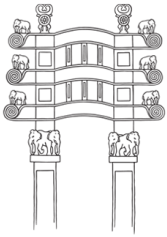
APA YANG MEMBUATMU *bukan* BUDDHIS

Dzongsar Jamyang Khyentse

Apa Yang Membuatmu Bukan Buddhis

Dzongsar Jamyang Khyentse



SIDDHARTHA'S
INTENT

Judul Asal: What Makes You Not a Buddhist
Penulis: Dzongsar Jamyang Khyentse
Penerjemah: Tim Penerjemah Siddhartha's Intent
Penyunting: Tim Penyunting Siddhartha's Intent
Penerbit: Siddhartha's Intent

First Published by Shambhala Publications, Inc.
©2006 by Dzongsar Jamyang Khyentse
ISBN 978-1-59030-406-8 (hardcover: alk. paper)
ISBN 978-1-59030-570-6 (paperback)

Hak Cipta Terjemahan Indonesia @2018 Siddhartha's Intent
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
Tidak untuk diperjualbelikan

Dilarang mengutip, memperbanyak dan menerjemahkan
sebagian atau seluruh isi buku tanpa izin tertulis dari Penerbit

Untuk Putra Suddhodana, Sang Pangeran India,
yang tanpanya, aku masih tak akan tahu
bahwa aku ini seorang pengembara

Isi

Pendahuluan 1

Bab 1
Bentukan dan Ketidakkekalan 8

Bab 2
Emosi dan Penderitaan 41

Bab 3
Segala Sesuatu itu Kosong 68

Bab 4
Nirwana itu Melampaui Segala Konsep 102

Kesimpulan 131

Catatan tentang Terjemahan Istilah 154

Ucapan Terima Kasih 157

Pendahuluan

Suatu ketika, saya duduk di pesawat di kursi tengah baris tengah di penerbangan lintas Atlantik, dan di sebelah saya duduk pria simpatik yang berusaha ramah. Melihat kepala gundul dan jubah marun saya, ia menyimpulkan bahwa saya ini Buddhis. Ketika makanan dihidangkan, pria ini dengan penuh perhatian menawarkan memesan makanan vegetarian untuk saya. Setelah mengasumsikan dengan tepat bahwa saya Buddhis, ia juga mengasumsikan bahwa saya tidak makan daging. Itulah permulaan percakapan kami. Penerbangan ini panjang, jadi untuk menghilangkan kejenuhan, kami membahas Buddhisme.

Seiring waktu, saya sadar banyak orang sering mengaitkan Buddhisme dan Buddhis dengan kedamaian, meditasi, dan tanpa-kekerasan. Bahkan banyak yang berpandangan bahwa hanya perlu pakai jubah kuning atau merah dan senyum damai untuk menjadi Buddhis. Sebagai Buddhis fanatik sendiri, saya ikut bangga dengan reputasi ini, terutama pada aspek tanpa-kekerasannya, yang begitu langka pada zaman perang dan kekerasan ini, dan khususnya kekerasan karena agama. Sepanjang sejarah manusia, sepertinya agama malah melahirkan kebrutalan. Bahkan hari ini kekerasan ekstremis agama mendominasi berita-berita. Tetapi saya rasa saya bisa mengatakan dengan yakin bahwa sejauh ini kami Buddhis belum pernah mempermalukan diri kami sendiri. Kekerasan belum pernah menjadi bagian dari penyebaran Buddhisme. Namun, sebagai Buddhis

yang terlatih, saya juga merasa sedikit tidak puas saat Buddhisme hanya dikaitkan tak lebih dari vegetarian, tanpa-kekerasan, kedamaian, dan meditasi. Pangeran Siddhartha, yang mengorbankan segala kenyamanan dan kemewahan kehidupan istana, pasti telah mencari sesuatu yang lebih dari sifat pasif dan konsumsi dedaunan ketika ia berangkat untuk menemukan pencerahan.

Walau esensinya sangat sederhana, Buddhisme tidak bisa dijelaskan dengan mudah. Ajaran ini teramat rumit, luas, dan mendalam. Walaupun ajaran ini non-religius dan non-teistik, sulit kiranya menjelaskan Buddhisme tanpa terkesan penuh teori dan religius. Seiring Buddhisme menyebar ke berbagai belahan dunia, ciri budaya setempat yang dihimpunnya membuat Buddhisme semakin sulit dijelaskan. Kemasan agama seperti dupa, lonceng, dan topi aneka warna bisa menarik perhatian orang, tetapi pada saat yang sama, bisa menjadi penghalang. Orang akhirnya menganggap bahwa Buddhisme cuma itu belaka dan teralihkan dari yang sebenarnya.

Kadang karena frustrasi bahwa ajaran Siddhartha ini belum menyebar sepesat yang saya inginkan, dan kadang karena ambisi saya sendiri, saya berpikir-pikir untuk mereformasi Buddhisme, membuatnya lebih mudah—lebih blak-blakan dan ketat. Namun sungguh keliru dan sesat membayangkan (seperti yang kadang saya lakukan) menyederhanakan Buddhisme menjadi praktik yang terdefinisi dan terukur seperti meditasi tiga kali sehari, patuh pada cara berpakaian tertentu, dan meyakini kepercayaan ideologi tertentu, sedemikian hingga seluruh dunia harus dialihyakinkan pada Buddhisme. Jika kita bisa menjanjikan bahwa praktik semacam itu akan menyediakan hasil segera dan nyata, saya rasa pasti akan ada lebih banyak Buddhis di dunia ini. Tetapi saat saya tersadar

dari fantasi ini (yang jarang terjadi), pikiran waras saya memperingatkan saya bahwa dunia yang semua penghuninya Buddhis itu belum tentu jadi dunia yang lebih baik.

Banyak orang dengan keliru menyangka Buddha adalah "Tuhan" dalam Buddhisme; bahkan sebagian orang di negara yang umumnya diakui sebagai negara Buddhis seperti Korea, Jepang, dan Bhutan menganut pendekatan teistik ini terhadap Buddha dan Buddhisme. Inilah sebabnya dalam buku ini kita menggunakan nama Siddhartha dan Buddha secara bergantian untuk mengingatkan orang bahwa Buddha dahulu hanyalah manusia dan bahwa manusia ini kemudian menjadi Buddha.

Bisa dipahami mengapa sebagian orang berpikir bahwa Buddhis adalah pengikut dari manusia yang disebut Buddha ini. Akan tetapi, Buddha sendiri menegaskan bahwa alih-alih memuja orangnya, kita seharusnya memuja kebijaksanaan yang orang itu ajarkan. Sama pula, sudah anggapan umum bahwa kelahiran kembali dan karma adalah keyakinan Buddhisme yang paling pokok. Ada banyak kesalahpahaman besar lainnya. Misalnya, Buddhisme Tibet kadang dijuluki "lamaisme" dan Zen bahkan tidak dianggap sebagai Buddhisme dalam beberapa kasus. Beberapa orang yang sedikit lebih berpengetahuan, namun masih salah asuhan, bisa menggunakan istilah seperti *kekosongan* dan *nirwana* tanpa memahami maknanya.

Ketika percakapan terjadi seperti dengan teman sepenerbangan saya itu, orang yang bukan Buddhis mungkin saja bertanya, "Apa sih yang membuat seseorang itu Buddhis?" Itu pertanyaan yang paling sulit dijawab. Jika orang itu sungguh-sungguh ingin tahu, jawaban lengkapnya tidak bisa disampaikan dalam perbincangan ringan sambil makan malam, dan penyamarataan bisa menimbulkan kesalahpahaman. Seandainya

Anda memberi mereka jawaban yang benar, jawaban itu merujuk ke fondasi tradisi yang telah berumur 2.500 tahun ini.

Seseorang itu Buddhis jika ia menerima empat kebenaran berikut ini:

Segala sesuatu yang tersusun tidaklah kekal.
Segala emosi itu menyakitkan.
Segala sesuatu tidak memiliki keberadaan hakiki.
Nirwana itu melampaui segala konsep.

Empat pernyataan ini, yang dinyatakan oleh Buddha sendiri, dikenal sebagai "empat segel". Secara tradisional, *segel* berarti sesuatu seperti ciri khas yang memastikan keotentikan. Demi kemudahan dan agar pembahasan ini bisa mengalir, kita akan merujuk empat pernyataan di sini sebagai segel dan "kebenaran", supaya tidak rancu dengan Empat Kebenaran Mulia dalam Buddhisme, yang terkait semata dengan aspek-aspek penderitaan. Walaupun empat segel ini dipercayai mencakup keseluruhan Buddhisme, kelihatannya orang tidak ingin mendengar mengenainya. Tanpa penjelasan lebih lanjut, empat segel ini hanya akan meluruhkan semangat dan gagal menginspirasi minat lebih lanjut dalam banyak kasus. Topik pembicaraan beralih dan selesailah sudah.

Pesan empat segel ini dimaksudkan untuk dipahami secara harfiah, bukan secara kiasan atau mistik—dan dimaksudkan untuk ditanggapi serius. Namun segel ini bukan maklumat atau titah. Dengan sedikit perenungan, kita melihat bahwa tak ada yang bersifat moralistik ataupun ritualistik dalam empat segel ini. Tidak disinggung tentang perilaku baik atau buruk. Empat segel ini adalah kebenaran sehari-hari yang didasarkan pada kebijaksanaan, dan kebijaksanaan adalah perhatian utama bagi

seorang Buddhis. Moral dan etika bersifat sekunder. Sedikit kepulan asap rokok dan agak ugal-ugalan tidak menghalangi seseorang menjadi Buddhis. Ini bukan bilang bahwa kita boleh menjadi jahat atau asusila.

Secara luas, kebijaksanaan muncul dari pikiran yang memiliki apa yang Buddhis sebut "pandangan benar". Namun kita tidak harus menganggap diri kita Buddhis untuk memiliki pandangan benar. Pada akhirnya pandangan inilah yang menentukan motivasi dan aksi kita. Inilah pandangan yang memandu kita di jalan Buddhis. Jika kita bisa menganut perilaku bajik sebagai tambahan bagi empat segel ini, ini menjadikan kita Buddhis yang lebih baik lagi. Tetapi, apa yang membuat Anda bukan Buddhis?

> Jika Anda tidak bisa menerima bahwa segala sesuatu yang tersusun atau terbentuk tidaklah kekal, jika Anda memercayai bahwa ada suatu substansi atau konsep hakiki yang kekal, maka Anda bukan Buddhis.
>
> Jika Anda tidak bisa menerima bahwa segala emosi itu menyakitkan, jika Anda memercayai bahwa sebenarnya ada beberapa emosi yang menyenangkan sepenuhnya, maka Anda bukan Buddhis.
>
> Jika Anda tidak bisa menerima bahwa segala fenomena adalah ilusi dan kosong, jika Anda memercayai bahwa hal-hal tertentu ada secara hakiki, maka Anda bukan Buddhis.
>
> Dan jika Anda berpikir bahwa pencerahan itu ada dalam lingkup waktu, ruang, dan kekuasaan, maka Anda bukan Buddhis.

Jadi, apa yang membuat Anda Buddhis? Anda mungkin tidak terlahir di negara Buddhis atau keluarga Buddhis, Anda mungkin tidak memakai jubah atau menggunduli kepala Anda, Anda mungkin saja makan daging dan mengidolakan Eminem dan Paris Hilton. Itu tidak berarti Anda tidak bisa menjadi Buddhis. Agar supaya menjadi Buddhis, Anda harus menerima bahwa segala sesuatu yang tersusun tidaklah kekal, segala emosi itu menyakitkan, segala sesuatu tidak memiliki keberadaan hakiki, dan pencerahan itu melampaui segala konsep.

Tidaklah perlu terus-menerus dan tanpa henti mengingat-ingat empat kebenaran ini. Namun empat kebenaran ini harus tertanam dalam pikiran Anda. Anda tidak ke sana-sini sambil terus mengingat-ingat nama Anda, tetapi ketika seseorang menanyakan nama Anda, Anda langsung ingat. Tidak diragukan lagi. Siapa pun yang menerima empat segel ini, sekalipun tak tahu-menahu ajaran Buddha, sekalipun belum pernah mendengar nama Buddha Shakyamuni, bisa dianggap berada di jalan yang sama sepertinya.

Ketika saya mencoba menjelaskan semua ini kepada pria di sebelah saya di pesawat itu, saya mulai mendengar suara dengkuran halus dan menyadari bahwa ia tertidur nyenyak. Jelas perbincangan kami gagal membunuh kejemuannya.

Saya senang menyamaratakan, dan ketika Anda membaca buku ini, Anda akan menemukan banyak sekali penyamarataan. Namun saya membenarkan diri dengan berpikir bahwa tanpa penyamarataan kita umat manusia tidak punya banyak cara komunikasi. Itu pun termasuk penyamarataan.

Tujuan saya menulis buku ini bukan untuk membujuk orang mengikuti Buddha Shakyamuni, menjadi Buddhis, dan menjalani Dharma. Saya sengaja tidak membahas teknik meditasi, latihan, atau mantra apa

pun. Niat utama saya adalah menunjukkan bagian unik Buddhisme yang membedakannya dari pandangan lain. Apa sih yang dikatakan Pangeran India ini yang memperoleh begitu banyak penghormatan dan sanjungan, bahkan dari ilmuwan modern yang skeptis seperti Albert Einstein? Apa yang ia ucapkan sampai menggerakkan ribuan peziarah melakukan sujud sepanjang jalan dari Tibet ke Bodh Gaya? Apa yang membuat Buddhisme berbeda dengan agama-agama dunia? Saya percaya ini bersumber dari empat segel ini, dan saya sudah berusaha menyajikan konsep-konsep yang sulit ini dalam bahasa paling sederhana yang saya bisa.

Prioritas Siddhartha adalah turun ke akar masalah. Buddhisme itu tidak terkungkung budaya. Manfaatnya tidak terbatas untuk kalangan tertentu dan tidak punya tempat dalam pemerintahan dan politik. Siddhartha tidak tertarik dengan risalah akademik dan teori-teori yang dapat dibuktikan secara ilmiah. Apakah dunia ini datar atau bulat tidak ia gubris. Ia memiliki kepraktisan yang lain dari yang lain. Ia ingin menjangkau hingga ke dasar penderitaan. Saya berharap bisa melukiskan bahwa ajarannya bukanlah falsafah intelektual megah untuk dibaca lalu disimpan di rak, tetapi sebagai pandangan logis, fungsional, yang bisa dilaksanakan oleh setiap orang. Untuk mencapai tujuan ini, saya berupaya menggunakan contoh dari segala aspek semua bidang kehidupan—dari cinta monyet sampai munculnya peradaban seperti yang kita ketahui. Walaupun contoh-contoh ini berbeda dari yang dipakai Siddhartha, namun pesan yang sama yang Siddhartha ungkapkan masih mengena sampai hari ini.

Namun Siddhartha juga mengatakan bahwa kata-katanya janganlah diterima begitu saja tanpa ditelaah. Jadi, pastilah orang biasa seperti saya juga harus dicermati, dan saya mengundang Anda untuk menelaah apa yang Anda temukan di halaman demi halaman ini.

satu

Bentukan dan Ketidakkekalan

Buddha bukan dewa. Ia manusia biasa. Tetapi tidak terlalu biasa, karena ia pangeran. Ia diberi nama Siddhartha Gautama dan menikmati kehidupan yang terberkahi—istana indah di Kapilavastu, istri dan putra yang menyayanginya, orang tua yang membanggakannya, pelayan yang setia, taman asri dengan merak, dan banyak dayang jelita. Ayahnya, Suddhodana, memastikan segala kebutuhannya diperhatikan dan setiap keinginannya dipenuhi di dalam dinding istana. Ini karena sewaktu Siddhartha bayi, ahli nujum meramalkan bahwa pangeran ini mungkin kelak akan memilih kehidupan sebagai petapa, sedangkan Suddhodana bersiteguh bahwa Siddhartha akan menggantikannya sebagai raja. Kehidupan istana itu mewah, terlindungi, dan juga sangat damai. Siddhartha tak pernah bertengkar dengan keluarganya; bahkan, ia sangat perhatian dan menyayangi mereka. Ia menjalin hubungan akrab dengan setiap orang, kecuali sesekali mengalami ketegangan dengan salah satu sepupunya.

Saat Siddhartha beranjak dewasa, ia ingin tahu tentang negerinya dan dunia di luar sana. Luluh oleh permohonan putranya, raja mengizinkan

pangeran bepergian dengan kereta kuda ke luar istana, namun raja mewanti-wanti kusir kereta itu, Channa, agar pangeran hanya diperlihatkan hal-hal yang indah dan menyenangkan. Memang, Siddhartha sangat menikmati keindahan gunung, sungai, dan semua kekayaan alam bumi ini. Namun dalam perjalanan pulang, keduanya bertemu rakyat jelata yang tengah mengerang di pinggir jalan, terdera sakit dari penyakit yang menyiksa. Sepanjang hidupnya, Siddhartha dikelilingi oleh para pengawal yang kekar dan dayang yang sehat; suara erangan dan penampakan tubuh yang terempas penyakit itu mengguncangkan baginya. Menyaksikan kerentanan tubuh manusia menimbulkan kesan mendalam baginya, dan ia kembali ke istana dengan hati yang murung.

Seiring waktu, pangeran agaknya kembali seperti biasa, tetapi ia ingin melakukan perjalanan lainnya. Sekali lagi, dengan berat hati Suddhodana menyetujui. Kali ini Siddhartha melihat perempuan tua, ompong, berjalan tertatih-tatih, dan ia segera memerintahkan Channa untuk berhenti.

Ia bertanya kepada kusirnya, "Kenapa orang ini berjalan seperti itu?"

"Dia sudah tua, Pangeran," jawab Channa.

"Apa itu 'tua'?" tanya Siddhartha.

"Unsur-unsur tubuhnya sudah dipakai dan aus seiring waktu yang lama," jawab Channa. Terguncang oleh penglihatan ini, Siddhartha membiarkan Channa mengantarnya pulang.

Sekarang rasa penasaran Siddhartha tidak terbendung lagi—apa lagi di luar sana? Maka pergilah ia dan Channa dalam perjalanan ketiga. Sekali lagi, ia menikmati keindahan wilayah, pegunungan, dan sungai. Namun ketika pulang, mereka bertemu empat pengusung jenazah menggotong tubuh yang terbujur tanpa nyawa di atas tandu. Siddhartha belum pernah melihat hal seperti ini dalam hidupnya. Channa menjelaskan bahwa tubuh rapuh itu sesungguhnya sudah mati.

Siddhartha bertanya, "Apakah kematian akan terjadi pada orang lain?"

Channa menjawab, "Ya, Pangeran, kematian akan terjadi pada semua."

"Pada ayahku? Bahkan pada putraku?"

"Ya, pada setiap orang. Entah Anda kaya atau miskin, berkasta tinggi atau rendah, Anda tidak bisa lolos dari kematian. Inilah nasib semua yang terlahir di dunia ini."

Saat pertama kali mendengar kisah yang mengawali penyadaran Siddhartha, kita mungkin berpikir bahwa ia sangat udik. Rasanya aneh mendengar seorang pangeran, yang dibesarkan untuk memimpin seluruh kerajaan, mengajukan pertanyaan yang sebegitu sederhana. Tetapi justru kitalah yang naif. Pada zaman informasi ini, kita dikelilingi oleh pemandangan kelapukan dan kematian—seperti pemenggalan, adu banteng, pembunuhan berdarah. Alih-alih dipakai untuk mengingatkan kita akan nasib kita sendiri, pemandangan ini malah digunakan untuk hiburan dan keuntungan. Kematian sudah menjadi barang konsumsi. Sebagian besar dari kita tidak merenungi hakikat kematian pada tataran mendalam. Kita tidak menyadari bahwa tubuh dan lingkungan kita tersusun dari unsur-unsur yang tidak stabil yang bisa runtuh hanya dengan sentilan paling ringan. Tentu saja kita tahu bahwa suatu hari kita akan mati. Namun kebanyakan dari kita merasa bahwa kita baik-baik saja sekarang ini, kecuali jika kita sudah didiagnosis mengidap penyakit mematikan. Pada kejadian yang langka saat kita teringat akan kematian, kita malah bertanya-tanya, "*Berapa banyak yang akan kuwariskan?"* Atau, "*Di mana mereka akan menebar abuku?"* Dalam pemaknaan ini, kitalah yang udik.

Setelah perjalanan ketiganya, Siddhartha menjadi benar-benar resah karena ketidakberdayaannya untuk melindungi rakyatnya, orang tuanya, dan yang terutama, istri tercintanya, Yashodhara, dan putranya, Rahula,

dari kematian yang tak terelakkan. Ia punya sarana untuk menangkal kesengsaraan seperti kemiskinan, kelaparan, dan tak punya rumah, namun ia tidak mampu melindungi mereka dari penuaan dan kematian. Ketika ia makin terlanda dengan pemikiran-pemikiran ini, Siddhartha berupaya membahas kematian dengan ayahnya. Raja wajar saja kebingungan menghadapi pangeran yang begitu tenggelam dengan apa yang ia anggap sebagai dilema teoretis. Suddhodana juga makin khawatir putranya akan memenuhi ramalan dan memilih jalan pertapaan alih-alih menggantikannya sebagai pewaris sah takhta kerajaan. Pada masa itu, bukan hal yang mengejutkan apabila ada umat Hindu yang kaya dan terhormat menjadi petapa. Dari luar, Suddhodana mencoba mengabaikan perasaan Siddhartha, namun ia belum melupakan ramalan itu.

Ini bukan kegundahan yang lewat begitu saja. Siddhartha terobsesi. Untuk mencegah pangeran makin tenggelam dalam kemurungan, Suddhodana melarangnya keluar istana lagi, dan diam-diam memerintahkan pengawal istana untuk mengawasi ketat putranya. Sementara itu, seperti umumnya ayah yang cemas, ia melakukan segalanya untuk memperbaiki keadaan dengan menyembunyikan bukti adanya kematian dan kelapukan dari pandangan pangeran.

KERINCINGAN BAYI DAN PENGALIH LAINNYA

Dalam banyak hal, kita semua seperti Suddhodana. Dalam kehidupan sehari-hari kita memiliki dorongan untuk menutupi diri kita dan orang lain dari kebenaran. Kita sudah jadi kebal terhadap penampakan kelapukan yang tampak jelas. Kita mendorong diri kita untuk "tidak memikirinya"

dan menyemangati diri secara positif. Kita merayakan ulang tahun dengan meniup lilin, mengabaikan kenyataan bahwa lilin yang padam sama bisanya dipahami sebagai pengingat bahwa kita setahun lebih dekat dengan kematian. Kita menyambut Tahun Baru dengan kembang api dan sampanye, mengalihkan diri dari kenyataan bahwa tahun yang lama tidak akan pernah kembali dan tahun yang baru penuh ketidakpastian—apa pun bisa terjadi.

Ketika "apa pun" itu tidak menyenangkan, kita sengaja mengalihkan perhatian kita, seperti seorang ibu mengalihkan perhatian anak dengan kerincingan dan mainan. Jika kita merasa sedih, kita pergi berbelanja, memanjakan diri, kita nonton bioskop. Kita membangun fantasi dan mencanangkan prestasi seumur hidup—rumah pantai, piagam dan piala, pensiun dini, mobil bagus, teman dan keluarga yang baik, terkenal, tercatat dalam *Guinness Book of World Records*. Saat uzur nanti, kita menginginkan pasangan setia untuk berpesiar bersama atau memelihara anjing pudel ras murni. Majalah dan televisi mengenalkan dan menguatkan model kebahagiaan dan kesuksesan semacam ini, senantiasa menciptakan ilusi baru untuk memerangkap kita. Gagasan sukses ini ibarat kerincingan bayi bagi orang dewasa. Dalam satu hari, nyaris tidak ada hal yang kita lakukan, dalam pikiran ataupun perbuatan kita, yang menunjukkan bahwa kita menyadari betapa rapuhnya kehidupan ini. Kita menghabiskan waktu melakukan hal-hal seperti menunggu pemutaran film jelek di bioskop atau bergegas pulang untuk menonton sinetron. Saat kita duduk menonton iklan, menunggu… waktu kita dalam hidup ini terus tergerus.

Penampakan sekilas nan langka terhadap usia tua dan kematian cukup untuk menanamkan kerinduan dalam Siddhartha untuk melihat kebenaran yang seutuhnya. Setelah perjalanan ketiganya, ia beberapa kali

mencoba meninggalkan istana sendirian, namun selalu gagal. Kemudian pada suatu malam yang mengagumkan, setelah pesta-pora dan acara megah seperti biasanya, suatu kekuatan misterius menyelimuti istana, menaklukkan semua orang kecuali Siddhartha. Ia berkeliling ke semua ruangan dan mendapati semua orang, dari Raja Suddhodana sampai ke pelayan paling rendah, tertidur pulas. Buddhis memercayai bahwa kepulasan bersama ini dikarenakan kumpulan jasa kebajikan seluruh manusia, karena itu adalah peristiwa yang membawa pemunculan sesosok makhluk agung.

Tanpa perlu menyenangkan keluarga kerajaan lagi, para dayang istana mendengkur dengan mulut menganga, tubuh mereka tumpang tindih, jemari mereka yang bertatahkan permata tercelup dalam mangkuk kari. Bagai bunga yang tergilas, mereka kehilangan kecantikan mereka. Siddhartha tidak buru-buru membereskan seperti yang mungkin kita lakukan; pemandangan ini hanya memperkuat tekadnya. Hilangnya kecantikan mereka hanyalah bukti tambahan dari ketidakkekalan. Tatkala mereka terlelap, pangeran akhirnya bisa meninggalkan istana tanpa ada yang mengamati. Dengan tolehan terakhir ke Yashodhara dan Rahula, ia diam-diam keluar menuju kegelapan malam.

Dalam banyak hal, kita mirip Siddhartha. Kita mungkin bukan pangeran yang punya merak, tetapi kita punya karier dan kucing peliharaan, serta tanggung jawab yang tak terhitung. Kita punya istana kita sendiri—apartemen satu kamar di tengah kota, rumah susun di pinggir kota, atau apartemen mewah di Paris, dengan para Yashodhara dan Rahula kita sendiri. Dan segala sesuatu tidak beres sepanjang waktu. Peralatan rusak, tetangga ribut, atap bocor. Orang yang kita cintai meninggal; atau mungkin mereka tampak seperti orang mati sebelum mereka bangun pagi,

dengan mulut menganga seperti dayang Siddhartha. Mungkin mereka bau seperti rokok basi atau saus bawang putih semalam. Mereka mengomeli kita dan mengunyah dengan mulut menganga. Namun kita mau-maunya terperangkap di sana, tidak berusaha kabur. Atau jika kita sudah muak, kita berpikir, *cukup sudah*, kita mungkin memutuskan hubungan, hanya untuk memulainya lagi dari awal dengan orang lain. Kita tidak pernah jemu dengan siklus ini karena kita memiliki pengharapan dan keyakinan bahwa ada belahan jiwa sempurna atau Shangri-La memesona di luar sana menunggu kita. Ketika dihadapkan dengan gangguan sehari-hari, refleks kita adalah berpikir bahwa kita bisa membenahi ini: ini semuanya bisa diperbaiki, gigi bisa disikat, kita bisa merasa beres lagi.

Mungkin kita juga berpikir bahwa suatu hari kita akan memperoleh kematangan sempurna dari berbagai pelajaran hidup kita. Kita berharap menjadi sesepuh bijak seperti Master Yoda, tanpa menyadari bahwa kematangan hanyalah sisi lain dari kelapukan. Secara bawah-sadar kita terpikat oleh pengharapan bahwa kita akan merealisasi suatu tataran di mana kita tidak perlu membenahi apa pun lagi. Suatu hari kita akan mencapai "bahagia selama-lamanya". Kita menjadi yakin terhadap gagasan "ada penyelesaian akhirnya". Ini seolah segala sesuatu yang kita alami sampai saat ini, seluruh hidup kita sampai sekarang ini, adalah gladi resik. Kita percaya pentas akbar kita belum tiba, sehingga kita tidak menjalani hidup untuk hari ini.

Bagi kebanyakan orang, menata terus, menyusun ulang, melakukan peningkatan adalah definisi dari "hidup" itu sendiri. Kenyataannya, kita tengah menunggu hidup ini dimulai. Bila didesak, sebagian besar dari kita mengakui bahwa kita sedang mengupayakan suatu momen masa depan yang sempurna—pensiun di bilik kayu di Kennebunkport atau di

pondok di Kosta Rika. Atau mungkin kita memimpikan hari tua dalam pemandangan hutan ideal seperti pada lukisan Tiongkok, bermeditasi dengan hening di kedai teh yang menghadap ke air terjun dan kolam koi.

Kita juga punya kencenderungan berpikir bahwa setelah kita meninggal, dunia akan terus bergulir. Matahari yang sama akan terus bersinar dan planet yang sama akan berotasi seperti yang kita pikir telah terjadi sejak awal waktu. Anak-anak kita akan mewarisi bumi. Ini menunjukkan betapa butanya kita terhadap selalu berubahnya dunia dan segala fenomena. Anak-anak tidak selalu hidup lebih lama dibanding orang tua, dan semasa hidup, mereka tidak perlu mematuhi idealisme kita. Anak-anak Anda yang mungil manis dan berkelakuan baik bisa tumbuh menjadi berandalan pecandu kokain yang membawa pulang segala macam pacar. Para orang tua paling tegas di dunia bisa menghasilkan homoseksual paling pesolek, sama seperti kaum *hippies* yang paling mengalah bisa punya anak konservatif garis keras. Akan tetapi, kita tetap saja melekat pada konsep keluarga ideal dan impian bahwa garis keturunan, bentuk rahang, marga, serta tradisi kita akan dilanjutkan anak-cucu kita.

MENCARI KEBENARAN BISA KELIHATAN SEPERTI HAL BURUK

Penting untuk diketahui bahwa Pangeran Siddhartha tidak meninggalkan tanggung jawabnya terhadap keluarga; ia tidak mengelak bergabung dengan komunitas petani organik atau mengejar mimpi romantis. Ia meninggalkan rumah dengan tekad seorang suami yang mengorbankan

kenyamanan demi mendapat bekal yang dibutuhkan dan berharga bagi keluarganya, sekalipun jika mereka tidak menganggapnya begitu. Kita bisa membayangkan kesedihan dan kekecewaan Suddhodana besok paginya. Inilah kekecewaan yang sama dengan orang tua modern yang mengetahui anak remaja mereka telah kabur ke Kathmandu atau Ibiza untuk mengejar visi idealis dunia idaman, seperti anak-anak tahun enam puluhan (banyak di antara mereka yang juga berasal dari keluarga makmur dan nyaman). Alih-alih mengenakan celana cut-bray, menindik, rambut dicat ungu, dan bertato, Siddhartha memberontak dengan melepas segala kemewahan ningratnya. Meninggalkan segala hal yang menjadi identitasnya sebagai bangsawan terpelajar, ia hanya mengenakan sehelai kain rombeng dan menjadi petapa kelana.

Masyarakat kita, yang begitu terbiasa menghakimi orang berdasarkan apa yang mereka miliki ketimbang siapa mereka apa adanya, tentu mengira Siddhartha bakal tinggal di istana, menjalani hidup yang terberkahi, dan meneruskan marganya. Teladan kesuksesan di dunia kita adalah Bill Gates. Jarang kita berpikir bahwa sukses adalah Gandhi. Dalam masyarakat Asia tertentu, seperti halnya di Barat, orang tua menekan anak agar sukses di sekolah jauh melampaui batas kewajaran. Anak-anak butuh nilai bagus agar bisa diterima di sekolah favorit, dan mereka butuh gelar universitas kelas satu untuk mendapat pekerjaan pangkat tinggi di bank. Dan semua ini begitu supaya keluarga bisa melestarikan dinasti abadinya.

Bayangkan putra Anda tiba-tiba meninggalkan kariernya yang cemerlang dan banyak duit setelah sadar mengenai kematian dan usia tua. Ia tak lagi melihat gunanya bekerja empat belas jam sehari, menjilat atasannya, mencaplok saingannya dengan rakus, menghancurkan lingkungan hidup, terlibat pekerja bawah-umur, dan terus hidup dalam

ketegangan, hanya demi mendapat liburan beberapa minggu setiap tahunnya. Ia bilang kepada Anda bahwa ia akan menjual sahamnya, menyumbangkan semuanya ke panti asuhan, dan menjadi pengembara. Apa yang akan Anda lakukan? Apa Anda akan memberi restu dan membanggakan kepada kawan-kawan bahwa putra Anda akhirnya sadar juga? Atau apakah Anda akan bilang bahwa ia sama sekali tak bertanggung jawab dan mengirimnya ke psikiater?

Ketidaksukaan terhadap kematian dan usia tua belaka bukanlah alasan yang cukup bagi sang pangeran untuk meninggalkan kehidupan istana dan melangkah ke antah-berantah. Siddhartha tertarik mengambil tindakan sedemikian drastis karena ia tidak bisa menerima penalaran fakta bahwa inilah takdir semua makhluk yang pernah lahir dan akan lahir. Jika semua yang lahir harus lapuk dan mati, maka semua merak di taman; permata, tenda, dupa, dan musik; nampan emas untuk sandalnya; kendi impornya; ikatannya dengan Yashodhara dan Rahula, keluarganya, dan negerinya, semua itu tidak ada artinya. Apa tujuan semua ini? Mengapa orang waras mana pun rela menumpahkan darah dan air mata demi sesuatu, yang ia tahu akhirnya akan menguap atau harus ditinggalkan? Mana bisa ia tetap tinggal dalam kebahagiaan istananya yang semu?

Mungkin kita bertanya-tanya ke mana Siddhartha bisa pergi. Di dalam atau di luar istana, tidak ada tempat untuk bersembunyi dari kematian. Semua kekayaan ningratnya tidak bisa membeli perpanjangan usia. Apakah ia melakukan pencarian keabadian? Kita tahu bahwa itu sia-sia. Kita selama ini dihibur oleh mitos fantastik tentang dewa-dewi Yunani yang abadi, dan cerita Cawan Suci berisi ramuan keabadian, dan cerita Ponce de León yang memimpin penjajah Spanyol mencari air mancur awet muda tanpa hasil. Kita terkekeh mendengar Kaisar Tiongkok Qin

Shi Huang yang legendaris mengutus perjaka dan perawan ke negeri antah-berantah guna mencari ramuan yang mampu menganugerahkan panjang umur. Mungkin kita pikir Siddhartha juga mencari hal yang sama. Memang benar bahwa ia meninggalkan istana dengan kenaifan tertentu—ia tidak akan mampu membuat istri dan anaknya hidup abadi—tetapi pencariannya tidaklah sia-sia.

APA YANG BUDDHA TEMUKAN

Tanpa satu pun peralatan ilmiah, Pangeran Siddhartha duduk di tumpukan rumput *kusha* di bawah pohon *ficus religiosa*, menyelidiki hakikat manusia. Setelah perenungan lama, ia sampai pada penyadaran bahwa segala wujud, termasuk daging dan tulang kita, semua emosi kita dan semua persepsi kita, adalah rakitan—mereka adalah produk gabungan dua unsur atau lebih. Ketika dua atau lebih komponen berpadu, suatu fenomena baru muncul—paku dan kayu jadi meja; air dan daun jadi minuman teh; ketakutan, pemujaan, dan juru selamat jadi Tuhan. Produk akhir ini tidak punya keberadaan yang mandiri dari bagian-bagiannya. Memercayai bahwa suatu bentukan benar-benar ada secara mandiri adalah kekeliruan terbesar. Sementara itu bagian-bagiannya sudah mengalami perubahan. Dengan bertemu saja, sifat mereka sudah berubah, dan saat berpadu, mereka sudah menjadi yang lain lagi—mereka "tersusun".

Buddha menyadari bahwa hal ini tidak hanya berlaku untuk pengalaman manusia, tetapi untuk segala hal, seluruh dunia, segenap semesta—karena setiap hal saling bergantung, maka setiap hal rentan terhadap perubahan. Tak ada satu pun komponen dalam semua

bentukan yang berdiri sendiri, kekal, dan tak tercampur. Termasuk buku yang sedang Anda pegang, atom, atau bahkan para dewa. Selama sesuatu masih ada dalam jangkauan pikiran kita, bahkan dalam angan-angan kita, misalnya orang berlengan empat, itu pun bergantung pada keberadaan hal lainnya. Demikianlah Siddhartha menemukan bahwa ketidakkekalan bukan berarti kematian, seperti yang biasa kita pikirkan, ketidakkekalan berarti perubahan. Apa pun yang berubah sehubungan dengan hal lainnya, bahkan ubahan terkecil pun, tunduk kepada hukum ketidakkekalan.

Melalui penyadaran ini, akhirnya Siddhartha menemukan jalan untuk melampaui penderitaan kematian. Ia menerima bahwa perubahan itu tak terhindari dan bahwa kematian hanyalah bagian dari siklus ini. Lebih jauh, ia menyadari bahwa tidak ada kekuatan mahakuasa yang bisa membalikkan perjalanan menuju kematian; maka dari itu tak ada harapan yang bisa memerangkapnya. Jika tak ada harapan membuta, juga tidak akan ada kekecewaan. Jika kita tahu bahwa semua hal tak kekal, kita tak akan melekat, dan jika kita tidak melekat, kita tak akan berpikir dalam kerangka punya atau tidak punya, sehingga kita akan hidup sepenuhnya.

Penyadaran Siddhartha dari ilusi keabadian memberi kita alasan untuk menyebutnya sebagai Buddha, Yang Sadar. Sekarang, 2.500 tahun kemudian, kita melihat bahwa apa yang ia temukan dan ajarkan adalah harta tak ternilai yang telah menginspirasi jutaan orang—terpelajar dan tidak, kaya dan miskin, dari Raja Ashoka sampai Allen Ginsberg, dari Kubilai Khan sampai Gandhi, dari Yang Mulia Dalai Lama sampai Beastie Boys. Di sisi lain, andai Siddhartha ada di sini hari ini, ia akan merasa lebih dari sekadar kecewa, karena, sebagian besar temuannya hanya dibiarkan teronggok. Itu bukannya mengatakan bahwa teknologi

modern begitu hebatnya sampai penemuan Buddha sudah ditumbangkan: tak ada yang sudah bisa hidup abadi. Setiap orang suatu saat akan mati; kira-kira 250.000 manusia begitu setiap harinya. Orang-orang yang dekat dengan kita sudah mati atau akan mati. Namun, kita masih saja terpukul dan sedih ketika orang tersayang meninggal, dan kita masih saja mencari air mancur awet muda atau resep rahasia panjang umur. Mengunjungi toko suplemen kesehatan, berbotol-botol DMAE (*Dimethylethanolamine*, stimulan otak) dan retinol, kelas *power yoga*, ginseng korea, operasi plastik, suntik kolagen, losion pelembap—semua ini bukti jelas bahwa kita diam-diam mendambakan keabadian seperti Kaisar Qin.

Pangeran Siddhartha tak lagi membutuhkan atau mendambakan ramuan keabadian. Ia terbebas saat menyadari bahwa semua hal itu tersusun, bahwa penguraian itu tiada akhir, dan bahwa tak ada satu pun komponen dalam semua bentukan yang berdiri sendiri, kekal, dan berkeadaan tunggal. Apa pun yang dipadukan (yang kini kita pahami sebagai segala sesuatu) dan hakikat tidak kekalnya terikat jadi satu, seperti air dan es batu. Bila kita masukkan sepotong es batu ke minuman, kita mendapatkan keduanya. Begitu pula, saat Siddhartha melihat seseorang berjalan-jalan, sekalipun itu orang yang paling sehat, ia melihat orang ini sebagai hidup sekaligus melapuk. Anda mungkin berpikir ini tidak terdengar sebagai cara hidup yang menyenangkan, tetapi melihat kedua sisi ini bisa menjadi pengalaman yang menakjubkan. Bisa jadi ada kepuasan yang besar. Ini bukan seperti *roller coaster* harapan dan kekecewaan yang naik dan turun. Melihat segalanya dengan cara ini, hal-hal di sekitar kita akan mulai meluruh. Persepsi Anda mengenai fenomena akan berubah, dan dengan suatu cara menjadi lebih jernih. Mudah sekali melihat bagaimana orang tertangkap dalam *roller coaster*, dan

Anda secara alami kasihan kepada mereka. Salah satu alasan Anda merasa kasihan adalah karena ketidakkekalan itu begitu jelas, tetapi mereka kok tidak melihatnya.

"KEKINIAN"

Secara alami, proses perakitan itu terkungkung oleh waktu—ada awal, tengah, dan akhir. Buku ini sebelumnya tidak ada, kini muncul ada, dan akhirnya akan terurai. Sama halnya, diri yang kemarin ada—yaitu *Anda*—berbeda dengan diri yang ada hari ini. Suasana hati Anda yang buruk sudah jadi baik, mungkin Anda sudah belajar suatu hal, Anda punya ingatan baru, luka di lutut Anda sudah agak sembuh. Keberadaan kita yang kelihatannya sinambung ini adalah rangkaian dari banyak awal dan akhir yang terkungkung oleh waktu. Bahkan aksi penciptaan ini pun memerlukan waktu: waktu sebelum ada, waktu jadi ada, dan waktu bagi berakhirnya aksi penciptaan itu.

Mereka yang percaya kepada Tuhan yang mahakuasa umumnya tidak menganalisis konsep waktu mereka, karena Tuhan dianggap berada di luar pengaruh waktu. Untuk mengakui pencipta yang serba kuasa dan serba mampu, kita harus memasukkan faktor unsur waktu. Jika dunia ini sudah selalu ada, maka penciptaan tidaklah dibutuhkan. Karena itu, dunia pastilah belum ada pada rentang masa sebelum diciptakan, sehingga diperlukan suatu alur waktu. Berhubung sang pencipta—katakan Tuhan—mengikuti hukum waktu, maka Tuhan, pun, pasti mengalami perubahan, bahkan jika satu-satunya perubahan yang pernah dialami-Nya adalah menciptakan dunia yang satu ini. Dan itu

tidak masalah. Tuhan yang selalu hadir dan kekal tidak bisa berubah, jadi lebih baik punya Tuhan yang tidak kekal yang mampu menjawab doa dan mengubah cuaca. Tetapi selama tindakan Tuhan merupakan rangkaian berbagai awal dan akhir, maka Ia sendiri tidaklah kekal, dengan kata lain rentan terhadap ketidakpastian dan ketidakandalan.

Jika tidak ada kertas, tidak ada buku. Jika tidak ada air, tidak ada es. Jika tidak ada awal, tidak ada akhir. Keberadaan yang satu sangat tergantung pada yang lain, sehingga tidak ada yang namanya benar-benar mandiri. Karena saling bergantung, jika satu komponen—misalnya kaki meja—bergeser sedikit saja, maka keutuhan keseluruhan itu ikut berubah, tidak stabil. Walaupun kita berpikir kita bisa mengendalikan perubahan, tetapi seringnya itu tidak mungkin karena begitu banyaknya pengaruh tak kasat mata yang tak kita sadari. Dan karena kesalingbergantungan ini, maka pemisahan segala hal dari keadaan yang sekarang atau asalnya itu tak terelakkan. Setiap perubahan mengandung unsur kematian di dalamnya. Hari ini adalah matinya kemarin.

Kebanyakan orang menerima bahwa segala sesuatu yang lahir pada akhirnya harus mati; akan tetapi, pengertian kita mengenai "segala sesuatu" dan "kematian" bisa berbeda. Bagi Siddhartha, *kelahiran* merujuk pada semua pembentukan—bukan hanya bunga, jamur, dan manusia, tetapi segala sesuatu yang terlahir atau tersusun dengan cara apa pun. Dan *kematian* merujuk pada segala jenis pemisahan atau penguraian. Siddhartha tidak punya dana hibah riset atau asisten, hanya ada debu panas India dan beberapa kerbau lewat sebagai saksi. Begitu adanya, ia menyadari kebenaran mengenai ketidakkekalan pada tataran yang mendalam. Penemuannya tidak seheboh menemukan bintang baru, juga tidak dirancang untuk memaklumatkan penghakiman moral atau mendirikan gerakan sosial atau

agama, juga bukan nubuat masa depan. Ketidakkekalan adalah fakta sehari-hari yang biasa; sangatlah mustahil jika pada suatu hari sekarang ini ada suatu hasil perpaduan yang badung dan jadi kekal. Bahkan lebih mustahil lagi adalah kemampuan kita untuk membuktikan hal semacam itu. Namun saat ini kita malah antara memuja Buddha seperti dewa atau mencoba lebih pandai dari Buddha dengan menggunakan teknologi maju.

NAMUN KITA MASIH SAJA MENGABAIKANNYA

Dua ribu lima ratus tiga puluh delapan tahun setelah Siddhartha melangkah ke luar pintu istana—pada tahun berjuta orang merayakan, berpesta, menantikan awal yang baru, waktunya mengingat Tuhan bagi sebagian orang, waktunya memanfaatkan diskon besar bagi sebagian lainnya—tsunami maut mengguncang dunia. Bahkan orang yang paling cuek pun terkesiap ngeri. Kala berita ini disiarkan di televisi, sebagian dari kita berharap Orson Welles menyela untuk mengumumkan bahwa semua ini cuma rekayasa, atau Spiderman akan terjun untuk menyelamatkan situasi.

Tak diragukan lagi bahwa hati Pangeran Siddhartha pasti akan sedih melihat para korban tsunami yang terempas ke daratan. Namun hatinya akan lebih sedih melihat kenyataan bahwa kita kaget terhadap hal ini, bukti penyangkalan terus kita terhadap ketidakkekalan. Planet ini terbuat dari magma yang bergejolak. Setiap bentangan daratan—Australia, Taiwan, Amerika—bagaikan embun, yang jelang jatuh dari rumput. Namun pembangunan pencakar langit dan terowongan tidak pernah berhenti. Penggundulan hutan yang tak pernah terpuaskan demi sumpit

sekali pakai dan selebaran murahan hanya akan memicu ketidakkekalan untuk bertindak makin cepat. Seharusnya kita tidak lagi terkejut melihat pertanda berakhirnya fenomena apa pun, tetapi kita memang sungguh sulit diyakinkan.

Bahkan setelah pengingat yang menghancurkan seperti tsunami itu, kematian dan kehancuran yang terjadi akan segera terselubungkan dan terlupakan. Hunian mewah akan didirikan tepat di tempat banyak keluarga datang untuk mengenali jenazah orang yang mereka cintai. Masyarakat dunia akan terus terperangkap dalam menyusun dan membentuk realitas dengan harapan meraih kebahagiaan jangka panjang. Berharap "bahagia selama-lamanya" tak lain adalah samaran hasrat untuk kekekalan. Konsep bentukan seperti "cinta abadi", "kebahagiaan abadi", dan "keselamatan" membangkitkan lebih banyak bukti ketidakkekalan. Ada yang aneh dengan niat kita dan hasilnya. Kita berniat memapankan diri kita dan dunia, namun kita lupa bahwa kelapukan dimulai begitu pembentukan dimulai. Yang kita tuju bukanlah kelapukan, tetapi yang kita perbuat membawa kita langsung menuju kelapukan.

Setidaknya, Buddha menasihatkan, kita harus mencoba mencamkan konsep ketidakkekalan dan tidak menutupinya dengan sengaja. Dengan menjaga penyadaran kita terhadap hal-hal yang tersusun, kita menjadi sadar akan kesalingbergantungan. Dengan menyadari kesalingbergantungan, kita menyadari ketidakkekalan. Dan ketika kita ingat bahwa segala sesuatu tidaklah kekal, kita tidak akan terlalu diperbudak oleh asumsi, kepercayaan kaku (agama maupun duniawi), sistem nilai, ataupun iman buta. Penyadaran ini mencegah kita terperangkap dalam segala macam drama pribadi, politik, dan relasi. Kita mulai menyadari bahwa hal-hal tidak sepenuhnya di bawah kendali kita dan tidak akan pernah, sehingga tidak

akan ada pengharapan bahwa hal-hal akan terjadi sesuai pengharapan dan ketakutan kita. Tidak ada siapa pun yang perlu disalahkan bila ada yang tidak beres, karena ada begitu banyak sebab dan kondisi yang jadi biang keladinya. Kita bisa mengarahkan penyadaran ini mulai dari imajinasi kita yang paling jauh sampai tataran sub-atomik. Bahkan atom pun tak dapat dipercaya.

KETIDAKSTABILAN

Planet Bumi tempat Anda sedang duduk saat ini sambil membaca buku ini, pada akhirnya akan menjadi tanpa kehidupan seperti Mars—itu pun kalau tidak remuk lebih dahulu dihantam meteor. Atau letusan gunung berapi yang amat dahsyat bisa menutupi sinar matahari, memusnahkan seluruh kehidupan di Bumi. Banyak bintang yang kita tatap dengan romantis di langit malam ternyata sudah lama lenyap; kita hanya menikmati cahaya dari bintang yang sudah punah sejuta tahun cahaya lalu. Di permukaan Bumi yang rapuh ini, benua-benua masih bergeser. Tiga ratus juta tahun lalu benua Amerika yang kita kenal saat ini adalah bagian dari mahabenua tunggal yang ahli geologi sebut Pangaea.

Tetapi kita tidak harus menunggu 300 juta tahun untuk melihat perubahan. Bahkan dalam satu rentang kehidupan yang singkat kita bisa menyaksikan konsep megah kekaisaran memudar bagai setetes air di pasir panas. Contohnya, India dahulu punya ratu yang tinggal di Inggris, yang benderanya berkibar di pelbagai negara di seluruh dunia. Namun saat ini, Union Jack, bendera Kerajaan Inggris tidak berkibar lagi di seluruh dunia. Yang namanya kebangsaan dan suku yang begitu kuat menyatakan

identitas kita, ternyata senantiasa berubah. Sebagai contoh, para pejuang seperti Maori dan Navajo, yang pernah menguasai wilayah mereka selama ratusan tahun, kini hidup sebagai minoritas di penampungan sesak, sementara pendatang dari Eropa yang baru datang 250 tahun terakhir menjadi mayoritas yang berkuasa. Suku Han di Tiongkok dahulu menyebut orang Manchu sebagai "mereka", tetapi semenjak Tiongkok memutuskan menjadi republik yang terdiri dari berbagai kelompok suku, kini orang Manchu adalah "kita". Walau demikian, perubahan terus-menerus ini belum membuat kita berhenti mengorbankan jiwa dan raga demi membangun negara, perbatasan, dan masyarakat yang kuat. Selama berabad-abad, sudah berapa banyak darah yang ditumpahkan atas nama sistem politik? Setiap sistem terbentuk dan tersusun dari faktor-faktor tak stabil yang tak terhitung—ekonomi, hasil panen, ambisi pribadi, kesehatan jantung sang pemimpin, nafsu, cinta, dan kemujuran. Para pemimpin legendaris pun tidak stabil: beberapa jatuh dari kejayaan karena kemunafikan; yang lain bertakhta berkat surat suara yang tak tercoblos.

Kerumitan dari ketidakkekalan dan ketidakstabilan seluruh fenomena tersusun ini malah meningkat di ranah hubungan internasional, karena definisi "sekutu" dan "musuh" yang terus bergeser. Ada masa ketika Amerika secara membabi-buta memerangi musuh yang disebut "komunisme". Bahkan Che Guevara, pahlawan sosial yang hebat, dikecam sebagai teroris hanya karena dia anggota partai tertentu dan menyematkan bintang merah di topinya. Bahkan dia mungkin saja bukan komunis betulan seperti yang kita gambarkan. Beberapa dasawarsa kemudian, Gedung Putih kini mencari muka ke Tiongkok, negara komunis tunggal terbesar di dunia, dan menganugerahinya status "Negara Paling Favorit" serta menutup mata terhadap hal-hal yang dahulunya bagus jadi pekikan perang Amerika.

Pasti karena sifat lawan dan kawan yang gampang berubah, maka Siddhartha menolak ketika Channa memohon untuk melayaninya selama ia mencari kebenaran. Bahkan orang kepercayaan terdekat dan sahabat rentan terhadap perubahan. Kita sering mengalami ganti sekutu dalam hubungan pribadi. Sahabat terbaik yang sudah tahu rahasia terdalam Anda punya kekuatan untuk menjadi musuh terburuk Anda karena ia bisa mengubah keakraban itu untuk menjatuhkan Anda. Presiden Bush, Osama Bin Laden, dan Saddam Hussein melakukan putus hubungan di depan umum yang kacau balau. Dahulu ketiganya punya hubungan akrab yang awet, tetapi kini mereka telah menjadi contoh musuh bebuyutan. Memanfaatkan pengetahuan intim mengenai satu sama lain, mereka memulai pertempuran berdarah, mengorbankan ribuan kehidupan, demi memaksakan "moralitas" versi mereka masing-masing.

Karena kita bangga dengan prinsip kita dan sering menerapkannya kepada orang lain, konsep moralitas ini masih punya untaian nilai. Akan tetapi, definisi "moralitas" sudah berubah sepanjang sejarah manusia, bergeser menurut semangat zaman itu. Tolok ukur Amerika yang senantiasa berubah mengenai benar atau salah secara politis sungguh membuat bingung. Tak soal bagaimana kita menyebut kelompok ras dan budaya yang beragam, pasti ada saja yang tersinggung. Peraturannya terus berubah. Suatu hari kita mengundang teman untuk santap malam, dan karena dia vegetarian fanatik, kita harus menyiapkan menu khusus untuk dia. Tetapi lain kali ia datang, ia bertanya mana dagingnya karena sekarang ia penganut fanatik diet protein. Atau seseorang yang melarang hubungan pranikah bisa tiba-tiba jadi mendukung pergaulan bebas begitu pernah mencobanya.

Karya seni Asia kuno melukiskan kaum perempuan ke mana saja bertelanjang dada, dan bahkan baru-baru ini masyarakat Asia tertentu menerima perempuan bepergian tanpa busana atas. Kemudian fenomena bentukan dari televisi dan nilai-nilai Barat menghantarkan etika baru. Tiba-tiba saja berjalan tanpa bra dianggap salah; jika Anda tidak menutup payudara Anda, Anda dianggap vulgar dan bahkan bisa ditahan. Negara-negara yang dahulunya bersemangat bebas sekarang sibuk sendiri mengadopsi etika ini dan itu, memesan bra dan menutupi sebanyak mungkin bagian tubuh bahkan selama musim yang paling gerah. Payudara itu sendiri pada hakikatnya tidak jahat. Payudara belum berubah, yang berubah adalah moralnya. Perubahan membuat payudara menjadi sesuatu yang berdosa, yang bikin Komisi Komunikasi Federal Amerika Serikat mendenda Stasiun Televisi CBS sebesar $550.000 hanya karena menyiarkan salah satu payudara Janet Jackson selama 3 detik.

SEBAB DAN KONDISI: TELURNYA SUDAH DIMASAK DAN ANDA TAK BISA APA-APA LAGI

Ketika Siddhartha bicara tentang "semua hal yang tersusun", ia merujuk lebih daripada fenomena kasat nyata seperti DNA, anjing Anda, Menara Eiffel, telur, dan sperma. Pikiran, waktu, ingatan, dan Tuhan pun tersusun. Dan setiap komponen tersusun pada gilirannya bergantung pada berbagai lapis susunan lainnya. Sama pula, ketika ia mengajarkan ketidakkekalan, ia melampaui pemikiran konvensional tentang "pengakhiran", seperti gagasan bahwa kematian terjadi sekali dan lalu tamat. Kematian berlanjut dari momen kelahiran, dari momen pembentukan. Tiap

perubahan adalah suatu bentuk kematian, oleh karena itu tiap kelahiran mengandung kematian hal lainnya. Renungi memasak sebutir telur ayam. Tanpa perubahan konstan, telur tidak akan pernah matang. Telur matang membutuhkan beberapa sebab dan syarat mendasar. Jelas Anda butuh telur, sepanci air, dan alat pemanas. Kemudian ada sebab dan syarat lain yang tak penting-penting amat, seperti adanya dapur, lampu, pengukur waktu rebus telur, tangan untuk mencempelungkan telur ke panci. Syarat penting lainnya adalah tiadanya interupsi, seperti padamnya listrik atau ada kambing masuk menjungkirkan pancinya. Lebih lanjut, tiap syarat—ayam itu, misalnya—membutuhkan serangkaian sebab dan syarat lainnya. Ayam itu butuh ayam lainnya yang menetaskan telur supaya ayam kita bisa lahir, tempat yang aman untuk ini, dan pakan untuk membantunya tumbuh. Pakan ayam itu harus ditanam di suatu tempat dan harus sampai ke ayam itu. Kita bisa terus menelusuri syarat-syarat yang wajib maupun yang tidak wajib, sampai ke tingkat sub-atomik, dengan jumlah wujud, bentuk, fungsi, dan sebutannya yang terus bertambah.

Ketika semua sebab dan kondisi yang tak terhitung banyaknya hadir bersama, dan tak ada penghalang atau penyela, maka hasilnya tak terelakkan. Banyak yang keliru mengartikan hal ini sebagai takdir atau kemujuran, tetapi kita sesungguhnya masih punya daya untuk memengaruhi kondisi-kondisinya, setidaknya pada awalnya. Tetapi pada tahap tertentu, sekalipun kita berdoa agar telurnya tidak matang, telurnya akan tetap matang.

Seperti telur tadi, *semua* fenomena merupakan produk dari komponen yang tak terhitung banyaknya, sehingga semua itu beragam. Nyaris semua komponen yang tak terhingga tadi berada di luar kendali kita, dan karena alasan itulah mereka tidak sesuai pengharapan kita. Kandidat

presiden yang paling tidak diunggulkan mungkin menang pemilu dan memimpin negara itu menuju kesejahteraan dan kemakmuran. Calon yang Anda kampanyekan mungkin menang namun lalu memimpin negara menuju keruntuhan ekonomi dan sosial, bikin hidup Anda sengsara. Anda mungkin berpendapat golongan liberal, politik sayap kiri adalah pandangan politik yang tercerahkan, tetapi mungkin mereka malah menjadi penyebab fasisme dan rasialis dengan mendorong sikap berpuas diri dan menoleransi orang-orang yang tidak toleran. Atau dengan melindungi hak asasi orang yang tujuannya cuma menghancurkan hak asasi orang lain. Ketidakterdugaan ini juga berlaku pada segala wujud, perasaan, persepsi, tradisi, cinta, kepercayaan, ketidakpercayaan, keraguan—bahkan hubungan antara guru spiritual dengan murid, dan antara manusia dan dewa-dewa mereka.

Semua fenomena ini tidak kekal. Contohnya sikap skeptis. Dahulu ada orang Kanada yang benar-benar perwujudan orang yang tak mudah percaya. Ia senang menghadiri ceramah Buddhis supaya ia bisa berdebat dengan penceramahnya. Sebenarnya, ia cukup menguasai filsafat Buddhis sehingga argumentasinya kuat. Ia menikmati kesempatan mengutip Buddhisme bahwa kata-kata Buddha harus dikaji dan tidak dianggap remeh. Beberapa tahun kemudian, sekarang ia menjadi pengikut setia cenayang arwah yang terkenal. Orang yang dahulunya skeptis itu duduk di hadapan gurunya yang sedang menyanyi, sambil terus mencucurkan air mata, penuh bakti kepada sesosok yang tidak menawarkan secuil pun logika. Iman atau bakti umumnya dianggap sebagai hal yang tak tergoyahkan, namun seperti halnya skeptisisme dan segala fenomena tersusun lainnya, itu pun tidak kekal.

Entah Anda membanggakan agama Anda atau bangga tidak memilih agama apa pun, keyakinan memainkan peran penting bagi kehidupan Anda. Bahkan "tidak percaya" pun butuh keyakinan—keyakinan penuh, membuta, pada logika atau nalar Anda sendiri berdasarkan perasaan Anda yang selalu berubah. Maka tidaklah heran bila sesuatu yang dahulunya tampak begitu meyakinkan, kemudian tidak lagi meyakinkan kita. Sifat keyakinan yang tidak logis ini bukannya tidak kelihatan; malahan, itu adalah fenomena yang paling banyak penyusunnya dan saling bergantung. Keyakinan bisa dipicu oleh pandangan yang tepat, pada saat yang tepat, di tempat yang tepat. Keyakinan Anda mungkin bergantung pada rasa kecocokan yang dangkal. Katakan Anda pembenci emansipasi wanita dan Anda bertemu dengan orang yang mengajarkan kebencian terhadap wanita. Anda akan menganggap orang tadi meyakinkan, Anda akan setuju dengannya, dan Anda akan punya keyakinan sama dengannya. Sesuatu yang sama tidak pentingnya dengan sama-sama doyan ikan teri bisa meningkatkan devosi Anda. Atau mungkin ada orang atau lembaga yang punya kemampuan mengurangi rasa takut Anda terhadap hal yang tak diketahui. Faktor-faktor lain seperti keluarga, negara, atau masyarakat di mana Anda dilahirkan, semua itu merupakan bagian dari paduan unsur-unsur yang berduyun-duyun menjadi yang namanya keyakinan.

Warga di banyak negara Buddhis, seperti Bhutan, Korea, Jepang, dan Thailand secara membuta meyakini doktrin Buddhis. Di sisi lain, di negara-negara itu juga, banyak anak muda menjadi kecewa pada Buddhisme karena tak cukup informasi dan terlalu banyak pengubah keyakinan, dan mereka akhirnya mengikuti keyakinan lain atau penalaran mereka sendiri.

KETIDAKKEKALAN BERMANFAAT BAGI KITA

Ada banyak manfaat memahami gagasan ketersusunan, bagaimana bikin sebutir telur rebus saja melibatkan begitu banyak fenomena. Ketika kita belajar melihat bagian-bagian semua hal dan situasi yang tersusun, kita belajar memupuk pemaafan, pengertian, keterbukaan pikiran, dan ketidaktakutan. Misalnya, sebagian orang masih menuduh Mark Chapman sebagai satu-satunya biang kerok dalam pembunuhan John Lennon. Mungkin jika kita tidak memuja selebriti sebegitu hebatnya, Mark Chapman tidak akan mencipta fantasi membunuh John Lennon. Dua puluh tahun setelah kejadian, Chapman mengaku bahwa ketika ia menembak John Lennon, ia tidak melihat John sebagai manusia yang nyata. Ketidakstabilan mentalnya disebabkan banyak faktor penyusun (kimiawi otak, pengasuhan, sistem kesehatan jiwa Amerika Serikat). Bila kita bisa melihat bagaimana pikiran yang sakit dan tersiksa ini tersusun, dan mengenali kondisi pendukungnya, maka kita bisa lebih memahami dan memaafkan orang-orang seperti Mark Chapman di dunia ini. Seperti dalam kasus telur rebus itu, sekalipun kita berdoa supaya pembunuhan itu tidak terjadi, tetap saja itu tak terelakkan.

Namun mungkin punya pemahaman itu pun, kita masih takut terhadap Mark Chapman karena ia tidak bisa ditebak. Ketakutan dan keresahan adalah keadaan psikologis yang dominan dalam batin manusia. Di balik ketakutan terletak kerinduan terus-menerus terhadap kepastian. Kita takut pada sesuatu yang tidak diketahui. Nafsu pikiran terhadap kepastian ini berakar di dalam rasa takut kita akan ketidakkekalan.

Ketidaktakutan dibangkitkan bila Anda mampu menghargai ketidakpastian, bila Anda punya keyakinan dalam tidak mungkinnya

komponen yang saling bergantung ini untuk selalu tetap dan kekal. Anda akan merasa lebih siap menghadapi yang terburuk sembari melakukan yang terbaik. Anda menjadi bermartabat dan agung. Kualitas ini meningkatkan kemampuan Anda dalam bekerja, melancarkan perang, menciptakan perdamaian, membangun keluarga, dan menikmati cinta serta hubungan pribadi. Dengan mengetahui bahwa sesuatu menanti Anda di tikungan, dengan menerima begitu banyak kemungkinan yang ada dari saat ini dan seterusnya, Anda menguasai keterampilan kesadaran setiap saat dan kemampuan melihat masa depan seperti yang dimiliki jenderal hebat, tidak ketar-ketir melainkan siap sedia.

Bagi Siddhartha, jika tidak ada ketidakkekalan, maka tidak akan ada kemajuan atau perubahan ke yang lebih baik. Dumbo, si gajah terbang, pun memahami ini. Sebagai anak muda, ia terasing karena telinganya yang besar sekali. Dia kesepian, tertekan, dan takut akan ditendang dari sirkus. Namun ia lalu menemukan bahwa "kelainan"-nya itu unik dan berharga karena membuatnya bisa terbang. Ia menjadi terkenal. Kalau saja ia memercayai ketidakkekalan sejak semula, ia tidak akan sebegitu menderita pada awalnya. Mengenali ketidakkekalan merupakan kunci bebas dari rasa takut terjebak selamanya dalam suatu situasi, kebiasaan, atau pola.

Hubungan pribadi merupakan contoh paling bergejolak dan sempurna dari fenomena tersusun dan ketidakkekalan. Beberapa pasangan percaya bahwa mereka bisa menjalin hubungan "sampai kematian memisahkan kita" dengan membaca buku atau berkonsultasi dengan dokter ahli relasi. Namun, tahu bahwa laki-laki itu dari Mars dan perempuan itu dari Venus hanya memberikan sebagian kecil kunci terhadap sebab dan kondisi ketidakakuran yang terlihat. Sampai batas

tertentu, pemahaman kecil ini bisa membantu menciptakan kedamaian sementara, namun tidak bisa mengatasi banyak faktor tersembunyi yang merupakan bagian penyusun hubungan. Jika kita mampu melihat yang tak tampak, maka kita mungkin bisa menikmati hubungan yang sempurna—atau mungkin kita malah sejak awal tidak akan menjalin hubungan.

Menerapkan pemahaman Siddhartha akan ketidakkekalan pada relasi akan menuntun kita pada kenikmatan yang dilukiskan dalam kata-kata sendu Juliet kepada Romeo: "Perpisahan itu kesedihan yang begitu manis…." Perpisahan sering menjadi momen paling kuat dalam suatu hubungan. Setiap hubungan pasti akan berakhir, sekalipun itu disebabkan kematian. Merenungi ini, penghargaan kita terhadap semua sebab dan kondisi yang telah menghasilkan tiap pertalian akan meningkat. Ini akan begitu kuat jika seorang pasangan kena penyakit mematikan. Saat itu tidak ada ilusi relasi akan "selamanya", dan mengejutkannya justru membebaskan; perhatian dan kasih sayang kita menjadi tanpa syarat dan sukacita kita sungguh pada saat kini. Memberikan cinta dan dukungan menjadi lebih mengalir dan memuaskan tatkala pasangan kita hanya tinggal hitungan hari.

Namun kita lupa bahwa usia kita ini *selalu* hitungan hari. Walaupun secara intelektual kita memahami bahwa semua yang lahir akan mati dan semua yang tersusun akan hancur, pada tingkatan emosional kita terus saja tergelincir kembali bertindak berdasarkan keyakinan pada kekekalan, sama sekali melupakan kesalingbergantungan. Kebiasaan ini bisa menumbuhkan segala jenis keadaan negatif: ketakutan, kesepian, rasa bersalah. Kita mungkin merasa terbebani, terancam, terlecehkan, terabaikan—seakan dunia ini tidak adil kepada kita seorang.

KECANTIKAN ITU TERGANTUNG YANG MELIHAT

Ketika Siddhartha meninggalkan Kapilavastu, ia tidak sendirian. Sebelum waktu fajar, kala keluarga dan pelayannya terlelap, ia pergi ke istal, tempat tidurnya Channa, kusir kereta dan kawan yang paling ia percaya. Channa tertegun melihat Siddhartha tanpa pengawalan, namun atas perintah majikannya, ia memasang pelana pada kuda kesayangan Siddhartha, Kathanka. Mereka melewati gerbang kota tanpa ada yang melihat. Ketika mereka sudah menempuh jauh, Siddhartha turun dan serta merta melepas semua gelang, kalung, dan busana pangerannya. Ini semua ia berikan kepada Channa, menyuruhnya membawa Kathanka dan kembali ke kota. Channa memohon untuk diizinkan menemani Siddhartha, tetapi sang pangeran berkukuh. Channa harus pulang dan terus mengabdi pada keluarga kerajaan.

Siddhartha meminta Channa menyampaikan pesan untuk keluarganya. Mereka tidak perlu mengkhawatirkannya, karena ia sedang mengarungi perjalanan yang sangat penting. Ia telah memberikan semua perhiasannya kepada Channa kecuali satu, simbol terakhir keagungan, kasta, dan keluarga ningrat—rambutnya yang panjang dan indah. Ini ia potong sendiri dan, setelah menyerahkannya kepada Channa, ia berangkat sendirian. Siddhartha memulai penyelidikannya terhadap ketidakkekalan. Sudah terasa dungu baginya, mengerahkan begitu banyak tenaga demi kecantikan dan keangkuhan. Ia bukannya mencela kecantikan dan dandanan bagus, melainkan kepercayaan terhadap kekekalan hakiki semua itu.

Sering dikatakan bahwa "kecantikan itu tergantung yang melihat". Pernyataan ini lebih mendalam daripada kesan pertamanya. Konsep

kecantikan itu terus berubah; sebab dan kondisi tren mode terus berubah, seperti halnya orang-orang yang melihat tren itu. Sampai pertengahan abad ke-20, kaki gadis muda di Tiongkok masih diikat sehingga tidak bisa tumbuh lebih dari tiga atau empat inci. Hasil penyiksaan ini dianggap cantik; kaum pria bahkan menemukan kenikmatan erotis dari bau kain yang dipakai untuk mengikat kaki itu. Sekarang gadis-gadis Tiongkok menjalani bentuk penderitaan lainnya, memanjangkan tungkai supaya kelihatan seperti wanita majalah *Vogue*. Gadis-gadis India melaparkan diri untuk mengecilkan tubuh bahenol mereka—yang begitu sintal dan molek di lukisan Ajanta—demi jadi kerempeng bak model Paris. Para bintang film bisu di Barat dikagumi karena punya bibir lebih kecil dari mata mereka, tetapi hari ini modenya adalah mulut besar dengan bibir sosis. Mungkin saja selebriti karismatik berikutnya akan punya bibir kadal dan mata kakatua. Saat itu semua wanita dengan bibir yang ditebalkan harus bayar lagi untuk penipisan bibir.

KETIDAKKEKALAN ITU KABAR BAIK

Buddha bukanlah seorang pesimis atau pembawa berita kiamat; ia adalah orang yang realistis, sementara kita cenderung mencari pelarian. Ketika ia menyatakan bahwa segala sesuatu yang tersusun tidaklah kekal, ia tidak memaksudkan itu jadi berita buruk; itu adalah fakta yang sederhana dan ilmiah. Tergantung dari sudut pandang dan pemahaman Anda, itu bisa menjadi gerbang menuju inspirasi dan harapan, kejayaan dan kesuksesan. Sebagai contoh, selama pemanasan global dan kemiskinan merupakan produk dari kondisi kapitalisme yang tak pernah terpuaskan,

kemalangan ini masih bisa dipulihkan. Ini berkat sifat ketidakkekalan dari fenomena yang tersusun. Alih-alih mengandalkan kekuatan supernatural, seperti kehendak Tuhan, untuk membalikkan tren negatif ini, yang dibutuhkan hanyalah pemahaman sederhana mengenai sifat fenomena hasil perpaduan. Ketika Anda memahami fenomena, Anda dapat memanipulasinya, sehingga memengaruhi sebab dan kondisinya. Anda mungkin terkejut bagaimana langkah kecil seperti tidak lagi memakai kantong plastik bisa menunda pemanasan global.

Menyadari ketidakstabilan sebab dan kondisi membuat kita memahami kemampuan kita sendiri untuk mentransformasi rintangan dan membuat yang tak mungkin jadi mungkin. Ini berlaku dalam setiap bidang kehidupan. Jika Anda tidak memiliki Ferrari, Anda sangat bisa jadi menciptakan kondisi untuk memilikinya. Selama masih ada Ferrari, masih ada kesempatan untuk memilikinya. Begitu pula jika Anda ingin hidup lebih lama, Anda bisa memilih untuk berhenti merokok dan lebih banyak berolahraga. Ada harapan yang masuk akal. Keputusasaan—seperti lawannya, pengharapan membuta—adalah hasil dari kepercayaan kekekalan.

Anda tak hanya bisa mengubah dunia fisik Anda, namun juga dunia emosi Anda, misalnya, mengubah keresahan menjadi kedamaian batin dengan melepas ambisi atau mengubah rasa rendah diri menjadi percaya diri dengan bertindak atas dasar kebajikan dan kedermawanan. Jika kita semua mengondisikan diri untuk bertenggang rasa terhadap orang lain, kita akan mengembangkan kedamaian di rumah kita, dengan tetangga kita, dan dengan negara lain.

Ini semua adalah contoh bagaimana kita bisa memengaruhi fenomena tersusun pada tataran duniawi. Siddhartha juga menemukan

bahwa neraka dan kutukan tingkat paling ditakuti pun tidaklah kekal, karena neraka dan kutukan pun merupakan perpaduan. Neraka bukanlah keadaan kekal yang ada di suatu tempat di bawah tanah, di mana penghuninya menderita siksa abadi. Neraka itu lebih seperti mimpi buruk. Mimpi gajah menginjak-injak Anda muncul karena berbagai kondisi—pertama-tama adalah Anda tidur, dan mungkin Anda punya pengalaman buruk dengan gajah. Tak jadi soal seberapa lama mimpi buruk itu berlangsung, pada masa itu Anda sedang di neraka. Lalu, karena sebab dan kondisi jam weker atau karena Anda semata-mata sudah cukup tidur, Anda terbangun. Mimpi tadi adalah neraka sementara, dan itu tak jauh beda dengan konsep kita mengenai neraka "betulan".

Sama pula, jika Anda membenci seseorang dan terlibat dalam tindak penyerangan atau balas dendam, itu sendiri adalah pengalaman neraka. Kebencian, akal-akalan politik, dan balas dendam telah menimbulkan neraka di Bumi ini, contohnya, saat bocah lelaki—lebih pendek, lebih kurus, dan lebih enteng dari senjata AK-47 yang dia bawa—tidak punya kesempatan sehari saja untuk bermain atau merayakan ulang tahunnya karena ia terlalu sibuk menjadi tentara. Ini tak lain adalah neraka. Kita memiliki neraka-neraka seperti ini karena sebab dan kondisi, dan karena itu kita juga bisa keluar dari neraka dengan menggunakan cinta kasih dan belas kasihan sebagai penawar kemarahan dan kebencian, seperti yang Buddha resepkan.

Konsep ketidakkekalan tidak meramalkan kiamat atau akhir zaman, juga bukan hukuman bagi dosa-dosa kita. Ketidakkekalan bukan negatif atau positif secara hakiki, ketidakkekalan sekadar bagian dari proses perpaduan segala sesuatu. Kita biasanya hanya menghargai separuh dari siklus ketidakkekalan. Kita bisa menerima kelahiran tetapi tidak menerima

kematian, menerima untung tetapi tidak menerima rugi, atau akhir ujian tetapi tidak awal ujian. Keterbebasan sejati datang dari menghargai seluruh siklus ini dan tidak melekat pada hal-hal yang kita rasa cocok. Dengan mengingat kebisaberubahan dan ketidakkekalan sebab dan kondisi, baik positif maupun negatif, kita bisa menggunakannya demi kebaikan kita. Kekayaan, kesehatan, kedamaian, dan ketenaran hanya sama sementaranya dengan kebalikannya. Dan tentu saja Siddhartha tidak mengunggulkan surga dan pengalaman surgawi. Itu sama tidak kekalnya.

Kita mungkin bertanya-tanya mengapa Siddhartha mengatakan bahwa "segala sesuatu yang *tersusun*" tidaklah kekal? Kenapa tidak mengatakan saja bahwa "segala sesuatu" tidaklah kekal? Memang benar mengatakan bahwa segala sesuatu tidaklah kekal, tanpa menyertakan kata *tersusun*. Akan tetapi, kita harus mengambil setiap kesempatan untuk mengingatkan kita akan bagian pertama, perpaduan unsur, guna mempertahankan logika di balik pernyataan tersebut. "Perpaduan" adalah konsep yang sangat sederhana, tetapi punya begitu banyak lapisan sehingga untuk memahaminya secara mendalam, kita membutuhkan pengingat terus-menerus.

Tidak ada sesuatu pun yang punya keberadaan atau fungsi di dunia, termasuk bentukan khayalan atau alam kehidupan, atau apa pun yang melintas dalam pikiran Anda, atau bahkan pikiran Anda sendiri, yang akan tetap begitu selamanya. Beberapa hal mungkin bertahan sepanjang pengalaman Anda dalam kehidupan ini, atau bahkan sampai ke generasi berikutnya; namun sekali lagi, hal-hal itu mungkin bisa lenyap lebih cepat dari yang Anda sangka. Entah bagaimana, pada akhirnya perubahan tidaklah terelakkan. Tidak ada peluang atau kesempatan sedikit pun yang bermain. Jika Anda merasa putus asa, ingatlah ini, dan Anda tidak akan

punya alasan lagi untuk putus asa, karena apa pun yang menyebabkan Anda putus asa juga akan berubah. Segala sesuatu harus berubah. Bukanlah mustahil bahwa Australia akan menjadi bagian dari Tiongkok, Belanda akan menjadi bagian dari Turki. Bukan tidak mungkin Anda akan menyebabkan kematian manusia lain atau bergantung pada kursi roda. Anda bisa menjadi jutawan, atau penyelamat umat manusia, atau pemenang Hadiah Nobel Perdamaian, atau makhluk yang tercerahkan.

dua

Emosi dan Penderitaan

Melewati bertahun-tahun perenungan dan penyiksaan diri, Siddhartha tetap teguh dalam tekadnya menemukan sebab akar penderitaan demi meringankan penderitaannya sendiri maupun penderitaan orang lain. Ia menuju Magadha, ke jantung India, untuk melanjutkan meditasinya. Dalam perjalanan ia bertemu penjual rumput bernama Sotthiya, yang mempersembahkan seikat rumput kusha kepadanya. Siddhartha menganggap ini sebagai pertanda baik; dalam budaya India kuno, rumput kusha dianggap sebagai berkhasiat membersihkan. Alih-alih melanjutkan perjalanan, ia memutuskan untuk berhenti dan bermeditasi di tempat itu juga. Ia menemukan tempat untuk duduk di batu datar di bawah pohon *ficus religiosa* di dekat sana, menggunakan rumput kusha sebagai alas. Dalam hati ia bertekad, *Tubuh ini mungkin membusuk, aku mungkin terurai jadi debu, tetapi sebelum aku menemukan jawaban, aku tidak akan bangkit*.

Tatkala Siddhartha duduk dalam meditasi di bawah pohon, ternyata ada yang mengawasinya. Mara, sang raja iblis, mendengar tekad Siddhartha dan merasakan kekuatan keteguhannya. Mara jadi belingsatan,

karena ia tahu bahwa di dalam Siddhartha ada daya untuk memorak-porandakan seluruh wilayah kekuasaannya. Sebagai ahli strategi perang, ia mengutus lima putrinya yang paling cantik untuk mengusik dan merayu sang pangeran. Saat putri-putri (kami menyebut mereka *apsara* atau peri) itu berangkat, mereka penuh percaya diri dengan kelihaian merayu mereka. Tetapi saat mereka mendekati Siddhartha yang sedang bermeditasi, kecantikan mereka mulai sirna. Mereka mengeriput dan menua, ditumbuhi kutil, dan bau tak sedap terebak dari kulit mereka. Siddhartha tak tergoyah. Para *apsara* yang kecewa itu kembali ke ayah mereka, yang sungguh murka. Berani amat ada yang menolak putrinya! Dalam amuknya, Mara menghimpun armadanya, pasukan besar yang dilengkapi segala macam senjata.

Pasukan Mara menyerbu dengan kekuatan penuh. Namun betapa kagetnya mereka, semua panah, tombak, batu, dan ketapel yang mereka arahkan ke Siddhartha berubah menjadi hujan bunga begitu tiba mendekati sasaran. Setelah berjam-jam memerangi tanpa hasil, Mara dan pasukannya kelelahan dan terkalahkan. Akhirnya Mara mendatangi Siddhartha dan, dengan segenap diplomasinya, mencoba membujuk Siddhartha untuk menyudahi pencariannya. Siddhartha mengatakan bahwa ia tidak akan menyerah setelah berjuang sepanjang banyak masa kehidupan. Mara bertanya, "*Bagaimana kami tahu bahwa kamu sudah berjuang begitu lama?"* Siddhartha menjawab, "*Aku tidak perlu pembuktian, bumi adalah saksiku"*, dan dengan itu ia menyentuh tanah, bumi bergetar, dan Mara pun sirna. Demikianlah Siddhartha merealisasi keterbebasan dan menjadi Buddha. Ia telah menemukan jalan untuk mengakhiri penderitaan sampai ke akarnya, bukan hanya untuk dirinya sendiri tetapi untuk semua orang. Tempat pertempuran akhir Buddha melawan Mara

kini dinamai Bodh Gaya, dan pohon yang menaungi duduknya disebut "pohon bodhi".

Inilah kisah yang diceritakan para ibu Buddhis kepada anak-anak mereka selama banyak generasi.

MENDEFINISIKAN KEBAHAGIAAN PRIBADI

Tidaklah layak menanyai seorang Buddhis, "Apakah tujuan hidup itu?" karena pertanyaan itu mengesankan bahwa di suatu tempat di luar sana, mungkin dalam gua atau puncak gunung, bercokollah tujuan tertinggi. Pertanyaan ini menyiratkan bahwa kita bisa memecahkan rahasia dengan belajar dengan para suciwan hidup, membaca buku, dan menguasai praktik esoterik. Jika pertanyaan itu didasarkan pada asumsi bahwa miliaran tahun yang lalu ada seorang, atau sesosok dewa, yang merancang diagram tujuan hidup, maka ini adalah pertanyaan teistik. Buddhis tidak memercayai adanya pencipta mahakuasa, dan tidak menganut konsep bahwa tujuan hidup sudah, atau perlu, diputuskan dan ditetapkan.

Pertanyaan yang lebih layak untuk ditanyakan kepada seorang Buddhis adalah, "Apakah hidup itu?" Dari pemahaman kita akan ketidakkekalan, jawabannya jelas sudah: "Hidup adalah rangkaian besar fenomena perpaduan, dan karena itu hidup tidaklah kekal." Hidup adalah pergeseran terus-menerus, sehimpunan pengalaman fana. Dan walaupun ada tak terhitung banyaknya bentuk kehidupan, satu kesamaan kita semua adalah, tidak ada makhluk hidup yang mau menderita. Kita semua ingin bahagia, dari presiden dan miliarder sampai semut pekerja keras, tawon, udang, dan kupu-kupu.

Tentu saja, definisi "penderitaan" dan "kebahagiaan" sangat berbeda di antara bentuk kehidupan ini, bahkan di dalam alam manusia yang relatif kecil ini. Definisi "penderitaan" bagi sebagian orang adalah definisi "kebahagiaan" bagi yang lain dan sebaliknya. Bagi sebagian orang, bahagia berarti bisa bertahan hidup; bagi yang lain, bahagia berarti punya tujuh ratus pasang sepatu. Ada orang-orang yang menemukan kebahagiaan dengan punya tato mirip muka David Beckham di lengan mereka. Kadang harga kebahagiaan adalah nyawa makhluk lain, seperti ketika kebahagiaan kita tergantung pada sirip hiu, paha ayam, atau penis macan. Beberapa merasa bahwa digelitiki bulu itu erotis, sementara ada yang lebih suka parutan keju, cambuk, dan rantai. Raja Edward VIII lebih memilih menikahi janda cerai Amerika daripada memakai mahkota Kerajaan Inggris nan perkasa.

Bahkan dalam diri satu orang, definisi "kebahagiaan" dan "penderitaan" terus berubah. Momen asyik bercumbu bisa mendadak berubah ketika salah satu menuntut hubungan yang lebih serius; harapan berubah jadi ketakutan. Sewaktu Anda seorang bocah di pantai, bikin istana pasir adalah kebahagiaan. Sebagai remaja, melihat cewek berbikini dan cowok peselancar telanjang dada adalah kebahagiaan. Saat paruh baya, uang dan karier adalah kebahagiaan. Dan ketika Anda delapan puluh tahunan, mengoleksi pot garam keramik adalah kebahagiaan. Bagi kebanyakan orang, menuruti definisi yang tak terbatas dan selalu berubah ini adalah "tujuan hidup".

Banyak dari kita belajar definisi "kebahagiaan" dan "penderitaan" dari masyarakat di mana kita tinggal; tatanan sosial mendikte bagaimana kita mengukur kepuasan. Ini soal nilai-nilai bersama. Dua manusia dari belahan dunia yang berbeda bisa mengalami perasaan yang sama—

nikmat, jijik, takut—berdasarkan ciri budaya kebahagiaan yang bertolak belakang. Ceker ayam adalah kelezatan bagi orang Tionghoa, sementara orang Perancis suka mengoleskan hati angsa bengkak ke roti panggang mereka. Bayangkan bagaimana jadinya dunia ini jika kapitalisme tidak pernah ada dan setiap bangsa dan orang betul-betul menjalani falsafah komunis pragmatis Mao Tse-tung: kita akan bahagia sempurna tanpa mal, tanpa mobil mewah, tanpa Starbucks, tanpa persaingan, tanpa kesenjangan besar antara miskin dan kaya, layanan kesehatan bagi semua—dan sepeda akan lebih berharga daripada mobil Humvee. Alih-alih, kita belajar "ingin apa". Satu dasawarsa lalu, pemutar kaset video adalah lambang kemakmuran di Kerajaan Bhutan yang ada di pelosok Himalaya. Lambat laun, klub Toyota Land Cruiser telah menggantikan klub pemutar kaset video sebagai lambang utama kemakmuran dan kebahagiaan di Bhutan.

Kebiasaan menganggap standar suatu kelompok sebagai standar kita ini terbentuk sejak usia dini. Di kelas satu SD, Anda melihat bahwa semua anak lain punya kotak pensil tertentu. Anda memunculkan "kebutuhan" untuk punya satu, untuk jadi seperti anak lainnya. Anda bilang ke mama Anda, dan apakah mama membelikan kotak pensil atau tidak, itu menjadi penentu taraf kebahagiaan Anda. Ini berlanjut hingga Anda dewasa. Tetangga sebelah punya TV plasma atau mobil SUV baru, maka Anda pun kepingin hal yang sama—tapi yang lebih gede dan lebih anyar. Persaingan dan hasrat akan apa yang dipunyai orang lain juga ada di tingkat budaya. Sering kita lebih menjunjung tinggi adat dan tradisi budaya lain ketimbang budaya kita sendiri. Baru-baru ini seorang guru di Taiwan memutuskan untuk mempertahankan rambutnya panjang,

seperti adat di Tiongkok selama berabad-abad silam. Ia tampak keren, seperti pendekar Tiongkok kuno, tetapi kepala sekolah mengancam akan memecatnya jika ia tidak mematuhi "kelakuan pantas", yaitu rambut pendek gaya Barat abad ke-21. Sekarang rambut cepaknya kelihatan seperti ia habis disetrum listrik.

Cukup menakjubkan menyaksikan orang Tiongkok malu terhadap akar budaya mereka sendiri, namun kita banyak melihat kasus sindrom sombong-minder orang Asia semacam itu. Di satu sisi, orang Asia sangat bangga dengan budaya mereka, namun di sisi lain, mereka merasa budaya itu menyinggung atau ketinggalan. Mereka telah mengganti budaya mereka dengan budaya Barat dalam nyaris semua bidang kehidupan—busana, musik, moral, dan bahkan sistem politik gaya Barat.

Pada tataran pribadi maupun budaya, kita menganut metode asing atau luar untuk mencapai kebahagiaan dan mengatasi penderitaan; jarang kita sadari bahwa metode-metode ini malah sering membawa kebalikan dari hasil yang diharapkan. Kegagalan kita menganut budaya menciptakan seperangkat kesengsaraan baru karena bukan hanya kita masih menderita, kita juga merasa terasingkan dari hidup kita sendiri, tak sanggup menyesuaikan diri ke dalam sistem itu.

Beberapa definisi budaya "kebahagiaan" ini memang efektif sampai taraf tertentu. Dalam artian umum, punya sejumlah uang di bank, tempat tinggal yang nyaman, makanan yang cukup, sepatu yang layak, dan kenyamanan pokok lainnya memang membuat kita bahagia. Namun lagi-lagi, para *sadhu* India dan petapa kelana Tibet merasa bahagia karena mereka tidak butuh gantungan kunci—mereka tidak takut kepemilikan mereka dicuri karena mereka tidak punya apa-apa untuk digembok.

DEFINISI "KEBAHAGIAAN" YANG DILEMBAGAKAN

Jauh sebelum ia mencapai tempat tersohor di Bodh Gaya, Siddhartha duduk di bawah pohon lain selama enam tahun. Ia kurus kering karena hanya makan beberapa butir biji-bijian dan minum beberapa tetes air; ia tidak mandi ataupun memotong kuku; sehingga ia menjadi teladan bagi rekan petapa lainnya, sesama pencari spiritual yang berlatih bersamanya. Ia begitu disiplinnya sampai-sampai saat anak-anak gembala setempat menggelitiki telinganya dengan rumput dan meniup terompet di wajahnya, tidak pernah berhasil mengusiknya. Tetapi suatu hari, setelah bertahun-tahun menyiksa diri secara ekstrem, ia menyadari, *Ini tidak benar. Ini jalan yang ekstrem, cuma jebakan lain seperti para dayang, taman merak, dan sendok permata*. Lalu ia memutuskan untuk bangkit dari praktik penyiksaan diri dan mandi di Sungai Nairanjana di dekat sana (kini dikenal sebagai Phalgu). Rekan-rekannya lebih terkejut lagi, bahkan ia menerima susu segar dari gadis pemerah susu bernama Sujata. Konon mereka meninggalkan Siddhartha, menganggap ia membawa pengaruh moral yang buruk dan bersamanya akan menghambat latihan mereka.

Kita bisa mengerti mengapa para petapa ini meninggalkan Siddhartha yang melanggar tekadnya. Manusia selalu mencoba menemukan kebahagiaan bukan hanya melalui perolehan materi tetapi juga melalui cara-cara spiritual. Banyak sejarah dunia yang berporos pada agama. Agama menyatukan manusia dengan jalan terangnya dan pedoman perilaku—sayangi sesamamu, praktikkan kedermawanan dan tenggang rasa, meditasi, puasa, dan berkorban. Tetapi prinsip-prinsip yang kelihatannya bermanfaat ini bisa berubah jadi ekstrem, dogma mutlak, menyebabkan rasa bersalah dan rendah diri yang tak semestinya.

Tak jarang para penganut dengan sombong memandang rendah agama lain tanpa toleransi sedikit pun, menggunakan kepercayaan mereka untuk membenarkan pemusnahan budaya atau bahkan fisik. Contoh devosi berdaya rusak seperti ini banyak ditemui dan merebak.

Umat manusia tidak bergantung hanya pada agama terorganisir, tetapi juga pada kebijaksanaan umum—atau bahkan slogan politik—untuk mencapai kebahagiaan dan meringankan penderitaan mereka. Theodore Roosevelt berkata, "Jika saya harus memilih antara kebenaran dan kedamaian, saya memilih kebenaran." Tetapi kebenaran menurut siapa? Tafsiran siapa yang sebaiknya kita ikuti? Ekstremisme itu memilih satu bentuk kebenaran saja dan mengabaikan yang lain.

Sebagai contoh lain, mudah saja melihat daya tarik kebijakan Konfusius, seperti menghormati dan mematuhi yang lebih tua dan tidak membeberkan kekurangan dan aib keluarga maupun negara. Kebijaksanaannya sangat membumi dan bisa bermanfaat untuk menjalani kehidupan di dunia. Ini bisa menjadi pedoman bijak, tetapi dalam banyak kasus, aturan-aturan ini menghasilkan konsekuensi yang sangat negatif, seperti pelarangan dan penindasan pandangan yang bertentangan dengannya. Misalnya, hasrat "menyelamatkan muka" dan mematuhi yang lebih tua telah menyebabkan pengelabuan dan kebohongan selama berabad-abad, kepada tetangga sebelah maupun kepada segala bangsa.

Menimbang sejarah itu, maka kemunafikan yang sudah bercokol kuat di banyak negara Asia, seperti Tiongkok dan Singapura, tidaklah mengejutkan. Banyak pemimpin negara yang mengecam feodalisme dan sistem monarki dan sesumbar menganut sistem demokrasi atau komunisme. Tetapi para pemimpin itu pula, yang disanjung rakyatnya dan yang merahasiakan kelakuan kotor mereka, akan terus bercokol di

kantor sampai napas terakhir mereka, atau sampai digantikan penerus yang mereka tunjuk sendiri. Tidak banyak yang berubah dari sistem feodal kuno. Hukum dan keadilan dirancang untuk menjaga kedamaian dan menciptakan masyarakat yang selaras, tetapi dalam banyak kasus, sistem peradilan pidana malah menguntungkan yang jahat dan yang kaya, sementara yang miskin dan yang tak bersalah menderita karena hukum yang tidak adil.

Kita manusia menyibukkan diri mengejar kebahagiaan dan mengakhiri penderitaan lebih dari kita melakukan hobi atau profesi lain, mengerahkan banyak sekali cara dan sarana. Inilah sebabnya kita punya lift, laptop, baterai isi ulang, pencuci piring elektrik, pemanggang yang melontarkan roti dengan kerenyahan yang Anda mau, penyedot kotoran anjing, pencabut bulu hidung tenaga baterai, toilet dengan penghangat alas duduk, bius lokal Novocain, telepon genggam, pil biru Viagra, karpet dari dinding ke dinding…. Namun tak terhindarkan semua kenyamanan ini juga menghasilkan kepusingan yang sama beratnya.

Bangsa-bangsa mengejar kebahagiaan dan pengakhiran penderitaan dalam skala raksasa, bertarung demi wilayah, minyak, ruang angkasa, pasar keuangan, dan kekuasaan. Mereka melancarkan perang terlebih dahulu untuk mencegah penderitaan yang mereka kira akan datang. Secara pribadi, kita melakukan hal yang sama dengan perawatan kesehatan yang bersifat pencegahan, minum vitamin, pergi ke dokter untuk vaksinasi dan tes darah, dan melakukan CT-scan pada sekujur tubuh kita. Kita mencari tanda-tanda penderitaan yang akan muncul. Dan begitu kita menemukannya, kita langsung mencoba mencari obatnya. Setiap tahun berbagai teknik, pengobatan, dan buku panduan baru berupaya untuk memberikan solusi jangka panjang terhadap penderitaan, dan, idealnya, untuk memunahkan masalah sampai akarnya.

Siddhartha juga mencoba memotong penderitaan sampai akarnya. Namun ia tidak memimpikan solusi seperti merintis revolusi politik, pindah ke planet lain, atau menciptakan ekonomi dunia baru. Ia bahkan tidak berpikir mendirikan agama atau membuat pedoman perilaku yang akan membawa kedamaian dan keselarasan. Ia menyelidiki penderitaan dengan pikiran terbuka, dan melalui perenungan tak kenal lelahnya Siddhartha menemukan bahwa pada akarnya, emosi kitalah yang membawa penderitaan. Pada faktanya, emosi *adalah* penderitaan. Satu dan lain cara, langsung atau tak langsung, semua emosi lahir dari sifat mementingkan diri dalam artian melibatkan kemelekatan pada diri. Lebih lanjut, ia menemukan bahwa walau tampak begitu nyata, emosi bukanlah bagian hakiki dari keberadaan kita. Emosi bukan bawaan lahir, juga bukan semacam kutukan atau susuk yang seseorang atau dewa tancapkan kepada kita. Emosi muncul ketika sebab dan kondisi tertentu bertemu, seperti ketika Anda terlalu cepat menyangka seseorang mencela, mengabaikan, atau merugikan Anda. Maka emosi-emosi yang berkaitan pun muncul. Pada momen kita menerima emosi itu, momen kita terbuai oleh mereka, kita sudah kehilangan kesadaran dan kewarasan. Kita jadi "naik pitam". Maka Siddhartha menemukan solusinya—kesadaran. Jika Anda serius ingin melenyapkan penderitaan, Anda harus membangkitkan kesadaran, menjaga emosi Anda, dan belajar bagaimana mencegah naik pitam.

Jika Anda menyelidiki emosi seperti yang dilakukan Siddhartha, jika Anda mencoba mengenali asal emosi, Anda akan menemukan bahwa emosi berakar pada kesalahpahaman, sehingga pada dasarnya cacat. Semua emosi pada dasarnya adalah suatu bentuk prasangka; dalam setiap emosi selalu ada unsur penghakiman.

Sebagai contoh, obor yang diputar dengan kecepatan tertentu akan terlihat seperti lingkaran api. Di sirkus, anak-anak lugu dan bahkan beberapa orang dewasa merasa terhibur dan terpesona dengan pertunjukan ini. Anak-anak yang sangat belia tidak memisahkan tangan dari api dan obornya. Mereka mengira yang mereka lihat adalah nyata; ilusi optik lingkaran itu menghanyutkan mereka. Seberapa lamanya pertunjukan itu, walau jika cuma sekejap, mereka teryakinkan penuh dan mendalam. Dengan cara yang sama, banyak dari kita teperdaya penampakan tubuh kita sendiri. Saat kita melihat tubuh, kita tidak menganggapnya sebagai bagian-bagian yang terpisah: molekul, gen, pembuluh darah, dan darah. Kita menganggap tubuh ini sebagai satu kesatuan; dan lebih lanjut, kita buru-buru menyatakan bahwa inilah makhluk yang benar-benar eksis yang disebut "tubuh". Karena meyakini ini, kita pertama-tama mendambakan perut yang rata, tangan yang indah, tubuh yang menjulang, rupa yang sawo matang dan tampan, atau tubuh yang meliuk. Kemudian kita jadi terobsesi, berinvestasi jadi anggota gym, pelembab, teh pelangsing, *South Beach Diet*, yoga, sit-up, dan minyak aroma lavender.

Seperti halnya anak-anak yang terserap, tercengang, atau bahkan ketakutan oleh lingkaran api tersebut, kita mengalami emosi-emosi terhadap tampilan dan kesejahteraan tubuh kita. Soal lingkaran api, orang dewasa umumnya tahu bahwa itu cuma ilusi, maka kita tidak terhanyut. Dengan akal sehat, kita bisa melihat bahwa lingkaran itu tercipta dari bagian-bagian penyusunnya—pergerakan tangan yang menggenggam obor menyala. Kawan lebih tua yang heboh bisa menjadi sombong atau menguliahi anak yang lebih muda. Namun karena sebagai dewasa matang, kita bisa melihat lingkaran itu, kita bisa memahami kekaguman

anak-anak itu, terutama jika itu malam hari dan para penari, musik yang menghanyutkan, dan kemeriahan lainnya membarengi tontonan itu. Bahkan tontonan itu bisa menggairahkan kita orang dewasa, sekalipun kita sadari bahwa itu pada hakikatnya bersifat ilusi. Menurut Siddhartha, pemahaman ini adalah benih welas asih.

RAGAM EMOSI YANG TAK TERHITUNG

Seiring meditasinya makin dalam, Siddhartha mulai melihat sifat ilusi hakiki segala fenomena, dan dengan pemahaman ini ia meninjau kembali kehidupan lamanya di istana, pesta dan taman merak, teman dan keluarganya. Ia melihat bahwa yang dinamakan keluarga itu seperti kamar tamu atau hotel di mana berbagai pelancong menginap dan berkumpul sementara. Pada akhirnya paguyuban ini pun tercerai berai—pada waktu kematian, kalau tidak lebih cepat. Ketika bersama, paguyuban ini akan membentuk hubungan yang melibatkan kepercayaan, tanggung jawab, cinta, dan nilai ukuran kesuksesan dan kegagalan, dari sanalah segala macam drama muncul.

Siddhartha dapat melihat dengan jelas betapa mudahnya orang terhanyut oleh gagasan kehidupan rumah tangga yang indah, ide kebersamaan, dan segala fenomena menakjubkan kehidupan istana. Orang lain tidak melihat seperti yang ia lihat, atau seperti orang dewasa yang melihat lingkaran api tahu bahwa itu semua cuma ilusi, paduan bagian-bagian, tanpa inti. Tetapi seperti orang tua yang baik, ia tidak menjadi sombong atau menguliahi ketakjuban mereka, ia melihat bahwa

dalam lingkaran ini tidak baik dan tidak buruk; tidak ada yang salah, sehingga tidak ada yang disalahkan; dan itu membebaskannya untuk semata-mata merasa berbelas kasihan yang sangat besar.

Melihat melampaui kedangkalan kehidupan istana, Siddhartha kini bisa melihat tubuh fisiknya sendiri sebagai tanpa inti. Baginya lingkaran api dan tubuh punya sifat yang sama. Selama kita memercayai bahwa sesuatu itu benar-benar ada—baik sementara ataupun "untuk sepanjang masa", maka kepercayaan kita itu berakar dalam kesalahpahaman. Kesalahpahaman ini tak lain adalah kurangnya kesadaran. Dan ketika kesadaran hilang, itulah yang Buddhis sebut kekelirutahuan. Dari kekelirutahuan inilah emosi kita muncul. Proses ini, dari hilangnya kesadaran sampai munculnya emosi, bisa dijelaskan sepenuhnya menggunakan empat kebenaran berikut ini.

Ada tak terhitung ragam emosi di alam duniawi ini. Setiap saat, banyak sekali emosi termunculkan berdasarkan kesalahsangkaan, praduga, dan kekelirutahuan kita. Kita kenal baik dengan cinta dan benci, rasa bersalah dan lugu, bakti, pesimisme, kecemburuan dan keangkuhan, takut, malu, sedih, dan gembira, tetapi ada begitu banyak emosi lagi. Beberapa kebudayaan punya kosa kata untuk emosi, sementara dalam budaya lain tidak diartikan dan karena itu tidak dikenal. Di sebagian Asia, tidak ada kata untuk cinta asmara, sementara orang Spanyol punya banyak kata untuk berbagai jenis cinta. Menurut Buddhis, ada tak terhitung emosi yang belum diberi nama dalam bahasa mana pun, dan bahkan lebih banyak lagi yang berada di luar kemampuan definisi dunia logika kita. Beberapa emosi tampak masuk akal, tetapi kebanyakan tidak. Beberapa emosi yang tampak damai ternyata berakar dari kekerasan. Sebagian lainnya nyaris

tak bisa dicerap. Kita mungkin berpikir ada orang yang benar-benar tak berperasaan atau tidak melekat, tetapi itu sendiri adalah emosi.

Emosi bisa kekanak-kanakan. Misalnya, Anda mungkin marah karena orang lain *tidak* marah, padahal menurut Anda mereka seharusnya marah. Atau suatu hari Anda mungkin jengkel karena pasangan Anda terlalu posesif dan hari berikutnya karena ia kurang posesif. Beberapa emosi kelihatan konyol bagi pengamat biasa, seperti ketika Pangeran Charles, dalam momen cumbu rayu rahasia, menyatakan kepada bakal selirnya, Camilla Parker-Bowles, bahwa ia tak keberatan terlahir lagi sebagai pembalutnya. Sebagian emosi mewujud sebagai arogansi, seperti para penghuni Gedung Putih yang memaksakan gagasan mereka mengenai kebebasan di dunia. Memaksakan pandangan pribadi kita kepada orang lain melalui kekuatan, pemerasan, muslihat, atau manipulasi halus juga merupakan bagian dari aktivitas emosi kita. Emosi hadir dalam bentuk gengsi konyol, seperti dicontohkan oleh orang India yang sok patriotik terhadap India bentukan penjajah Inggris. Banyak orang Amerika yang patriotik merasakan emosi benar-sendiri ketika Presiden Bush, dari anjungan kapal induk USS *Abraham Lincoln*, mengumumkan kemenangan atas Irak, padahal kenyataannya perang baru saja dimulai. Haus penghormatan adalah suatu emosi: lihatlah Malaysia, Taiwan, dan Tiongkok bersaing untuk melihat siapa yang bisa membangun gedung tertinggi di dunia, seolah itu adalah bukti kejantanan mereka. Emosi bisa memuakkan dan menyimpang, membawa pada pedofilia dan berahi terhadap binatang. Bahkan ada orang beriklan di Internet mencari pemuda yang mau dibunuh dan dimakan. Ia menerima banyak tanggapan, dan ia benar-benar membunuh dan memangsa salah satu penanggap iklannya.

MENUJU KE AKAR: (TIADA)-DIRI

Segala ragam emosi ini dan akibatnya muncul dari kesalahpahaman, dan kesalahpahaman ini datang dari satu sumber, yang merupakan akar segala kekelirutahuan—kemelekatan terhadap diri.

Kita menganggap bahwa setiap dari kita itu diri, bahwa ada sosok yang disebut "aku". Akan tetapi, diri pun adalah kesalahpahaman lainnya. Secara umum kita menciptakan gagasan tentang diri, yang terasa seperti sosok nyata. Kita terkondisi untuk memandang gagasan ini sebagai konsisten dan nyata. Kita berpikir, *aku adalah wujud ini*, sambil angkat tangan. Kita berpikir, *aku punya wujud, inilah tubuhku*. Kita berpikir, *wujud adalah aku, aku tinggi*. Kita berpikir, *aku ada dalam wujud ini*, sambil menunjuk ke dada kita. Kita melakukan hal yang sama terhadap perasaan, persepsi, dan tindakan. *Aku punya perasaan, aku adalah persepsiku*…. Tetapi Siddhartha menyadari bahwa tidak ada sosok berdiri sendiri yang memenuhi syarat sebagai diri di mana pun, di dalam maupun di luar tubuh. Layaknya ilusi optik lingkaran api, diri pun ilusi. Diri adalah kekeliruan, tidak berdasar, dan pada akhirnya tidak eksis. Tetapi seperti halnya kita bisa terpesona oleh lingkaran api, kita semua terhanyut berpikir bahwa kita adalah diri. Saat kita melihat tubuh, perasaan, persepsi, tindakan, dan kesadaran kita sendiri, kita melihat bahwa semua ini adalah berbagai unsur dari apa yang kita pikir sebagai "aku", tetapi jika kita mau menyelidiki semua itu, kita akan menemukan bahwa "aku" tidak ada di bagian mana pun. Melekat pada kekeliruan tentang diri adalah tindakan konyol kekelirutahuan; ini melestarikan kekelirutahuan; dan menuntun ke segala jenis penderitaan dan kekecewaan. Segala sesuatu yang kita lakukan dalam hidup ini bergantung dari cara kita memandang "diri"

kita, sehingga jika persepsi ini didasari kesalahpahaman, yang memang tak terhindarkan, maka kesalahpahaman ini akan meresapi segala yang kita lakukan, lihat, dan alami. Ini tidaklah sesederhana anak kecil salah menafsirkan gerak dan cahaya; seluruh keberadaan kita didasarkan pada prasangka yang sangat rapuh.

Pada saat Siddhartha menemukan tiada-diri, ia juga menemukan tidak ada yang namanya sifat jahat bawaan—yang ada hanya kekelirutahuan. Secara khusus, ia merenungi kekelirutahuan menciptakan label "diri", menempelkannya pada fenomena perpaduan yang sama sekali tak berdasar, menyematkan nilai pentingnya, dan menderita demi melindunginya. Ia menemukan bahwa kekelirutahuan inilah yang membawa langsung pada duka dan derita.

Kekelirutahuan adalah semata-mata tidak tahu faktanya, keliru tahu faktanya, atau punya pengetahuan yang tidak lengkap. Semua bentuk kekelirutahuan ini membawa pada salah paham dan salah tafsir, terlalu membesarkan atau meremehkan. Seandainya Anda sedang mencari teman Anda dan melihatnya di ladang sana. Ketika Anda mendekat, Anda sadar bahwa ternyata Anda keliru melihat orang-orangan sawah sebagai teman Anda. Anda sudah pasti kecewa. Bukan orang-orangan sawah itu yang jahil atau teman Anda yang diam-diam mencoba mengelabui Anda, tetapi kekelirutahuan Anda sendirilah yang mengkhianati Anda. Semua yang kita lakukan yang muncul dari kekelirutahuan ini adalah spekulatif. Ketika kita bertindak tanpa pemahaman atau dengan pemahaman yang tidak lengkap, maka tidak ada alasan untuk meyakini itu. Rasa tidak aman mendasar kita ini memunculkan dan menciptakan semua emosi ini, yang punya nama dan yang tidak, yang dikenali dan yang tidak.

Satu-satunya alasan kita harus merasa yakin bahwa kita akan mencapai ujung tangga atau bahwa pesawat kita akan tinggal landas dan mendarat selamat di tujuan kita adalah karena kita menikmati sukacita kekelirutahuan. Namun sukacita ini tidak bertahan lama, karena sukacita kekelirutahuan ini cuma sikap terus melebih-lebihkan bahwa segala kemungkinan akan berjalan sesuai harapan kita, dan meremehkan rintangannya. Tentu saja, berbagai sebab dan kondisi memang bertemu dan hal-hal terjadi sesuai pengharapan kita, namun kita menganggap keberhasilan semacam ini sebagai kelumrahan. Kita menggunakannya sebagai bukti bahwa hal sebaliknya tidak semestinya terjadi, bahwa asumsi kita punya landasan kuat. Namun asumsi semacam itu hanyalah bahan bakar bagi kesalahpahaman. Tiap kali kita berasumsi bahwa, misalnya, kita memahami pasangan kita, kita membuka diri kita seperti luka menganga. Asumsi dan pengharapan yang mengandalkan pada seseorang atau sesuatu akan membuat kita rentan. Kapan saja, salah satu dari tak terhitung banyaknya faktor yang berlawanan bisa meletup dan memercikkan garam pada asumsi kita, menyebabkan kita tersentak dan meratap.

KEBIASAAN: SEKUTU SANG DIRI

Mungkin penemuan terbesar dalam sejarah manusia adalah penyadaran Siddhartha bahwa diri tidak eksis secara mandiri, bahwa diri hanyalah label, dan karena itu melekat pada diri adalah kekelirutahuan. Akan tetapi, meski sebutan *diri* ini sungguh tak berdasar, menghancurkannya bukan hal yang mudah. Label yang dinamakan "diri" ini adalah konsep yang paling bandel untuk dipatahkan.

Penemuan Siddhartha mengenai kekeliruan adanya diri dilambangkan dalam kisah hancurnya Mara. Dikenali secara tradisional sebagai penguasa alam nafsu yang jahat, Mara tidak lain adalah kemelekatan Siddhartha terhadap diri. Sangat pas jika Mara dilukiskan sebagai kesatria tampan dan perkasa yang belum pernah dikalahkan. Seperti Mara, diri ini perkasa dan tak pernah puas, egosentrik, dan pengelabu, haus perhatian, pintar, dan angkuh. Sulit untuk ingat bahwa, seperti ilusi lingkaran api, diri ini tersusun, tidak eksis mandiri, dan rentan terhadap perubahan.

Kebiasaan membuat kita lemah untuk melawan "diri". Bahkan kebiasaan yang sederhana pun sulit dihilangkan. Mungkin Anda tahu betapa buruknya merokok bagi kesehatan Anda, tetapi itu tidak serta-merta meyakinkan Anda untuk berhenti merokok, terutama saat Anda menikmati ritualnya, bentuk rokoknya yang ramping, bagaimana tembakaunya menyala, asap wangi yang melingkari jemari Anda. Namun, kebiasaan diri tidaklah sesederhana kecanduan rokok. Sejak masa yang tak diketahui, kita sudah kecanduan pada diri. Itulah cara kita mengenali diri kita. Dirilah yang paling kita sayangi. Diri jugalah yang kadang paling kita benci. Keberadaannya adalah hal yang paling keras kita upayakan untuk kita kukuhkan. Hampir segala sesuatu yang kita lakukan atau pikirkan atau miliki, termasuk jalan spiritual kita, adalah sarana untuk menegaskan keberadaan diri. Diri inilah yang takut gagal dan mendambakan kesuksesan, takut neraka dan mendambakan surga. Diri membenci penderitaan tetapi mencintai penyebab penderitaan. Diri dengan bodohnya melancarkan perang atas nama perdamaian. Diri mendambakan pencerahan tetapi tidak senang pada jalan pencerahan. Diri ingin bekerja seperti sosialis tetapi hidup seperti kapitalis. Saat diri merasa kesepian, ia mendambakan persahabatan. Rasa posesif terhadap

yang dicintainya mewujud dalam gelora yang bisa menyerang. Yang harusnya jadi musuh diri—seperti jalan spiritual yang dirancang untuk menaklukkan ego— sering kali malah digerus dan direkrut jadi sekutu diri. Kelihaiannya dalam memainkan permainan akal-akalan nyaris sempurna. Diri merajut kepompong di sekeliling dirinya seperti ulat sutra; tetapi tidak seperti ulat sutra, diri tidak tahu cara menemukan jalan keluarnya.

BERPERANG DENGAN DIRI

Selama pertempuran di Bodh Gaya, Mara mengerahkan berbagai senjata melawan Siddhartha. Terutamanya, ia punya sekumpulan panah khusus. Tiap panah punya daya hancur: panah yang bikin nafsu, panah yang bikin lemah batin, panah yang bikin gengsi, panah yang bikin tengkar, panah yang bikin sombong, panah yang bikin obsesi membuta, panah yang bikin lengah, itu baru sebagian. Dalam sutra Buddhis, kita membaca bahwa Mara tetap tak terkalahkan dalam diri kita masing-masing—ia mengarahkan panah beracunnya pada kita semua setiap saat. Ketika kita tertembak panah Mara, awalnya kita jadi mati rasa, tetapi kemudian racunnya menyebar ke seluruh hidup kita, lambat-laun menghancurkan kita. Ketika kita kehilangan kesadaran dan melekat pada diri, itulah racun Mara yang menyebabkan mati rasa. Perlahan tetapi pasti, emosi perusak menyusul, merembes ke keberadaan kita.

Ketika terkena panah nafsu, segala akal sehat, kesadaran, dan kewarasan kita kabur lewat jendela, sementara martabat semu, kemerosotan, dan keasusilaan merembes masuk. Teracuni, kita tak akan

berhenti mengejar yang kita inginkan. Seseorang yang dilanda berahi bisa menganggap kuda nil lewat sebagai seksi, biarpun ada gadis cantik menantinya dengan setia di rumah. Bagai ngengat tertarik api dan ikan tertarik umpan kail, di dunia ini banyak yang telah terjerat nafsu akan makanan, kemasyhuran, pujian, uang, kecantikan, dan penghormatan.

Nafsu juga bisa mewujud sebagai haus kekuasaan. Tercengkeram nafsu semacam ini, para pemimpin sama sekali tak peduli apakah nafsu kuasa mereka akan menghancurkan planet ini. Jika itu bukan karena ketamakan orang-orang tertentu terhadap kekayaan, jalan raya akan sudah dipenuhi mobil tenaga surya, dan tak ada orang yang akan kelaparan. Kemajuan seperti itu dimungkinkan secara teknologi dan fisik, tetapi rupanya tidak dimungkinkan secara emosi. Dan sementara itu, kita menggerutu tentang ketidakadilan dan menyalahkan orang seperti George W. Bush. Tertusuk sendiri panah ketamakan, kita tidak menyadari bahwa hasrat kita sendirilah—menikmati barang elektronik impor murah dan kemewahan seperti mobil Humvee—yang sesungguhnya menyokong perang yang meluluhlantakkan dunia kita. Setiap hari selama jam sibuk di Los Angeles, lahan parkir mobil kosong sementara ribuan mobil memenuhi ruas jalan, tiap mobil hanya satu penumpang. Bahkan mereka yang demo protes "Jangan Tumpahkan Darah Demi Minyak" bergantung pada minyak guna mengimpor buah kiwi untuk *smoothies* mereka.

Panah Mara menciptakan pertikaian tiada akhir. Sepanjang sejarah, tokoh-tokoh agama, yang seharusnya mengalahkan nafsu, teladan kejujuran dan kesantunan kita, malah terbukti sama haus kuasanya. Mereka mengakali pengikut mereka dengan ancaman neraka dan janji surga. Hari ini kita melihat para politikus mengakali pemilu dan kampanye

sampai-sampai mereka tak segan membombardir negara lain yang tak bersalah dengan rudal Tomahawk jika itu bisa membuat pendapat umum berpihak kepada mereka. Siapa yang peduli Anda menang perang selama Anda memenangi pemilu? Politikus lainnya berlagak suci membawa-bawa agama, membuat dirinya tertembak, menciptakan pahlawan, dan merancang musibah, semuanya demi memuaskan nafsu mereka meraih kekuasaan.

Ketika diri dipenuhi keangkuhan, diri mewujud dalam banyak cara—pikiran sempit, rasisme, kerapuhan, takut ditolak, takut tersakiti, ketidakpekaan, dan banyak lagi. Karena gengsi kejantanannya, kaum laki-laki telah meredam daya dan sumbangsih separuh lebih umat manusia—kaum perempuan. Semasa pacaran, tiap pihak membiarkan gengsi masuk, terus menilai apakah sang pacar cukup baik buat dirinya atau apakah dirinya cukup baik buat sang pacar. Keluarga yang bangga menghabiskan harta untuk satu hari pesta pernikahan yang entah bakal langgeng atau tidak, sementara pada hari yang sama, di desa yang sama, banyak orang sekarat kelaparan. Seorang turis sengaja pamer, ia memberi tip sepuluh dolar ke penjaga pintu yang mendorongkan pintu putar, lalu menit berikutnya ia menawar kaus lima dolar dari penjual yang mencari nafkah untuk bayi dan keluarganya.

Gengsi dan kasihan saling terkait erat. Menganggap hidup Anda lebih berat dan sedih dibanding orang lain adalah wujud kemelekatan diri belaka. Saat diri mengasihani diri sendiri, tak ada tempat di hati kita untuk berbelas kasihan kepada yang lain. Dalam dunia yang tak sempurna ini, begitu banyak orang telah menderita dan masih menderita. Tetapi penderitaan sebagian orang ternyata tergolong derita yang lebih "istimewa". Meski tidak ada statistik yang tepat, bisa dikatakan bahwa

jumlah penduduk asli Amerika yang dibantai ketika bangsa Eropa menjajah Amerika Utara setidaknya sama banyak dengan pemusnahan ras lainnya yang kita ketahui. Namun sampai kini tidak ada istilah umum—seperti *anti-Yahudi* atau *Holocaust*—untuk pembantaian yang tak terbayangkan ini.

Pembantaian massal yang dipimpin oleh Stalin dan Mao Tse-tung juga tidak punya label yang bisa dikenali, terselubungi museum yang apik, tuntutan ganti rugi, dan tak terhitung film dokumenter dan bioskop.

Rasisme menetes dari panah beracun keangkuhan. Banyak orang Asia dan Afrika menuduh orang Barat sebagai rasis, tetapi rasisme juga mengakar di Asia. Setidaknya di Barat ada hukum yang menentang rasisme, dan rasisme dikecam secara umum. Gadis Singapura tidak bisa mengajak suaminya yang orang Belgia pulang menemui keluarganya di Singapura. Etnik Tionghoa dan India di Malaysia tidak bisa mendapat status Bumiputra, bahkan setelah banyak generasi. Banyak orang Korea generasi kedua di Jepang masih belum diputihkan. Meski banyak orang kulit putih mengadopsi anak-anak kulit berwarna, belum tentu keluarga Asia yang mampu akan mengadopsi anak bule. Banyak orang Asia tidak senang dengan percampuran budaya dan ras seperti itu. Kita bertanya-tanya bagaimana perasaan orang Asia kalau keadaannya dibalik: jika berjuta-juta orang bule harus pindah ke Tiongkok, Korea, Jepang, Malaysia, Arab Saudi, dan India. Bagaimana jika para imigran ini bikin komunitas sendiri, merebut pekerjaan orang setempat, mengimpor istri, bicara bahasa mereka sendiri selama beberapa generasi, menolak bicara dalam bahasa setempat—dan terlebih lagi mendukung ekstremisme agama di negara asal mereka?

Iri hati merupakan panah Mara lainnya. Ini adalah salah satu emosi yang paling merugikan. Emosi ini mewujud di luar akal sehat dan bisa

mengarang cerita fantastik untuk mengusik Anda. Emosi ini bisa menyergap seketika pada saat yang tak terduga, mungkin bahkan saat Anda sedang menikmati orkestra. Walaupun Anda tidak kepingin menjadi pemain cello, bahkan Anda belum pernah menyentuh alat itu, Anda bisa merasa iri kepada pemain cello tak bersalah yang bahkan baru Anda lihat itu. Hanya karena ia berbakat sudah cukup untuk meracuni pikiran Anda.

Kebanyakan penghuni dunia iri dengan Amerika Serikat. Banyak tokoh fanatik agama dan politik yang mengejek dan mengkritik Amerika Serikat, menyebut warganya sebagai "pengikut iblis" dan "penjajah", ternyata akan langsung luluh kalau dapat *green card*, jika mereka belum punya. Karena iri hati yang sengit, masyarakat—seringnya terpengaruh media—sering menggulingkan orang atau apa pun yang mengalami sukses, entah finansial, fisik, atau intelektual. Beberapa wartawan mengaku membela kaum terpinggirkan dan wong cilik, namun sering kali mereka takut menunjukkan bahwa sebagian "kaum terpinggirkan" itu memang benar-benar fanatik. Para wartawan ini menolak mengungkap perilaku salah apa pun, dan sebagian yang angkat bicara menempuh risiko dicap sebagai ekstremis.

Karena nafsu keakuan Mara untuk memperoleh lebih banyak pengikut, ia dengan cerdik mengkhotbahkan kebebasan, tetapi jika seseorang benar-benar menerapkan kebebasan itu, belum tentu Mara senang. Pada dasarnya, kita senang punya kebebasan untuk diri kita sendiri saja tetapi bukan untuk orang lain. Tak heran bahwa jika kita atau siapa pun benar-benar menerapkan semua kebebasan, kita tidak akan diundang ke semua pesta. Yang disebut kebebasan dan demokrasi ini hanyalah alat kendali Mara yang lain.

BAGAIMANA DENGAN CINTA?

Kita mungkin berpikir bahwa tidak semua emosi adalah penderitaan—bagaimana dengan cinta, sukacita, inspirasi kreatif, pengabdian, kegirangan meluap, kedamaian, kesatuan, pemenuhan, dan kelegaan? Kita yakin bahwa emosi itu diperlukan untuk syair, lagu, dan seni. Definisi kita tentang "penderitaan" tidaklah tetap, dan terbatas. Definisi Siddhartha tentang "penderitaan" jauh lebih luas dan juga lebih spesifik dan jelas.

Beberapa jenis penderitaan, seperti penyerangan, iri hati, dan sakit kepala, jelas bersifat negatif, sementara yang lain lebih samar menimbulkan derita. Bagi Siddhartha, apa pun yang punya sifat tidak pasti dan tidak bisa diduga adalah penderitaan. Sebagai contoh, cinta mungkin saja menyenangkan dan memuaskan, tetapi cinta tidak bersemi begitu saja. Cinta bergantung pada orang atau sesuatu, dan karenanya cinta itu tak terduga. Setidaknya, orang bergantung pada objek cinta, yang berarti, selalu terkekang. Belum lagi ada banyak sekali kondisi tersembunyi tambahan. Karena alasan inilah, sia-sia saja jika kita menyalahkan orang tua karena masa kecil kita tidak bahagia atau menyalahkan diri kita karena ketidakakuran orang tua, karena kita tidak sadar ada banyak kondisi bergantungan tersembunyi yang terlibat dalam situasi ini.

Orang Tibet memakai kata *rangwang* dan *shenwang* untuk "kebahagiaan" dan "ketidakbahagiaan". Kedua kata ini sulit diterjemahkan secara persis; *rang* berarti "diri" dan *wang* berarti "kekuatan", "hak", atau "berhak", sementara *shen* berarti "yang lain". Secara umum dikatakan bahwa selama kita pegang kendali, kita bahagia, dan selama orang lain yang pegang kendali, kita tak bahagia. Karena itu definisi "kebahagiaan" adalah ketika kita punya kendali penuh, kebebasan, hak, santai, tak ada rintangan, tak

ada kekangan. Ini berarti kebebasan untuk memilih dan kebebasan untuk tidak memilih, kebebasan untuk giat atau untuk santai.

Ada hal-hal tertentu yang bisa kita lakukan untuk mengubah kondisi demi kebaikan kita, seperti minum vitamin supaya jadi kuat dan minum secangkir kopi supaya melek. Namun kita tidak mampu memegangi dunia supaya diam sehingga tidak muncul tsunami lagi. Kita tidak bisa mencegah merpati agar tidak menabrak kaca depan mobil kita. Kita tidak bisa mengendalikan pengemudi lainnya di jalan raya. Sebagian besar hidup kita berporos untuk mencoba membuat orang lain senang, terutama supaya kita merasa nyaman. Tidak enak rasanya tinggal dengan orang yang murung sepanjang waktu. Tetapi kita tidak bisa menjaga emosi orang lain ceria sepanjang waktu. Kita bisa mencoba, dan mungkin kita kadang berhasil, tetapi manipulasi seperti ini membutuhkan usaha pemeliharaan yang sangat besar. Tidaklah cukup bilang, "Aku cinta kamu," sekali saja pada awal hubungan. Anda harus melakukan hal yang benar—kirim bunga, beri perhatian—sampai akhir. Jika Anda gagal sekali saja, segala yang sudah Anda bangun bisa runtuh. Dan kadang, sekalipun Anda memberi perhatian penuh, objek perhatian Anda bisa saja salah mengartikan, tidak tahu bagaimana menerimanya, atau tidak menerima sama sekali. Seorang pemuda mengharapkan makan malam romantis bersama gadis impiannya, membayangkan bagaimana malam itu akan berlangsung, bagaimana ia akan merayu dan memesona gadis itu. Tetapi itu cuma khayalannya, tebakan. Entah itu tebakan yang sudah diperhitungkan dengan baik atau tidak, tetap saja itu cuma tebakan. Pada dasarnya kita tidak bisa 100% siap setiap saat. Karena itu, rintangan dan lawan kita hanya perlu berhasil 1% saja dari segala kesempatan untuk merugikan: kepeleset lidah, tak sengaja buang gas, sekilas saja memalingkan wajah dari mesin X-ray di pemeriksaan keamanan bandara.

Kita mungkin merasa bahwa kita tidak menderita-menderita amat, dan jika memang begitu, penderitaan kita tidak parah-parah amat. Setidaknya, kita tidak hidup di kolong jembatan atau terbantai di Rwanda. Banyak orang merasa, *aku baik-baik saja, aku masih bernapas, aku masih sarapan, semua berjalan seperti yang diharapkan, aku tidak menderita*. Tetapi apa maksud mereka? Apakah maksudnya ini 100% begitu? Sudahkah mereka berhenti menyiapkan segalanya agar jadi lebih baik? Sudahkah mereka melepas semua kerisauan mereka? Jika sikap seperti itu datang dari kecukupan hati sejati dan menghargai apa yang sudah mereka miliki, sikap menghargai seperti inilah yang Siddhartha anjurkan. Tetapi jarang kita menyaksikan kecukupan hati semacam itu; selalu ada perasaan kurang terus yang bilang bahwa masih banyak yang bisa dicapai dalam hidup, dan ketidakpuasan ini membawa pada penderitaan.

Solusi Siddhartha adalah mengembangkan penyadaran emosi. Jika Anda bisa menyadari emosi ketika muncul, walau sedikit saja, Anda sudah membatasi kelakuan emosi itu; emosi menjadi bagai remaja dengan pengawasnya. Ada yang mengawasi, dan kekuatan Mara pun dilemahkan. Siddhartha tidak terluka oleh panah beracun karena penyadarannya bahwa semua itu hanyalah ilusi. Dengan cara sama, emosi kita sendiri yang kuat bisa menjadi sama tidak berbahayanya seperti kelopak bunga. Dan ketika para peri itu mendekati Siddhartha, ia bisa melihat dengan jernih bahwa mereka hanyalah fenomena perpaduan, seperti lingkaran api, dan makanya mereka tidak lagi memikat. Mereka tak bisa lagi menggodanya. Sama pula, kita mematahkan godaan dengan melihat bahwa objek keinginan kita sesungguhnya hanyalah fenomena perpaduan.

Ketika Anda mulai mengamati kerusakan yang bisa dilakukan emosi, penyadaran akan berkembang. Ketika Anda punya penyadaran—

contohnya, jika Anda tahu bahwa Anda di pinggir jurang, maka Anda memahami bahaya di depan Anda. Anda bisa tetap lanjut dan melakukan yang sedang Anda lakukan; berjalan dengan penyadaran di tepi tebing tidak menakutkan lagi, malah mengasyikkan. Sumber sebenarnya ketakutan adalah tidak mengetahui. Penyadaran tidak mencegah Anda untuk hidup, malahan membuat hidup lebih penuh. Jika Anda sedang menikmati secangkir teh dan Anda memahami pahit-manisnya hal-hal fana, Anda akan sungguh menikmati secangkir teh itu.

tiga

Segala Sesuatu itu Kosong

Tak lama setelah pencerahan Siddhartha, ajarannya, yang kita sebut *Dharma*, mulai meresap ke semua bidang kehidupan masyarakat India. Dharma melampaui sistem kasta dan memikat bagi yang kaya maupun yang miskin. Salah satunya kaisar abad ke-3 SM adalah Raja Ashoka, kesatria keji dan tiran yang tak ragu membunuh keluarga dekatnya demi mengukuhkan kekuasaannya. Namun bahkan Raja Ashoka akhirnya menemukan kebenaran Dharma dan menjadi pecinta damai. Ia kini dikenal sebagai salah satu penyokong ajaran Buddha yang paling berpengaruh dalam sejarah.

Berkat para penyokong seperti Ashoka, Dharma terus berkembang, menyebar ke segala penjuru, berdenyut jauh melampaui perbatasan India. Pada abad ke-1 SM, lebih dari enam ratus mil dari Bodh Gaya, di kampung Tibet Kya Ngatsa, lahirlah orang biasa dengan potensi yang luar biasa. Setelah masa kecil yang bagai neraka dan mendalami ilmu hitam, pemuda galau ini membunuh lusinan anggota keluarga dan tetangganya dalam aksi balas dendam. Ia kabur dari rumahnya dan akhirnya bertemu petani bernama Marpa, seorang guru Dharma dan penerjemah hebat yang

mengajarkan hakikat keberadaan dan cara hidup yang pernah diajarkan oleh Siddhartha. Anak muda itu lalu terubahkan. Ia kemudian dikenal sebagai Milarepa, salah satu yogi suci paling tersohor di Tibet. Bahkan hari ini berbagai nyanyian dan kisahnya menginspirasi ratusan ribu orang. Warisan kebijaksanaannya telah diturunkan tanpa putus melalui silsilah guru dan murid.

Milarepa mengajari murid-muridnya bahwa kata-kata Siddhartha tidak seperti falsafah lain yang kita baca hanya demi kesenangan atau penyemangat, lalu kita taruh di rak. Kita bisa benar-benar menjalani Dharma dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Di antara murid generasi pertama Milarepa, ada murid yang sangat cerdas bernama Rechungpa. Walaupun Milarepa menasihati bahwa memadukan latihan itu lebih penting daripada cuma studi buku teks, Rechungpa bersiteguh berangkat ke India, guna menerima petunjuk klasik di salah satu lembaga falsafah Buddhis pada zaman itu. Tentu, Rechungpa belajar dengan tekun bersama banyak cendekiawan dan suciwan agung India. Ketika ia kembali ke Tibet setelah beberapa tahun, guru tuanya, Milarepa, menyambutnya di dataran tandus. Setelah mereka saling bertukar salam dan membahas studi Rechungpa selama beberapa saat, tiba-tiba badai dahsyat melanda dari langit. Tidak ada tempat manapun untuk berlindung di dataran terbuka itu. Milarepa melihat sebuah tanduk yak di atas tanah dan cepat-cepat berteduh di dalamnya—tanduk itu tidak menjadi lebih besar ataupun Milarepa menjadi lebih kecil. Dari tempat berteduhnya yang kering, Milarepa menyanyikan lagu yang isinya memberi tahu Rechungpa bahwa masih ada banyak ruang dalam tanduk yak itu… seandainya muridnya ini sudah menyadari sifat kekosongan.

Anda mungkin mengira kisah Milarepa dan tanduk yak itu cuma dongeng belaka. Atau, jika Anda tipe orang polos, Anda mungkin percaya bahwa ini kasus sihir oleh yogi Tibet. Tetapi maknanya bukan itu juga, seperti yang akan kita lihat.

MERAIH KEKOSONGAN

Dengan menaklukkan Mara dan pasukannya, Siddhartha menyadari kosongnya keberadaan yang hakiki. Ia memahami bahwa semua yang kita lihat, dengar, rasa, bayangkan, dan ketahui itu ada, hanyalah kekosongan yang kita hubungkan dengan atau labeli sebagai "kenyataan". Aktivitas menyematkan label atau menganggap dunia sebagai nyata ini muncul dari kebiasaan kuat perorangan dan kelompok—kita semua melakukannya. Kekuatan kebiasaan ini begitu kuatnya dan konsep kekosongan ini begitu tidak menariknya sehingga hanya segelintir saja yang punya tekad untuk mencari realisasi seperti Siddhartha. Alih-alih, kita berkelana seperti pengembara padang pasir yang tersesat yang melihat oasis dari kejauhan. Oasis itu sebenarnya cuma pantulan panas di atas pasir, namun karena putus asa, kehausan, dan pengharapan, pengembara mengira itu air. Mengerahkan tenaga terakhirnya untuk ke sana, ia mendapati bahwa ternyata itu hanya fatamorgana dan menjadi sungguh kecewa.

Walaupun kita tidak menganggap diri kita seputus asa itu, dan percaya bahwa kita ini cukup terpelajar, waras, dan berpikiran jernih, namun saat kita melihat dan merasa bahwa segala sesuatu benar-benar nyata, kita berperilaku bagai orang di padang pasir. Kita bergegas mencari pendamping sejati, rasa aman, pengakuan, dan kesuksesan, atau sekadar

ketenteraman dan keheningan. Kita mungkin bahkan berhasil meraih hal-hal yang mirip seperti yang kita dambakan. Tetapi sama seperti si pengembara, bila kita bergantung pada hal eksternal, pada akhirnya kita akan kecewa. Segala sesuatu tidak seperti kelihatannya: semuanya tidak kekal dan tidak sepenuhnya dalam kendali kita.

Jika kita benar-benar menelaah, seperti yang dilakukan Siddhartha, kita akan menemukan bahwa label seperti "bentuk", "waktu", "ruang", "arah", dan "ukuran" itu mudah dilucuti. Siddhartha menyadari bahwa bahkan sang diri ini hanya ada di tataran relatif, sama seperti fatamorgana. Realisasi Siddhartha ini mengakhiri siklus pengharapan, kekecewaan, dan penderitaannya. Pada momen keterbebasannya, ia berpikir, *Aku telah menemukan jalan yang mendalam, damai, tidak ekstrem, jernih, memenuhi harapan, dan seperti madu. Namun jika aku berusaha menjelaskannya, jika aku mencoba mengajarkannya, tidak ada yang mampu mendengarkan, menyimak, atau memahaminya. Karena itu, aku akan berdiam dalam keadaan damai ini di hutan.* Konon, mendengar rencana Siddhartha, Dewa Indra dan Dewa Brahma muncul dan memohonnya untuk tidak mengasingkan diri di hutan, tetapi mengajar demi makhluk lain. "Walaupun tidak semua orang akan memahami seluruh ajaran Anda," ujar mereka, "ada sedikit yang mungkin paham, dan menolong yang sedikit itu saja sudah sangat berarti."

Menghormati permohonan mereka, Siddhartha berangkat menuju Varanasi, yang pada zaman itu adalah kota besar di mana cendekiawan dan pemikir berkumpul di tepi Sungai Gangga. Kala Siddhartha tiba di Sarnath, dekat Varanasi, ia mendatangi kawan-kawan lamanya, yang dahulu meninggalkannya ketika ia mengakhiri ikrarnya dan minum susu yang Sujata persembahkan. Ketika mereka melihat Siddhartha mendekat, mereka cepat-cepat bersepakat mencuekkannya. Mereka tidak akan

menyapanya, apalagi berdiri dan bersujud padanya. "Ini dia si gadungan datang," cibir mereka. Namun bagi makhluk yang telah memahami kekosongan, seperti Siddhartha, hal-hal seperti pujian dan celaan, penghormatan dan penghinaan, baik dan buruk, menjadi sama sekali tidak penting. Semua itu hanyalah penafsiran dangkal, sehingga tidak perlu bereaksi seolah itu nyata. Karena itulah Siddhartha mendekat tanpa sedikit pun jejak keangkuhan, keraguan, atau kesombongan. Karena tidak adanya keakuan inilah, langkahnya begitu agung sehingga kelima petapa tak punya pilihan selain bangkit berdiri. Siddhartha menyampaikan pengajaran pertamanya di situ saat itu, dengan kawan-kawan lamanya sebagai murid-murid pertamanya.

LOGIKA KITA YANG TERBATAS

Siddhartha memang benar merasa bahwa mengajar akan jadi tugas yang tidak mudah. Dalam dunia yang digerakkan oleh ketamakan, keangkuhan, dan materialisme ini, bahkan mengajarkan prinsip dasar seperti cinta kasih, welas asih, dan kedermawanan saja sulit sekali, apalagi kebenaran tertinggi kekosongan. Kita terjebak dengan pemikiran jangka pendek dan terbelenggu kepraktisan. Bagi kita, sesuatu itu harus kelihatan dan langsung terasa gunanya agar layak untuk investasi waktu dan tenaga kita. Dengan kriteria itu, kekosongan yang diuraikan oleh Buddha tampak benar-benar tak ada gunanya. Kita mungkin berpikir, *Buat apa merenungi ketidakkekalan dan kekosongan dunia fenomena ini? Bagaimana kekosongan bisa menguntungkan?*

Dengan penalaran kita yang terbatas, kita punya serangkaian definisi tentang apa yang masuk akal dan apa yang bermakna—tetapi kekosongan ada di luar batasan itu. Ini seolah gagasan "kekosongan" tidak pas dalam otak kita. Ini karena pikiran manusia bekerja berdasarkan sistem logika tunggal yang tidak memadai, sekalipun ada tak terhitung banyaknya sistem logika yang lain. Kita bertingkah seolah sejarah ribuan tahun telah berlalu sebelum hadirnya momen ini, dan jika ada seseorang bilang bahwa keseluruhan evolusi manusia hanya makan waktu satu tegukan kopi turun ke tenggorokan, kita tak akan mampu memahaminya. Sama pula, ketika kita membaca di ajaran Buddha bahwa satu hari di neraka setara dengan lima ratus tahun, kita pikir gambaran agama ini cuma untuk menakuti kita supaya patuh. Tetapi bayangkan seminggu liburan dengan orang yang paling Anda cintai—rasanya berlalu seperti sejentikan jari. Sebaliknya, satu malam di penjara bersama pemerkosa yang beringas terasa seperti selamanya. Dipersepsikan dengan cara ini, konsep waktu kita mulai kelihatan tidak begitu mantap.

Sebagian dari kita mengizinkan *sedikit* hal-hal yang tak diketahui ke dalam sistem berpikir kita, memberi ruang bagi kemungkinan adanya kewaskitaan, intuisi, hantu, belahan jiwa, dan sebagainya, tetapi porsi besar kita masih mengandalkan logika ilmiah, hitam-putih. Segelintir orang yang disebut berbakat mungkin punya nyali atau keterampilan untuk melampaui konvensi umum, dan selama pandangan mereka tidak *terlalu* kelewatan, mereka mungkin bisa lolos sebagai seniman seperti Salvador Dali. Ada juga beberapa yogi terkenal yang sengaja bertingkah *sedikit* melewati batas yang bisa diterima umum dan dimuliakan sebagai "orang gila suci". Tetapi jika Anda benar-benar terlalu jauh melampaui batasan, jika Anda sepenuhnya melebur dalam kekosongan, orang-orang akan menganggap Anda tidak lumrah, gila, dan tidak nalar.

Namun Siddhartha bukan tidak nalar. Ia semata-mata menegaskan bahwa cara berpikir konvensional dan rasional itu terbatas. Kita tidak bisa, atau tidak akan, memahami apa yang ada di luar zona nyaman kita sendiri. Jauh lebih gampang bekerja dengan konsep garis lurus "kemarin, hari ini, dan besok" daripada mengatakan "waktu itu relatif". Kita tidak diprogram untuk berpikir, *aku bisa masuk ke dalam tanduk yak itu tanpa mengubah ukuran atau bentukku*. Kita tidak bisa mematahkan konsep "kecil" dan "besar" kita. Alih-alih kita terus mengungkung diri dengan cara pandang kita yang aman dan sempit yang telah turun temurun dari generasi ke generasi. Akan tetapi, ketika cara pandang ini diuji, ternyata cara ini tidak bisa dipertahankan. Misalnya, konsep garis waktu lurus yang dunia ini begitu andalkan tidak mempertimbangkan fakta bahwa waktu tidak punya awal dan akhir yang nyata.

Menggunakan penalaran ini, yang sangat tidak akurat, kita mengukur atau melabeli segala sesuatu sebagai "betul-betul ada". Fungsi, kesinambungan, dan kesepakatan memainkan peran utama dalam proses pengukuhan ini. Kita berpendapat bahwa jika sesuatu punya fungsi—misalnya, tangan Anda kelihatan berfungsi dengan memegang buku ini, maka hal itu eksis secara permanen, mutlak, dan sah. Suatu gambar tangan tidak punya fungsi seperti tangan, maka kita tahu itu bukanlah tangan sungguhan. Sama halnya, jika sesuatu tampak punya sifat sinambung—misalnya jika kita kemarin melihat gunung dan hari ini gunung itu masih di sana, kita merasa yakin bahwa gunung itu "nyata", lalu besok dan seterusnya akan tetap di sana. Dan ketika orang lain membenarkan bahwa mereka melihat hal yang sama seperti yang kita lihat, makin yakinlah kita bahwa hal-hal ini memang sungguh ada.

Tentu saja, kita tidak ke mana-mana sambil menalar, menegaskan, dan melabel keberadaan nyata segala hal—*ini buku yang benar-benar nyata di tanganku yang benar-benar nyata,* tetapi secara bawah-sadar kita hidup dalam keyakinan bahwa dunia ini benar-benar nyata, dan ini memengaruhi cara kita berpikir dan merasa setiap saat. Hanya pada kesempatan yang langka, saat kita bercermin atau melihat fatamorgana, barulah kita menyadari bahwa beberapa hal hanyalah penampakan belaka. Tidak ada daging dan darah dalam cermin, tak ada air dalam fatamorgana. Kita "tahu" bahwa bayangan cermin ini tidak nyata, bahwa mereka kosong dari keberadaan hakiki. Pemahaman semacam ini bisa membawa kita lebih jauh, tetapi kita hanya pergi sejauh yang dibolehkan pikiran rasional kita.

Ketika dihadapkan pada konsep orang yang bisa masuk ke dalam tanduk yak tanpa mengubah ukuran, kita punya sedikit pilihan: kita bisa tetap "rasional" dan menyangkal cerita itu dengan mengatakan bahwa itu mustahil. Atau kita bisa memakai suatu iman mistik tentang sihir atau devosi buta dan berkata, "*Iyalah, Milarepa memang yogi sakti, tentu saja ia bisa melakukan itu dan bahkan lebih lagi*." Kedua cara pandang kita ini melenceng, karena penyangkalan adalah suatu bentuk peremehan, dan iman buta adalah suatu bentuk pelebih-lebihan.

SUNGAI KEMARIN: MENERIMA LOGIKA SEBAGIAN

Melalui perenungan tak kenal lelahnya, Siddhartha dengan jernih melihat kesalahan dalam cara-cara umum prakiraan, penalaran, dan pelabel ini. Tentu cara-cara itu bekerja sampai batasan tertentu—karena dunia kita agaknya bekerja berdasarkan kesepakatan ini. Ketika kita manusia

membicarakan sesuatu yang sungguh ada dan nyata, kita mengatakannya sebagai yang pasti, bukan khayalan, nyata, dapat dibuktikan, tak berubah, dan tak berkondisi. Tentu saja, kita mengatakan bahwa beberapa hal berubah. Kuncup mekar jadi bunga, namun kita masih menganggapnya sebagai bunga yang betulan ada padahal itu terus berubah. Pertumbuhan dan perubahan adalah bagian dari gagasan kaku kita tentang hakikat bunga. Kita akan jauh lebih heran jika bunga menjadi tak berubah. Jadi dalam pengertian itu, pengharapan kita akan perubahan itu tidak berubah.

Sungai dialiri air segar, senantiasa berubah, dan kita tetap menyebutnya sungai. Jika kita mengunjungi tempat itu setahun kemudian, kita menganggap itu sungai yang sama. Apanya yang sama? Jika kita memisahkan satu aspek atau cirinya, kesamaan ini akan runtuh. Airnya beda, Bumi sedang di posisi berbeda dalam rotasinya melintasi galaksi, dedaunan telah gugur dan berganti—yang tersisa hanyalah penampakan sungai yang mirip dengan yang kita lihat terakhir kali. "Penampakan" adalah dasar yang tidak stabil bagi "kebenaran". Melalui analisis sederhana, yang mendasari realitas sehari-hari kita ternyata hanyalah penyamarataan dan asumsi yang samar-samar. Walau Siddhartha menggunakan kata-kata yang sama seperti orang biasa ketika mendefinisikan "kebenaran"—*bukan khayalan, pasti, tak berubah, tak berkondisi*, namun penggunaan kata-katanya ini jauh lebih akurat; bukan penyamarataan. Dalam pandangannya, "tak berubah" pasti bermakna tidak berubah dalam segala dimensi, *tanpa kecuali*, bahkan setelah analisis saksama.

Definisi umum kita akan "kebenaran" adalah hasil dari analisis sebagian. Jika analisis membawa jawaban yang menyenangkan, jika memberi hasil yang kita inginkan, kita tidak akan meneliti lebih lanjut. *Apakah ini benar-benar sandwich? Rasanya seperti sandwich, maka aku*

akan memakannya. Analisis berhenti di situ. Seorang pemuda sedang mencari pasangan hidup, ia melihat seorang gadis, dia tampak cantik, maka pemuda itu berhenti menganalisis dan mulai mendekati. Analisis Siddhartha terus berlanjut, makin mendalam sampai sandwich dan gadis itu jadi atom-atom, dan akhirnya bahkan atom pun tidak mampu menghentikan analisisnya. Tidak menemukan apa-apa di sana, ia terbebas dari kekecewaan.

Siddhartha menemukan bahwa satu-satunya cara untuk memastikan sesuatu itu benar-benar ada adalah membuktikan bahwa hal itu ada secara mandiri dan terbebas dari penafsiran, bentukan, atau perubahan. Bagi Siddhartha, semua mekanisme yang kelihatannya berfungsi untuk kelangsungan hidup kita sehari-hari—secara fisik, emosi, dan konsep—tidak memenuhi definisi itu. Semuanya tersusun dari berbagai bagian yang tidak tetap dan tidak kekal, sehingga selalu berubah. Kita bisa memahami pernyataan ini dalam dunia kesepakatan. Misalnya, Anda bisa bilang bahwa bayangan Anda di cermin tidaklah benar-benar ada karena itu bergantung dari keberadaan Anda di depan cermin. Jika itu tidak bergantung, maka bahkan tanpa wajah Anda, bayangan akan tetap ada. Sama halnya, tidak ada satu pun yang bisa sungguhan ada tanpa bergantung pada begitu banyak kondisi.

Kita melihat lingkaran api dan kita tidak ada masalah untuk memahami kondisi-kondisi pembentukannya. Kita menerima bahwa selama bagian-bagian ini berpadu, itu betul-betul lingkaran api… untuk saat ini. Tetapi kenapa kita tidak bisa berpikir begitu tentang buku yang kita pegang atau ranjang tempat kita berbaring? Itu tampak seperti buku, orang lain melihatnya seperti buku, berfungsi seperti buku; tetapi ketika Anda menganalisisnya, prinsip "untuk saat ini" bisa diterapkan padanya

juga. Semua yang kita kenal selama hidup kita bersifat "untuk saat ini". Hal-hal terlihat ada untuk saat ini; kita cuma tidak punya keberanian atau kemauan untuk melihatnya dengan cara ini. Dan karena kita tidak punya kecerdasan untuk melihat hal-hal dalam bagian-bagiannya, maka kita berpuas diri dengan melihat hal-hal sebagai satu kesatuan. Bila seluruh bulu dicabut dari merak, kita tidak akan lagi terpukau olehnya. Tetapi kita tidak mau menyerah untuk melihat seluruh dunia dengan cara ini. Ini seperti meringkuk di ranjang sambil bermimpi indah, setengah sadar bahwa Anda sedang bermimpi, dan tidak ingin bangun. Atau melihat pelangi yang indah dan tak mau mendekatinya karena takut pelangi itu akan lenyap. Punya semangat keberanian untuk bangun dan menyelidiki adalah yang Buddhis sebut "pelepasan". Bertentangan dengan keyakinan umum, pelepasan Buddhis bukanlah penyiksaan diri atau tapa keras. Siddhartha bersedia dan mampu melihat bahwa semua keberadaan kita hanyalah label yang disematkan pada fenomena yang tidak benar-benar eksis, dan melalui itu ia tersadarkan.

BUDDHA TIDAK SENANG MENYIKSA DIRI

Banyak orang yang berpengetahuan dangkal tentang ajaran Buddha berpikir bahwa Buddhisme itu muram, bahwa Buddhis menyangkal kebahagiaan dan hanya memikirkan penderitaan. Mereka menganggap Buddhis menjauhkan diri dari keindahan dan kesenangan jasmani karena itu adalah godaan; Buddhis semestinya murni dan sabar. Sebenarnya ajaran Siddhartha tidak berprasangka negatif terhadap keindahan dan kesenangan lebih dari terhadap konsep lainnya—asalkan kita tidak terhanyut menganggap bahwa hal-hal itu benar-benar nyata.

Siddhartha punya murid perumah tangga, kesatria bernama Manjushri yang dikenal banyak akal dan suka mengerjai orang. Di antara sesama murid, ada seorang biksu yang sangat rajin dan dihormati yang terkenal dengan "meditasi objek menjijikkan", suatu metode yang diresepkan, di antara banyak lainnya, untuk mereka yang banyak keinginan dan punya nafsu besar. Metode ini membayangkan semua manusia terbuat dari urat nadi, tulang rawan, usus, dan sebagainya. Manjushri memutuskan untuk menguji biksu rajin itu menggunakan kesaktiannya. Ia berubah wujud menjadi bidadari cantik dan muncul di hadapan biksu itu untuk merayunya. Selama beberapa saat biksu yang bagus itu tetap tak tergoyahkan, tak bergerak sedikit pun. Tetapi godaan Manjushri terbukti sangat ampuh, dan biksu itu mulai jatuh tergoda. Biksu itu terkejut karena selama bertahun-tahun bermeditasi ia sudah berhasil menolak sebagian perempuan tercantik di seantero negeri. Kaget dan kecewa kepada dirinya sendiri, biksu itu melarikan diri. Tetapi bidadari Manjushri mengejarnya sampai biksu yang kelelahan itu tersungkur ke tanah. Ketika wanita yang menggairahkan itu mendekatinya, ia berpikir, *Tamat sudah, perempuan cantik ini akan memelukku.* Ia memejamkan matanya rapat-rapat dan menunggu, tetapi tidak terjadi apa-apa. Ketika ia akhirnya membuka matanya, bidadari itu telah terurai dan Manjushri muncul, tertawa. "Menganggap seseorang itu cantik adalah konsep," kata Manjushri. "Melekat pada konsep itu membatasimu, mengikatmu, dan memenjarakanmu. Namun jika kamu menganggap seseorang itu jelek, itu juga konsep, dan itu pun akan membelenggumu."

Setiap tahun kita menghabiskan sejumlah besar uang untuk membuat diri dan lingkungan kita menarik. Tapi kecantikan itu apa? Kita bisa bilang bahwa itu tergantung yang melihat, namun jutaan dari kita

menonton Kontes Miss Universe untuk diberi tahu siapa yang paling cantik di jagat raya, menurut dewan juri. Kira-kira sepuluh juri inilah yang kiranya memberi kita definisi tertinggi kecantikan. Tentu saja akan selalu ada yang tidak setuju, mengingat bahwa dalam jagat ini mereka mengabaikan wanita cantik Papua Nugini dan wanita anggun suku Afrika yang mengenakan gelang-gelang di seputar leher mereka yang dipanjangkan.

Jika Siddhartha duduk di Kontes Miss Universe, ia akan memandang jenis kecantikan tertinggi yang sama sekali lain. Di matanya, perempuan yang dimahkotai tidak bisa menjadi yang paling cantik karena kecantikannya tergantung dari yang melihat. Karena definisi "paling" menurut Siddhartha mensyaratkan tidak bergantung dari segala kondisi, maka agar ia betul-betul cantik, tidak perlu ada kontes karena tiap orang otomatis akan setuju bahwa ia yang tercantik. Dan jika ia betul-betul cantik, tidak akan ada saat ia kelihatan tidak-begitu-cantik. Ia akan tetap cantik ketika ia menguap, ketika ia mengorok, ketika liur menetes dari mulutnya, ketika ia jongkok di toilet, ketika ia tua—*sepanjang* waktu.

Alih-alih melihat satu kontestan sebagai lebih atau kurang cantik dibanding yang lain, Siddhartha akan melihat bahwa semua perempuan kosong dari kejelekan dan kecantikan. Kecantikan yang ia lihat berada di ratusan juta sudut pandang dari mana kontestan mana pun bisa dilihat. Dari berlimpahnya sudut pandang di semesta, pasti ada yang cemburu, ada yang memandangnya sebagai kekasih, putri, kakak, ibu, sahabat, saingan. Bagi buaya, kontestan itu adalah makanan; bagi kuman, ia adalah sarang. Bagi Siddhartha, rangkaian ini sendiri mencengangkan cantiknya, sementara jika seseorang betul-betul paling cantik, ia harus ditetapkan dalam keadaan cantik itu selama-lamanya. Semua gaun dan baju renang,

lampu dan lipstik tidak perlu lagi. Sebagaimana adanya, kita ada tampilan kontes dan *untuk saat ini*, tontonan itu seindah lingkaran api kita yang tersusun dan tak kekal.

KEBENARAN RELATIF: "RADA-RADA" ADA

Dalam falsafah Buddhis, apa pun yang dicerap oleh pikiran tidak eksis sebelum pikiran itu mencerapnya; hal itu bergantung pada pikiran. Hal itu tidak eksis secara mandiri, sehingga hal itu tidak benar-benar eksis. Ini bukan untuk mengatakan bahwa hal itu *rada-rada* tidak ada. Buddhis menyebut dunia yang kita cerap ini sebagai kebenaran "relatif"—kebenaran yang diukur dan dilabel oleh pikiran biasa kita. Agar memenuhi syarat sebagai kebenaran "sejati", kebenaran itu harus bukan bentukan, bukan produk imajinasi, dan harus terbebas dari penafsiran.

Walau Siddhartha merealisasi kekosongan, kekosongan tidak diciptakan oleh Siddhartha ataupun orang lain. Kekosongan bukanlah hasil dari penemuannya, bukan pula dikembangkan sebagai teori untuk membantu orang bahagia. Entah Siddhartha mengajarkannya atau tidak, kekosongan sudah selalu kekosongan, walaupun sebaliknya kita bahkan tidak bisa benar-benar mengatakan bahwa kekosongan sudah selalu seperti itu, karena kekosongan itu melampaui waktu dan tak punya wujud. Kekosongan juga seharusnya tidak ditafsirkan sebagai lawan dari keberadaan—yaitu, kita tidak bisa mengatakan bahwa dunia relatif ini juga tidak ada—karena untuk mencari lawan dari sesuatu, Anda harus terlebih dahulu mengakui bahwa ada sesuatu untuk dicarikan lawannya. Kekosongan tidak meniadakan pengalaman sehari-hari kita. Siddhartha

tidak pernah mengatakan bahwa ada sesuatu yang spektakuler, lebih baik, lebih murni, atau lebih suci menggantikan apa yang kita cerap. Ia juga bukan anarkis yang menentang tampilan atau jalannya keberadaan dunia ini. Ia tidak bilang bahwa penampakan pelangi itu tidak ada ataupun tidak ada yang namanya secangkir teh. Kita bisa menikmati pengalaman kita, tetapi hanya karena kita bisa mengalami sesuatu, bukan berarti hal itu betul-betul ada. Siddhartha semata-mata menganjurkan agar kita menguji pengalaman kita dan mempertimbangkan bahwa itu bisa saja hanya ilusi sementara, seperti mimpi di siang bolong.

Jika seseorang minta Anda untuk mengepakkan lengan dan terbang, Anda akan bilang, "Saya tidak bisa," karena dalam pengalaman dunia relatif kita ini, tidaklah mungkin terbang secara fisik, sama halnya dengan bersembunyi dalam tanduk yak. Tetapi andai Anda tertidur dan bermimpi terbang di angkasa. Jika seseorang dalam mimpi itu bilang, "Manusia tidak bisa terbang," Anda akan menjawab, "Ini saya bisa—lihat?" Dan Anda akan terbang jauh. Siddhartha akan setuju pada kedua kasus ini—Anda *tidak bisa* terbang ketika Anda bangun, dan Anda *bisa* terbang ketika Anda tidur. Alasannya adalah sebab dan kondisi yang sudah dan yang belum bertemu; satu kondisi yang diperlukan untuk bisa terbang adalah bermimpi. Ketika kondisi itu tidak ada, Anda tidak bisa terbang; ketika kondisi itu ada, Anda bisa. Jika Anda bermimpi terbang dan terus meyakini bahwa Anda bisa terbang bahkan setelah Anda terbangun, ini jadi masalah. Anda akan jatuh dan Anda akan kecewa. Siddhartha berkata bahwa bahkan saat kita terbangun dalam dunia relatif ini, kita sesungguhnya tertidur dengan kekelirutahuan, seperti dayang istana pada malam Siddhartha meninggalkan kehidupan lamanya. Ketika sebab dan kondisi yang tepat bertemu, apa pun bisa terjadi. Tetapi ketika kondisi itu padam, pemunculan itu berhenti.

Memandang pengalaman kita di dunia ini sebagai mimpi, Siddhartha menemukan bahwa kebiasaan kita untuk terpaku semata hanya pada penampilan dunia relatif kita yang bak mimpi, menganggapnya benar-benar ada, melemparkan kita ke dalam lingkaran penderitaan dan kegalauan tanpa akhir. Kita dalam keadaan tidur lelap, tidur panjang seperti ulat sutra dalam kepompong. Kita merajut realitas berdasarkan gambaran, khayalan, pengharapan, ketakutan, dan kekeliruan kita. Kepompong kita sudah menjadi sangat padat dan canggih. Khayalan kita begitu nyata bagi kita sampai kita terjebak dalam kepompong itu. Tetapi kita bisa membebaskan diri kita hanya dengan menyadari bahwa ini semua adalah khayalan kita.

Pastilah ada tak terbatas banyaknya cara untuk bangun dari tidur ini. Bahkan zat seperti *peyote* (sejenis kaktus untuk membuat minuman keras) dan *mescaline* (zat halusinogen dalam *peyote*) bisa memberi kita gambaran kabur tentang aspek "realitas" yang seperti ilusi. Tetapi obat-obatan tidak bisa menghasilkan pencerahan sempurna, karena itu bergantung pada zat luar dan ketika efek *mescaline* lenyap, pengalaman itu pun lenyap. Misalkan Anda sedang mengalami mimpi yang sangat buruk. Yang diperlukan untuk membangunkan Anda hanyalah sepercik penyadaran bahwa Anda sedang bermimpi. Percikan ini bisa datang dari dalam mimpi. Bila Anda melakukan sesuatu yang aneh dalam mimpi, Anda mungkin terhenyak dan sadar bahwa Anda sedang tidur. *Peyote* dan *mescaline* bisa memercikkan penyadaran jangka pendek dengan menyibak kekuatan pikiran dan khayalan. Halusinasi membantu kita mengenali untuk sementara betapa kasat dan meyakinkannya ilusi itu. Tetapi zat-zat semacam itu tidak disarankan karena hanya memberi pengalaman buatan, yang malah bisa membahayakan tubuh. Alih-alih, kita harus punya kemauan kuat untuk

terbangun sekali dan selamanya, tanpa bergantung pada rangsangan luar. Kita jauh lebih baik bila penyadaran datang dari dalam. Yang benar-benar kita butuhkan adalah terbangun dari pola kebiasaan, khayalan, dan ketamakan kita. Pelatihan pikiran dan meditasi adalah cara terpesat, teraman, dan paling efektif untuk upaya dari dalam arus pikiran. Seperti yang Siddhartha katakan, "Engkau adalah majikanmu sendiri."

"KEMELEKATANLAH YANG MEMBELENGGUMU"

Siddhartha sepenuhnya paham bahwa dalam dunia relatif ini Anda bisa menyeduh secangkir teh *oolong* dan meminumnya; ia tidak akan mengatakan, "Tidak ada teh" atau "Teh adalah kekosongan." Jika harus mengatakan sesuatu, ia akan menyarankan bahwa teh itu tidak seperti yang terlihat; misalnya, teh adalah dedaunan mengeriput dalam air panas. Namun beberapa orang yang fanatik terhadap teh terhanyut pada daun itu dan membuat racikan khusus, menciptakan nama seperti Naga Besi dan menjualnya dalam kantong kecil seharga ratusan dolar. Bagi mereka itu bukan sekadar daun dalam air. Karena alasan inilah maka lima belas abad setelah Siddhartha mengajar, salah satu pewaris dharmanya yang bernama Tilopa, berkata kepada muridnya, Naropa, "Bukanlah penampilan yang membelenggumu, tetapi kemelekatan pada penampilanlah yang membelenggumu."

Suatu ketika ada biksuni cantik bernama Utpala. Seorang pria jatuh cinta mendalam kepadanya dan mulai membuntutinya ke mana saja. Pengejaran ini membuat sang biksuni merasa tak nyaman dan berusaha menghindari pria itu, tetapi pria itu pantang menyerah. Akhirnya suatu

hari, di luar dugaan pria itu, Utpala mendatanginya terang-terangan. Dengan terbata-bata, pria itu mencurahkan bahwa ia mencintai mata biksuni itu. Tanpa ragu Utpala mencungkil matanya dan memberikannya kepada pria ini. Kekagetan pria itu membuatnya menyadari betapa mudahnya orang terperangkap dan terobsesi pada fenomena perpaduan. Setelah ia mengatasi kekagetan dan kengeriannya, ia menjadi murid Utpala.

Dalam cerita lain dari fabel Buddhis Jepang, dua biksu Zen hendak menyeberang sungai ketika seorang gadis muda meminta mereka menggendongnya melewati arus yang deras. Kedua biksu ini sudah mengambil sumpah tingkat lanjut dan tidak diperbolehkan menyentuh perempuan, namun tanpa keraguan biksu yang lebih tua menggendong gadis itu di punggungnya, dan berjalan menyeberang. Ketika mereka sampai di seberang, ia menurunkan gadis itu dan, tanpa basa-basi, langsung berlalu. Beberapa jam kemudian biksu yang muda tak tahan lagi, "Kita ini biksu kan? Kenapa tadi kamu menggendong gadis itu?"

Biksu yang tua menjawab, "Aku sudah dari tadi menurunkannya. Kenapa kamu masih menggendongnya?"

Pada saat jernih, kita mungkin bisa melihat kosongnya konsep abstrak seperti kecantikan dan kejelekan—mereka bebas untuk ditafsirkan—namun jauh lebih sulit bagi kita untuk memahami kekosongan hal-hal yang bukan abstrak, seperti mobil yang perlu diservis, tagihan yang harus dibayar, tekanan darah tinggi yang mengancam kesehatan, keluarga yang menyokong kita atau yang butuh sokongan kita. Dapat dimengerti bahwa kita tidak mau atau tidak mampu melihat hal-hal ini sebagai ilusi. Lebih konyol lagi ketika kita terperangkap dalam kegemerlapan seperti gaya busana kelas atas, hidangan adiboga, status selebriti, dan keanggotaan di

klub elite. Tidak sedikit orang yang begitu manjanya hingga punya televisi di setiap ruangan atau dua ratus pasang sepatu jadi seperti kebutuhan. Bernafsu punya sepasang Nike atau jas Giorgio Armani dari butik mewah sudah jauh melampaui naluri kelangsungan hidup praktis kita. Orang bahkan berkelahi memperebutkan tas tangan di pertokoan. Fenomena tersusun berupa pengemasan dan riset pasar begitu rumit serta penuh perhitungan sampai-sampai kita menjadi budak merek, menerima saja label harga konyol yang tak ada kaitannya dengan nilai bahan.

Karena kebanyakan orang menerima sampai titik pandang bahwa benda-benda ini punya nilai, sulit bagi pecinta merek Louis Vuitton untuk memahami kekosongan hakiki dari obsesinya terhadap tas kulit asli, apalagi kekosongan hakiki dari tas itu sendiri. Diperkuat oleh budaya populer, pentingnya status dan label borjuis menjadi makin kukuh dalam pikiran kita, membuat dunia kita makin lama makin semu.

Selain diakali oleh penagih utang dan pakar pemasaran, kita didorong dan ditarik oleh sistem politik seperti demokrasi dan komunisme, konsep abstrak seperti hak individu dan posisi moral seperti anti-aborsi dan "hak untuk mati". Dunia politik dipenuhi oleh label semacam itu, dan peluang munculnya kepemimpinan sejati nyaris nol. Manusia telah menguji coba berbagai gaya kepemimpinan, dan tiap gaya punya manfaatnya, tetapi banyak orang masih saja menderita. Mungkin ada beberapa politikus dengan integritas yang memang baik, tetapi demi memenangi pemilu, mereka harus melabeli diri mereka sebagai pendukung atau penentang hak kaum homoseksual, meski mereka tidak terlalu tertarik pada isu itu. Sangat sering kita mendapati diri kita terpaksa menuruti pendapat mayoritas, sekalipun itu sikap yang gila, demi akur dengan dunia yang kita sebut demokratis ini.

Pada zaman dahulu kala, di suatu negeri yang terlanda kekeringan, seorang peramal tersohor mengatakan bahwa setelah tujuh hari, akhirnya hujan akan turun. Ramalannya ternyata benar dan semua bergembira. Ia lalu meramalkan akan ada hujan permata, dan sekali lagi ramalannya jitu. Rakyat sangat bahagia dan makmur. Ramalan berikutnya adalah setelah tujuh hari akan turun hujan lainnya, hujan kutukan, dan siapa pun yang minum air hujan itu akan jadi gila. Raja memerintahkan untuk menyimpan sebanyak mungkin air bersih supaya ia tidak harus minum air hujan kutukan itu. Tetapi rakyatnya tidak punya cukup sumber daya untuk menyimpan air mereka. Ketika hujan turun, mereka meminum air hujan itu dan menjadi gila. Tinggal raja sendiri yang "waras", tetapi ia tidak bisa memerintah rakyatnya yang gila, jadi karena putus asa, ia pun meminum air itu. Supaya bisa memerintah mereka, ia perlu ikut-ikutan gila.

Seperti dalam kontes Miss Universe, semua yang kita lakukan atau pikirkan di dunia ini didasarkan pada sistem logika bersama yang sangat terbatas. Kita terlalu banyak menekankan pada kesepakatan. Bila mayoritas sepakat bahwa sesuatu itu benar, maka hal itu biasanya menjadi sah. Ketika kita melihat kolam kecil, kita manusia hanya melihat kolam; tetapi bagi ikan-ikan di kolam, inilah jagat raya mereka. Jika kita berpegang pada demokrasi, para penghuni kolam seharusnya menang karena jumlah mereka lebih banyak dibanding kita para penonton kolam. Aturan mayoritas tidak selalu bekerja baik. Film megah yang jelek bisa menghasilkan keuntungan luar biasa, sementara film independen yang bagus hanya ditonton oleh segelintir orang. Dan karena ketergantungan kita pada pemikiran kelompok, dunia ini sering dipimpin oleh para penguasa yang paling berpandangan sempit dan korup; demokrasi adalah yang paling mudah diterima khalayak umum.

KEBENARAN: BUKAN DONGENG, BUKAN SULAP, TIDAK MEMATIKAN

Sulit bagi kita yang pikirannya terkondisi oleh pragmatisme untuk memahami kekosongan; itulah sebabnya berteduhnya Milarepa dalam tanduk yak hampir selalu dianggap dongeng. Cerita itu tidak muat masuk ke otak kita yang kecil, seperti halnya samudra tidak muat dimasukkan ke sumur. Suatu ketika ada katak yang hidup dalam sumur. Suatu hari dia bertemu katak dari samudra. Katak samudra menceritakan berbagai kisah fantastik dari samudranya dan membanggakan luasnya samudra. Tetapi katak sumur tidak bisa memercayainya; ia yakin sumurnya adalah bentangan air terluas dan terindah di dunia karena ia tidak punya perbandingan, pengalaman, dan penalaran untuk berpikir di luar itu. Maka katak samudra mengajak katak sumur ke samudra. Melihat luasnya samudra, katak sumur itu mati kena serangan jantung.

Realisasi belum tentu mematikan. Kita tidak harus seperti katak sumur yang tewas ketika dihadapkan dengan kekosongan. Jika katak samudra sedikit lebih welas asih dan piawai, ia mungkin sudah jadi pemandu yang lebih baik, dan katak sumur tidak akan mati. Barangkali katak sumur akhirnya akan pindah ke samudra. Kita tidak memerlukan bakat gaib untuk memahami kekosongan. Ini soal pembelajaran dan kemauan untuk melihat segala sesuatu dalam hal bagian-bagiannya serta sebab dan kondisi yang tersembunyi. Dengan wawasan semacam itu, kita jadi seperti penata panggung atau juru kamera yang pergi ke bioskop. Para profesional bisa melihat melampaui yang kita lihat. Mereka melihat bagaimana posisi kamera, lensa dan peralatan pencahayaan apa yang dipakai, bagaimana kerumunan orang dibikin komputer, dan semua

teknik pembuatan film lainnya yang tidak disadari penonton, sehingga bagi mereka berbagai ilusi itu terlucuti. Namun para profesional itu masih sangat bisa menikmati ketika mereka ke bioskop. Inilah contoh humor transendental Siddhartha.

DASI DAN SIMPUL EMOSI

Contoh klasik Buddhis untuk melukiskan kekosongan adalah kiasan ular dan tali. Katakan ada lelaki penakut bernama Jack yang punya fobia terhadap ular. Jack berjalan ke dalam ruangan yang remang-remang, melihat ular melingkar di sudut ruangan, dan panik. Sesungguhnya, yang ia lihat itu dasi bergaris Giorgio Armani, namun dalam ketakutannya ia salah menafsirkan apa yang ia lihat sampai ia bahkan bisa mati ketakutan—mati karena ular yang sesungguhnya tidak ada. Ketika ia menganggap dasi sebagai ular, penderitaan dan keresahan yang ia alami adalah yang Buddhis sebut "*samsara*", sejenis perangkap mental. Untung bagi Jack, temannya, Jill, masuk ke ruangan. Jill tenang dan waras dan tahu bahwa Jack merasa ia melihat ular. Jill menyalakan lampu dan menjelaskan bahwa tidak ada ular, bahwa itu dasi. Ketika Jack yakin bahwa ia aman, perasaan lega inilah yang Buddhis sebut "*nirwana*"—keterbebasan dan kemerdekaan. Tetapi kelegaan Jack didasari salah penalaran bahwa ia terhindar dari celaka, walaupun ternyata tidak ada ular dan tidak ada yang menyebabkan penderitaannya sejak semula.

Penting untuk dipahami bahwa dengan menyalakan lampu dan menunjukkan bahwa tak ada ular, Jill juga mengatakan bahwa tidak ada lenyapnya ular. Dengan kata lain, ia tidak bisa mengatakan, "Ularnya

sudah pergi sekarang," karena memang tidak pernah ada ular di sana. Ia tidak membuat ular itu hilang, sama seperti Siddhartha tidak menciptakan kekosongan. Inilah sebabnya Siddhartha berkukuh bahwa ia tidak dapat menghilangkan penderitaan orang lain dengan melambaikan tangannya. Keterbebasannya pun tidak bisa dianugerahkan ataupun dibagi sedikit-sedikit, seperti membagi hadiah. Yang bisa ia lakukan adalah menjelaskan dari pengalamannya sendiri bahwa tidak ada penderitaan sedari mula, yang bagaikan menyalakan lampu untuk kita.

Ketika Jill mendapati Jack terpaku dalam ketakutan, Jill punya beberapa pilihan. Ia bisa langsung menunjukkan bahwa tidak ada ular, atau ia bisa menggunakan cara piawai seperti menggiring "ular" itu ke luar ruangan. Tetapi jika Jack begitu ketakutan sampai tidak mampu membedakan ular dengan dasi, bahkan dengan lampu menyala, dan jika Jill tidak piawai, Jill malah bisa memperburuk keadaan. Jika ia melambaikan dasi itu ke depan wajah temannya, Jack bisa mati kena serangan jantung. Namun jika Jill cerdik dan melihat bahwa Jack sedang dalam delusi, ia bisa mengatakan, "Ya, aku lihat ularnya," dan dengan hati-hati mengeluarkan dasi itu dari ruangan supaya Jack merasa aman untuk sementara. Mungkin kelak, kalau Jack santai, ia bisa dibimbing perlahan-lahan sampai melihat bahwa tidak pernah ada ular sama sekali sedari awal.

Jika Jack tidak pernah masuk ke dalam ruangan itu, jika tak ada salah pengertian, maka semua skenario melihat ular atau tidak melihat ular ini tidak berlaku. Tetapi karena ia melihat ular dan terperangkap dalam skenario, dan karena ia lumpuh oleh ketakutannya, ia menginginkan cara melarikan diri. Ajaran Siddhartha adalah metode untuk keterbebasan semacam ini. Dharma kadang dianggap sebagai jalan "suci", meskipun

tegasnya tidak ada keilahian dalam Buddhisme. Jalan adalah metode atau alat yang menuntun kita dari satu tempat ke tempat lain; dalam hal ini, jalan menuntun kita dari kekelirutahuan menuju tiadanya kekelirutahuan. Kita memakai kata *suci* atau *mulia* karena kebijaksanaan Dharma mampu membebaskan kita dari ketakutan dan penderitaan, yang umumnya merupakan peran ilahi.

Pengalaman hidup kita sehari-hari dipenuhi ketidakpastian, kegembiraan sesekali, kecemasan, dan emosi-emosi yang melilit kita seperti ular. Harapan, ketakutan, ambisi, dan histeria sehari-hari kita menciptakan kegelapan dan bayangan yang membuat ilusi ular menjadi bahkan lebih hidup. Seperti Jack si penakut, kita memburu solusi di semua sudut ruangan yang digelapkan. Tujuan satu-satunya ajaran Siddhartha adalah membantu para penakut seperti kita untuk memahami bahwa penderitaan dan ketakutan kita semuanya didasarkan pada ilusi.

Meskipun Siddhartha tidak bisa menghapus penderitaan dengan ayunan tongkat atau dengan kesaktian, ia sangat piawai dalam menyalakan lampu. Ia menyediakan banyak jalan dan metode untuk menemukan kebenaran. Pada kenyataannya ada puluhan ribu jalan untuk diikuti dalam Buddhisme. Mengapa tidak disederhanakan menjadi satu metode saja? Alasannya adalah, seperti beragam obat dibutuhkan untuk beragam penyakit, beragam metode dibutuhkan untuk beragam jenis kebiasaan, budaya, dan sikap. Yang mana yang diikuti tergantung pada keadaan pikiran murid dan keahlian yang dimiliki guru. Alih-alih mengagetkan semua orang dengan kekosongan sejak awal, Siddhartha mengajar banyak muridnya dengan metode-metode umum seperti meditasi dan aturan perilaku—"Berbuat benar, jangan mencuri, jangan bohong." Ia meresepkan berbagai tingkat pelepasan dan pertapaan, dari cukur rambut

sampai pantang makan daging, tergantung dari sifat murid. Jalan yang kelihatannya religius dan ketat cocok bagi mereka yang awalnya tidak mampu menyimak atau memahami kekosongan, juga bagi mereka yang sifatnya cocok dengan pertapaan.

CARA BUDDHA MENGAJAR: DHARMA SEBAGAI PLASEBO

Sebagian orang berpikir bahwa aturan ketat dan perbuatan bajik adalah inti ajaran Buddha, namun ini hanya sebagian kecil dari sekian banyak metode piawai Buddha. Ia tahu bahwa tidak setiap orang mampu langsung memahami kebenaran tertinggi. Sulit bagi kebanyakan orang untuk mencerna konsep seperti "neraka hanyalah persepsi sikap agresifmu sendiri," apalagi konsep kekosongan. Buddha tidak ingin Jack terperangkap dalam "neraka" pribadinya, namun ia juga tidak bisa menyuruh Jack untuk mengatasi persepsi dan sikap agresifnya karena Jack masih idiot. Maka demi Jack, Buddha mengajarkan bahwa ada neraka di luar sana, dan untuk terhindar pergi ke sana dan direbus di besi yang meleleh, Jack harus berhenti menuruti emosi dan perbuatan yang negatif dan tidak baik. Ajaran semacam ini merebaki lingkungan Buddhis; sangat sering kita melihat alam neraka dilukis di dinding wihara, lengkap dengan tubuh yang terbakar dan ngarai air beku yang menyeramkan. Gambar-gambar ini bisa ditafsirkan secara harfiah atau kiasan, tergantung dari kapasitas murid. Mereka yang punya kemampuan unggul tahu bahwa sumber neraka sehari-hari kita, penderitaan kita, bertunas dari persepsi kita sendiri. Mereka tahu bahwa tak ada hari kiamat dan tak ada hakim. Ketika Milarepa muncul dalam tanduk yak, Rechungpa sendiri sedang

dalam proses menjadi guru besar. Ia punya kemampuan hebat untuk memahami kekosongan secara intelektual dan realisasi yang memadai untuk bisa melihat Milarepa di dalam tanduk yak; tetapi realisasinya berhenti tepat sebelum mampu bergabung dengan gurunya. Tujuan akhir Buddha adalah membuat Jack mengerti, seperti murid-murid unggul ini, bahwa tak ada alam neraka selain dari sikap agresif dan kekelirutahuannya sendiri. Dengan meminimalisir perbuatan buruknya untuk sementara, Jack teralihkan sebelum makin terjerat dalam persepsi, kegalauan, dan ketakutannya.

Kata *karma* diidentikkan dengan Buddhisme. Biasanya karma dipahami sebagai sejenis sistem ganjaran moral—karma "buruk" dan karma "baik". Tetapi karma itu sekadar hukum sebab dan akibat, jangan dikelirukan dengan moralitas atau etika. Tak seorang pun, termasuk Buddha, menetapkan batasan mendasar tentang apa yang negatif dan apa yang positif. Motivasi dan perbuatan apa pun yang menjauhkan kita dari kebenaran seperti "segala sesuatu yang tersusun tidaklah kekal" bisa menghasilkan konsekuensi negatif, atau buah karma buruk. Dan perbuatan apa pun yang membawa kita lebih dekat dengan pemahaman kebenaran seperti "segala emosi itu menyakitkan" bisa menghasilkan konsekuensi positif, atau buah karma baik. Pada akhirnya nanti, bukan Buddha yang menghakimi; hanya Anda yang bisa benar-benar tahu motivasi di balik tindakan Anda.

Dalam suatu diskusi dengan muridnya, Subhuti, Siddhartha berkata, "Mereka yang melihat Buddha sebagai wujud dan mereka yang mendengar Buddha sebagai suara itu punya pandangan salah." Empat ratus tahun kemudian cendekiawan Buddhis agung India, Nagarjuna, setuju dengan itu. Dalam tulisan terkenalnya tentang falsafah Buddhis, ia mencurahkan satu bab penuh untuk "Menganalisis Buddha", dan

menyimpulkan bahwa pada akhirnya tidak ada Buddha yang eksis secara eksternal. Bahkan hari ini, tidak aneh mendengar ungkapan Buddhis seperti, "Jika kamu melihat Buddha di jalan, bunuh dia." Ini tentu saja hanya kiasan; pastilah kita tidak semestinya membunuhnya. Ini bermakna bahwa Buddha yang sejati bukanlah juru selamat yang ada di luar sana, yang terikat ruang dan waktu. Di sisi lain, seorang pria bernama Siddhartha memang muncul di Bumi ini yang menjadi dikenal sebagai Buddha Gautama, dan berjalan tanpa alas kaki di jalanan Magadha, menerima sedekah. Buddha ini memberi ceramah, merawat yang sakit, dan bahkan mengunjungi keluarganya di Kapilavastu. Alasan mengapa Buddhis tidak akan bertikai bahwa Buddha fisik ini hidup pada abad ke-5 SM di India—bukan di Kroasia pada zaman modern, misalnya—adalah karena kita punya catatan sejarah bahwa selama berabad-abad ia menjadi sumber inspirasi di India. Ia seorang guru besar, yang pertama dari baris panjang silsilah guru dan murid terpelajar. Tidak lebih dari itu. Namun bagi pencari serius, inspirasi adalah segalanya.

Siddhartha menggunakan banyak metode piawai untuk menginspirasi orang. Suatu hari ada biksu melihat sobekan di jubah Buddha Gautama dan menawarkan untuk menjahitkannya, tetapi Buddha menolak tawarannya. Ia terus berjalan dan meminta derma dengan jubah robek. Ketika ia menuju ke hunian wanita yang sangat melarat, para biksu heran karena mereka tahu wanita itu tidak punya apa-apa untuk didermakan. Ketika wanita itu melihat jubah Buddha yang robek, ia menawarkan untuk menambalnya dengan seutas benang yang ia punya. Siddhartha menerima dan menyatakan bahwa kebajikan wanita itu akan membuatnya kelak terlahir kembali sebagai ratu di surga. Banyak orang yang mendengar kisah ini pun tergugah untuk melakukan kedermawanan.

Dalam kisah lain, Siddhartha mengingatkan seorang tukang jagal bahwa membunuh akan menimbulkan karma buruk. Tetapi tukang jagal itu berkata, "Cuma ini yang bisa saya lakukan, ini mata pencaharian saya." Siddhartha meminta tukang jagal itu setidaknya bertekad tidak membunuh dari matahari terbenam sampai matahari terbit. Ia bukan memberi izin tukang jagal itu untuk membunuh pada siang hari, tetapi membimbingnya untuk berangsur-angsur mengurangi perbuatan buruknya. Inilah contoh-contoh cara piawai yang dikerahkan Buddha untuk mengajar Dharma. Ia tidak bilang bahwa karena wanita miskin itu menjahitkan jubah-*Nya*, maka ia akan masuk surga, karena Buddha itu luhur. Kemurahan hati wanita itu sendirilah yang menghasilkan kemujuran baginya.

Anda mungkin berpikir bahwa ini berlawanan dengan nalar. Buddha seolah menyangkal dirinya sendiri, mengatakan bahwa ia tidak ada, bahwa semua kosong belaka, dan kemudian mengajarkan moralitas dan keselamatan. Namun metode-metode seperti ini diperlukan supaya tidak menakut-nakuti orang yang belum siap diperkenalkan pada kekosongan. Mereka ditenangkan dan dipersiapkan untuk ajaran yang sesungguhnya. Ini seperti mengatakan bahwa memang *ada* ular, lalu membuang dasi ke luar jendela. Metode-metode yang tak terbatas banyaknya inilah jalannya. Akan tetapi, jalan ini sendiri pada akhirnya harus ditinggalkan, sama seperti Anda meninggalkan perahu ketika Anda mencapai tepian seberang. Anda harus turun dari perahu begitu Anda sampai. Pada momen terjadinya realisasi total, Anda harus meninggalkan Buddhisme. Jalan spiritual adalah solusi sementara, obat plasebo yang digunakan sampai kekosongan dipahami.

MANFAAT MEMAHAMI

Anda mungkin masih merenungi, "*Apa gunanya memahami kekosongan?*" Dengan memahami kekosongan, Anda tetap bisa menghargai semua yang tampak eksis, tetapi tanpa melekat pada ilusi seakan semua itu nyata dan tanpa kekecewaan terus-menerus seorang anak yang mengejar pelangi. Anda menembusi ilusi itu dan diingatkan bahwa dirilah yang menciptakan ilusi itu sedari mula. Anda mungkin masih bisa naik pitam atau terbawa emosi, sedih, marah, atau bergairah, tetapi Anda punya keyakinan seperti orang di bioskop yang bisa meninggalkan dramanya karena ada pemahaman jernih bahwa itu cuma film. Pengharapan dan ketakutan Anda setidaknya sedikit terurai, seperti mengenali bahwa ular ternyata cuma dasi.

Kalau kita belum menembusi kekosongan, kalau kita tidak sepenuhnya memahami bahwa segala sesuatu adalah ilusi, dunia ini kelihatan nyata, kasat, dan kukuh. Pengharapan dan ketakutan juga menjadi kukuh sehingga tak terkendali. Sebagai contoh, jika Anda punya keyakinan kukuh pada keluarga Anda, Anda punya pengharapan mendalam bahwa orang tua akan merawat Anda. Anda tidak akan merasa begitu terhadap orang tak dikenal di jalan; orang itu tidak punya kewajiban seperti itu. Memahami fenomena tersusun dan memahami kekosongan mengizinkan adanya ruang dalam hubungan itu. Seiring Anda mulai melihat berbagai pengalaman, tekanan, dan keadaan yang membentuk orang tua Anda, pengharapan Anda terhadap mereka berubah, kekecewaan Anda berkurang. Saat sebagian dari kita menjadi orang tua juga, bahkan sedikit saja pemahaman tentang kesalingbergantungan secara efektif melunakkan pengharapan kita terhadap anak, yang bisa mereka tafsirkan

sebagai cinta. Tanpa pemahaman itu, kita mungkin punya maksud baik untuk menyayangi dan merawat anak-anak kita, tetapi pengharapan dan tuntutan kita bisa menjadi tak tertahankan.

Demikian pula, dengan memahami kekosongan, Anda kehilangan minat terhadap semua tampilan luar dan keyakinan yang dibangun dan dirobohkan masyarakat—sistem politik, ilmu pengetahuan dan teknologi, ekonomi global, masyarakat bebas, Persatuan Bangsa-Bangsa. Anda menjadi seperti orang dewasa yang tidak begitu tertarik pada permainan anak-anak. Selama bertahun-tahun Anda telah memercayai lembaga-lembaga ini dan yakin bahwa mereka bisa berhasil sementara sistem yang lama sudah gagal. Namun dunia ini tak kunjung menjadi tempat yang lebih aman, lebih menyenangkan, dan lebih terlindung.

Ini bukan mengatakan bahwa Anda harus keluar dari masyarakat. Punya pemahaman mengenai kekosongan bukan berarti Anda menjadi cuek; sebaliknya, Anda mengembangkan rasa tanggung jawab dan welas asih. Jika Jack menjerit-jerit, membuat keributan, memaki semua orang untuk berhenti menaruh ular di dalam rumah, dan Anda tahu itu karena delusinya, Anda akan bersimpati kepadanya. Orang lain mungkin tidak akan begitu pemaaf, sehingga Anda bisa mencoba menyalakan lampu, demi Jack. Pada tataran kasar, Anda masih akan memperjuangkan hak pribadi Anda, mempertahankan pekerjaan, aktif secara politik di dalam sistem; tetapi ketika keadaan berubah, menguntungkan atau merugikan Anda, Anda sudah siap. Anda tidak meyakini secara membuta bahwa segala sesuatu yang Anda inginkan dan harapkan harus terkabul, dan Anda tidak terjerat pada hasil akhirnya.

Lebih seringnya, banyak dari kita memilih untuk tetap dalam gelap. Kita tidak mampu melihat ilusi-ilusi yang membentuk kehidupan sehari-

hari kita karena kita tidak punya keberanian untuk keluar dari jaringan tempat kita tersangkut. Kita pikir kita sudah, atau akan sebentar lagi, cukup nyaman jika terus melakukan seperti yang selama ini kita lakukan. Ini seolah kita memasuki labirin yang rutenya sudah biasa kita lalui, dan kita tidak ingin menjelajahi jalur lainnya. Kita tidak punya jiwa petualang karena kita merasa bisa rugi begitu banyak. Kita takut bahwa jika kita melihat dunia dari sudut pandang kekosongan, kita bisa diasingkan dari masyarakat, kehilangan kehormatan, berikut dengan teman, keluarga, dan pekerjaan. Belum lagi pikatan dunia ilusi yang begitu menggoda, yang terkemas begitu baik. Kita dibombardir dengan pesan mengenai sabun yang bisa membuat kita sewangi surga, betapa ajaibnya *South Beach Diet*, bagaimana demokrasi adalah satu-satunya sistem pemerintahan yang mantap, bagaimana vitamin akan meningkatkan stamina kita. Kita jarang mendengar kebenaran dari dua sudut pandang atau lebih, dan pada momen langka hal ini terjadi, ini biasanya dalam tulisan yang dicetak kecil-kecil. Bayangkan George W. Bush pergi ke Irak dan mengumumkan, "*Demokrasi gaya Amerika mungkin cocok atau tidak cocok di negeri Anda*."

Seperti anak-anak di bioskop, kita terhanyut dalam ilusi. Dari sinilah muncul keangkuhan, ambisi, dan rasa tidak aman kita. Kita jatuh cinta pada ilusi yang telah kita ciptakan sendiri dan mengembangkan rasa bangga berlebihan terhadap penampilan kita, kepemilikan kita, dan pencapaian kita. Ini seperti pakai topeng dan dengan bangga berpikir bahwa topeng itu betul-betul Anda.

Dahulu kala ada lima ratus kera, salah satunya merasa dirinya sangat pintar. Suatu malam kera ini melihat bayangan bulan di danau. Dengan bangga ia memberi tahu semua kera lainnya, "Jika kita pergi ke danau dan mengambil bulan, kita akan jadi pahlawan yang menyelamatkannya."

Awalnya kera-kera lain tidak memercayainya. Namun ketika mereka melihat dengan mata kepala sendiri bahwa bulan sudah jatuh ke dalam danau, mereka memutuskan untuk menyelamatkannya. Mereka memanjat pohon dan berpegangan pada ekor satu sama lain sehingga mereka bisa menjangkau bulan yang bersinar. Tepat ketika kera terakhir nyaris menggapai bulan, batang itu patah dan mereka semua jatuh ke dalam danau. Mereka tidak tahu caranya berenang dan berjuang mati-matian dalam air sementara bayangan bulan itu sirna dalam riak. Terdorong oleh nafsu memperoleh ketenaran dan menjadi yang paling orisinil, kita seperti para kera ini, merasa begitu pintar menemukan sesuatu dan meyakinkan teman-teman untuk melihat apa yang kita lihat, merasakan yang kita rasa, terdorong oleh ambisi untuk menjadi juru selamat, yang pintar, yang tahu segalanya. Kita punya segala macam ambisi kecil, seperti membuat gadis terpesona, atau ambisi besar, seperti mendarat di Mars. Dan dari waktu ke waktu kita berakhir di dalam air tanpa pegangan apa pun, dan tidak tahu caranya berenang.

Setelah memahami kekosongan, Siddhartha tak lagi punya kelebihsukaan berbaring di rumput kusha di bawah pohon bodhi atau di bantal sutera di istana. Nilai lebih yang ditempatkan di bantal benang emas itu semata-mata dirangkai oleh ambisi dan hasrat manusia. Kenyataannya, seorang petapa gunung mungkin merasa rumput kusha lebih nyaman dan bersih, dan lebih bagusnya lagi, jika rusak, tidak ada yang perlu dikhawatirkan. Anda tidak perlu menyemprotnya dengan larutan tertentu untuk mencegah kucing Anda mencakarinya. Kehidupan istana dipenuhi dengan "barang berharga" yang perlu perawatan. Tetapi jika dipaksa untuk memilih, Siddhartha akan memilih alas rumput supaya tidak usah punya banyak hal untuk diurus.

Kita manusia menganggap berpandangan-luas merupakan sesuatu yang baik. Guna memperluas pandangan kita, penting untuk tidak berpuas diri belaka di hal-hal yang membuat kita nyaman dan yang kita sudah biasa. Akan membantu jika kita punya keberanian untuk melangkah melampaui norma dan tidak terjebak dalam batasan logika biasa. Jika kita bisa melampaui batasan, kita akan menyadari bahwa kekosongan itu luar biasa sederhana. Milarepa berteduh dalam tanduk yak tidak lebih mengagetkan daripada orang mengenakan sepasang sarung tangan. Tantangannya terletak pada kemelekatan kita untuk menggunakan logika, tata bahasa, aksara, dan rumus angka yang itu-itu saja dan kuno. Jika kita bisa mengingat sifat tersusun dari kebiasaan-kebiasaan ini, kita bisa memotongnya. Kebiasaan-kebiasaan itu tidak mustahil untuk dipatahkan. Yang diperlukan hanyalah satu situasi ketika kondisi-kondisi sudah tepat persis dan tersedianya satu informasi yang tepat pada waktunya; lalu Anda bisa tiba-tiba menyadari bahwa semua sarana yang biasa Anda andalkan itu tidaklah kaku-kaku amat—semua itu lentur, bisa ditekuk. Sudut pandang Anda akan berubah. Jika seseorang yang Anda percaya mengatakan bahwa istri yang Anda benci selama bertahun-tahun ini sesungguhnya adalah dewi kekayaan yang sedang menyamar, maka cara pandang Anda terhadapnya akan berubah dalam setiap aspek. Sama pula, jika Anda sedang menikmati steak lezat dengan segala macam saus di restoran keren, menikmati tiap kunyahan, dan kemudian si koki bilang bahwa itu sebenarnya daging manusia, seketika pengalaman itu berbalik 180 derajat. Konsep lezat Anda berubah jadi konsep jijik.

Ketika Anda terbangun dari mimpi tentang lima ratus gajah, Anda tidak akan heran bagaimana semua gajah itu bisa muat ke dalam kamar Anda karena mereka tidak ada sebelum, sewaktu, dan setelah mimpi

itu. Namun ketika Anda bermimpi mengenai gajah-gajah itu, mereka terasa benar-benar nyata. Suatu hari kita akan menyadari, tidak hanya secara intelektual, bahwa tidak ada yang disebut "besar" dan "kecil," "untung" atau "rugi", bahwa itu semua relatif. Pada saat itu kita akan mampu memahami bagaimana Milarepa bisa masuk dalam tanduk yak dan mengapa penguasa lalim seperti Raja Ashoka bisa sujud dan tunduk pada kebenaran ini.

empat

Nirwana itu Melampaui Segala Konsep

Menurut Buddhis, sebelum kehidupan Siddhartha mencapai pencerahan ini, ia telah menjalani tak terhitung banyaknya kehidupan sebagai burung, monyet, gajah, raja, ratu, dan berulang kali sebagai bodhisattva, makhluk yang punya tujuan tunggal untuk mengatasi kekelirutahuan demi kebaikan semua makhluk. Namun baru pada kehidupannya sebagai Pangeran Siddhartha dari India ia akhirnya mengalahkan Mara di bawah pohon bodhi dan mencapai pantai seberang, sisi lain dari *samsara*. Keadaan ini disebut sebagai "nirwana". Setelah mencapai nirwana, ia memberikan pembabaran pertamanya di Sarnath, dekat Varanasi, dan lanjut mengajar di seluruh India utara sampai akhir hayatnya. Murid-muridnya adalah biksu dan biksuni, raja dan panglima, penghibur dan pedagang. Banyak anggota keluarganya meninggalkan keduniawian, termasuk istrinya, Yashodhara, dan putranya, Rahula. Ia dihormati sebagai manusia tertinggi oleh banyak orang dari seluruh India dan sekitarnya. Tetapi ia tidak menjadi tak bisa mati. Setelah mengajar sepanjang hidupnya, ia mangkat di tempat bernama Kushinagar. Pada momen itu ia bahkan melampaui nirwana menuju keadaan yang disebut "parinirwana."

SURGA: LIBURAN PALING TOP?

Nirwana, pencerahan, keterbebasan, kemerdekaan, surga—inilah kata-kata yang banyak orang senang ucapkan namun segelintir saja yang punya waktu untuk memeriksanya. Seperti apa rasanya masuk ke dalam salah satu keadaan itu? Walaupun kita pikir bahwa nirwana itu jauh berbeda dari surga, namun versi kita tentang surga dan nirwana secara garis besar punya ciri yang sama. Surga/nirwana adalah ke mana kita ketika meninggal setelah bertahun-tahun melaksanakan kewajiban, berlatih, dan jadi warga negara yang baik. Kita akan ketemu banyak kawan lama kita karena itu tempat berkumpulnya orang-orang mati yang "baik", sementara orang mati yang tak-begitu-baik menderita di bawah sana. Kita akhirnya punya kesempatan untuk memecahkan misteri kehidupan, menyelesaikan urusan yang belum selesai, membuat perbaikan, dan mungkin melihat kehidupan lampau kita. Bayi-bayi kecil tanpa kelamin beterbangan menyetrika baju kita. Rumah kita di sana memenuhi semua kebutuhan dan keinginan kita dan berlokasi di lingkungan sesama penghuni nirwana yang taat aturan. Kita tidak perlu mengunci jendela dan pintu, dan rasanya tidak perlu polisi. Jika ada politikus, mereka semua andal dan jujur. Segalanya persis yang kita mau; seperti rumah peristirahatan yang sangat nyaman. Atau barangkali sebagian dari kita membayangkan cahaya putih bersih yang paling bersih, tempat yang lapang, pelangi dan awan di mana kita istirahat dalam keadaan bahagia sambil mempraktikkan kesaktian mata dewa dan mahatahu kita. Tidak ada kematian yang kita takutkan karena Anda *toh* sudah mati dan tak perlu takut kehilangan apa-apa lagi. Satu-satunya yang mungkin kita cemasi adalah beberapa teman dan anggota keluarga tercinta yang kita tinggalkan.

Siddhartha menemukan bahwa berbagai versi kehidupan pasca-kematian ini adalah fantasi. Di bawah penelitian yang cermat, gambaran umum tentang surga tidaklah menarik-menarik amat, dan begitu pula pencerahan. Pensiun, bulan madu, dan piknik itu menyenangkan—namun tidak akan menyenangkan, jika tidak terbatas. Jika liburan impian kita berlangsung terlalu lama, kita akan kangen rumah. Jika kehidupan sempurna tidak mengandung pengetahuan mengenai penderitaan atau risiko, itu bisa membosankan. Ketika Anda punya pengetahuan bahwa hal-hal ini eksis, Anda punya pilihan—jadi sok bijak atau jadi penuh empati terhadap mereka yang menderita. Itu tidaklah surgawi. Di dunia fana ini kita bisa menonton film detektif, film tegang, dan film erotis. Di surga Anda tidak bisa menikmati desas-desus atau pakaian seronok, karena jika Anda mahatahu, Anda sudah tahu apa yang ada di balik semua itu. Kita bisa merayakan Jumat malam setelah seminggu bekerja keras. Kita bisa menikmati perubahan musim dan menginstal piranti lunak terbaru di komputer. Kita bisa membuka koran pagi, membaca tentang semua hal buruk yang terjadi di dunia, dan berfantasi apa yang akan kita lakukan jika bisa tukar posisi dengan para pemimpin dunia. Semua ini, sekalipun faktanya banyak dari "kesenangan kecil" kita ini betul-betul masalah, bahkan bukan masalah terselubung. Jika Anda senang menonton sepak bola dengan bir di tangan, maka Anda pasti akan menonton permainan itu selama dua jam penuh dan tidak begitu bebas untuk melakukan hal-hal lain, Anda rentan terhadap selaan, Anda harus bayar sambungan kabel dan makanan kecil, kolesterol Anda bisa naik, dan Anda berisiko gagal jantung ketika tim lawan mencetak gol.

Sebaliknya, pencerahan yang kita bayangkan adalah zona bebas-masalah yang tak akan berubah. Bisakah kita menghadapi suatu keadaan

di mana tidak ada hambatan? Kita harus berpuas diri tanpa banyak hal seru, prestasi, dan hiburan yang kita percayai menyusun kebahagiaan kita. Tentunya penggemar Eminem akan muak dengan semua musik harpa di surga—mereka akan kepingin mendengarkan album terbarunya dengan semua umpatannya. Jika kita menerima pencerahan itu seperti yang kita bayangkan, kita tidak akan bisa lagi menikmati film menegangkan; kesaktian mahatahu kita akan membuyarkan akhir film yang mengejutkan. Tak akan ada lagi gairah di lintasan balapan karena kita sudah tahu kuda yang akan menang.

Ketiadaan kematian adalah ciri lain yang umumnya disematkan pada pencerahan atau surga. Begitu kita tiba di rumah baru kita di atas awan, kita tidak akan pernah mati lagi, jadi kita tak punya pilihan selain hidup terus selamanya. Kita terjebak. Tak ada jalan keluar. Kita punya segalanya yang pernah kita impikan, kecuali jalan keluar, kejutan, tantangan, kepuasan—dan kehendak bebas, karena kita tidak membutuhkannya lagi. Menimbang semua ini, dari sudut pandang kita sekarang, pencerahan adalah keadaan membosankan yang tertinggi.

Tetapi kebanyakan dari kita tidak meneliti kehidupan setelah kematian versi kita dengan kritis; kita lebih suka membiarkannya samar-samar, dengan anggapan umum itu adalah tempat peristirahatan akhir yang baik. Pencerahan yang kita dambakan adalah selamanya, semacam kediaman kekal. Atau sebagian mungkin berpikir mereka bisa mampir balik sebagai sejenis dewa atau makhluk luhur yang punya kesaktian khusus yang tak dimiliki makhluk fana seperti kita. Mereka akan punya kekebalan malaikat, seperti duta besar yang bepergian dengan paspor khusus. Dan karena kekebalan serta pangkat yang tinggi, mereka merasa akan bisa mengatur visa dan menggembalakan orang yang mereka kasihi

kembali bersama mereka. Tetapi kemudian muncul pertanyaan, jika beberapa imigran baru ini punya cara berpikir mereka sendiri—misalnya mereka suka pakai kaus kaki warna mencolok yang bisa mengganggu penghuni surga lainnya—bukankah surga akan bermasalah? Dan jika semua "orang baik" diberi keanggotaan surga atau nirwana, versi kebahagiaan siapa yang akan berlaku?

Entah bagaimana kita mendefinisikannya, tujuan tertinggi setiap makhluk adalah kebahagiaan. Tidaklah mengherankan bahwa kebahagiaan adalah bagian tak terpisahkan dari definisi surga atau pencerahan. Kehidupan pasca-kematian yang bagus harus mencakup akhirnya mendapatkan apa yang sudah selalu kita perjuangkan. Secara umum, dalam surga versi kita pribadi, kita hidup dalam sistem yang mirip dengan sistem kita saat ini, cuma lebih canggih dan semuanya berjalan lebih mulus.

KEBAHAGIAAN BUKANLAH TUJUANNYA

Sebagian besar dari kita memercayai bahwa pencapaian tertinggi dalam jalan spiritual baru akan datang setelah kehidupan ini tamat. Kita berpandangan bahwa kita terjebak dalam lingkungan dan tubuh yang tidak murni ini, karena itu kita harus mati dahulu agar bisa sukses penuh. Hanya setelah kematian kita akan mengalami tahap kemuliaan atau pencerahan. Jadi hal terbaik yang dapat kita lakukan dalam hidup ini adalah mempersiapkannya; apa yang kita lakukan sekarang akan menentukan apakah kita masuk surga atau neraka. Sebagian orang sudah putus harapan. Mereka merasa mereka sudah dari sananya jelek atau jahat,

dan tidak pantas masuk surga—mereka ditakdirkan masuk neraka. Sama pula, banyak Buddhis tahu secara intelektual bahwa setiap orang punya potensi dan hakikat yang sama dengan Buddha Gautama, namun secara emosional mereka merasa tidak punya kualitas atau kemampuan untuk melewati gerbang emas pencerahan. Setidaknya tidak dalam kehidupan ini.

Bagi Siddhartha, tempat peristirahatan tertinggi surga atau nirwana sama sekali bukan berupa tempat, melainkan keterbebasan dari baju kekang khayalan. Jika Anda menuntut agar ditunjukkan suatu tempat fisik, maka bisa saja nirwana atau surga adalah tempat Anda sekarang duduk. Bagi Siddhartha, tempat itu ada di atas batu ceper dan seikat rumput kusha kering di bawah pohon bodhi di negara India bagian Bihar. Siapa pun bisa mengunjungi lokasi fisik ini bahkan sampai hari ini. Keterbebasan menurut Siddhartha tidak terbatas untuk golongan tertentu saja. Keterbebasan bisa dicapai dalam kehidupan ini juga, tergantung dari tekad, kebijaksanaan, dan ketekunan tiap orang. Tak ada yang tak punya potensi ini, termasuk makhluk yang sedang berada di alam neraka.

Tujuan Siddhartha bukanlah untuk bahagia. Jalannya pada akhirnya tidak menuntun kepada kebahagiaan. Alih-alih, ini adalah jalan langsung menuju keterbebasan dari penderitaan, keterbebasan dari kegelapan batin dan kegalauan. Jadi nirwana bukanlah kebahagiaan atau ketidakbahagiaan—nirwana melampaui semua konsep dualistik semacam itu. Nirwana adalah kedamaian. Tujuan Siddhartha mengajarkan Dharma adalah untuk sepenuhnya membebaskan orang-orang seperti Jack, yang menderita karena takut ular. Ini berarti Jack harus melampaui rasa lega menyadari bahwa ia tidak dalam bahaya karena ular. Ia harus menyadari bahwa sedari awal tidak pernah ada ular, namun hanya dasi Giorgio

Armani. Dengan kata lain, tujuan Siddhartha adalah melenyapkan penderitaan Jack dan kemudian membantunya untuk menyadari bahwa sedari awal tidak ada penyebab penderitaan yang ada secara hakiki.

Kita bisa mengatakan bahwa sekadar memahami kebenaran akan membuahkan pencapaian pencerahan. Berdasarkan taraf kita memahami kebenaran, kita bisa menembusi tahap-tahap pencerahan yang disebut "tingkatan bodhisattva". Jika seorang anak takut pada monster seram di teater, rasa takut itu bisa diredakan dengan memperkenalkan anak itu ke pemeran monster yang keluar dari ruang ganti kostum. Begitu pula, pada tataran Anda bisa melihat di balik semua fenomena dan memahami kebenaran, Anda terbebas. Sekalipun jika aktor itu hanya melepas topengnya, rasa takut itu sudah berkurang. Sama pula, jika kita memahami kebenaran sebagian saja, ada keterbebasan yang setara dengan itu.

Seorang pematung bisa mencipta wanita cantik dari marmer, namun ia seharusnya tahu bahwa ia tidak semestinya bernafsu terhadap ciptaannya. Seperti Pygmalion dengan patung ciptaannya, Galatea, kita pun menciptakan kawan dan lawan kita sendiri, namun kita lupa bahwa kita yang menciptakan. Karena kurangnya kewaspadaan, ciptaan kita berubah menjadi sesuatu yang kukuh dan nyata, dan kita menjadi malah makin terjerat. Saat Anda menyadari penuh, bukan hanya secara intelektual, bahwa segalanya hanyalah ciptaan Anda sendiri, Anda akan terbebas.

Sekalipun kebahagiaan dianggap sebagai konsep belaka, naskah Buddhis masih menggunakan istilah seperti *sukacita tertinggi* untuk menggambarkan pencerahan. Nirwana memang bisa dipahami sebagai keadaan yang menyenangkan, karena tidak ada kebingungan dan kekelirutahuan, tanpa kebahagiaan dan tanpa ketidakbahagiaan, sesungguhnya adalah sukacita. Bahkan jauh lebih baik lagi jika bisa melihat

sumber kegalauan dan kekelirutahuan itu tidak pernah ada, seperti ular tadi contohnya. Anda merasa sangat lega saat terbangun dari mimpi buruk, tetapi sukacita adalah tidak pernah bermimpi sedari awal. Dalam pengertian ini, sukacita tidak sama dengan kebahagiaan. Siddhartha menekankan kepada para pengikutnya bahwa mencari kedamaian dan kebahagiaan, di dunia ini atau setelah mati, itu sia-sia, jika mereka serius dalam membebaskan diri mereka dari *samsara*.

JEBAKAN KEBAHAGIAAN

Buddha punya sepupu bernama Nanda yang jatuh cinta menggebu dan mendalam kepada salah satu istrinya. Mereka tergila-gila satu sama lain, tak terpisahkan siang maupun malam. Buddha tahu waktunya telah tiba bagi sepupunya ini untuk bangun dari keterbuaian ini, maka ia pergi ke istana Nanda untuk meminta derma. Tamu biasanya ditolak karena Nanda terlalu sibuk bercinta, tetapi Buddha punya pengaruh istimewa. Selama banyak kehidupan lampau, Buddha tidak pernah berbohong, dan berkat jasa kebajikan ini ia punya kekuatan kata-kata membujuk. Ketika penjaga menyampaikan pesan bahwa Buddha ada di depan pintu, Nanda dengan ogah-ogahan bangkit dari sangkar cintanya. Ia merasa wajib untuk setidaknya menyapa sepupunya. Sebelum ia keluar, istrinya membasahi jempol dengan liur lalu menggambar lingkaran di dahi Nanda, sambil mengatakan bahwa ia harus kembali sebelum liur itu kering. Tetapi ketika Nanda keluar untuk memberi derma, Buddha mengundangnya melihat sesuatu yang benar-benar langka dan fantastik. Nanda berusaha mencari-cari alasan untuk tidak ikut tur jalan-jalan itu, tetapi Buddha mendesak.

Keduanya pergi ke gunung tempat tinggal banyak monyet, termasuk seekor monyet betina jelek bermata satu. Buddha bertanya kepada Nanda, "Siapa yang lebih cantik, istrimu atau monyet ini?" Tentu saja, Nanda menjawab bahwa istrinya adalah yang tercantik, dan ia menjabarkan semua yang disukainya dari istrinya. Berbicara tentang istrinya menyadarkan Nanda bahwa liur di dahinya sudah lama kering, dan ia ingin segera pulang ke rumah. Namun Buddha malah membawa Nanda ke Surga Tushita, di mana ratusan dewi cantik dan bergunung-gunung harta surgawi ditampilkan. Buddha bertanya, "Siapa yang lebih cantik, istrimu atau dewi-dewi ini?" Kali ini Nanda membungkuk dan menjawab bahwa istrinya bagaikan monyet betina dibandingkan dewi-dewi ini. Buddha lalu menunjukkan Nanda singgasana mewah yang belum ditempati di tengah semua harta, dewi-dewi, dan pengawal. Takjub sekali, Nanda bertanya, "Siapa yang duduk di sini?" Buddha menyuruh Nanda bertanya kepada dewi-dewi itu. Mereka bilang, "Di Bumi ada orang bernama Nanda yang akan segera menjadi biksu. Karena perbuatan bajiknya, ia akan terlahir kembali di surga dan menduduki singgasana ini sehingga kami bisa melayaninya." Nanda langsung meminta Buddha untuk menahbisnya.

Mereka kembali ke alam manusia dan Nanda menjadi biksu. Buddha lalu memanggil sepupunya yang lain, Ananda, dan memintanya memastikan semua biksu lain mengasingkan Nanda. Pokoknya mereka harus menghindarinya. "Jangan berbaur dengannya, karena kalian punya tujuan yang berbeda, sehingga pandangan kalian berbeda dan tindakan kalian tentu saja akan berbeda," kata Buddha. "Kalian mencari pencerahan, sementara Nanda mencari kebahagiaan." Para biksu menghindari Nanda, yang menjadi sedih dan kesepian. Ia menyampaikan kepada Buddha bahwa ia merasa ditinggalkan. Buddha minta Nanda ikut dengannya lagi.

Kali ini mereka pergi ke alam neraka, di mana mereka menyaksikan segala macam penyiksaan, pemenggalan, dan pencekikan. Di tengah semua kegiatan itu, ada panci raksasa, dengan para petugas neraka berkumpul di sekelilingnya melakukan persiapan megah. Buddha menyuruh Nanda untuk bertanya apa yang sedang mereka kerjakan. "Oh," jawab mereka, "di Bumi ada orang bernama Nanda yang kini menjadi biksu. Karena itulah ia akan masuk ke surga untuk waktu yang lama. Tetapi karena ia belum memotong akar *samsara*, ia akan terlalu terbuai dalam kenikmatan alam dewa dan tidak mau mengupayakan lebih banyak kondisi baik. Jasa kebajikannya akan habis dan dia akan langsung jatuh ke panci ini supaya kami bisa merebusnya." Pada saat itu Nanda menyadari bahwa ia harus meninggalkan bukan hanya ketidakbahagiaan, namun juga kebahagiaan.

Kisah Nanda menggambarkan bagaimana kita semua terjebak dalam pemanjaan yang nikmat. Seperti Nanda, kita cepat untuk meninggalkan satu kebahagiaan apabila ada kebahagiaan lain yang lebih baik. Si monyet mata satu memperkuat persepsi Nanda terhadap kecantikan hebat istrinya, tetapi ia tidak ragu meninggalkannya ketika ia melihat dewi-dewi. Jika pencerahan itu cuma kebahagiaan belaka, maka itu pun bisa dicampakkan bila datang sesuatu yang lebih baik. Kebahagiaan adalah hal yang rapuh untuk mendasari kehidupan kita.

Kita manusia cenderung membayangkan makhluk yang tercerahkan menurut anggapan kita sendiri. Memang lebih mudah membayangkan makhluk yang kita anggap tercerahkan secara samar, dari jarak jauh, daripada makhluk tercerahkan yang ada di sini, hidup, bernapas, karena dalam pikiran kita makhluk semacam itu pasti spektakuler, punya sifat dan bakat unggul di samping semua ciri terbaik manusia. Sebagian dari kita mungkin berpikir bahwa kita bisa meraih pencerahan dengan berjuang

mati-matian. Tetapi dengan gambaran yang begitu luhur dalam pikiran kita, "mati-matian" mungkin berarti memaksakan diri dan mengorbankan semua yang baik-baik selama berjuta-juta masa kehidupan. Pemikiran seperti ini timbul ketika kita mau repot-repot merenunginya, namun seringnya kita tidak mau repot-repot. Itu terlalu melelahkan. Ketika kita melihat betapa sulitnya mengenyahkan kebiasaan duniawi kita, pencerahan sepertinya di luar jangkauan. Jika berhenti merokok saja aku tak mampu, bagaimana aku bisa menghentikan kebiasaan nafsu, marah, dan menyangkal? Banyak dari kita merasa harus menunjuk seseorang sebagai juru selamat atau guru untuk melakukan penyucian buat kita karena kita tidak punya keyakinan untuk melakukannya sendiri. Namun semua pesimisme ini tidaklah perlu jika kita punya informasi yang benar mengenai kebenaran kesalingbergantungan dan sedikit disiplin untuk menerapkannya.

HARAPAN DAN KEMURNIAN SEDARI MULA

Pencerahan melampaui keraguan, sama seperti pengetahuan yang diperoleh melalui pengalaman bisa melampaui keraguan. Kita harus sampai pada pemahaman lengkap bahwa kotoran batin dan kebingungan yang menghambat pencerahan kita tidaklah menetap di sana. Sebebal dan sekekal apa pun tampaknya rintangan batin kita, itu sesungguhnya adalah fenomena tersusun yang tidak stabil. Memahami logika bahwa fenomena tersusun itu bergantung dan bisa disiasati akan menuntun kita untuk melihat sifatnya yang tak kekal dan untuk mencapai kesimpulan bahwa rintangan batin bisa disingkirkan sepenuhnya.

Hakikat sejati kita bagaikan gelas anggur, dan kotoran serta kegelapan batin kita bagaikan debu dan sidik jari. Ketika kita membeli gelas, tidak ada sidik jari dari sananya. Ketika gelas itu terkena debu, pikiran terbiasa menganggap bahwa gelasnya kotor, bukan gelas itu berdebu. Gelas itu alaminya tidak kotor, itu gelas yang dilekati debu dan sidik jari. Kotoran ini bisa disingkirkan. Jika gelas itu yang kotor, maka satu-satunya pilihan adalah membuang gelasnya, karena kotoran dan gelas akan menyatu ke dalam satu hal: gelas kotor. Tetapi bukan begitu adanya. Debu, sidik jari, dan lain-lain terlihat pada gelas dikarenakan berbagai keadaan. Ini semua bersifat sementara. Kita bisa memakai segala macam cara untuk membersihkan debu itu. Kita bisa mencuci gelas di sungai atau wastafel atau mesin pencuci, atau kita bisa minta pembantu mencucinya. Tetapi tak jadi soal cara apa yang kita pakai, tujuannya adalah menyingkirkan debunya, bukan gelasnya. Ada perbedaan besar antara membersihkan gelas dengan membersihkan debu. Mungkin kita berpendapat ini cuma permainan kata, bahwa saat kita mengatakan kita membersihkan gelas, yang kita maksud adalah membersihkan kotoran dari gelas, dan dalam hal ini Siddhartha akan setuju. Tetapi jika kita berpikir bahwa gelasnya entah bagaimana jadi berbeda dari sebelumnya, ada salah pengertian. Karena gelas itu tidak punya sidik jari atau debu dari sananya, ketika Anda membersihkan debunya, maka gelas itu tidak berubah—itu tetap gelas yang sama dengan yang Anda beli di toko.

Bila kita merasa punya bawaan pemarah dan dungu, dan kita meragukan kemampuan kita untuk mencapai pencerahan, berarti kita menganggap sifat sejati kita tidak murni dan kotor secara kekal. Tetapi seperti sidik jari di gelas anggur, emosi-emosi ini bukanlah bagian dari sifat sejati kita; kita hanya telah mengumpulkan cemaran dari berbagai

macam situasi yang tidak baik, seperti bergaul dengan orang yang tidak baik atau yang tidak memahami konsekuensi tindakan kita. Ketiadaan kotoran batin sedari mula, sifat murni diri ini, sering disebut "sifat kebuddhaan". Akan tetapi kotoran batin dan berbagai emosi yang ditimbulkannya sudah ada begitu lama dan sudah jadi begitu kuatnya sehingga jadi sifat kedua kita, senantiasa membayangi kita. Tak heran bahwa kita merasa tak ada harapan.

Untuk memperoleh harapan lagi, mereka yang di jalan Buddhis bisa mulai merenung, *Gelas anggurku bisa dibersihkan,* atau *Keberadaanku bisa dimurnikan dari keburukan*. Ini mirip cara memandang situasi yang agak naif seperti Jack yang merasa ular harus disingkirkan. Akan tetapi, pandangan seperti ini kadang merupakan langkah persiapan yang diperlukan sebelum kita bisa melihat sifat sejati segala fenomena. Jika tidak mungkin memahami kemurnian sedari mula segala fenomena, setidaknya percaya bahwa keadaan murni itu bisa dicapai akan membantu kita untuk maju. Seperti Jack ingin menyingkirkan ular, kita ingin menyingkirkan kotoran batin, dan kita punya keberanian untuk mencoba karena kita tahu itu bisa dicapai. Kita harus pakai obat untuk melemahkan sebab dan kondisi kotoran batin kita atau memperkuat lawan dari kotoran batin itu—misalnya, dengan mengembangkan cinta kasih dan belas kasihan untuk menaklukkan kemarahan. Sama seperti semangat kita mencuci gelas berasal dari keyakinan bahwa kita bisa memperoleh gelas yang bersih, maka semangat kita untuk melenyapkan kotoran batin muncul dari keyakinan bahwa kita punya sifat kebuddhaan. Kita punya keyakinan untuk memasukkan piring kotor kita ke dalam mesin pencuci karena kita tahu bahwa sisa makanan di piring itu bisa disingkirkan. Jika kita diminta untuk mencuci arang sampai putih, kita tidak akan punya semangat dan keyakinan seperti tadi.

KILAT MENEMBUS KEGELAPAN BADAI

Namun bagaimana kita mendeteksi sifat kebuddhaan di tengah begitu pekatnya kekelirutahuan, kegelapan, dan kebingungan? Pertanda harapan pertama bagi pelaut yang tersesat di lautan adalah melihat seberkas kilat yang menembus kegelapan badai. Menggunakannya sebagai pemandu arah, mereka mendekat ke sumber cahaya, mercusuar. Cinta kasih dan belas kasihan itu bagaikan cahaya yang memancar dari sifat kebuddhaan. Pada awalnya sifat kebuddhaan ini hanyalah konsep yang berada di luar pandangan kita, tetapi jika kita membangkitkan cinta kasih dan belas kasihan, kita pada akhirnya bisa bergerak mendekatinya. Mungkin sulit untuk melihat sifat kebuddhaan dalam diri mereka yang tersesat dalam gelapnya ketamakan, kebencian, dan kekelirutahuan. Sifat kebuddhaan mereka begitu jauh, sampai-sampai kita pikir mereka tidak memilikinya. Namun dalam diri orang yang paling gelap dan keji sekalipun, ada pijaran cinta kasih dan belas kasihan, betapa pun singkat dan redupnya. Jika kilatan langka ini bisa diperhatikan, dan jika daya dikerahkan untuk bergerak ke arah cahaya itu, sifat kebuddhaan mereka bisa tersibak.

Karena alasan ini, cinta kasih dan belas kasihan dijunjung sebagai jalan teraman menuju lenyap totalnya kekelirutahuan. Ungkapan belas kasihan pertama Siddhartha terjadi dalam kehidupan awalnya di tempat yang sulit dipercaya—bukan sebagai boddhisatva tetapi sebagai penghuni alam neraka, sebagai akibat karma buruknya sendiri. Ia dan sesosok rekan nerakanya dipaksa melintasi api neraka menarik kereta yang dinaiki tuan iblis, yang mencambuki mereka tanpa ampun. Siddhartha masih cukup kuat, tetapi temannya sangat lemah sehingga malah makin jadi sasaran keji.

Melihat temannya terdera begitu rupa, timbul sebersit rasa iba dalam diri Siddhartha. Ia memohon kepada iblis itu, "Mohon lepaskan dia, biarlah aku saja yang menanggung beban kami berdua ini." Dengan murka, iblis itu menghantam kepala Siddhartha dan Siddhartha pun mati, lalu terlahir kembali di alam yang lebih tinggi. Pijar welas asih pada saat ajalnya terus tumbuh dan menjadi makin benderang dalam kelahiran demi kelahiran selanjutnya.

Selain cinta kasih dan belas kasihan, ada banyak sekali jalan yang tersedia untuk membawa kita lebih dekat pada realisasi sifat kebuddhaan. Bahkan jika kita cuma memahami secara intelektual adanya kebaikan mendasar diri kita dan semua makhluk, pemahaman ini membawa kita lebih dekat ke pencapaian. Ini seakan kita sudah salah taruh cincin berlian yang berharga, tetapi setidaknya kita tahu bahwa cincin itu ada di kotak harta kita, bukan hilang di suatu lereng gunung yang luas.

Meskipun kita memakai kata-kata seperti *mencapai, berharap, dan berdoa* untuk pencerahan, pada akhirnya kita tidak memperoleh pencerahan dari sumber luar. Cara yang lebih tepat untuk mengungkapkan adalah *menemukan* pencerahan yang sudah selalu ada di sana. Pencerahan adalah bagian dari sifat sejati kita. Sifat sejati kita ibarat patung emas; akan tetapi, masih dalam cetakannya—yang mengibaratkan kotoran batin dan kekelirutahuan kita. Karena kekelirutahuan dan emosi bukan bagian hakiki dari sifat kita, seperti halnya cetakan bukan bagian dari patung, maka ada sesuatu yang disebut kemurnian sedari awal. Ketika cetakan hancur, patung akan muncul. Bila kotoran batin kita disingkirkan, sifat kebuddhaan sejati kita akan tersingkap. Tetapi penting untuk dipahami bahwa sifat kebuddhaan bukanlah jiwa atau inti suci yang eksis betulan.

BAGAIMANA RASANYA?

Kita mungkin masih bertanya-tanya, *Apa sih pencerahan itu jika bukan kebahagiaan atau ketidakbahagiaan?* Bagaimana rupa dan tindakan makhluk yang tercerahkan? Bagaimana rasanya menemukan sifat kebuddhaan kita?

Dalam berbagai teks Buddhis, ketika pertanyaan ini diajukan, biasanya jawabannya adalah itu di luar konsep kita, tak bisa diungkapkan. Banyak yang salah memahami ini sebagai cara pintar untuk tidak menjawab pertanyaan itu. Tetapi sesungguhnya memang itulah jawabannya. Logika, bahasa, dan simbol kita begitu terbatas, kita bahkan tidak bisa mengungkapkan sepenuhnya sesuatu yang begitu umum seperti rasa lega; kata-kata tidak mencukupi untuk mengalihkan sepenuhnya pengalaman total rasa lega kepada orang lain. Jika para ahli fisika kuantum pun kesulitan menemukan kata-kata untuk mengungkapkan teori mereka, lantas bagaimana kita bisa berharap menemukan kosa kata untuk pencerahan? Sementara kita terjebak di keadaan kita saat ini, di mana logika dan bahasa yang digunakan masih sangat terbatas dan berbagai emosi masih mencengkeram kita, kita hanya bisa membayangkan bagaimana rasanya tercerahkan itu. Tetapi kadang, dengan ketekunan dan logika penyimpulan, kita bisa mendapatkan perkiraan yang mendekati, seperti ketika Anda melihat asap di puncak gunung, Anda bisa menduga kuat bahwa ada api di sana. Menggunakan apa yang kita miliki, kita bisa mulai melihat dan menerima bahwa kegelapan batin disebabkan oleh sebab dan kondisi yang bisa disiasati dan pada akhirnya dibersihkan. Membayangkan tiadanya emosi yang ternoda dan tiadanya negativitas merupakan langkah pertama untuk memahami hakikat pencerahan.

Seandainya Anda menderita sakit kepala. Pengharapan seketika Anda adalah kesembuhan, yang dimungkinkan karena Anda tahu

sakit kepala bukanlah bagian dari bawaan diri Anda. Selanjutnya Anda mencoba memastikan apa yang menyebabkan sakit kepala itu—kurang tidur, misalnya. Kemudian Anda menggunakan pengobatan yang cocok untuk menghilangkan sakit kepala, seperti minum aspirin atau berbaring tidur sejenak.

Dalam ceramah pertamanya, di Varanasi, Siddhartha mengajarkan empat langkah ini, yang umumnya dikenal sebagai Empat Kebenaran Mulia: mengetahui penderitaan; meninggalkan sebab penderitaan; mengetahui bahwa penderitaan bisa diakhiri; menempuh jalan menuju akhir penderitaan. Sebagian mungkin heran mengapa Siddhartha perlu menunjukkan, "Ketahui penderitaan". Apa kita tidak cukup cerdas untuk mengetahui bahwa kita menderita? Sayangnya hanya ketika penderitaan sedang dalam puncaknya, barulah kita mengenali bahwa itulah rasa sakit dan derita. Sulit meyakinkan orang yang sedang bahagia menjilati es krim, bahwa ia sedang menderita. Namun kemudian ia ingat peringatan dokternya untuk menurunkan kolesterol dan berat badannya. Dan jika Anda menjelajahi kenikmatan ini dari momen ia mulai kepingin es krim hingga kecemasannya akan lemak dan kolesterol, Anda akan melihat bahwa itu adalah masa-masa yang menggelisahkan.

Mudah untuk setuju bahwa emosi seperti kemarahan bisa dikendalikan dengan cara yang tepat barangkali untuk satu siang, namun menantang secara mental untuk menerima bahwa emosi bisa lenyap selamanya. Jika kita bisa membayangkan seseorang yang telah melenyapkan kemarahannya secara sebagian, yang umumnya tampak tenang dan tenteram, kita bisa melangkah lebih lanjut dan membayangkan orang yang telah sepenuhnya melenyapkan kemarahan secara permanen. Tetapi bagaimana perilaku orang yang telah melampaui segala emosi?

Orang percaya membuta mungkin membayangkan sosok yang jinak, mungkin duduk bersila di atas awan. Orang yang skeptik, sebaliknya, mungkin berpikir bahwa orang ini pasti seperti sayur-mayur, tidak tanggap dan membosankan… itu pun jika ia benar-benar ada.

Meskipun keadaan tercerahkan itu tak dapat diungkapkan, dan makhluk yang tercerahkan tak bisa dikenali oleh pikiran awam, kita masih bisa bertanya, "Siapa sih Siddhartha itu? Apa yang telah ia lakukan sehingga begitu hebat dan dahsyat? Apa tindakan luar biasa yang ia lakukan?" Dalam Buddhisme, makhluk tercerahkan tidak dinilai dari aksi kesaktian seperti terbang, atau dari ciri fisik lainnya seperti mata ketiga. Walaupun Buddha sering digambarkan tampak sangat tenang, kulit keemasan, dengan sikap tangan lembut dan perilaku anggun, penggambaran ini memikat terutama bagi orang awam dan orang seperti Jack yang naif. Dalam naskah Buddhis utama, kemampuan Buddha untuk terbang dan melakukan keajaiban tidaklah ditonjolkan. Pada kenyataannya, berulang kali dalam wejangan inti, pengikut Buddha diperingatkan untuk tidak terkesan oleh hal-hal tak penting seperti itu. Meskipun ia mungkin punya kemampuan itu, hal itu tidak pernah dianggap sebagai pencapaian tertingginya. Pencapaian tertingginya adalah memahami kebenaran, karena pemahaman tentang kebenaran itulah yang membebaskan kita dari penderitaan untuk selamanya. Itulah keajaiban yang sejati. Buddha melihat usia tua, sakit, dan kematian yang sama dengan yang kita lihat, tetapi ia terdorong untuk menemukan akar penyebabnya; dan itu, pun, adalah keajaiban. Realisasinya bahwa segala sesuatu yang tersusun tidaklah kekal adalah kejayaan tertingginya. Alih-alih kemenangan semu atas musuh yang berada di luar, ia menemukan bahwa musuh sebenarnya adalah kemelekatan terhadap diri; dan menaklukkan kemelekatan

diri adalah keajaiban yang jauh lebih hebat daripada semua keajaiban supernatural, yang nyata ataupun yang dibayangkan.

Meski ilmuwan modern dikenal sebagai yang menemukan bahwa ruang dan waktu adalah relatif, Siddhartha sudah berkesimpulan sama 2.500 tahun silam, tanpa hibah dana penelitian atau laboratorium ilmiah—dan itu pun suatu keajaiban. Tidak seperti banyak orang pada zamannya (dan seperti banyak dari kita saat ini) yang terpaku pada gagasan bahwa keterbebasan kita tergantung pada kebaikan pihak lain, ia menemukan bahwa setiap makhluk pada hakikatnya murni. Berbekal pengetahuan ini, semua makhluk punya kekuatan untuk membebaskan diri mereka. Alih-alih mengasingkan diri dalam kehidupan meditatif seumur hidupnya, Buddha memiliki belas kasihan luar biasa untuk membagikan penemuan terobosannya kepada semua makhluk, tak masalah betapa sulitnya mengajar dan memahaminya. Ia merancang jalan dengan puluhan ribu metode, dari yang sederhana seperti mempersembahkan dupa, duduk tegak, dan mengamati napas, hingga visualisasi dan meditasi yang rumit. Inilah kekuatan Buddha yang luar biasa.

MANFAAT MELAMPAUI RUANG DAN WAKTU

Ketika Siddhartha menjadi tercerahkan, ia menjadi dikenal sebagai Buddha. *Buddha* bukanlah nama orang, melainkan gelar untuk suatu keadaan pikiran. Kata *buddha* diartikan sebagai satu kualitas dengan dua aspek: "yang tuntas" dan "yang sadar". Dengan kata lain, yang sudah memurnikan kotoran batin dan yang telah meraih pengetahuan. Melalui realisasinya di bawah pohon bodhi, Buddha tersadar dari keadaan dualistik

yaitu terbenam dalam konsep seperti subjek dan objek. Ia menyadari bahwa tidak ada yang tersusun yang bisa kekal adanya. Ia menyadari bahwa tak ada emosi yang menuntun kita pada kebahagiaan jika emosi itu bertunas dari melekat pada ego. Ia menyadari bahwa tak ada diri yang ada secara hakiki dan tak ada fenomena yang ada secara hakiki yang bisa dicerap. Dan ia menyadari bahwa bahkan pencerahan itu melampaui segala konsep. Berbagai realisasi inilah yang kita sebut "kebijaksanaan Buddha", penyadaran tentang segenap kebenaran. Buddha dirujuk sebagai mahatahu. Itu bukan berarti Buddha pergi ke setiap universitas di dunia dan menghafal setiap buku. Studi semacam itu tidak sama dengan pengetahuan pencerahan, karena studi itu adalah pengetahuan dualistik, yang didasarkan pada objek dan subjek serta terikat oleh batasan, aturan, dan tujuannya sendiri. Seperti yang bisa kita lihat dengan jelas, dengan semua pengetahuan ilmiah yang kita miliki hari ini, dunia belum menjadi lebih baik; malahan makin buruk. Menjadi mahatahu bukan berarti menjadi terpelajar. Ini untuk mengistilahkan orang yang tahu segalanya berarti orang yang tak punya "ketidaktahuan" dan kegelapan batin.

Buddha melangkah lebih jauh dan menunjukkan kebenaran pikiran yang tersadarkan kepada orang lain sehingga mereka juga bisa keluar dari lingkaran penderitaan, dan ia paling dijunjung karena belas kasihannya yang ini. Jika ada orang yang tidak tahu bahwa ia akan berjalan melewati ladang ranjau, kita bisa saja cepat-cepat menjinakkan semua ranjau itu tanpa sepengetahuannya. Namun itu hanya melindungi orang tadi untuk sementara, dan tidak mengungkap kebenaran lengkapnya. Menjelaskan kepadanya bahwa ada ranjau di arah itu sejauh beberapa mil akan menyelamatkannya dari penderitaan saat itu maupun pada masa mendatang. Itu membuatnya terus berkembang dan bahkan bisa berbagi

pengetahuan dengan yang lain. Dengan cara sama, Buddha mengajari orang untuk bermurah hati jika mereka ingin kaya dan berbelas kasihan jika mereka ingin menaklukkan musuh mereka. Tetapi ia juga menasihatkan bahwa jika mereka ingin kaya, miliki kecukupan hati terlebih dahulu; dan jika mereka ingin menaklukkan musuh mereka, taklukkan kemarahan mereka sendiri terlebih dahulu. Pada akhirnya, ia mengajarkan bahwa penderitaan dapat dipotong di akarnya dengan mengungkap kebenaran mengenai diri, karena jika tak ada diri, tak ada yang menderita.

Karena penghargaan terhadap ajarannya, para pengikut Siddhartha menghormatinya dengan nyanyian dan doa yang menyanjung kekuatannya yang mampu menempatkan segenap semesta di atas sebutir atom. Dengan penghormatan yang sama, sebagian pengikut berharap terlahir kembali di alam yang disebut "tanah suci Buddha". Tanah suci Buddha digambarkan sebagai alam murni seukuran satu partikel yang tak terhingga kecilnya, di sana Buddha sebanyak jumlah atom di semesta mengajar murid-murid mereka. Seperti tanduk yak Milarepa, orang yang tak percaya bisa membaca ini sebagai dongeng agama, sementara yang percaya akan menerimanya tanpa menelaah, berpikir, "*Tentu saja Buddha mampu melakukan ini—ia kan mahakuasa"*. Namun jika kita bisa memikirkan kebenaran dalam hal kekosongan, menyadari bahwa tak ada yang namanya paling kecil dan paling besar, atau pandangan dualistik lainnya, maka jelas bahwa Buddha tidak butuh otot dan urat untuk mengangkat dunia ini dan meletakkannya di atas sebutir atom. Yang diperlukan hanyalah pemahaman bahwa tak ada besar atau kecil. Kita bisa saja menyingkirkan kebiasaan yang membatasi kita untuk melihat dengan cara ini, namun logika kita yang terbatas menghalanginya. Kita seperti orang yang menderita anoreksia atau bulimia, yang walau dirinya

sebenarnya cantik dan langsing, tetap tidak bisa menerima apa yang ia lihat di cermin, sekalipun orang lain tak habis pikir mengapa ia merasa gemuk. Buddha melenyapkan semua pembuat bingung seperti itu dan melihat segalanya—waktu, ruang, gender, nilai—sesungguhnya tidak mendua, sehingga semesta bisa ditaruh di sebutir atom. Atas realisasinya inilah, para pengikutnya yang puitis memujinya sebagai yang "melampaui ruang dan waktu". Bahkan murid-murid terdekat Siddhartha, para *arhat*, terkenal karena memandang langit dan telapak tangan sama luasnya, setumpuk kotoran dan sekeping emas punya nilai yang setara.

Ketika Siddhartha mencapai pencerahan, ia tidak membuat waktu berhenti atau mencapai akhir waktu. Ia sekadar tidak ternoda lagi oleh konsep waktu. Ketika kita berkata Siddhartha telah melenyapkan semua kegelapan ruang dan waktu, ini bukan berarti ia menghancurkan mesin waktu atau secara fisik membongkar kompas—ia telah melampaui semua konsep ruang dan waktu.

Meskipun pengalaman nyata melampaui ruang dan waktu tidak dapat dipahami oleh kita para budak-waktu, kita bisa merasakan kelenturan konsep ini dalam keberadaan kita sehari-hari. Bahkan suatu pengalaman romantis bisa merentangkan dan melengkungkan waktu. Kita bertemu seseorang, memimpikannya sebagai belahan jiwa, menikah, punya anak dan bahkan cucu. Tetapi kemudian suatu penampakan seperti setetes liur menetes dari mulut orang tercinta itu meneriaki kita kembali ke kenyataan, dan semua anak-cucu itu pun sirna.

Karena manfaat melampaui ruang dan waktu begitu sulit dipahami, maka kita tidak tertarik untuk mendalaminya. Kita terlalu terbiasa pada dunia yang tergantung pada ruang dan waktu untuk mengerahkan diri demi tujuan yang tak kasat ini. Mungkin lebih mudah menangkap aspek pencerahan yang melampaui pemilahan emosional tentang baik

dan buruk, menyenangkan dan menyakitkan, pujian dan celaan, dan emosi dualistik lainnya. Ketergantungan kita pada ruang dan waktu bisa dimengerti—karena sangat berguna untuk saat ini—namun pemilahan lainnya ini tak berguna sampai terlihat konyol. Dualisme membuat kita begitu terjerat sampai kita menghabiskan jutaan dolar setiap tahun untuk menjaga penampilan. Jika kita berkelana sendiri di padang pasir, tak ada gunanya terlihat keren; jelas-jelas kita ingin bikin diri kita kelihatan keren karena ada orang lain, untuk menarik perhatian mereka, bersaing dengan mereka, diterima oleh mereka. Ketika seseorang berkata, "Oh, kakimu indah," kita girang dan terus bersolek dan memancing pujian. Pujian-pujian ini bagai madu di pisau tajam.

Banyak dari kita begitu tenggelam dengan konsep kecantikan kita sendiri sehingga kita tidak merasa bahwa apa yang kita anggap menarik sesungguhnya bisa membuat orang lain jijik. Kita jatuh jadi korban konsep dan gengsi kita sendiri. Gengsi ini memberi makan industri kosmetik, yang merupakan salah satu sebab dan kondisi yang secara harfiah menghancurkan lingkungan. Tatkala kita menerima cukup banyak pujian yang dibumbui sedikit kritik, seluruh perhatian kita tertuju pada kritik tersebut. Pujian diterima sebagai kewajaran karena haus pujian kita yang tak pernah terpuaskan. Orang yang mendambakan pujian dan perhatian tanpa akhir itu bagai kupu-kupu yang ingin menemukan ujung langit.

TIADA PEMBEDAAN, TIADA KONSEP, TIADA KEKANGAN

Bersama dengan konsep umum ruang dan waktu, Buddha menanggalkan segala pemilahan dualistik emosional yang halus. Ia tidak lebih menyukai pujian daripada celaan, keuntungan daripada kerugian, kebahagiaan

daripada ketidakbahagiaan, terkenal daripada tak dikenal. Ia tidak terayun oleh optimisme atau pesimisme. Satu hal tidak lebih menarik atau lebih menguras energi daripada yang lain. Bayangkan tidak lagi jadi korban pujian ringan dan kritik, mendengar semuanya seperti Buddha—hanya sebagai suara belaka, seperti gaung. Atau bagai mendengar itu semua saat kita di ranjang kematian kita. Kita mungkin merasa senang mendengar orang yang kita cintai memuji betapa cantik dan mengagumkannya kita, namun pada waktu yang sama kita akan tidak melekat dan tidak terpengaruh. Kita tidak lagi melekat pada kata-kata. Bayangkan bisa kebal dari sogokan dan bujukan lainnya karena semua godaan duniawi sudah tidak menarik lagi, ibarat salad bagi harimau. Jika kita tidak bisa dibeli dengan pujian atau dijatuhkan dengan celaan, kita akan punya kekuatan hebat. Kita akan terbebas luar biasa, tidak akan ada lagi pengharapan dan ketakutan, keringat dan darah, serta reaksi emosional yang tak perlu. Kita akhirnya mampu menjalani, "*Emang gue pikirin.*" Terbebas dari mengejar penerimaan dan menghindari penolakan orang lain, kita akan lebih mampu menghargai apa yang kita miliki saat ini. Sebagian besar waktu kita mencoba membuat hal-hal baik terus langgeng, atau kita berencana menggantinya dengan sesuatu yang lebih baik pada masa depan, atau kita tenggelam dalam masa lalu, mengenang masa-masa yang lebih bahagia. Ironisnya, kita tidak pernah betul-betul menghargai pengalaman yang kita nostalgiakan, karena saat itu kita terlalu sibuk melekat pada pengharapan dan ketakutan kita.

Kita bagaikan anak-anak di pantai, sibuk membangun istana pasir, sedangkan makhluk luhur bagaikan orang dewasa yang mengawasi dari bawah payung. Anak-anak terlarut dengan ciptaan mereka, berebut

kerang dan sekop, takut pada ombak yang datang mendekat. Mereka merasakan segala macam emosi. Tetapi orang dewasa hanya berbaring di sana, menyeruput koktail kelapa, mengamati, tanpa menghakimi, tidak merasa bangga ketika istana pasir sudah dibangun dengan indahnya, dan tidak merasa marah atau sedih ketika seseorang tidak sengaja menginjak menaranya. Mereka tidak terlarut dalam drama seperti halnya anak-anak itu. Pencerahan apa lagi yang bisa kita minta?

Perumpamaan terdekat mengenai pencerahan di alam duniawi ini adalah "kebebasan". Faktanya, konsep kebebasan adalah daya penggerak dalam kehidupan pribadi dan masyarakat kita. Kita memimpikan saat dan tempat di mana kita bisa berbuat semau kita—American Dream. Dalam pidato dan undang-undang dasar kita, kita mengulang-ulang kata "kebebasan" dan "hak asasi individu" bagaikan mantra, namun jauh dalam lubuk hati, kita tidak benar-benar menginginkannya. Jika kita dianugerahi kebebasan penuh, kita mungkin malah tidak tahu harus berbuat apa. Kita tidak punya keberanian atau kemampuan untuk memanfaatkan kebebasan sejati karena kita tidak terbebas dari keangkuhan, ketamakan, pengharapan, dan ketakutan kita sendiri. Jika semua orang mendadak lenyap dari bumi kecuali satu orang saja, kita bisa membayangkan kebebasan penuh bagi orang ini—dia bisa teriak-teriak dan jalan-jalan bugil, melanggar hukum—padahal tak akan ada hukum, tak akan ada saksi. Namun cepat atau lambat ia akan bosan dan kesepian dan mendambakan adanya teman. Gagasan dasar hubungan mensyaratkan pelepasan sebagian kebebasan kita kepada orang lain. Maka jika permohonan orang kesepian ini terkabul dan ia dianugerahi satu pendamping, mungkin sekali pendampingnya akan berbuat

semaunya dan sangat mungkin mengurangi kebebasan orang itu, sengaja atau tak sengaja. Salah siapa? Ya orang kesepian itu, karena kebosanannya sendirilah yang mengundang kejatuhannya. Tanpa kebosanan dan kesepian, ia masih bisa bebas.

Kita ini pintar membatasi kebebasan diri sendiri. Bahkan meskipun bisa, kita tidak akan berjalan-jalan dengan kostum ulang tahun atau mengenakan bangkai ikan sebagai dasi di wawancara pekerjaan, karena kita ingin bikin kesan baik dan dapat teman. Kita juga tidak mau menjelajahi paham alternatif atau budaya suku lain, betapa pun banyak kebijaksanaan di dalamnya, karena kita tidak ingin dicap aneh.

Kita hidup di balik jeruji tanggung jawab dan penyeragaman. Kita meributkan hak asasi, privasi, hak punya senjata, dan kebebasan bicara, tetapi kita tidak ingin bertetangga dengan teroris. Kalau menyangkut orang lain, kita ingin menerapkan sejumlah aturan. Jika orang lain benar-benar bebas, Anda mungkin tidak akan memperoleh semua yang Anda inginkan. Kebebasan mereka bisa membatasi kebebasan Anda. Ketika kereta api diledakkan di Madrid dan gedung-gedung di New York disasar sampai jadi puing, kita menyalahkan CIA yang membiarkan teroris berkeliaran bebas. Kita merasa pemerintah wajib melindungi kita dari para perundung. Tetapi perundung dan teroris menganggap diri mereka sebagai pejuang kebebasan. Sementara, kita ingin dianggap benar secara politik dan jadi penjunjung keadilan, sehingga jika tetangga kita dari ras lain ditangkap agen federal, kita akan protes. Gampang sekali bersikap benar secara politik mengenai berbagai persoalan yang jauh hubungannya dari kita. Namun, selalu ada risiko kita jadi korban sikap politik sok benar kita sendiri.

PELEPASAN: LANGIT ADALAH BATASNYA

Jika kita serius ingin mencapai pencerahan, kita butuh kekuatan untuk melepas hal-hal yang sangat berarti bagi kita, dan kita butuh nyali besar untuk melangkah sendirian dalam jalan itu. Mereka yang tidak mengejar pujian dan keuntungan, mereka yang tidak menghindari kritik dan kerugian, mungkin dicap sebagai tidak wajar atau bahkan tidak waras. Bila diamati dari sudut pandang awam, makhluk tercerahkan kelihatan tidak waras karena mereka tidak bernegosiasi, tidak bisa dirayu atau dipikat dengan perolehan materi, tidak bosan, tidak cari ketegangan, tidak takut kehilangan muka, tidak tunduk pada aturan etiket, tidak munafik demi keuntungan pribadi, tidak melakukan sesuatu untuk membuat orang lain terkesan, dan tidak memamerkan talenta dan kuasa hanya demi kepuasan. Namun jika suatu hal bermanfaat bagi orang lain, orang-orang suci ini akan melakukan apa pun, dari tata cara makan yang baik hingga memimpin perusahaan kelas Fortune 500. Dalam 2.500 tahun sejarah Buddhis, barangkali sudah tak terhitung banyaknya makhluk tercerahkan yang tidak pernah dikenali atau malah dikucilkan karena dianggap tidak waras. Sedikit sekali yang dihargai karena memiliki yang kita sebut "kebijaksanaan gila". Tetapi kalau kita merenunginya, justru kitalah yang sebenarnya tidak waras, tergila-gila pada pujian yang bagai gaung kosong, mencemasi kritik, dan melekat pada kebahagiaan.

Jangankan melampaui ruang dan waktu; bahkan melampaui pujian dan celaan saja tampaknya tidak mungkin. Tetapi ketika kita mulai paham, bukan hanya secara intelektual namun juga secara emosional, bahwa segala sesuatu yang tersusun tidaklah kekal, kemelekatan kita akan berkurang. Keyakinan kita bahwa pemikiran dan kepemilikan kita

itu berharga, penting, dan langgeng pun mulai melunak. Jika kita diberi tahu bahwa hidup kita hanya tinggal dua hari lagi, tindakan kita akan berubah. Kita tidak akan terlalu sibuk merapikan sepatu, menyeterika pakaian dalam kita, atau mengumpulkan parfum mahal. Kita mungkin masih *shopping*, namun dengan sikap baru. Jika kita tahu, bahkan sedikit saja, bahwa beberapa konsep umum kita, perasaan, dan objek hanya ada sebagai mimpi, kita akan mengembangkan selera humor yang lebih baik. Mengenali humor dalam suatu situasi bisa mencegah penderitaan. Kita masih mengalami emosi, tetapi emosi tidak bisa lagi mempermainkan kita atau menghalangi pandangan kita. Kita masih bisa jatuh cinta, tetapi tanpa rasa takut ditolak. Kita akan memakai parfum dan krim wajah terbaik kita, bukan menyimpannya untuk acara spesial saja. Karena setiap hari menjadi hari spesial.

Kualitas Buddha tak dapat diungkapkan. Seperti langit, yang tanpa batas. Bahasa dan kemampuan analisis kita hanya bisa sejauh konsep alam semesta. Pada titik tertentu, seekor burung yang terbang tinggi dan makin tinggi untuk menemukan ujung langit akan mencapai batas kemampuannya dan harus kembali ke bumi.

Perumpamaan terbaik untuk pengalaman kita di dunia ini adalah mimpi yang hebat dengan sejumlah alur cerita yang rumit, saling terjalin, suka-duka, drama dan ketegangan. Jika suatu episode mimpi sarat dengan setan dan binatang buas, kita berharap bisa meloloskan diri. Saat kita buka mata dan melihat kipas angin di langit-langit, kita merasa lega. Untuk bisa menyampaikan ini, kita bilang, "Aku mimpi dikejar setan," dan kita merasa lega bisa lolos dari cengkeraman setan. Tetapi itu bukan berarti setannya sudah pergi. Setan tidak pernah masuk kamar Anda malam itu, dan ketika Anda sedang mengalami kejadian mengerikan dengannya, setan itu juga

tidak ada di sana. Ketika Anda terbangun dalam pencerahan, Anda tak lagi menjadi makhluk awam, Anda tak perlu lagi berjuang. Mulai saat itu, Anda tak perlu lagi berjaga-jaga terhadap kembalinya setan. Ketika Anda menjadi tercerahkan, Anda tidak bisa lagi berpikir seperti ketika Anda menjadi makhluk yang gelap batin. Meditasi tidak lagi diperlukan. Tak ada yang perlu diingat, karena Anda tidak pernah melupakan apa pun.

Seperti yang Buddha katakan dalam *Prajnāparamita Sutra*, semua fenomena itu seperti mimpi dan ilusi, bahkan pencerahan itu seperti mimpi dan ilusi. Dan jika ada yang lebih hebat atau lebih agung daripada pencerahan, itu pun seperti mimpi dan ilusi. Siswanya, Nagarjuna yang agung, menulis bahwa Buddha tidak menyatakan bahwa setelah meninggalkan *samsara*, ada nirwana. Ketiadaan *samsara* itulah nirwana. Sebilah pisau menjadi tajam sebagai hasil terkikisnya dua hal—terkikisnya batu asah dan terkikisnya logam. Sama pula, pencerahan adalah hasil terkikisnya kotoran batin dan terkikisnya penawar kotoran batin. Pada akhirnya kita harus melepas jalan pencerahan. Jika Anda masih menyatakan diri sebagai Buddhis, berarti Anda belum jadi Buddha.

Kesimpulan

Dewasa ini kita sering menjumpai orang-orang yang mencampuradukkan agama sesuai kadar kenyamanan mereka sendiri. Mencoba jadi non-sektarian, mereka berupaya menjelaskan konsep Kristiani dari sudut pandang Buddhis, atau mencari kesamaan antara Buddhisme dengan Sufisme, atau antara Zen dengan bisnis. Tentu saja, kita selalu bisa menemukan setidaknya persamaan kecil antara dua hal yang ada—namun saya rasa perbandingan seperti itu tidaklah perlu. Walaupun semua agama dimulai dengan suatu tujuan mulia, biasanya untuk mengurangi penderitaan, tiap agama punya perbedaan yang mendasar. Semua agama itu seperti obat; dan seperti obat, dirancang untuk mengurangi penderitaan, tetapi obat bervariasi tergantung pada pasien dan penyakitnya. Jika Anda kena racun tanaman *poison ivy*, obat yang tepat adalah losion *calamine*. Jika Anda menderita leukemia, jangan coba-coba mencari kesamaan antara losion *calamine* dengan kemoterapi supaya Anda bisa membenarkan pemakaian losion *calamine* saja karena itu lebih gampang. Sama pula, mencampur aduk agama itu tidak perlu.

Dalam buku ini saya sudah berusaha memberikan selayang pandang dasar-dasar pandangan Buddhis. Dalam semua agama, pandangan adalah fondasi praktik, karena pandangan menentukan motivasi dan perbuatan kita. Memang benar bahwa "penampilan bisa menipu".

Kita benar-benar tidak bisa menilai tetangga kita semata-mata melalui penampilannya. Sudah pasti kita tidak boleh menghakimi sesuatu yang sepribadi agama dari tampilan permukaan. Kita bahkan tidak bisa menilai agama dari tindakan, etika, moralitas, atau aturan perilaku yang mereka junjung.

PANDANGAN ADALAH TITIK ACUAN AKHIRNYA

Pandangan adalah inti setiap agama. Dalam pertemuan lintas agama, kita mungkin tidak punya pilihan selain bersikap diplomatis dan sepakat bahwa semua agama pada hakikatnya sama. Tetapi kenyataannya setiap agama punya pandangan yang sangat berbeda, dan tak seorang pun kecuali Anda sendiri yang bisa menilai apakah suatu pandangan lebih baik daripada yang lain. Hanya Anda sebagai individu, dengan kemampuan mental, selera, perasaan, dan latar pendidikan Anda sendiri yang bisa memilih pandangan yang cocok bagi Anda. Bagaikan beragam sajian makanan prasmanan, beragam pendekatan menawarkan sesuatu bagi setiap orang. Contohnya, pesan Jainisme tentang *ahimsa* begitu indah sampai orang heran mengapa agama hebat ini tidak berkembang seperti agama lain. Dan pesan Kristiani tentang cinta dan keselamatan telah membawa damai dan harmoni bagi hati jutaan orang.

Penampakan luar agama-agama ini bisa terlihat asing dan tidak logis bagi yang bukan penganutnya. Banyak dari kita bisa dimaklumi waswas terhadap agama kuno dan takhayul yang kurang nalar yang jelas. Misalnya, banyak orang bingung terhadap jubah marun dan kepala gundul para biksu karena sepertinya tidak selaras dengan ilmu pengetahuan,

ekonomi, dan kehidupan pada umumnya. Saya selalu penasaran apa yang orang-orang seperti itu akan pikirkan jika mereka dibawa ke biara Tibet dan dihadapkan dengan lukisan-lukisan dewa garang dan perempuan telanjang dalam berbagai posisi seks. Mungkin mereka merasa sedang melihat sisi eksotis dari *Kama Sutra*, atau lebih parah lagi—bukti kebejatan atau pemujaan setan.

Umat luar mungkin juga kaget melihat praktisi Jain berjalan telanjang atau umat Hindu memuja dewa yang menyerupai sapi dan kera. Bagi mereka yang tidak memahami ajaran Kristiani, mungkin sulit memahami kenapa umat Kristiani tidak memilih cerita dari masa bahagia Kristus saja, daripada episode paling suramnya di kayu salib. Orang tidak habis pikir bahwa lambang utama, salib, membuat sang juru selamat tampak begitu tak berdaya. Namun semua ini hanyalah tampakan luar. Menghakimi atau menilai suatu jalan atau agama berdasarkan tampakan luar semacam ini tidaklah bijak, dan itu bisa menumbuhkan prasangka.

Perilaku ketat pun tidak bisa dipakai untuk mendefinisikan suatu agama. Kepatuhan pada aturan tidak lantas membuat orang itu baik. Konon Hitler itu vegetarian dan sangat menjaga kerapian penampilannya. Tetapi kedisiplinan dan penampilan rapi tidaklah bersifat suci. Dan siapa sih yang pada awalnya menentukan apa yang "baik" itu? Apa yang baik menurut satu agama bisa jadi tidak baik atau tidak penting menurut agama lain. Sebagai contoh, laki-laki Sikh tidak pernah mencukur rambut dan jenggot mereka, sedangkan biksu tradisi Timur maupun Barat sering mencukur rambut mereka, dan kaum Protestan bisa berbuat sesuka hati dengan rambut mereka. Setiap agama punya penjelasan mendalam mengenai simbol dan praktik mereka—mengapa mereka tidak makan daging babi atau udang, mengapa mereka perlu cukur atau dilarang cukur.

Namun dari sedemikian banyak boleh dan tidak boleh, tiap agama pasti punya pandangan mendasar, dan pandangan itulah yang paling penting.

Pandangan adalah titik acuan akhir yang menentukan apakah suatu tindakan bisa dibenarkan atau tidak. Tindakan dinilai melalui keselarasannya dengan pandangan seseorang. Contohnya, jika Anda tinggal di Venice Beach, California, dan Anda berpandangan bahwa langsing itu bagus, motivasi Anda adalah mengurangi berat badan; Anda bermeditasi di pantai membayangkan betapa indahnya menjadi langsing, dan tindakan Anda mungkin menghindari karbohidrat. Sekarang seandainya Anda pegulat sumo di Tokyo. Pandangan Anda adalah betapa bagusnya jadi sangat gemuk, motivasi Anda adalah menambah berat badan, dan Anda bermeditasi bahwa Anda tidak boleh jadi pesumo kurus. Tindakan Anda adalah makan nasi dan donat sebanyak-banyaknya. Oleh karena itu tindakan makan donat bisa baik atau buruk, tergantung dari pandangan Anda. Jadi kita bisa salah menilai orang yang tidak makan daging sebagai orang yang welas asih, padahal sebenarnya pandangan mereka sekadar bahwa daging itu jelek karena bisa meningkatkan kolesterol. Pada akhirnya, tak seorang pun bisa menghakimi tindakan orang lain tanpa benar-benar memahami pandangan mereka.

Semua metode Buddhisme bisa dijelaskan dengan empat segel: segala sesuatu yang tersusun tidaklah kekal, segala emosi itu menyakitkan, segala sesuatu tidak memiliki keberadaan hakiki, dan pencerahan itu melampaui segala konsep. Setiap tindakan dan perbuatan yang dianjurkan oleh kitab Buddhis didasarkan pada empat kebenaran atau segel ini.

Dalam berbagai sutra Mahayana, Buddha menasihati para pengikutnya untuk tidak makan daging. Bukan semata-mata karena menyakiti makhluk lain itu tidak baik, melainkan karena tindakan makan

daging itu tidak sesuai dengan empat segel. Ini karena saat Anda makan daging, pada tataran tertentu Anda melakukannya demi bertahan hidup—untuk kelangsungan hidup Anda. Hasrat bertahan hidup ini berhubungan dengan keinginan menjadi kekal, untuk hidup lebih lama dengan mengorbankan kehidupan makhluk lain. Jika memasukkan binatang ke dalam mulut Anda bisa mutlak menjamin perpanjangan hidup Anda, maka, dari sudut pandang egois, akan ada alasan untuk berbuat demikian. Tetapi sebanyak apa pun bangkai yang Anda masukkan ke dalam mulut, Anda tetap akan meninggal suatu hari nanti. Mungkin malah lebih cepat.

Kita mungkin makan daging demi alasan prestise—menikmati kaviar karena kemewahannya, makan penis macan untuk kejantanan, minum rebusan sarang burung agar kulit tampak awet muda. Tidak ada tindakan yang lebih egois daripada itu—demi gengsi Anda, satu nyawa dilenyapkan. Dalam situasi kebalikannya, kita manusia bahkan tidak tahan dengan satu gigitan nyamuk, apalagi membayangkan diri kita dikurung dalam sangkar sesak dengan paruh dipotong, menunggu dijagal, bersama dengan keluarga dan kawan kita, atau digemukkan di kandang untuk dijadikan burger manusia.

Sikap bahwa gengsi kita sebegitu penting sampai mengorbankan hidup makhluk lain merupakan kemelekatan pada diri. Kemelekatan pada diri adalah kekelirutahuan; dan seperti kita tahu, kekelirutahuan membawa penderitaan. Dalam kasus makan daging, kekelirutahuan juga menyebabkan makhluk lain menderita. Untuk alasan ini, sutra Mahayana menjabarkan latihan meletakkan diri sendiri di posisi makhluk itu dan memantang makan daging karena rasa welas asih. Bila Buddha melarang makan daging, yang ia maksud adalah *semua* daging. Ia tidak

mengkhususkan daging sapi saja karena alasan-alasan sentimentil, atau daging babi saja karena jorok, atau ia juga tidak bilang boleh makan ikan karena ikan tidak punya jiwa.

LOGIKA INDAH EMPAT SEGEL

Sebagai contoh untuk segel pertama—ketidakkekalan—renungi kemurahan hati. Ketika kita mulai menyadari kebenaran pertama, kita melihat segala sesuatu sebagai fana dan tanpa nilai, seolah semua itu milik kotak sumbangan Salvation Army. Kita tidak harus memberikan seluruhnya, namun kita tidak punya kemelekatan terhadapnya. Saat kita melihat bahwa milik kita semuanya adalah fenomena perpaduan yang tak kekal, bahwa kita tidak dapat melekat pada mereka selamanya, maka kemurahan hati otomatis sudah tercapai.

Memahami segel kedua, bahwa segala emosi itu menyakitkan, kita melihat bahwa si kikir ini, diri ini, adalah penjahat utamanya, yang tidak memberi apa-apa dan selalu merasa kurang. Karena itu, dengan tidak melekat pada diri, kita tidak punya alasan untuk melekat pada kepemilikan, sehingga tak ada lagi penderitaan karena kekikiran. Kemurahan hati menjadi tindakan sukacita.

Menyadari segel ketiga, bahwa segala sesuatu tidak memiliki keberadaan hakiki, kita menyadari sia-sianya kemelekatan karena apa pun yang kita lekati tidak punya sifat keberadaan sejati. Ini seperti Anda bermimpi membagikan satu miliar dolar kepada orang-orang tak dikenal di jalan. Anda bisa memberi dengan murah hati karena itu cuma uang mimpi, tetapi Anda tetap bisa menuai semua keasyikan pengalaman itu. Kedermawanan yang didasarkan pada ketiga pandangan ini tak pelak

lagi membuat kita menyadari bahwa sebenarnya tidak ada yang namanya tujuan. Kemurahan hati bukanlah pengorbanan yang harus ditanggung demi mendapat pengakuan atau jaminan kelahiran yang lebih baik.

Kemurahan hati tanpa label harga, pengharapan, atau ikatan menyajikan sekilas pandang terhadap kebenaran empat, kebenaran bahwa keterbebasan, pencerahan, itu melampaui konsep.

Jika kita mengukur kesempurnaan suatu kebajikan, seperti kemurahan hati, dengan standar materi—seberapa banyak kemiskinan bisa dilenyapkan—kita tak akan pernah mencapai kesempurnaan. Kemiskinan dan keinginan kaum miskin tak ada habisnya. Bahkan keinginan orang kaya pun tak ada habisnya; pada kenyataannya keinginan manusia tak pernah bisa terpuaskan sepenuhnya. Namun menurut Siddhartha, kemurahan hati harus diukur berdasarkan tingkat kemelekatan yang kita punya terhadap apa yang diberikan dan terhadap diri yang memberikannya. Begitu Anda telah menyadari bahwa diri ini dan semua miliknya ini tidak kekal dan tidak punya sifat keberadaan sejati, maka Anda tidak melekat, dan itulah kemurahan hati sempurna. Karena alasan inilah, tindakan pertama yang dianjurkan dalam berbagai sutra Buddhis adalah praktik kemurahan hati.

PEMAHAMAN LEBIH DALAM MENGENAI KARMA, KEMURNIAN, DAN TANPA-KEKERASAN

Konsep karma, ciri khas Buddhisme yang tak bisa disangkal lagi, juga termasuk dalam empat kebenaran ini. Ketika sebab dan kondisi hadir bersama dan tak ada hambatan, muncullah konsekuensi. Konsekuensi

itulah karma. Karma ini dihimpun oleh kesadaran—pikiran, atau diri. Jika diri ini bertindak atas dasar ketamakan atau kebencian, karma negatif dihasilkan. Jika pikiran atau perbuatan dimotivasi oleh cinta, toleransi, dan harapan agar orang lain bahagia, karma positif dihasilkan. Tetapi, motivasi, tindakan, dan karma yang dihasilkan pada hakikatnya seperti mimpi, ilusi. Melampaui karma, baik maupun buruk, adalah nirwana. Apa pun perbuatan yang dibilang baik yang *tidak* didasarkan pada empat pandangan ini semata-mata hanya rasa sudah berbuat baik; Itu bukan jalan Siddhartha yang sejati. Sekalipun Anda memberi makan semua makhluk kelaparan di dunia ini, jika tindakan Anda sama sekali tidak dilandasi empat pandangan ini, maka itu sekadar perbuatan baik, bukan jalan menuju pencerahan. Malah mungkin saja itu tindakan kebajikan yang dirancang untuk memberi makan dan mendukung ego.

Karena empat kebenaran inilah maka Buddhis bisa menjalani pemurnian. Jika kita merasa ternoda karma negatif atau merasa lemah atau "berdosa", dan frustrasi, merasa bahwa semua halangan ini selalu merintangi jalan penyadaran, maka kita bisa lega mengetahui bahwa semua itu tersusun, jadinya tak kekal, sehingga bisa dimurnikan. Sebaliknya, jika kita merasa kurang punya kemampuan atau jasa kebajikan, kita juga bisa lega mengetahui bahwa jasa kebajikan bisa dihimpun dengan melakukan perbuatan baik, karena kurangnya jasa kebajikan itu tak kekal, sehingga bisa diubah.

Praktik tanpa-kekerasan Buddhis bukan sekadar kepasrahan dengan senyuman atau alim patuh. Penyebab dasar kekerasan adalah ketika kita terpaku pada suatu gagasan ekstrem, seperti keadilan atau moralitas. Hal ini biasanya tumbuh dari kebiasaan meyakini pandangan dualistik, seperti

baik dan buruk, jelek dan cantik, bermoral dan tak bermoral. Pembenaran diri kita yang kaku tak akan menyisakan ruang yang memungkinkan kita bertenggang rasa kepada orang lain. Kewarasan kita pun hilang. Memahami bahwa semua pandangan atau nilai ini adalah tersusun dan tak kekal, seperti juga diri yang menggenggam pandangan itu, maka kekerasan dapat dihindarkan. Bila Anda tidak punya ego, tidak melekat pada diri, tidak akan pernah ada alasan untuk jadi keras. Bila kita memahami bahwa musuh-musuh kita sedang ada di bawah pengaruh kuat kedunguan dan kebencian mereka sendiri, bahwa mereka terperangkap oleh kebiasaan mereka, maka akan lebih mudah untuk memaafkan perilaku dan tindakan mereka yang menyakitkan. Demikian pula, jika seseorang dari rumah sakit jiwa menghina Anda, tidak ada gunanya marah. Ketika kita bisa melampaui keyakinan ekstrem fenomena dualistik, kita sudah melampaui penyebab kekerasan.

EMPAT SEGEL: KESEPAKATAN SEPAKET

Dalam Buddhisme, tindakan apa pun yang mengukuhkan atau menguatkan empat pandangan itu adalah jalan yang benar. Bahkan praktik yang tampak ritualistik, seperti menyalakan dupa atau latihan meditasi dan mantra rahasia, dirancang untuk membantu memfokuskan perhatian kita pada satu atau semua kebenaran ini.

Apa pun yang bertentangan dengan empat pandangan ini, termasuk sebagian tindakan yang kelihatannya penuh cinta dan welas asih, bukanlah bagian dari jalan. Bahkan meditasi kekosongan pun bisa

menjadi penyangkalan murni, hanya jalan nihilistik, jika tidak selaras dengan empat kebenaran ini.

Untuk kelancaran komunikasi, kita bisa mengatakan bahwa empat pandangan ini adalah tulang punggung Buddhisme. Kita menyebut mereka "kebenaran" sebab itu fakta semata. Empat pandangan ini bukan rekaan; bukan wahyu mistik Buddha. Kebenaran ini bukan berlaku hanya setelah Buddha mulai mengajarkannya. Hidup dengan prinsip ini bukanlah ritual atau teknik. Kebenaran ini tak memenuhi syarat sebagai moral atau etika, dan tidak bisa dipatenkan atau dimiliki. Dalam Buddhisme tak ada yang namanya "kafir" atau "penista" karena tak ada siapa pun yang harus diyakini, dihina, atau diragukan. Akan tetapi, Buddhis menganggap mereka yang tidak menyadari atau tidak percaya pada empat fakta ini sebagai keliru tahu. Kekelirutahuan semacam itu bukanlah alasan untuk membuat penghakiman moral. Jika seseorang tidak percaya bahwa manusia sudah mendarat di bulan, atau berpikir bahwa bumi itu datar, seorang ilmuwan tidak akan menuduhnya sebagai penista, namun cuma keliru tahu. Begitu pula, jika orang tidak percaya pada empat segel ini, bukan berarti ia kafir. Malahan, jika ada orang menunjukkan bukti bahwa logika empat segel itu salah, bahwa kemelekatan pada diri sebenarnya tidak menyakitkan, atau bahwa beberapa unsur bisa terhindar dari ketidakkekalan, maka Buddhis harus dengan sukarela mengikuti jalan tersebut. Karena yang kita cari adalah pencerahan, dan pencerahan berarti penyadaran kebenaran. Namun, sejauh ini, selama berabad-abad ini, belum ada kemunculan bukti lain yang meruntuhkan empat segel ini.

Jika Anda mengabaikan empat segel tersebut namun bersikeras menganggap diri Anda Buddhis hanya karena kecintaan Anda pada tradisi, itu adalah rasa bakti yang dangkal. Para guru besar Buddhis

meyakini bahwa entah bagaimana Anda menyebut diri Anda, jika Anda tidak punya keyakinan terhadap empat kebenaran ini, Anda akan terus hidup dalam dunia ilusi, memercayainya sebagai kukuh dan nyata. Meski kepercayaan seperti itu untuk sementara memberikan kebahagiaan yang dilandasi kekelirutahuan, pada akhirnya itu selalu membawa suatu bentuk keresahan. Anda lalu menghabiskan seluruh waktu Anda untuk memecahkan masalah dan mencoba melenyapkan keresahan itu. Kebutuhan Anda untuk terus memecahkan masalah menjadi seperti kecanduan. Berapa banyak masalah yang sudah Anda selesaikan, tetapi hanya untuk melihat masalah lain muncul? Jika Anda bahagia dengan siklus ini, maka Anda tidak punya alasan untuk mengeluh. Tetapi jika Anda melihat bahwa Anda tidak akan pernah sampai pada akhir pemecahan masalah, itu adalah permulaan dari pencarian kebenaran di dalam. Walau Buddhisme bukanlah jawaban bagi semua masalah duniawi dan ketidakadilan sosial, jika Anda kebetulan sedang mencari dan kebetulan ada kecocokan dengan Siddhartha, maka Anda bisa mendapati bahwa kebenaran ini bisa diterima. Jika begitu kasusnya, Anda perlu mempertimbangkan untuk mengikutinya dengan serius.

KEKAYAAN DALAM PELEPASAN

Sebagai pengikut Siddhartha, Anda tidak perlu meniru setiap tindakannya—Anda tidak perlu menyelinap pergi ketika istri Anda sedang tidur. Banyak orang berpikir bahwa Buddhisme itu sama dengan meninggalkan keduniawian, meninggalkan rumah, keluarga, dan pekerjaan, dan mengikuti jalan petapa. Citra kepertapaan ini sebagian

disebabkan oleh fakta bahwa sejumlah besar Buddhis menghormati petapa di kitab dan ajaran Buddhis, sama seperti umat Kristiani mengagumi Santo Fransiskus dari Assisi. Kita tidak tahan terpana oleh citra Buddha yang berjalan tanpa alas kaki di Magadha dengan mangkuk dermanya, atau Milarepa di guanya yang bertahan hidup dengan sup daun jelatang. Keteduhan biksu sederhana Myanmar menerima derma sungguh memikat imajinasi kita.

Namun juga ada jenis Buddhis yang benar-benar berbeda: Raja Ashoka, contohnya, yang turun dari kereta kencananya, yang beriaskan mutiara dan emas, dan menyatakan kemauannya untuk menyebarkan Buddhadharma ke seluruh dunia. Ia berlutut, meraup segenggam pasir, dan menyerukan bahwa ia akan membangun stupa sebanyak butiran pasir di tangannya. Dan kenyataannya ia menepati janjinya. Jadi seseorang bisa saja jadi raja, pedagang, pelacur, pecandu, pemimpin perusahaan, dan tetap menerima empat segel itu. Pada dasarnya, yang dihargai Buddhis bukanlah tindakan meninggalkan dunia materi, namun kemampuan untuk melihat kemelekatan kebiasaan terhadap dunia dan diri ini, serta meninggalkan kemelekatan itu.

Seiring kita mulai memahami empat pandangan ini, kita tidak perlu membuang segala sesuatu; alih-alih, kita mulai mengubah sikap kita terhadap mereka, sehingga nilai mereka pun berubah. Hanya karena Anda punya lebih sedikit dibanding orang lain bukan berarti Anda lebih suci atau bajik. Malahan kerendahan hati itu sendiri bisa menjadi suatu bentuk kemunafikan. Ketika kita memahami ketiadahakikian dan ketidakkekalan dunia materi, maka pelepasan tidak lagi bentuk penyiksaan diri. Pelepasan bukan berarti kita bersikap keras kepada diri sendiri. Saat itulah, kata *pengorbanan* punya makna yang berbeda. Terbekali dengan pemahaman ini, segala sesuatu jadi sama maknanya dengan ludah yang kita buang ke tanah. Kita tidak merasa sayang

terhadap ludah. Hilangnya rasa sentimentil seperti itu adalah jalan sukacita, *sugata*. Ketika pelepasan dipahami sebagai sukacita, maka cerita banyak putri, pangeran, dan kesatria India yang pada zaman dahulu kala meninggalkan kehidupan istana mereka menjadi tidak terlalu aneh.

Kecintaan terhadap kebenaran dan penghormatan bagi para pencari kebenaran ini adalah tradisi kuno di negara-negara seperti India. Bahkan hingga kini, alih-alih memandang rendah para petapa, masyarakat India menjunjung mereka sama hormatnya seperti kita menjunjung para profesor di Harvard dan Yale. Walaupun tradisi itu sudah memudar pada masa kini, tatkala budaya perusahaan merajalela, Anda masih bisa menemukan para *sadhu* telanjang, terselimuti debu, yang telah meninggalkan praktik pengacara suksesnya untuk menjadi petapa kelana. Saya makin merinding melihat bagaimana masyarakat India menghormati orang-orang ini alih-alih mengusir mereka seperti pengemis hina atau hama. Saya tak tahan membayangkan mereka ada di Hotel Marriott di Hong Kong. Bagaimanakah sikap orang-orang kaya baru Tiongkok, yang mati-matian berusaha menyontek gaya Barat, terhadap para *sadhu* yang terselimuti debu ini? Akankah penjaga pintu hotel membukakan pintu bagi mereka? Untuk soal ini, bagaimana *concierge* Hotel Bel-Air di Los Angeles akan bereaksi? Alih-alih memuja kebenaran dan menghormati *sadhu*, kini adalah zaman yang memuja papan iklan dan menghormati sedot lemak.

MENGANUT KEBIJAKSANAAN, MENINGGALKAN MORALITAS YANG MENYIMPANG

Ketika Anda membaca ini, mungkin Anda merasa, *"Aku ini murah hati dan aku tidak begitu melekat pada barang-barangku."* Mungkin benar bahwa

Anda tidak kikir, namun di tengah kegiatan kedermawanan Anda, jika ada orang menggondol pensil kesayangan Anda, Anda bisa jadi begitu marah sampai ingin menggigit putus kuping orang itu. Atau Anda mungkin jadi benar-benar patah arang ketika ada orang bilang, "Cuma segitu yang bisa kamu berikan?" Saat kita memberi, kita terpaku pada gagasan "kemurahan hati". Kita melekat pada hasil—kalau bukan kelahiran kembali yang baik, setidaknya pengakuan dalam kehidupan ini, atau barangkali sekadar piagam di dinding. Saya juga sudah bertemu banyak orang yang merasa mereka murah hati hanya karena mereka sudah menyumbang uang ke museum tertentu, atau bahkan kepada anak mereka sendiri, yang diharapkan setia kepada mereka seumur hidup.

Jika tidak disertai oleh empat pandangan itu, moralitas juga bisa sama menyimpangnya. Moralitas membahanbakari ego, menuntun kita untuk jadi puritan (menganggap kesenangan sebagai dosa) dan menghakimi orang lain yang moralitasnya berbeda dari kita. Karena terpaku pada versi moralitas kita sendiri, kita memandang rendah orang lain dan mencoba mendesakkan etika kita kepada mereka, sekalipun jika itu berarti merampas kebebasan mereka. Shantideva, cendekiawan besar dan suciwan India, juga pangeran yang meninggalkan kerajaannya, mengajarkan bahwa tidaklah mungkin kita menghindari semua hal yang tidak menyenangkan, tetapi jika kita bisa menerapkan satu saja dari empat pandangan ini, kita terlindung dari semua ketidakbajikan. Jika Anda merasa seluruh dunia Barat itu bagaikan setan atau tak bermoral, tidaklah mungkin menaklukkan dan memperbaikinya, tetapi jika Anda punya toleransi dalam diri sendiri, ini setara dengan menaklukkan. Anda tidak bisa meratakan seluruh permukaan Bumi untuk memudahkan berjalan tanpa alas kaki, tetapi dengan pakai sepatu, Anda melindungi diri sendiri dari permukaan yang kasar dan tak menyenangkan.

Jika kita mampu memahami empat pandangan ini bukan hanya secara intelektual tetapi juga secara pengalaman, kita mulai membebaskan

diri dari melekat pada hal-hal yang bersifat ilusi. Keterbebasan inilah yang kita sebut kebijaksanaan. Buddhis menjunjung tinggi kebijaksanaan di atas segalanya. Kebijaksanaan melampaui moralitas, cinta, akal sehat, toleransi, dan vegetarianisme. Bukanlah roh surgawi yang kita cari di suatu tempat di luar diri kita. Kita menghadirkannya dengan pertama-tama mendengarkan ajaran mengenai empat segel—bukan hanya menerima nilai luarnya saja, melainkan lebih untuk menelaah dan merenunginya. Jika Anda yakin bahwa jalan ini akan melenyapkan sebagian kebingungan Anda dan membawa suatu kelegaan, maka Anda bisa benar-benar menerapkan kebijaksanaan.

Dalam salah satu metode pengajaran Buddhis tertua, guru memberikan sepotong tulang kepada muridnya dan menyuruh mereka merenungi asal-usulnya. Melalui perenungan ini, para murid akhirnya melihat tulang itu sebagai hasil akhir dari kelahiran, kelahiran sebagai hasil akhir bentukan karma, dan bentukan karma sebagai hasil akhir dari nafsu, dan sebagainya. Dengan teryakinkan secara menyeluruh melalui logika sebab, kondisi, dan dampaknya, mereka mulai menerapkan penyadaran pada setiap situasi dan setiap saat. Inilah yang kita sebut meditasi. Orang yang bisa membawa informasi dan pemahaman seperti ini bagi kita dihormati sebagai guru, karena walaupun mereka punya pemahaman mendalam dan bisa saja hidup bahagia di hutan, namun mereka bersedia berkelana untuk menjelaskan pandangan itu kepada mereka yang masih berada dalam kegelapan. Karena informasi ini membebaskan kita dari segala macam penghalang yang tak perlu, kita secara otomatis menghargai mereka yang mau menjelaskan ini. Jadi, kita Buddhis memberi hormat kepada guru kita.

Begitu Anda telah menerima pandangan ini secara intelektual, Anda bisa menerapkan metode apa pun yang memperdalam pemahaman dan penembusan Anda. Dengan kata lain, Anda bisa menggunakan teknik

atau latihan apa pun untuk membantu Anda mengubah kebiasaan berpikir Anda bahwa segala sesuatu itu kukuh menjadi kebiasaan memandang segala sesuatu sebagai tersusun, saling bergantung, dan tak kekal. Inilah meditasi dan praktik Buddhis sejati, bukan cuma duduk diam seolah Anda itu penindih kertas.

Sekalipun kita tahu secara intelektual bahwa kita bakal mati, pengetahuan ini bisa tertutupi oleh sesuatu seremeh pujian basa-basi. Saat seseorang mengomentari betapa anggunnya sendi jemari kita, tanpa terasa kita sudah mencari berbagai cara untuk mempertahankan sendi jemari ini. Mendadak kita merasa punya sesuatu yang bisa hilang. Zaman sekarang, kita terus-menerus dihujani begitu banyak hal baru untuk dibuang dan begitu banyak hal untuk diraih. Lebih dari yang sudah-sudah, kita butuh metode yang bisa mengingatkan kita dan membantu kita agar terbiasa dengan pandangan ini, mungkin kalau perlu menggantungkan tulang manusia di kaca spion, kalau tidak, mencukur rambut dan menyepi dalam gua. Dipadukan dengan metode-metode ini, etika dan moralitas jadi bermanfaat. Etika dan moralitas mungkin menempati peringkat kedua dalam Buddhisme, tetapi itu penting kalau membawa kita lebih dekat pada kebenaran. Namun meskipun beberapa tindakan kelihatan baik dan positif, jika itu menjauhkan kita dari empat kebenaran, Siddhartha sendiri memperingatkan kita untuk meninggalkannya saja.

TEH DAN CAWAN: KEBIJAKSANAAN DALAM KEBUDAYAAN

Empat segel itu seperti teh, sedangkan berbagai cara untuk mengungkapkan kebenaran ini—latihan, ritual, tradisi, dan kemasan budaya—itu seperti cawan. Keterampilan dan metode bisa diukur dan kasat, namun kebenaran tidak bisa. Tantangannya adalah supaya tidak

terhanyut oleh cawannya. Orang lebih cenderung duduk tegak di tempat sunyi di atas bantal meditasi daripada merenungi mana yang akan tiba lebih dahulu, besok atau kehidupan selanjutnya. Praktik-praktik di luar diri itu mudah dicerna, sehingga pikiran dengan cepat melabelinya sebagai Buddhisme; sementara konsep "segala sesuatu yang tersusun tidaklah kekal" itu tak kasat dan sulit dilabel. Ironis bahwasanya semua bukti ketidakkekalan ada di sekitar kita, namun kita tak bisa melihatnya.

Intisari Buddhisme melampaui kebudayaan, namun dipraktikkan oleh banyak ragam budaya, yang memakai tradisi mereka sebagai cawan yang menampung ajaran itu. Jika unsur-unsur dari berbagai kemasan budaya ini bisa membantu makhluk lain tanpa menyebabkan celaka, dan jika hal itu tidak bertentangan dengan empat kebenaran, maka Siddhartha akan mendukung praktik tersebut.

Selama berabad-abad begitu banyak merek dan gaya cawan telah dihasilkan, namun betapa pun baik niat di baliknya, dan betapa pun baik berjalannya, cawan menjadi rintangan jika kita melupakan teh di dalamnya. Sekalipun tujuan budaya ini adalah untuk mewadahi kebenaran, kita cenderung terfokus pada caranya daripada pada hasilnya. Maka orang hilir-mudik dengan cawan kosong, atau mereka lupa meminum tehnya. Kita manusia bisa menjadi terpikat, atau setidaknya terlencengkan, oleh seremoni dan warna-warni praktik budaya Buddhis. Dupa dan lilin itu eksotik dan menarik; tetapi tidak halnya dengan ketidakkekalan dan ketanpadirian. Siddhartha sendiri mengatakan bahwa cara terbaik untuk memuja adalah dengan semata-mata mengingat prinsip ketidakkekalan, penderitaan emosi, bahwa fenomena tak punya keberadaan hakiki, dan nirwana itu melampaui segala konsep.

Pada tataran permukaan, Buddhisme bisa terlihat ritualis dan religius. Aturan Buddhis seperti jubah marun, ritual dan objek ritual, dupa dan bunga, bahkan wihara, punya wujud—semua itu bisa diamati dan difoto. Kita lupa bahwa semua itu hanyalah sarana untuk mencapai tujuan. Kita lupa bahwa kita tidak menjadi pengikut Buddha dengan melaksanakan ritual atau menjalani aturan seperti jadi vegetarian atau pakai jubah. Namun pikiran manusia sebegitunya mencintai simbol dan ritual sehingga semua itu nyaris tak bisa dihindari dan diabaikan. Mandala pasir Tibet dan taman Zen Jepang sangatlah indah; itu bisa menginspirasi kita dan bahkan bisa menjadi sarana untuk memahami kebenaran. Tetapi, kebenaran itu sendiri bukanlah indah ataupun tidak indah.

Walaupun kita bisa saja melakukan ritual tanpa benda-benda seperti topi merah, topi kuning, dan topi hitam, ada beberapa ritual dan aturan yang dianjurkan secara universal. Kita tidak bisa dengan pasti mengatakan bahwa bermeditasi dengan berbaring di tempat tidur gantung sambil memegang minuman dan berhiaskan payung kecil adalah salah, selama Anda merenungi kebenaran. Namun, obat penawar seperti duduk tegak sesungguhnya punya manfaat besar. Postur yang benar bukan hanya bisa dilakukan dan murah, tetapi juga punya kekuatan untuk melenyapkan refleks kilat emosi Anda yang biasanya menguasai dan menghanyutkan Anda. Ini memberi Anda sedikit ruang untuk menjadi tertata. Ritual formal lainnya, seperti upacara kelompok dan struktur jenjang keagamaan, bisa punya beberapa manfaat, tetapi penting untuk dicatat bahwa itu telah menjadi sasaran sindiran guru-guru terdahulu. Saya pribadi merasa bahwa ritual-ritual ini menjadi alasan mengapa banyak orang di Barat menganggap Buddhisme sebagai sekte pemujaan padahal tidak ada sedikit pun jejak pemujaan dalam empat kebenaran.

Berhubung sekarang Buddhisme tumbuh subur di Barat, saya telah mendengar orang-orang mengubah ajaran Buddha agar sesuai dengan cara pikir modern. Jika memang ada yang perlu disesuaikan, itu adalah ritual dan simbolnya, bukan kebenaran itu sendiri. Buddha sendiri mengatakan bahwa aturan dan metode harus disesuaikan menurut waktu dan tempatnya. Tetapi empat kebenaran itu tidak perlu diperbarui atau diubah; lagi pula mustahil bisa melakukannya. Anda bisa mengganti cawannya, tetapi tehnya tetap murni. Setelah bertahan 2.500 tahun dan melanglang 40.781.035 kaki dari pohon bodhi di India tengah sampai Times Square di New York City, konsep "segala sesuatu yang tersusun tidaklah kekal" masih berlaku. Ketidakkekalan tetaplah ketidakkekalan di Times Square. Anda tak bisa membengkokkan empat aturan ini; tidak ada pengecualian sosial atau budaya.

Tidak seperti beberapa agama, Buddhisme bukanlah panduan bertahan hidup yang mengatur berapa banyak suami yang bisa dimiliki istri, atau ke mana harus bayar pajak, atau bagaimana menghukum maling. Pada kenyataannya, bicara tegasnya, Buddhis bahkan tidak punya ritual untuk upacara pernikahan. Tujuan ajaran Siddhartha bukanlah untuk memberi tahu orang apa yang ingin mereka dengar. Ia mengajar karena dorongan kuatnya untuk membebaskan orang lain dari pandangan salah dan pengertian salah terus-menerus terhadap kebenaran. Akan tetapi, agar bisa menjelaskan kebenaran ini secara efektif, Siddhartha mengajar dengan berbagai pendekatan dan cara, sesuai kebutuhan pendengarnya yang beragam. Cara mengajar yang berbeda ini sekarang dikenal sebagai berbagai "aliran" Buddhisme. Namun pandangan dasar semua aliran ini tetap sama.

Adalah wajar bagi agama untuk punya pemimpin. Sebagian agama, seperti Gereja Katolik Roma, punya hierarki yang rumit, dipimpin oleh

figur yang berkuasa penuh, untuk mengambil keputusan dan memberi pertimbangan. Bertentangan dengan pandangan umum, Buddhisme tidak punya figur ataupun lembaga seperti itu. Dalai Lama adalah pemimpin duniawi bagi masyarakat Tibet di pengasingan dan guru spiritual bagi banyak orang di seluruh penjuru dunia, tetapi bukan pemimpin bagi semua Buddhis. Tidak ada satu pun kewenangan tunggal dengan kekuasaan untuk memutuskan siapa yang Buddhis betulan dan siapa yang bukan bagi semua bentuk dan aliran Buddhisme yang ada di Tibet, Jepang, Laos, Tiongkok, Korea, Kamboja, Thailand, Vietnam, dan di Barat. Tak seorang pun bisa menyatakan siapa yang patut dihukum dan siapa yang tidak. Tidak adanya kekuasaan terpusat ini bisa membawa kekacauan, tetapi juga berkah karena setiap sumber kekuasaan dalam setiap lembaga manusia bisa diselewengkan.

Buddha sendiri berkata, "Engkau adalah guru bagi dirimu sendiri." Tentu saja, jika seorang guru yang pandai berusaha menunjukkan kebenaran kepada Anda, Anda sungguh beruntung. Dalam beberapa kasus, guru seperti itu mesti dijunjung bahkan lebih dari Buddha karena walaupun ribuan Buddha sudah datang, tetapi bagi Anda, orang inilah yang membawa kebenaran ke hadapan Anda. Menemukan pemandu spiritual itu sepenuhnya di tangan Anda sendiri. Anda bebas menganalisis guru. Ketika Anda sudah yakin dengan keaslian sang guru, menerima, menanggung, dan menikmati kebersamaan dengan guru adalah bagian dari latihan Anda.

Penghormatan sering dikelirukan sebagai fanatisme keagamaan. Karena penampakan luar yang tak terhindarkan, dan juga karena kurangnya kemampuan sebagian Buddhis, orang luar bisa mengira kita memuja Buddha dan para guru silsilah seolah-olah mereka itu dewa.

Jika Anda bertanya-tanya bagaimana menentukan jalan mana yang benar, cukup ingat bahwa jalan mana saja yang tidak bertentangan dengan empat kebenaran adalah jalan yang aman. Pada akhirnya bukan guru-guru peringkat tinggi yang menjaga Buddhisme, namun empat kebenaran inilah penjaganya.

Saya tak henti-hentinya menekankan bahwa memahami kebenaran adalah aspek terpenting dalam Buddhisme. Selama berabad-abad, para pelajar dan pemikir sudah memanfaatkan undangan Siddhartha untuk menganalisis temuannya. Ratusan buku mencermati dan mendebat kata-katanya adalah buktinya. Bahkan, kalau Anda tertarik dengan Buddhisme, Anda didorong untuk menjelajahi setiap keraguan, tanpa takut ancaman dilabeli sebagai penista. Tak terhitung banyaknya orang pintar datang untuk menghormati kebijaksanaan dan pandangan Siddhartha terlebih dahulu. Baru kemudian mereka memberikan kepercayaan dan bakti mereka. Karena alasan inilah, pada zaman dahulu, banyak pangeran dan menteri tidak ragu meninggalkan istana mereka untuk pencarian kebenaran.

MEMPRAKTIKKAN HARMONI

Jangankan kebenaran mendalam, zaman sekarang ini bahkan kebenaran yang paling praktis dan gamblang pun diabaikan. Kita bagaikan monyet yang tinggal di rimba dan buang kotoran justru di dahan kita bergelantungan. Setiap hari kita mendengar orang membicarakan keadaan ekonomi, tanpa menyadari hubungan antara resesi dengan ketamakan. Karena ketamakan, iri hati, dan keangkuhan, ekonomi tak akan pernah jadi kuat untuk memastikan setiap orang mendapatkan

akses bagi kebutuhan pokok hidup. Tempat tinggal kita, Bumi ini, makin lama makin tercemar. Saya sudah bertemu dengan orang-orang yang mengecam penguasa dan kaisar kuno serta agama kuno sebagai sumber segala konflik. Namun dunia sekuler dan modern ini pun tidak lebih bagus; malah aslinya, lebih buruk. Apa yang sudah dijadikan lebih baik oleh dunia modern ini? Salah satu dampak utama ilmu pengetahuan dan teknologi adalah mempercepat hancurnya dunia ini. Banyak ilmuwan percaya bahwa semua sistem hidup dan semua sistem penyokong kehidupan di Bumi ada dalam kemerosotan.

Inilah waktunya bagi orang modern seperti kita untuk memikirkan sisi spiritual, bahkan jika kita tak punya waktu untuk duduk di bantal, bahkan jika kita tidak suka dengan orang yang pakai tasbih di leher mereka, dan bahkan jika kita malu menunjukkan anutan agama kita kepada teman-teman duniawi kita. Merenungi sifat ketidakkekalan segala sesuatu yang kita alami serta dampak menyakitkan kemelekatan pada diri akan membawa kedamaian dan harmoni—jika tidak untuk seluruh dunia, setidaknya dalam lingkup Anda sendiri.

Selama Anda menerima dan menerapkan empat kebenaran ini, maka Anda adalah "Buddhis praktisi". Anda mungkin membaca empat kebenaran ini untuk hiburan atau latihan pikiran, namun jika Anda tidak mempraktikkannya, Anda seperti orang sakit yang membaca label botol obat tetapi tidak pernah meminum obatnya. Sebaliknya, jika Anda mempraktikkannya, tidak usahlah menunjuk-nunjukkan bahwa Anda Buddhis. Malahan, supaya Anda tetap diundang dalam acara-acara sosial, sama sekali tidak apa-apa menyembunyikan bahwa Anda Buddhis. Namun ingatlah bahwa sebagai Buddhis, Anda punya misi untuk sebisa mungkin menghindari menyakiti makhluk lain, dan sebanyak mungkin menolong makhluk lain. Ini bukan tanggung jawab yang besar, karena

jika Anda betul-betul menerima dan merenungi empat kebenaran ini, semua tindakan ini akan mengalir secara alami.

Penting juga untuk dipahami bahwa sebagai Buddhis, Anda tidak punya misi atau kewajiban untuk mengalihyakinkan seluruh dunia menjadi Buddhis. Buddhis dan Buddhisme adalah dua hal yang berbeda, seperti anggota partai Demokrat dan demokrasi. Saya yakin bahwa banyak Buddhis yang sudah dan sedang melakukan hal-hal buruk kepada dirinya sendiri dan pihak lain. Namun sungguh membesarkan hati bahwa sampai saat ini, Buddhis belum pernah melancarkan perang atau merusak tempat ibadah agama lain atas nama Buddha dengan tujuan mengubah agama.

Sebagai Buddhis, Anda harus berpegang pada kebijakan ini: seorang Buddhis seharusnya tidak pernah terlibat atau mendorong pertumpahan darah atas nama Buddhisme. Anda bahkan tidak boleh membunuh seekor serangga, apalagi manusia. Dan jika Anda kebetulan mengetahui orang atau kelompok Buddhis yang melakukannya, maka sebagai Buddhis Anda harus memprotes dan mengecam mereka. Jika Anda diam saja, Anda bukan cuma tidak menentang mereka, Anda pada dasarnya satu dari mereka. Anda bukan Buddhis.

Catatan tentang Terjemahan Istilah

Saya telah berupaya menunjukkan empat pandangan, inti falsafah Buddhis, dalam bahasa sehari-hari yang bisa dimengerti orang dari segala latar kehidupan. Dalam upaya itu, saya harus membuat keputusan sulit dalam hal pemilihan istilah. Saya rasa penting untuk diingat bahwa tidak ada yang namanya kesepakatan akhir mengenai terjemahan Inggris untuk istilah Dharma Sanskerta dan Tibet. Di dalam berbagai aliran Buddhisme, dan bahkan di dalam satu aliran Buddhisme Tibet saja, terdapat variasi makna dan ejaan. Satu contoh bagus adalah istilah *zag bcas* (dilafal "zagchey") yang kita terjemahkan di sini sebagai "emosi", seperti dalam "segala emosi itu menyakitkan". Pilihan ini bikin angkat alis orang-orang yang merasa bahwa itu "terlalu luas". Banyak orang merasa tidak *semua* emosi itu menyakitkan. Namun hal ini juga bikin angkat alis mereka yang menganggap bahwa kata "emosi" tidak cukup luas karena terjemahan yang lebih persis untuk *zag bcas* ini sangatlah luas.

Seperti Chokyi Nyima Rinpoche jelaskan dalam bukunya, *Indisputable Truth*, "Kata *zag bcas* secara harfiah berarti 'terlibat dalam kejatuhan atau pergeseran'." Ia lanjut mengatakan:

> Saya pernah berkesempatan bertanya kepada Kunu Rinpoche, Tendzin Gyaltsen, mengenai arti kata ini dan beberapa istilah Buddhis lainnya. Ia menjelaskan lebih dahulu arti *orang*, atau *gangzag*,

yang mengandung satu suku dalam kata *menodai*. *Gang* berarti "apa saja" atau "mana pun" dalam konteks alam atau tempat kelahiran kembali mana pun bagi enam jenis makhluk, sementara *zagpa* berarti "terjatuh ke" atau "bergeser" ke salah satu tempat itu. Jadi, kata untuk *orang* berarti "rentan untuk pindah". Ia juga menyebutkan bahwa ada diskusi tradisional mengenai asal kata ini, karena *arhat* juga disebut *gangzag*, kepribadian.

Walpola Rahula, pengarang buku *What the Buddha Taught*, menerjemahkan segel pertama sebagai, "Semua hal terkondisi adalah *dukkha* (penderitaan)." Yang lain menggunakan "Semua fenomena yang ternoda atau tersimpangkan memiliki hakikat ketiga penderitaan ini." Kamus Rangjung Yeshe memberikan terjemahan yang serupa: "Segala sesuatu yang meluruh adalah penderitaan."

Kita masih bisa membantah bahwa semua terjemahan ini terlalu luas atau kurang luas. Untuk memahami banyak istilah ini, pembelajar serius akan memerlukan studi dan penjelasan lebih lanjut. Pada dasarnya, apa pun yang saling bergantung tidak memiliki kedaulatan; tidak bisa sepenuhnya mengendalikan dirinya; dan ketergantungan ini menciptakan ketidakpastian, yang merupakan salah satu komponen utama dari definisi Buddhis mengenai "penderitaan". Oleh karena itu, penggunaan kata *penderitaan* membutuhkan banyak penjelasan.

Namun saya tetap memutuskan memakai terjemahan "Segala emosi itu menyakitkan" supaya pembaca tidak mencari-cari penyebab penderitaan di luar diri. Kata emosi membuatnya lebih pribadi—ini pikiran dan emosi kita sendiri.

Hal lain yang perlu diketahui pembaca adalah empat segel sebagaimana disajikan dalam buku ini sangat berorientasi Mahayana. Tradisi Shravakayana, seperti Theravada, mungkin tidak mengenal empat segel ini; alih-alih mereka punya tiga saja. Yang tiga itu ada dalam empat segel ini. Karena buku ini ditujukan sebagai pemaparan umum, saya memutuskan bahwa lebih baik memberi lebih banyak daripada kurang, semua saja alih-alih cuma sedikit, sehingga tidak perlu menambahkan lagi nantinya.

Ucapan Terima Kasih

Bicara tentang fenomena yang tersusun dari berbagai unsur, saya ingin menyampaikan bahwa kita tidak usah melihat di tempat lain untuk contoh yang bagus. Buku ini adalah contoh sempurna fenomena tersusun. Walau beberapa contoh bersifat modern, namun logika dasar, penalaran argumen, dan analoginya adalah sesuatu yang sudah diajarkan. Saya memutuskan untuk tidak perlu malu meniru ide dan ajaran asli Buddha dan banyak penerus kunonya, terutama para guru besar agung seperti Guru Rinpoche Padmasambhava, Longchenpa, Milarepa, Gampopa, Sakya Pandita, Rigzin Jigme Lingpa, dan Patrul Rinpoche. Mereka yang telah menemukan sedikit saja inspirasi seharusnya melakukan upaya untuk mengetahui beberapa karya para guru besar ini. Saya harus menyebutkan di sini bahwa jika ada kekeliruan atau kesalahan berat, dalam kata-kata ataupun maknanya, semua itu perbuatan saya sendiri, dan walaupun komentar disambut baik, saya sarankan bahwa itu membuang waktu Anda yang berharga.

Fakta bahwa buku ini setidaknya bisa terbaca adalah berkat usaha Noa Jones, yang bukan hanya dalam hal penyuntingan, tetapi juga karena ia dengan sukarela menjadi kelinci percobaan sebagai "orang yang baru mengenal falsafah Buddhis". Jadi penghargaan dan banyak terima kasih saya haturkan kepadanya. Saya juga harus menyatakan terima kasih

kepada Jessie Wood, yang dengan mata elangnya membubuhkan tanda baca. Dan saya harus juga berterima kasih kepada semua sahabat saya—para remaja, cendekiawan, peminum bir, dan pemikir—yang mengajukan sanggahan amat menantang yang membantu membentuk buku ini. Inspirasi menulis buku ini diperoleh di sebuah kafe yang sangat asyik di Ubud, Bali, yang dahulunya Kerajaan Hindu yang hebat; kemudian mewujud di tengah kabut dan hutan pinus di tepi Danau Daisy; dan dirampungkan di Himalaya. Semoga buku ini menggugah rasa penasaran.

Swapotret Penulis

DZONGSAR JAMYANG KHYENTSE lahir di Bhutan pada tahun 1961. Beliau adalah kepala Dzongsar Monastery dan Dzongsar College yang terkemuka dan bertanggung jawab mengurus dan mendidik sekitar 1.600 biksu yang tinggal di enam biara dan lembaga di Asia.

Rinpoche mengelola Siddhartha's Intent dan sejumlah pusat pengajaran dan pelatihan di berbagai benua, serta organisasi-organisasi nirlaba, Khyentse Foundation, 84000, dan Lotus Outreach. Beliau juga menulis dan menyutradarai film *The Cup* dan *Travellers and Magicians*.

Ini dia akhirnya sekeping suara baru Buddhisme Tibet. Ada banyak santapan untuk pikiran di dalam buku ringkas ini bagi pembelajar Buddhis dan bagi siapa pun yang tertarik pada penyelarasan kebijaksanaan Timur tradisional ke dalam tatanan Barat postmodern."—*Publishers Weekly*

JADI ANDA PIKIR ANDA ITU BUDDHIS? Pikir lagi. Master Buddhis Tibet Dzongsar Jamyang Khyentse, salah satu biksu paling kreatif dan inovatif yang masih mengajar saat ini, melempar tantangan ke dunia Buddhis, menantang konsep keliru, prasangka, dan fantasi umum. Dengan akal dan sindiran, Khyentse mendesak pembaca untuk bergerak melampaui tampilan permukaan Buddhisme—melampaui romantika tasbih, dupa, atau jubah eksotik—langsung ke jantung hati ajaran Buddha.

DZONGSAR JAMYANG KHYENTSE adalah biksu Buddhisme Tibet yang bepergian dan mengajar di berbagai negara. Beliau adalah kepala Dzongsar Monastery, Dzongsar College, dan Siddhartha's Intent, serta direktur spiritual pusat meditasi di Vancouver, San Fransisco, Sydney, Hong Kong, dan Taipei. Beliau juga menulis dan menyutradarai film *The Cup* dan *Travellers and Magicians* yang banyak memenangkan penghargaan.