

PENGENALAN KEPADA BUDDHISME

www.what-Buddha-taught.net

PENGENALAN: KE MANA HALUAN KITA

Kehidupan manusia moden memang lebih selesa daripada nenek moyang kita. Akan tetapi dari segi kerohanian, nampaknya kita lebih miskin. Manusia moden terlalu mementingkan kebendaan dan menyetepikan aspek kerohanian sehingga terjadinya keruntuhan moral. Tanpa moral dan akhlak, kehidupan manusia itu tidak lengkap. Kita mudah terpesona dengan godaan kebendaan sehingga kita melupakan diri sendiri dan manusia lain. Kadar jenayah kian meningkat; masalah manusia rencam dan menggugat ketenteraman hidup kita sendiri. Mengapa terjadinya peperangan? Apakah gunanya manusia mencipta senjata nuklear yang jumlahnya cukup untuk memusnahkan 200 buah planet sebesar bumi kita sekali gus? Adakah ini kemajuan yang kita usahakan dan megahkan?

Tiada manusia yang siuman sanggup mengagung-agungkan kemajuan yang membinasakan, walaupun pada hakikatnya kebanyakan manusia sedang berusaha ke arah maut dan kemusnahan. Mengapa ini terjadi? Jawapannya mudah sahaja, iaitu kita kekurangan pedoman hidup yang benar dan digerakkan oleh kejahilan dan nafsu semata-mata. Oleh itu kita mesti menyuburkan kembali kehidupan kita dengan nilai-nilai kerohanian. Salah satu penyelesaian bagi masalah ini ialah Buddhisme.

Buddhisme — satu falsafah kehidupan yang berdasarkan akhlak. Ia mudah, bernas dan berkesan. Buddhisme tiada dogma dan peraturan yang menyempitkan alam pemikiran manusia. Segala yang dilakukan itu terpulang kepada budi bicara kita sendiri. Karangan-karangan yang disusun dalam buku ini memberi sedikit sebanyak keterangan mengenai aliran pemikiran ini dan hubungannya dengan kehidupan. Semoga ia dapat memberi manfaat kepada anda.

BAB 1:

CAHAYA ASIA

Dunia Timur yang kita duduki ini penuh dengan ahli-ahli falsafah dan guru-guru yang agung. Sumbangan mereka kepada peradaban manusia tidak luput mengikut peredaran masa. Mereka boleh diibaratkan sebagai suluh yang menyinari hidup manusia dan mengayakan khazanah rohani kita. Ajaran mereka tersebar luas melampaui tanah air mereka dan disanjung tinggi di tempat mereka bertapak. Antara ajaran ini, satu ajaran telah mendahului yang lain dari segi pengaruh dan kawasan sebaran serta dituruti hampir di seluruh Dunia Timur ini. Ajaran ini merupakan warisan seorang yang kudus, yang pernah berkhotbah di tebing Sungai *Ganges*. Beliau ialah Buddha *Sakyamuni* — Cahaya Asia.

Buddha *Sakyamuni* dilahirkan sebagai Putera Siddhatta di sempadan negeri India dan Nepal yang pada ketika itu dikenali sebagai *Kapilavathu*. Beliau dilahirkan dalam suku kaum *Sakya* kepada Raja *Suddhodana* dan Permaisuri *Maha Maya*. Selepas tujuh hari putera dilahirkan, Permaisuri Maha Maya mangkat dan beliau pun dibesarkan oleh pengasuh istana di bawah jagaan emak saudara beliau, *Maha Pajapati Gotami*. Putera *Siddhatta* dididik dan dilatih untuk menjadi bakal raja yang arif di samping gagah perkasa dalam hal peperangan. Segala kemewahan kebendaan dikurniakan ke atas beliau untuk menghindarkan timbulnya niat untuk meninggalkan rumah tangga seperti yang ditilik oleh penasihat-penasihat Raja *Suddhodana*. Pada umur 16 tahun, beliau telah dikahwinkan dengan sepupu beliau, Puteri *Yasodhara*, mengikut adat India. Seorang putera telah dilahirkan beberapa tahun kemudian dan diberi nama *Rahula*.

Walaupun kehidupan dalam istana mewah dan serba mencukupi, Putera *Siddhatta* masih berikhtiar untuk melihat keadaan di luar istana. Ketika bersiar-siar di luar istana, beliau terserempak dengan seorang tua yang uzur, kemudian seorang pesakit yang mengerang kesakitan, seterusnya mayat dan seorang pertapa. Keempat-empat jenis coretan hidup ini telah mengubah pandangan beliau mengenai kehidupan. Semenjak itu, Putera *Siddhatta* asyik memikirkan soal kesengsaraan manusia dan bermuram sahaja. Pada umur 29 tahun, beliau telah mengambil keputusan untuk meninggalkan segala kemewahan untuk mencari jawapan kepada sebab-musabab kesengsaraan.

Pada mulanya, beliau mengikut kumpulan pertapa yang terkemuka pada masa itu dan berbincang dengan mereka mengenai kehidupan. Dua orang pertapa terkemuka yang beliau pernah berguru ialah *Alara Kalama* dan *Udaka Ramaputta*. Akan tetapi kaedah mereka tidak dapat menyelesaikan masalah dasar manusia. Oleh itu, dengan hati yang cecal, beliau telah berazam untuk mencari jalan untuk menamatkan kesengsaraan manusia dengan sendirinya. Selama enam tahun beliau bertapa dan menyiksa diri sendiri dengan pelbagai cara berhabis-habisan tetapi pencerahan tidak juga tercapai. Akhirnya beliau mengambil keputusan untuk meninggalkan sikap melampau ini dan mengikuti sikap kesederhanaan dalam kehidupan. Pada fajar bulan purnama *Vesak* ketika beliau berumur 35 tahun, beliau berjaya mencapai pencerahan.

Setelah memahami misteri kehidupan, beliau telah berangkat untuk menyampaikan dan berkongsi pengalaman beliau dengan manusia yang sedia mendengar ajaran beliau. Usaha ini mengambil masa selama 45 tahun di Utara India, khususnya di sepanjang tebing Sungai *Gangga* sehingga beliau menghembuskan nafas terakhir ketika berumur 80 tahun. Beliau telah berjaya merobohkan jurang kasta antara pengikut-pengikut beliau dan mengajar tentang kesamaan antara makhluk. Pengikut-pengikut beliau memakai jubah kuning tanda keamanan dan kesamaan. Mereka telah diseru untuk memperkembangkan ajaran Buddha demi kebaikan umat manusia dan makhluk lain. Oleh itu, mereka dikehendaki menuju ke arah yang berlainan supaya dapat menguntungkan lebih banyak makhluk. Kegiatan pengikut-pengikut ini berkembang luas selepas itu dan terus disebarkan dengan giat dan teratur oleh Maharaja *Asoka*, tiga ratus tahun selepas pemergian Buddha. Gema laungan Cahaya Asia masih kuat kedengaran hari ini. Buddha disanjung dalam sejarah manusia kerana beliau menekankan keamanan mental dan fizikal. Ajaran ini telah berjaya menanamkan benih keamanan dalam sanubari ramai kaum di Dunia Timur. Mereka sudah yakin bahawa mereka bertanggungjawab ke atas segala perbuatan mereka dan potensi manusia adalah tidak terbatas. Pesanan terakhir Buddha kepada pengikut-pengikut beliau ialah teruskan usaha untuk mencapai ketenangan akhir — *Nibbana*. Usaha turun-temurun ini akan berkepanjangan supaya Cahaya Asia tetap menerangi dunia ini!

BAB 2:

APA YANG BUKAN BUDDHISME ?

Cahaya mantari kelihatan bersinar-sinar di sebalik daun bodi yang berbentuk jantung. Kicauan burung dan deringan loceng kecil mengikut rentak angin merdu dalam kawasan *vihara* yang sunyi sepi. Panorama ini menarik perhatian Beng An yang baru pertama kali menjejak kaki di tempat beribadat Buddhis ini. Keadaan yang bersih dan teratur dapat merehatkan mata yang penat dan jiwa yang bergelora.

Di satu hujung yang lain, Beng An ternampak beberapa orang pemuda yang agak sebaya dengannya sedang bercakap dengan seorang sami di dalam pagoda. Sami itu nampaknya pemurah dengan senyuman yang lebar terukir pada mukanya. Apabila Beng An mendekati pagoda itu, nampaknya mereka telah habis berbincang dan pemuda-pemuda itu sedang menyembah kepada patung Buddha sebelum mereka beredar dari situ. Beng An berasa hairan mengapa mereka memuja dan menyembah sebuah patung yang tegak dan tidak bernyawa lalu menghampiri sami itu.

Beng An: Maafkan saya, guru. Mengapa mereka menyembah kepada patung Buddha? Bolehkah guru beritahu saya apakah sebab di sebaliknya?

Sami: Sila duduk. Sebenarnya mereka sedang memberi penghormatan kepada Buddha dan bukan menyembah kepada Buddha...

Beng An: Maksud guru ...

Sami: Penganut agama Buddha menghormati Buddha sebagai seorang manusia yang murni, bijaksana, maha penyayang yang pernah hidup di dunia ini. Patung Buddha merupakan salah satu objek bagi kami untuk mengingati-Nya dan untuk mendorong orang ramai supaya mengikut teladan serta ajaran-Nya.

Beng An: Kalau begitu, mengapa pula orang Buddhis memuja dewa-dewi juga?

Sami: Memuja dewa-dewi bermakna memulia-muliakan patung-patung dengan membaca doa, menyembah dengan makanan dan sebagainya. Ia bertujuan untuk meminta kepada dewa-dewi supaya melindunginya dan keluarganya serta memberkati mereka dengan

kekayaan, kemewahan, pangkat, gelaran dan badan yang sihat. Mereka juga meminta ampun daripada dewa-dewi atas segala kesalahan mereka. Seseorang Buddha tidak akan meminta sesuatu daripada Buddha ataupun meminta ampun ke atas dosa yang telah dilakukannya daripada Buddha. Sebaliknya dia menyedari dialah yang bertanggungjawab ke atas perbuatannya. Oleh itu, dia akan cuba mengawasi dan mengawal tindak-tanduknya serta mengikut nasihat Buddha. Justeru itu, orang Buddha yang faham ajaran Buddha cuma mengenang atau menghormati dewa-dewi sebagai makhluk yang pernah berjasa dan berbuat baik.

Beng An: Saya pernah diberitahu oleh rakan saya bahawa Buddhisme ialah agama yang pesimistik. Adakah ini benar?

Sami: Tentu tidak. Memang benar Buddha menyatakan tentang penderitaan dan ketidakkekalan dalam ajaran-Nya. Ini selalunya dirumuskan bahawa Buddhisme adalah pesimistik. Di samping menyatakan penderitaan, Buddha juga mengatakan kebahagiaan dalam hidup dan cara memperoleh kebahagiaan ini. *Nibbana*, iaitu kebahagiaan mutlak merupakan tujuan muktamad kehidupan Buddha. Jadi, adalah salah untuk mengatakan Buddhisme adalah pesimistik.

Beng An: Biasanya saya melihat orang Buddha membakar 'wang kertas' dan merayakan upacara secara besar-besaran pada pertengahan bulan ketujuh. Bukankah perbuatan-perbuatan ini karut, mengelirukan dan tidak saintifik?

Sami: Memang perkara ini selalu mengelirukan orang ramai. Banyak perkara yang dilakukan oleh orang ramai seolah-olah adalah amalan Buddha tetapi sebenarnya bukan. Membakar 'wang kertas' sebenarnya bukan amalan agama Buddha. Seseorang Buddha tidak harus meminta sesuatu daripada patung-patung ataupun dewa-dewi. Dengan ini, mereka tidak akan membakar 'wang kertas' untuk memperoleh sesuatu. Tambahan lagi, ini merupakan suatu perbuatan yang membazirkan wang. Tidak boleh dinafikan bahawa Hari Ullambana iaitu hari kelima belas bulan purnama yang ketujuh berhubung kait dengan agama Buddha tetapi ia telah disalahfahamkan oleh orang ramai. Seterusnya ia telah bercampur-aduk dengan amalan bukan Buddha seperti menyembelih binatang ternakan untuk memuja dewa-dewi. Pada hal ini, ia bertentangan dengan ajaran Buddha kerana Buddha tidak menggalakkan pembunuhan. Hari Ullambana merupakan satu masa bagi orang Cina khasnya untuk menunjukkan penghormatan kepada nenek moyang dan makhluk-makhluk lain yang sedang menderita di alam kesengsaraan. Seseorang Buddha melakukan kerja-kerja kebajikan, menyampai dan mendengar ajaran Buddha ataupun memberi dana kepada sami-sami pada Hari Ullambana.

Beng An: Oh, begitu. Bagaimana tentang kepercayaan kepada nasib seseorang?

Sami: Ramai orang percaya kepada nasib mereka. Mereka mengatakan segala peristiwa yang berlaku bergantung kepada nasib yang sedia ditentukan. Jika ditakdirkan seseorang tidak akan berjaya memasuki universiti, walau bagaimana tekun dia berusaha dia tetap akan gagal; jika bernasib kaya, walau boros sekalipun, ia tidak akan menjadi miskin. Pada hal ini, masa depan seseorang itu tidak dapat diketahui ataupun dipastikan baik buruk, kejayaan atau kegagalan adalah dalam tangan sendiri, tiada nasib yang menentukan sama ada seseorang itu akan memasuki universiti atau tidak. Ini bergantung kepada usaha seseorang.

Beng An: Nampaknya saya telah tersalah faham tentang banyak perkara dalam Buddhisme. Dalam zaman sains dan teknologi ini, adakah agama Buddha selaras dengan sains?

Sami: Ini adalah satu soalan yang baik. Agama Buddha bukan sahaja selaras dengan sains, bahkan ia dapat melengkapinya ataupun melebihi sains. Misalannya pada 2,500 tahun dahulu pada masa Gautama Buddha, Beliau pernah mengatakan bahawa dalam segelas air terdapat makhluk yang bernyawa. Tentulah pada zaman itu, orang tidak akan mempercayai-Nya. Tetapi pada hari ini dengan bantuan sebuah mikroskop dapat membuktikan terdapatnya benda hidup seperti kuman-kuman dan bakteria-bakteria di dalamnya. Buddha juga pernah mengatakan bahawa ruang dunia ataupun alam ini adalah tidak terhingga dan tidak terkira. Ini bermakna alam semesta ini terdiri daripada banyak planet yang tidak dapat dikira luasnya. Mengikut 'Sistem *Ptolemaik*', bumi ini ialah pusat alam semesta dan ia tidak bergerak. Dengan terciptanya teleskop, manusia telah mengetahui bahawa bumi yang kita hidup ini hanya merupakan salah satu daripada beribu-ribu planet yang wujud. Pada 2,500 tahun dahulu, Gautama Buddha telah menyatakan 'tidak dapat diperkatakan jumlahnya dan luasnya' untuk menggambarkan alam semesta ini.

Beng An: Wah, nampaknya Buddhisme setanding dengan sains dan teknologi. Selama ini saya telah menganggap agama Buddha sebagai sesuatu yang kolot. Sekarang barulah saya sadar betapa ceteknya pengetahuan dan fahaman saya mengenai hal ini. Saya berterima kasih kepada guru kerana telah membuang rasa kesangsian daripada fikiran saya. Saya akan memperdalam pengetahuan Buddhisme.

Sebelum Beng An meninggalkan *vihara*, sami itu menghadiahkan Beng An sebuah buku kecil yang bertajuk 'Apakah Itu Buddhisme?' dan menjemput Beng An datang ke *vihara* pada bila-bila masa untuk menyertai aktiviti-aktiviti *vihara* ataupun berjumpa dengannya.

BAB 3:

APAKAH ITU BUDDHISME?

Perkataan 'Buddhisme' memang tidak asing lagi. Mungkin anda pernah mengunjungi *vihara* Buddhis, menemui sami atau yang paling biasa sekali melihat patung-patung yang mewakili Buddha. Barangkali anda juga pernah menganggap diri anda seorang penganut agama Buddha semasa hendak mengisi ruang 'agama' dalam borang peribadi di sekolah atau mana-mana pun. Tetapi, cuba anda tanya sebanyak manakah anda tahu tentang agama anda itu?

Sudah pasti anda tahu bahawa Buddhisme adalah ajaran Buddha. Tetapi adakah ajaran Buddha ini telah usang? Apakah pula yang istimewa tentang Buddhisme? Adakah ia tetap praktikal dalam kehidupan kita? Marilah kita sama-sama mengkaji sedikit sebanyak mengenainya.

KEBEBASAN MENYIASAT

Kebebasan menyoal dan menyelidik merupakan hak asasi setiap orang. Seseorang itu dibenarkan menyoal, menyelidik dan seterusnya membuat pilihan sendiri. Inilah sikap yang seharusnya ada dalam mempelajari agama Buddha. Jadi kita dapati Buddhisme tidak menyekat hak-hak kebebasan kita, umpamanya kebebasan berfikir dan memilih. Malahan pula ia menggalakkan kita bertindak secara waras dan rasional, tidak dikongkong oleh tradisi serta kepercayaan karut atau wahyu. Akan tetapi kita mesti bertanggungjawab ke atas segala keputusan yang dibuat.

BERDIKARI

Sekiranya kita berasa lapar, kita mesti berusaha sendiri untuk mencari makanan dan memakannya. Orang lain tidak dapat makan untuk kita. Mereka hanya dapat menunjukkan di mana makanan itu dan bagaimana untuk mendapatkannya. Mungkin anda akan bertanya: "Bagaimana jika saya duduk di atas kerusi sahaja dan menyuruh orang lain membawakan makanan kepada saya dan menyuapkannya ke dalam mulut saya. Bukankah saya tidak perlu berusaha?" Ya, nampaknya apa yang anda katakan itu betul. Tetapi, cuba fikir dengan mendalam lagi. Adakah nasib anda begitu baik dan terdapat orang yang sentiasa bersedia untuk melayani anda seumur hidup? Biar pun terdapatnya orang yang sudi melayani anda tetapi kalau anda tidak berikhtiar untuk membuka mulut anda, mengunyah lalu menelan makanan yang disuapkan itu, anda tidak dapat menghilangkan kelaparan itu.

Begitu juga jika kita hendak memperbaiki atau memajukan keadaan diri, kita mesti berusaha sendiri. Buddha memberitahu bahawa kitalah yang bertanggungjawab ke atas diri kita. Jadi kita patut berusaha dan berdikari.

Berdikari

*Perbuatan dosa sendiri
sengsara dirasai
cegah dosa usaha diri
Nibbana jelma suci*

*Tiada pelindung luaran
Tiada siapa yang mungkin
Hayati ajaran kami
Buddha penunjuk murni.*

TOLERANSI

Selain daripada menghormati hak manusia untuk menyiasat dan memilih, Buddhisme juga menggalakkan sikap toleransi terhadap orang lain tanpa mengira warna kulit, agama atau kepercayaan. Manusia harus mengasihi antara satu sama lain. Kita mesti mempunyai sifat belas kasihan terhadap makhluk yang lain. Buddhisme mengajar kita supaya hidup dengan harmoni dalam masyarakat. Sekiranya manusia ingin hidup dengan bahagia dalam dunia ini maka ia harus menghormati orang lain serta mengambil berat tentang kebajikan orang lain. Ajaran-ajaran seperti ini amatlah penting dan sesuai untuk masyarakat yang berbilang kaum, berlainan agama dan bahasa.

'EHI-PASSIKO'

Ertinya 'Datang dan melihat, janganlah datang dan mempercayai.' Ini merupakan salah satu ciri istimewa dalam ajaran Buddha. Mungkin kita boleh menggunakan satu contoh untuk menunjukkan hal ini.

Katakan saya memberitahu anda bahawa terdapat sebiji permata di dalam genggamannya. Soalan yang akan anda tanya ialah: sama ada anda boleh mempercayai saya atau tidak. Oleh sebab anda belum melihat permata itu dengan mata anda sendiri, kepercayaan anda akan bergantung kepada sejauh mana saya dapat meyakinkan anda. Tetapi sekiranya saya melepaskan tangan saya, soal percaya atau tidak tidak timbul lagi, sebab anda telah dapat melihat permata itu wujud atau tidak.

Begitu juga dalam Buddhisme, anda dijemput datang untuk mencari kebenaran Buddhisme dan bukanlah datang dan mempercayainya.

BUDDHISME DENGAN HIDUP

Ajaran Buddha berhubung rapat dengan kehidupan kita. Dalam dunia yang serba moden ini pun, ia tetap praktikal. Pada peringkat yang paling asas, Buddhisme mengajar kita cara untuk menghadapi keadaan yang baik ataupun sebaliknya. Dengan mengamalkan ajaran-ajaran Buddha, kita dapat menjalin hubungan yang baik dengan orang lain. Pada peringkat yang tinggi, Buddhisme mengajar kita bagaimana melatih pemikiran kita untuk menghadapi cabaran hidup serta memahami makna hidup yang benar. Buddhisme menunjukkan cara untuk menamatkan kesengsaraan. Sekiranya kita mengikuti jalan yang telah ditunjukkan maka kita akan memperoleh kesejahteraan ini.

RUMUSAN

Sungguhpun Buddhisme merupakan satu agama yang wujud sejak lebih daripada 2,500 tahun yang lalu, tetapi dalam zaman moden ia tetap sesuai dan diperlukan dalam kehidupan kita. Dengan mengamalkan ajaran Buddha, kita dapat memperbaiki hubungan kita dengan keluarga serta masyarakat. Dengan ini kebahagiaan dan keharmonian akan muncul. Selain daripada itu, ia memberi peluang untuk kebahagiaan kerana ia menunjukkan cara untuk menghapuskan kesengsaraan.

Riwayat hidup Buddha merupakan satu pendorong untuk seseorang membentuk sikap berdikari, menegakkan tanggungjawab moral, toleransi, belas kasihan dan kebijaksanaan. Pendeknya Buddhisme dapat memperkayakan hidup seseorang serta menjadikannya lebih bermakna dalam dunia nyata ini.

BAB 4:

PIAGAM KEBEBASAN MENYIASAT

Manusia berbeza daripada haiwan lain kerana manusia dapat melakukan aktiviti mental yang lebih rumit seperti membanding, menyiasat, menganalisis, menaakul, membuat induksi dan lain-lain lagi. Dengan selalu melatih pemikiran kita, pandangan kita akan menjadi lebih tajam dan kita mudah membezakan yang baik daripada yang buruk. Buddhisme mementingkan perkembangan akhlak melalui perkembangan mental dan pandangan yang benar. Lebih daripada 2500 tahun dahulu, Buddha telah menggariskan syarat-syarat untuk menilai sesuatu ajaran kepada suku kaum *Kalama*. Hari ini, ia telah menjadi piagam bagi orang Buddhis mengenai kebebasan menyiasat dan ia berbunyi demikian:

- Jangan percaya kepada sesuatu hanya melalui sejarah yang berulang.
- Jangan percaya kepada sesuatu hanya kerana tradisi.
- Jangan percaya kepada sesuatu yang berdasarkan khabar angin.
- Jangan percaya kepada sesuatu hanya kerana ia didapati dalam kitab suci.
- Jangan percaya kepada sesuatu hanya berdasarkan logik.
- Jangan percaya kepada sesuatu hanya berdasarkan penaaakulan.
- Jangan percaya kepada sesuatu hanya kerana ia bersetuju dengan idea atau pendapat yang mungkin anda ada.
- Jangan percaya kepada sesuatu hanya kerana orang itu seolah-olah mempunyai kemampuan.
- Jangan percaya kepada sesuatu hanya kerana penghormatan kepada seseorang, dengan mengatakan, "Dia guru yang kita hormati."

Tetapi, apabila anda sedari bahawa perkara-perkara ini tidak bermoral, boleh mengakibatkan timbulnya tuduhan, dihindari oleh yang bijaksana dan apabila dilakukan akan membawa kepada bencana dan kesengsaraan, maka elakkan daripada melakukannya.

Apabila anda sedari bahawa perkara-perkara ini adalah bermoral, tidak akan mengakibatkan apa-apa tuduhan, dipuji oleh semua yang bijaksana dan apabila diamalkan akan membawa kebahagiaan kepada semua, maka amalkannya dalam kehidupan anda."

BAB 5:

TIGA PERMATA

Beng An sedang dalam perjalanan ke *vihara* Buddhis yang telah dikunjunginya tempoh hari. Dia amat tertarik kepada Buddhisme dan ingin mengetahui lebih mengenainya setelah membaca buku kecil yang bertajuk 'Apakah itu Buddhisme'.

Vihara telah kelihatan, bunyi bacaan semakin jelas kedengaran. Dengan teragak-agak, dia melangkah kaki ke dalam. Seorang pemuda menghulurkan senaskah buku yang sedia terbuka dan menunjukkan rangkap yang sedang dibaca oleh para hadirin di situ. Beng An pun cuba mengikut mereka

*Buddham Saranam Gacchami
Dhammam Saranam Gacchami
Sangham Saranam Gacchami*

*Dutiyampi Buddham Saranam Gacchami
Dutiyampi Dhammam Saranam Gacchami
Dutiyampi Sangham Saranam Gacchami*

*Tatiyampi Buddham Saranam Gacchami
Tatiyampi Dhammam Saranam Gacchami
Tatiyampi Sangham Saranam Gacchami.....*

Semasa membaca Beng An berasa tenang. Selepas tamatnya sesi tadi, soalan-soalan ini timbul dalam pemikirannya:

'Apakah yang saya baca tadi?'
'Apakah maksudnya?'

Beng An pun pergi berjumpa dengan sami yang pernah berbual-bual dengannya dahulu.

- Beng An: Maafkan saya, guru. Apakah yang dibaca tadi? Apakah bahasa yang digunakan?
Sami: Antara yang dibaca tadi ialah *Triratna* dan ia adalah dalam bahasa Pali.
Beng An: (Dengan cepatnya) Apakah itu '*Triratna*'?
Sami: *Triratna* mewakili 3 Permata, iaitu Buddha, Dhamma dan Sangha dalam Buddhisme. Seseorang Buddhis mendapatkan perlindungan daripada *Triratna* ini.
Beng An: Siapakah Buddha sebenarnya? Saya pernah mendengar nama itu.
Sami: Buddha ialah sesiapa yang telah mencapai Pencerahan yang sempurna. Sesiapa yang telah mencapai tahap ini mempunyai hati yang suci, bebas daripada segala ketamakan, kebencian dan kejahilan.
Beng An: Oh! Jadi Siddhatta Gotama yang dilahirkan pada kurun ke-6 S.M. di Kapilavathu, India ialah Buddha. Beliau telah mencapai Pencerahan yang sempurna.
Sami: Ya, tentu. Anda pernah dengar mengenaiNya?
Beng An: Ya, saya mengetahuinya daripada mata pelajaran Sejarah di sekolah. Saya masih ingat bahawa beliau seorang putera yang telah meninggalkan istana dan menjadi Buddha. Apakah yang dapat kita belajar daripada riwayat hidup Buddha?
Sami: Buddha adalah manusia seperti kita. Beliau mencapai Pencerahan melalui usahaNya sendiri. Beliau mengajar bahawa kita semua boleh mencapai Pencerahan juga asalkan kita berusaha. Ajaran Buddha yang dipanggil Dhamma haruslah merupakan panduan dalam hidup kita.
Beng An: Bolehkah guru tolong jelaskan mengenai Dhamma ataupun ajaran Buddha?

- Sami: Secara amnya, ajaran Buddha boleh digolongkan kepada tiga kumpulan. Kumpulan *Sutta* adalah mengenai kubahen Buddha atau kata-kata Buddha. Kumpulan *Vinaya* adalah mengenai peraturan-peraturan yang patut dipatuhi oleh Sangha. Semua pengetahuan metafizik dan falsafah Buddha pula termasuk dalam kumpulan *Abhidhamma*. Ini merupakan klasifikasi kasar mengenai Dhamma. Sebagai contoh, Empat Kebenaran Mulia, *Kamma*, Pusingan Wujud Semula, *Paticca Samuppada* adalah Dhamma. Sebenarnya segala-galanya adalah Dhamma.
- Beng An: Guru telah menyebut Sangha beberapa kali. Apakah maksudnya?
- Sami: Sangha adalah kumpulan pengikut agama Buddha. Ini termasuklah Bikkhu iaitu sami dan orang yang mengamalkan ajaran Buddha. Bikkhu merupakan guru bagi orang Buddhis. Mereka menyampaikan ajaran Buddha kepada orang ramai.
- Beng An: Jadi, adakah perlu bagi seseorang Buddhis menjadi Bikkhu seperti guru?
- Sami: Tidak, tidak semestinya semua orang Buddhis mesti menjadi Bikkhu. Biasanya Bikkhu dapat mengamalkan ajaran Buddha dengan tekun kerana mereka tidak disekat oleh tanggungjawab rumah tangga. Di samping itu, dia tidak lagi berpaut kepada dunia kebendaan yang penuh dengan kemewahan dan kekayaan. Oleh itu, dia boleh menumpu perhatian dan masa sepenuhnya dalam mengamalkan Buddhisme dan memperkenalkan serta memperkembangkan agama ini. Sebenarnya, ajaran Buddha harus diamalkan oleh semua orang sama ada ia seorang Bikkhu atau tidak.
- Beng An: Mengapa pula Buddha, Dhamma dan Sangha dipanggil '*Triratna*'?
- Sami: Buddha, Dhamma dan Sangha adalah *Triratna* kerana mereka mewakili mutu-mutu yang unggul dan maha bernilai dalam Buddhisme seperti *ratna pakaja*. Seseorang Buddhis yakin bahawa *Triratna* boleh memandunya ke arah kebahagiaan dan Pencerahan. Hanya melalui penyiasatan dan amalanlah keyakinan seseorang terhadap *Triratna* akan bertambah.
- Beng An: Tadi guru mengatakan seseorang Buddhis mendapatkan perlindungan daripada *Triratna*. Saya tidak berapa faham maksud kenyataan itu.
- Sami: Cuba anda lihat dunia ini. Tidakkah ia dipenuhi dengan peperangan, penderitaan dan kekecewaan? Ya, bukan? Seseorang itu tentu ingin mencari jalan untuk menamatkan keadaan ini. Begitu juga seorang yang ditimpa hujan manik dalam perjalanan tentu ingin mencari perlindungan. Kalau dia dapat mencari tempat perlindungan seperti sebuah bangunan, maka dia juga akan memanggil orang yang ditimpa hujan untuk menyertainya di tempat perlindungan yang selamat itu. Begitu juga seseorang Buddhis mendapatkan perlindungan di bawah *Triratna* kerana *Triratna* merupakan panduan untuk menamatkan penderitaan dan kekecewaan di dunia ini. Atas belas kasihan pula, dia menggalakkan orang lain supaya mendapatkan perlindungan di bawah *Triratna*.
- Beng An: Adakah seseorang Buddhis mendapatkan perlindungan di bawah *Triratna* dengan membaca
 Buddham Saranam Gacchami
 Dhammam Saranam Gacchami
 Sangham Saranam Gacchami.
 seperti yang dilakukan tadi?
- Sami: Ya, tetapi seseorang yang ingin mendapatkan perlindungan ini harus mempunyai keyakinan dalam *Triratna* lalu mengamalkan ajaran Buddha. Tambahan pula semasa seseorang membaca rangkap-rangkap tadi, dia haruslah merenung sifat-sifat mulia *Triratna*.
- Beng An: Sekarang saya faham apakah dia *Triratna*. Saya amat terhutang budi kepada guru yang sanggup menghabiskan masa untuk menjawab soalan-soalan saya. Terima kasih, guru.

Beng An dengan muka yang riang dan tersenyum mengucapkan selamat tinggal kepada sami itu. Dia sedar dia telah menjumpai sesuatu yang amat bermakna dalam hidupnya.

BAB 6:

TIGA CIRI UNIVERSAL

Alam semesta ini mempunyai ciri-ciri yang tersendiri. Ciri-ciri itu tetap wujud sama ada kita sedar atau tidak dan sama ada kita percaya atau tidak. Sebagai contoh, haba sentiasa dikaitkan dengan api. Ia merupakan satu ciri api. Sama ada kita percaya kenyataan di atas benar atau tidak, ciri itu tetap ada pada api. Kebenaran ini tidak dapat dinafikan.

Kita ialah salah satu daripada makhluk yang hidup dalam alam semesta ini. Kewujudan kita juga tertakluk kepada ciri-ciri tertentu. Kehidupan kita berkait rapat dengan ciri-ciri itu.

Apakah ciri-ciri kewujudan?

Ciri-ciri itu ialah *Anicca*, *Dukkha* dan *Anatta*. Ini adalah tiga ciri universal mengenai kewujudan. Sungguhpun Buddha mengemukakan fakta ini, ia tidak bermakna Buddha yang menciptanya. Dengan PencerahanNya, Buddha telah dapat "melihat" dan "menyedari" hakikat ini.

ANICCA

Setiap benda tidak berkekalan — ia sentiasa tertakluk kepada pereputan dan perubahan. Begitu juga badan fizikal kita yang sentiasa berubah-ubah. Sekiranya kita mempunyai gambar foto yang diambil pada masa yang berlainan, maka dengan jelasnya ia menunjukkan bahawa kita sentiasa mengalami perubahan. Selain daripada itu, fikiran kita juga sentiasa berubah. Kalau tidak percaya, cuba kita duduk, tenangkan fikiran tanpa berfikir. Seribu satu macam fikiran akan timbul.

Dalam sains, kita telah mempelajari bahawa benda-benda yang nampaknya tidak berubah seperti lautan, benua, matahari atau cakerawala, kesemuanya sentiasa berubah. Keadaan tidak kekal ini ialah ciri universal yang disebut *Anicca* dalam Pali. Bolehkah kita menyangsikan kebenaran ini dalam hidup?

Pemahaman ciri ketidakkekalan ini adalah amat penting. Ia menjalin perhubungan baik kita dengan orang lain. Umpamanya apabila seseorang itu memarahi kita, kita harus sedar pada saat itu bahawa dia tidak senang hati. Tetapi keadaan ini tidak kekal. Jadi kita patut bertoleransi dengannya. Dengan pemahaman ciri ini juga, ia menunjukkan bahawa zaman muda-mudi, kesihatan badan, kemewahan kebendaan bahkan hidup itu adalah tidak kekal. Oleh itu, selagi kita masih muda dan cergas, kita patut menggunakan keadaan yang baik itu dengan sebaik-baiknya. Kita harus berusaha bersungguh-sungguh untuk mencapai kebahagiaan dan seterusnya Pencerahan.

DUKKHA

Dalam erti kata biasa, *Dukkha* diertikan sebagai kesengsaraan. Ia berlawanan dengan *Sukkha* yang bermaksud kebahagiaan. Walau bagaimanapun, perkataan ini membawa makna yang lebih dalam. Ia meliputi segala perasaan tidak puas.

Sebenarnya, tidak susah untuk melihat kewujudan *Dukkha* di dunia ini. Apabila berjalan di dalam bandar, kita dapat melihat pengemis, yang tua atau muda, ada yang cacat anggota. Bukankah ini *Dukkha*? Yang paling jelas ialah keadaan di hospital. Di situ kita dapat membuktikan pada diri kita bahawa kesengsaraan merupakan satu perkara yang umum.

Kita telah melihat bahawa segala yang terdapat di dunia ini tidak kekal. Ketidakkekalan juga merupakan satu punca *Dukkha*. Mengapa begitu? Biarlah kita menunjukkannya dengan satu contoh. Kekayaan, misalannya, merupakan satu perkara yang baik, begitu juga dengan pencapaian kebendaan, zaman muda-mudi, kesihatan badan, perhubungan baik dengan orang lain dan sebagainya, tetapi janganlah kita berpaut kepada kesemuanya itu. Sekiranya kita terlalu berpaut kepada apa yang kita anggap sebagai baik, menyeronokkan dan cantik, kita akan sengsara sebab kesemuanya tertakluk kepada perubahan. Ia tidak akan kekal selama-lamanya.

Dukkha adalah satu ciri universal. Dengan memahaminya, seseorang dapat menghadapi kesengsaraan sebagai satu hakikat dalam hidup dan seterusnya berusaha untuk mengatasi kesengsaraan dengan mengikuti ajaran Buddha.

ANATTA

Selalunya orang beranggapan bahawa terdapat satu 'aku' di dalam kita. 'Aku' itu adalah seperti satu roh yang kekal, benar dan unggul. Cuba fikirkanlah, sekiranya terdapat satu benda yang dipanggil 'aku' yang kekal dan dapat kita kekalkan, maka kita seharusnya dapat kenal pastikannya. Tetapi adakah ini benar?

Buddha telah mengatakan bahawa tiada satu benda yang kekal. Semua benda tertakluk kepada perubahan. Ini termasuklah kita sendiri. Jadi tidak ada satu roh yang kekal yang kita boleh anggapkan sebagai 'aku'. Ini adalah ertinya *Anatta*.

Sebenarnya apa yang dikatakan sebagai entiti 'aku' dalam ayat "Aku pergi...sekolah." ialah satu nama atau panggilan untuk satu kumpulan benda fizikal dan mental yang wujud dalam satu tubuh badan.

Mungkin kita boleh menggunakan Proton Saga sebagai contoh. Sebenarnya apa yang dikatakan sebagai Proton Saga ialah satu himpunan benda seperti skru, tayar, enjin, kusyen, kaca dan sebagainya. Sekiranya dipisah-pisahkan, kita tidak dapat mencari suatu benda yang terpisah itu yang boleh dianggap sebagai Proton Saga. Hal yang sama adalah terjadi pada kita sebagai manusia. Anggapan bahawa terdapatnya satu 'aku' dalam diri kita sebenarnya merupakan satu tanggapan yang palsu. Ini akan menyebabkan seseorang cuba untuk mempertahankan dengan habis-habisan sesuatu yang dianggap sebagai kepunyaannya seperti pendapatnya, hak miliknya dan lain-lain. Sebaliknya, kalau seseorang itu memahami dan sedar bahawa 'aku' sebenarnya hanya merupakan satu nama panggilan untuk himpunan unsur-unsur fizikal dan mental yang sentiasa berubah, maka ia tidak akan berpaut kepada kesemuanya. Apa yang patut kita lakukan ialah berusaha supaya berkembang untuk menyempurnakan diri. Jadi, kita harus cuba bermurah hati dan berbelas kasihan terhadap semua makhluk dan tidak bersifat sombong.

KESIMPULAN

Anicca, *Dukkha* dan *Anatta* merupakan tiga ciri universal. Segala yang bersifat *Anicca* menyebabkan *Dukkha* dan seterusnya kedua-dua ini bersifat *Anatta*. Sesiapa yang menyedarinya akan dapat mengatasi kesengsaraan sebab pemikiran mereka bebas daripada kepercayaan palsu mengenai 'kekekalan', 'kebahagiaan' dan 'kewujudan aku'.

BAB 7:

KAMMA: HUKUM SEBAB-AKIBAT

Lihatlah manusia di sekeliling anda, buatlah satu perbandingan:

- yang berusia panjang - yang mati muda
- yang sihat - yang selalu sakit
- yang kaya - yang miskin
- yang berkuasa - yang tertindas
- yang bijak - yang jahil

Pernahkah anda tanya mengapa insan berbeza-beza? Apakah punca wujudnya manusia yang pelbagai rupa dan sifat?

Dari sudut Buddhisme, *Kamma* dapat memberi penjelasan kepada soalan ini. Tetapi soalan selanjutnya ialah apakah yang dimaksudkan dengan *Kamma*?

Kamma boleh ditafsirkan mengikut taraf kefahaman seseorang. Bagi kanak-kanak, *Kamma* boleh dijelaskan dengan mengatakan "Buat baik dibalas baik, buat jahat dibalas jahat". Bagi golongan petani pula, *Kamma* boleh diterangkan dengan "Tanam kacang dapat kacang, tanam ubi dapat ubi". Dalam *Dhammapada* pula, *Kamma* didefinisikan sebagai:

"Segala keadaan adalah hasil fikiran. Apa yang kita fikirkan, begitulah keadaannya. Jika berbicara atau berbuat dengan jahat, maka penderitaan akan mengikutinya seperti pedati mengikut jejak kaki lembu yang menariknya."

Secara ringkasnya, *Kamma* ialah perbuatan yang dilakukan dengan niat melalui jasad, pertuturan ataupun fikiran. Oleh itu, niat merupakan unsur yang penting dalam *Kamma*.

Kamma adalah hukum seagat tentang sebab-akibat. *Kamma* ialah perbuatan dan *Vipaka* ialah akibatnya. Seperti teori fizik yang dikemukakan oleh *Isaac Newton*, setiap tindakan ada reaksinya, setiap perbuatan mesti mempunyai akibatnya. Oleh itu adalah mustahil bagi sesuatu perkara berlaku tanpa sebab; sesuatu tindakan tanpa akibatnya. Keadaan kita sekarang adalah disebabkan perbuatan yang lalu. Perbuatan sekarang akan menentukan masa depan kita. Oleh itu, adalah penting bagi kita mengetahui perbuatan yang boleh dilakukan dan yang patut dielakkan supaya kita akan mempunyai masa depan yang cemerlang.

Kamma boleh dibahagikan kepada dua jenis, iaitu *Kamma* baik yang dinamakan *Kamma Kusala* dan *Kamma* buruk yang dipanggil *Kamma Akusala*. *Kamma Kusala* bukan sahaja membawa kebahagiaan hidup kepada diri sendiri, tetapi juga kebahagiaan kepada orang lain. *Kamma Akusala* membawa kesan yang sebaliknya. Terdapat sepuluh *Kamma Kusala* utama dan sepuluh jenis *Kamma Akusala* utama.

***Kamma Kusala* (Baik)**

1. Dana
2. Sila
3. Disiplin mental
4. Memberi penghormatan
5. Memberi perkhidmatan
6. Pindah pahala
7. bergembira ke atas perbuatan baik orang lain
8. Mendengar Dhamma
9. Mengajarkan Dhamma
10. Membetulkan pandangan salah

***Kamma Akusala* (Buruk)**

1. Pembunuhan
2. Pencurian
3. Perzinaan
4. Penipuan
5. Lidah dua belah
6. Kata-kata kasar
7. Perbualan sia-sia
8. Ketamakan
9. Kegusaran
10. Kejahilan

Kecerdasan, rupa paras, kecenderungannya, perangai.... Ini adalah akibat perbuatan-perbuatan yang lampau. Oleh itu, melalui hukum *Kamma*, kita akan dapat memahami dan mengerti perbezaan manusia. Kita tidak akan menyalahkan pihak lain atau mengeluh nasib kita yang malang.

Walau bagaimanapun, *Kamma* tidak semestinya bermakna perbuatan-perbuatan lepas. Ia meliputi perbuatan dahulu dan sekarang. Dari satu sudut, keadaan kita adalah hasil daripada perbuatan lampau dan apa yang kita lakukan sekarang akan menentukan masa depan kita. Dari sudut lain pula, kita tidak boleh menyerahkan segala-galanya kepada *Kamma* dengan mengatakan apa yang akan terjadi kepada kita telah sedia ditentukan oleh perbuatan-perbuatan dahulu dan sekarang. Melalui usaha yang betul, kita masih boleh mengubah masa depan kita.

Pengetahuan mengenai *Kamma* ini mengajar kita bahawa kita mesti bertanggungjawab ke atas perbuatan kita dan kita boleh menentukan masa depan kita sendiri. Sama ada ke neraka ataupun syurga, masa depan adalah di tangan kita sendiri. Jadi kita mesti berwaswas dengan perbuatan kita.

Buat baik berpada-pada, buat jahat jangan sekali. Sucikan fikiran dan tanamkan perasaan kasih sayang dan belas kasihan. Inilah ajaran Buddha. Inilah yang akan menjamin kebahagiaan manusia.

BAB 8:

SIMBOL-SIMBOL BUDDHIS

Kita banyak menggunakan simbol dalam kehidupan sehari-hari. Apakah yang diwakili oleh simbol-simbol ini? Mengapa simbol-simbol ini digunakan?

Semasa perhimpunan sekolah atau pada Hari Kebangsaan, bendera Malaysia dinaikkan. Bendera ini merupakan satu tanda penghormatan dan mengingatkan kita akan tanggungjawab kita sebagai seorang warganegara Malaysia.

Dalam agama Buddha, kita juga menggunakan simbol-simbol tertentu. Antaranya ialah bendera Buddhis dan Roda Peraturan. Simbol-simbol ini menunjukkan identiti kita dan mengingatkan kita tanggungjawab kita sebagai seorang Buddhis.

BENDERA BUDDHIS

Dalam tahun 1880, bendera Buddhis telah dicorakkan oleh *J.R. de Silva* dan *H.S. Olcott* untuk menandakan kebangkitan semula Buddhisme di Sri Lanka. Bendera ini telah digunakan untuk kali pertamanya dalam 1888 semasa meraikan Hari Wesak sebagai cuti awam. Ia mengingatkan orang Buddhis akan tanggungjawabnya sebagai Buddhis. Dalam Persidangan Persaudaraan Buddhis Antarabangsa yang pertama pada Mei — Jun, 1950 di Colombo, Sri Lanka, bendera ini telah diiktiraf sebagai simbol Buddhisme antarabangsa.

Bendera ini terdiri daripada enam jalur tegak yang berwarna biru, kuning keemasan, merah, putih, jingga dan campuran lima warna di atas. Lima jenis warna ini digunakan kerana semasa Pencerahan Buddha, warna-warna ini dipancarkan dari tubuh-Nya.

RODA PERATURAN (WHEEL OF THE LAW)

Roda Peraturan ialah "*Dhamma-cakka*" dalam bahasa Pali. Roda yang bergerak ini mewakili sifat dinamik ajaran Buddha atau Dhamma. Ajaran Buddha adalah seperti sebuah roda yang sentiasa diputar. Oleh itu kita harus mengamalkan ajaran-Nya. Lapan ruji mewakili Jalan Lapan Lapis Mulia. Ini bermaksud jika kita mengikuti dan mengamalkan Jalan Lapan Lapis Mulia ini, kita akan mengenali kebenaran hidup, mendapat kesejahteraan dan kebahagiaan.

Selain daripada bendera Buddhis dan Roda Peraturan, Buddhis juga menyembahkan beberapa jenis objek. Maksud perbuatan ini ialah untuk menunjukkan penghormatan kepada Buddha dan ajaran-Nya. Objek-objek simbolik ini melambangkan nilai-nilai tertentu. Objek-objek penyembahan yang biasa digunakan ialah cahaya, bunga, dupa dan air.

CAHAYA

Lilin atau lampu minyak yang dinyalakan di depan imej Buddha membawa maksud simbolik kebijaksanaan dan belas kasihan. Cahaya diibaratkan sebagai ajaran Buddha mencerahkan keadaan kegelapan dan menyedarkan kita akan kejahilan dan ketamakan yang ada pada kita. Apabila kita berkelakuan buruk dan tidak dapat mengawal diri kita, kita seperti dalam keadaan gelap. Cahaya yang disembahkan di depan imej Buddha itu mengingatkan kita supaya jangan berada dalam kegelapan ini. Ia membimbing kita ke jalan yang benar.

BUNGA

Bunga digunakan untuk menyatakan perasaan berterima kasih kepada Buddha dan mengingatkan kita mengenai ketidakkekalan. Kewujudan kita atau jasad kita diumpamakan seperti bunga yang akan layu dan gugur. Oleh itu, kita tidak sepatutnya berpaut kepada kecantikan fizikal, tidak juga kita menyukai seseorang berdasarkan wajahnya. Kesemua ini tidak kekal. Walau bagaimanapun ini tidak bererti kita harus bersikap negatif. Sebaliknya kita harus bertekun untuk mengembangkan personaliti kita dan seterusnya menyempurnakan diri.

Selain daripada itu, bunga teratai mempunyai maksud istimewa bagi Buddha. Bunga teratai, terutamanya yang berwarna biru dan putih menggambarkan perkembangan rohani. Bunga ini berkembang dengan cantik dan sempurna walaupun tumbuh dalam lumpur yang kotor. Manusia juga berada dalam 'lumpur kejahilan'. Dengan mengikuti ajaran Buddha, kita akan dapat keluar dari keadaan kejahilan ini dan mencapai Pencerahan.

DUPA

Dupa, sama ada dalam bentuk serbuk atau colok, dibakar untuk melambangkan perbuatan menyucikan fikiran atau jasad kita.

Pembakaran dupa akan melepaskan asap yang harum ke udara. Dari jauh kita sudah dapat menghidunya. Begitu juga perbuatan dan niat baik kita akan dirasai oleh orang ramai.

Dupa yang sedang membakar serupa juga dengan kewujudan kita. Serbuk dupa atau colok diibaratkan jasad kita dan hujung colok yang membakar diibaratkan hati, sentiasa dalam perubahan. Tanpa pembakaran, dupa tidak membawa apa makna dan tanpa hati, jasad tidak akan wujud.

Selepas satu masa colok atau dupa akan habis dibakar ataupun apabila keadaan yang tidak sesuai wujud, dupa dan colok akan terpadam. Ini mencerminkan ketidakkekalan (*Anicca*), penderitaan (*Dukkha*) dan ketidakakuan (*Anatta*).

AIR

Air merupakan simbol suci dan bersih. Penyembahan air di sini menandakan penghapusan pencemaran batin dan rohani.

BAB 9:

ANALISIS MISTERI DUKKHA (PENDERITAAN)

- Ayah telah pengsan.
- Terlantar di atas katil di hospital.
- Menurut doktor, ayah dalam keadaan yang bahaya.
- Aku sebagai anak sulung kena jaga ayah. Tidur tak lena. Duduk pun tak senang.
- Pukul dua pagi.
- Wad ini sunyi sepi.
- Atas katil-katil, terlantar manusia, manusia yang kurang bernasib; kasihan. Yang hitam, yang coklat, yang tua, yang muda. Ramai yang kurus-kurus belaka, tidak kurang pula yang gemuk, tetapi yang jelas ialah semuanya pucat-pucat. Pada wajah-wajah pucat, tergambar kesengsaraan dan penderitaan.
- Semuanya telah tertidur, melainkan aku, aku yang menjadi pemerhati pada saat ini. Dalam kenyenyakan itu, adakah mereka bermimpi? Ayah masih tidak sedar-sedar lagi.
- Sungguhpun aku seorang pemerhati ketika ini, tetapi aku pernah terlantar di atas katil di hospital ini juga; menjadi seorang pesakit pada suatu masa dahulu....
- Sakit, penyakit, hidup dilandasi sakit dan sengsara. Sesiapa yang tidak pernah mengalami kesakitan atau kesengsaraan?
- Apabila aku sakit, aku jumpa doktor. Doktor mengenal pastikan penyakit aku, menentukan ubat penyakit aku, aku mengikut arahan doktor dan makan ubat.
- Kita semua pernah sakit, kita adalah pesakit, sering diserang penyakit.
- Adakah ini satu fenomena moden?
- Tidak, 2500 tahun dahulu, Gautama Buddha telah mengkhutbahkan hal ini.

Buddha, seorang doktor yang teragung. Ubat paling mujarab yang telah ditemui-Nya ialah Empat Kebenaran Mulia. Beliau mengemukakannya semasa khutbah pertama di *Isipathana* dekat Benares kepada lima orang pertapa.

1. Kebenaran mengenai *Dukkha*.
2. Kebenaran mengenai sebab-musabab *Dukkha*
3. Kebenaran mengenai penghapusan *Dukkha*.
4. Kebenaran mengenai cara menghapuskan *Dukkha*.

Apa yang disebutkan oleh Buddha itu amat senang, tetapi untuk memahami dan mengertikannya, kita memerlukan kematangan kerohanian.

Sungguhpun biasanya *Dukkha* diterjemahkan sebagai kesengsaraan tetapi maknanya adalah lebih luas dan mendalam. Ia termasuk segala bentuk kesakitan, ketidaksempurnaan, ketidakharmonian, ketidaksenangan dan kesedaran tentang ketidakcekapan. Secara ringkasnya ia membawa makna ketidakpuasan.

Kelahiran, keuzuran, sakit, kematian, bergaul dengan orang yang tidak diingini, berpisah daripada yang dicintai, tidak memperoleh apa yang dicintai, semuanya ialah *Dukkha*. Sejak saat dilahirkan hingga menghembuskan nafas terakhir, kita tidak dapat mengelak daripada kesengsaraan itu. Segala yang kita alami mesti ditanggung sendiri.

Apa pula punca penderitaan dan kesengsaraan? Ini adalah Kebenaran Mulia yang Kedua. Tamak haloba, kejahilan dan dengki merupakan punca penderitaan. Manusia tamak kepada harta benda, kedudukan, kepuasan nafsu di samping berpaut kepada perkara yang tidak kekal, yang sentiasa berubah-ubah. *Dukkha* timbul apabila apa yang kita ingini berubah. Kadang-kadang mungkin kita bernasib baik kerana dapat bergembira, tetapi kegembiraan itu tidak akan kekal selama-lamanya.

Kita tamak, bernafsu untuk mendapatkan segala yang diingini, yang membawa perasaan seronok. Tetapi sekiranya kita gagal mendapatkannya, penderitaan akan timbul. Biarpun kita berjaya mendapatkan segala yang diingini, kita akan berasa puas untuk sejenak. Perasaan tidak puas akan cepat menjelma, kita inginkan sesuatu yang lain pula. Tidak berhenti-henti kita bernafsu. Mungkin kita dapat memperoleh sebahagian yang diidamkan, tetapi ia tidak akan kekal — ia mungkin luput, menjadi tua, rosak ataupun terpisah dengan kita.

Setelah mengetahui punca penderitaan, tidaklah susah untuk mengetahui cara untuk menghapuskannya. Caranya ialah menghapuskan punca penderitaan itu. Ini merupakan matlamat ajaran Buddha. Kebenaran Mulia Ketiga ini dapat dialami oleh sesiapa pun. Sebagai contoh, wang tidak bersifat jahat. Sebaliknya kejahatan timbul akibat sifat tamak terhadap wang itu. Apabila kita ada wang, kita mahukan lebih, dalam 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.

Penghapusan penderitaan telah disifatkan sebagai kebahagiaan yang mutlak dan unggul — *Nibbana*. Bahasa yang kita gunakan tidak berkeupayaan untuk menjelaskan *Nibbana*. Seseorang itu mesti mengalami *Nibbana* itu sendiri untuk mengerti apakah sebenarnya *Nibbana*. Sebagai satu contoh, kita pernah makan durian dan tahu apakah rasanya. Kita mungkin boleh menerangkan rasa durian itu bukan seperti rasa pisang, nanas atau mangga, ia adalah harum, manis dan sebagainya. Penjelasan ini tidak dapat menggambarkan rasa durian dengan tepatnya. Seseorang perlu makan durian untuk mengetahui rasa sebenarnya durian. Demikian juga seseorang perlu berusaha untuk mencapai *Nibbana* supaya ia sedar apakah *Nibbana* sebenarnya.

Kebenaran Mulia yang Keempat merupakan jalan ke arah penghapusan *Dukkha*. Sekiranya kita dapat memahaminya dengan penuh yakin dan gigih, maka penghapusan penderitaan akan menjadi satu kenyataan. Kita pasti akan mencapai *Nibbana*.

BAB 10:

SELAMAT TINGGAL PENDERITAAN

Seperti seorang doktor yang bijak, Buddha telah mengenal pasti penderitaan, mengesan punca penderitaan, penghapusan penderitaan dan mengemukakan cara penghapusan penderitaan. Ini merupakan Empat Kebenaran Mulia. Kebenaran Mulia Keempat merupakan jalan tengah yang ditunjukkan oleh Buddha ke arah kebahagiaan.

Jalan tengah ini mengelakkan dua hujung kelampauan iaitu terlalu terlibat dalam kehidupan kepuasan nafsu dan penyeksaan diri. Jalan tengah ini lebih dikenali sebagai Jalan Lapan Lapis Mulia. Ia merupakan prinsip-prinsip panduan dalam kehidupan kita. Sekiranya kita mengetahui jalan tengah ini, maka kehidupan kita akan penuh dengan kebahagiaan. Apakah Jalan Lapan Lapis Mulia?

Jalan Lapan Lapis Mulia ini ialah:

Pandangan yang Betul	(samma-ditthi)
Fikiran yang Betul	(samma-sankappa)
Pertuturan yang Betul	(samma-vaca)
Perbuatan yang Betul	(samma-kammanta)
Pekerjaan yang Betul	(samma-ajiva)
Usaha yang Betul	(samma-vayama)
Kesedaran yang Betul	(samma-sati)
Tumpuan yang Betul	(samma-samadhi)

PANDANGAN YANG BETUL

Pandangan yang Betul bermaksud mempunyai pemahaman yang betul terhadap sesuatu, umpamanya terhadap kehidupan kita. Selalunya manusia hanya mengetahui sebahagian kecil daripada sesuatu perkara yang benar seperti si buta yang hanya menyentuh ekor gajah lalu merumuskan bahawa rupa gajah adalah seperti tali. Oleh itu, adalah penting kita mempunyai pandangan yang betul terhadap kehidupan.

Untuk memperoleh pandangan yang betul, seseorang patut bersikap ingin tahu dan kritikal. Jangan hanya percaya kepada apa yang dikatakan oleh orang lain. Buat penyelidikan dahulu. Buktikannya betul atau salah.

Pada umumnya, pandangan yang betul merupakan satu pemahaman mengenai kehidupan. Pada peringkat asas, ia meliputi pemahaman tentang hubungan antara sebab dan akibat, bak kata orang,

*Tanam ubi dapat ubi,
Tanam kacang dapat kacang,
Buat baik dibalas baik.
Buat jahat dibalas jahat.*

Pada peringkat tinggi, pandangan yang betul meliputi pemahaman Empat Kebenaran Mulia dan juga Tiga Ciri Universal.

FIKIRAN YANG BETUL

Setelah memperoleh satu pandangan yang betul, maka kita akan berfikir dengan waras. Seseorang yang berfikir dengan betul tidak mempunyai niat yang jahat. Dia juga tidak menyakitkan hati orang lain. Fikiran yang betul akan menolong memupuk sikap yang baik dan positif. Ini seterusnya akan membawa kebahagiaan kepada diri dan orang lain. Ini adalah penting kerana fikiran seseorang itu akan mempengaruhi pertuturan dan kelakuannya.

PERTUTURAN YANG BETUL

Fikiran mempengaruhi pertuturan kita. Fikirlah sebelum bertutur. Tuturlah sesuatu yang benar dan berfaedah. Bertuturlah dengan sopan-santun. Mulut dan lidah kita adalah seperti sebilah pisau yang tajam. Jika disalahgunakan ia bukan sahaja menyakitkan orang lain, malahan ia mendatangkan keburukan kepada diri sendiri.

Sebelum bertutur, selalu bertanya:

- Adakah saya bertutur dengan benar?
- Adakah saya bertutur dengan sopan-santun?
- Adakah kata-kata saya berguna kepada orang lain?
- Adakah saya bertutur dengan niat yang baik?
- Adakah saya bertutur pada waktu dan tempat yang sesuai?

Jadi, elakkan daripada bercakap bohong, menyebarkan khabar angin, menyakitkan orang lain dan bercakap sia-sia.

PERBUATAN YANG BETUL

Tahulah apa yang patut dibuat dan apakah yang patut dielakkan. Jangan ikut secara membuta dengan perbuatan orang lain. Pandangan dan fikiran yang betul merupakan panduan kepada perbuatan yang betul dalam kehidupan.

Elakkan daripada perbuatan yang akan mendatangkan penderitaan kepada diri dan orang lain. Misalannya, apakah gunanya kita sebagai seorang pelajar cuba melepaskan dendam dengan memukul pintu bilik darjah? Bukankah ini mengakibatkan tangan kita sakit dan guru marah?

Buatlah sesuatu yang bermoral dan mendatangkan penghormatan daripada orang lain di samping membawa kebahagiaan kepada orang lain.

Jadi, janganlah mencuri, membunuh dan berzina. Perbuatan-perbuatan ini menyedihkan atau menyusahkan orang lain. Cuba anda renung sebentar, adakah anda suka hati sekiranya anda dibunuh ataupun barangan anda dicuri?

Confucius, seorang falsafah China pernah berkata: Jangan melakukan sesuatu kepada orang lain sekiranya anda tidak suka orang lain melakukannya kepada anda.

PEKERJAAN YANG BETUL

Pekerjaan yang betul dimaksudkan mencari nafkah tanpa mendatangkan keburukan kepada makhluk lain. Buddha telah menyatakan lima jenis pekerjaan yang tidak harus dilakukan iaitu:

- a. Memperdagangkan senjata
- b. Menyembelih binatang
- c. Menjual hamba abdi
- d. Menjual minuman keras
- e. Menjual racun

Ingatlah anda, selepas meninggalkan bangku sekolah, lima jenis pekerjaan tersebut patut dielakkan. Pekerjaan ini bukan sahaja mengakibatkan penderitaan dan kesengsaraan kepada orang lain, bahkan kacau-bilau di masyarakat.

Jadi, pilihlah apa-apa jenis pekerjaan yang anda suka dan minat asalkan ia tidak mengakibatkan kesengsaraan kepada orang lain.

USAHA YANG BETUL

Kalau anda ingin berjaya, anda perlu berusaha. Ini memang satu hakikat. Apakah gunanya kalau kita hanya duduk di bawah sebatang pokok kelapa dan berkhayal-khayal bahawa kita akan lulus peperiksaan dengan cemerlang? Untuk memperoleh sesuatu, tentulah usaha diperlukan.

Usaha bukan sahaja diperlukan dalam kerjaya, tetapi juga dalam mengembangkan fikiran dan kerohanian seseorang serta membentuk kelakuan yang baik.

Usaha tentulah penting dalam menjayakan sesuatu. Kita tidak boleh terlalu tergesa-gesa dalam usaha menjayakan sesuatu ataupun bersikap sambil lewa. Sepatutnya, kita harus sentiasa berusaha bersungguh-sungguh.

Dalam kehidupan kita pula, empat jenis usaha yang betul haruslah diperkembangkan. Ini termasuk usaha:

1. Menghalang timbulnya fikiran tidak suci.
2. Menghapus fikiran tidak suci yang telah timbul.
3. Memupuk fikiran suci yang belum timbul.
4. Mengekalkan dan mengembangkan fikiran suci yang telah timbul.

Inilah usaha yang patut dilakukan oleh kita semua dalam kehidupan.

KESEDARAN YANG BETUL

Kesedaran yang betul amat diperlukan dalam kehidupan kita setiap hari. Kesedaran yang betul bermaksud sentiasa sedar akan segala yang kita lakukan pada setiap masa, sama ada dari segi kelakuan, pertuturan ataupun fikiran.

Semasa memandu kereta, seseorang pemandu harus sentiasa berwaspada supaya kemalangan tidak berlaku. Begitulah juga dalam kehidupan seharian. Kita patut beringat-ingat supaya menyedari segala yang kita laku, tutur dan fikir.

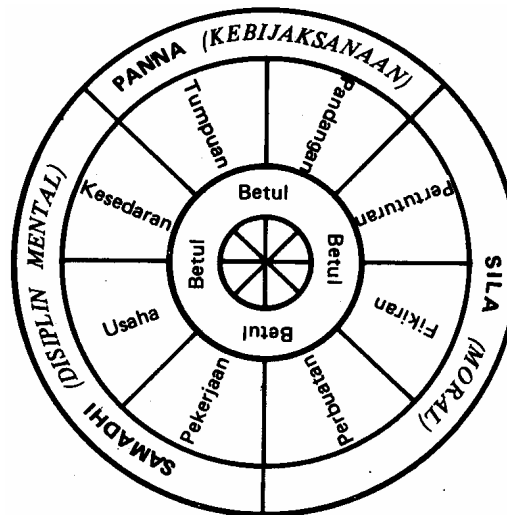
Kita mesti selalu sedar dan membuat pemerhatian yang mendalam mengenai perkara-perkara yang berlaku di sekeliling kita. Jangan menjadi seorang pelalai yang tidak mengawal perbuatan, pertuturan dan fikiran yang dipenuhi dengan sifat tamak, kegusaran dan kejahilan.

TUMPUAN YANG BETUL

Tumpuan yang betul merupakan proses melatih fikiran melalui meditasi. Meditasi dalam konteks di sini bererti melatih fikiran dengan menumpu kepada suatu objek. Objek ini boleh merupakan satu benda yang wujud seperti bunga atau konsep seperti kasih sayang (*metta*).

Latihan meditasi membantu seseorang memperoleh fikiran yang tenteram dan tertumpu. Ia amat berfaedah sekiranya kita melakukannya tiap-tiap hari sungguhpun hanya selama beberapa minit sahaja. Tetapi adalah penting untuk kita mempunyai seorang guru meditasi yang berkelayakan untuk membimbing kita pada peringkat permulaan. Tumpuan yang betul akan menolong kita dalam perkembangan kerohanian.

Selepas mengetahui Jalan Lapan Lapis Mulia ini, biarlah kita menggolongkannya ke dalam tiga aspek amalan, iaitu *sila*, *samadhi* dan *panna* seperti ditunjukkan di bawah:



Sila merupakan cara kita mengawal pertuturan, perbuatan dan kelakuan kita. Ia mendatangkan ketenteraman pada diri sendiri dan keharmonian dengan orang lain. Ia merupakan asas bagi perkembangan akal iaitu *samadhi*.

Samadhi bertujuan mendisiplinkan mental atau akal kita supaya kita akan berusaha dan sedar. Melalui latihan ini, mental kita akan menjadi suci. Dengan ini, *panna* ataupun kebijaksanaan akan berkembang. Seseorang yang bijak tentu mempunyai pandangan hidup yang betul dan memahami Empat Kebenaran Mulia dengan mendalam. Dengan ini, dia akan berusaha bersungguh-sungguh untuk mencapai kebahagiaan mutlak — *Nibbana* dengan menghapuskan sifat tamak, kekusaran dan kejahilan dalam dirinya.

Sebaliknya seseorang yang selalu berbuat jahat, bertutur kasar dan marah tentu tidak akan mendapat ketenteraman mental. Dia mempunyai prasangka, tidak bijak dan tidak adil dalam melakukan sesuatu. Dengan itu, dia gagal melihat makna sebenar kehidupan. Ini adalah ibarat seorang pesakit yang hanya tahu seorang pakar perubatan yang mempunyai ubat yang mujarab tetapi tidak pernah mencubai ubat itu. Jadi, kemuliaan Jalan Lapan Lapis Mulia hanya boleh dihayati sekiranya kita mengamalkannya dalam kehidupan. Adalah sia-sia hanya dibincangkan kemuliaannya di sini sahaja walhal masalah pokok belum dapat diselesaikan.

BAB 11:

DANA: PUNCA KEBAHAGIAAN

Mungkin anda terdengar kata-kata ini: "Oh Tuhan, cucurlah rahmatmu padaku, isteriku, anakku dan isteri anakku, kami berempat dan tiada yang lain." Kita senyum apabila kita mendengar kata-kata ini, tetapi inilah yang dilakukan oleh kebanyakan orang. Ini merupakan satu hakikat bahawa manusia mementingkan kekayaan, pangkat dan kuasa. Mereka mementingkan diri sendiri sahaja.

Dana bererti pemberian iaitu satu perbuatan memberi dengan fikiran yang suci dan tulen untuk kebajikan orang lain. Tujuannya adalah untuk menjauhi daripada fikiran-fikiran tidak sihat, perasaan kedekut, perasaan mementingkan diri dan perpautan yang terlampau yang akan menghasilkan kesengsaraan dalam hidup.

Ramai orang mempunyai anggapan yang salah tentang Dana. Mereka berpendapat bahawa untuk melakukan Dana, seseorang itu mesti mempunyai banyak wang. Sebenarnya, Dana tidak terhad kepada pemberian wang atau benda fizikal. Ia boleh dilakukan dalam beberapa bentuk seperti menderma darah dan organ badan (seperti kornea dan buah pinggang). Membimbing, memuji, merangsang dan bersimpati terhadap orang lain merupakan Dana juga. Yang paling mudah dilakukan ialah dengan memberi senyuman atau mengucapkan 'selamat pagi', 'apa khabar?' dan 'Hello' serta berasa gembira apabila melihat atau mengetahui orang lain melakukan perbuatan baik.

Menganjur atau mengelolakan aktiviti-aktiviti kebajikan serta menyumbangkan tenaga dan masa untuk badan-badan sukarela juga dianggapkan sebagai Dana. Dalam kesemua pemberian itu, pemberian Dhammalah merupakan perbuatan yang termulia sekali. Ini boleh dilakukan secara langsung iaitu dengan memperkenalkan ajaran Buddha kepada orang lain, memberi sumbangan kepada penerbitan buku-buku Dhamma, menganjurkan kursus-kursus Dhamma dan sebagainya. Secara tidak langsung pula, pemberian Dhamma boleh dilakukan dengan memberi sokongan kepada guru-guru agama terutamanya kepada sami-sami Buddha.

Dana yang diberikan kepada sami-sami adalah sangat berpahala. Mereka merupakan orang yang sudah meninggalkan segala kemewahan duniawi demi perkembangan kerohanian. Masa mereka digunakan untuk mempelajari, mendalami, mengamalkan Dhamma serta menyebarkan Dhamma.

Sami-sami memerlukan orang biasa untuk mendapatkan keperluan-keperluan asas hidup. Sebaliknya orang umum mempelajari Dhamma dan mendapat bimbingan hidup daripada sami-sami. Jadi, tidaklah adil untuk memikirkan bahawa sami-sami tidak memberi apa-apa sumbangan kepada masyarakat. Mereka memberi bimbingan kerohanian yang dapat menolong kita sepanjang hidup.

Adalah tidak wajar bagi seseorang untuk menanya kepada sami jenis makanan yang disukai. Ini adalah kerana sami menganggap makanan sebagai sesuatu untuk menyara hidupnya. Sebaliknya kita harus menyembahkan sebarang makanan yang terbaik mengikut kemampuan kita dengan fikiran yang suci dan ikhlas sebagai penghormatan kita kepada sami-sami.

Walaupun begitu, apabila menyembahkan sesuatu kepada sami-sami, kita tidak sepatutnya mengharapkan sesuatu ganjaran daripada perbuatan itu seperti nama, kemasyhuran ataupun perkataan 'terima kasih'. Sepatutnya, kita mesti menyembahkan dengan fikiran yang suci dan ikhlas tanpa perasaan tamak atau benci. Kita tidak harus memberi dengan segan. Tidak juga kita memberi kerana bimbang sami-sami akan melakukan sesuatu yang buruk kepada mereka yang tidak memberi Dana. Sepatutnya kita harus sedar bahawa memberi Dana kepada sami-sami adalah satu perbuatan yang baik dan patut dilakukan. Ia harus merupakan satu tanggungjawab kita sebagai seorang penganut agama Buddha.

Pada masa dahulu, di *Rajagaha* tinggal seorang perempuan yang tua dan miskin. Apabila dia mengetahui bahawa Buddha akan berkhutbah di sana, dia teringin sangat membeli sebuah lampu minyak untuk turut menerangi jalan di *Rajagaha*. Oleh sebab dia terlalu miskin, dia terpaksa menjualkan semua barangnya agar dapat menyembahkan lampu minyak kepada Buddha. Pada masa yang sama, Raja *Ajatasattu* membeli sepuluh ribu buah lampu minyak untuk menerangi jalan yang akan dilalui Buddha. Baginda berasa sangat bangga. Tetapi pada waktu malam, angin yang kencang telah memadamkan semua lampu kecuali lampu yang disembahkan oleh perempuan miskin itu.

Cerita ini menunjukkan bahawa sebenarnya bukanlah jumlah dan mutu benda yang penting semasa melakukan Dana. Apa yang penting ialah kesucian dan keikhlasan fikiran kita.

Jadi, ingatlah Dana adalah satu perbuatan yang baik. Lakukannya dengan fikiran yang suci dan jujur dan ia pasti membawa kebahagiaan pada masa kini dan hari depan.

PETUA-PETUA BAGI KEHARMONIAN SOSIAL

"Bagaimana saya boleh mengamalkan ajaran Buddha dalam kehidupan sehari-harian?"

Pernahkah anda berfikir tentang soalan ini?

Buddha mengkhutbahkan *Sutta* ini kepada *Sigala*, anak seorang jutawan. Khutbah ini disampaikan apabila Buddha melihat *Sigala* menyembah menghadap ke enam arah. *Sigala* memberitahu kepada Buddha bahawa sebelum bapanya meninggal dunia, dia telah berjanji untuk berbuat demikian secara ikhlas setiap hari. *Sigala* melakukannya tanpa tahu ertinya.

Sutta Sigalovada ini memberi satu gambaran yang jelas mengenai kehidupan berkeluarga dan bermasyarakat. Ia menjelaskan tanggungjawab setiap anggota terhadap keluarganya dan masyarakat. Buddha kemudiannya memberi penerangan kepada *Sigala* dengan mengatakan bahawa:

Arah timur melambangkan ibu bapa
Arah selatan melambangkan guru
Arah barat melambangkan suami isteri
Arah utara melambangkan kawan
Arah bawah (*nadir*) melambangkan majikan-pekerja
Arah atas (*zenith*) melambangkan guru agama

Enam arah ini mewakili enam jenis perhubungan dan tanggungjawab seseorang dalam keluarga dan masyarakat.

1. KELUARGA BUDDHIS

Kita selalu mendengar kata-kata ini: Keluarga sihat, keluarga sejahtera. Jikalau ada kasih sayang dan perasaan saling menghormati antara satu sama lain, keluarga itu sihat dan dipenuhi dengan kegembiraan serta keharmonian.

IBU BAPA-ANAK

Buddha mengatakan bahawa seseorang anak itu sukar hendak membalas segala kasih sayang serta jasa yang telah diberi oleh ibu bapanya, walaupun dia dapat membawa bapanya di atas bahu kanannya dan membawa ibunya di atas bahu kirinya sepanjang hidup mereka. Cara seseorang anak dapat menunjukkan perasaan berterima kasih dan penghormatannya terhadap ibu bapa ialah:

1. Menghormati ibu bapanya dan membantu mereka dalam segala hal.
2. Melayan mereka dengan baik dan dengan penuh kasih sayang terutamanya apabila mereka jatuh sakit dan tua.
3. Menjaga harta-benda keluarga.
4. Mewarisi tradisi keluarga.
5. Menjaga dan mengekalkan nama baik atau maruah keluarga.
6. Memberi penyembahan atas nama mereka dan memindahkan pahala kepada mereka setelah mereka meninggal dunia.

Sebaliknya, apakah tugas ibu bapa terhadap anak-anaknya? Sejak dilahirkan, kanak-kanak sentiasa bersama dengan ibu bapa mereka. Jadi, ibu bapa memainkan peranan yang penting dalam kehidupan anaknya. Ibu bapa haruslah:

1. Mengelakkan anak-anaknya daripada membuat kejahatan.
2. Menunjukkan teladan yang baik.
3. Memberi mereka pendidikan yang sempurna.
4. Menjodohkan dan mengahwinkan anaknya.
5. Memperturunkan harta-benda dan warisan pada masa yang sesuai.

Jika ibu bapa dan anak dapat menjalankan tanggungjawab masing-masing, semua ahli keluarga akan hidup dengan mesra dan harmoni.

SUAMI ISTERI

Suami dan isteri membentuk nukleus atau pusat sesebuah keluarga. Kesejahteraan keluarga sangat bergantung kepada toleransi, sikap bantu-membantu dan timbang rasa kedua-dua pihak. Buddha mengatakan bahawa suami dan isteri mempunyai taraf yang sama. Pembezaannya hanya dari segi tugas-tugas mereka. Sebagai seorang suami, tugas-tugasnya termasuk:

1. Ikhlas dan jujur.
2. Menghormati isterinya.
3. Bersopan-santun terhadap isterinya.
4. Memberi kuasa kepada isterinya dalam menguruskan hal-hal rumah tangga.
5. Menghadihkan barang-barang perhiasan kepada isteri.

Pada masa yang sama, seseorang isteri harus melayan suaminya dengan:

1. Menguruskan keluarga dengan kemas dan teratur.
2. Memberi layanan baik kepada suami dan ahli-ahli keluarganya.
3. Jujur dan ikhlas.
4. Menjaga harta benda keluarga.
5. Sentiasa bersifat baik dan berbudi.

2. PERHUBUNGAN DENGAN ORANG LAIN

Manusia hidup bermasyarakat. Oleh itu, semua ahli masyarakat, seperti dalam unit keluarga haruslah memahami dan menjalankan tugas masing-masing. Dengan cara ini barulah masyarakat itu dapat maju dalam keadaan sejahtera dan harmoni.

GURU-PELAJAR

Dalam sistem pendidikan hari ini, murid-murid menghabiskan sebahagian besar masa mereka di sekolah. Jadi, perhubungan guru dan pelajar adalah penting. Guru mengajar ilmu pengetahuan, nilai-nilai moral dan kemahiran-kemahiran kepada anak murid, supaya mereka menjadi warganegara yang baik dan bertanggungjawab.

Tugas seseorang guru ialah:

1. Melatih murid-murid supaya mereka mahir dalam bidang-bidang yang sesuai bagi mereka.
2. Menunjukkan teladan baik.
3. Menggunakan kaedah mengajar yang berkesan.
4. Memperkenalkan murid-murid kepada rakannya.
5. Menjaga keselamatan dan kebajikan murid-murid.

Seseorang murid pula haruslah menghormati dan berterima kasih terhadap gurunya dengan:

1. Bangun apabila melihat gurunya.
2. Mengikut arahannya.
3. Membantu gurunya dan melayaninya dengan baik.
4. Belajar dengan bersungguh-sungguh.
5. Menumpukan perhatian semasa guru mengajar.

Sifat-sifat ini menggambarkan keistimewaan budaya timur kita. Tetapi pada hari ini, di setengah-setengah sekolah, perhubungan baik ini telah merosot. Murid-murid tidak menghormati guru, tidak mengendahkan nasihatnya, bahkan ada yang mengancam dan memukul gurunya. Guru pula tidak mengambil berat akan kemajuan muridnya. Perkara ini amat menyedihkan. Tugas-tugas ini harus disedari supaya mutu pendidikan dan moral kita dapat diperbaiki.

MAJIKAN-PEKERJA

Selepas meninggalkan bangku sekolah, kemungkinan besar seseorang itu akan menceburi diri dalam dunia pekerjaan. Majikan dan pekerja harus mempunyai hubungan yang baik. Kalau majikan dan pekerja tidak mengetahui tugas mereka dan tidak menjalankan tugas masing-masing, konflik dan pertelingkahan mungkin berlaku. Seseorang majikan mempunyai tanggungjawab berikut:

1. Mengagih dan memberi tugas mengikut kebolehan pekerja.
2. Mengupah pekerja dengan gaji yang berpatutan.
3. Menyediakan perkhidmatan perubatan untuk pekerjanya.
4. Menikmati bersama-sama faedah yang berlebihan.
5. membenarkan mereka bercuti dan berehat pada masa yang sesuai.

Sebagai seorang pekerja, tugasnya ialah:

1. Menepati masa bekerja dan bekerja dengan rajin.
2. Memastikan pekerjaannya diselesaikan.
3. Jujur dan ikhlas.
4. Membuat kerja dengan teratur dan sempurna.
5. Menyebarkan nama baik majikan.

ANTARA KAWAN

Seseorang itu haruslah dapat membezakan antara orang yang boleh dijadikan kawan dan orang yang tidak boleh dijadikan kawan. Kawan yang baik adalah mereka yang menunjukkan kepercayaan, rasa simpati dan mengambil berat tentang kawannya pada setiap masa dalam semua keadaan. Seseorang itu dapat menjalinakan perhubungan baik dengan kawannya melalui:

1. Saling bantu-membantu.
2. Jujur dan ikhlas.
3. Bersedia untuk memberi.
4. Bersopan-santun.

Apakah tanggungjawab kita terhadap kawan kita? Kita harus membalas budi kawan kita dengan:

1. Membantu dan melindunginya apabila dia cuai.
2. Membantu dan menjaga hartanya.
3. Membantunya semasa bahaya.
4. Tidak meninggalkannya apabila dia menghadapi kesusahan.
5. Menghormati ahli keluarganya.

GURU AGAMA-PENGANUT

Agama memainkan peranan yang penting dalam kehidupan kita. Ia menolong kita dan menunjukkan jalan yang benar ke arah kesejahteraan. Sebagai seorang penganut, seseorang itu haruslah menghormati guru agamanya dengan:

1. Bersikap dan berkelakuan baik dari segi perbuatan, pertuturan dan pemikiran.
2. Menyambutinya dengan tangan terbuka.
3. Membekalkannya dengan keperluan-keperluan asas.

Seorang guru agama pula haruslah menunjukkan kasih sayang terhadap penganutnya dengan:

1. Membetulkan kelakuan kurang sopan.
2. Menggalakkan mereka berbuat baik.
3. Mengajarkan ajaran yang belum diketahui oleh mereka.
4. Berperasaan kasih sayang.
5. Menunjukkan jalan ke arah kesejahteraan.

Walaupun Buddha telah mengajarkan *Sutta Sigalovada* ini pada 2,500 tahun yang lalu, ia tetap sesuai diamalkan pada hari ini. Menyembah ke enam arah ini mungkin menimbulkan satu tanggapan yang salah. Enam arah tersebut hanya merupakan tanda-tanda peringatan mengenai tanggungjawab kita. Yang penting ialah kita patut menjalankan tugas masing-masing dan bukanlah ke arah manakah kita menyembah.

Dunia hari ini telah menjadi huru-hara. Ramai orang telah mengabaikan atau tidak tahu apakah tugas-tugas dan tanggungjawab mereka. Mereka telah bersikap lebih individualistik, iaitu mengutamakan kepentingan diri sendiri. *Sutta Sigalovada* yang dikemukakan oleh Buddha memberitahu kita tentang tanggungjawab kita masing-masing. Sekiranya semua orang dapat memenuhi tugas-tugasnya yang tersebut di atas, maka semua orang akan bahagia dan hidup dengan aman-damai.

BAB 13:

KEJAYAAN DALAM PENGAULAN

Manusia ialah makhluk yang hidup berkawan. Kita memerlukan sokongan dan pertolongan orang lain dalam hidup. Sikap saling bergantung ini menjadikan interaksi manusia sesuatu yang tidak dapat dielakkan. Hasil daripada interaksi ini ialah suka, duka, benci, sayang dan bermacam ragam perasaan lain. Akan tetapi apakah sikap yang mesti ada supaya pergaulan itu berjaya?

Mengenai perkara ini Buddha telah menyarankan 4 sikap positif yang tidak terbatas pengaruhnya iaitu: cinta murni (*metta*), belas kasihan (*karuna*), kegembiraan (*mudita*) dan kesaksamaan (*upekkha*). Mengikut Buddha, keempat-empat kualiti ini patut dipunyai oleh semua manusia untuk menghindari perasaan benci, cemburu, dendam, takut dan perasaan negatif lain yang boleh menyebabkan perang dingin, syak wasangka dan seterusnya pergaduhan, pembunuhan malah peperangan. Keempat-empat sikap ini juga dipanggil kediaman *Brahma* (suci), iaitu sikap yang disegani dan dimuliakan oleh orang-orang yang kudus.

METTA

Metta ialah cinta murni yang tidak berbelah dan bebas daripada pilih kasih. Ia melampaui batasan kaum, negara dan semua makhluk. *Metta* yang dihasilkan dapat memadamkan 'api' kemarahan dan melenyapkan segala perbuatan tidak baik akibat daripada api ini. *Metta* juga boleh meredakan perasaan takut dan menambahkan keyakinan kita pada diri sendiri. Sikap memupuk cinta murni menjadikan seseorang disukai ramai dan mudah diterima.

KARUNA

Karuna ialah belas kasihan yang amat di mana seseorang yang mempunyai sifat ini berasa masalah orang lain adalah masalahnya dan dia tidak dapat duduk diam sebelum masalah itu diselesaikan. *Karuna* dapat menghapuskan niat jahat untuk merugikan atau mencederakan orang lain kerana menambah kesusahan pada orang lain dianggap sama seperti menyusahkan diri kita sendiri. Kita akan menjadi lebih bertimbang rasa dan selalu menjaga kepentingan orang lain dengan sukarela tanpa mengharapkan apa-apa ganjaran.

MUDITA

Mudita ialah kegembiraan tulen yang timbul ketika melakukan sesuatu yang bermakna atau apabila melihat orang lain melakukan sesuatu yang baik. Sekiranya sifat ini diperkembangkan, maka ia dapat menghapuskan perasaan cemburu dan sakit hati atas kejayaan orang lain sama ada dia kawan atau lawan kita. Ia mengurangkan tekanan jiwa akibat perang dingin atau peperangan psikologi yang sering kali merosakkan mana-mana pihak yang terlibat.

UPEKKHA

Sikap keempat, iaitu *upekkha* adalah merujuk kepada kebebasan daripada perasaan baik atau buruk. Ia dapat menghapuskan perasaan dendam atau kecil hati akibat perbuatan orang lain yang disengajakan. Ia juga menjadikan kita sedia mengampuni dan melupakan perbuatan jahat yang dilakukan ke atas diri kita. Sifat ini menghancurkan segala kecanggungan minda kita dan menyekat pengaruh pujian dan kekejian yang selalu kita alami daripada mengganggu pemikiran kita.

Buddha telah berpesan bahawa dengan selalu memelihara, menyempurnakan dan menguasai sikap-sikap ini, maka manusia adalah bebas daripada perbuatan yang boleh merosakkan perhubungan mereka. Dengan mengamalkan sikap-sikap ini kita pasti akan mencapai kejayaan dalam pergaulan kita.

BAB 14:

KE ARAH KESEJAHTERAAN HIDUP INDIVIDU

Sila merupakan nilai moral dalam Buddhisme. Ia berdasarkan hukum sejagat iaitu sebab-akibat. Sama ada sesuatu tindakan itu baik atau tidak bergantung kepada kesannya ke atas seseorang itu dan orang lain. Sesuatu tindakan yang mengakibatkan penderitaan fizikal atau mental kepada makhluk lain tidak boleh dianggap baik sungguhpun ia mendatangkan faedah kepada orang yang melakukannya.

Panca bererti lima. *Panca Sila* merupakan lima peraturan yang penting dalam ajaran Buddha, ia haruslah dihayati dan diamalkan oleh setiap umat Buddha. Ini bermakna seseorang Buddha harus berusaha bersungguh-sungguh untuk mengamalkan lima peraturan ini dalam kehidupannya. *Panca Sila* juga ialah asas pendidikan moral yang dapat memupuk keharmonian dan kesejahteraan dalam masyarakat.

Menghindari daripada membunuh ialah peraturan pertama dalam *Panca Sila*. Adalah penting untuk menegaskan bahawa ajaran Buddha menyemaikan benih kasih sayang antara semua makhluk yang hidup. Ini adalah kerana setiap makhluk adalah bakal Buddha. Oleh itu, patutlah seseorang menghormati setiap makhluk. Umat Buddha dikehendaki mengelakkan segala perbuatan membunuh, sama ada membunuh diri ataupun membunuh untuk mendapat wang, kedudukan ataupun membalas dendam.

Peraturan yang kedua ialah tidak mengambil apa yang tidak diberikan. Ini bertujuan menghormati hak milik harta benda orang lain, di samping memupuk sifat jujur dan ikhlas. Walau bagaimanapun, patutlah diketahui bahawa peraturan ini tidak dihadkan kepada pencurian barangan dan wang sahaja. Menerima rasuah, mendapat keuntungan berlebihan dalam perniagaan dengan menggunakan tipu helah, mensia-siakan waktu pejabat dan sebagainya juga termasuk dalam peraturan kedua ini.

Peraturan ini juga bertujuan untuk menanam tabiat menderma dalam hati seseorang umat Buddha. Dermalah seberapa yang boleh. Sama ada dalam bentuk kebendaan (seperti wang tunai, darah, makanan) atau dalam bentuk kemahiran dan pengetahuan ataupun dalam bentuk kerohanian (seperti kasih sayang, ucapan kata-kata yang menyenangkan dan menggembirakan orang lain) dan sebagainya.

Seseorang umat Buddha juga tidak dibenarkan melakukan hubungan kelamin dengan orang lain kecuali isteri atau suami sendiri. Dia patut menjauhkan diri daripada perbuatan ternoda, perbuatan yang mendatangkan penderitaan kepada diri dan kepada orang lain. Perzinaan merupakan maksiat yang paling buruk dan terkutuk. Tidak berzina merupakan cara untuk mengekalkan hubungan baik antara manusia dan seterusnya membina persaudaraan antara manusia. Inilah peraturan ketiga dalam *Panca Sila*.

Peraturan keempat ialah menghindari diri daripada berdusta. Dia bercakap benar, tidak menyimpang dari kebenaran. Dia juga jujur dan boleh dipercayai. Peraturan ini termasuklah tidak memfitnah. Sekiranya dia mendengar sesuatu yang mungkin menyebabkan pertelingkahan antara dua pihak, dia tidak akan mengheboh-hebohkannya. Sebaliknya seseorang umat Buddha patut cuba berusaha untuk memupuk perhubungan antara mereka dan menjalinkan persaudaraan antara manusia. Dia bertutur dengan sopan-santun, jujur dan bertanggungjawab atas kata-kata yang dikeluarkan. Dia menyedari bahawa tidak guna mengomong kosong dan bercakap banyak. Oleh demikian, umat Buddha tidak harus membuang masa dengan menceritakan sesuatu yang sia-sia. Dia juga tidak patut berbohong. Dia perlu mengucapkan sesuatu yang sesuai dan bermanfaat.

Peraturan kelima ialah mengelakkan daripada mengambil makanan dan minuman yang memabukkan. Ini bertujuan untuk menjaga kesihatan akal dan selanjutnya menanam kesedaran tiap-tiap saat dan di mana-mana pun. Kalau seseorang itu mabuk, besar kemungkinan dia melanggar peraturan-peraturan lain. Oleh demikian adalah mustahak untuk mematuhi peraturan ini.

Panca Sila tersebut patutlah diamalkan oleh setiap umat Buddha. Ia patut merupakan panduan dalam kehidupan orang Buddha. Melalui cara ini, ia akan membentuk sikap atau personaliti yang baik; bukan sahaja akan membawa kebahagiaan kepada diri tetapi juga kepada semua makhluk. Amalkanlah ajaran Buddha, amalkanlah *Panca Sila*.

BAB 15:

MEDITASI : RUJUKAN KHAS KEPADA *METTA BHAVANA*

Meditasi atau *Bhavana* dalam bahasa Pali bermakna perkembangan ataupun latihan mental. Melalui meditasi, seseorang akan menenteramkan jiwanya lalu memperoleh kebijaksanaan (*Panna*)

Bermeditasi tentulah akan mendatangkan banyak faedah. Antaranya, ia membolehkan orang yang bermeditasi berasa dirinya lebih tenang dan dapat mengingat dengan lebih baik dan sempurna. Selain daripada itu, si meditasi dapat tidur dengan nyenyak dan akan bangun dalam keadaan bahagia. Keyakinan dan kepercayaan terhadap Buddha akan menjadi lebih kuat dan teguh. Hajat dan niat seseorang akan menjadi lebih mulia dan luhur dan dia memperoleh penghormatan daripada manusia sejagat.

Walau bagaimanapun, setengah-setengah orang mempunyai tujuan dan niat yang tidak betul dalam mempelajari dan mengamalkan meditasi. Misalannya, mereka inginkan kuasa luar biasa ataupun kuasa ghaib. Tentulah ini berbahaya. Sepatutnya, seseorang perlu mempunyai niat yang suci dan mulia untuk mempelajari meditasi, sama ada meditasi *Samatha* ataupun meditasi *Vipassana*. Meditasi *Samatha* bertujuan untuk melatih mental kita menjadi tenang dan tenteram sedangkan meditasi *Vipassana* membolehkan kita mencapai kebijaksanaan.

Adalah penting untuk menegaskan bahawa amalan meditasi bukanlah hanya terhad kepada duduk bersila dan memejamkan mata. Meditasi patut difahami dalam erti kata yang luas. Ia adalah ubat bagi kita. Badan kita sentiasa diserang penyakit dan memerlukan ubat-ubat yang sesuai untuk mengubatnya. Begitulah juga dengan keadaan mental kita yang penuh dengan ketamakan, kekusaran dan kejahilan, meditasi diperlukan untuk menyucikannya

Buku-buku dan risalah-risalah mengenai cara bermeditasi tentulah boleh merupakan panduan untuk kita mempelajari cara bermeditasi. Pada peringkat permulaan, adalah lebih sesuai dan baik untuk seseorang mendapatkan panduan daripada seorang guru yang berkeelayakan.

Metta Bhavana akan diperkenalkan di sini untuk membolehkan sesiapa yang berminat untuk mengamalkannya dalam kehidupan sehari-harian. Ini adalah kerana *Metta Bhavana* mustahak dan agak senang untuk diamalkan.

Metta ialah cinta murni. Biasanya kita hanya mencintai orang sahaja. Tetapi, *metta* adalah cinta murni terhadap semua makhluk. Jadi, ia seperti cinta kasih seorang ibu terhadap anak tunggalnya tanpa had dan syarat. *Metta Bhavana* ini sesuai bagi semua orang dan bertujuan untuk mengatasi kemarahan dan kekejaman serta memupuk cinta murni terhadap semua makhluk.

CARA MENGAMALKAN METTA BHAVANA

Peringkat 1:

Ulangkan dalam fikiran:

"Semoga saya tiada permusuhan, tiada kebencian dan tiada masalah; semoga saya sentiasa dalam keadaan gembira."

Peringkat 2:

Ulangkan dalam fikiran:

- i. "Semoga saya tiada permusuhan, tiada kebencian dan tiada masalah; semoga saya sentiasa dalam keadaan gembira."
- ii. Ingatkan seorang yang ramah, misalnya seorang guru, seorang sami, saudara mara atau kawan dan berucap dalam fikiran:
"Semoga anda tiada permusuhan; tiada kebencian dan tiada masalah; semoga anda sentiasa dalam keadaan gembira."
- iii. Ingatkan seorang yang neutral (yang bukan ramah atau tidak ramah kepada anda) dan berucap dalam fikiran:
"Semoga anda tiada permusuhan; tiada kebencian dan tiada masalah; semoga anda sentiasa dalam keadaan gembira."
- iv. Ingatkan seorang musuh ataupun seorang yang telah menyakitkan hati anda dan berucap dalam fikiran:
"Semoga anda tiada permusuhan; tiada kebencian dan tiada masalah; semoga anda sentiasa dalam keadaan gembira."
- v. Ingatkan mereka dan semua makhluk yang berada di kawasan anda tinggal dan berucap dalam fikiran:
"Semoga anda tiada permusuhan; tiada kebencian dan tiada masalah; semoga anda sentiasa dalam keadaan gembira."

Kemudian ingatkan semua makhluk di seluruh pekan, di seluruh negara dan di seluruh alam dan berucap dalam fikiran apa yang diucapkan tadi. Meditasi yang senang ini membantu mengembangkan sifat berbaik-baik dengan semua makhluk dan ia adalah baik terutama sekali untuk mereka yang bersifat kebencian (*dosa carita*). Ia mengatasi kemarahan, kebencian, iri hati dan sikap mementingkan diri. *Ven. Mahasi Sayadaw* menyatakan ayat yang pendek dan tepat ini: "Semoga semua makhluk tiada permusuhan" hendaklah tidak diperkecil maknanya. Misalnya, "musuh" merujuk kepada musuh dalaman seperti fikiran yang kurang sihat dan musuh luaran (seperti makhluk yang garang, bahaya dan lain-lain).

PERHATIAN

1. Hanya apabila anda boleh membezakan antara *Metta* (cinta murni yang tidak terhad) dan *Pema* (cinta yang dihadkan kepada orang yang tertentu sahaja dan diikuti oleh hawa nafsu), janganlah jadikan seorang yang berjantina lain sebagai tumpuan untuk amalan *Metta Bhavana*.
2. Janganlah mengingatkan orang yang telah meninggal dunia dalam amalan *Metta Bhavana* kerana ini akan menimbulkan kesedihan dan kedukaan yang merupakan fikiran yang kurang sihat. Meditasi ini hendaklah diamalkan tiap-tiap hari selama 5-30 minit. Apabila bermeditasi, hendaklah duduk dengan selesa. Cara duduk yang sesuai ialah "setengah teratai" (*half lotus position*) atau "teratai penuh" (*full lotus position*), tetapi cara lain yang selesa juga boleh digunakan.



setengah teratai

Kesan meditasi ini tidak boleh timbul dalam semalaman sahaja, jadi, janganlah berkehendakkan kesan dengan serta merta. Ia akan datang secara beransur-ansur.

Dalam amalan apa-apa jenis meditasi pun, seseorang itu mesti mempunyai akhlak yang baik. Adalah penting orang yang bermeditasi berhasrat menjadi baik dan mulia. Kalau tidak, dia tidak akan memperoleh tumpuan yang akan membolehkannya berkembang dengan baik dalam meditasi. Orang yang bermeditasi mesti mematuhi Lima Peraturan mengikut kemampuannya.

BAB 16:

BUDDHISME DI MALAYSIA

Pada zaman keagungan India (circa 200-1000 T.M.), pengaruh kebudayaan India tersebar ke Asia Tenggara. Agama Hindu dan Buddha luas diamalkan dan mendapat sokongan raja-raja Funan, Langkasuka, Srivijaya serta kerajaan-kerajaan kecil yang bersilih ganti. Akan tetapi kepercayaan-kepercayaan ini tidak mempengaruhi fikiran orang tempatan secara mendalam dan lama-kelamaan ia mengalami kemerosotan apabila raja-raja tempatan memeluk agama lain.

Pada kurun ke-17, Buddhisme Cina yang bertradisi *Mahayana* dibawa masuk oleh saudagar-saudagar Cina yang makin ramai bermastautin di rantau ini. Buddhisme Cina ini yang telah dicampur adukkan dengan kepercayaan tradisional Cina terus kekal hingga hari ini dan diamalkan umum di kalangan masyarakat Cina. Oleh itu kebanyakan orang Cina hari ini tidak tahu membezakan Buddhisme daripada aliran kepercayaan Cina yang lain seperti *Taoisme* dan *Konfucianisme*. Pada kaca mata mereka, semua dewa-dewi termasuk Buddha yang disembah itu sama sahaja dan sudah cukup untuk memenuhi keperluan rohani mereka. Keperluan rohani yang dimaksudkan itu berhubung rapat dengan kebendaan. Sering kali mereka berdoa untuk mendapat kekayaan yang banyak, kesihatan yang baik dan keluarga yang bahagia. Kegiatan ibadat seperti ini tidak menarik perhatian kaum intelek Cina menjadikan Buddhisme disalah anggap sebagai kolot dan tahayul oleh generasi muda yang berpendidikan tinggi.

Selain daripada kaum Cina yang merupakan pengikut Buddhisme yang paling besar di Malaysia, terdapat juga orang Thai, Singhala dan Burma yang beragama Buddha di Malaysia. Kumpulan-kumpulan ini mempunyai rumah berhala yang tersendiri yang didirikan untuk menyediakan tempat beribadat bagi keperluan mereka masing-masing. Antara kumpulan ini, orang Singhala merupakan kumpulan yang paling berjaya dalam memperkembangkan ajaran Buddha kepada orang

Buddhis yang berbilang kaum. Kegiatan mereka dijalankan dengan Bahasa Inggeris sebagai bahasa pengantar dan berasaskan tradisi *Theravada*. Dewasa ini, mazhab *Vajrayana (Adamantine Way)* juga mula disukai ramai dan bersama-sama dengan aliran yang sedia ada memenuhi keperluan rohani orang Buddhis di Malaysia.

Dari segi organisasi dan pertubuhan, bolehlah dikatakan orang Buddhis di Malaysia masih kekurangan satu majlis tertinggi yang dapat mewakili atau menjaga hak-hak semua orang Buddhis. Dua badan kebangsaan yang telah ditubuhkan dalam beberapa dekad yang lepas ialah Persatuan Buddhis Malaysia (*Malaysian Buddhist Association*) dan Persatuan Belia Buddhis Malaysia (*Young Buddhist Association Of Malaysia*). Persatuan Buddhis Malaysia merupakan gabungan rumah-rumah berhala Buddhis Cina yang menjalankan kegiatannya dalam Bahasa Cina. Sebaliknya Persatuan Belia Buddhis Malaysia ialah gabungan 180 persatuan belia Buddhis di Malaysia yang terdiri daripada semua aliran. Persatuan Belia Buddhis Malaysia telah menyumbangkan banyak tenaga untuk mendidik orang Buddhis mengenai ajaran Buddha dan sangat berpengaruh di kalangan orang Buddhis sama ada generasi tua atau muda. Sepanjang tahun, bermacam-macam kegiatan yang memanfaatkan masyarakat Buddhis telah dianjurkan oleh Persatuan Belia Buddhis Malaysia. Kegiatan-kegiatan yang sering diadakan termasuk ceramah, seminar, kempen-kempen, kem latihan belia dan pengkhutbah Dhamma pelbagai peringkat, pertandingan-pertandingan dan amalan-amalan agama yang lain. Tegasnya, semua aspek yang bersabit dengan keagamaan, pendidikan, kebudayaan dan kebajikan telah diadakan. Buku-buku percuma penerbitan Persatuan Belia Buddhis Malaysia yang diedarkan dalam bilangan yang besar itu telah berjaya menukar penilaian masyarakat umum terhadap agama Buddha dan membetulkan berbagai-bagai salah faham. Malangnya kejayaan yang lebih tinggi tidak dapat dicapai kerana masalah kewangan dan kekurangan tenaga terlatih dalam melaksanakan kegiatan-kegiatannya.

Untuk membolehkan perkembangan yang lebih sistematik, Persatuan Belia Buddhis Malaysia telah menubuhkan Yayasan Belia Buddhis Malaysia untuk membiayai kegiatan-kegiatan yang akan dianjurkan kelak. Sebenarnya tujuan utama penubuhan Yayasan ini adalah untuk menyelesaikan dua masalah utama yang disebut tadi di samping menjaga kebajikan orang Buddhis. Oleh itu, setiap orang Buddhis patut melibatkan diri dan mengorak langkah pertama untuk sama-sama menolong meyakinkan orang Buddhis yang sangsi dan jahil mengenai perkembangan Buddhisme di Malaysia. Bagaimana hendak kita menghadapi cabaran akan datang bukanlah masalah seorang dua sahaja tetapi semua orang Buddhis. Biarlah setiap orang mengambil seketul bata untuk membina sebuah kota yang kuat, bagi Buddhisme yang boleh menghadapi segala tentangan dan cabaran. Bersama kita teguh, bercerai kita roboh!

BAB 17:

BUDDHISME, BUDDHOLOGI DAN BUDDHA DHAMMA

Walaupun ketiga-tiga patah perkataan ini jarang ditemui bersama, akan tetapi mereka sering mengelirukan orang Buddhis, lebih-lebih lagi bagi mereka yang mula berdamping dengan Buddhisme serta pengikut fahaman lain.

Buddhisme merupakan jujuk terbesar yang meliputi semua hal mengenai Buddha, Dhamma dan Sangha serta unsur-unsur pengaruh setempat yang unik terhadap seluruh sistem agama ini. Justeru itu, wujudlah Buddhisme India, Cina, Sri Lanka, Negeri Thai, Burma, Jepun dan lain-lain lagi yang dapat dibezakan dengan mudah kerana perbezaan geografi, iklim dan kebudayaan tempatan. Perkara ini tidak dapat dielakkan kerana Buddhisme tidak mempunyai dogma dan boleh berkembang dengan menyerap nilai-nilai tempatan yang mulia, dan sebaliknya, ia juga mempengaruhi cara hidup pengikut-pengikut di mana ia berkembang. Perbezaan utama aliran-aliran tempatan ini dapat dilihat dari kesenian, khasnya seni patung dan juga cara-cara orang Buddhis pelbagai kaum menjalankan ibadat mereka atau keimanan (*devotion*). Seseorang yang tidak faham akan hakikat ini akan terkeliru dan mendakwa wujudnya Buddha Cina, India, Siam, Jepun dan lain-lain lagi. Sebenarnya mereka tidak sedar bahawa sesuatu idea yang sama boleh digambarkan dari sudut pandangan yang berlainan, lebih-lebih lagi jikalau latar belakang kebudayaan adalah rencam.

Buddhologi boleh dianggap sebagai kajian saintifik ke atas Buddha atau lebih tepat lagi Buddhisme. Ia adalah sebanding dengan Indologi, Tibetologi, dan Egyptologi. Sebagaimana yang

dibayangkan daripada namanya, Buddhologi lebih merupakan kajian teoretis. Dalam keadaan ini, banyak kekeliruan boleh timbul daripada hasil kajian pakar-pakar yang mungkin berlainan daripada apa yang diamalkan oleh orang Buddhis biasa. Kesilapan juga boleh berlaku akibat kelemahan teknik atau pakar itu sendiri walaupun tujuan mereka menjalankan kajian adalah untuk memudahkan orang biasa memahami sesuatu perkara. Malangnya kajian-kajian itu terlalu menekankan perbezaan daripada persamaan dan ini tidak mudah diterima dan diakui oleh mereka yang kurang mahir. Ini menjadikan Buddhisme nampaknya rumit dan tidak teratur. Justeru itu, ramai yang berpendapat: Buddhisme payah difahami, lebih payah lagi untuk diamalkan. Contoh yang baik ialah tafsiran yang berlainan bagi sesuatu yang sama oleh pakar-pakar yang berlainan yang mempunyai pendirian masing-masing. Perkara ini menjadi bertambah rumit apabila pakar-pakar lain campur tangan untuk menyokong atau menyangkal tafsiran tersebut dan proses ini berlanjutan mengikut peredaran zaman. Akibatnya, ia memeningkan seorang pemula. Tetapi dia akan lega dengan keadaan ini sekiranya dia faham bahawa semua ini timbul kerana konsep manusia yang berlainan.

Sebenarnya benda yang patut ditekan dalam Buddhisme bukanlah Buddhologi tetapi Buddha Dhamma. Buddha Dhamma ialah kebenaran yang hendak disampaikan oleh Buddha Sakya Muni melalui kata-kata dan perbuatan beliau. Ia berlainan daripada Buddhologi yang merupakan tafsiran kita terhadap ajaran itu yang ketulenannya bergantung kepada kepintaran kita. Buddha Dhamma adalah kebenaran mutlak yang bisa diuji, diasas dan dihayati oleh setiap individu. Sesungguhnya Buddhologi yang bersifat teoretis itu tidak lengkap tanpa amalan yang betul kerana hanya melalui amalan sahaja kita dapat mencapai kebenaran ini. Sifatnya yang unggul ialah ia tidak dipengaruhi oleh keadaan ruang dan masa, berbeza daripada Buddhisme dan Buddhologi. Sebenarnya, tujuan Buddha wujud di dunia ini ialah untuk menyedarkan kita semua tentang cara untuk menghapuskan kesengsaraan dan mencapai kebebasan daripada edaran hidup dan mati. Cara yang kita pilih untuk mencapai kebenaran ini terpulanglah kepada kepintaran kita.

BAB 18:

AMITABHA DAN KUAN YIN

Kepercayaan kepada Buddha *Amitabha* dan *Kuan Yin* adalah sesuatu yang lumrah kepada kaum Cina. Ini adalah kerana Buddhisme di negeri Cina sejak zaman *Ming* dan *Ching* mirip kepada mazhab 'alam suci' (*pure land*) yang menggalakkan orang Buddhis melafazkan nama Buddha-Buddha dan *bodhisattva*, khasnya Buddha *Amitabha* dan *Kuan Yin*.

Amitabha membawa erti 'cahaya dan hidup yang tidak terhingga'. Mereka yang selalu mengenang dan melafazkan nama Buddha ini dapat menenteramkan hati dan nafsu mereka. Nama Buddha ini telah digunakan sebagai objek bagi memusatkan fikiran. Apabila sudah biasa, kaedah ini dapat menghapuskan ketakutan dan sifat kurang keyakinan diri secara beransur-ansur. Kaedah ini amat popular kerana ia tidak rumit dan mudah difahami. Ia dapat diamalkan di mana-mana tempat atau keadaan mengikut kesukaan kita. Tambahan pula, kesan daripada amalan ini dapat dirasai dalam waktu yang singkat jika ia dipraktikkan dengan tekun berbanding dengan amalan lain.

Formula yang paling digemari ialah '*Namo Buddha Amitabha*' yang bermaksud 'dengan hormatnya sujud pada Buddha *Amitabha*' atau 'mengambil perlindungan (*refuge*) pada Buddha *Amitabha*'. Ini akan diulangi beribu-ribu kali sehingga ia menjadi tumpuan minda atau *samadhi*. Apabila ini terjadi, tiada fikiran lain yang timbul dan pemikiran kita menjadi terkawal. Harapan kebanyakan mereka yang mengamalkan kaedah ini ialah dapat dilahirkan semula di *Sukhavati* iaitu 'dunia keriang' selepas mereka meninggal dunia. Di sana mereka dapat menerima ajaran daripada Buddha *Amitabha* dan mendampingi pendeta-pendeta kudus yang lain.

Kuan Yin adalah *bodhisattva* yang membantu Buddha *Amitabha* dalam kerja menyedarkan makhluk mengenai misteri penderitaan. Di dalam *Sutra* Teratai Putih, dia dikenali sebagai *Bodhisattva Avalokitesvara* atau *Bodhisattva* yang selalu mengamati penderitaan dunia lalu memberi pertolongan dengan menjelma dalam bentuk yang sesuai. Oleh itu, ia biasa menjelma sebagai budak, suri rumah tangga, pembesar, raja dan sebagainya untuk menyenangkan kerja pemberian bantuan.

Mereka yang inginkan pertolongan *Kuan Yin* selalu mengulangi '*Namo Kuan Yin Pu Sa*' dengan jujur dan ikhlas. *Kuan Yin* mewakili *Maha Karuna* atau belas kasihan yang teramat sangat. Oleh itu, seseorang yang melafazkan nama *Kuan Yin* patut mengenang akan *Maha Karuna* dan mengamalkan sifat mulia ini dalam kehidupan. Dengan perkataan lain, setiap orang yang mengamalkan sifat *Maha Karuna* boleh diibaratkan sebagai jelmaan *Kuan Yin* yang giat memberi kemudahan kepada orang lain. Jikalau masyarakat ini mempunyai beribu-ribu bahkan berjuta-juta jelmaan *Kuan Yin*, nescaya dunia kita akan menjadi *Sukhavati*.

BAB 19:

BUDDHISME: TATA CARA HIDUP

Harap anda telah memahami apa yang telah dibincangkan setakat ini. Anda mungkin berasa hairan kerana Buddhisme yang dibincangkan di sini jauh berbeza daripada apa yang biasa dianggap dan diamalkan oleh orang ramai.

Selepas mempunyai satu gambaran kasar, soalan yang mungkin anda tanya ialah: Apakah tujuan mengetahui Buddhisme?

Sebenarnya hanya mengetahui Buddhisme tidak akan membawa makna yang besar kepada seseorang. Apa yang lebih penting ialah Buddhisme patutlah dijadikan sebagai satu tatacara hidup. Segala aspek kehidupan kita tidak boleh terpisah daripada Buddhisme. Buddhisme ialah tatacara hidup yang boleh kita ikut. Mengapa?

Buddhisme memberi panduan kepada kita untuk menjalani hidup yang berakhlak. Panduan ini amat penting khasnya dalam dunia yang sedang merosot akhlaknya. Lima Peraturan merupakan prinsip asas kehidupan umat Buddha. Sebenarnya Lima Peraturan ini bukanlah satu perintah yang wajib diikuti. Seseorang itu patut cuba dengan seboleh-bolehnya untuk mematuhi. Sekiranya setiap orang dapat mengamalkannya dalam kehidupan mereka, maka masyarakat akan aman dan damai.

Hidup dalam dunia ini, kita memainkan pelbagai peranan yang berbeza pada masa yang berlainan. Adakah kita sedar tentang tugas dan tanggungjawab kita sebagai:

- guru - murid?
- ibu bapa-anak?
- majikan • pekerja!
- kawan?
- suami - isteri?

Kesemua ini telah dinyatakan dengan jelas dalam *Sutra Sigalovada*

Kehidupan kita penuh dengan ketidakpastian. Pada satu saat kita mungkin gembira dan ketawa, pada saat yang lain, kita mungkin sedih dan kecewa. Ajaran Buddha menyatakan kehidupan kita penuh dengan ketidakkekalan.

Manusia penuh dengan kekusaran, kejahilan dan ketamakan. Jadi kita patut menyucikan dan menyempurnakan diri kita sendiri dengan mengawal fikiran, pertuturan dan perlakuan untuk mencapai kebahagiaan iaitu *Nibbana*. Inilah tujuan hidup kita. Buddhisme merupakan satu tatacara hidup untuk kita mencapai *Nibbana*.

Melalui cara meditasi dan membaca (*chanting*) misalannya, kita dapat menenteramkan fikiran kita dan seterusnya memperoleh kebijaksanaan. Dengan ini kita akan meluaskan pandangan dan fikiran kita. Empat Kebenaran Mulia, *Kamma*, Tiga Ciri Universal dan sebagainya yang telah disampaikan oleh Buddha akan difahami dengan lebih mendalam. Ini akan membolehkan kita mengerti makna hidup kita.

Seseorang umat Buddha patut bersikap ingin-tahu dan kritis. Dia tidak menerima apa sahaja yang diwarisi daripada kebudayaan dan tradisi. Juga, dia tidak menerima sesuatu kerana ia baru dan dia tidak menolak sesuatu kerana ia lama. Jangan percaya kepada kata-kata orang secara membuta tuli. Buktikannya dahulu. Buddha pernah mengatakan, "Datanglah melihat, janganlah datang dan mempercayai."

Tanam benih rambutan tentu hasilnya ialah buah rambutan dan bukan buah limau. Jadi apa yang kita ingin dalam kehidupan adalah di tangan kita. Buat baik dibalas baik. Buat jahat dibalas jahat. Apakah pilihan kita dalam kehidupan? Kitalah yang menentukannya.

Yang lepas telah lepas. Tiada gunanya menyesal. Masa depan masih belum datang. Kita tidak tahu apa akan berlaku. Tiada guna mengkhayalkannya. Tiada guna bimbang akan ia. Hidup sekarang. Berusahalah demi mendapatkan kejayaan. Janganlah ragu-ragu. Berusahalah sekarang — inilah tatacara hidup Buddhisme!

Untuk Bukan Muslim Sahaja