

BAB III

PUNARBHAVA DALAM AGAMA BUDDHA

A. Hakekat Punarbhava

Tumimbal Lahir, Patisandhi, Punabhava adalah istilah yang dikenal dalam agama Buddha sehubungan dengan kelahiran kembali suatu makhluk hidup dalam alam kehidupan yang sama atau berbeda serta tidak membawa kesadaran akan kehidupan dari alam sebelumnya.¹ *Punarbhava* adalah kelahiran kembali atau *tumimbal lahir*. Dalam agama Buddha dikenal juga dengan penerusan dari nama (*patisandhi vinnana*). Ketika seseorang akan meninggal dunia, kesadaran ajal (*cuti citta*) mendekati kepadaman dan didorong oleh kekuatan-kekuatan *kamma*. Kemudian kesadaran ajal padam dan langsung menimbulkan kesadaran penerusan (*patisandhi vinnana*) untuk timbul pada salah satu dari tiga alam kehidupan sesuai dengan karmanya.

Keinginan tak terpuaskan akan keberadaan dan kenikmatan inderawi adalah sebab *tumimbal lahir*. Dengan memadamkan nafsu keinginan maka kita dapat menghentikan *tumimbal lahir*. Nafsu keinginan ini merupakan salah satu sebab yang menimbulkan karma dan menimbulkan proses kelahiran kembali.² Ajaran agama Buddha tentang *tumimbal lahir* harus bedakan dari ajaran tentang

¹http://id.wikipedia.org/wiki/Tumimbal_lahir, diakses tgl 20 Maret 2015.

²Sri Dhammananda, *Keyakinan Umat Buddha*, (Kuala Lumpur: Pustaka Karaniya, Cetakan ke-5 agustus 2007), hlm. 146.

perpindahan dan reinkarnasi dari agama lain. *Tumimbal lahir* atau *punarbhava* yang disebut juga penerusan (*patibandhi*) bukan perpindahan roh karena dalam agama Buddha tidak mengenal roh yang kekal dan berpindah. Dalam agama Buddha dikenal dengan penerusan dari nama (*patibandhi vinnana*). Secara umum ada empat cara tumimbal lahirnya makhluk-mahluk, yaitu *Jalabuja-yoni* (lahir melalui kandungan seperti manusia, sapi, dan kerbau), *andaja-yoni* (lahir melalui telur seperti ayam, bebek, dan burung), *sansedaja-yoni* (lahir melalui kelembaban seperti nyamuk dan ikan), dan *opapatika-yoni* (lahir secara spontan seperti makhluk-mahluk alam dewa dan peta).

Ada dua pendapat tentang tumimbal lahir, yang pertama menurut Abhidhamma bahwa tumimbal lahir terjadi segera setelah kematian suatu makhluk tanpa keadaan antara apapun. Sedangkan yang kedua ada yang berpendapat bahwa suatu makhluk setelah mati maka kesadaran atau energi mental makhluk tersebut tetap ada dalam suatu tempat, didukung oleh energi mental akan nafsu dan kemelekatannya sendiri, menunggu hingga cepat atau lambat tumimbal lahir terjadi.

Seorang Buddha atau *arahat* tidak akan terlahir kembali karena telah menghentikan karma. Dalam *Dhammacakkapavattana sutta* sang Buddha mengatakan bahwa “inilah kelahiran-ku yang terakhir, tiada lagi tumimbal lahir bagi-ku”. Hal tersebut membuktikan bahwa seorang Buddha tidak akan terlahir kembali.

Dengan adanya proses menjadi maka terjadilah kelahiran, dengan adanya kelahiran maka terjadilah kelapukan dan kematian. Kelapukan dan kematian menyebabkan kelahiran. Itu adalah mata rantai yang tidak dapat terputus, kelahiran terjadi setelah ada kematian dan kematian terjadi karena ada kelahiran. Makhluk hidup setelah mati akan langsung terlahir kembali (*patisandhi*) tanpa menunggu jeda.

B. Proses Punarbhava

Dalam agama Buddha dipercayai adanya suatu proses kelahiran kembali (*Punarbhava*). Semua makhluk hidup yang ada di dalam semesta ini akan terus menerus mengalami punarbhava selama makhluk tersebut belum mencapai tingkat kesucian Arahata. Alam kelahiran ditentukan oleh karma makhluk tersebut. Bila ia baik maka dia akan terlahir di alam bahagia, bila ia jahat ia akan terlahir di alam yang menderita. Kelahiran kembali juga dipengaruhi oleh *Garuka Kamma* yang artinya karma pada detik kematiannya, bila pada saat ia meninggal dia berpikiran baik maka ia akan lahir di alam yang berbahagia, namun sebaliknya akan terlahir di alam yang menderita, sehingga segala sesuatu tergantung dari karma masing-masing.

Di dalam proses kelahiran kembali sangat ditentukan oleh karma, karena setiap perbuatan yang dilandasi kehendak akan membuahkan hasil atau akibat. Perbuatan baik, akan berubah baik, dan perbuatan buruk akan berubah buruk. Karma adalah suatu hukum alam yang bekerja secara ketat sesuai dengan

tindakan kita.³ Kelahiran kembali terbentuk oleh suatu kebajikan dan kejahatan yang diperbuat dalam kehidupan saat ini dan sebelumnya karena proses kelahiran kembali dan kematian penuh dengan penderitaan, pembebasan dari lingkaran kelahiran dan kematian. Kelahiran kembali akan selalu terjadi selama nafsu akan keberadaan dan kesenangan melekat di dalam pikiran. Dalam mencapai suatu kelahiran kembali harus selalu berharap, berdoa dan melakukan usaha yang sungguh-sungguh untuk menghilangkan nafsu yang melekat dalam pikiran manusia.⁴

1. Pengertian *Kamma* atau *Karma*

Kamma berasal dari bahasa Pali, yang artinya “tindakan atau perbuatan”.⁵ Dan *Karma* berasal dari bahasa Sanskerta, yang artinya “perbuatan”. Segala macam tindakan yang disengaja baik itu batin, ucapan maupun jasmani dipandang sebagai Karma. Di sebut sebagai Karma hanya “perbuatan yang berkehendak”, sedangkan perbuatan tanpa kehendak bukanlah Karma.

Karma bukan saja sebuah “keberuntungan”, yang menunjukkan bahwa sesuatu terjadi tanpa suatu sebab. Karma sendiri adalah sebuah sebab dan karma akan membuahkan hasil yang setimpal. Tidak ada yang terjadi tanpa suatu sebab, karena seseorang yang beruntung atau tidak beruntung itu adalah

³*Ibid.*, hlm. 125.

⁴Sri Dhammananda, *Tumimbal Lahir*, (Kuala Lumpur: Pustaka Karaniya, September 2002), hlm. 25-26.

⁵Narada, *Sang Buddha dan Ajaran-ajaran-Nya*, (Jakarta: Yayasan Dhammadipa Arama), hlm. 61

sebagai hasil tindakan yang disertai kehendak yang dilakukan sebelumnya dalam kehidupan sekarang atau dalam kehidupan sebelumnya.

Ketika seseorang memahami dengan benar prinsip “karma dan akibat-akibatnya”, seseorang akan mempunyai pengertian benar dan pandangan benar. Pandangan benar (*sammaditthi*) mengarahkan pada pikiran benar, perkataan benar, tindakan benar, kehidupan benar dan moral yang baik. Jika seseorang tidak memperhatikan “karma dan akibat-akibatnya”, tidak memahaminya dan mengabaikannya menimbulkan pengertian salah dan pandangan salah. Pandangan yang salah (*miccaditthi*) mengarahkan pada pikiran salah, perkataan salah, tindakan salah, kehidupan salah, dan karakter yang buruk.

Pandangan benar menyebabkan perbuatan baik yang belum muncul akan muncul, melipatgandakan perbuatan baik yang sudah muncul, dan akan mengkondisikan kelahiran kembali yang bahagia setelah meninggal atau mati. Pandangan benar tidak selamanya dalam pengondisikan kelahiran kembali yang bahagia di alam yang membahagiakan. Sedangkan pandangan salah menyebabkan perbuatan buruk yang belum muncul menjadi muncul, melipatgandakan perbuatan buruk yang sudah muncul, dan akan mengkondisikan kelahiran kembali yang sengsara setelah mati. Pandangan salah tidak selamanya dalam mengondisikan kelahiran kembali yang sengsara di alam yang menyedihkan.

Menurut ajaran Karma Buddhis, seseorang tidak selalu dipaksa oleh keharusan yang kuat, karna karma bukanlah nasib atau takdir yang diberikan untuk kita oleh kekuatan yang tidak dikenal, yang dengan tanpa daya kita harus menyerahkan diri kepadanya. Ia adalah perbuatan sendiri yang bereaksi pada diri sendiri, dan oleh karena itu seseorang mempunyai kekuatan untuk membelokkan jalannya Karma sampai batas-batas tertentu. Sejauh mana seseorang membelokkannya, tergantung pada dirinya sendiri.

2. Sebab Terjadinya *Karma*

Suatu perbuatan (*karma*) yang dilakukan oleh seseorang karena adanya sebab yang mempengaruhinya. Karma bukan hanya sebagai sebab untuk menimbulkan akibat (*vip ka*), tetapi juga sebagai akibat dari suatu hal. Karma yang dilakukan seseorang diakibatkan oleh beberapa sebab yang mempengaruhi. Menurut *Kalupahana* , tingkah laku atau perbuatan (*karma*) seseorang ditentukan atau disebabkan oleh tiga faktor, yaitu rangsangan luar, motif yang disadari, dan motif yang tidak disadari.⁶ Perbuatan (*karma*) yang dilakukan seseorang didasari oleh salah satu dari ketiga faktor tersebut.

Perbuatan (*karma*) yang disebabkan oleh rangsangan luar dipengaruhi oleh kontak (*phassa*). Kontak yang dimaksud adalah enam landasan indera yaitu mata, telinga, hidung, lidah, tubuh, dan pikiran mengalami kontak dengan

⁶Kalupahana, David J, *Filsafat Buddha (Sebuah Analisis Historis)*,(Jakarta: Penerbit Erlangga, 1986), hlm. 46.

objek. Indera mata (*cakkhu*) kontak dengan objek bentuk (*rupa*), telinga (*sota*) kontak dengan objek suara (*sadda*), hidung (*ghana*) kontak dengan objek bau (*gandha*), lidah (*jivha*) kontak dengan objek rasa (*rasa*), tubuh atau badan jasmani (*kaya*) kontak dengan objek sentuhan (*pho abba*), dan pikiran (*mano*) kontak dengan objek kesan-kesan batin (*dhamma*). Perbuatan yang dipengaruhi oleh rangsangan dari luar seperti gerak refleks. Contohnya seorang bayi yang menyentuh api dengan tangan maka dengan cepat akan menarik tangannya dari api tersebut.⁷ Hal tersebut menunjukkan indera peraba dari tubuh mengalami kontak dengan api. Perbuatan yang dilakukan bayi tersebut disebabkan oleh rangsangan dari luar, yaitu api.

Kalupahana, menjelaskan bahwa perbuatan yang dilakukan dengan motif yang disadari terdiri dari tiga akar penyebab karma buruk dan tiga akar penyebab karma baik. Tiga akar penyebab karma buruk, yaitu keserakahan (*lobha*), kebencian (*dosa*) dan kebodohan batin atau kegelapan batin (*moha*). Tiga akar penyebab karma baik, yaitu tanpa keserakahan (*alobha*), tanpa kebencian (*adosa*), dan tanpa kebodohan batin (*amoha*).

Tiga akar penyebab karma tidak baik yang terdiri dari keserakahan (*lobha*), kebencian (*dosa*) dan kebodohan batin atau kegelapan batin (*moha*) merupakan akar dari perbuatan buruk yang dilakukan seseorang. Keserakahan (*lobha*), kebencian (*dosa*), dan kebodohan batin (*moha*) membuat seseorang

⁷Wawancara dengan bante supri, pada tgl 20 februari 2015

melakukan perbuatan tidak baik contohnya membunuh saudara sendiri untuk menguasai kekayaannya (*lobha*), membunuh seseorang karena sering direndahkan (*dosa*), dan membunuh karena tidak mengetahui bahwa membunuh adalah perbuatan yang tidak baik (*moha*). Segala bentuk perbuatan tidak baik akarnya adalah keserakahan (*lobha*), kebencian (*dosa*), dan kebodohan batin (*moha*). Sebaliknya tanpa keserakahan (*alobha*), tanpa kebencian (*adosa*), dan tanpa kebodohan batin (*amoha*) membuat seseorang melakukan perbuatan baik, contohnya sering berdana di *vih ra* (*alobha*), menolong binatang yang sedang kesakitan (*adosa*), dan menolong teman yang sedang kesusahan dengan memiliki pengertian bahwa yang dilakukan adalah hal yang benar (*amoha*). Segala bentuk perbuatan baik akarnya adalah tanpa keserakahan (*alobha*), tanpa kebencian (*adosa*), dan tanpa kebodohan batin (*amoha*).⁸

Perbuatan yang dilakukan dengan motif yang tidak disadari antara lain adalah keinginan untuk hidup kekal (*j vituk ma*) dan keinginan untuk menghindari dari kematian (*amarituk ma*). Keinginan untuk hidup kekal dan tidak menginginkan kematian terdapat dalam diri seseorang. Hal tersebut dapat dibuktikan ketika seseorang terancam kehidupannya. Contohnya ketika seseorang akan dibunuh oleh orang lain, maka ia akan berusaha dengan sekuat tenaga untuk menghindari dari orang yang ingin membunuhnya. Selain itu,

⁸Kalupahana, David J, *Filsafat Buddha (Sebuah Analisis Historis)*, hlm. 47.

terdapat keinginan untuk menikmati kesenangan (*sukhakama*) dan penghindaran dari kesakitan (*dukkhapa ikk la*). Keinginan untuk menikmati kesenangan dan menghindari dari kesakitan terdapat dalam diri seseorang. Seseorang tidak akan mau mengalami kesakitan dan selalu menginginkan kesenangan dan kebahagiaan. Motif-motif tersebut meskipun tidak disadari, tetapi dihasilkan dari pandangan keliru terhadap keberadaan manusia. Oleh karena itu, seseorang akan menerima akibat dari perbuatan yang dilakukannya.

Menurut Narada,⁹ ketidak-tahuan (*avijj*) atau tidak memahami segala sesuatu sebagaimana adanya merupakan sebab utama yang menyebabkan karma. Hal tersebut didasarkan pada penjelasan dalam *pa iccasamupp da* (hukum sebab musabab yang saling bergantung). Dengan adanya ketidak-tahuan maka timbullah bentuk-bentuk karma (*avijj paccaya sa kh ra*). Dengan adanya ketidak-tahuan dalam diri seseorang, maka akan melakukan perbuatan tidak baik (*akusala-kamma*). Selain ketidak-tahuan (*avijj*), nafsu keinginan (*ta h*) juga merupakan sebab yang menimbulkan suatu perbuatan (karma). Ketidak-tahuan (*avijj*) dan nafsu keinginan (*ta h*) merupakan akar dari perbuatan jahat atau tidak baik. Seseorang yang diliputi ketidak-tahuan dan nafsu keinginan maka akan melakukan perbuatan yang tidak baik yang akan menimbulkan penderitaan bagi dirinya sendiri.

⁹Narada, *Sang Buddha dan Ajaran-ajaran-Nya*, hlm. 356.

Kaharuddin menjelaskan dua macam *bhava*, yaitu *kammabhava* (proses karma, yaitu bentuk-bentuk karma yang dapat menyebabkan kelahiran kembali) dan *uppatibhava* (proses kelahiran kembali akibat dari bentuk-bentuk karma yang dilakukan). Dalam hal ini, keinginan dan kemelekatan akan menimbulkan *kammabhava*, yaitu proses karma (bentuk-bentuk karma). Sebagai contoh, seseorang yang memiliki keinginan (*ta ha*), yaitu keinginan untuk memiliki perhiasan yang mewah, jika hal tersebut terus-menerus dilakukan maka akan menimbulkan kemelekatan (*upadana*). Keinginan dan kemelekatan terhadap perhiasan mewah membuat seseorang melakukan berbagai bentuk perbuatan. Misalnya, bila tidak memiliki uang untuk membeli perhiasan mewah, maka akan melakukan perbuatan buruk yaitu mencuri uang. Perbuatan yang menimbulkan perwujudan (*bhava*) atau lebih tepatnya *kammabhava* dalam *pa iccasamuppada* disebut sebagai perbuatan sekarang.¹⁰

Di dalam hukum karma dan kelahiran kembali menerangkan beberapa hal sebagai berikut:¹¹

- a. Masalah penderitaan yang menjadi tanggung jawab kita sendiri.
- b. Ketidakadilan di antara sesama makhluk.
- c. Kehadiran para jenius dan bayi ajaib.

¹⁰Kaharudin, Pandit J, *Abhidhammatthasangaha (Jilid I)*, (Jakarta: CV Nitra Kencana Buana. 2004), hlm. 296.

¹¹*ibid.*, hlm. 27-28.

- d. Mengapa kembar identik yang secara fisik sangat mirip, menikmati kesempatan yang sama, dapat mempertunjukkan karakteristik, mental, moral, emosi, dan intelektual yang sangat berbeda.
- e. Perbedaan anak-anak dari satu keluarga, walaupun hukum keturunan dapat menerangkan tentang kesamaan.
- f. Kemampuan luar biasa dari orang-orang tertentu, yang dimilikinya sejak kelahiran.
- g. Bagaimana dalam diri kita ditemukan “timbunan kejahatan dan simpanan kebaikan”.
- h. Timbulnya luapan nafsu yang tak diharapkan pada yang berbudaya tinggi, dan kemungkinan terjadinya perubahan mendadak dari orang jahat menjadi orang suci.
- i. Bagaimana anak jahat terlahir dari orang tua yang saleh dan anak saleh terlahir dari orang tua yang jahat.
- j. Sebab-sebab kematian sebelum waktunya dan perubahan peruntungan yang tidak diharapkan.

Penyebab datangnya kematian karena salah satu sebab sebagai berikut:

1. Habisnya usia hidup
2. Habisnya kekuatan karma penghasil
3. Habisnya usia hidup dan kekuatan karma penghasil
4. Campur tangan suatu karma penghancur.

Empat sebab yang telah dijelaskan di atas, itulah sebab-sebab dari kematian. Di dalam agama Buddha juga dijelaskan ada empat cara kelahiran, yaitu:¹²

1. *Jajabuja-Yoni* : Makhluk yang lahir dari kandungan, seperti manusia, kuda, kerbau dan lain-lain
2. *Andaja-Yoni* : Makhluk yang lahir dari telur, seperti Burung, ayam, bebek dan lain-lain
3. *Sansedaja-Yoni* : Makhluk yang lahir dari kelembaban, seperti nyamuk, ikan dan lain-lain.
4. *Opapatika-Yoni* : Makhluk yang lahir secara spontan, langsung membesar, seperti para dewa, brahma, makhluk neraka, setan dan lain-lain.

Bagi mereka yang diambang kematian, karma yang akan menentukan kelahiran kembali terwujudkan dalam salah satu dari empat cara sebagai berikut:¹³

1. Suatu *karma* yang akan menghasilkan kelahiran kembali di keberadaan kehidupan berikutnya. Contohnya: seseorang yang baik dengan kecenderungan spiritual mungkin mengingat perbuatannya memberikan sumbangan kepada orang miskin, sedangkan orang yang berdarah dingin

¹²*ibid.*, hlm. 126-127.

¹³Bhikkhu Aggacitta, *Mati di sini, Hidup di sana (Peranan Karma dalam Kematian dan kelahiran Kembali)*, (Medan: Bodhi Buddhist Centre Indonesia, 2008), hlm. 33-34.

mungkin mengingat bagaimana dia merencanakan pembunuhan seorang kerabat untuk mewarisi hartanya.

2. Suatu pertanda *karma*, yaitu suatu objek yang berhubungan dengan perbuatan baik ataupun buruk yang akan menentukan kelahiran kembali atau alat yang digunakan untuk melakukan perbuatan tersebut. Contohnya: seseorang yang taat mungkin melihat gambaran seorang *bhikkhu*.
3. Suatu pertanda tujuan, yaitu suatu lambang alam tempat akan terlahirnya orang yang akan mati. Contohnya: seseorang yang akan terlahir di alam surga mungkin mendengarkan musik surgawi, dan seseorang yang akan terlahir di alam neraka mungkin merasakan panasnya api yang sangat mengerikan.
4. *Karma* yang akan menghasilkan kelahiran kembali keberadaan berikutnya tidak tampil sebagai gambaran ingatan tentang sesuatu yang telah dilakukan sebelumnya, melainkan tampil pintu pikiran sehingga seakan-akan perbuatan itu sedang dilakukan pada saat sebelum kematian tersebut. Contohnya: orang yang akan mati tersebut mungkin merasa seakan dia sedang melakukan perbuatan jahat, walaupun perbuatan tersebut telah terjadi bertahun-tahun yang lalu.

Ada tiga cara melakukan suatu perbuatan yang disebut sebagai karma:¹⁴

1. Dengan perbuatan badan yang disebut *kayakamma*.

¹⁴Mehm Tsin Mon, *Karma Pencipta Sesungguhnya*, (Bogor: Yayasan Hadaya Vatthu, Cet ke V Oktober 2011), hlm. 107.

2. Dengan perbuatan ucapan yang disebut *vacikamma*.
3. Dengan perbuatan mental yang disebut *manokamma*.

Badan, kepala, tangan dan bibir tidak bisa bergerak sendiri, mereka ini digerakkan oleh batin melalui kelompok materi yang dihasilkan oleh kesadaran (*cittaja rupa*). Maka, hanya batinlah yang sesungguhnya melakukan ketiga jenis tindakan tersebut.

Cara yang dipakai untuk munculnya karma disebut pintu karma (*Kamma-dvara*), terdapat tiga pintu yaitu:¹⁵

1. Pintu Jasmani atau *Kayadvava*, yaitu gerakan jasmani khusus yang disebut *kayavinnatti* dimana perbuatan jasmani terjadi.
2. Pintu Mulut atau *Vacidvara*, yaitu gerakan mulut yang menghasilkan ucapan yang disebut *vacivinnatti*.
3. Pintu Pikiran atau *Manodvara*, yaitu semua kesadaran mengacu pada perbuatan berpikir itu muncul.

Ada tiga jenis karma berdasarkan pintu karma, yaitu:¹⁶

- a. Perbuatan dengan Jasmani atau *Kayakamma*, biasanya dilakukan oleh gerakan badan khusus atau isyarat badan.
- b. Perbuatan Berucap atau *Vacikamma*, biasanya dilakukan oleh isyarat ucapan.

¹⁵*ibid.*, hlm. 123.

¹⁶*ibid.*,

- c. Perbuatan Berpikir atau *Manokamma*, biasanya dilakukan di dalam pikiran dan oleh pikiran.

Ada tiga macam perbuatan buruk yang terdiri dari, tiga perbuatan dengan jasmani, empat perbuatan dengan ucapan, tiga perbuatan dengan pikiran. Masing-masing perbuatan itu dikenali dari kehendak yang mengawali suatu usaha untuk melaksanakan masing-masing perbuatan. Karakteristik sebuah perbuatan utuh adalah karma yang di-akibatkannya mempunyai kemampuan untuk muncul dalam peran kelahiran kembali, yaitu peran karma berdaya-hasil (*janaka-kamma*) sebagai berikut:¹⁷

- a. Tiga Perbuatan Dengan Jasmani Yang Buruk, yaitu:

- 1) *Panatipata* adalah membunuh makhluk hidup
- 2) *Adinnadana* adalah mencuri atau mengambil milik orang lain dengan melanggar hukum.
- 3) *Kamesumicchacara* adalah perbuatan asusila dan penyalahgunaan seksual.

- b. Empat Perbuatan Dengan Ucapan Yang Buruk, yaitu:

- 1) *Musavada* adalah berdusta atau berkata bohong.
- 2) *Pisunavaca* adalah memfitnah
- 3) *Pharusavaca* adalah berucap dengan kasar atau kata-kata kasar
- 4) *Samphappalapa* adalah berkata sia-sia dan tidak berguna.

¹⁷*ibid.*,

c. Tiga Perbuatan Dengan Pikiran Yang Buruk, yaitu:

- 1) *Abhijja* adalah iri hati
- 2) *Vyapada* adalah keinginan jahat atau berharap untuk mencelakakan makhluk lain
- 3) *Micchaditthi* adalah pandangan salah, menganggap karma dan akibatnya tidak ada.¹⁸

Ada tiga macam perbuatan baik yang terdiri dari, tiga perbuatan dengan jasmani, empat perbuatan dengan ucapan, tiga perbuatan dengan pikiran. Masing-masing perbuatan itu dikenali dari kehendak yang mengawali suatu usaha untuk melaksanakan masing-masing perbuatan sebagai berikut:¹⁹

a. Tiga Perbuatan Baik Jasmani, yaitu:

- 1) *Panatipata-virati* adalah menghindari membunuh.
- 2) *Adinnadana-virati* adalah menghindari mencuri.
- 3) *Kamesumicchacara-virati* adalah menghindari perbuatan asusila

b. Empat Perbuatan Baik Ucapan, yaitu:

- 1) *Musavada-virati* adalah menghindari berdusta.
- 2) *Pisunavaca-virati* adalah menghindari memfitnah
- 3) *Pharusavaca-virati* adalah menghindari berkata kasar.
- 4) *Samphappalapa-vitari* adalah menghindari berkata tidak berguna.

¹⁸*ibid.*,

¹⁹*ibid.*,

c. Tiga Perbuatan Baik Pikiran, yaitu:

- 1) *Abhijja* adalah tidak menginginkan milik orang lain.
- 2) *Avyapada* adalah keinginan baik atau tidak adanya niat jahat.
- 3) *Sammaditthi* adalah pandangan benar yang percaya akan karma dan akibatnya.²⁰

Sepuluh dasar perbuatan baik (*Punnakriya Vatthu*) yang harus dilakukan karena akan membuahkan hasil yang sangat besar, yaitu:²¹

1. *Dana* yaitu bermurah hati
2. *Sila* yaitu moral yang baik atau melaksanakan lima sila, delapan sila, sepuluh sila
3. *Bhavana* yaitu meditasi ketenangan dan meditasi pandangan terang
4. *Apacayana* yaitu menghormati kepada yang lebih tua
5. *Veyavacca* yaitu melayani dalam perbuatan baik
6. *Pattidana* yaitu pelimpahan jasa
7. *Pattanumodana* yaitu bergembira atas kebaikan yang dilakukan orang lain
8. *Dhammassavana* yaitu mendengarkan *Dhamma*
9. *Dhammadesana* yaitu mengajarkan *Dhamma*
10. *Ditthijjukamma* yaitu meluruskan pandangan salah seseorang atau mempunyai pandangan benar.

²⁰*ibid.*,

²¹*ibid.*,

Kesepuluh dasar perbuatan baik diatas dapat dikelompokkan menjadi tiga, yaitu:

- a. Kelompok *Dana* : *dana, pattidana, pattanumodanna*.
- b. Kelompok *Sila* : *silā, appacayana, veyavacca*.
- c. Kelompok *Bhavana* : *bhavana, dhammassavana, dhammadesana, ditthijjukamma*.

Dari berbagai jenis karma yang membuahkan hasil, Sang Buddha membagi karma menjadi empat kelompok masing-masing empat karma sebagai berikut:²²

1. Empat jenis karma berkenaan dengan fungsi
2. Empat jenis karma menurut prioritas dalam membuahkan hasil
3. Empat jenis karma berkenaan dengan waktu membuahkan hasil
4. Empat jenis karma berkenaan dengan tempat dimana hasilnya muncul

a. Empat Jenis Karma Berkenaan Dengan Fungsi

- 1) *Janaka kamma* (karma yang bisa menghasilkan kehidupan baru)

Karma ini adalah karma yang kuat yang bisa menghasilkan sebuah kehidupan baru. Kesadaran atau pikiran muncul silih berganti terus menerus dalam satu rangkaian yang tidak putus. Kesadaran hasil yang pertama bertindak sebagai “kesadaran kelahiran kembali”, kesadaran yang berikutnya

²²*ibid.*,

sebagai “kesadaran kelangsungan kehidupan”, dan kesadaran yang terakhir sebagai “kesadaran kematian”.²³

Kalau karma berdaya-hasilnya adalah kesadaran alam nafsu indera yang baik, kehidupan yang baru bisa muncul di alam manusia atau salah satu alam bahagia yang disebut alam dewa. Kalau karma berdaya-hasilnya adalah buruk, kehidupan barunya adalah disalah satu tempat alam sengsara, dan seterusnya.

2) *Upatthambhaka kamma* (karma pendukung)

Untuk orang yang terlahir di alam bahagia dengan dukungan karma berdaya-hasil yang baik, semua karma baik itu akan muncul bersama di arus batinnya akan bertindak sebagai karma pendukung, sedangkan semua karma buruk di arus batinnya akan bertindak sebagai karma penghalang.

3) *Upapilaka kamma* (karma penghalang)

Ketika seseorang melakukan perbuatan baik terus-menerus, kumpulan karma baiknya menjadi kuat dan mereka bisa menekan karma buruk untuk tidak berkesempatan membuahkan hasil. Tetapi, ketika orang itu menjadi lupa berbuat baik karena sibuk menikmati kemewahan hidup dari kelimpahannya dan karma buruknya meningkat karena tingkah lakunya yang tidak bijaksana, kumpulan karma buruknya menjadi cukup kuat untuk menekan karma baiknya dalam membuahkan hasil.

²³*ibid.*,

4) *Upaghataka kamma* (karma penghancur dan membuahkan hasilnya sendiri)

Karma penghancur bisa karma baik ataupun karma buruk yang menggantikan karma lainnya yang lebih lemah, menghalanginya dalam membuahkan hasil. Sebagai contoh, seseorang mungkin saja melalui karma berdaya hasilnya itu ditakdirkan berumur panjang, tetapi karma penghancurnya mungkin muncul dan membawa kematian waktu muda dengan cara kecelakaan dan lain-lain.

b. Empat jenis karma menurut prioritas dalam membuahkan hasil

Semua karma di arus batin dikategorikan sebagai empat jenis berdasarkan hak yang lebih tinggi dalam memerankan tugasnya yang menghasilkan kelahiran kembali kehidupan berikutnya.²⁴

1) *Garuka Kamma* (Karma Berat)

Karma berat adalah dari kuatnya perbuatan yang tidak bisa dihentikan dengan karma lain sebagai penentu kelahiran berikutnya. Karma berat yang buruk adalah lima kejahatan yang keji (*Pancanantriya kamma*) dan pandangan salah yang permanen (*Niyata-micchaditthi*).

Lima kejahatan yang keji adalah:

1. *Pitughataka Kamma* (membunuh ayah)
2. *Matughataka Kamma* (membunuh ibu)

²⁴*ibid.*,

3. *Arahantaghataka Kamma* (membunuh seorang arahat)
4. *Lohituppadaka Kamma* (melukai Sang Buddha)
5. *Samghabhedaka Kamma* (menyebabkan perpecahan di Sangha)

Kejahatan menjadi lebih keji sesuai dengan urutan di atas. Siapa pun yang melakukan salah satu dari kejahatan ini pasti akan masuk ke neraka ketika mati. Kalau seseorang mencapai *jhana* dan kemudian melakukan salah satu dari lima kejahatan keji, maka karma baiknya akan dimusnahkan dengan tindakan jahatnya, dan tindakan jahat ini akan menyebabkan kelahiran kembali di neraka.

2) *Asana Kamma* (Karma Menjelang Kematian)

Karma menjelang kematian adalah karma baik ataupun buruk yang kuat dilakukan. Kalau seseorang dengan karakter buruk melakukan perbuatan baik sesaat sebelum meninggal atau mengingat perbuatan baik yang dilakukannya pada saat-saat terakhirnya, dia akan menerima kelahiran kembali yang menguntungkan dan juga sebaliknya. Meskipun orang jahat bisa mendapatkan kelahiran kembali yang bahagia karena karma menjelang kematian yang baik, ini tidak berarti dia akan lolos dari hasil-hasil perbuatan buruk yang sudah dilakukan selama masa hidupnya.

3) *Acinna Kamma* (Karma Kebiasaan)

Karma kebiasaan adalah perbuatan baik atau buruk yang dilakukan seseorang secara terus menerus. Kalau seseorang menjalankan ajaran moral

setiap hari dan merenungkan moralitasnya yang murni dengan teratur, pengamatannya pada moralitas menjadi karma kebiasaan baiknya.

4) *Katatta Kamma* (Karma Yang Tak- Tentu)

Karma yang tak-tertentu adalah perbuatan apa saja, yang tidak termasuk dalam kategori-kategori yang sebelumnya, yang sudah dilakukan sebelumnya dan sudah dilupakan, tapi yang cukup kuat untuk menghasilkan kelahiran kembali.

c. Empat jenis karma berkenaan dengan waktunya membuahakan hasil²⁵

1) *Ditthadhamma vedaniya kamma* (karma yang efektif seketika)

Karma ini bisa menjadi matang dan membuahakan hasilnya di kehidupan sekarang. Sebagai contoh, seseorang melakukan perbuatan kriminal seperti mencuri, pemerkosa, pembunuh dihukum dan dimasukkan kepenjara. Mereka harus menderita akibat perbuatan buruk pada kehidupan ini.

2) *Upapajjavedaniya kamma* (karma yang efektif kemudian)

Karma ini bisa menjadi matang dan membuahakan hasilnya di kehidupan berikutnya.

3) *Aparapariyavedaniya kamma* (karma yang efektif tak-tentu)

Karma ini bisa matang kapan saja dari kehidupan kedua berikutnya sampai kehidupan terakhir ketika seseorang mencapai arahat, dan karma ini bisa membuahakan hasil kalau ada kesempatan untuk muncul. Karma

²⁵*ibid.*,

ini tidak pernah mati selama lingkaran tumimbal-lahir masih tetap berlanjut.

4) *Ahosi kamma* (karma yang mati)

Karma yang efektif seketika, karma yang efektif kemudian dan karma yang efektif tak-tentu, yang tidak mempunyai kesempatan untuk membuahkkan hasil selama batas waktu tertentu maka akan menjadi mati atau tidak efektif lagi.

d. Empat jenis karma berkenaan dengan kedudukannya²⁶

1) *Akusala kamma* (karma buruk)

Karma ini berhubungan dengan kedua belas jenis pikiran buruk dan karma-karma yang masih ada di dalam arus batin disebut karma buruk.

2) *Kamavacara kusala kamma* (karma baik alam nafsu-indera)

Karma ini berhubungan dengan kedelapan karma baik di alam nafsu-indera.

3) *Rupavacara kusala kamma* (karma baik alam materi-halus)

Karma ini berhubungan dengan kelima kesadaran baik di alam materi-halus.

4) *Arupavacara kusala kamma* (karma baik alam tak-bermateri)

Karma ini berhubungan dengan keempat kesadaran baik di alam tak-bermateri.

Proses kelahiran kembali ini terdapat di dalam 31 alam kehidupan yaitu tempat berdiamnya makhluk-makhluk. Jika seseorang yang belum menjadi Arahant

²⁶*ibid.*,

(orang suci) itu meninggal dunia, maka ia akan dilahirkan dalam salah satu alam dari tiga puluh alam kehidupan sesuai karmanya.

Tiga puluh alam kehidupan terbagi atas tiga kelompok, yaitu:²⁷

1. Kama-Bhumi sebelas : sebelas alam kehidupan yang makhluk-makhluknya masih senang dengan nafsu indera dan terikat dengan panca indera.
2. Rupa-Bhumi enam belas : enam belas alam kehidupan yang makhluk-makhluknya mempunyai *Rupa-Jhana*.
3. Arupa-Bhumi empat : empat alam kehidupan yang makhluk-makhluknya mempunyai *Arupa-Jhana*.

Dengan demikian, kama-bhumi sebelas dikelompokkan menjadi beberapa bagian, yaitu:

1. Kama-Bhumi sebelas adalah :²⁸

a. *Apaya-Bhumi* empat (empat alam kehidupan yang menyedihkan yang dipandang sebagai keadaan batin dan sebagai tempat), yaitu:

1. *Niraya-Bhumi* (alam neraka), yaitu keadaan yang menyedihkan tempat para makhluk menebus karma buruk mereka. Ini bukan neraka yang kekal dimana para makhluk menderita tanpa akhir. Setelah habisnya karma buruk ada suatu kemungkinan bagi makhluk-makhluk yang lahir dalam keadaan seperti ini untuk

²⁷Pandi J. Kaharuddin, *Abhidhammatthasangaha Jilid Satu*, (Jakarta Pusat: CV. Nitra Kencana Buana, 1989), hlm. 1.

²⁸*ibid.*, hlm. 2-11.

dilahirkan kembali dalam keadaan yang penuh kebahagiaan sebagai hasil dari perbuatan-perbuatan baik mereka yang lalu.

Perbuatan yang dapat mengakibatkan kelahiran di alam neraka adalah: suka membunuh, suka korupsi, anti agama yaitu tidak percaya pada hukum karma, membunuh orang tua dan arahat (orang suci), menggugurkan kandungan, suka berzina.

2. *Tiracchana-Bhumi* (alam binatang), yaitu menurut umat Buddha, bahwa makhluk-makhluk dilahirkan sebagai binatang-binatang karena karma buruk. Ada kemungkinan binatang-binatang dilahirkan sebagai manusia akibat karma baik yang telah dilakukan dimasa lalu.

Karma seseoranglah yang menentukan sifat dari bentuk wujud seseorang yang berbeda-beda menurut kebajikan atau ketidakbajikan tindakan seseorang. Makhluk-makhluk ini tidak memiliki tempat yang khusus.

3. *Peta-Bhumi* (alam setan), disebut alam setan karena makhluk yang diam di alam ini jauh dari kesenangan dan kebahagiaan. Makhluk setan ini terbagi dari beberapa kelompok-kelompok setan yang disebut Peta empat, Peta dua belas, Peta dua puluh satu sebagai berikut:

a. Peta empat, yaitu:

- 1) *Paradattupajivika-Peta* : setan yang memelihara hidupnya dengan memakan yang disuguhkan orang dalam upacara sembahyang.
 - 2) *Khupapipasika-Peta*: setan yang selalu lapar dan haus
 - 3) *Nijjhamatanhika-Peta*: setan yang selalu kepanasan
 - 4) *Kalakancika-Peta*: setan yang sejenis Asura
- b. Peta dua belas, yaitu:
- 1) *Vantasa-Peta* : setan yang memakan air ludah, dahak dan muntah
 - 2) *Kunapasa-Peta* : setan yang memakan mayat manusia dan binatang
 - 3) *Guthakhadaka-Peta* : setan yang memakan berbagai macam kotoran
 - 4) *Aggijalamukha-Peta* : setan yang dimulutnya selalu ada api
 - 5) *Sucimuja-Peta* : setan yang mulutnya sekecil lobang jarum
 - 6) *Tanhattita-Peta* : setan yang dikendalikan tanha (nafsu) sehingga selalu lapar dan haus
 - 7) *Sunijjhamaka-Peta* : setan yang bertubuh hitam seperti arang
 - 8) *Suttanga-Peta* : setan yang mempunyai kuku, tangan dan kaki yang panjang dan setajam pisau
 - 9) *Pabbatannga-Peta* : setan yang bertubuh setinggi gunung

- 10) *Ajagaranga-Peta* : setan yang bertubuh seperti ular
- 11) *Vemanika-Peta* : setan yang menderita diwaktu siang, dan senang diwaktu malam dalam kahyangan.
- 12) *Mahidadhika-Peta* : setan yang mempunyai kekuatan ilmu gaib.

c. Peta dua puluh satu, yaitu :

- 1) *Atthisankhasika-Peta* : setan yang mempunyai tulang bersambung tetapi tidak mempunyai daging.
- 2) *Mansapesika-Peta* : setan yang mempunyai daging terpecah-pecah tetapi tidak mempunyai tulang
- 3) *Mansapinada-Peta* : setan yang mempunyai daging berkeping-keping
- 4) *Nicachaviparisa-Peta* : setan yang tidak mempunyai kulit
- 5) *Asiloma-Peta* : setan yang berbulu hitam
- 6) *Sattiloma-Peta* : setan yang berbulu seperti tombak
- 7) *Usuloma-Peta* : setan yang berbulu panjang seperti anak panah
- 8) *Suciloma-Peta* : setan yang berbulu seperti jarum
- 9) *Dutiyasuciloma-Peta* : setan yang berbulu seperti jarum jenis kedua

- 10) *Kumabhanda-Peta* : setan yang mempunyai buah kemaluan yang sangat besar
- 11) *Guthakupanimugga-Peta* : setan yang bergelimangan dengan kotoran
- 12) *Guthakhadaka-Peta* : setan yang makan kotoran
- 13) *Nicachavitaka-Peta* : setan perempuan yang tidak mempunyai kulit
- 14) *Dugagandha-Peta* : setan yang berbau sangat busuk
- 15) *Ogilini-Peta* : setan yang badannya seperti bara api
- 16) *Asisa-Peta* : setan yang tidak mempunyai kepala
- 17) *Bhikkhu-Peta* : setan yang berbadan seperti Bhikkhu
- 18) *Bhikkhuni-Peta* : setan yang berbadan seperti Bhikkhuni
- 19) *Sikkhamana-Peta* : setan yang berbadan seperti pelajar wanita atau calon *Bhikkhuni*
- 20) *Samanera-Peta* : setan yang berbadan seperti Samanera
- 21) *Samaneri-Peta* : setan yang berbadan seperti Samaneri.
- 22) *Asurakaya-Bhumi* (alam Raksasa Asura) alam ini disebut alam raksasa asura karena makhluk yang diam di alam ini jauh dari kemuliaan, kebebasan, dan kesenangan.

Makhluk yang disebut asura dapat dikelompokkan menjadi tiga bagian sebagai berikut:

1. *Dewa-Asura* : kelompok Dewa yang disebut Asura
2. *Peta-Asura* : kelompok setan yang disebut Asura
3. *Niraya-Asura* : kelompok makhluk Neraka yang disebut Asura
4. *Asurakaya-Bhumi* : alam raksasa asura

b. *Kamasugati-Bhumi* tujuh (alam kehidupan yang menyenangkan atau keadaan bahagia), yaitu:²⁹

- 1) *Manussa-Bhumi* : alam manusia

Suatu alam disebut alam manusia karena manusia ini mengetahui mana yang baik dan mana yang buruk, yang berguna dan tidak berguna, dan lain-lain. Para Bodhisatta memilih alam manusia karena alam ini adalah tempat terbaik untuk mengabdikan pada dunia dan memenuhi persyaratan kebuddhaan. Para Buddha selalu dilahirkan sebagai manusia.

- 2) *Catummaharajika-Bhumi* : alam empat Dewa Raja

Ini merupakan alam surga yang paling rendah tempat Dewa-dewa Pelindung dari cakrawala bertempat tinggal dengan para pengikutnya. Di alam ini terdapat empat Dewa Raja, yaitu

1. *Davadhatarattha*
2. *Davavirulaka*
3. *Davavirupakkha*

²⁹Ven. Narada Mahathera, *Sang Buddha dan Ajaran-ajarannya*, (Jakarta: Yayasan Dhammadipa Arama, 1997), hlm. 131-132.

4. *Davakuvera*

Alam empat Raja Dewa terbagi menjadi tiga kelompok, sebagai berikut:

1. *Bhumamattha-Devata* : para Dewa yang bertempat tinggal di atas tanah. Seperti di gunung, sungai laut, rumah dan lain-lain.
2. *Rukakhattha-Devata* : para Dewa yang bertempat tinggal di atas pohon. Dewa ini dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok Dewa yang mempunyai kayangan di atas pohon, dan kelompok Dewa yang tidak mempunyai kayangan di atas pohon.
3. *Akasattha-Devata* : para Dewa yang bertempat tinggal di Angkasa, seperti di bulan, di bintang, planet dan lain-lain.
4. *Tavatimsa-Bhumi* : alam tiga puluh tiga Dewa

Ini adalah alam surga dari tiga puluh tiga Dewa dengan Dewa Sakka sebagai Rajanya. Disebut alam tiga puluh tiga Dewa karena dahulunya ada tiga puluh tiga orang yang selalu berbuat baik kepada orang, seperti bersama-sama membantu fakir miskin, bersama-sama membangun Vihara dan lain-lain. Karena mereka telah berbuat baik, maka mereka dilahirkan di alam surgawi ini, yaitu

- a. *Yama-Bhumi* : alam Dewa Yama

Disebut alam Dewa Yama karena alam ini terbebas dari kesulitan, yang ada hanya kesenangan.

- b. *Tusita-Bhumi* : alam kenikmatan

Disebut alam kenikmatan karena para Dewa yang tinggal di alam ini terbebas dari kepanasan hati, yang ada hanya kesenangan dan kenikmatan.

c. *Nimmanarati-Bhumi* : alam Dewa yang menikmati ciptaannya

Disebut alam Dewa yang menikmati ciptaannya karena Para Dewa yang tinggal di alam ini menikmati kesenangan di dalam Istana hasil ciptakannya.

d. *Paranimmita-vasavatti-Bhumi* : alam Dewa yang membantu menyempurnakan ciptaan dari Dewa-dewa lainnya.

Disebut alam ini karena para Dewa yang tinggal di alam ini tidak hanya menikmati hasil ciptaannya, melainkan mereka juga membantu Dewa-dewa lain menyempurnakan ciptaannya dan bermanfaat untuk tujuan-tujuan mereka.

2. Rupa-Bhumi enam belas (enam belas alam kehidupan yang makhluk-makhluknya mempunyai Rupa-Jhana, yaitu tempat tinggal Rupa-Brahma), yaitu :³⁰

a. *Pathama Jhana Bhumi tiga* (tiga Alam Kehidupan Jhana Pertama), yaitu:

1) *Brahma Parisajja-Bhumi* : alam dari pengikut-pengikut Brahma

2) *Brahma Purohita-Bhumi* : alam dari para menterinya Brahma

³⁰Pandi J. Kaharuddin, *Abhidhammatthasangaha Jilid Satu*, hlm. 12-13.

3) *Maha Brahma-Bhumi* : alam dari Para Brahma Yang Agung.

Alam yang tertinggi dari ketiga yang diatas adalah *Maha Brahma* karena penghuni ala ini melebihi yang lain dalam kebahagiaan, keindahan, dan batas usia karena kebaikan hakiki dari perkembangan batin mereka.

b. *Dutiya Jhana Bhumi* Tiga (Tiga Alam Kehidupan Jhana Kedua), yaitu :

1) *Brahma Parittabha-Bhumi* : alam para Brahma yang kurang cahayanya

2) *Brahma Appamanabha-Bhumi* : alam para Brahma yang cahayanya tak terbatas

3) *Brahma Abhassara-Bhumi* : alam para Brahma dengan cahaya yang bersinar

c. *Tatiya Jhana Bhumi* Tiga (Tiga Alam Kehidupan Jhana Ketiga), yaitu :

1) *Brahma Parittasubha-Bhumi* : alam para Brahma yang kurang auranya

2) *Brahma Appamanasubha-Bhumi* : alam para Brahma yang tak terbatas auranya.

3) *Brahma Subhakinha-Bhumi* : alam para Brahma yang auranya penuh dan tetap.

d. *Catuttha Jhana Bhumi Tujuh* (Tujuh Alam Kehidupan Jhana Ke Empat)

1) *Brahma Vehapphala-Bhumi* : alam para Brahma dengan pahala yang besar

2) *Brahma Asannasatta-Bhumi* : alam para Brahma yang tanpa pikiran atau kosong dari kesadaran

3) *Suddhavasa-Bhumi* : tempat kediaman sejati yang lebih lanjut.

Dari alam Kehidupan Jhana ke empat ini, terdapat lima tempat kediaman sejati yang lebih tinggi, yaitu :

a. *Brahma Aviha-Bhumi* : alam para Brahma yang bertahan lama

b. *Brahma atappa-Bhumi* : alam para Brahma yang tentram

c. *Brahma Sudassa-Bhumi* : alam para Brahma yang indah

d. *Brahma Sudassi-Bhumi* : alam para Brahma dengan pandangan yang terang.

e. *Brahma Akanittha-Bhumi* : alam para Brahma yang Tinggi.

Hanya mereka yang telah melatih Jhana atau Kegembiraan yang Luar Biasa dapat dilahirkan di Alam-alam yang lebih tinggi ini. Mereka yang telah mengembangkan Jhana pertama maka dilahirkan di Alam Pertama, mereka yang telah mengembangkan Jhana kedua maka dilahirkan di Alam Kedua, mereka yang telah mengembangkan Jhana ketiga maka dilahirkan di Alam Ketiga dan seterusnya.

3. Arupa Bhumi Empat (Empat kehidupan yang makhluknya mempunyai Arupa-Jhana), yaitu:³¹

a. *Akasanancayatana-Bhumi* : keadaan dari konsep ruang yang tak terbatas

³¹*ibid.*, hlm. 14

- b. *Vinnanacayatana-Bhumi* : keadaan dari konsep kesadaran tanpa batas
- c. *Akincannayatana-Bhumi* : keadaan dari konsep kekosongan
- d. *Nevasanna nasannayatana-Bhumi* : keadaan dari konsep tiada persepsi maupun tiadanya tidak persepsi.

C. Tujuan Punarbhava

Nibbana adalah kebahagiaan tertinggi, suatu keadaan kebahagiaan abadi yang luar biasa. Kebahagiaan Nibbana tidak dapat dialami dengan memanjakan indera, tetapi dengan memadamkannya.

Nirwana dari bahasa Sanskerta, Nirva a dari bahasa Pali dan Nibbana dari bahasa Tionghoa. Nirvana terdiri dari kata ‘Ni’ dan ‘Vana’, Ni adalah suatu unsur negatif dan Vana adalah jalinan atau keinginan. Keinginan ini bertindak sebagai suatu tali yang menghubungkan satu kehidupan dengan kehidupan yang lain.³²

Dalam ajaran agama Buddha, Nirwana atau Nirvana sering disebut Nibbana karena ada suatu perpisahan dari suatu nafsu keinginan. Selama seseorang terikat dengan Keinginan, orang tersebut menambah perbuatan yang menghasilkan Karma baru yang pasti terwujud dalam bentuk seseorang atau bentuk yang lain dalam lingkaran kelahiran dan kematian yang terus menerus. Bila semua bentuk keinginan dihilangkan, daya kemampuan Karma berhenti, dan seseorang mencapai Nibbana akan terlepas dari lingkaran kelahiran dan kematian.

³² *Ibid.,*

Nibbana dapat dicapai dalam kehidupan sekarang ini jika Sang Pencari mempersiapkan dirinya untuk itu. Ajaran Buddha tidak menyatakan bahwa tujuan akhir itu hanya dapat dicapai dalam kehidupan sesudahnya. Ketika Nibbana disadari dalam hidup ini dengan tubuh masih ada, hal ini disebut *Sopadisesa Nibbana*.³³ Bila seorang Arahant mencapai Parinibbana setelah hancurnya tubuh tanpa suatu sisa dari kehidupan jasmani, maka disebut *Anupadisesa Nibbana*. Nibbana juga diterangkan sebagai pemadaman api nafsu keinginan (*Lobha*), kebencian (*Dosa*), dan khayalan (*Moha*).

Saat keadaan tertinggi itu tercapai, seseorang akan memahami sepenuhnya hidup keduniawian yang sekarang ini dan dunia ini akan berhenti menjadi objek nafsu. Orang akan menyadari kesedihan, ketidak kekal dan ketiadaan diri yang hidup dan yang tidak hidup. Semua kecemasan, kesengsaraan, gangguan, beban, penyakit fisik dan mental, dan emosi akan berakhir setelah mencapai keadaan kebahagiaan (*Nibbana*).

Cara untuk mencapai Nibbana adalah dengan mempraktekkan sendiri Jalan Mulia Berunsur Delapan, yaitu:³⁴

1. Pengertian Benar (*Samma ditthi*)
2. Pikiran Benar (*Samma sankappa*)
3. Ucapan Benar (*Samma vaca*)
4. Perbuatan Benar (*Samma kammanta*)

³³ *Sa* artinya dengan, *Upadi* artinya kumpulan-pikiran dan jasmani, *Sesa* artinya sisa

³⁴ *ibid.*,

5. Penghidupan/Mata Pencaharian Benar (*Samma ajiva*)
6. Usaha/Daya Upaya Benar (*Samma vayama*)
7. Perhatian Benar (*Samma sati*)
8. Konsentrasi/Meditasi Benar (*Samma samadhi*)

Dua yang pertama digolongkan sebagai kebijaksanaan (*Panna*), tiga berikutnya sebagai Kesusilaan (*sila*), dan tiga terakhir sebagai Konsentrasi (*Samadhi*).