

***Ariya atthangika magga* sebuah metode jalan tengah untuk mengatasi ekstremisme: kajian dalam bingkai Agama Buddha**

Parjono

Sekolah Tinggi Agama Buddha Negeri Sriwijaya Tangerang Banten

sparjono7@gmail.com

Abstrak

Tujuan penelitian dirumuskan untuk mendeskripsikan konsep ekstremisme, mendeskripsikan jenis dan bentuk ekstremisme dan mendeskripsikan cara untuk mengatasi ekstremisme dalam bingkai ajaran agama Buddha. Metode dalam penelitian ini adalah kepustakaan (*library research*) dengan pendekatan analisis teks dan interorestasi teks atau sering disebut hermeneutika. Sumber primer dalam penelitian ini adalah kitab suci Tripitaka, sumber sekunder dan tersier dari buku-buku referensi ilmiah, jurnal, majalah, surat kabar yang berkaitan dengan penelitian. Teknik Analisa dilakukan dengan cara menelaah melalui kepustakaan, yaitu dengan membaca dan mengkaji sumber-sumber yang sesuai dengan penelitian serta penarikan kesimpulan. Hasil dari penelitian ini adalah: (1) konsep ekstremisme: suatu pandangan yang melampaui batas kewajaran; (2) jenis dan bentuk ekstremisme: a). ekstrem kanan/pemuasan hawa nafsu indera secara terus menerus sehingga menimbulkan kemelekatan (*kamasukkhalkanuayoga*); b). ekstrem kiri/keterikatan pada praktik penyiksaan diri (*Attakilamathanuayoga*); (3) cara untuk mengatasi ekstremisme dalam bingkai ajaran agama Buddha: Jalan Mulia Berunsur Delapan (*Ariya Atthangika Magga*), bertujuan untuk menghindari maupun mengatasi ekstremisme membebaskan penderitaan bagi semua makhluk, dan mencapai kebahagiaan tertinggi (*Nibbana/Nirvana*).

Kata kunci: *Ariya Atthangika Magga, Ekstremisme, Buddha.*

Abstract

*The research objectives were formulated to describe the concept of extremism, describe the types and forms of extremism and describe ways to overcome extremism within the framework of Buddhist teachings. The method used in this study is library research with a text analysis approach and text interrogation or often called hermeneutics. The primary sources in this research are the Tripitaka scriptures, secondary and tertiary sources from scientific reference books, journals, magazines, newspapers related to research. The analysis technique is carried out by reviewing the literature, namely by reading and reviewing sources that are in accordance with the research and drawing conclusions. The results of this study are: (1) the concept of extremism: a view that goes beyond the normal limits; (2) types and forms of extremism: a). extreme right/continuous gratification of sensual desire, giving rise to clinging (*kaenterkhalikanuayoga*); b). extreme left/attachment to the practice of self-torment (*Attakilamathanuayoga*); (3) the way to overcome extremism within the framework of Buddhist teachings: the Noble Eightfold Path (*Ariya Atthangika Magga*), aims to overcome extremism, relieve suffering for all beings, and attain the highest happiness (*Nibbana/Nirvana*).*

Keywords: *Ariya Atthangika Magga, Ekstremisme, Buddha.*

PENDAHULUAN

Latar belakang penulis melakukan penelitian, didasarkan pada era saat ini tidak sedikit orang yang terjerumus pada pandangan salah dan masuk dalam kategori ekstremisme. Saat ini intelektual Buddhis kurang memahami konsep ekstremisme dalam kajian agama Buddha. Adanya pandangan ekstrem yang muncul pada masa pra Buddha, Buddha, maupun masa sekarang yang kurang dipahami secara kritis. Akademisi Buddhis yang kurang memahami tentang seluk beluk ekstremisme, belum mengetahui mana yang termasuk pandangan dan perbuatan yang tergolong ekstrem dan jalan untuk mengatasi pandangan ekstrem.

Pandangan ekstrem sering menimbulkan pertentangan yang sulit dicari titik temunya, menimbulkan tindak kekerasan yang melanggar nilai kemanusiaan, dilandasi sikap radikal yang disebabkan oleh kefanatikan menganut suatu paham. Adanya kehendak yang didasarkan pada pandangan membuta, manusia mengalami penderitaan dan tekanan jiwa, keputusan, dan kematian adalah jalan untuk terbebas dari penderitaan (Naylor, 1996:66; Tim Penyusun, 1989:52).

Permasalahan yang diangkat dalam penelitian tentang ekstremisme dalam kajian agama Buddha adalah bagaimana konsep ekstremisme, apa jenis dan bentuk ekstremisme, dan bagaimana cara untuk mengatasi ekstremisme dalam bingkai ajaran agama Buddha. Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, penulis tertarik mengadakan penelitian tentang pandangan ekstrem menurut agama Buddha yang masih sering dilaksanakan dalam kehidupan masyarakat serta mengubah pandangan atau paham praktik penghidupan ekstrem sesuai dengan ajaran Buddha yang dikemas dalam judul *Ariya Atthangika Magga Sebagai Jalan Tengah Untuk Mengatasi Ekstremisme Dalam Bingkai Agama Buddha*.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kepustakaan (*library research*). Studi Pustaka adalah serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data Pustaka, membaca, mencatat, serta mengolah bahan penelitian (Zed, 2004:3). Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan analisis teks dan interorestasi teks atau sering disebut hermeneutika dengan tujuan untuk mengumpulkan data Pustaka, membaca dan mencatat serta mengolah bahan penelitian dalam upaya untuk menggali secara mendalam tentang konsep ekstremisme, mendeskripsikan jenis dan bentuk ekstremisme dan mendeskripsikan cara untuk mengatasi ekstremisme dalam bingkai ajaran agama Buddha. Pada dasarnya, sumber data penelitian adalah bahan-bahan tulisan dan non tulisan. Dalam penelitian ini, sumber data yang digunakan merupakan sumber data tertulis yang terdiri dari sumber data primer dan sumber data sekunder dan tersier (Amir Hamzah, 2018: 58). Sumber primer dalam penelitian ini adalah kitab suci Tripitaka, sumber sekunder dan tersier dari buku-buku referensi ilmiah, jurnal, kamus, ensiklopedia, majalah, surat kabar yang berkaitan dengan penelitian. Metode pendekatan pada penelitian ini menggunakan metode analisis teks dan interorestasi teks atau sering disebut hermeneutika yang mengandung unsur-unsur mengungkapkan, menjelaskan dan menerjemahkan. Teknik Analisa dilakukan dengan cara

menelaah melalui kepustakaan, yaitu dengan membaca dan mengkaji sumber-sumber yang sesuai dengan penelitian serta penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Manusia pada dasarnya adalah merupakan makhluk individu sekaligus sebagai makhluk sosial yang membutuhkan orang lain. Pandangan dan pola hidup yang dimiliki individu satu dengan yang lainnya pasti memiliki suatu perbedaan dengan tujuan untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Manusia menganggap Sebagian dari kepuasan merupakan kebahagiaan hidup, sehingga menimbulkan dorongan-dorongan nafsu indera yang rendah. Maka muncul energi yang dapat memenuhi keinginan dan kepuasan (Partowisastro, 1983:34). Dalam kitab suci Tripitaka, Majjhima Nikaya.i.93 (Ariyapariyesana Sutta) menjelaskan pandangan lain menyatakan bahwa melalui penyiksaan diri sangat keras, sampai pada kematian, maka akan mencapai kebahagiaan sejati (Hoener, 1989:93).

Konsep Ekstremisme

Ekstremisme dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, terdiri dari dua kata yaitu: ekstrem dan isme, ekstrem mengandung arti melampaui batas kewajaran, sangat keras, kuat dan identik dengan fanatisme, sedangkan kata isme berarti kepercayaan atau pandangan terhadap segala sesuatu yang dimiliki individu (Depdiknas, 2001: 292). Ekstremisme mengarah pada kepercayaan yang menitikberatkan pada kepentingan diri sendiri dan kelompoknya untuk mencapai kesejahteraan hidup. Pandangan yang menyatakan bahwa setiap individu harus mengejar kebahagiaan yang berorientasi dan terpusat pada diri sendiri sehingga tidak mau mempertimbangkan individu lain (Timpenyusun, 1989:13). Ekstremis adalah orang atau kelompok masyarakat yang menganut pandangan paling ujung, keterlaluhan dan berlebihan dalam berbagai bidang kehidupan (Timpenyusun, 1989:52).

Kitab Suci Tripitaka dalam Sutta Nipata.895 dijelaskan bahwa kaum ekstremis adalah orang atau kelompok yang memandang sistem kepercayaan individu lain adalah salah, meletakkan pandangan/kepercayaannya pada posisi paling atas dan benar (Hoerner, 1984:895). Konsep Ekstremisme dalam kajian agama Buddha dijelaskan dalam kitab suci Tripitaka, Samyutta Nikaya.V.420-421 dalam Dhammacakkapavattana Sutta mengacu pada pandangan atau kepercayaan yang bersifat rendah, tidak mulia, keras, dan sia-sia, serta tidak membawa kemajuan batin (David, 1990: 420).

Berdasarkan kajian dari berbagai sumber, maka dalam perspektif Buddhis dapat disimpulkan ekstremisme adalah suatu pandangan atau kepercayaan seseorang yang bersifat rendah dan melampaui batas kewajaran yang mementingkan kepentingan diri sendiri maupun kelompoknya untuk mencapai tujuan hidupnya. Sebab munculnya ekstremisme dalam bingkai agama Buddha yaitu dengan adanya pandangan salah. Dalam literatur kitab suci Tripitaka, Sutta Nipata, Majjhima Nikaya.i.47, pandangan salah terdiri dari dua kata, yang pertama adalah pandangan istilahnya *ditthi* (Pali), *drsti* (Sanskerta). Yang kedua adalah kata salah, disebut dengan

istilah *miccha* (pali), *mithya* (Sanskerta) (Panjika, 2004:10). *Miccha-ditthi* secara harafiah berarti sistem kepercayaan atau pandangan salah terhadap segala sesuatu fenomena yang terjadi pada alam semesta (Hoerner, 1989:47).

Pandangan salah (*Miccha-ditthi*) dalam kajian kitab suci Tripitaka, Digha Nikaya.i.13-21, Majjhima Nikaya.i.93, dan Majjhima Nikaya.ii.501-514 dijelaskan bahwa pandangan salah muncul berdasarkan spekulasi, doktrin dari guru-guru terdahulu, kepercayaan membuta, dan doktrin kitab-kitab yang memiliki teori menyimpang dan tidak sesuai dengan hukum alam tanpa me membuktikan kebenarannya (David, 1989:13-21; Hoerner, 1989:93). Dalam Tripitaka, Digha Nikaya.iii.275; dan Majjhima Nikaya.i.47 menjelaskan bahwa semua Tindakan disebut salah apabila bersumber dari akusala: keserakahan (*lobha*), kebencian (*dosa*), dan ketidaktahuan (*moha*), serta pandangan saah (*miccha-ditthi*) (David, 1977:275; Hoerner, 1989:47).

Dalam kitab suci Tripitaka, Sutta Nipata. 274-279 menjelaskan bahwa memiliki pandangan salah, ekstrem (*miccha-ditthi*) terhadap ajaran yang diliputi oleh keserakahan (*lobha*), kebencian (*dosa*), dan ketidaktahuan (*moha*) maka akan mengalami kesengsaraan setelah kematian karena akan menuju ke alam-alam menderita (Hoerner, 1984: 274-279). Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa sebab munculnya ekstremisme dalam bingkai agama Buddha adalah karena adanya pandangan salah yang diperoleh dari spekulasi, doktrin dari guru-guru terdahulu, kepercayaan membuta, dan doktrin kitab-kitab yang memiliki teori menyimpang dan tidak sesuai dengan hukum alam tanpa me membuktikan kebenarannya. Pandangan salah diliputi oleh keserakahan, ketidaktahuan dan kebodohan, sehingga akan mengakibatkan seseorang terjerumus kesengsaraan.

Jenis dan Bentuk Ektremisme

Masa kehidupan pra Buddha di India, kondisi spiritual dalam kondisi yang tidak pasti. Ketidakpuasan intelektual, penyelidikan kepercayaan atau pandangan membuat manusia mgelisah, yang ditandai dengan Gerakan-gerakan keagamaan atau kepercayaan muncul dan berkembang (Widya, 1992:3). Tradisi kepercayaan yang berpengaruh adalah terikat pada praktik penyiksaan diri, tata upacara pengorbanan, dan kepercayaan akan pemuasan hawa nafsu yang digunakan untuk menemukan kebebasan serta kebahagiaan tertinggi (Narada: 1995:16). Kitab suci Tripitaka, Digha Nikaya, termuat pada Brahmajala Sutta menyebutkan ada enam puluh dua teori ajaran yang masing-masing pandangan saling bertentangan dan menjalani kehidupan sesuai dengan pemahaman, pengetahuan dari masing-masing individu, sehingga banyak diantara mereka yang menjalankan dengan jalan ekstrem yang berpotensi untuk menimbulkan pertikaian (David, 1989:10).

Jenis dan bentuk ekstremisme dalam konsep agama Buddha lebih rinci dijelaskan dalam Dhammacakkapavattana Sutta tentang dua pandangan ekstrem yang pertama adalah ekstrem kanan/pemuasan hawa nafsu indera secara terus menerus sehingga menimbulkan kemelekatan (*kamasukkhalianuayoga*), yang kedua adalah ekstrem kiri/keterikatan pada praktik penyiksaan diri (*Attakilamathanuayoga*) (David, 1990:421). Pandangan ekstrem pertama yang bertentangan dengan ajaran agama Buddha adalah ajaran nihilistik atau sering disebut materialisme

(*kamasukkhalianuayoga*) yang dianut oleh kaum *Carwaka* yaitu nama si pendiri (Narada, 1995:53). Pandangan materialis adalah suatu paham yang memiliki teori bahwa melalui pemuasan nafsu indera dan kemelekatan pada benda-benda materi, maka akan mencapai kebahagiaan sejati. Kelompok materialis berpedoman pada pemuasan hawa nafsu secara terus menerus, tidak percaya kehidupan yang akan datang, tentang surga, neraka, maupun kelahiran Kembali. Konsep penghancuran secara total pada diri makhluk setelah meninggal adalah pemahaman yang mendorong pada pemuasan hawa nafsu. Dalam kitab Majjhima Nikaya.i.501-513 menyebutkan bahwa kelompok pemuja hawa nafsu dan pemuja kesenangan indera ini menganggap bahwa agama hanyalah sebagai suatu kepercayaan yang dungu dan tidak bermanfaat. Konsep ajaran seperti itu (Hoerner, 1989:501-503). Ajaran ini mendorong para pengikutnya untuk melakukan pemuasan dan pemuasan hawa nafsu serta keinginan secara terus menerus sehingga menimbulkan kemelekatan.

Menurut literatur Buddhis, nafsu indera diistilahkan dalam Bahasa pali yaitu *kama* (Kaharuddin, 2004: 18, 356). Nafsu indera (*kama*) merupakan keinginan yang secara terus menerus dan berkesinambungan untuk memperoleh kesenangan dan kepuasan terhadap benda-benda materi. *Kama* ini identic dengan sifat negative, dengan adanya nafsu indera, maka manusia akan terjerumus dan terikat dalam noda batin sehingga menyebabkan penderitaan (*samsara*). Hawa nafsu muncul karena adanya lima landasan indera, yaitu mata (*cakkundriya*), telinga (*sotindriya*), hidung (*ghanindriya*), lidah (*jiuhindriya*), jasmani (*kayindriya*). Adanya lima indra yang kontak dengan obyek kesenangan (*kamaguna*) bentuk, bau, suara, rasa, dan sentuhan disertai dengan keserakahan (*lobha*) sebagai pemimpin, maka akan menimbulkan perasaan, keinginan (*tanha*) sehingga akan mendorong seseorang untuk melekat pada objek indera yang menyenangkan (*upadana*).

Bentuk pemuasan hawa nafsu Sebagai salah satu contoh adalah seseorang yang sudah terbiasa mengkonsumsi rokok secara terus menerus, kemudian akan menimbulkan kemelekatan dalam bentuk ketagihan,, sehingga akan secara terus menerus mengkonsumsi rokok. Selain itu masih banyak lagi bentuk-bentuk pemuasan hawa nafsu lainnya melalui lima pintu indera, seperti minum-minuman yang memabukkan, mengkonsumsi obat-obatan terlarang hingga menimbulkan lemahnya kesadaran dan memicu seseorang untuk melakukan tindak kejahatan agar nafsu keinginanya tetap terpenuhi secara terus menerus. Bahaya munculnya nafsu keinginan dijelaskan dalam kitab suci Dhammapada syair ke 343 bahwa makhluk yang memiliki pandangan materialis, diibaratkan sebagai seekor kelinci yang terperangkap dalam jebakan (Norman, 2000:343). Manusia yang selalu merindukan kenikmatan, kekayaan, dan harta, akan terjerat pada pandangan salah. Sang Buddha juga menjelaskan di dalam Majjhima Nikaya.i.92. bahwa nafsu keinginan inderawi yang rendah akan menimbulkan kesengsaraan dan terlahir di alam yang penuh penderitaan (Hoerner, 1989:92). Jadi Menurut ajaran agama Buddha, pemuasan hawa nafsu secara terus menerus merupakan suatu bentuk penyimpangan kepercayaan yang rendah dan tidak berfaedah.

Pandangan ekstrem kedua adalah ekstrem kiri/keterikatan pada praktik penyiksaan diri (*Attakilamathanuyoga*). Doktrin penyiksaan diri pada masa kehidupan Buddha diajarkan oleh

Nigantha Nataputta (leluhur Jainisme dan Titthia). Dalam Majjhima Nikaya.i.93-94 menyatakan bahwa Leluhur dan pengikut penyiksaan diri berpandangan bahwa kebahagiaan tidak dapat dicapai dengan kesenangan, akan tetapi kebahagiaan dapat dicapai dengan penderitaan dan kesakitan (Hoerner, 1989:93). Konsep ajarannya adalah melalui metode penyiksaan diri dalam upaya untuk mencapai kebebasan dan kebahagiaan tertinggi. Mereka beranggapan bahwa pluralitas jiwa utuh, terperangkap dalam materi, karena ikatan-ikatan masa lampau. Jiwa yang terperangkap hanya akan terbebas apabila ikatan-ikatan karma sudah habis. Dalam usaha untuk melepaskan karma buruk, harus dilakukan dengan praktik penyiksaan diri.

Kaum penyiksaan diri berpandangan bahwa jasmani beserta inderanya mendorong pada berbagai macam kenikmatan duniawi, sehingga menyebabkan manusia berbuat banyak kejahatan. Penekanan dalam bentuk praktik penyiksaan diri, melepaskan perasaan jasmaniah yang merupakan belenggu dari roh, merupakan tujuan yang paling mendasar untuk mencapai kebahagiaan (kalupahana, 1986: 12). Bentuk-bentuk praktik penyiksaan diri dijelaskan dijelaskan dalam kita Majjhima Nikaya.i.77, yaitu praktik penyiksaan diri sangat ekstrem (*paramata*), keras (*paramalukha*), teliti (*paramajegucchi*) dan pengasingan (*paramapavivitta*) (Hoerner, 1989:77). Praktik penyiksaan diri sangat ekstrem (*paramata*) pernah dilakukan oleh pertapa Siddharta sebagaimana dijelaskan dalam kitab Majjhima Nikaya.i.77, yaitu dengan cara hidup telanjang, menolak berkumpul dengan orang lain, menolak persembahan makanan dari panci, hanya menerima makanan sesuap saja dalam satu hari, memakai rami, kain pembungkus mayat, praktik jongkok secara terus menerus, membuat Kasur dan tikar dari paku sehingga menciptakan rasa sakit yang luar biasa dan melaksanakan kukung dalam air dalam waktu yang lama.

Praktik penyiksaan diri yang kedua adalah pertapaan dengan keras (*paramalukha*). Sebagaimana yang dijelaskan dalam kitab Majjhima Nikaya.i.78, bahwa dengan praktik tidak membersihkan badan dalam waktu yang lama, sehingga debu dan kotoran menempel tebal ditubuhnya, menakupkan gigi, lidah ditekan ke langit-langit (Hoerner, 1989:78). Praktik yang ketiga adalah pertapaan dengan teliti (*paramajegucchi*). Melaksanakan meditasi tanpa nafas dalam waktu lama hingga menimbulkan kesakitan, mengakibatkan seluruh tubuh menjadi sakit, serasa terbakar, dilakukan dengan teliti dan keras. Pemahaman pandangan salah masih melekat padanya dan menjadi doktrin ajaran (Kusaladhamma, 2006:114-115).

Praktik penyiksaan diri yang keempat adalah melalui pengasingan diri (*paramapavivitta*). Sebagaimana dijelaskan dalam Majjhima Nikaya.i.79 bahwa praktik ini dilakukan dengan cara hidup di hutan belantara, makan, minum dan melakukan segala aktifitas di hutan. Jika melihat manusia, akan menghindar dan pergi, memakan kotoran anak sapi yang masih menyusu, karena tidak ada makan yang cukup Hoerner, (1989:79). Akibat pelaksanaan praktik penyiksaan diri sangat ekstrem (*paramata*), keras (*paramalukha*), teliti (*paramajegucchi*) dan pengasingan (*paramapavivitta*) hanya membawa pada kesakitan, penderitaan dan tidak akan dapat mencapai suatu pengetahuan dan kebijaksanaan.

Dari penjelasan tersebut jelas bahwa konsep ajaran kaum pemuas hawa nafsu (*kamasukkhalianuayoga*) yang dianut oleh kaum Carwaka berseberangan dengan konsep ajaran kaum penyiksaan diri (*Attakilamathanuayoga*) dianut oleh Titthia. Maka dari itu Sang Buddha

hadir di tengah-tengah antara kedua pandangan ekstrem tersebut dengan membawa konsep Jalan Tengah yang dikenal dengan Jalan Mulia Berunsur Delapan (*Ariya Atthangika Magga*) untuk mengatasi ekstremisme.

Mengatasi Ekstremisme dalam Bingkai Ajaran Agama Buddha

Agama merupakan sumber utama bagi pembentukan etika, moral, dan nilai-nilai spiritual. Landasan moral dalam agama Buddha pada dasarnya bukanlah perintah atau larangan, tetapi pengertian yang mendalam mengenai yang baik dan yang buruk dalam Bahasa pali disebut *kusala* dan *akusala*. Dalam pandangan agama Buddha, ada dua jalan ekstrem yang harus dihindari dan diatasi oleh setiap manusia. Pandangan ekstrem itu adalah pemuasan hawa nafsu (*kamasukhalikanuayoga*) dan praktik penyiksaan diri (*attakilamathanuyoga*).

Sang Buddha menjelaskan dalam Kotbah pertamanya yang berjudul Dhammacakkapavattana Sutta bahwa untuk menghindari dan mengatasi dua jalan ekstrem adalah melalui pelaksanaan Jalan Mulia Berunsur Delapan (*Ariya Atthangika Magga*) (David, 1990:421). Dhammacakkapavattana Sutta dibabarkan kepada lima orang pertapa (Assaji, Kondanna, Badhiya, Vappa dan Mahanama) di taman Rusa Isipatana, Banares. Melalui pelaksanaan Jalan Mulia Berunsur Delapan, maka seseorang akan memperoleh pandangan terang (*Cakkhukarani*), kebijaksanaan (*Nanakarani*), ketenangan (*Uppasamaya*), pengetahuan tertinggi (*Abhinaya*), penerangan agung (*sambodhaya*), dan mencapai kebebasan tertinggi (*nibbanaya*).

Jalan Mulia Berunsur Delapan (*Ariya Atthangika Magga*) terdiri dari delapan faktor yang saling berkesinambungan: (1) pandangan benar (*samma ditthi*), (2) pikiran benar (*samma sankappa*), (3) ucapan benar (*samma vacca*), (4) perbuatan benar (*samma kammanta*), (5) mata pencaharian benar (*samma ajiva*), (6) daya upaya benar (*samma vayama*), (7) perhatian benar (*samma sati*), dan (8) konsentrasi benar (*samma samadhi*).

Delapan Jalan Utama dibagi dalam tiga landasan dasar: (a) moralitas (*Sila*) terdiri dari perbuatan benar, ucapan benar, dan mata pencaharian benar; (b) Latihan moral/meditasi (*Samadhi*) terdiri dari: daya upaya benar, perhatian benar, dan konsentrasi benar; (c) kebijaksanaan (*Panna*) terdiri dari pandangan benar dan pikiran benar (Sangharakshita, 2003: 62; Piyadasi, 2005:25-26).

Dalam kitab Visudhi Magga, dijelaskan bahwa Jalan Mulia Berunsur Delapan (*Ariya Atthangika Magga*) adalah suatu sistem jalan penerangan yang saling berkaitan dan berkesinambungan secara bertahap. Dalam upaya untuk mengatasi atau menghindari jalan ekstrem pemuasan hawa nafsu, ditunjukkan dengan moral (*sila*). Penghindaran dan mengatasi jalan ekstrem penyiksaan diri dengan pelaksanaan meditasi (*samadhi*), dan pelaksanaan jalan tengah ditunjukkan dengan kebijaksanaan (*panna*) (*Vism.4*). Faktor yang pertama dari Jalan Mulia Berunsur Delapan adalah pandangan benar (*samma ditthi*). Didefinisikan sebagai pengertian benar dengan memahami kehidupan sebagaimana adanya, tanpa memegang pandangan salah (*miccha dithi*), serta memahami secara jelas tentang empat kebenaran mulia (*Cattari Ariya Saccani*). Pandangan benar juga dengan memahami tentang hukum karma, bahwa segala bentuk perbuatan baik maupun buruk pasti akan menimbulkan suatu akibat pada diri seseorang. Pandangan benar

juga memahami tentang tiga corak umum (Tilakkhana): ketidak kekaln (Anicca), penderitaan (Dukkha), dan tanpa inti (Anatta). Dari konsep tersebut jelas bahwa keterikatan pada pemuasan nafsu (*kamasukhalikanuayoga*) dan penyiksaan diri (*Attakillamathanuyoga*) merupakan bentuk pandangan salah yang harus dihindari dan diatasi karena bertentangan dengan konsep yang diajarkan oleh Sang Buddha.

Faktor yang kedua dari Jalan Mulia Berunsur Delapan adalah pikiran benar (*samma sankappa*). Pikiran benar berarti pikiran yang terbebas dari keserakahan (*lobha*), kebencian (*dosa*), dan kebodohan batin (*moha*), hawa nafsu (*raga*), kemauan buruk (*byapada*), kekejaman (*vihimsa*), hal itu bisa diwujudkan dengan pengembangan cintakasih (*metta*) disertai belas kasih (*karuna*) terhadap semua makhluk (wahyono, 2002:74). Pemujaan hawa nafsu dan praktik penyiksaan diri merupakan praktik kehidupan yang diliputi dengan nafsu indera, keserakahan, kebencian, dan kebodohan batin serta kekejaman, sehingga hal ini tidak sejalan dengan konsep pikiran benar. Pandangan dan pikiran benar termasuk dalam kelompok kebijaksanaan (*panna*) yang akan menuju pada moral (*sila*) yang baik. Panna adalah kebijaksanaan sempurna yang dapat menembus tiga corak umum dan empat kebenaran mulia dan memberikan jalan penerangan, sehingga mampu memiliki kebijaksanaan untuk membedakan perbuatan baik dan buruk terutama mengenai jalan hidup ekstrem.

Faktor yang ketiga dari Jalan Mulia Berunsur Delapan adalah ucapan benar (*samma vacca*). Sang Buddha menjelaskan dalam Majjhima Nikaya.ii.306. bahwa ucapan benar adalah ucapan yang mewakili apa adanya, sesuai dengan realita, berhubungan dengan kebenaran, disenangi banyak makhluk. (Hoener, 1989:306). Ucapan benar mencerminkan tekad untuk menahan diri dari berbohong (*musavada*), menfitnah (*pisunavacca*) yang menimbulkan kebencian, permusuhan, dan perpecahan dalam masyarakat. Ucapan benar menghindari ucapan kasar, tidak sopan jahat, dan caci maki (*pharusavacca*), percakapan yang tidak bermanfaat (*samphapalapa*). Ucapan benar berarti mampu mengendalikan indera-inderanya, setiap ucapannya bermanfaat, memiliki faedah, tepat pada waktunya, beralasan, dan ucapan itu disertai dengan cinta kasih dan kasih sayang. Ucapan hendaknya tidak dikuasai oleh pandangan dan pikiran salah yang diliputi oleh nafsu keinginan, keserakahan dan kebodohan batin. Praktik pemuasan hawa nafsu dan pentik penyiksaan diri dilandasi oleh pandangan dan pikiran salah yang dapat menimbulkan kesesatan, sehingga sebaiknya dihindari dan diatasi dengan mengembangkan pengendalian diri terhadap ucapan dan mengembangkan ucapan baik yang disertai dengan cinta kasih (*metta*) dan welas asih (*karuna*) sehingga ucapannya bermanfaat, berfaedah, dan beralasan serta tepat pada waktunya.

Faktor yang keempat dari Jalan Mulia Berunsur Delapan adalah perbuatan benar (*Samma kammanta*). Perbuatan benar adlaah perbuatan yang tidak menyakiti dan merugikan diri sendiri maupun makluk lain (Kaharuddin, 2004:241). Sang Buddha menjelaskan dalam Digha Nikaya iii.221. bahwa keterikatan praktik pengumbaran hawa nafsu (*kamasukhallikanuayoga*) dan keterikatan pada penyiksaan diri (*attakilamathanuyoga*) termasuk perbuatan salah yang besumber dari pandangan salah dan akan menyebabkan penderitaan yang berkepanjangan (David, 1977:221). cara mengembangkan perbuatan baik adalah dengan pengembangan Latihan disiplin moral yang diwujudkan melalui pelaksanaan Pancasila buddhis. Aspek Pancasila buddhis

terdiri dari melatih diri untuk tidak melakukan penyiksaan atau pembunuhan, pencurian, perbuatan asusila, ucapan salah, dan melatih diri menghindari mengkonsumsi minuman dan makanan yang menyebabkan lemahnya kesadaran.

Faktor yang kelima dari Jalan Mulia Berunsur Delapan adalah mata pencaharian benar (*samma ajiva*). Mata pencaharian benar yaitu menghindari diri dari mata pencaharian yang menyebabkan kerugian pada diri sendiri maupun makhluk lain (Sangharakshita, 2003:65). Sang Buddha menjelaskan dalam kitab Anguttara Nikaya.iii.207. bahwa mata pencaharian benar harus sesuai sila dan terhindar dari lima jenis penghidupan salah, yaitu: (1) perdagangan daging, (2) perdagangan senjata, (3) minuman dan makanan yang menimbulkan ketagihan, (4) racun, dan (5) perdagangan manusia (Woodward, 1971:207). Ucapan benar (*samma vacca*), perbuatan benar (*Samma kammanta*), dan mata pencaharian benar (*samma ajiva*), digolongkan dalam kelompok sila yang merupakan latihan dasar yang dikembangkan untuk menghasilkan kualitas batin yang murni dan terbebas dari praktik pemuasan hawa nafsu dan penyiksaan diri.

Faktor yang keenam dari Jalan Mulia Berunsur Delapan adalah daya upaya benar (*samma vayama*). daya upaya benar usaha benar yang memiliki empat jalur, yaitu mencegah timbulnya pikiran buruk yang belum muncul (*samvara*), menekan dan melenyapkan pikiran buruk yang telah muncul (*pahana*), menumbuhkan pikiran baik yang belum muncul (*bhavana*), dan mengembangkan pikiran baik yang telah muncul (*anurakkhana*). Empat unsur utama ini merupakan dasar utama untuk melaksanakan konsentrasi benar, sehingga menuju pada pembebasan pandangan salah tentang pemuasan hawa nafsu dan praktik penyiksaan diri.

Faktor yang ketujuh dari Jalan Mulia Berunsur Delapan adalah perhaian benar (*samma sati*). Perhaian benar terdiri dari latihan-latihan vipassana bhavana, yaitu meditasi untuk memperoleh pandangan terang tentang hakikat kehidupan. Melatih diri agar benar-benar sadar, penuh perhatian, dan waspada terhadap kegiatan dan gerak-gerik yang terjadi pada diri manusia. Perhatian benar disertai kewaspadaan sangat diperlukan untuk menghindari perbuatan jahat yang merugikan diri sendiri maupun orang lain. Melalui perhatian benar, maka akan memperoleh pemahaman segala Sesuatu yang ber kondisi merupakan perpaduan unsur adalah tidak kekal dan selalu berubah ubah, dengan demikian melalui perhatian benar ini dapat mengatasi ekstremisme (pemuasan hawa nafsu dan penyiksaan diri) sehingga membawa pada kesucian dan pembebasan.

Faktor yang kedelapan dari Jalan Mulia Berunsur Delapan adalah konsentrasi benar (*samma samadhi*). Konsentrasi benar adalah pemusatan pikiran pada satu objek untuk membersihkan batin, yang ditujukan untuk kesejahteraan hidup, kesucian dan pembebasan dari penderitaan (Kaharuddin, 2004:241). Meditasi merupakan usaha mengkonsentrasikan pikiran sehingga mencapai ketenangan batin (*samatha*) dan pandangan terang (*vippasana*) yang berarti dapat menghancurkan segala bentuk kekotoran batin yang merupakan penyebab munculnya praktik penmuasan hawa nafsu dan penyiksaan diri (Buddhagosa, 2002:13). Dengan demikian akan memperoleh pandangan terang dengan memahami fenomena dari segala bentuk jasmani dan batin sebagai apa adanya, wajar, dan alamiah sehingga pemahaman salah tentang pemuasan hawa nafsu dan penyiksaan diri dapat dihindari dan diatasi.

Jalan mulia berunsur delapan dilaksanakan tidak secara terpisah atau sendiri-sendiri, melainkan dilaksanakan secara berantai dan bertahap. Semua bagian bekerja sebagai satu pengembangan yang kuat. Sang Buddha menjelaskan dalam Digha Nikaya, Majjhima Nikaya dan Samyutta Nikaya bahwa melalui pelaksanaan Jalan Mulia Berunsur Delapan, maka setiap makhluk akan terbebas dari segala bentuk ekstremisme yaitu pengumbaran hawa nafsu dan praktik penyiksaan diri yang menyebabkan penderitaan (David, 1977:221; Hoerner, 1989:421; David, 1990:421).

Berdasarkan penjelasan di atas, jelas bahwa untuk mencapai suatu kebahagiaan dan pembebasan sejati adalah dengan tidak menyakiti diri sendiri maupun berpaling dan terlibat pada pemuasan hawa nafsu, tetapi dengan mengikuti latihan yang diajarkan oleh Buddha. Dengan menjalani *Ariya Athangika Magga*, maka akan dapat mengakhiri segala bentuk ekstremisme dan mencapai kebijaksanaan. Seperti dalam cerita perjalanan spiritual Buddha Gotama, bahwa diumpamakan seperti menyetel senar gitar, gitar yang disetel terlalu kendur, maka suaranya tidak bagus, senar gitar yang disetel terlalu kencang, maka talinya akan putus dan suaranya akan hilang, maka senar gitar sebaiknya disetel dengan tepat, tidak terlalu kendur dan tidak terlalu kencang sehingga menghasilkan suara yang merdu. Begitu pula ekstremisme praktik pemuasan hawa nafsu dan penyiksaan diri tidak akan menghasilkan suatu kebijaksanaan, akan tetapi melalui pelaksanaan Jalan Mulia Berunsur Delapan sebagai jalan tengah untuk mengatasi kedua paham ekstrem tersebut.

KESIMPULAN

Ekstremisme merupakan suatu pandangan hidup yang melampaui batas kewajaran dan berlebihan. Dalam literatur agama Buddha, ekstremisme dikelompokkan menjadi dua bagian, yaitu kelompok pemuja hawa nafsu yang dilakukan secara terus menerus (*kamasukkhallikhanuayoga*) dan praktik penyiksaan diri (*attakillamathanuyoga*). Konsep ajaran pemuasan hawa nafsu dipelopori oleh kaum Carvaka (nama sang pendiri). Pandangan materialis adalah suatu paham yang memiliki teori bahwa melalui pemuasan nafsu indera dan kemelekatan pada benda-benda materi, maka akan mencapai kebahagiaan sejati. Kelompok materialis berpedoman pada pemuasan hawa nafsu secara terus menerus, tidak percaya kehidupan yang akan datang, tentang surga, neraka, maupun kelahiran Kembali. Konsep penghancuran secara total pada diri makhluk setelah meninggal adalah pemahaman yang mendorong pada pemujaan hawa nafsu, makan, minum, dan berfoya-foya. Keterikatan pada nafsu indera secara terus menerus disebabkan karena adanya sifat keserakahan (*lobha*), kebencian (*dosa*), dan kebodohan batin (*moha*).

Ekstremisme kedua adalah praktik penyiksaan diri (*attakillamathanuyoga*). Doktrin penyiksaan diri pada masa kehidupan Buddha diajarkan oleh Nigantha Nataputta (leluhur Jainisme dan Titthia). Kaum penyiksaan diri berpandangan bahwa jasmani beserta inderanya mendorong pada berbagai macam kenikmatan duniawi, sehingga menyebabkan manusia berbuat banyak kejahatan. Penekanan dalam bentuk praktik penyiksaan diri, menyenyapkan perasaan jasmaniah yang merupakan belenggu dari roh, merupakan tujuan yang paling mendasar untuk mencapai kebahagiaan. Bentuk-bentuk praktik penyiksaan

diri yaitu praktik penyiksaan diri sangat ekstrem (*paramata*), keras (*paramalukha*), teliti (*paramajegucchi*) dan pengasingan (*paramapavivitta*).

Melalui pelaksanaan Jalan Mulia Berunsur Delapan, maka akan mampu menghindari dan mengatasi ekstremisme dan kemudian akan membawa pada kebahagiaan, terbebas dari pandangan-pandangan salah (ekstremisme) sehingga mencapai kondisi kebijaksanaan. Ajaran Buddha bukan suatu doktrin yang mengharuskan pegikutnya untuk melaksanakan ajarannya. Buddha membabarkan Dhamma tentang kebenaran tidak untuk mendapatkan pengikut, melainkan menguraikan jalan kebenaran kepada semua makhluk untuk menyimpulkan penderitaan dan mencapai kebahagiaan sejati (Nibbana). Pemuasan hawa nafsu dan praktik penyiksaan diri adalah dua jalan ekstrem yang sampai saat ini masih dipraktikkan. Jalan ekstrem dalam menjalani kehidupan merupakan pemahaman dan Tindakan yang patut untuk dihindari melalui pelaksanaan Jalan Mulia Berunsur Delapan (Ariya Athangika Magga) sehingga kebahagiaan yang sejati dapat direalisasikan dengan baik.

Daftar Pustaka

- Buddhagosa, Badantacariya.1979. *The Part of Purification (Visudhi Magga)*. Kanady, Srilanka: Buddhis Publication Socieity. Diterjemahkan dari Bahasa Pali ke Inggris oleh Bhikkhu Namoli. Diterjemahkan ke Indonesia oleh Tim Penterjemah jalan kesucian. Eni darini, dkk. Bali: Mutiara Dhamma.
- Dhammapada (The Word Of The Doctrine)*. Terjemahan Norman. 2000.Oxford: Pali Text Society.
- Dialogue Of The Buddha (digha Nikaya)* Vol.I. terjemahan David, Rhys.1977. London: PTS
- Dialogue Of The Buddha (digha Nikaya)* Vol.III. terjemahan David, Rhys.1977. London: PTS
- J. Kalupahana, David. 1986. *Filsafat Buddha*. Terjemahan Hudaya Kandahjaya. Jakarta: Erlangga.
- Kaharuddin. 2004. *Kamus Umum Buddha Dhamma*. Trisatva Buddhis Centre
- Kusaladhamma. 2006. *Kronologi Hidup Buddha*. Jakarta: Karaniya.
- Naylor, Thomas. N. 1996. *Pencarian Makna Sebuah Kehidupan*. Jakarta: Bina Rupa Aksara
- Partowisastro, Koestoer. 1983. *Dinamika Psikologi Social*. Jakarta: Erlangga.
- Piyadasi. 2005. *Meditasi Buddhis Jalan Menuju Ketenangan dan Kebersihan Batin*. Surabaya: Paramita
- Sangharakshita. 2003. *Sari Ajaran Buddha*. Jakarta: Diandharma.
- The Book of Gradual Saying (Anguttara Nikaya)* Vol.III. terjemahan Woodward, F.L and Hare, EM. London: PTS.
- The Book Off Kinderd Saying. (Samyuta Nikaya)* Vol.V. terjemahan David, Rhys .1990. Oxford: Pali Text Society.
- The Book off Discoursess (Sutta Nipata)*. Terjemahan Norman, Hoerner, I.B. dan Walpola Rahula. 1984. London: Pali Text Society.
- The Middle Length Saying (Majjhina Nikaya)* Vol.I terjemahan Hoerner, I.B. 1989. London: Pali Text Society.

Ariya atthangika magga sebuah metode jalan tengah untuk mengatasi ekstrimisme: kajian dalam bingkai Agama Buddha – Parjono

Doi: [10.53565/pssa.v8i1.383](https://doi.org/10.53565/pssa.v8i1.383)

Tim Penyusun. 1989. *Ensiklopedia Nasional Indonesia*. Jakarta: Cipta Adi Pustaka.

Tim Penyusun. 2001. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.

Wahyono, Mulyadi. 2002. *Pokok-pokok Dasar Agama Buddha*. Jakarta: departemen Agama RI.

Zed, Mestika. 2004. *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.