhikku berkata kepada Buddha : "Sekiranya sang Buddha tidak berkunjung ke rumah petani itu, petani itu tentu tidak akan mendapatkan musibah". Mendengar ini sang Buddha menjawab : "Ketahuilah bahwa tidak ada suatu keadaan yang dapat digunakan untuk menghindari kematian petani itu akibat dari perbuatannya yang jahat. Dan pikiran yang ditujukan kepada kejahatan,

⁶⁶ Sayagyi U Bha Khin, Empat Kesempurnaan, Yayasan Penerbit Karaniya 1997, h.9-10.

akan menjadi musuh yang paling berbahaya bagi diri kita sendiri".⁶⁷

2. Ucapan yang benar.

Hal ini berarti menjauhkan diri dari :

- a. kebohongan dan sebagai gantinya adalah senantiasa mengucapkan kebenaran.
- b. membicarakan kejahatan orang lain yang mengakibatkan perselisihan dan ketidak selarasan, dan sebagai gantinya adalah mengucapkan kata-kata yang membangun kerukunan dan keselarasan.
- c. kata-kata yang menghina dan kasar, dan sebagai gantinya adalah mengucapkan kata-kata yang menyenangkan dan halus.
- d. obrolan yang tidak berguna, dari kata-kata kosong, memfitnah, dan sebagai gantinya ialah mengucapkan kata-kata yang penuh arti dan tanpa cela.

3. Perbuatan yang benar.

Hal ini berarti menjauhkan diri dari :

- a. pembunuhan,
- b. pencurian,
- c. perbuatan mesum.

⁶⁷ Drs. Oka Dhiputhera, Dhammapada Atthakatha, Proyek Penerangan Bimbingan Dakwah/Khutbah Agama Hindu dan Buddha 1980, h.38.

- d. berdusta,
- e. minum-minuman keras,

Sebagai gantinya adalah harus mengusahakan belas kasih, hanya mau mengambil terhadap apa yang sudah diberikan dan hidup secara baik dan suci.

4. Penghidupan yang benar.

Hal ini berarti harus membuang segala cara hidup yang salah yang mengakibatkan kerugian dan penderitaan orang lain seperti memperdagangkan :

- a. senjata perang,
- b. binatang untuk disembelih,
- c. manusia untuk dijadikan budak,
- d. minuman keras,
- e. racun,

Sebagai gantinya adalah ia harus hidup dengan jabatan yang tanpa cela dan tidak merugikan dirinya maupun orang lain. Keterangan di atas menyimpulkan bahwa kesusilaan Buddhisme merupakan suatu peraturan hidup. Peraturan hidup ini adalah asas bagi perkembangan mental selanjutnya.

5. Usaha yang benar.

Hal ini berarti melakukan usaha dengan tekun untuk :

- a. mencegah timbulnya pikiran-pikiran yang jahat dan yang tidak sehat, yang kemungkinan dapat timbul dalam pikiran manusia,

- b. membuang pikiran-pikiran jahat yang telah timbul
- c. menghasilkan dan mengembangkan pikiran-pikiran yang sehat yang belum timbul,
- d. mengembangkan dan mempertahankan pikiran-pikiran sehat yang telah tumbuh.

Kesimpulannya adalah bahwa usaha yang benar ini berfungsi agar manusia mewaspadai dan memeriksa segala pikirannya yang tidak sehat dan berusaha memajukan serta mempertahankan pikiran-pikiran yang sehat dan murni yang timbul di dalam pikiran.⁶⁸

Dengan demikian, Sila ini adalah suatu latihan pada bidang kesusilaan dan pengekangan diri, tujuannya adalah mewujudkan suatu ambang pintu masuk ke dalam bagian konsentrasi atau samadhi dan yang mengakhiri suatu proses jiwani serta yang mengantarkan orang kepada peniadaan diri yang bertahap.

Setelah melangkah pada pelaksanaan etika, maka kini kita dapat melangkah pada tahapan berikutnya yaitu samadhi. Dalam tahapan ini, pikiran adalah bidang yang harus ia jelajahi dan ia taklukkan, sebab pikiranlah yang menderita dan yang memerlukan pembebasan. Mengenai hal ini sang Buddha mengatakan : "Meditasi, saudara-saudara, latihlah meditasi ! Ia yang bermeditasi mengetahui akan sesua-

⁶⁸Dr. Harun Hadiwijono, op.cit., h.42.

tu dengan sebenar-benarnya !!⁶⁹

Sebelum melakukan samadhi, diperlukan adanya persiapan-persiapan antara lain :

- a. mengusahakan adanya ketenangan batin tanpa kesusahan dan adanya kesunyian yang tanpa gangguan,
- b. mengusahakan adanya sikap tubuh yang tenang dengan bersila, sedangkan tubuhnya tegak serta memandang ke depan,
- c. mengatur pernafasan, hal ini sangat diperlukan karena pernafasan dipandang sebagai daya berkhayal tubuh, sedang bakat dan kecenderungan jiwa yang terpendam di bawah sadar, dipandang sebagai daya khayal kesadaran. Daya khayal tubuh ini harus dikuasai, yaitu dengan diawasi dan diatur pernafasannya dengan maksud untuk meningkatkan kecakapan bernafas dalam suasana yang benar-benar sadar.

Persiapan-persiapan samadhi ini termasuk di antara Delapan marga yakni perhatian yang benar.

Setelah mengadakan persiapan-persiapan yang matang, maka kini mulailah dengan melakukan meditasi yang sesungguhnya.

Meditasi atau samadhi ini dilakukan secara bertahap yang semuanya terdiri dari empat tahap, antara lain :

⁶⁹Nyanaponika dan Kassapa Thera, Sattipattama dan Anapanasati, Murnianda Brotherhood Bandung, h.24-25.

Tahap pertama, seseorang harus berusaha membebaskan diri dari kejamakan yang mengacaukan baik itu dari pengamatan terhadap dunia luar maupun dari khayalan batiniah. Semua aliran itu dibendung kemudian memusatkan pengamatannya dengan sengaja kepada sesuatu yang dituju antara lain anicca, anatta dan dukkha. Untuk lebih jelasnya adalah sebagai berikut; ia harus memusatkan perhatian dan pikirannya pada suatu sasaran untuk mendapatkan pengertian tentang lahir dan batin serta hubungannya yang beraneka ragam. Akalnya harus dipusatkan pada sasaran itu, sehingga dengannya ia merasa gembira.

Pada tahap kedua ini, seseorang harus melepaskan rohnya dari segala pertimbangan, pemikiran dan segala angan-angan tentang kedunian untuk mendapatkan kedamaian.

Tahap berikutnya adalah berusaha mewujudkan perpindahan dari suasana girang atau susah menuju rasa tanpa kegirangan dalam mendapatkan suatu rasa damai.

Dan pada tahap terakhir ini ia baru merasakan bahwa rasa suka dan duka itu akhirnya telah lenyap dalam dirinya serta tidak dapat menimbulkan pengaruh apapun atas dirinya. Pada tahap ini sampailah ia kepada situasi kekosongan rohani yang sempurna, keadaan kesatuan bentuk yang mengatasi segala kesenangan dan ketidak-senangan, bebas dari kasih dan kebencian, berada dalam keadaan yang sama.⁷⁰

⁷⁰ Dr. Harun Hadiwijono, op.cit., h.44-45.

C. Nirwana dan pencapaiannya.

Perkataan Nibbana atau Nirwana ini berasal dari bahasa Pali, yang jika dipisahkan menjadi ;ni yang bermakna negatif sedangkan vana mempunyai arti yaitu suatu nafsu atau keinginan.

Mungkin karena dari asal katanya itu, maka pemahaman tentang Nirwana ini lebih mudah dijelaskan dengan arti-arti negatif daripada arti-arti positif.

Berikut ini beberapa pengertian tentang Nirwana bila ditinjau dari berbagai sudut pandang antara lain:

Dari sudut pandang etika, Nirwana berarti penghancuran keserakahan, kebencian dan kebodohan diri. Sedangkan dari sudut pandang psikologis, Nirwana berarti penghancuran egoisme. Dan dari sudut pandang metafisik, Nirwana berarti kebebasan dari segala penderitaan hidup.⁷¹

Selain arti negatif, Nirwana juga mempunyai arti positif yakni kesejukan, demikian diungkapkan dalam buku *A History of Religion East and West*.⁷²

Demikianlah beberapa pengertian Nirwana dari buku-buku yang penulis baca.

Mengenai perihal Nirwana ini Buddha berkata : "Hai para rahib, ada suatu lingkungan, di mana tidak ada se-

⁷¹H. Sjamsul Arifin, *op.cit.*, h.14.

⁷²Trevor Ling, "*A History of Religion East and West*," *The Open University*, p.92.

suatu yang padat maupun cair, tidak ada panas maupun gerak, tidak ada dunia sini; tidak ada dunia sana, tidak ada matahari atau bulan. Hai para rahib, itulah yang kusebut tidak ada yang datang, tidak ada yang pergi, tidak ada yang berhenti, tidak ada yang dilahirkan, tidak ada yang mati. Itu tanpa suatu dasar apapun, tanpa perkembangan, tanpa penumpu; inilah akhir penderitaan."

Kalimat pernyataan di atas disambung oleh sang Buddha sebagai berikut : "Di dalam arti yang sedalam-dalamnya orang harus memandang ke Empat Kebenaran yaitu; penderitaan, penyebab penderitaan, pemadaman, dan Jalan yang menuju ke sana sebagai kosong, ialah karena disana tidak ada orang yang merasakan penderitaan, tidak ada orang yang mengusahakan penjadian penderitaan, tidak ada orang yang terlepas, yang memasuki pemadaman penderitaan atau Nirwana.⁷³

Sedangkan ketika ditanya mengenai hakekat Nirwana itu sendiri, Buddhisme menjelaskan bahwa Nirwana adalah sesuatu yang harus didapatkan sendiri oleh yang bersangkutan dan bukan sesuatu yang dapat ia ajarkan atau jelaskan dengan panjang lebar.⁷⁴ Sebab masuk ke-

⁷³Dr. A.G.Honig, op.cit., h.211.

⁷⁴R.S. Sugirtharajah, op.cit., h.55.

dalam Nirwana adalah berarti pencerahan dari dunia ini dengan segala pengertian-pengertiannya.

Selanjutnya pemahaman maupun pengertian tentang Nirwana oleh penganut Buddhisme ini mengalami perkembangan pembahasan yang lebih mendalam dan meluas.

Pengertian tentang Nirwana ini meluas, setelah penganut Buddhisme, terutama dari kalangan Mahayana, meneliti kehidupan Buddha. Menurut mereka bahwa semasa hidupnya, sang Buddha telah mencapai Nirwana, akan tetapi beliau masih berkenan untuk mengesampingkan keselamatannya sendiri itu guna menyelamatkan semua makhluk, baru setelah itu beliau masuk ke dalam kebahagiaan terakhir.

Dari sinilah kemudian timbul dua pengertian Nirwana, yaitu :

1. Nibbana, pencerahan yang terjadi di dunia ini, yang mana telah lenyapnya penderitaan yang disebabkan oleh adanya keinginan.
2. Parinibbana, Nirwana yang sempurna, yang hanya dapat dicapai ketika yang bersangkutan telah mati dan sepenuhnya terbebas dari samsara, yaitu putaran kelahiran, kematian, dan kelahiran kembali.⁷⁵

⁷⁵ Mircea Eliade, "Nirwana in the Early Buddhist and Abhidharma Traditions", The Encyclopedia of Religion, (Macmillan Library Reference USA), IX, 448.

Sebelum penulis membahas tentang cara pencapaian Nirwana, perlu diketahui bahwa memperoleh pencerahan ini berarti memutuskan mata rantai sebab akibat kehidupan manusia.

Ajaran Jalan Tengah sebagai cara pandang akan membawa manusia pada pencerahan. Jalan Tengah menunjukkan pada cara pandang dan bersikap.

Dalam kehidupan sehari-hari, cara untuk mewujudkan ajaran Jalan Tengah ini ditempuh melalui Delapan Jalan Utama.

Delapan Jalan Utama adalah cara hidup atas dasar ajaran Jalan Tengah untuk memperoleh pencerahan.

Memandang pencerahan tidak semudah melukiskan suatu pernyataan atau cerita.

Jika seseorang menginginkan pencerahan, bermaksud memperoleh dan menggenggamnya, berarti ia masih terjerat oleh angan-angan dan pikiran.

Mengikuti Jalan Pencerahan bukanlah dengan menggenggam atau meraihnya.

Jika seseorang telah mencapai taraf kesiapan diri, pencerahan itu tidak akan lenyap dan akan teraih dengan sendirinya tanpa harus bersusah payah.

Jalan Pencerahan harus diikuti hingga pikiran-pikiran, keinginan duniawi dan pencerahan menjadi iden-

tik seperti adanya.

Selain dengan melaksanakan Delapan Marga yaitu pengetahuan yang benar, kehendak yang benar, perkataan yang benar, perilaku yang benar, penghidupan yang benar, upaya yang benar, pikiran yang benar, serta renungan yang benar, seseorang yang hendak mencapai Nirwana, juga harus menjalani meditasi.

Meditasi ini dimaksudkan untuk mengembangkan atau memperkembangkan kesempurnaan spiritual, mengurangi akibat penderitaan, menenangkan pikiran, dan membuka kebenaran mengenai eksistensi dan hidup bagi pikiran. Keramahan dan simpati bersama dengan sikap yang terang atas fakta kematian dan arti hidup adalah hasil-hasil meditasi.

Meditasi membantu untuk menyadari kefanaan segala sesuatu yang ada dan mencegah keterlibatan dalam keberadaan semacam itu.⁷⁶

Berikut ini adalah cara pencapaian Nirwana dengan jalan bermeditasi.

Hal-hal yang perlu dilakukan adalah :

Pertama, melepaskan diri dari pencemaran mental serta melepaskan diri dari lima hambatan yakni nafsu, kehendak jahat, kelambanan dan kemalasan, kebingungan

⁷⁶J.A. Dhanu Koesbyanto, op.cit., h.35-36.

jiwa, penyesalan dan keragu-raguan, maka menjadi bebas-lah ia dari keinginan-keinginan, bebas dari sifat-sifat dosa. Setelah mencapai meditasi pertama ini, iapun menikmati kegembiraan dan kesukaan yang muncul dari kebebasan dari hal-hal diatas.

Tahap kedua adalah setelah memurnikan batinnya sendiri dan membuat kesadarannya terarah pada satu titik, maka hasilnya adalah ia dapat menikmati kegembiraan dan kesukaan yang muncul dari samadhi.

Tahap ketiga adalah bahwa setelah melepaskan diri dari kegembiraan itu, ia merasakan sikap lepas-bebas. Dengan sadar dan penuh perhatian iapun mengalami kesukaan melalui tubuh. Setelah mencapai meditasi ketiga ini ia tetap bebas dari kesukaan.

Tahap keempat ialah bahwa setelah melepaskan semua kesukaan dan kesusahan, maka kepuasan dan ketidakpuasan yang lampau pun juga lenyap. Setelah itu menikmati kemurnian dan sikap lepas bebas serta kesadaran yang bebas, baik dari kesukaan maupun kesusahan.⁷⁷

Demikian pengalaman-pengalaman yang terjadi dan berlangsung selama meditasi atau samadhi itu dilakukan.

⁷⁷ Mariasusai Dhavamony, op.cit., h.252-253.