

BAB II

AGAMA BUDDHA DI JEPANG

2.1 Asal Usul Agama Buddha

Pada tahun 563 SM, lahirlah seorang putra raja yang diberi nama Pangeran Siddharta. Ia terlahir dari seorang raja yang bernama Raja Suddhodhana dan seorang ratu yang bernama Ratu Maya. Raja Suddhodhana adalah seorang raja yang berkuasa di daerah ibukota Kapilawastu, yaitu sebuah kota di India.¹¹ Pangeran Siddharta tumbuh dalam gelimangan kekayaan dan kemewahan. Namun hal ini tidak membuatnya bahagia, bahkan Ia semakin menderita ketika suatu saat hendak pergi berkuda keluar Istana, Ia melihat seekor burung sedang membunuh cacing kecil untuk dimakan. Pangeran Siddharta lalu berfikir, apakah semua makhluk hidup saling membunuh untuk dapat bertahan hidup? Tidak hanya peristiwa tersebut saja yang membuatnya semakin menderita, suatu ketika Ia melihat orang-orang sambil menangis berjalan menuju ke pemakaman karena saudara mereka ada yang meninggal. Hal ini yang membuat Pangeran Siddharta berfikir lagi bahwa ternyata hidup ini adalah penderitaan, jatuh sakit, menjadi tua dan akhirnya meninggal, semua itu adalah penderitaan. Penderitaan untuk yang mengalaminya dan penderitaan bagi

¹¹ Ven. S. Dhammika, *Tanya Jawab Tentang Agama Buddha* (Jakarta, 1996), hal 1.

yang ditinggalkannya. Lalu Pangeran Siddharta bertanya pada diri sendiri, apakah artinya harta dan kekayaan yang dimilikinya kalau pada saatnya nanti Ia akan jatuh sakit, menjadi tua dan akhirnya meninggal. Hidup yang seperti itu adalah hidup yang tanpa arti.¹²

Sebelum akhirnya Ia pergi meninggalkan istana untuk mencari jawaban dari arti kehidupan ini, Ia sempat berkata :

"A man struggling for existence will naturally look for something of value. There are two ways of looking - a right way and a wrong way. If he looks in the wrong way he recognizes that sickness, old age and death are unavoidable, but he seeks the opposite. If he looks in the right way he recognizes the true nature of sickness, old age, and death, and he searches for meaning in that which transcends all human sufferings. In my life of pleasure I seem to be looking in the wrong way."

"Seseorang yang berjuang untuk tetap ada secara sadar akan mencari sesuatu yang berharga. Terdapat dua cara untuk mencarinya - dengan cara yang benar dan dengan cara yang salah. Jika dia mencari dengan cara yang salah dia akan menyadari bahwa rasa sakit, usia tua dan kematian tidak dapat dihindari, tetapi dia melihat sebaliknya. Jika dia mencari dengan cara yang benar dia menyadari makna sesungguhnya dari rasa sakit, usia tua dan kematian dan dia mencari arti dari semua ini guna mengatasi segala penderitaan manusia. Dalam hidup saya yang penuh dengan kesenangan ini sepertinya saya telah mencari dengan cara yang salah."¹³

Tepat diusianya yang ke-29 tahun, setelah putra satu-satunya yang bernama Rahula lahir maka Pangeran Siddharta lalu mencukur rambutnya menjadi botak dan pergi dengan hanya membawa mangkok untuk mengemis di tangannya keluar dari istana untuk mencari arti dari kehidupan ini.

¹² Bukyo Dendo Kyokai, Op. Cit, hal. 6.

¹³ Bukyo Dendo Kyokai, Op. Cit, hal. 8.

Pangeran Siddharta lalu pergi menemui guru-guru besar agama pada saat itu, mereka memang mengajarkan banyak hal kepada Pangeran Siddharta namun tak satupun yang benar-benar memahami penyebab penderitaan dan cara mengatasinya. Sampai suatu ketika setelah enam tahun bermeditasi dalam keadaan lemah karena hanya memakan sebutir nasi perharinya, Pangeran Shiddharta bermeditasi di bawah pohon *bodhi* dan ketika Ia terbangun Ia merasakan apa yang belum pernah Ia rasakan sebelumnya, Ia akhirnya menemukan cara untuk mengatasi penderitaan. Tepat di usianya yang ke-35 tahun, Pangeran Siddharta menerima pencerahan atau *satori*.

Sejak saat itulah Pangeran Siddharta lebih dikenal dengan nama Sang Buddha atau Buddha *Sakyamuni*, yang berarti "Yang Telah Sadar."¹⁴ Menurut Sang Buddha, penderitaan itu berasal dari nafsu-nafsu duniawi seperti, rasa iri, dengki, sedih, tidak puas dan bahagia. Semua itu adalah penyebab penderitaan. Jika manusia ingin terlepas dari penderitaan tersebut maka yang harus terlebih dahulu dilakukan adalah meredam nafsu-nafsu duniawi tersebut. Selama 45 tahun Sang Buddha mengajarkan pengetahuannya ke seluruh penjuru negeri. Ajaran Sang Buddha merupakan ajaran agama yang pada hakekatnya mengajarkan hukum-hukum abadi, pelajaran tata susila yang mulia, ajaran agama yang mengandung faham-faham filsafat yang mendalam, yang merupakan keseluruhan yang tidak dapat dipisah-pisahkan. Agama Buddha memberikan suatu pandangan tentang hukum abadi, yaitu hukum-hukum alam semesta sebagai kekuatan yang menguasai dan mengaturnya kepada penganutnya. Hal ini menunjukkan bahwa di atas hidup keduniawian yang fana ini terletak suatu

¹⁴ Ven. S. Dhammika, *Op. Cit.*, hal. 2

tujuan yang lebih tinggi yang menerangi serta membangun kekuatan-kekuatan batin yang baik untuk diarahkan pada tujuan yang luhur dan suci. Agama Buddha adalah ajaran yang berlandaskan cinta kasih, tanpa mengenal dan menggunakan kekerasan.¹⁵

Semua ajaran-ajaran yang telah diajarkan oleh Sang Buddha dirangkum dalam suatu kitab yang disebut dengan *Tripitaka*. Satu hal yang harus diingat yaitu bahwa agama Buddha tidak menyembah patung atau menyembah berhala. Agama Buddha tetap berpendapat bahwa Tuhan itu ada sebagai satu-satunya Sang Pencipta. Tetapi Sang Buddha merupakan penjelmaan manusia yang telah mencapai kesempurnaan dan bahwa semua orang dapat menjadi Buddha dengan berpegang pada ajaran Sang Buddha. Oleh sebab itu Sang Buddha dihormati, bukan disembah. Sebuah patung Buddha dengan kedua tangan lembut di pangkuan, dengan senyum yang penuh welas asih, mengingatkan kita untuk senantiasa berupaya mengembangkan kedamaian dan cinta kasih dalam diri kita. Harumnya dupa mengingatkan kita akan harumnya buah kebajikan, nyala lilin melambangkan cahaya pengetahuan dan persembahan bunga yang kelak pasti akan layu dan membusuk mengingatkan kita akan ketidakkekalan segala sesuatu. Dengan bersujud, kita mengungkapkan rasa syukur kepada Sang Buddha atas ajaran-Nya yang telah dibabarkan kepada umatnya. Inilah sifat-sifat pemujaan umat Buddha.¹⁶ Seperti diungkapkan oleh Sang Buddha disaat-saat terakhir hidupnya :

“Make yourself a light. Rely upon your self; do not depend upon anyone else. Make my teachings your light. Rely upon them; do not depend upon any other teaching.”

¹⁵ Pandita Abhayahema K, Op. Cit., hal. 12

¹⁶ Ibid. hal. 3.

“Jadikanlah dirimu cahaya. Bergantunglah pada dirimu sendiri: jangan bergantung kepada orang lain. Jadikanlah ajaranku sebagai cahayamu. Bergantunglah kepada ajaran ini: janganlah bergantung kepada ajaran yang lain.”¹⁷

Pada dasarnya seluruh ajaran agama Buddha berinti pada Empat Kesunyataan Mulia. Disebut “Empat” karena terdiri dari empat pernyataan. Disebut “kesunyataan” karena menyatakan kebenaran mutlak. Dan disebut “Mulia” karena barang siapa yang memahaminya niscaya menjadi mulia. Empat Kesunyataan Mulia tersebut adalah:

- Kesunyataan Mulia Pertama menyatakan bahwa hidup adalah *dukkha* atau penderitaan, ketidakpuasan dan ketidakkekalan. Dalam kehidupan ini pasti dijumpai *dukkha*. Tidaklah mungkin untuk hidup tanpa pernah mengalami suatu bentuk *dukkha*. Mau tidak mau kita semua pasti mengalami penderitaan jasmani seperti kesakitan, luka, kelelahan, ketuaan, bahkan kematian. Kita juga harus memikul penderitaan batin seperti kesepian, keputusasaan, ketakutan, rasa malu, kekecewaan, dan sebagainya.
- Kesunyataan Mulia Kedua menyatakan bahwa penderitaan disebabkan oleh nafsu atau keinginan. Apabila kita menginginkan sesuatu, namun tidak mampu memperolehnya, kita akan merasa kecewa, sakit hati dan perasaan buruk lainnya. Inti dari kesunyataan kedua adalah bahwa dengan mendapatkan apa yang kita inginkan tidak menjamin tercapainya kebahagiaan. Suatu hari pasti kita akan merasa bosan dan jenuh, kehilangan daya tarik dan mulai menginginkan yang lain. Daripada terus

¹⁷ Bukkyo Dendo Kyukai. *The Teaching of Buddha* (Tokyo, 1998), hal. 18.

memaksakan keinginan kita, cobalah untuk membatasi keinginan kita. Nafsu dan keinginan hanya akan menghilangkan rasa puas dan kebahagiaan seseorang.

- Kesunyataan Mulia Ketiga menyatakan bahwa penderitaan dapat diatasi dan kebahagiaan dapat dicapai. Sang Buddha menyakinkan bahwa kebahagiaan mutlak dapat dicapai. Apabila kita menghentikan nafsu yang sia-sia dan belajar memahami makna hidup, menikmati hidup, bebas dari keinginan yang tak berkesudahan, sabar dalam menahan segala permasalahan hidup, bebas dari rasa takut, benci, dan angkara murka, maka kita akan mencapai kebahagiaan dan terbebas. Kita takkan tergoda lagi untuk memuaskan kepentingan diri sendiri, kita merasa memiliki banyak kesempatan untuk menolong orang lain, memenuhi kebutuhan mereka. Keadaan di mana jika kita meninggal nanti akan berada di nirwana. Menurut Sang Buddha nirwana adalah terbebas dari seluruh penderitaan, baik jasmaniah maupun batiniah. Inilah kebahagiaan yang abadi. Nirwana tidaklah sama dengan surga. Nirwana adalah kekal, diluar dimensi ruang, tiada penyebab, tiada batas, tiada penuaan dan tiada kematian. Berbeda dengan surga, yang hanya bersifat sementara karena akan ada penderitaan lagi.
- Kesunyataan Mulia Keempat menyatakan bahwa terdapat delapan cara untuk melenyapkan penderitaan dan mencapai nirwana, yaitu: pandangan yang benar, pikiran yang benar, ucapan yang benar, perbuatan yang benar,

penghidupan yang benar, usaha yang benar, perhatian yang benar, dan konsentrasi yang benar.¹⁸

Dengan melaksanakan ajaran-ajaran tersebut diatas maka seseorang dapat terlepas dari penderitaan dan mencapai kebahagiaan yang abadi.

2.2 Perkembangan Agama Buddha Di Jepang

Menurut catatan sejarah yang dapat dipercaya di Jepang, *Nihon Shoki (Chronicle of Japan)* agama Buddha tiba di Jepang sekitar tahun 538, yang dibawa oleh para pendeta dari Korea dan Cina. Para pendeta tersebut datang ke Jepang dengan maksud untuk menyebarkan ajaran agama Buddha. Pada dasarnya agama Buddha mempunyai dua aliran pada awalnya, yaitu *Mahayana* dan *Hinayana*. Ajaran agama Buddha yang beraliran *Mahayana* inilah yang akhirnya masuk dan menyebar di Jepang. Aliran *Mahayana* yang dalam pemujaannya menggunakan bahasa Sansekerta dan mengenal ritual-ritual keagamaan mempunyai arti sebagai kendaraan yang paling besar. Dikatakan bahwakendaraan ini dapat menerima semua makhluk hidup yang menderita di dunia ini akibat kelahiran dan kematian dengan mengiring mereka semua tanpa pengecualian kepada pencerahan.¹⁹

Sekitar satu abad antara masuknya agama Buddha dan pembentukan pemerintahan pusat di bawah reformasi Taika (tahun 645), dikenal sebagai periode Asuka. Era kebudayaan Buddha sebenarnya dapat dibagi menjadi tiga periode yaitu,

¹⁸ Ven. S. Dhammika, Op. Cit., hal, 10

¹⁹ Bukyo Dendo Kyokai, Op. Cit., hal. 590

periode Asuka (akhir abad ke-6 hingga awal abad ke-7), periode Hakuho (akhir abad ke-7 hingga awal abad ke-8) dan periode Tempyo (abad ke-8). Pada periode Asuka inilah yang merupakan masa asimilasi kebudayaan Buddha, menerima pengaruh teknik pahat Korea yang dipelajari dari Cina serta meneliti sutra-sutra Buddha terjemahan dari bahasa Cina. Selain kebudayaan Korea dan Cina yang mempengaruhi Jepang, mengandung pula unsur-unsur kebudayaan India dan unsur-unsur kebudayaan yang datang dari negara-negara bagian barat. Sehingga dengan demikian kebudayaan Asuka dapat dikatakan sebagai warisan budaya orient timur.²⁰

Pada periode Asuka inilah hadir seorang pangeran yang melihat kemurnian nilai-nilai ajaran agama Buddha, beliau adalah Pangeran Shotoku (574-622).²¹ Pangeran Shotoku inilah yang kemudian berusaha menyebarluaskan agama Buddha di Jepang. Pangeran Shotoku adalah keponakan dari Ratu Suiko yang mendapatkan kepercayaan dari Ratu Suiko untuk memerintah Jepang. Seperti tercantum di dalam buku berjudul *Eyclopedia Americana* yang menuliskan:

"Buddhism really became dominant in Japan during the reign of Empress Suiko. How ever, the person most responsible for the acceptance of Buddhism in Japan was Suiko's Regent, Shotoku Taishi (574-622)."

"Agama Buddha sangat berpengaruh pada waktu masa pemerintahan Ratu Suiko. Tapi bagaimanapun juga, orang yang paling bertanggung jawab atas penerimaan agama Buddha di Jepang adalah wakil dari Ratu Suiko yaitu, Pangeran Shotoku (574-622)."²²

²⁰ Saburo Matsubara, et. al. *Op. Cit.*, hal. 23

²¹ Takada Yeshihito. *Talking About Buddhism* (Tokyo, 1997), hal. 124

²² _____, *Encyclopedia Americana* (Amerika, 1988), hal. 723.

Selama masa pemerintahannya inilah Pangeran Shotoku banyak mengirimkan pendeta-pendeta Jepang ke Cina untuk mempelajari agama Buddha secara mendalam agar sekembalinya nanti dapat mengajarkan agama Buddha kepada seluruh masyarakat Jepang. Pangeran Shotoku terutama melihat agama Buddha sebagai cara untuk memperhalus pandangan nasional dan untuk mempertinggi kebudayaan. Karena pada kenyataannya hampir seluruh kebudayaan yang dimiliki Jepang merupakan kebudayaan yang dipengaruhi oleh ajaran Buddha. Hasil-hasil terbaik dalam bidang ilmu pengetahuan dan berbagai macam seni diperkenalkan ke Jepang melalui agama Buddha. Memang pada awal masuknya agama Buddha terjadi perdebatan antara dua klan yang berpengaruh yaitu antara Klan Soga yang mendukung masuknya agama Buddha dan klan Mononobe yang tidak mendukung masuknya agama Buddha di Jepang. Menurut klan Mononobe hadirnya agama Buddha hanya merupakan alat politik yang digunakan oleh klan Soga. Tetapi akhirnya Pangeran Shotoku dapat meyakinkan masyarakat Jepang dan pemerintahan pada masa itu bahwa ajaran agama Buddha hadir dengan membawa banyak pengaruh yang baik.²³ Sejak agama Buddha masuk ke Jepang, banyak kebudayaan dan hasil karya baru yang telah dihasilkan. Kuil-kuil besar dan pagoda yang besar kemudian banyak dibangun. Beberapa diantaranya adalah kuil Hokoji di Asuka, kuil Horyuji di Ikgura dan yang lain sebagainya.

Dengan hadirnya agama baru di Jepang yaitu agama Buddha bukan berarti masyarakat Jepang melupakan agama yang terlebih dahulu ada, yaitu Shinto.

²³ Shoyu Hanayama, *Buddhist Handbook for Shin-shu Follower* (Tokyo, 1969), hal. 73

Diantara keduanya tidak begitu banyak mempunyai perbedaan yang mencolok, karena pada dasarnya agama Buddha yang masuk ke Jepang terlebih dahulu telah disesuaikan dengan kebudayaan yang telah ada. Sebagian besar masyarakat Jepang hingga dewasa ini masih menggunakan beberapa cara melaksanakan upacara menurut agama Shinto. Agama Shinto sendiri tidak mungkin dilupakan oleh masyarakat Jepang karena sesungguhnya agama Shinto merupakan tradisi yang dimiliki oleh masyarakat itu sendiri.

Jepang tidak sama dengan Indonesia di dalam bidang keagamaannya, Di Indonesia terdapat lima agama yaitu Islam, Hindu, Buddha, Kristen Protestan dan Kristen Katholik. Tetapi masing-masing pemeluknya menjalankan ajarannya masing-masing, jika terdapat upacara-upacara akan mereka lakukan sesuai dengan ajaran agamanya, tidak pernah terjadi seorang pemeluk agama Islam melaksanakan upacara pernikahannya dengan cara yang terdapat di dalam agama Hindu. Berbeda dengan di Jepang, agama Buddha memang telah menjadi agama negara tetapi dalam pelaksanaannya masyarakat Jepang dalam melaksanakan suatu upacara agama masih ada beberapa yang menggunakan ajaran Shinto, seperti dalam pelaksanaan upacara perkawinan. Bahkan dewasa ini masyarakat Jepang juga turut menyambut datangnya Malam Natal dengan memasang pohon Natal di rumah mereka. Masyarakat Jepang tidak pernah bermaksud untuk mencampuradukkan berbagai macam agama, tetapi pada kenyataannya Shinto merupakan suatu tradisi dari nenek moyang mereka yang masih dijalani hingga kini. Tradisi tersebut mereka pegang karena setiap masyarakat

memang harus mempunyai tradisi masing-masing yang dapat membedakannya dari masyarakat yang lain.

Pemerintah Jepang juga tidak pernah memaksakan masyarakatnya untuk memeluk satu agama saja, mereka memberikan kebebasan kepada masyarakatnya untuk melaksanakan kegiatan beragama sesuai dengan keyakinan mereka, seperti yang tercantum di dalam Undang-Undang Meiji tahun 1947 yaitu:

“Tidak satupun organisasi agama dapat menerima hak istimewa dari negara, dan tidak satupun dapat mempunyai wewenang politik apapun. Tidak seorangpun dapat dipaksa mengambil bagian dalam kegiatan, perayaan, upacara atau praktek agama. Negara dan instansinya harus membatasi diri tidak melakuakn pendidikan agama atau kegiatan agama apapun.”²⁴

Pernyataan ini yang membuat masyarakat Jepang bebas menjalankan kehidupan beragamanya sesuai dengan apa yang mereka yakini. Selama tidak mengganggu jalannya pemerintahan. Masyarakat Jepang berpendapat bahwa antara Buddha dan Shinto adalah suatu pasangan yang tepat, karena antara satu dengan yang lainnya selalu saling melengkapi bukan saling menyaingi.²⁵

Dapat disimpulkan bahwa pada periode Asuka inilah agama Buddha mulai menciptakan kebudayaan-kebudayaan baru di Jepang dan kebudayaan tersebut sangat berpengaruh pada periode-periode selanjutnya. Kebudayaan pada periode ini lebih dikenal dengan Kebudayaan Asuka.

²⁴ International Society For Educational Information Inc. *Jepang Dewasa Ini*. (Tokyo, 1989), hal. 139.

²⁵ H. Byron Earhart. *Religion in The Japanese Experience* (Tokyo, 1980) hal. 35.

2.3 Aliran Zen Dalam Agama Buddha

Bersamaan dengan masuknya agama Buddha ke Jepang maka banyak bermunculan aliran-aliran baru dari agama Buddha seperti: Sanron, Jojitsu, Hosso, Kusha, Kegon, Ritsu, Tendai, Shingon, Jodo, Zen, Shin dan Nichiren. Beberapa diantaranya memang sudah tidak ada lagi dewasa ini. Pada periode Kamakura khususnya (1192-1333) terjadi suatu keresahan besar politik dan kekacauan sosial yang menyebabkan banyaknya muncul aliran-aliran tersebut yang menawarkan harapan keselamatan baik kepada prajurit maupun kepada rakyat biasa.²⁶

Hingga saat ini di Jepang, diantara beberapa aliran Buddha, yang banyak penganutnya adalah aliran *zen*. Aliran *zen* menjadi sangat terkenal karena di dalam ajarannya terdapat meditasi sebagai salah satu cara untuk mencapai pencerahan atau *satori*. Sebenarnya cara bermeditasi telah ada sejak dulu, tetapi kemudian di populerkan oleh aliran *zen*. Aliran *zen* tiba di Jepang pada periode Kamakura, yang aslinya berasal dari India. Dari India aliran *zen* ini kemudian dibawa ke Cina lalu sampai akhirnya tiba di Jepang.

Zen berasal dari bahasa *Pali*, yaitu bahasa yang digunakan oleh masyarakat India yang diambil dari kata *jhana*, di dalam bahasa *sanskerta* kata *jhana* berubah menjadi *dhyana* yang mempunyai arti meditasi.²⁷ Ketika dibawa ke Cina kata *dhyana* berubah menjadi *ch'an*. Tidak berapa lama setelah aliran *ch'an* masuk ke Cina dan disebarluaskan maka beberapa pendeta Cina berangkat ke Jepang untuk menyebarkan

²⁵ H. Byron Earhart. *Religion in The Japanese Experience* (Tokyo, 1980) hal. 35.

²⁶ International Society for educational Information Inc., *Jepang Dewasa Ini* (Jakarta, 1989), hal. 114

²⁷ Toichi Yoshioka, *Zen* (Osaka, 1978), hal. 59

ajaran tersebut di Jepang, dan kata *ch'an* kemudian berubah menjadi *zen*, keduanya memiliki karakter kanji yang sama (禪). (lihat gb. 1)

Awal masuknya *zen* Buddhisme di Jepang merupakan suatu peristiwa yang penting di dalam sejarah Jepang. Sebenarnya meditasi telah dikenal dan dilakukan sejak agama Buddha masuk ke Jepang, seperti yang diajarkan oleh pendeta *Dosho* (629-700) dari sekte *Hosso*, tetapi tidak begitu terkenal. Sampai akhirnya masuklah ajaran *zen* yang dibawa dan dikembangkan oleh dua tokoh yang sangat terkenal yaitu, *Eisai* (1141-1215) yang mendirikan sekolah *Rinzai* dan *Dogen* (1200-1253) yang mendirikan sekolah *Soto*. Kedua tokoh ini yang akhirnya dapat mempopulerkan *zen* Buddhisme di Jepang. Mereka sebelumnya pergi ke Cina untuk mempelajari ajaran ini dengan serius lalu menyebarkannya ke Jepang. Setelah mereka, banyak para pendeta yang lainnya pergi ke Cina untuk mempelajari aliran ini secara mendalam. Jadi dapat dikatakan bahwa perkembangan dan penyebaran *zen* buddhisme di Jepang berawal dari *Rinzai zen* dan *Soto zen* yang dengan cepat mendapat tempat di hati rakyat.²⁸ Seperti dikatakan oleh *Dogen* kepada murid-muridnya:

"It was transmitted to Japan in the Kamakura period (1192-1333) where it not only contributed to the disciplining of the spirit of the emotionally prone Japanese people but also deeply influenced the military and fine arts as well as daily life in general."

*"Zen diperkenalkan ke Jepang pada periode Kamakura (1192-1333) dimana zen tidak hanya menyumbangkan semangat berdisiplin bagi masyarakat Jepang tetapi juga secara dalam sangat mempengaruhi kekuatan militer dan para seniman dalam kehidupan sehari-hari."*²⁹

²⁸ Ibid. hal. 15

²⁹ Reiho Masunaga, Op. Cit., hal. 17

Zen merupakan cabang dari Buddha *Mahayana*, sehingga ajaran pada *zen* banyak mengambil dari ajaran Buddha *Mahayana*. *Zen* tidak dapat diungkapkan melalui konsep apapun juga dan tidak bisa dikemukakan dengan pikiran seseorang. *Zen* harus dilakukan dan dipelajari karena *zen* adalah benar-benar merupakan pengalaman. Hanya orang yang telah sungguh-sungguh memahami *zen* yang akhirnya dapat mengerti bahwa *zen* itu apa. *Zen* lebih dari hanya melakukan meditasi, walaupun dalam pelaksanaan *zen* selalu dengan cara bermeditasi. Mungkin *zen* dapat diartikan sebagai pegangan hidup seseorang, karena ajarannya yang mengajarkan manusia untuk meredam segala nafsu-nafsu duniawi dan hanya mengkonsentrasikan diri pada meditasi atau *zazen*, semua itu dilaksanakan guna mencapai *satori*.³⁰

Aliran *zen* di Jepang berbeda dari sekte-sekte Buddha lainnya, *zen* menitikberatkan ajarannya pada cara hidup yang benar aturannya atau disiplin dan melatih diri. *Zen* lebih berorientasi ke arah apresiasi dan pemahaman daripada pemujaan.³¹ Di Jepang sendiri diketahui bahwa kehidupan para pendeta Buddha berubah sejak *zen* masuk dan mempengaruhi kehidupan para pendeta Buddha di Jepang.

Satu hal yang tidak bisa dipisahkan dari *zen* Buddhisme ini adalah *zazen*. Kata *zazen* juga diambil dari bahasa sanksekerta, yaitu *za* yang berarti posisi atau postur tubuh dan *zen* yang berarti meditasi jadi *zazen* adalah posisi atau postur tubuh saat duduk sebelum melakukan meditasi. Seperti dikatakan oleh Dogen:

³⁰ Saburo Matsubara. Op. Cit., hal. 64

³¹ Ibid

"It would not be going too far to say that the life of those following the Way of zen begins and ends with zazen."

"Tidak terlalu berlebihan jika dikatakan bahwa kehidupan mereka yang mengikuti ajaran zen bermula dan berakhir dengan zazen."³²

Zazen dapat dilakukan oleh siapa saja, bukan hanya dilakukan oleh para pendeta. Masyarakat Jepang dewasa ini semakin banyak yang datang ke kuil untuk melakukan *zazen*. Posisi *zazen* adalah posisi duduk di atas bantal khusus yang disebut dengan *zafu*, dengan kaki bersila, posisi punggung tegak lurus, nafas yang teratur dan mata hampir tertutup (lihat gb. 2). *Zazen* berarti duduk dalam waktu yang cukup lama dan menjadi tenang). Posisi tangan disebut dengan *gassho*, yaitu punggung tangan kiri diletakkan di atas tangan kanan dengan kedua ibu jari saling bersentuhan, posisi tangan tersebut ditempatkan di atas kaki yang bersila. *Gassho* adalah gerakan tangan yang menimbulkan rasa hormat dan perdamaian, simbol dari keseimbangan dan persatuan.³³

Seperti telah disebutkan oleh penulis sebelumnya bahwa aliran zen di Jepang dapat berkembang dan menjadi terkenal berkat dua orang pendeta yang bernama Eisai dan Dogen. Masing-masing kemudian mendirikan sekolah dan mengajarkan ajarannya. Eisai (1141-1215) sepulangnya dari Cina mendirikan Rinzai *zen*, dan Dogen (1200-1253) mendirikan Soto *zen*. Di sini penulis akan menyinggung sedikit tentang kedua tokoh tersebut.

³² Toichi Yoshihito, Op. Cit., hal. 60

³³ Ernest Wood, *Zen Dictionary* (Tokyo, 1972), hal. 157

Rinzai adalah aliran *zen* Buddhisme yang didirikan oleh Eisai (1141-1215) sepulangnya dari Cina. Eisai terlahir dari keluarga yang sangat patuh kepada ajaran agama. Eisai mulai mempelajari agama Buddha pada usia yang masih sangat muda. Eisai lalu pergi ke Gunung Hiei untuk mempelajari agama Buddha, namun di sana ia tidak menemukan makna yang berarti dan memberikan kesan. Ketika ia mendengar bahwa di Cina sedang berkembang ajaran *Ch'an* maka Eisai segera berangkat ke Cina. Eisai adalah orang yang memperkenalkan fungsi dan kegunaan teh pertama kali ke Jepang. Setelah setengah tahun Eisai kembali ke Jepang dengan membawa patung-patung dari Cina untuk diberikan ke kuil di Gunung Hiei. Tetapi Eisai tidak kembali ke Gunung Hiei, ia kemudian pergi menyeberang ke Kyushu untuk menyebarkan ajaran Buddha.

Pada usianya yang ke-47, Eisai kembali ke Cina. Di Cina ia kemudian mempelajari ajaran *zen* dari *Hsu-an Huai-ch'ang* dan *Lin-chi Ch'an*. Rinzai *zen* sendiri didirikan oleh *Lin-chi I-hsuan*, seorang guru besar dari Cina. Empat tahun kemudian kedua gurunya tersebut berpendapat bahwa Eisai telah menguasai ajaran *zen*, maka tak lama setelah itu Eisai kembali ke Jepang. Kembali ke Kyushu, Eisai mulai menyebarluaskan salah satu cabang ajaran Buddha yang dipelajarinya di Cina yaitu Rinzai *zen*. Tetapi karena kecemburuan dari para pendeta dari Gunung Hiei, maka kegiatan Eisai dihentikan oleh pemerintahan setempat. Kemudian Eisai pindah ke Kamakura. Di sana dengan mudah ia mengajarkan ajarannya karena pada waktu itu para keshogunan sedang mencari suatu ajaran dan kebudayaan yang baru untuk memperkuat Kamakura melawan pemerintahan Kyoto. Dengan bantuan dari

kalangan Shogun, ajaran Rinzai *zen* berkembang di Kamakura. Bahkan pada periode Muromachi Rinzai *zen* berkembang lebih pesat lagi, sampai akhirnya dibangun kuil di Kamakura dan Kyoto dengan struktur lima kuil utama dan sepuluh kuil kecil di bawahnya. Dengan kuil ini sebagai fokusnya, maka berkembang pulalah kebudayaan Cina di Jepang.

Posisi Sang Buddha yang sedang duduk bermeditasi di bawah pohon bodhi dan menerima pencerahan, menjadi kunci utama di dalam ajaran Rinzai *zen*. Posisi duduk sambil bermeditasi yang merupakan ajaran Buddha kemudian diikuti oleh Rinzai *zen*, lalu dengan mengosongkan segala pikiran dan berkonsentrasi untuk mendapatkan ketenangan yang abadi. Setelah Eisai kembali dari Kyoto, Ia meninggal pada usia yang ke-75 lalu menuju Nirvana. Kuil Rinzai *zen* yang terkenal dan besar adalah kuil Daitokuji, kuil Shokokuji, kuil Myoshinji, kuil Nanzenji, kuil Kenninji, dan kuil Tofukuji.

Dogen (1200-1253) adalah pendiri Soto *zen*. Dogen terlahir dari keluarga bangsawan, namun ketika Ia masih kecil kedua orang tuanya meninggal. Saat berumur tiga belas tahun Dogen pergi ke Gunung Hiei dan memutuskan untuk menjadi pendeta. Pada saat itu ternyata ajaran Buddha telah kehilangan keasliannya akibat tercampur dengan adanya para tentara pendeta. Karena tidak puas dengan situasi yang seperti ini, hanya bertahan selama dua tahun, lalu Dogen pergi meninggalkan Gunung Hiei dan pergi menuju Kenninji untuk mengunjungi Eisai dan mempelajari *zen* darinya. Setelah Eisai meninggal, Dogen pergi ke Cina, mencari seorang guru yang dapat membimbingnya untuk mencari kebenaran dari ajaran

Buddha yang sesungguhnya. Dogen sempat mengunjungi beberapa kuil sampai akhirnya ia datang ke Gunung T'ien t'ung dan bertemu dengan seorang biksu *ch'an* yang bernama *Ju-ching*.

Suatu hari disaat Dogen sedang berlatih di bawah bimbingan *Ju-ching*, ia mengalami suatu peristiwa yang mengejutkan. Dogen merasa jiwanya telah hilang dari pikirannya. Hal ini merupakan pengalaman spiritualnya, ia telah menerima pencerahan dengan cara *zazen*. Setelah empat tahun, Dogen kembali ke rumahnya, pertama ia tinggal di Kenninji namun tidak berapa lama ia pindah dan tinggal di kuil di daerah Fukakusa. Semakin lama, semakin banyak orang-orang yang mengikuti ajarannya. Dogen kemudian membangun kuil Daibutsuji di daerah Fukui dan berkonsentrasi penuh mengajarkan ilmunya. Kuil tersebut lalu berubah nama menjadi Eiheiji (lihat gb. 3).

Soto *zen* memusatkan ajarannya pada posisi *zazen*. Dengan duduk sambil bermeditasi bukan untuk mencapai pencerahan saja tetapi juga untuk menghilangkan semua keinginan dan pikiran dan akhirnya dapat mencapai *satori*. Di kuil Eiheiji inilah Dogen menyebarkan ajaran Soto *zen*, dengan bantuan dari pimpinan Kuil Eiheiji, *Keizan*. Soto *zen* mempunyai dua kuil yang utama yaitu, Eiheiji dan Sojiji. Pada usia Dogen ke-54, ia meninggal dan menuju Nirvana.³⁴

³⁴ Ibid. hal. 87-89