

STUDI BULAN ASADHA TENTANG KEPEDULIAN AJARAN AGAMA BUDDHA TERHADAP KEBAHAGIAAN SEMUA MAKHLUK HIDUP

¹Arif Muzayin Shofwan

Universitas Nahdlatul Ulama Blitar

arifshofwan2@gmail.com

Abstract: *In the month of Asadha, the Buddha first gave a lecture to his followers which contained concern for the happiness of all living beings, both visible and invisible. This qualitative research using a literature study will examine the concept of concern from Buddhist teachings for the happiness of all living creatures. The data analysis technique uses content analysis by sorting things according to the focus and objectives of the research. This research produced the following findings. First, the commemoration of the holy month of Asadha teaches Buddhists the importance of understanding the nature of human life and its purpose. With his concern, the Buddha explained the Four Noble Truths, namely: (1) the truth of suffering; (2) the truth of the origin of suffering; (3) the truth of the cessation of suffering; and (4) the truth of the path leading to the cessation of suffering. Second, the commemoration of the holy month of Asadha teaches Buddhists the importance of the path to the cessation of suffering which is usually called the "Noble Eightfold Path" or "Middle Path", namely a path that Buddhists must take to lead to the cessation of suffering and obtain unlimited happiness and enlightenment.*

Keyword: *Concept, Asadha Month, Happiness, and Buddhism*

Abstrak: Pada bulan Asadha pertama kali Sang Buddha memberikan ceramah kepada umatnya yang berisi tentang kepedulian terhadap kebahagiaan semua makhluk hidup, baik yang tampak maupun yang tidak tampak. Penelitian kualitatif dengan studi kepustakaan ini akan mengkaji konsep kepedulian ajaran agama Buddha terhadap kebahagiaan semua makhluk hidup. Teknik analisa datanya menggunakan analisis isi dengan memilah-milah hal-hal yang sesuai dengan fokus dan tujuan penelitian. Penelitian ini menghasilkan temuan berikut. *Pertama*, peringatan hari suci bulan Asadha mengajarkan kepada pada umat Buddha akan pentingnya memahami hakikat kehidupan manusia dan tujuan hidupnya. Dengan kepeduliannya, Sang Buddha membabarkan Empat Kebenaran Mulia, yaitu: (1) kebenaran akan derita; (2) kebenaran asal-usul derita; (3) kebenaran akan lenyapnya derita; dan (4) kebenaran jalan menuju lenyapnya derita. *Kedua*, peringatan hari suci bulan Asadha menganjurkan kepada umat Buddha akan pentingnya jalan menuju lenyapnya derita yang biasa disebut “Jalan Mulia Berunsur Delapan” atau “Jalan Tengah”, yakni sebuah jalan yang harus ditempuh umat Buddha untuk menuju lenyapnya derita serta mendapatkan kebahagiaan dan pencerahan yang tanpa batas.

Kata Kunci: Konsep, Bulan Asadha, Kebahagiaan, dan Agama Buddha

PENDAHULUAN

Apabila seseorang bertanya tentang sebuah agama yang memiliki kepedulian terhadap kebahagiaan semua makhluk hidup tanpa batas, maka agama tersebut adalah agama Buddha. Yakni, sebuah agama yang telah dibabarkan oleh Sang Buddha Gotama seorang putra mahkota Raja Sudhodana dan Ratu Mahamaya dari Kerajaan Sakya. Dari pertanyaan sederhana seperti ini mungkin akan timbul pertanyaan-pertanyaan lanjutan. Misalnya, sejak kapan Sang Buddha membabarkan ajaran agama yang memiliki kepedulian terhadap kebahagiaan semua makhluk tanpa batas tersebut?. Mengapa ajaran yang dibabarkan Sang Buddha memiliki kepedulian yang tanpa batas terhadap kebahagiaan semua makhluk hidup?. Dan mungkin pula akan

mengembang ke berbagai pertanyaan yang lebih mendalam dibanding pertanyaan-pertanyaan itu semua (Shofwan, 2022).

Jawaban sederhananya adalah Sang Buddha mulai membabarkan ajaran agama yang memiliki kepedulian tanpa batas tersebut setelah beliau mengalami pencerahan sempurna atau mencapai ke-buddha-an. Yakni, tepat dua bulan setelah Sang Buddha mencapai pencerahan pada saat purnama siddhi di bulan Asadha, beliau mengajarkan Empat Kebenaran Mulia untuk pertama kalinya. Peristiwa yang dikenal khotbah pertama ini terjadi di Taman Rusa Isipatana dekat kota Benares. Lima orang pertapa bekas teman berjuang yang pernah meninggalkan Sang Buddha bertapa sendirian di bawah Pohon Bodi, merupakan orang-orang yang paling berbahagia yang pertama kali mendengarkan khotbah Sang Buddha tersebut. Kelima orang tersebut adalah Kondañña, Bhaddiya, Vappa, Mahānāma, dan Assaji (Shofwan, 2022).

Selanjutnya apakah sesungguhnya yang Sang Buddha kumandangkan kepada dunia pertama kali pada bulan Asadha tersebut?. Seberapa pentingkah peristiwa tersebut sehingga memiliki nilai keramat bagi kemanusiaan?. Sri Saddhammacariya Paññavaro Mahathera (1987) menyatakan bahwa peristiwa bulan Asadha tersebut sangat penting diperhatikan sebab dalam khotbah pertama itulah, Sang Buddha menyampaikan hakikat kehidupan manusia dan tujuan hidup ini. Lebih dari itu, Sang Buddha menunjukkan jalan yang agung dan suci untuk membebaskan manusia dari penderitaan dan kemelaratan batin. Semua itu, Sang Buddha simpulkan dalam Empat Kebenaran Mulia yang sangat terkenal sebagai jantung dan sumber dari seluruh ajaran dhamma Sang Buddha.

Dalam sebuah penelusuran penelitian terdahulu, tampak ada penelitian tentang ajaran agama Buddha yang telah dilakukan oleh Shofwan (2022) berjudul “*Character Building Melalui Ajaran Agama Buddha*” mengkaji tentang pembentukan karakter dengan ajaran-ajaran agama Buddha. Tulisan Shofwan (2022) yang lainnya berjudul “*Etika Ajaran Agama Buddha untuk Membangun Bangsa dan Negara dalam Kebersamaan*” yang mengkaji tentang etika-etika ajaran agama Buddha dalam membangun bangsa dan negara agar tetap harmonis dan saling menjaga kebersamaan. Namun dari dua judul tersebut tampaknya belum ada penelitian yang mengkaji tentang konsep kepedulian ajaran agama Buddha terhadap kebahagiaan semua makhluk hidup. Oleh karena itu, tulisan ini segera mengawali penelitian tentang konsep agama Buddha tersebut terhadap kebahagiaan semua makhluk hidup, baik yang tampak maupun yang tak tampak.

METODE PENELITIAN

Penelitian diskriptif kualitatif ini menggunakan pendekatan studi kepustakaan dalam melakukannya. Studi kepustakaan adalah suatu studi untuk mengumpulkan informasi dan data dengan beberapa hal yang ada di perpustakaan, misalnya buku, majalah, dan lainnya (Mardalis, 1999). Nazir (2003) menyatakan bahwa studi kepustakaan merupakan teknik pengumpulan data dengan melakukan penelaahan buku, literatur, catatan, dan beragam catatan yang diperlukan.

Sedangkan Zed (2014) menambahkan bahwa karya non-cetak seperti hasil rekaman audio seperti kaset, dan video film seperti microfilm, mikrofis dan bahan elektronik lainnya – juga dapat digunakan sebagai data dalam studi kepustakaan. Namun tentu saja tidak semua karya non-cetak bisa digunakan dalam mengumpulkan data dalam penelitian ini. Artinya, data-data baik yang berupa cetak maupun non-cetak harus dipilih dan dipilah.

Sumber data penelitian ini adalah data-data yang terkait dengan tujuan dan masalah yang dipertanyakan dalam penelitian (Bungin, 2001). Dengan demikian, analisa data dalam penelitian ini menggunakan analisis isi (*content analysis*) dengan memilah-milah data yang sesuai dengan tujuan dan masalah penelitian. Selain itu, penelitian ini menggunakan beberapa metode dalam pembahasannya, yaitu: deduksi, induksi, dan komparasi (Hadi, 1989).

PEMBAHASAN

Kepedulian Membabarkan Empat Kebenaran Mulia

Sampai sejauh mana kepedulian dhamma ajaran Sang Buddha bagi semua makhluk hidup?. Kemudian apa signifikansi Empat Kebenaran Mulia tersebut terhadap kebahagiaan semua makhluk hidup?. Tentu tidak mudah bagi orang awam untuk menjawab pertanyaan semacam ini. Namun bagi Sang Buddha yang telah mencapai pencerahan sempurna, pertanyaan semacam itu sangat mudah untuk dijawab dan dibabarkan. Yakni, pembabaran Empat Kebenaran Mulia dari Sang Buddha tersebut merupakan bukti kepedulian beliau demi kebahagiaan semua makhluk hidup agar mereka tidak terus mengembara dan berkelana dalam roda penderitaan. Oleh karena itu, umat manusia hendaknya mengerti terlebih dahulu pada Empat Kebenaran Mulia yang merupakan jantung dan sumber kepedulian dhamma Sang Buddha tersebut, antara lain:

Pertama, Kebenaran Mulia akan Derita (*Dukkha Ariya Saccassa*). Yakni, kebenaran mulia yang pertama dibabarkan Sang Buddha adalah kebenaran tentang adanya derita (*dukkhā*) yang mencengkeram kehidupan ini. Dalam kehidupan ini, semua makhluk hidup telah dan akan melewati proses derita jasmani seperti kelahiran, usia tua, menyandang berbagai macam penyakit, hingga derita mengalami kematian. Selain derita tersebut, semua makhluk hidup juga telah dan akan mengalami penderitaan batin (mental) seperti sedih, putus asa, kegagalan, dan penderitaan-penderitaan batin lainnya. Sehingga, pada hakikatnya kehidupan manusia ini merupakan timbunan dari berbagai kelompok derita (*sankhara dukkhā*). Dipertegas oleh Sang Buddha sebagai berikut: “*O, Para Bhikkhu, kebenaran mulia tentang derita (dukkhā) yaitu: kelahiran adalah dukkha, usia tua adalah dukkha, penyakit adalah dukkha, kematian adalah dukkha, berkumpul dengan yang tidak disukai adalah dukkha, berpisah dari yang dicintai adalah dukkha, tidak memperoleh yang diinginkan adalah dukkha. Singkatnya, lima kelompok kemelekatan (pancapadanakhandā) adalah dukkha*” (Dhammacakkappavattana Sutta).

Kedua, Kebenaran Mulia akan Asal Derita (*Dukkha Samudayassa Ariya Saccassa*). Yakni, kebenaran mulia kedua yang dibabarkan Sang Buddha adalah kebenaran tentang asal mula timbulnya penderitaan. Asal mula timbulnya penderitaan yang dialami semua makhluk hidup adalah nafsu-nafsu keinginan (*tanhā*). Disebutkan dalam “Dhammacakkappavattana Sutta” sebagai berikut: “*O, Para Bhikkhu, kebenaran mulia tentang asal mula derita (dukkhasamudaya ariyasacca) yaitu: keinginan terhadap kesenangan indera (kama tanhā), keinginan terhadap penjelmaan (bhava tanhā), dan keinginan terhadap pemusnahan diri (vibhava tanhā)*”. Bhikkhu Sri Dhammacariya Paññavaro Thera sekarang Mahathera (1987) menambahkan bahkan penderitaan yang kecil-kecil yang amat mengerikan seperti: cekcok rumah tangga, pertengkaran, penyelewengan, tindak pidana; sampai peperangan yang menelan korban ribuan umat manusia. Apakah sebabnya?. Tidak lain bersumber dari nafsu-nafsu keinginan (*tanhā*).

Ketiga, Kebenaran Mulai akan Kepadaman Derita (*Dukkha Nirodhassa Ariya Saccassa*). Yakni, kebenaran mulia keempat yang dibabarkan Sang Buddha adalah kebenaran tentang lenyapnya (kepadaman) derita. Dalam istilah lain, Bhikkhu Sri Saddhammacariya Paññavaro Mahathera (1987) menyebutnya dengan kebenaran tentang adanya kebahagiaan tertinggi yang dapat dicapai oleh setiap orang. Bila mereka mau, dan mau berusaha dengan tekun, dengan penuh semangat untuk melenyapkan sebab-sebab penderitaan itu secara mutlak. Dalam “Dhammacakkappavattana Sutta” disebutkan sebagai berikut: “*O, Para Bhikkhu, kebenaran mulia tentang lenyapnya dukkha yaitu terhentinya semua nafsu keinginan tanpa sisa, melepaskannya, bebas, terpisah sama sekali dari nafsu keinginan tersebut*”.

Keempat, Kebenaran Mulia akan Jalan Menuju Kepadaman Derita (*Dukkha Nirodha Gamina Patipadaya Ariya Saccassa*). Yakni, kebenaran keempat yang dibabarkan Sang Buddha adalah adanya jalan menuju lenyapnya (pamadaman) derita. Bhikkhu Sri Saddhammacariya Paññavaro Mahathera (1987) menyatakan bahwa kebenaran mulia keempat

ini menuntut penghayatan dari setiap orang. Sebab kebenaran mulia keempat ini adalah jalan yang agung, jalan yang ampuh untuk melenyapkan sebab-sebab penderitaan. Hingga mereka yang menghayatinya pasti mencapai kebahagiaan tertinggi (*nibbana*). Jalan keramat itu sebenarnya hanya satu, namun terdiri dari delapan unsur yang tidak bisa dipisah-pisah satu dari yang lainnya. Sang Buddha menyatakan: “*O, Para Bhikkhu, kebenaran tentang jalan menuju lenyapnya dukkha tidak lain adalah Jalan Mulia Berunsur Delapan yaitu: Pengertian benar, Pikiran benar, Ucapan benar, Perbuatan benar, Mata pencaharian benar, Usaha benar, Perhatian benar, dan Samadhi benar*” (Dhammacakkappavattana Sutta).

Pembabaran tentang Empat Kebenaran Mulia di atas merupakan bukti kepedulian Sang Buddha demi kebahagiaan semua makhluk hidup yang tanpa batas. Bahkan Y.A.D. Paññasara Mahathera (1993) menyatakan bahwa ketika banyak manusia memperdebatkan dan menanyakan berbagai hal yang berhubungan dengan asal-usul dunia, Sang Buddha selalu mengingatkan mereka agar tidak menyia-nyiakan waktu dan pikiran dengan pertanyaan-pertanyaan yang tak banyak membawa pencerahan semacam itu. Akan tetapi, Sang Buddha selalu menyarankan agar mereka tekun mempelajari Empat Kebenaran Mulia atau Empat Kasunyataan Mulia dan mengikuti Jalan Mulia Berunsur Delapan demi kebahagiaan dirinya sendiri dan kebahagiaan semua makhluk hidup yang tanpa batas.

Kepedulian Membabarkan Jalan Mulia Berunsur Delapan

Selain kepedulian Sang Buddha dalam membabarkan Empat Kebenaran Mulia sebagaimana yang telah dipaparkan di atas, beliau juga terus mengajarkan umat manusia agar selalu mengikuti dan mempraktikkan Jalan Mulia Berunsur Delapan. Kedelapan jalan ini merupakan kebenaran untuk menuju lenyapnya derita (*dukkha*) yang selalu dibabarkan oleh Sang Buddha. Hingga karena mulianya delapan jalan tersebut, Sang Buddha selalu menyatakan demikian: “*Dari Semua jalan, Yang Berunsur Delapan yang terbaik. Dari semua kebenaran, Yang Empat yang terbaik. Dari semua keadaan, bebas dari kemarahan yang terbaik. Dari semua manusia, yang sadarlah yang terbaik. Inilah Jalan satu-satunya. Tak ada lainnya yang bisa menjadikan murni dan sadar. Jalani Jalan itu. Dan engkau akan mengatasi Mara. Jalani Jalan ini. Dan engkau akan mengakhiri penderitaan. Saya memaklumkan Jalan ini. Ditemukan oleh Saya sendiri*” (Dhammapada).

Adapun Jalan Mulia Berunsur Delapan yang dibabarkan oleh Sang Buddha sebagai bentuk kepedulian-Nya terhadap semua makhluk hidup agar mereka bisa menjalankan jalan tersebut hingga mereka mencapai kebahagiaan tak terhingga dapat dijelaskan sebagai berikut, antara lain:

Pertama, ucapan yang benar (*samma-vacca*). Yakni, ucapan yang benar mencerminkan tekad untuk menahan diri dari berbohong (*musavada*), memfitnah (*pisunacava*) yang dapat menimbulkan kebencian, permusuhan, perpecahan, dan ketidakrukunan antara golongan-golongan; ucapan kasar, pedas, tidak sopan, jahat dan caci maki (*pharusavaca*), percakapan yang tidak bermanfaat, menggunjing (*samphappalapa*), dan lain sebagainya.

Kedua, perbuatan yang benar (*samma-kammanta*). Yakni, perbuatan yang benar berarti mengembangkan kelakuan bermoral, mulia, dan damai, salah satunya melalui Pancasila Buddhis. Tidak melakukan pembunuhan, selalu mengembangkan welas asih terhadap semua makhluk hidup, tidak melakukan perbuatan asusila, tidak mengonsumsi minuman yang memabukkan, dan sebagainya. Selain itu, seorang yang melakukan perbuatan benar akan selalu meningkatkan kewaspadaan, ketelitian dan sebagainya.

Ketiga, penghidupan yang benar (*samma-ajiva*). Yakni, penghidupan yang benar berarti menghindari diri dari memperoleh mata pencaharian yang menyebabkan kerugian diri sendiri maupun orang lain. Penipuan, penghianatan, tipu muslihat, kecurangan, dan pemerasan seharusnya tidak dilakukan. Selain itu, memperdagangkan minuman keras, obat-obatan

terlarang, ganja, narkotik, dan semacamnya hendaknya dihindari oleh seseorang yang berpenghidupan secara benar.

Keempat, daya upaya yang benar (*samma-vayama*). Yakni, daya upaya yang benar dalam meditasi (*samadhi*) mempunyai dua segi, yakni positif dan negatif. Dalam segi positif adalah berusaha kuat untuk menumbuhkan dan mengembangkan keadaan batin yang baik dan sehat. Sedangkan dalam segi negatif adalah berusaha kuat untuk mencegah timbulnya keadaan batin yang jahat dan tidak sehat.

Kelima, perhatian yang benar (*samma-sati*). Yakni, perhatian yang benar meliputi latihan *Vippasana Bhavana* (meditasi untuk mendapatkan pandangan terang tentang hakekat kehidupan). Yakni melatih diri agar benar-benar sadar, penuh perhatian dan waspada terhadap keadaan-keadaan yang terjadi dalam dirinya sendiri, meliputi: tubuh, perasaan, pikiran, dan bentuk-bentuk pikiran berupa ide, konsepsi, dan semacamnya.

Keenam, konsentrasi yang benar (*samma-samadhi*). Yakni, konsentrasi yang benar berarti pemusatan pikiran yang ditujukan pada sasaran (objek) yang baik, sehingga batin mencapai tingkatan yang lebih tinggi.

Ketujuh, pikiran yang benar (*samma-ditthi*). Yakni, pikiran yang benar adalah pikiran yang bebas dari hawa nafsu (*raga*), kemauan buruk (*byapada*), kekejaman (*vihimsa*), dan semacamnya; yang diwujudkan dalam cinta kasih (*metta*) terhadap semua makhluk. Dengan pikiran yang benar, seseorang dapat membebaskan dirinya dari semua pikiran yang mementingkan diri sendiri, kemauan buruk, kebencian dan kekerasan dalam semua lingkungan hidup, baik individual maupun sosial.

Kedelapan, pandangan yang benar (*samma-sankhapa*). Yakni, pandangan yang benar adalah pengertian terhadap segala sesuatu dan peristiwa menurut hakekat yang sebenarnya; penembusan kedalam empat kesunyataan mulia. Adapun empat kesunyataan mulia tersebut, di antaranya; (1) kesunyataan mulia tentang penderitaan; (2) kesunyataan mulia tentang asal mula penderitaan; (3) kesunyataan mulia tentang lenyapnya penderitaan; dan (4) kesunyataan mulia tentang jalan menuju lenyapnya penderitaan.

Sri Saddhammacariya Paññavaro Mahathera (1987) menyatakan bahwa Jalan Kebenaran Berunsur Delapan itu bisa disebut juga “Jalan Tengah”. Sebab jalan ini tidak berkompromi dengan pendapat yang menganggap bahwa dengan memenuhi nafsu-nafsu indera akan mendapatkan kebahagiaan sejati. Begitu pula, jalan ini tidak berkompromi dengan pendapat yang menyatakan bahwa dengan menyakiti dan menyiksa badan jasmani, maka mereka akan mendapatkan kebahagiaan yang sejati. Setiap orang yang melangkahkan kaki di atas “Jalan Tengah” tersebut harus mengembangkan tiga latihan.

Tiga latihan tersebut antara lain: *Pertama*, Sila, yakni latihan dari: Ucapan yang benar, Perbuatan yang benar, dan Penghidupan yang benar. Sila adalah menjaga dan mengendalikan pintu-pintu indera. Apabila seseorang memiliki sila, maka dia memiliki pengawas bagi dirinya sendiri. *Kedua*, Samādhi, yakni latihan dari: Daya upaya yang benar, Perhatian yang benar, dan Konsentrasi yang benar. Samādhi berarti mengembangkan semua perbuatan baik, berusaha mengerjakan segala hal yang bertalian dengan kebenaran dengan penuh perhatian dan kesadaran, dan berjuang membangun keluarga, masyarakat, nusa, dan bangsa. Dengan latihan samadhi, seseorang akan menjadi pembangun sejati. *Ketiga*, Pañña, yaitu latihan dari: Pikiran yang benar dan Pandangan yang benar. Pañña berarti mengembangkan kebijaksanaan dengan memupuk pikiran dan pandangan yang benar.

Demikianlah kepedulian Sang Buddha dalam membabarkan ajaran-Nya berupa Empat Kebenaran Mulia dan Jalan Mulia Berunsur Delapan yang tetap menggema hingga saat ini, hanya demi kebahagiaan semua makhluk hidup tanpa batas. Dan perlu diketahui pula bahwa makna Hari Suci Asadha mengingatkan kepada kita akan dua hal penting sebagai bukti kepedulian Sang Buddha terhadap kebahagiaan semua makhluk hidup yang tanpa batas, yaitu: (1) Pembabaran Khotbah Dhamma yang pertama dari Sang Buddha kepada lima pertapa di

Taman Rusa Isipatana, Benares, pada saat purnama Sidhi di bulan Asadha/Asalha; (2) Pada hari dan bulan itu pula telah terbentuk Tiga Permata Mulia (Tiratana/ Triratana), antara lain: Buddha, Dhamma, dan Sangha.

SIMPULAN DAN SARAN

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pembabaran khotbah dhamma pertama kepada lima pertapa di Taman Rusa Isipatana, Benares, pada saat purnama Sidhi bulan Asadha merupakan bentuk kepedulian Sang Buddha terhadap kebahagiaan semua makhluk hidup yang tanpa batas. Berawal dari peristiwa penting di bulan Asadha tersebut, kitumat Buddha bisa mengambil hikmah atau pelajaran sebagai berikut. *Pertama*, peringatan hari suci bulan Asadha mengajarkan kepada umat Buddha akan pentingnya memahami hakikat kehidupan manusia dan tujuan hidupnya. Dengan kepeduliannya, Sang Buddha membabarkan Empat Kebenaran Mulia tersebut, yaitu: (1) kebenaran akan derita; (2) kebenaran asal-usul derita; (3) kebenaran akan lenyapnya derita; dan (4) kebenaran jalan menuju lenyapnya derita.

Kedua, peringatan hari suci bulan Asadha menganjarkan kepada umat Buddha akan pentingnya jalan menuju lenyapnya derita yang biasa disebut “Jalan Mulia Berunsur Delapan” atau “Jalan Tengah”. Yakni sebuah jalan yang harus ditempuh umat Buddha untuk menuju lenyapnya derita serta mendapatkan kebahagiaan dan pencerahan yang tanpa batas. Demikianlah dua pelajaran yang dapat dipetik umat Buddha pada peringatan Hari Suci Asadha, sebagai bentuk kepedulian Sang Buddha demi kebahagiaan semua makhluk hidup.

DAFTAR PUSTAKA

- Bhikkhu Dhammadhiro [penyaji]. 2005. *Paritta Suci: Kumpulan Pāli Wacana untuk Upacara dan Pūjā*. Jakarta: Sangha Theravāda Indonesia.
- Bhikkhu Suriya Subhato [penj]. 1990. Khotbah Pemutaran Roda Dhamma (Dhammacakkappavattana Sutta). *Buddha Cakkhu*, No. 18/Tahun XI/1990, hal. 6-8.
- Bungin, B. 2001. *Metodologi Penelitian Sosial Format-format Kuantitatif dan Kualitatif*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Hadi, S. 1989. *Metodologi Research Jilid 1*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Mardalis. 1999. *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Mulyadi W. 2002. *Pokok-pokok Dasar Agama Buddha*. Jakarta: Departemen Agama Republik Indonesia.
- Nazir, M. 2003. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Pa-Auk Tawya Sayadaw. 2015. *Janati Passati: Mengetahui dan Melihat*. Tanpa Alamat: Yayasan Meditasi Hutan Pandangan Terang.
- Shofwan, A.M. 2022. Character Building Melalui Ajaran Agama Buddha. *Dharmasmrti: Jurnal Ilmu Agama dan Kebudayaan*, Vol. 22, No. 1, April 2022.
- 2022. Etika Ajaran Agama Buddha untuk Membangun Bangsa dan Negara dalam Kebersamaan. https://buddhism.lib.ntu.edu.tw/en/search/search_detail.jsp?seq=655044
- 2022. Etika Ajaran Agama Buddha untuk Membangun Bangsa dan Negara dalam Kebersamaan. *Abip: Jurnal Agama Buddha dan Ilmu Pengetahuan*, Vol. VII, No. 2, Desember 2022. <https://doi.org/10.53565/abip.v7i2.316>
- Sri Saddhammacaria Paññavaro Thera. 1987. Terbitnya Matahari Kemanusiaan. *Buddha Cakkhu*, No. 06/Tahun VIII/1987, hal. 4-6.

- Tim Penulis. 2005. *Tipitaka Kitab Suci Agama Buddha Dhammapada Sabda Sabda Buddha Gotama*. Jakarta: Lembaga Pengkajian dan Pengembangan Keagamaan Buddha Indonesia.
- Venerable S. Dhammika. 1990. *Dasar Pandangan Agama Buddha*. Terj. Dr. Arya Tjahjadi, Sp.A. Surabaya: Yayasan Dhammadipa Arama Cabang Surabaya.
- Y.A.D. Paññasara Mahathera. 1993. Konsepsi Buddhis Tentang Kehidupan. Terj. Ir. Metta Padmani. *Buddha Cakkhu*, No. 30/XIV/1993, hal. 27-32.
- Zed, M. 2014. *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.