

EMPAT KEBENARAN MULIA

SEJARAH

Zaman kuno India dipenuhi dengan pelbagai jenis falsafah dan guru-guru agama. Mereka mempunyai pelbagai pandangan terhadap kehidupan dan matlamat hidup. Dalam Brahmajala Sutta tercatat 62 jenis teori dan falsafah pada masa Buddha.

Salah sebuah aliran fikiran yang menolak sama sekali kepercayaan agama dan nilai-nilai moral ialah aliran anihilis yang dinamakan Carvakas. Mengikuti aliran fikiran yang bercorak materialis ini, manusia 'hapus' selepas kematiannya. Kematian merupakan titik penghabisan segala-segalanya. Apa yang dianggapkan benar atau idea sistem aliran fikiran ini ialah 'makan, minum dan kesukaan'. Kualiti-kualiti suci dianggap sebagai sesuatu yang tidak benar dan agama dianggap sebagai kejahilan. Mereka menolak kualiti-kualiti suci, 'baik', hormat dan belas kasihan. Fikiran ini berasaskan kepuasan nafsu dan keuntungan sendiri.

Bertentangan dengan aliran ini pula, satu fikiran keterlaluan yang lain ialah pelepasan. Pelepasan daripada segala kebendaan dan hidup secara bertapa. Misalnya cara hidup yang diikuti oleh kelima-lima bhikkhu semasa mengiringi Bodhisatta dalam usaha mencapai Pencerahan.

Buddha, sebelum Pencerahannya, pernah mengalami dan mengikuti segala *austerity* ini. Setelah mengalami banyak kesusahan, Beliau memahami penyekatan melampau terhadap diri sendiri tidak membawa sebarang hasil. Beliau memilih Jalan Tengah. Ini menyebabkan pengikut-pengikutNya hilang keyakinan terhadapNya lalu menjauhi Buddha. Kata mereka, "Pertapa Gotama telah berkecenderungan kepada hidup yang lebih mewah, berhenti daripada kelaparan dan kembali kepada kehidupan yang senang."

Walaupun pemergian kelima-lima pengikut yang telah bersama-samaNya selama enam tahun ini adalah satu kerugian kepada Gotama, Beliau tidak pernah putus asa dan sebaliknya dengan keazaman yang gigih dan pemulihan tenagaNya, Beliau meneruskan usaha untuk mencapai Pencerahan.

Akan tetapi, selepas dua bulan mencapai PencerahanNya, Buddha memberikan khutbah yang pertama (*first discourse*) kepada kelima-lima bhikkhu ini pada suatu hari bulan penuh di *Deer Park*, Isipatana berhampiran dengan Benares. Pengajaran yang pertama ini dinamakan Dhammacakkappavattana yang membawa maksud Pemutaran atau Pembentukan Roda Kebenaran. Dhammacakka adalah nama khutbah yang diberi. Dhamma memberi pengertian kebijaksanaan dalaman (*wisdom*) manakala cakka bermaksud pembentukan.

Khutbah yang berkaitan dengan Jalan Tengah ini merupakan isi penting atau asas dalam pengajaran Dharmanya. Melalui pengalaman diri sendiri, Beliau memahami sedalam-dalamnya dua ekstremis (i. terbawa-bawa oleh nafsu dan ii. penyekatan ketat ke atas diri sendiri) tidak akan membawa hasil yang bermakna. Maka diberitahuNya jalan yang boleh diamal, rasional dan menguntungkan. Kelima-lima pengikut Buddha dinasihatkan supaya mengelakkan diri daripada dua keterlaluan, iaitu dengan keseronokan deria yang tidak berkekalan.

1. Perpautan nafsu yang tidak akan dipenuhi dan berakhir dengan tindak balas yang tidak menyenangkan.
2. Penyekatan ketat ke atas diri sendiri yang membawa banyak kesengsaraan, satu perbuatan jahil yang tidak bermanfaat.

Walaupun demikian, jangan salah faham bahawa Buddha mengharapkan semua pengikutNya menjauhi daripada keseronokan keduniaan dan bersara di dalam hutan tanpa menikmati kehidupan. Buddha bukan seorang yang berfikiran sempit. Ajaran Buddha menghasilkan ketenteraman diri, menghasilkan kerohanian dalaman dan 'kepintaran' melihat sesuatu sebagaimana yang benar.

Dhammacakkappavattana Sutta (Empat Kebenaran Mulia)

Pernah Buddha mengatakan, "Dalam tubuh yang bersama-sama tanggapan dan fikiran ini, saya mengumumkan sesuatu mengenai dunia, permulaan dunia, tamatnya dunia dan jalan ke arah menamatkan dunia." Dunia dalam konteks ini bermaksud penderitaan.

Mesej ini merujuk kepada Empat Kebenaran Mulia, yang mana telah dijumpai Buddha melalui pengetahuannya (*intuitive knowledge*). Kebenaran ini tetap wujud sama ada Buddha muncul atau tidak. Apa yang Buddha lakukan ialah mengumumkan kebenaran ini kepada dunia yang kelam-kabut. Kebenaran-kebenaran ini tidak berubah selama-lamanya kerana ia merupakan kebenaran yang muktamad. Penyedaran Buddha itu tidak bergantung kepada sesiapa, dan kebenaran-kebenaran itu tidak pernah diperdengarkan.

Keempat-empat kebenaran itu ialah:

1. Kebenaran mengenai Dukkha.
2. Kebenaran mengenai sebab-musabab Dukkha.
3. Kebenaran mengenai penghapusan (tamatnya) Dukkha.
4. Kebenaran mengenai cara menghapuskan Dukkha.

1. Kebenaran Mengenai Dukkha

Dukkha biasa diterjemahkan sebagai penderitaan atau kesengsaraan tetapi maknanya adalah lebih luas dan mendalam. Ia termasuk segala bentuk kesakitan, ketidaksempurnaan, ketidakharmonian dan ketidakseimbangan. Secara ringkasnya ia membawa maksud ketidakpuasan.

Kita semua terpaksa melalui kelahiran, proses penguraian iaitu menjadi tua (*decay*), sakit dan akhirnya kematian. Tiada sesiapa yang mengelakkan diri daripada empat jenis dukkha ini.

Selain daripada itu, terdapat empat dukkha lagi iaitu:

- Penderitaan kerana pemisahan dengan orang yang dikasihi atau benda-benda yang digemari.
- Penderitaan kerana penemuan dengan seseorang atau sesuatu benda yang tidak diinginkan.
- Penderitaan kerana penyangkalan hasrat seseorang.
- Penderitaan kerana penguatan kelakuan manusia seperti kebencian, perasaan cemburu dan lain-lain.

Kemajuan dan perkembangan manusia dalam sains dan teknologi telah membawa lebih banyak kesenangan dan kemewahan kepada manusia, akan tetapi manusia masih tidak sanggup mengurangkan atau menghapuskan penderitaan-penderitaan asasi itu. Kadang-kala penderitaan itu diperhebatkan lagi bertambahnya godaan kebendaan. Ini lebih nyata sekali dalam kes empat jenis penderitaan yang terakhir.

Keseronokan yang sebenarnya adalah dari dalaman kita, dan bukan ditakrifkan dari kekayaan, kuasa dan kedudukan. Jikalau semua ini diperolehi dengan cara yang tidak betul, maka ia akan menjadi satu kesengsaraan dan kepahitan kepada pemiliknya. Apabila sesuatu masalah timbul ataupun berlakunya konflik antara keinginan dan kenyataan hidup, di situlah wujudnya dukkha (penderitaan dan ketidakpuasan). Mungkin kita dapat menghadapinya, menunpukan segala usaha untuk menyelesaikannya, tetapi biasanya penderitaan seolah-olah selesai dan sebaliknya muncul dalam bentuk yang berlainan.

Lazimnya keseronokan deria dianggap sebagai satu-satunya keseronokan yang paling tinggi dan dikejar orang biasa. Akan tetapi, keseronokan ini adalah sementara dan tidak kekal. Jika seseorang tidak dapat melihat perolakan hidup yang penuh dengan keseronokan yang sementara, tidak kekal ini, ia mudah terbawa dan penderitaan berlaku sepanjang kehidupannya. Jika dia tidak dapat melihat ketidakstabilan keseronokan *mundane*, ia akan mudah hampa, putus asa, menjadi jahil, hilang daya membuat keputusan yang tepat dan mungkin juga menjadi tidak stabil.

Mengikut Buddha ketidakpautan atau '*non-attachement*' (*viragata*) adalah kegembiraan yang lebih besar. Seseorang yang telah menerima latihan mental menyebabkan dia dapat terus menjadi tenteram, tenang di bawah perolakan hidup (masalah dan tekanan), melihat sesuatu (masalah) dengan perspektif yang betul dan benar. Dia masih dapat senyum apabila berlaku masalah dan fikiran tetap stabil. Pertanyaan kepada diri sendiri: Apakah punca atau sebab Dukkha? (penderitaan, kesengsaraan, ketidakpuasan) Jawabannya diterangkan oleh Buddha dalam Kebenaran Mulia yang Kedua.

2. Kebenaran Mengenai Sebab-musabab Dukkha

Sebelum mengubati seseorang pesakit kita perlu mengetahui, meneliti dan mencari punca penyakit yang melanda pesakit itu. Kecekapan rawatan itu bergantung kepada betapa cekap kita dalam menghapuskan punca itu. Buddha bukan sahaja berkhotbah mengenai dukkha (penderitaan), bahkan menunjukkan kepada kita punca timbulnya dukkha (penderitaan). Ini menyenangkan kita mengubati 'penyakit' ini. Dari sini, kita boleh lihat bahawa Buddha bukan pesimis dalam perkara ini.

Dalam ajaran Buddha, tiada pencipta yang mengawal segala-gala matlamat hidup manusia dan maka dukkha bukan ditimbulkan oleh agen luar, 'kuasa *supernatural*' sebaliknya penyelesaian didapati dari dalaman manusia sendiri.

Dalam maksud Buddha terdapat tiga jenis nafsu:-

- i. Nafsu untuk keseronokan deria (*kamma-tanha*) menyebabkan kejadian semula, kelahiran semula, diikuti dengan keseronokan yang mudah berolak ini, tidak berhenti apabila kita mencari kegembiraan yang baru di sana-sini. Perpautan kepada nafsu timbul apabila bertemunya dengan organ deria dengan objeknya. Misalnya, nafsu yang ditimbulkan oleh pandangan, bunyi, bau, rasa, penyentuhan badan dan gambaran mental yang menyeronokkan.
- ii. Nafsu untuk kewujudan berterusan (*bhava-tanha*).
- iii. Nafsu untuk ketidakwujudan, penghapusan diri (*vibhava-tanha*). Pandangan bahawa agregat sesuatu makhluk itu akan hapus apabila mati.

Di sini adalah jelas bahawa nafsu adalah punca dan penderitaan (*dukkha*) merupakan akibatnya. Dapat kita lihat di sini perkaitan benih dan buah atau hasil, tindak dan tindakbalas serta punca dan akibat sebagai satu hukum semulajadi. Faktor mental yang kuat ini, iaitu nafsu (*dahaga*) menyebabkan kewujudan berterusan.

Nafsu ini membentuk dan membentuk semula dunia. Daya motif ini (nafsu) adalah berkaitan rapat dengan kewujudan yang lepas, kini dan masa akan datang. Keadaan sekarang diwujudkan oleh yang lepas, dan masa depan pula merupakan akibat yang disebabkan oleh keadaan ini.

Pernah Buddha berkata, "Bhikkhu, tiada belunggu lain seperti belunggu nafsu ini yang menyebabkan 'being' merayau-rayau dalam pusingan kewujudan ini." Adalah penting di sini nafsu ini bukanlah Punca Pertama. Segala kemunculan bukan cuma disebabkan oleh satu punca dan juga bukan tak ada punca. Segala-gala kemunculan adalah disebabkan punca-punca yang saling berkaitan dan semua punca ini tiada permulaan ataupun penghabisan.

Disebabkan adanya nafsu untuk kewujudan maka berlakunya proses kewujudan, keunzuran timbul, timbulnya kematian, kesengsaraan, penderitaan dan kehampaan. Bukan sahaja nafsu ini menyebabkan tamak haloba dan perpautan manusia terhadap keseronokan deria, kekayaan, harta benda yang menyebabkan kemunculan keinginan untuk mengalahkan orang lain dan melanda negeri-negeri lain. Bahkan perpautan kita pada idea-idea, pandangan dan kepercayaan biasanya juga membawa kepada penghancuran seluruh bangsa, negara dan mungkin seluruh dunia. Soalan: Dari mana munculnya nafsu dan bagaimana ia berakhir? Jawapan: Di mana sahaja wujudnya keseronokan, kegembiraan di situlah nafsu muncul dan menguasai kita. Melalui lima tapak iaitu mata, telinga, hidung, lidah dan badan, manusia mengenal objek-objek di dunia luar. Melalui fikiran pula, kita melayan idea-idea. Melalui bentuk, bunyi, bau, rasa, penyentuhan badan dan idea yang menyeronokkan nafsu timbul dan manusia tertarik dan mengejar kelima-lima jenis objek kederiaan dan idea. Ia berpautan dengan lima keseronokan deria dan idea ini dan kurang memahami bahawa tiada objek deriaan dan idea yang akan memadai mata, hidung, lidah, badan dan fikiran kita. Dalam keadaan yang sentiasa 'dahaga' untuk memiliki dan memadai kemahuan yang tiada penghabisan ini, makhluk terikat dan terlibat dalam pusingan kewujudan ini. Melalui nafsu ini, tamak haloba kepada harta benda, kedudukan, kepuasan nafsu menyebabkan kita berpaut kepada perkara yang tidak kekal, yang sentiasa berubah-ubah. Dukkha timbul apabila apa yang kita ingini itu berubah. Kadang-kadang mungkin kita bernasib baik kerana dapat bergembira, tetapi kegembiraan itu tidak akan kekal selama-lamanya.

Selain daripada itu, kita bernafsu untuk mendapatkan segala keseronokan yang diingini. Tetapi sekiranya kita gagal mendapatkannya, penderitaan akan timbul. Biarpun kita berjaya mendapatkan segala yang diingini, kita akan berasa puas sejenak. Perasaan tidak puas akan cepat menjelma, kita inginkan sesuatu yang lain pula. Tidak berhenti-henti kita bernafsu. Mungkin kita dapat memperolehi sebahagian yang diidam-idamkan, tetapi ia tidak akan kekal - ia mungkin luput, menjadi tua, rosak ataupun terpisah daripada kita.

Sebagai contoh, wang tidak bersifat jahat. Sebaliknya kejahatan timbul akibat sifat tamak terhadap wang itu. Apabila kita ada wang kita mahukan lebih atau pada masa itu kita bimbang jikalau ia hilang. Akibatnya, kita menderita kerana sifat tamak dan kebimbangan tadi. Pada hakikatnya, kalau kita tidak tamak akan wang, wang yang kita miliki tetap ada dan ia tidak merupakan punca penderitaan.

Perlu diperhatikan di sini juga nafsu itu tidak disyaratkan oleh sesuatu yang menyeronokkan sahaja, bahkan ia disebabkan oleh kepiluan dan kesedihan. Seseorang yang dalam kesengsaraan bernafsu dan mengharapkan kegembiraan dan pembebasan daripada penderitaan. Dalam erti kata yang lain, orang yang miskin, dalam kesakitan, kecacatan 'menderita' kerana bernafsu untuk memperolehi kegembiraan dan keseronokan. Sebaliknya mereka yang sihat dan kaya yang menikmati keseronokan juga bernafsu untuk mendapatkan keseronokan yang lebih. Manusia mengejar keseronokan yang berolak ini tanpa berhenti dan inilah tamak yang keterlaluan.

Nafsu untuk keseronokan deria, untuk kewujudan dan untuk ketidakwujudan ini bertindak melalui badan, percakapan dan fikiran membawa kepada tindakbalas. Tindakbalas yang dihasilkan pula menimbulkan nafsu yang baru. Proses tindak dan tindakbalas inn satu hukum semulajadi. Selagi manusia dengan kejahilan berpaut kepada kewujudan, nafsu timbul dan kematian bukanlah titik penghabisan. Ia akan meneruskan

pusingan kewujudan ini. Maka hanya melalui penghapusan kejahilan (*acija*) dan daya penggerak (*nafsu*) ini, Pusingan Kewujudan akan berhenti. Budhha menerangkan, "Bagaimana kewujudan semula ini boleh berhenti? Dengan penghapusan kejahatan melalui kebijaksanaan, penghapusan nafsu, maka tiada kewujudan semula."

3. Kebenaran Mengenai Penghapusan Dukkha

Penghapusan penderitaan telah disifatkan sebagai kebahagiaan yang '*unconditioned*', mutlak dan unggul - Nibbana. Ataupun perkataan ini boleh diertikan sebagai bebas sepenuhnya daripada bernafsu. Bahasa yang kita gunakan tidak berkeupayaan untuk menjelaskan Nibbana. Individu mesti mengalami Nibbana itu sendiri untuk mengerti apakah sebenarnya Nibbana.

Misalnya, rasa seketul gula, seseorang yang tidak pernah merasai 'manis' tidak akan dapat memahami apa itu 'manis' walaupun dia telah lama dan mendalami bentuk kimia gula (*glucose*). Tetapi jika dimasukkan seketul gula-gula ke dalam mulutnya, dia akan merasai rasa 'manis' tanpa memerlukan sebarang teori, hipotesis mengenai gula-gula itu. Demikianlah seseorang perlu berusaha untuk mengecapi Nibbana supaya ia sedar apakah Nibbana sebenarnya.

Dalam Kebenaran Mulia Yang Kedua, kita tahu bahawa nafsu adalah punca penderitaan dan penderitaan itu cuma boleh dihapuskan jika nafsu itu berhenti. Dengan menghapuskan (*giving up*) nafsu, seseorang itu juga tiada lagi terikat dengan kewujudan semula dan maka segala dukkha (tua, sakit, kematian dan lain-lain) tidak akan berikutan. Maka di sini Nibbana boleh diterangkan (secara kasar) sebagai penghapusan penderitaan.

Secara lazimnya, kita rujukkan sesuatu dengan perhubungan relatif positif dan negatif (misalnya, terang dengan gelap, panjang dengan pendek, panas dengan sejuk, baik dengan buruk), akan tetapi Nibbana adalah melebihi kedua-dua positif dan negatif ini. Ia tidak merujuk kepada sebarang benda yang bersyarat (*conditioned*). Arahant menyedari Nibbana dan bebas daripada bernafsu.

Apabila seseorang menghapuskan sepenuhnya tamak haloba, kebencian dan kejahilan ia adalah bebas daripada kewujudan semula dalam samsara ini. Ia tidak akan dilahirkan semula selepas menyedari Nibbana, iaitu ia meningkat ke satu keadaan yang melebihi dunia tetapi masih di dunia ini. Tindakannya tidak akan menyebabkan tindakbalas karma kerana fikirannya tidak digerakkan oleh tamak haloba, kebencian dan kejahilannya. Di dalam hatinya, tiada lagi kecenderungan atau niat jahat. Ia melebihi baik atau buruk. Ia tidak bimbang dengan masa lepas, kelak ataupun apa yang berlaku sekarang. Ia tidak berpaut kepada sebarang di dunia ini dan maka tidak diganggu oleh dunia ini, bahkan ia tidak diganggu sebarang perubahan yang berlaku di dunia. Fikiran Arahant ini tidak dapat digerakkan lagi oleh pergaulan dan hubungan dengan dunia. Ia hidup tanpa kesedihan, tanpa pencemaran dan kukuh. 'Keadaan' Nibbana yang sebegini dapat dikecapi dalam kehidupan itu juga. Walaupun orang biasa mengalami sifat ketidakpuasan dalam hidup, mengalami penderitaan, mengetahui apakah itu kecemasan dan apa dia maksudnya tetapi dia tidak pernah mengalami penghapusan sepenuhnya kecemasan dan dia tidak dapat mengalami Nibbana. Arahant juga dengan pengalamannya tidak dapat membuat orang lain mengetahui Nibbana. Kesedaran itu datang kepada seseorang secara individu. Nibbana adalah mutlak kerana ia melebihi punca dan akibat dan tidak relatif kepada sebarang rujukan.

Maka dalam bahasa yang lazim kita katakan lelaki, perempuan, saya dan lain menyedari Nibbana. Tetapi secara mutlak tiada kewujudan individu. Cuma proses pembentukan dan proses penghapusan, segala apa sifat timbulnya, segala apa sifat penghapusannya.

Jalan ini memang susah, tetapi dengan berhati-hati, penuh kesedaran, kita akan dapat mencapai destini kita suatu hari. Seperti budak baru belajar berdiri, berjalan perlahan-lahan dengan banyak kesusahan, akhirnya berjaya juga.

4. Kebenaran Mengenai Cara Menghapuskan Dukkha

Kebenaran Mulia Yang Keempat ini merupakan jalan ke arah penghapusan Dukkha. Sekiranya kita dapat memahaminya dengan penuh keyakinan dan gigih, maka penghapusan penderitaan akan menjadi satu kenyataan. Kita pasti akan mengecapi Nibbana. Pernah Buddha berpesan, "Biarlah doktrin dan disiplin (dhamma-vinaya) yang saya berikan kepada anda menjadi guru anda setelah pemergian saya."

Amat jelas sekali cara kehidupan Buddha, sistem agama Buddha terdiri daripada doktrin dan disiplin. Disiplin membawa maksud kesempurnaan moral (*moral excellence*), menjinakkan lidah dan tindakan melalui badan. Ini lebih dikenali sebagai sila atau latihan moral. Doktrin pula berkaitan dengan latihan mental, menjinakkan fikiran. Ini berkaitan dengan meditasi atau perkembangan penumpuan mental, samadhi dan kebijaksanaan panna. Ketiga-tiga ini, 'virtue', penumpuan dan kebijaksanaan apabila diamalkan sepenuhnya, ia dapat membawa manusia lari dari tahap mental yang rendah ke tahap yang tinggi, memimpin seseorang itu dari gelap ke terang, dari 'passion' ke 'dispassion', dari ketidaktenteramanan ke ketenteraman. Ketiga-tiga ini bukanlah satu tindakan yang berasingan, tetapi sebagai satu keseluruhan kepada Jalan Lapan Lapis Mulia ini.

Merujuk kepada Jalan ini, dalam Khutbah Yang Pertama Buddha menamakan ia sebagai Jalan Tengah kerana jalan ini mengelakkan daripada dua *extreme*: iaitu perpautan dengan keseronokan deria dan penyeksaan diri sendiri seperti yang dilakukan oleh pertapa tertentu.

Semasa berada dalam istana dengan segala kemewahan dan keseronokan, pengalaman Bodhisatta jelas menunjukkan keseronokan deria ini tidak membawa manusia ke arah kegembiraan yang sebenar dan 'deliverance'. Amalan *ascetic* yang keterlaluan selama enam tahun tidak memberi sebarang balasan kepada Bodhisatta. Dengan mengelakkan dua *extreme* ini, Bodhisatta mengikut satu jalan moral dan latihan mental iaitu Jalan Tengah yang meliputi tiga kumpulan utama.

Pandangan yang Betul Fikiran yang Betul	(samma-ditthi) (samma-samkappa)	Kebijaksanaan
Pertuturan yang Betul Perbuatan yang Betul Pekerjaan yang Betul	(samma-vaca) (samma-kammanta) (samma-ajiva)	Moraliti
Usaha yang Betul Kesedaran yang Betul Tumpuan yang Betul	(samma-vayama) (samma-sati) (samma-samadhi)	Disiplin Mental

Rujukan dan terjemahan daripada:

1. Anagarika Sugatananda, *The Four Noble Truths*, Buddhist Publication Society, Kandy (1968).
2. Narada Maha Thera, *The Buddha And His Teaching*, Buddhist Publication Society, Kandy (1980).
3. Pengenalan Kepada Buddhisma, Ci Hang Charitable Trust, Petaling Jaya (1986).
4. Piyadassi Thera, *The Buddha's Aciant Path*, Buddhist Publication Society, Kandy (1974).

ARTIKEL INI UNTUK BUKAN-MUSLIM SAHAJA

Punca : <http://dhamma-bm.tripod.com>