Seri Dasar-Dasar Buddhis yang Kerap Disalahpahami No. 4

MENGENAI KELAHIRAN

Buddhadāsa Bhikkhu

TENTANG KELAHIRAN

Buku ini berisi Dharma, ajaran Buddha.
Setelah selesai dibaca, simpanlah di tempat yang terhormat. Semoga Dharma senantiasa melindungi keluarga Anda.

Buddhadāsa Bhikkhu

TENTANG KELAHIRAN

Penerbit Dian**Dharma**

Seri Dasar-dasar Buddhis yang Kerap Disalahpahami No. 4

Tentang Kelahiran

Judul asli: Concerning Birth
oleh Buddhadāsa Bhikkhu
Diterjemahkan dari bahasa Thailand ke bahasa Inggris oleh Dhammavidū Bhikkhu
Edisi elektronik telah direvisi oleh Santikaro
Diterbitkan oleh The Buddhadāsa Indapañño Archives melalui upaya kolaboratif dari jaringan relawan dan dengan dukungan dari The Buddhadāsa Foundation, Maret 2016

© Buddhadāsa Foundation

Penerjemah:
Penyunting:
Setting dan Layout: Indra

Diterbitkan oleh:
Penerbit Dian Dharma
Jl. Mangga I Blok F No. 15, Duri Kepa
(Greenville-Tanjung Duren Barat) Jakarta Barat 11510
Telp. & Fax. (021) 5674104
Hp. & WA: 081 1150 4104
Email: penerbit@diandharma.com
Fanpage: Dian Dharma Book Club

Untuk Donasi:
Bank Central Asia KCP Cideng Barat
No. 397 301 9828
a.n. Yayasan Triyanavardhana Indonesia
Bukti pengiriman dana
dapat dikirim melalui Email atau WA

Galeri Penerbit Dian Dharma
Jl. Mangga I Blok F No. 15

Anumodanā

Kepada semua Sahabat Dhamma, mereka yang membantu menyebarkan Dhamma:

Keluarkan dana untuk menyebarkan Dhamma agar Kepercayaan yang Setia mengalir,

Siarkan Dhamma yang agung untuk memancarkan kegembiraan sepanjang masa.

Umumkan Dhamma yang tak tertandingi untuk memanfaatkan mata air Kebajikan,

Biarkan kesenangan penuh kedamaian mengalir seperti aliran gunung yang sejuk.

Daun Dhamma bertahun-tahun bertunas lagi, menjangkau,

Terungkap dan mekar di Pusat Dhamma di semua kota.

Untuk menyebarkan Dhamma yang berkilauan dan menanamnya di dalam hati yang dimuliakan,

Tak lama kemudian, gulma kesedihan, rasa sakit, dan penderitaan akan pergi.

Saat Kebajikan hidup kembali dan bergema di seluruh masyarakat Thailand,

Semua hati merasakan cinta kasih terhadap mereka yang lahir, menua, dan sekarat.

Selamat dan Berkah untuk semua Sahabat Dhamma,

Anda yang berbagi Dhamma untuk memperluas sukacita kemakmuran rakyat.

Penghargaan yang paling tulus dari Buddhadāsa Indapañño,

Ajaran Buddha senantiasa memancarkan sinar Bodhi yang abadi.

Dalam pelayanan penuh syukur, buah jasa dan kesuksesan yang bajik,

Semua dikhususkan untuk menghormati Buddha.

Demikianlah semoga rakyat Thailand menjadi terkenal karena Kebajikan mereka,

Semoga kesuksesan sempurna melalui ajaran Buddha membangkitkan hati mereka.

Semoga Raja dan Keluarganya panjang umur dalam kekuatan nan jaya,

Semoga sukacita bertahan lama di seluruh dunia kita di atas bumi ini.

dari

Buddhadāsa Indapañño

Mokkhabalārāma

Chaiya, 2 November 2530 (1987)

(diterjemahkan oleh Santikaro Bhikkhu)

Anumodanā

Dhammavidū (Kenneth Croston) adalah seorang pemuda Inggris, setelah ditahbiskan sebagai seorang biksu, dia tinggal selama tujuh belas tahun di Dhammadūta Hermitage of Suan Mokkh Nanachat (International). Dia tertarik dan kemudian belajar bahasa Thailand hingga mahir. Secara khusus dia mencurahkan waktunya untuk mempelajari karya-karya Buddhadāsa, terutama seri-seri buku Dhammaghosana (Kumandang Dhamma) yang menarik perhatiannya. Setelah membaca menyeluruh seri buku Dhammaghosana, dia menyadari bahwa nilai Dhamma yang diungkapkan oleh Ajahn Buddhadāsa sebagai sesuatu yang jarang ditemukan dan dapat memberi manfaat nyata. Siapa pun yang mau membaca karya Ajahn

Buddhadāsa dan mempraktikkan apa yang mereka baca akan mampu menyelesaikan masalah yang mereka hadapi, yaitu berlatih untuk mengakhiri *dukkha*. Oleh karena itu, Dhammavidū memutuskan untuk menerjemahkan apa yang dia dapati dari karya Ajahn Buddhadāsa ke dalam bahasa Inggris. Sekarang ini, beberapa seri sudah selesai diterjemahkan, beberapa di antaranya telah diterbitkan, sementara yang lain sedang menunggu publikasi. Buddhadāsa Foundation menilik bahwa seri buku Dhammaghosana (Dasar-Dasar Buddhis yang Kerap Disalahpahami) ini harus segera dicetak, yang berisi panduan praktik, membahas berbagai topik penting, seperti *idappaccayatā*, *suññatā*, dan sebagainya.

Saya sebagai Presiden Buddhadāsa Foundation ingin mengucapkan terima kasih dan *anumodanā* kepada Dhammavidū, yang dengan keyakinan dan ketekunan, berupaya menerjemahkan buku-buku ini ke dalam bahasa Inggris.

Saya berharap bahwa publikasi buku ini akan bertahan lama, berharga, dan bermanfaat bagi para pembaca.

Dhamma, Berkah, dan Mettā

Buddhadhammo Bhikkhu
21 April 2558 (2015)

Kata Pengantar Penerjemah
(dari bahasa Thailand ke bahasa Inggris)

Buddhadāsa memberikan perhatian khusus terhadap konsep "kelahiran" sebagai kelahiran "ego", bentuk mental dari kelahiran. Beliau menggunakan istilah "kelahiran berulang" sesekali, tetapi tidak pernah dalam makna biasanya, yaitu, untuk menggambarkan sesuatu yang terjadi dari kehidupan fisik ke kehidupan fisik—"lingkaran kelahiran berulang" yang begitu dipegang teguh oleh para kaum tradisional. Beliau lebih suka menjelaskan dalam batasan pengalaman yang dapat dialami secara nyata.

Istilah "*jāti*" diartikan sebagai "kelahiran", dan bukan "kelahiran berulang". Buddhadāsa berpendapat bahwa Buddha tidak mengajarkan hal seperti itu, jadi tidak menyibukkan dirinya dengan apa yang mungkin atau tidak mungkin terjadi begitu kematian secara fisik telah terjadi,

yang menurut beliau tidak dapat diketahui secara pasti, dan bagaimanapun, tidak dapat dialami secara pribadi.

Sebaliknya, Ajahn tidak pernah menyangkal kemungkinan "kelahiran berulang", dan mengakui konsep tersebut memiliki nilai dalam sistem sosial yang masih didominasi oleh ketidaktahuan: terutama sebagai alat bantu sosial, tetapi juga sebagai sarana untuk tujuan lain - yaitu, sebagai saluran melalui mana orang dapat tiba pada pemahaman yang bermanfaat tentang ajaran Buddha.

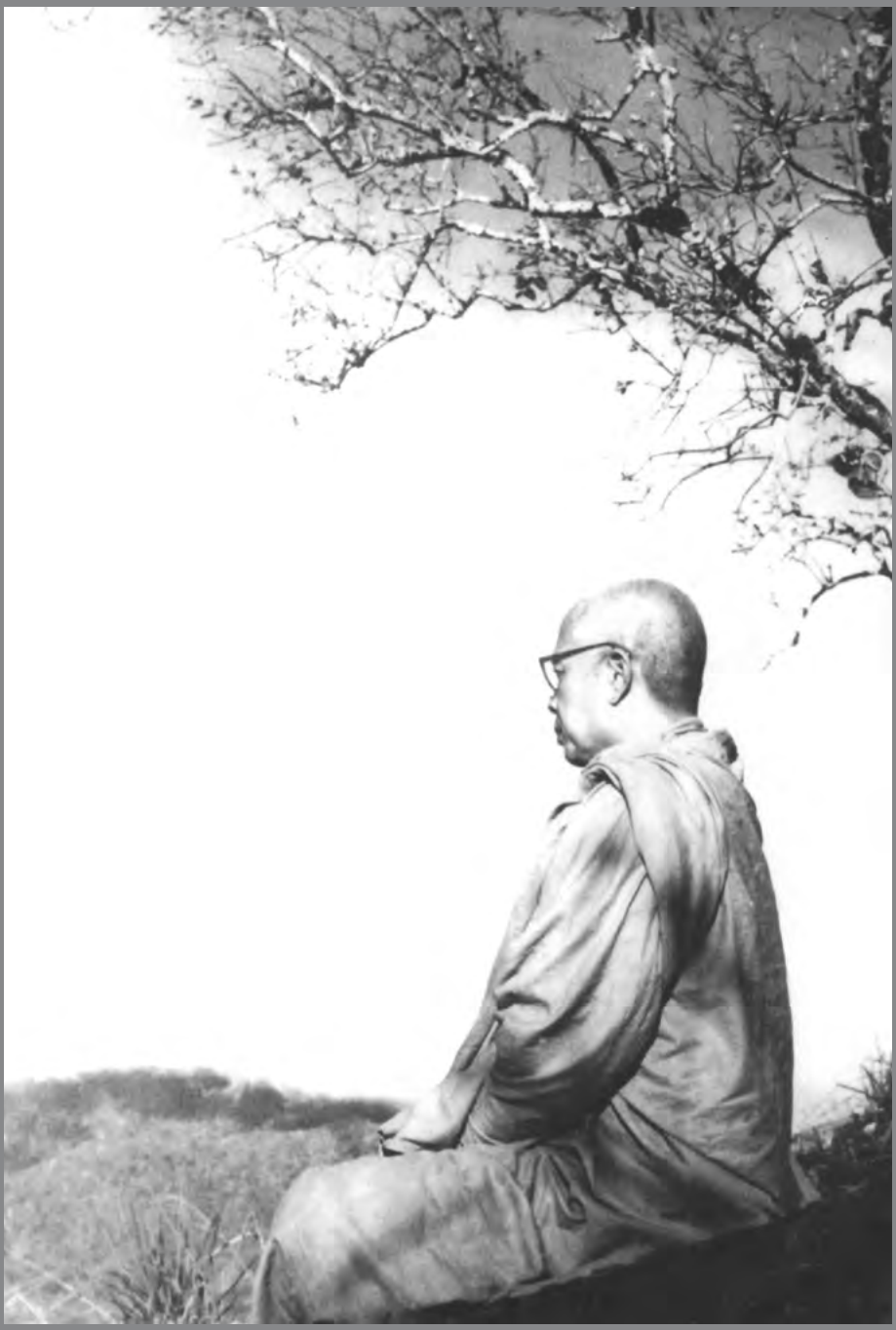
Yang beliau maksud dengan itu adalah bahwa orang dapat melihat bagaimana ilusi "diri"—yang sebenarnya adalah sumber dari semua penderitaan manusia—dipertahankan terus oleh pencarian kita terhadap stimulasi yang terus-menerus, terhadap yang menyenangkan, yang mestinya dapat dikendalikan jika seseorang merasakannya sebagai kebutuhan, sehingga mengurangi keegoisan dan *dukkha* yang terkait.

Dhammavidū Bhikkhu
14 Okt 2558 (2015)

TENTANG KELAHIRAN

Ceramah Dhamma yang disampaikan pada 7 Agustus 2525 (1982) di Suan Mokkhabalārāma[1]

[1] Khotbah Dhamma tentang *Dasar-dasar Buddhis yang Kerap Disalah-pahami* disampaikan kepada para biksu *maechi*, dan umat awam di Suan Mokkh selama tiga bulan retret musim hujan pada tahun 1982. [*catatan oleh penerbit*]



◆

Sekarang kita tiba pada topik "kelahiran" dan akan melihat secara komprehensif tentang hal ini. Jika kita memisahkan pertanyaan utama, hanya akan ada dua hal yang perlu dipertimbangkan: yang satu tentang apakah seseorang meninggal dunia dan kemudian dilahirkan atau tidak dilahirkan, yang lain tentang jenis kelahiran yang merupakan penderitaan (*dukkha*)—sesuatu yang harus dipelajari dan diakhiri.

Pertanyaan pertama—"Ketika seseorang meninggal dunia, apakah mereka dilahirkan lagi atau tidak?"—telah ada sejak zaman Buddha dan dibahas secara komprehensif pada waktu itu. Itu muncul dari teks-teks Pāli bahwa hal itu diperiksa dari setiap sudut pandang dapat

dipikirkan sehingga timbul berbagai jenis pandangan, pendapat, dan kesimpulan yang tidak pernah mendapatkan persetujuan secara umum. Ada orang berpendapat bahwa ada kematian dan kelahiran, ada yang berpendapat bahwa tidak ada [kematian dan kelahiran], ada yang berpendapat bahwa terkadang ada kelahiran dan terkadang tidak, dan ada yang berpendapat bahwa seseorang tidak boleh membuat pernyataan tentang persoalan ini sama sekali. Pertanyaan tentang kelahiran adalah persoalan utama pada zaman Buddha.

Harap pertimbangkan sebab-sebab dan alasan yang mungkin di balik pertanyaan ini, atau apakah pertanyaan itu sendiri membuang-buang waktu. Apakah itu ada hubungannya dengan agama Buddha? Sebagai umat Buddha, kelompok mana yang akan kita ikuti—kelompok yang berpendapat bahwa ada kematian dan kemudian kelahiran; kelompok yang mengatakan tidak ada; kelompok yang mengatakan bahwa terkadang ada kelahiran; kelompok yang mengatakan bahwa itu tidak benar; atau kelompok yang

mengatakan bahwa keduanya tidak ada—baik ada kelahiran maupun tiada kelahiran?

Terdapat yang menganut agama lain yang percaya bahwa ada "diri" yang terlibat dan "diri" inilah yang lahir, sementara yang lain dengan kepercayaan yang berbeda mengatakan bahwa itu tidaklah demikian; kemudian ada kelompok lain berpendapat bahwa "diri" ini kadang-kadang dilahirkan, sementara yang lain berpendapat bahwa itu tidak—dan seterusnya. Namun, sepertinya tidak ada yang mengatakan apa yang Buddha telah katakan: bahwa tidak ada "makhluk", seseorang [manusia], bahwa tidak ada yang meninggal atau yang lahir. Hanya ada aliran kondisi yang bergantung pada kondisi lain (*idappaccayatā*), aliran dari kemunculan saling ketergantungan (*paṭiccasamuppāda*).

Pertanyaan kecil yang lain juga muncul di sini, apakah seseorang "dilahirkan dengan sendirinya", atau apakah ada seseorang atau sesuatu yang membantu proses itu, sesuatu yang lain yang menyebabkan kelahiran terjadi. Sekali lagi, Buddha tidak menyatakan hal semacam

itu, Beliau hanya mengatakan bahwa kelahiran terjadi sesuai dengan prinsip *idappaccayatā*, prinsip sifat-dasar.

Ada juga jenis "kelahiran-separuh" yang disebut "*sambhāvesī*" untuk dipertimbangkan, ketika seseorang meninggal dan, masih akan dilahirkan, berkeliaran mencari tempat untuk dilahirkan. Kemudian, ketika kelahiran terjadi, seseorang menjadi *bhūta* (makhluk yang "terlahir sepenuhnya"). Akan tetapi, hal ini bergantung pada bagaimana kata "sambhāvesī" dipahami. Bagi mereka yang percaya pada jiwa atau roh yang akan dilahirkan, tetapi belum sepenuhnya lahir, itulah sambhāvesī. Namun, itu berarti diri atau seseorang hanya separuh dilahirkan, yang tidak berlaku dalam agama Buddha. Sambhāvesī dapat merujuk pada batin yang belum terbentuk sehingga (batin) merasakannya sebagai "aku", atau apa pun itu adalah "milikku"—pikiran yang membentuk, tetapi yang belum sepenuhnya membentuk skenario "aku" dan "milikku". Ini dapat disebut "sambhāvesī".

Selanjutnya, untuk siapakah pertanyaan apakah ada kelahiran setelah kematian atau tidak? Itu mungkin menyangkut makhluk secara umum, apakah ada kelahiran setelah kematian bagi mereka atau tidak ada kelahiran setelah mereka mati. Itu mungkin menyangkut mereka yang telah menjadi Arahat, apakah ada kelahiran setelah kematian bagi mereka atau tidak ada kelahiran setelah mereka meninggal. Kedua kemungkinan bergantung pada kata "*tathāgata*" yang bermakna ganda. Tathāgata dapat berarti "makhluk yang datang dan pergi dengan demikian" dan dapat merujuk pada makhluk secara umum karena mereka pergi dan datang seperti *satta* (makhluk hidup). Pada kasus ini, pertanyaannya adalah apakah ada kelahiran setelah kematian bagi makhluk hidup atau tidak ada kelahiran setelah mereka mati.

Namun, kata tathāgata juga bisa berarti "orang yang telah merealisasi *tathā*". Tathā berarti "demikian, yang demikian" dan *gata* berarti "mencapai, merealisasi" sehingga tathāgata berarti "orang yang telah merealisasi

ke-demikian-an", yang berarti "Arahat", makhluk yang terbebas sepenuhnya seperti Buddha. Dalam hal ini pertanyaannya menjadi apakah ada kelahiran setelah kematian untuk makhluk yang tercerahkan sepenuhnya atau tanpa kelahiran setelah mereka meninggal. Orang-orang masih mempertanyakan tentang hal ini. Padahal tidak ada hubungannya dengan agama Buddha.

Ada juga masalah apa itu sebenarnya dilahirkan. Orang yang mengikuti doktrin kuno India mengatakan bahwa *viññāṇa*[1] dilahirkan, tetapi agama Buddha tidak memasukkan kesadaran semacam itu; agama Buddha hanya berurusan dengan enam kesadaran indra. Namun, jika kita mengizinkan bahwa kesadaran itu lahir, dalam pengertian agama Buddha itu berarti membentuk aktivitas mental dalam menanggapi kontak indra sehingga terjadilah perasaan, persepsi, dan pemikiran, yang memuncak dalam "kelahiran" rasa "aku" dalam batin. Ini akan menjadi setara dengan kesadaran

[1] Dalam teks Pāli, *viññāṇa* biasanya berarti "kesadaran indra". Dalam konteks lain artinya bisa sangat berbeda! [catatan oleh editor]

yang "dilahirkan". Masih ada pertanyaan besar untuk dipertimbangkan: beberapa kepercayaan dan agama memegang keyakinan mendasar bahwa ketika seseorang meninggal mereka pergi untuk menunggu penghakiman, apakah mereka harus dilahirkan di neraka abadi atau di surga abadi. Mereka dihakimi sekali saja dan kemudian dilahirkan sesuai dengan itu. Jika, misalnya, seseorang dilahirkan ke dalam neraka abadi, itu sebenarnya abadi. Jika seseorang dilahirkan ke surga, itu abadi juga, tanpa perubahan lebih lanjut. Beberapa kepercayaan dan agama percaya pada sistem lain. Mereka tidak berpegang pada hal semacam itu; mereka tidak memiliki "kematian" dan kemudian "menunggu suatu penghakiman kekal yang akan dibuat". Harap pertimbangkan contoh-contoh ini tentang betapa rumit dan ambigu jadinya masalah "kelahiran" ini.

Sekarang, tentang apakah seseorang dilahirkan atau tidak, ketika kita melihat ini sesuai dengan prinsip-prinsip agama Buddha yang sebenarnya seperti yang ada dalam teks asali, maka pertanyaannya harus dipertimbangkan

dari dua sudut: dari mereka yang menggunakan bahasa dugaan dan dari orang-orang yang menggunakan bahasa kebenaran tertinggi. Sederhananya, dikatakan bahwa seseorang yang belum tahu bagaimana segala sesuatu apa adanya, yang belum tahu bahwa "diri" adalah ilusi, akan menggunakan bahasa dengan satu cara, sedangkan seseorang yang memiliki pengetahuan itu akan menggunakan bahasa dengan cara yang lain. Semua atau sebagian besar orang duniawi pasti akan berbicara dengan bahasa duniawi, dalam bahasa dugaan, dan akan menerima bahwa ada "diri", bahwa ada "aku", "orang" yang meninggal kemudian dilahirkan.

Ini telah diulang berkali-kali sehingga hampir tidak ada orang yang berpikir bahwa itu bisa dengan cara lain, dan itu berguna pada tingkat *sīladhamma* (etika, kebajikan, moralitas), berguna bagi orang-orang yang belum merealisasi kebenaran. Bagi orang-orang itu, doktrin kelahiran berulang adalah pilihan yang lebih baik karena itu mencegah perbuatan salah dan mendorong yang sebaliknya, meskipun itu

bukan kebenaran. Jika kita menggunakan bahasa kebenaran tertinggi, tidak ada apa pun yang bisa disebut "diri" atau "orang"; yang ada hanyalah bentukan unsur-unsur, sebab dan kondisi sesuai dengan prinsip sifat-dasar.

Namun, ketika kita menyebutkan ini, orang cenderung salah paham, jadi kita perlu berhati-hati dan menahan diri bahkan dengan kebenaran tertinggi. Kita harus membicarakan hal-hal seperti itu hanya jika itu tepat, hanya jika batin pendengarnya cukup tinggi untuk memahami dengan benar. Biasanya lebih pas untuk berbicara dengan cara yang akan berguna, dan jika mengatakan bahwa "setelah kematian ada kelahiran" itu bermanfaat, itulah yang mesti kita katakan.

Sebelum Buddha muncul di India, mereka menganut kepercayaan bahwa ada kematian dan kemudian kelahiran berulang, bahwa ada "diri" atau kesadaran yang terlahir kembali. Itu keyakinan mayoritas karena itu lebih berguna dibandingkan kepercayaan lain yang berlawanan. Ketika Buddha terjaga sempurna, pada saat Buddha

telah hadir, Beliau berada dalam masyarakat di mana kepercayaan itu tertanam kuat, jadi apa yang harus Beliau lakukan? Ya, Buddha tidak mencoba untuk mengakhiri kepercayaan tersebut. Sebaliknya, Buddha memberi kesan seakan-akan menyetujuinya dengan mengatakan bahwa jika ada kelahiran setelah kematian, seseorang mesti tahu bagaimana bertindak supaya memperoleh kelahiran yang terbaik, yaitu jenis kelahiran yang bebas penderitaan, dan kemudian Buddha mengajar metode praktik yang bisa dilakukan sehingga jenis kelahiran itu dapat tercapai. Dengan demikian, dengan menyesuaikan kepercayaan yang dianut secara umum, ajaran-ajaran mengenai cara memperoleh kelahiran yang terbaik tersebar di seluruh kitab suci agama Buddha; akan tetapi, pesan agama Buddha yang sebenarnya adalah bahwa tidak ada makhluk atau orang, hanya proses pembentukan, penggabungan yang selalu berubah, tanpa ada siapa pun yang terlibat di dalamnya. Orang-orang cenderung mencengkeram bagian dan momen tertentu dari proses ini, menyebut mereka sebagai “orang” dan mengatakan bahwa

mereka lahir, menua, dan mati, serta bahwa mereka terlahir berulang. Pertanyaan yang perlu kita tanyakan adalah apakah pemahaman seperti itu dapat membawa manfaat nyata. Jika orang ingin mengakhiri penderitaan, untuk benar-benar tidak memiliki penderitaan, pemahaman jenis apa yang harus mereka miliki: bahwa ada "diri", jenis ["diri"] yang dapat menunggu untuk dilahirkan di suatu tempat, atau bahwa tidak ada ["diri"]?

Sekarang, pada saat ini, tidak ada "orang", "seseorang" yang dilahirkan—tetapi tidak ada yang memahami ini dengan baik. Yang lahir, yang duduk di sini, di tempat ini sekarang, bukanlah orang. Ini benar-benar hanya aliran *idappaccayatā*. Semua orang yang duduk di sini bukan benar-benar orang sama sekali. Mereka hanyalah sifat-dasar, hanya *khandha* (agregat), *dhātu* (elemen), *āyatana* (landasan indra) terbentuk bersama sesuai dengan prinsip sifat-dasar, dan terus mengalir, terus-menerus berubah, bertransformasi. Mereka sebenarnya bukan "makhluk", bukan "orang-

orang" sama sekali. Berapa banyak di antara kita yang duduk di sini sekarang memahami ini dengan benar—berapa banyak? Namun, jika kita tidak mengerti, tidak apa-apa. Pertama kita mendengarnya, dan kemudian, ketika kita telah menerimanya, kita seharusnya mampu memahami bahwa tidak ada orang yang menjalani kehidupan; yang ada hanya hal-hal yang mengalir dalam saling ketergantungan sesuai sebab dan kondisi yang ada. Dengarkan ajaran Buddha: tidak ada orang; tidak ada orang yang mati, dilahirkan, atau dilahirkan berulang; hanya ada aliran pembentukan, pembentukan *khandha* (agregat), *dhātu* (elemen), dan *āyatana* (landasan indra) sesuai dengan prinsip sifat-dasar. Melekat terhadap semua ini sebagai "makhluk" atau "orang" adalah titik awal *dukkha* (ketidaknyamanan, kesusahan, penderitaan) karena ketika ada "aku" dan "milikku", maka akan ada masalah yang terkait—itulah awalnya penderitaan.

Namun, jika ini tidak dipahami, maka itu tidak bermanfaat. Jadi bagi mereka yang

masih berpikir, masih melekat, masih memiliki keyakinan bahwa ada "diri" yang lahir, akan mati dan lahir berulang dan berulang lagi, apa yang dapat mereka lakukan untuk menyesuaikan pemahaman mereka? Nah, mereka perlu memperoleh hanya satu jenis pengetahuan saja—pengetahuan agama Buddha yang dapat memadamkan penderitaan. Pengetahuan jernih tentang kelahiran adalah penting; jika pengertian benar, maka tidak akan ada penderitaan sama sekali; jika pengertian salah, maka tidak akan sesuai dengan kebenaran sifat-dasar dan pasti ada dukkha. Jika ada "orang", pasti ada kelahiran dan kematian juga; jika tidak ada, tidak akan ada kelahiran dan kematian juga. Biasanya orang berpikir bahwa ada seseorang yang menjalani kehidupan, sehingga mereka mengalami kelahiran, penuaan, penyakit, dan kematian yang harus dihadapi, dan harus menderita. Jika mereka hanya memiliki pengetahuan semacam itu saja, mereka pasti mengalami penderitaan, kecuali mereka bisa mengangkat diri mereka sendiri.

Untuk alasan inilah telah tercatat Buddha mengatakan bahwa jika semua makhluk dapat hidup bersama-Nya sebagai *kalyāṇamitta* (teman baik), mereka yang biasanya tunduk pada kelahiran akan terbebaskan darinya, mereka yang mengalami penuaan dan kematian akan terbebaskan darinya, dan makhluk-makhluk yang mengalami kesedihan, ratapan, kesakitan, ketidaksenangan, dan keputusasaan akan terbebaskan dari semua itu juga; yaitu, mereka akan terbebaskan dari segala bentuk dukkha.

Sekarang, siapa pun anak-anak yang duduk di sini mungkin tidak akan memahami bagaimana mereka dapat terbebaskan dari kelahiran, penuaan, penyakit, dan kematian, jadi menjelaskannya dengan cara agar lebih mudah dipahami oleh mereka, kita akan mengatakan bahwa kita dapat terbebaskan dari masalah-masalah yang terkait dengan kelahiran, penuaan, penyakit, dan kematian. Konsep kelahiran, penuaan, penyakit, dan kematian ini menyebabkan kita takut, cemas, dan sebagainya, menyebabkan kita menderita. Jika seseorang

dapat mengakhiri masalah yang timbul dari kelahiran, penuaan, penyakit, dan kematian, itu disebut "terbebaskan" dari mereka.

Saat ini, kita masih memiliki banyak masalah yang terkait dengan konsep ini: kita pasti sakit meskipun sebenarnya tidak mau sakit, pasti tua padahal tidak mau tua, dan kita pasti mati apakah kita mau atau tidak. Kita masih egois sehingga kita masih bisa ditakut-takuti oleh usia tua, penyakit, dan kematian—sebenarnya oleh hal kecil apa pun yang berhubungan dengan kematian. Nah, betapa menyenangkannya terbebas dari semua itu? Itulah tujuan belajar Dhamma: untuk mengetahui Dhamma dan hidup tanpa, hidup "melampaui", masalah-masalah kehidupan.

Singkatnya, sejak zaman dulu sudah ada dua aliran: satu ajaran bahwa ada kematian dan kemudian kelahiran, dan satu bahwa ada kematian tetapi tidak ada kelahiran berikutnya. Sekarang, kita harus memilih yang mana? Kita harus memilih salah satu yang bermanfaat untuk kita. Namun, kita harus memilih sendiri

karena tidak ada yang bisa membantu kita. Bagi mereka yang tinggal di dunia, jalan *sīladhamma*, jalan kelahiran, berguna dan juga cocok dengan pemikiran kita karena sebenarnya kita tidak benar-benar menginginkan menjadi hilang. Kita masih ingin dilahirkan, jadi kita, memiliki tujuan untuk kelahiran yang lebih baik, akan cenderung berbuat baik dan menghindari kejahatan sejauh apa pun. Oleh karena itu, ada beberapa pemahaman awal yang benar menyangkut konsep kelahiran berulang adalah berguna untuk membuat orang melakukan hal yang tepat.

Akan tetapi, kedua kepercayaan tersebut benar-benar salah, karena faktanya adalah bahwa tidak ada orang yang dilahirkan atau tidak dilahirkan. Saat ini, bagaimana pun, orang cenderung berpikir dalam dua cara tersebut. Jadi pilihlah cara yang bermanfaat. Sekarang beberapa orang mungkin tidak bisa mengerti, bahwa tidak ada orang yang akan lahir atau mati. Kita bisa mengajarkan kelahiran berulang kepada mereka. Kemudian itu menjadi persoalan dilahirkan dalam keadaan baik atau buruk

menurut *kamma* (perbuatan yang disengaja) seseorang, sehingga mendorong mereka untuk berperilaku baik. Kita tidak keberatan dengan orang yang mengajar dengan cara ini, meskipun untuk alasan yang sudah dijelaskan sebelumnya, itu bukan agama Buddha.

Sekarang kita akan melihat pertanyaan kedua, yaitu ada berapa banyak jenis kelahiran, dan jenis mana yang menjadi masalah, dan mana yang tidak?

Kata "kelahiran" memiliki arti yang luas. Munculnya apa pun disebut "kelahiran", seperti halnya suatu peristiwa; suatu peristiwa adalah sesuatu yang tidak penting, suatu kejadian, sesuatu yang terjadi—ada jenis kelahiran ini. Materi, atau benda-benda bersifat materi, semuanya dilahirkan, seperti batu, segumpal tanah, atau apa pun; munculnya segala sesuatu secara materi disebut "kelahiran". Benih, pohon, tumbuhan menjalar, ketika mereka muncul, itu juga disebut "kelahiran". Makhluk-makhluk dilahirkan. Seseorang, manusia dilahirkan, dewa dilahirkan, dan seterusnya. Demikianlah

"kelahiran" benda-benda materi dan benda-benda dengan daging dan darah.

Namun ada jenis kelahiran yang lain, kelahiran hal-hal yang bukan-materi, hal-hal yang problematik—"kelahiran mental". Munculnya pemikiran disebut "kelahiran mental", dan jika batin dikotori oleh *kilesa* (kotoran batin, keadaan tercemar, emosi reaktif), ini disebut "kelahiran kilesa". Sadarilah bahwa kelahiran mental ini, kelahiran kilesa ini, adalah sebuah masalah. Jika itu hanya kelahiran sesuatu yang berwujud—tumbuhan, hewan, manusia—dan bukan berkaitan dengan kotoran batin, itu bukan masalah.

Selanjutnya, perlu dipertimbangkan apakah itu kelahiran penuh atau tidak penuh. Kelahiran bayi dari rahim ibu tidak masalah karena kelahiran semacam itu bukanlah kelahiran penuh: seorang anak lahir dari rahim ibunya tidak bisa memikirkan apa pun dan dengan demikian tidak dapat memiliki dukkha. Ia harus mampu berpikir untuk kilesa muncul ke dalam batin—itu disebut "kelahiran penuh". Jika bayi

tidak memiliki pemikiran “aku” dan “milikku”, itu belum disebut “kelahiran penuh” dan hanya ada kelahiran fisik dari rahim. Anjing dan kucing lahir dengan cara yang sama. Hanya ketika ada pemikiran “aku” dan “milikku” maka itu dianggap sebagai kelahiran penuh.

Kita akan meluangkan waktu untuk meninjau kelahiran seperti yang ada dalam Kitab Suci. Jenis kelahiran yang pertama adalah yang terjadi di air: semua makhluk, termasuk manusia dan binatang seperti sapi dan kerbau yang memulai hidup mereka sebagai embrio dalam air di rahim ibu dianggap lahir dari air. Jenis kelahiran kedua adalah kelahiran telur, seperti pada kasus burung dan sebagian besar reptil. Jenis ketiga menyangkut kelahiran mikroorganisme. Kehidupan biasa muncul dengan cara-cara berikut: dilahirkan dari air, dalam kasus manusia dan hewan; dilahirkan dari telur, dalam kasus burung dan makhluk yang membutuhkan telur terlebih dahulu; dan dilahirkan dari akumulasi, dalam hal yang hampir tidak mungkin terlihat tetapi ada banyak sekali—mikro-organisme yang

jauh melebihi jumlah jenis yang terlihat, ada jutaan bahkan dalam satu tetes air.

Jenis kelahiran keempat disebut "*opapātika*", yang merupakan semacam "kelahiran tersembunyi", yang tidak membutuhkan bantuan ayah atau ibu, dan mengacu pada seseorang yang muncul dalam keadaan sudah dewasa, keadaan sudah dewasa tanpa harus tumbuh dewasa dari masa kanak-kanak. Ini dikenal sebagai *opapatika* (timbul secara spontan). Ada dua penjelasan untuk kata ini. Paling umumnya diartikan sebagai kelahiran supernatural makhluk, seperti malaikat, dewa, atau *peta* (hantu lapar), makhluk neraka, atau apa saja. Meninggalkan dunia ini, seseorang akan dilahirkan sebagai dewa atau apa pun tanpa harus tinggal di rahim ibu terlebih dahulu, tanpa harus dilahirkan dan melalui proses pendewasaan.

Namun, di sini kita tidak menjelaskannya seperti itu. Kita mengartikan kelahiran dalam pengertian mental, yaitu, ada pemikiran, rekaan dengan cara apa pun yang menimbulkan "kelahiran-mental".

Dalam pemahaman ini tidak perlu campur tangan kematian, tidak perlu siapa pun yang meninggal dan kemudian dilahirkan. Selanjutnya, jika pemikiran adalah landasan, dengan pemikiran rendah, misalnya seseorang berpikir seperti bandit, maka secara mental dia "dilahirkan" sebagai bandit di sana dan pada saat itu juga, sementara masih dalam tubuh manusia yang sama. Jadi berpikir seperti perampok langsung terlahir sebagai perampok; berpikir seperti dewa langsung terlahir sebagai dewa, tetapi masih dalam tubuh manusia. Untuk mencapai kelahiran sebagai dewa *Brahma*, kembangkan batin sebagai Brahma, yaitu dengan memusatkan batin dalam samādhi dan segera terlahir sebagai dewa Brahma, dan semuanya itu tanpa harus repot melalui kematian. Jika batin adalah samādhi, maka seseorang sudah terlahir sebagai Brahma.

Manakah dari pemahaman ini yang akan berguna? Pikirkanlah: bahwa seseorang harus meninggal terlebih dahulu dan kemudian dilahirkan sebagai dewa, makhluk neraka,

Brahma, atau sesuatu lainnya di dunia lain yang sangat jauh, atau jenis kelahiran mental yang instan, ketika seseorang berpikir dengan cara tertentu dan dilahirkan saat itu juga sesuai dengan caranya berpikir itu. Opsi kedua menakutkan, karena terjadi dengan mudah dan sering kali, tetapi itu adalah pilihan yang lebih baik karena dapat dikontrol. Kita dapat mengendalikan batin, yaitu tidak membiarkannya berpikir sedemikian rupa sehingga terjadi kelahiran rendah sebagai orang jahat, perampok, atau apa pun yang seperti itu. Sebaliknya, menjaga batin berpikir luhur dan dilahirkan sebagai orang baik, orang bijak, atau orang yang mulia. Kelahiran jenis ini penting.

Anda harus memahami ini dan berusaha untuk mendapatkan kelahiran bermanfaat. Mengarahkan batin untuk berpikir seperti orang baik dan menjadi orang baik; membiarkan batin berpikir dengan cara rendah tidak terampil dan dilahirkan sesuai dengan itu. Kita bisa mengatur kelahiran jenis ini yang disebut “opapatika”—muncul tanpa ibu dan ayah sebagaimana

lazimnya, tanpa harus terlebih dahulu melewati masa bayi.

Jadi, kelahiran Buddha (*uppatti*) ke dunia bukanlah tentang Siddhattha yang lahir dari rahim ibunya. Itu maknanya jauh berbeda. Kapan Buddha muncul di dunia? Jawaban yang lazim adalah saat Beliau lahir. Sebenarnya tidak seperti itu. Buddha muncul di dunia ketika Beliau terjaga sempurna; pada saat keterjagaan sempurna Beliau adalah opapatika—lahir ke dunia. "Kelahiran" Buddha terjadi ketika kotoran batin dihancurkan dan kondisinya berubah menjadi orang yang melihat dengan jernih, yang merupakan Sammā-Sambuddha. Demikianlah, kelahiran jenis opapatika memiliki nilai dan makna yang besar. Ini mungkin sangat bermanfaat bagi kita, karena hal ini akan memungkinkan batin untuk beroperasi dengan cara yang semakin benar.

Di sini "kematian" dan "kelahiran" akan memiliki arti padamnya satu batin dan munculnya batin baru, padamnya satu jenis batin dan "lahirnya" jenis batin yang baru. Ini dapat

disebut "kematian" dan "kelahiran" tetapi tidak mengharuskan jasmani mati, masuk peti mati, dan dibawa ke suatu tempat untuk dikremasi. Batin lahir dan padam, muncul dan lenyap—itu sama seperti kelahiran dan kematian tetapi ini adalah "kelahiran" yang dapat kita arahkan, yaitu mewujudkannya dengan cara yang lebih baik dan lebih baik.

Harap perhatikan apakah batin Anda sedang berpikir dengan cara yang lebih baik dan lebih tinggi atau tidak. Arahkan sehingga batin dilahirkan dengan cara yang lebih tinggi, sehingga *kilesa* (kotoran batin) berkurang, sehingga ada lebih banyak kejernihan, wawasan, dan *bodhi* (pencerahan) setiap kali batin dilahirkan. Melatih batin untuk berfungsi dengan cara ini; mengendalikan kelahiran sehingga berguna. Kita tahu betul kelahiran seperti apa yang harus kita atur—kelahiran yang semakin baik. Batin dilahirkan lebih baik dan lebih baik berarti kebaikan "manusia", kebaikan "dewa", kebaikan "Brahma", kebaikan "yang mulia", kebaikan "Arahat", sampai

kebaikan "Sammā-Sambuddha". Berusahalah untuk mengembangkan kelahiran-kelahiran mental yang semakin tinggi. Kelahiran sejenis ini diinginkan dan tidak menjadi masalah karena tidak melibatkan penderitaan.

Kelahiran yang tidak diinginkan melibatkan munculnya kilesa, karena ketika mereka muncul ke dalam batin, maka seseorang menjadi rendah, seperti individu yang buruk, seperti *peta* (hantu kelaparan), binatang, atau setan, tapi masih dalam tubuh manusia ini. Di antara orang-orang yang duduk di sini, jika salah satu dari mereka berpikir dengan cara yang rendah, dengan cara berpikir yang panas, mereka akan terlahir sebagai makhluk neraka. Meskipun duduk di sini dalam bentuk manusia ini, di dalam, secara mental mereka akan berada di neraka. Jika mereka berpikir dengan cara yang bodoh dan dungu, mereka akan terlahir sebagai hewan sambil duduk di sini dalam tubuh manusia ini. Jika mereka merasa lapar berlebihan terhadap kesenangan, terhadap rangsangan, maka mereka adalah hantu kelaparan (*peta*). Jika mereka

merasa takut yang berlebihan, jika mereka pengecut, maka mereka adalah jin (*asura*) dalam tubuh ini, saat duduk di sini. Siapa pun tidak perlu meninggal dan dimasukkan ke dalam peti mati untuk dilahirkan dengan cara ini. Kelahiran seperti ini adalah suatu masalah, adalah penderitaan.

Setelah melihat bahwa ada beberapa jenis kelahiran, untuk saat ini kita beri perhatian khusus terhadap kelahiran batin manusia dengan cara yang diinginkan dan semakin meningkat, mampu untuk memadamkan penderitaan. Kelahiran dengan cara yang tidak diinginkan adalah rendah, yaitu penderitaan. Jadi jika pertanyaannya adalah kelahiran seperti apa yang menjadi masalah, jawabannya adalah kelahiran penderitaan, yang merupakan kesengsaraan mental. Rasa sakit jasmani, jika tidak menyakiti batin, tidak masalah. Ada rasa sakit tubuh yang tidak menyakitkan secara mental, dan ada rasa sakit tubuh yang menyakitkan secara mental. Jika batin lemah, bodoh, bahkan tusukan duri dapat menyebabkan rasa sakit mental dan rasa

takut terhadap kematian. Seseorang dengan kekuatan batin tidak akan takut atau menderita setelah dipotong atau ditusuk oleh duri. Namun akan ada penderitaan batin kapan pun pemikiran "aku" muncul, karena dengan demikian ada "aku" yang mengalami kehidupan dan takut terhadap kematian.

Buddha memberikan analogi yang berguna ketika Beliau membandingkan kelahiran dengan dua anak panah: anak panah mainan anak-anak terbang di udara, melukai tubuh seseorang dan hanya sedikit rasa sakitnya, tetapi jika itu anak panah besar dengan racun mengerikan yang melukai tubuh seseorang, maka itu akan sangat menyakitkan, jauh lebih menyakitkan. Di sini rasa sakit jenis pertama tidak membangkitkan perasaan bahwa ada "aku" yang sedang mengalaminya, jadi hanya sedikit rasa sakitnya—seperti anak panah mainan anak-anak. Namun, jika rasa sakit menimbulkan perasaan "aku" dan "aku akan mati", maka itu seperti ditusuk oleh panah kedua yang bagian ujungnya diberi racun.

Oleh karena itu, waspadalah terhadap jenis pemikiran yang memunculkan "aku" dan "aku akan mati". Jangan biarkan mereka muncul dan tidak akan ada banyak dukkha (ketidaknyamanan, kesusahan, penderitaan) yang dialami. Seseorang pasti bertemu dengan cedera dan rasa sakit selama kehidupan; ingatlah bahwa rasa sakit adalah perasaan yang timbul melalui sistem saraf, fenomena alami, dan jangan mengizinkannya menjadi lebih dari itu, karena jika ada yang berpikir bahwa itu "aku" yang merasakan sakit dan "aku akan mati", maka akan ada penderitaan. Oleh karena itu, ketika ada rasa sakit, demam, atau cedera apa pun, anggap bahwa itu hanya sensasi yang terjadi secara alami dari sistem saraf. Jangan membiarkannya sehingga muncul "aku" yang kesakitan, yang akan mati atau apa pun, dan tidak akan ada banyak menderita. Ini akan seperti terkena anak panah seorang anak kecil dan bukan anak panah yang diberi racun.

Kita terkena anak panah beracun saat ketidaktahuan yang mendalam muncul. Ketika

bodoh, batin tercemar bahwa ada "diri" muncul, itu disebut *upādāna* (keterikatan, kemelekatan) terhadap "aku" dan kemudian "milikku", yang lahir dari ketidaktahuan. Ketika sesuatu melakukan kontak dengan indra dan tidak ada *sati-paññā* (sadar-penuh dan kebijaksanaan), tetapi hanya ada ketidaktahuan, itu bisa menjadi urusan besar. Yang menarik menjadi sangat menarik, yang hina menjadi penuh kebencian, yang menakutkan menjadi mengerikan, dan "diri" dalam skala besar muncul. Ketika kemelekatan (*upādāna*) terhadap "aku" dan "milikku" terjadi, pasti ada penderitaan.

Subjek ini dijelaskan secara rinci dalam ajaran kemunculan saling ketergantungan (*paṭiccasamuppāda*). Secara singkat, ketika apa pun bertemu dengan mata, telinga, hidung, lidah, atau tubuh, ada "kontak". Jika pada saat itu dikuasai oleh ketidaktahuan, akan ada "kontak" sebagai hasil. Jika tidak dikuasai oleh ketidaktahuan dan alih-alih ada pengetahuan nyata, akan ada "kontak" yang lain. Jika kontak dikuasai ketidaktahuan, maka ada perasaan

bodoh terhadap kesenangan atau kesakitan yang muncul dalam batin; dan dari itu akan lahir *tanhā* (haus damba yang bodoh), dan kapan pun itu terjadi pasti timbul perasaan "aku", "aku" yang haus damba, yang akan mendapatkan, yang akan memperoleh apa pun yang didambakan. Itu semua berasal dari haus damba, haus damba yang bodoh terhadap perasaan-perasaan bodoh yang lahir dari kontak indra yang bodoh. Ketika ada kontak yang diliputi ketidaktahuan, muncul haus damba yang bodoh; setelah haus damba yang bodoh muncul, akan ada kemelekatan terhadap "aku" dan "milikku".

Ini adalah hal yang sangat penting tetapi sulit untuk dipahami. Seseorang harus mempelajari sendiri di dalam dirinya mengapa perasaan "aku" dan "milikku" muncul—"aku" dan "milikku" yang merupakan penderitaan. Penyakit saraf, kegilaan, bahkan kematian terjadi karena melekat pada gagasan tentang "diri". Ini adalah jenis kelahiran yang bermasalah.

Kelahiran dukkha terjadi karena batin bodoh dan salah paham: objek indra menipu

dan memikat batin ke dalam kesalahpahaman bahwa ada "aku" dan "milikku"—sadar-penuh dan kebijaksanaan tidak cukup, sehingga batin tertipu untuk merasa senang atau tidak senang dan pemikiran tidak murni tentang "aku" dan "milikku" muncul. Ini adalah munculnya penderitaan karena itu adalah munculnya kemelekatan terhadap kepercayaan bahwa ada "aku" dan "milikku" yang terjadi dalam ketergantungan pada beberapa pengalaman yang mampu menyebabkannya. "Aku" dan "milikku" adalah *māyā*—ilusi, bukan kenyataan—akan tetapi ada penderitaan yang nyata. Tidak perlu "diri" yang sebenarnya dan nyata; hanya salah memahami dan berpikir bahwa ada "diri" diperlukan agar penderitaan terjadi.

Jika dukkha muncul, pahamlah dengan baik bahwa penderitaan itu sepenuhnya tidak perlu.

Bagaimana kita memadamkan penderitaan? Jika ada penderitaan muncul, bagaimana kita akan memadamkannya? Kita bisa memadamkan gejala-gejalanya, atau kita dapat memadamkan akar penyebabnya. Jika kita punya penyakit

Penderitaan berakhir dengan menyadari bentukan batin dan bagaimana membentuk kelahiran "aku" dan "milikku" menciptakan penderitaan.

ganas, kita bisa memperbaiki gejala yang menyakitkan atau kita dapat memperbaiki akar dari rasa sakit—penyakitnya. Siapa pun dengan kebijaksanaan akan melihat bahwa perlu melakukan sesuatu terhadap akar penyebab dukkha, karena hanya mengobati gejalanya tidak akan mengakhirinya. Kita harus mencari penyebab dasarnya, memperbaikinya, dan kemudian ia akan berakhir, akan padam. Kita tidak hanya menyembuhkan efek eksternal; kita juga menyembuhkan penyebab internal, akar penyebabnya.

Apakah yang muncul akan menjadi penderitaan atau tidak, tergantung pada apakah kita bodoh atau bijaksana. Jika batin memunculkan "kelahiran" maka itu akan menyebabkan kita "mati" dan itu pasti penderitaan. Jika batin melihat bagaimana mengakhiri masalah, maka itu tidak perlu menimbulkan penderitaan. Kemudian bahkan rasa sakit, demam, atau bahaya—dengan mengetahui bahwa itu ada hanya apa adanya, bahwa itu benar-benar "demikian adanya"—tidak akan menciptakan penderitaan

apa pun. Biasanya, jika orang tidak dapat melakukannya maka mereka pasti mengalami penderitaan. Mereka memiliki ketidaktahuan *avijjā* (ketidaktahuan) yang ada dalam batin yang menyebabkan perasaan "aku", perasaan lumrah bahwa ada "aku" yang akan mati suatu hari nanti, sehingga mereka menderita. Mereka waspada terhadap kematian sehingga mereka menderita—bahkan meskipun tidak ada hal lain yang menyebabkan penderitaan, waspada terhadap kematian saja sudah cukup. Pemikiran "aku" selalu dibentuk dalam batin sehingga selalu ada penderitaan; padamkan itu dan tidak akan ada penderitaan.

Itu sulit untuk dipahami, tetapi penderitaan bahkan dapat muncul meskipun tidak ada "diri" yang nyata, tidak ada "seseorang" yang menderita. Penderitaan muncul sesuai dengan prinsip sifat-dasar. Bergantung pada sebab dan kondisi, ada pengalaman melalui sistem saraf, itu menyakitkan, dan maka ada penderitaan. Tidak ada "diri" yang nyata dan esensial terlibat di sini, tetapi penderitaan muncul melalui ketidaktahuan

batin yang percaya bahwa ada ["diri" yang nyata dan esensial]. Dengan demikian, penderitaan dapat terjadi terlepas dari apakah benar-benar ada "diri" atau tidak, sehingga [penderitaan] dapat dipadamkan tanpa perlu ada "diri" yang nyata juga.

Inilah arti dari *anattā* (bukan-diri) dan *suññatā* (kekosongan), Dhamma tertinggi dalam agama Buddha, memungkinkan akses ke kebenaran bahwa apa pun itu, "demikianlah adanya", hanya beroperasi apa adanya sesuai dengan prinsip-prinsip sifat-dasar.

Jika perasaan menyakitkan muncul, kita menganggapnya sebagai "demikianlah adanya", perasaan menyakitkan muncul melalui sistem saraf sesuai dengan prinsip sifat-dasar—tidak ada "aku" yang terlibat. Batin yang cerdas tidak peduli dengan kelahiran rasa sakit "aku"; tidak mengizinkan lahirnya rasa sakit "aku" atau lahirnya kematian "aku". Untuk alasan itu tidak ada "aku" yang harus mati dan rasa sakit dibiarkan tetap seperti apa adanya—suatu perasaan dalam sistem saraf. Jika rasa sakit

sedemikian rupa sehingga kematian harus terjadi, tubuh mati tetapi tidak ada "aku" yang membuatnya menjadi penderitaan. Pada detik terakhir, saat tubuh binasa tidak ada "aku" jadi tidak ada penderitaan juga. Yang ada hanyalah batin tanpa kemelekatan. Ini adalah Dhamma tertinggi, seni tertinggi; itu yang paling sulit, kemampuan tertinggi yang dapat dikembangkan oleh siapa pun.

Biasanya, keterampilan artistik sulit diperoleh, tetapi kemampuan untuk memadamkan kotoran batin, untuk memadamkan penderitaan adalah—sementara masih dalam batas yang dapat dilakukan—jauh lebih sulit. Buddha tidak mengajarkan hal yang mustahil. Namun kita malas. Kita bimbang dan mengatakan bahwa itu tidak mungkin. Kita tidak mau melakukannya sehingga kita harus tahan dengan penderitaan.

Namun, jika kita menerima bahwa ini mungkin, kita harus berusaha. Kita bisa melakukan ini dalam kondisi manusia. Kita dapat kendalikan batin dan mempertahankannya

dengan benar agar tetap bebas dari keegoisan, bebas dari "aku" dan "milikku", dan kemudian rasa sakit apa pun hanyalah sakit jasmani yang terjadi melalui sistem saraf menurut prinsip sifat-dasar. Apakah rasa sakit itu lenyap atau berakhir dalam kematian, itu hanya masalah agregat, elemen, indra—urusan sifat-dasar. Jangan biarkan itu menjadi masalah "aku" dan "milikku" dan itu tidak akan mengakibatkan dukkha dari jenis anak panah beracun; itu akan menjadi seperti anak panah mainan anak-anak yang hanya mengiritasi daging. Ini adalah seni menaklukkan penderitaan.

Kelahiran penderitaan adalah bentuk kelahiran yang rendah dan paling tidak diinginkan. Kita tahu bahwa jika "aku" tidak dilahirkan dalam batin, penderitaan tidak akan terjadi. Kita tahu bahwa kita bisa bebas dari penderitaan, bahwa batin arahat, batin tanpa dukkha, adalah mungkin. Batin dari orang duniawi yang cerdas akan menghasilkan penderitaan, tetapi juga merupakan jenis batin yang dapat dikembangkan dan pada akhirnya

disejukkan. Jika kita memiliki motivasi, kita bisa berlatih untuk mengembangkan sadar-penuh dan jenis kebijaksanaan yang sesuai dengan anattā, prinsip agama Buddha bahwa sesungguhnya tidak ada "diri", bahwa gagasan tentang "diri" muncul dari ketidaktahuan dan kecerobohan mental setiap kali sesuatu berkontak dengan mata, telinga, hidung, lidah, tubuh, atau pikiran. Kapan pun kontak indra terjadi dan diliputi oleh ketidaktahuan, gagasan tentang "diri" akan terbentuk dan selanjutnya akan membentuk cinta, benci, amarah, dan ketakutan, yang semuanya adalah dukkha.

Kita perlu tertarik untuk mengetahui dengan tepat di mana dan kapan munculnya kotoran batin yang menyebabkan penderitaan terjadi. Kemudian kita bisa menggantinya dengan sadar-penuh dan kebijaksanaan, dengan pemahaman bukan dengan ketidaktahuan. Ini adalah poin yang perlu kita pahami secara memadai.

Ketika kita tahu bahwa sebenarnya tidak ada "diri" sama sekali, maka kita tidak perlu bertanya apakah ada kelahiran setelah kematian

atau tidak. Tidak perlu pertanyaan seperti itu karena kita tahu “aku” adalah fiksi, bahwa hanya ada dhātu (elemen) dari bumi, air, api, udara, dan ruang angkasa, hanya indra yang bekerja bergantung pada prinsip sifat-dasar. Tidak perlu membawa “aku” dan “milikku”. Ini untuk mengakses tingkat terakhir dari agama Buddha: bahwa tidak ada orang yang lahir atau mati. Oleh karena itu kita dapat melampaui penderitaan, kamma dan buahnya, melampaui segalanya, dan, andaikan ada yang menyebabkan penderitaan, kita dapat menepisnya hanya dengan tidak menerimanya.

Dengan demikian kita dapat menghentikan semua tindakan yang disengaja (kamma). Jika kita memahami bahwa tidak ada “aku”, itu ada hanyalah sunnatā (kekosongan), kita tidak membuat kamma baru dan kamma lama tidak dapat lagi menyebabkan penderitaan. Apa pun kamma, jika kita membiarkannya berbuah, hasilnya akan demikian menderita. Sekarang kita dapat mengendalikan penderitaan, tidak membiarkannya muncul ke dalam batin, sehingga

kamma menjadi mandul dan tidak dapat berbuat apa-apa terhadap kita. Kita bukan lagi "tempat" penderitaan.

Kata "kita" di sini berarti "batin". Pada kenyataannya memang batinlah yang mengetahui dengan jelas dan benar. Secara konvensional, kita hanya mengatakan "kita". Jika kita tidak menggunakan kata ini akan ada salah paham. Apa yang menderita? Batin menderita, tetapi kita katakan "kita" menderita karena kita terbiasa berbicara seperti itu. Namun sadarilah bahwa jika benar-benar muncul perasaan bahwa "kita" menjadi entitas yang solid dan bertahan lama, akan ada penderitaan. Jika tidak, tanpa "kita" dan tanpa "milik kita", maka penderitaan tidak mungkin terjadi, dan tidak perlu pertanyaan apakah ada kelahiran setelah kematian, atau tidak, atau kadang iya dan kadang tidak. Semua keraguan yang berantakan itu akan selesai.

Apa pun yang orang percaya, apakah mereka percaya pada kelahiran kembali atau reinkarnasi, atau tidak, mereka dapat memadamkan dukkha hanya dengan cara ini. Penderitaan

berakhir dengan menyadari bentukan batin dan bagaimana membentuk kelahiran "aku" dan "milikku" menciptakan penderitaan. Jangan membentuk kelahiran "aku" dan "milikku" demikian, dan tidak akan ada penderitaan.

Kita berani mengambil asumsi di sini dengan mengatakan bahwa orang, terlepas dari apa kewarganegaraan mereka, apa agama yang mereka anut, pendapat apa yang mereka miliki, jika mereka menderita itu karena mereka salah saat mengalami dunia, dan jika mereka ingin memadamkan penderitaan, mereka mesti melakukannya melalui pengertian bagaimana ketidakmunculan "aku" dan "milikku" terjadi. Meskipun mereka menganut agama lain dengan cara pengajaran yang lain, tetap padamnya penderitaan yang sebenarnya adalah padamnya kemelekatan terhadap "aku" dan "milikku", sehingga tidak ada "aku" yang hidup, "aku" yang mati, atau "aku" yang terlahir kembali. Batin kemudian dilepaskan, bebas, murni. Batin yang murni dan bebas tidak memiliki perasaan bahwa ada yang lahir atau mati. Batin seperti itu tidak

dilahirkan dan tidak mati. Jika batin muncul, itu bukanlah munculnya "diri". Batin muncul bergantung pada sebab dan kondisi. Hanya batin dalam proses pengalaman yang muncul, bukan gagasan mengenai "diri".

Topik kita adalah kebenaran mendalam tentang "kelahiran" - bahwa tidak ada "diri" yang dilahirkan atau mati. Namun, mereka yang masih belum bisa melihat ini juga tidak akan bisa mempraktikkannya dan lebih baik terlahir lagi untuk berbuat baik. Dan bagi mereka, itu akan menjadi masalah kematian dan kelahiran, kematian dan kelahiran, kematian dan kelahiran, yang tidak terlepas dari melakukan perbuatan baik dan menghindari perbuatan jahat. Setelah menemukan bahwa melakukan perbuatan baik dan berusaha untuk melakukan yang terbaik tetap tidak dapat mengakhiri penderitaan mereka, maka mereka akan menemukan bahwa mengakhiri kelahiran akan lebih baik. Menghentikan kemunculan "aku" yang lahir dan mati adalah lebih bermanfaat. Tingkatkan latihan sampai penderitaan akhirnya dilepaskan

dan seseorang berdiam "melampaui" dunia. Ini adalah *lokuttara*, di atas dan melampaui dunia.

Jika kita masih duniawi (*lokiya*) dalam cara kita menjalani hidup di dunia ini, masih memiliki rasa "aku", maka kita tidak akan bisa menghindari kelahiran dan kematian, dan kita akan melakukan yang terbaik untuk mendapatkan kelahiran yang baik dan menghindari yang jahat, sehingga dengan melakukan hal yang benar kita tidak akan menderita. Namun, penderitaan pasti ada karena akan tetap ada kelahiran, penuaan, sakit, dan kematian untuk dialami, dan meskipun kita berbuat baik, berbuat jasa kebajikan dengan cara apa pun, kita tetap ada akan menghadapi ketakutan terhadap kematian. Kita perlu melampaui kepercayaan mengenai "diri" yang menimbulkan masalah kelahiran dan kematian. Melampaui kejahatan dengan kebaikan dan kemudian melampaui bahkan kebaikan untuk mewujudkan lokuttara, melampaui segala kebaikan dan kebajikan, melampaui penderitaan. Dilema tentang apa yang terjadi setelah kematian, apakah ada kelahiran lagi atau tidak,

berakhir ketika tidak ada yang lahir dan mati. Membiarkan masalah kematian dan kelahiran berlalu dengan menyadari kelahiran "diri" adalah kelahiran dukkha.

Kita cukup cerdas dan telah cukup belajar untuk tidak lagi melahirkan perasaan adanya "aku" dan "milikku" untuk mati. Hiduplah melampaui kelahiran dan kematian, meskipun kata-kata ini mungkin terdengar aneh. Anak-anak tidak akan mengerti. Namun, ingatlah bahwa Buddha berbicara tentang melampaui kelahiran, kematian, dan segalanya, bahwa ini nyata dan dapat diwujudkan dengan meningkatkan batin kita, mengolah batin kita, dan pelatihan dalam kebijaksanaan dan pengetahuan sejati sampai ke tingkat itu, semuanya ada dalam kemampuan kita.

Tolong jangan mengambil jalan yang salah. Berusahalah untuk mengikuti dengan cara yang benar dan berbuat baiklah sesuai kemampuan Anda. Ketika Anda mencapai batas kebaikan, ketika berbuat baik tidak mengakhiri semua penderitaan, majulah ke tahap melampaui "diri",

melepaskan "diri", dan dukkha akan berakhir. Bergabunglah dengan para Arya dan akhiri persoalan apakah ada atau tidak ada kelahiran setelah kematian.

Kita telah berbicara banyak tentang kelahiran, sebenarnya sudah cukup. Kita tidak perlu memperdebatkan apakah kelahiran mengikuti kematian atau tidak. Jangan biarkan penderitaan terjadi. Jika Anda masih percaya bahwa Anda akan dilahirkan kembali, Anda harus berperilaku sedemikian rupa sehingga itu akan menjadi kelahiran yang baik. Meski begitu, akan ada penderitaan karena akan tetap ada "diri" yang lahir dan mati.

Jadi akhiri perasaan adanya "diri" dan akhiri kelahiran dan kematian. Akhiri mendapatkan atau tidak mendapatkan, menang dan kalah, untung dan rugi, dan seterusnya, maka tidak akan ada apa pun yang menyebabkan kebingungan di dunia kita. Ini berarti melampaui dunia, mencapai tujuan terakhir. Siapa yang akan mencapainya lebih dulu? Kita harus bersaing satu sama lain untuk menjadi orang pertama, karena siapa pun

yang mencapainya akan melampaui dan berada di atas segala macam penderitaan.

Tentang Penulis

Buddhadāsa Bhikkhu lahir pada tahun 1906, sebagai putra dari ibu keturunan Thailand Selatan dan ayah etnis Tionghoa. Beliau mengikuti adat Thailand dengan memasuki wihara setempat pada tahun 1926, belajar selama beberapa tahun di Bangkok, dan kemudian mendirikan tempat perlindungannya sendiri untuk belajar dan berlatih pada tahun 1932. Sejak saat itu, beliau memiliki pengaruh besar tidak hanya pada agama Buddha Thailand tetapi juga pada agama lain di Siam dan agama Buddha di Barat. Di antara prestasinya yang lebih penting, beliau:

- Menantang hegemoni teks-teks komentar belakangan dengan keunggulan khotbah-khotbah awal Buddha.
- Pembelajaran Dhamma serius yang terintegrasi, kreativitas intelektual, dan latihan keras.

- Menjelaskan Buddha-Dhamma dengan penekanan pada kehidupan ini, termasuk kemungkinan mengalami Nibbāna sendiri.
- Melunakkan dikotomi antara praktik berumah tangga dan monastik, menekankan bahwa Jalan Mulia Beruas Delapan tersedia untuk semua orang.
- Menawarkan dukungan doktrin untuk mengatasi masalah sosial dan lingkungan, membantu mengembangkan agama Buddha yang terlibat secara sosial di Siam.
- Membentuk wihara hutannya sebagai lingkungan pengajaran yang inovatif dan Taman Pembebasan (Suan Mokkh).

Setelah serangkaian penyakit, termasuk stroke, beliau meninggal pada tahun 1993. Beliau dikremasi tanpa kemegahan dan biaya seperti lazimnya.

Tentang Penerjemah

[dari bahasa Thailand ke bahasa Inggris]

Dhammavidū Bhikkhu, berasal dari Inggris, ditahbiskan sebagai biksu pada tahun 1995 dan pernah tinggal di Suan Mokkh, Chaiya, di Thailand Selatan sejak saat itu. Beliau telah membantu mengajar meditasi kepada para peserta retret asing di Suan Mokkh Internasional Dharma Hermitage and Dipabhāvan Meditation Center di Pulau Samui. Sebagai penerjemah, beliau secara khusus tertarik dengan Seri Proklamasi Dhamma, sebuah koleksi multi-jilid ajaran utama Buddhadāsa Bhikkhu.

Penerbit Dian Dharma

Penerbit Dian Dharma didirikan di Jakarta pada tanggal 8 Mei 1995 dengan tujuan untuk menyebarkan Dharma ke seluruh tanah air melalui buku-buku yang dibagikan secara gratis.

Berkat dukungan banyak pihak, hingga saat ini Penerbit Dian Dharma tetap eksis dan telah menerbitkan 180 judul buku. Sebagian dari terbitan Dian Dharma juga telah tersedia dalam versi e-book di situs www.diandharma.org

Jika Anda ingin mendapatkan buku-buku Dian Dharma, atau ingin berkontribusi terhadap penerbitan buku Dian Dharma untuk distribusi gratis, silakan hubungi:

Penerbit Dian Dharma
Jalan Mangga I Blok F No. 15, Duri Kepa
Jakarta Barat 11510
Telp. & Fax. (021) 5674104
Hp. & WA: 081 1150 4104
Email: admin@diandharma.org
www.diandharma.org
Instagram: penerbitdiandharma
Facebook: Dian Dharma Book Club

Penerbit Dian Dharma juga siap membantu mereka yang ingin mencetak buku untuk pelimpahan jasa.

WIHARA EKAYANA ARAMA
INDONESIA BUDDHIST CENTRE

Jl. Mangga II No. 8 Duri Kepa
Jakarta Barat 11510
Telp. (021) 5687921, (021) 5687922
Fax. (021) 5687923
Email: admin@ekayana.or.id

Website: www.ekayana.or.id
YouTube: Wihara Ekayana Arama
Aplikasi: Ekayana

Media Sosial
WA: 0813 1717 1116 / 0813 1717 1119
Facebook: Wihara Ekayana Arama
Instagram: ekayanaarama
Instagram: kopemwea
Instagram: koremwea
Instagram: smbekayanaarama
TikTok: ekayanaarama

Kebaktian Umum
Setiap Hari, pk. 16.00 – 17.00 (Mandarin)
Ce It dan Cap Go, pk. 19.00 – 21.00 (Mandarin)
Minggu, pk. 08.00 – 09.30 (Mandarin)
Minggu, pk. 10.00 – 12.00 (Pali)
Minggu, pk. 17.00 – 19.00 (Pali)

Kebaktian Pemuda
Minggu, pk. 10.00 – 12.00 (Pali)

Kebaktian Remaja
Minggu, pk. 09.00 – 11.30 (Pali)

Sekolah Minggu Gelanggang Anak Buddhis
Minggu, pk. 08.30 – 10.30

Dharma Class
Minggu, pk. 09.00 – 10.30

Latihan Meditasi
Minggu, pk. 13.00 – 15.00 (Vipassana)
Kamis, pk. 19.00 – 21.00 (Chan)

WIHARA EKAYANA SERPONG

Jl. Ki Hajar Dewantara No. 3A
Summarecon Serpong
Tangerang 15810
HP. 0812 1932 7388
Email: admin@ekayanaserpong.or.id

Website: www.ekayanaserpong.or.id
YouTube: Wihara Ekayana Serpong

Media Sosial
WA: 0818 0292 6368
Facebook: Wihara Ekayana Serpong
Instagram: ekayanaserpong
Instagram: kopemwes
Instagram: koremwes
Instagram: sekolahmingguwes
TikTok: Wihara Ekayana Serpong

Kebaktian Umum
Malam Ce It dan Malam Cap Go (Mandarin)
Minggu, pk. 08.30 – 09.30 (Mandarin)
Minggu, pk. 10.00 – 11.30 (Pali)

Kebaktian Pemuda
Minggu, pk. 10.00 – 11.30 (Pali)

Kebaktian Remaja
Sabtu, pk. 10.00 – 11.30 (Pali)

Sekolah Minggu Gelanggang Anak Buddhis
Minggu, pk. 10.00 – 11.30

Latihan Meditasi
Selasa, pk. 19.00 – 21.00 (Chan)

MENGENAI KELAHIRAN

"Kelahiran" dapat merujuk pada munculnya berbagai hal, baik yang bersifat materi seperti batu dan tanah, maupun yang hidup seperti tumbuhan dan makhluk. Setiap kemunculan atau peristiwa dapat dianggap sebagai kelahiran, termasuk kelahiran manusia dan dewa. Jadi, konsep "kelahiran" mencakup segala sesuatu yang baru muncul, baik yang tidak bernyawa maupun yang bernyawa. Munculnya pemikiran disebut "kelahiran mental", dan jika batin dikotori oleh kilesa (kotoran batin, keadaan tercemar, emosi reaktif), ini disebut "kelahiran kilesa".

DianDharma

Dian Dharma Book Club
Penerbitdiandharma
081 1150 4104
www.diandharma.org