

PRAKTIK PUJA BAKTI PAI WAN FO SEBAGAI WUJUD UPAYA KAUSALYA

Nyoto

STABN Sriwijaya Tangerang Banten
mailnyoto@gmail.com

ABSTRACT

Mahayana carries out rituals with various purposes, one of the purposes of performing devotional worship is to increase confidence in Buddha Dharma. One way to increase the faith (sradha) of the people is by carrying out the devotional service of the pai wan fo. This worship service is carried out by paying homage to 11,000 Buddhas held for 15 days to welcome the Chinese New Year. The implementation of the worship service was held from 1 to 15 on the lunar calendar or better known as ce it and cap go. This study aims to find out the understanding of the people about upaya kausalya, the purposes and benefits of the devotional service of the pai wan fo, and the constraints on the implementation of pai wan fo. The type of study is descriptive qualitative. So that the data obtained is satisfactory, the authors carry out observations, interviews, and documentation so that the data obtained is accurate. The results of this study are known to the understanding of the people about upaya kausalya, the purposes and benefits of the devotional service of the pai wan fo, and the constraints on the implementation of pai wan fo. From the implementation of this study, it is also known that the implementation of the devotional pai wan fo is to practice Dharma.

Keywords: prayer, pai wan fo, upaya kausalya.

ABSTRAK

Aliran Mahayana melaksanakan ritual dengan berbagai tujuan, salah satu adalah meningkatkan keyakinan kepada Buddha Dharma. Salah satu cara agar keyakinan (sradha) umat meningkat adalah dengan melaksanakan puja bakti *pai wan fo*. Puja bakti ini dilaksanakan dengan memberikan penghormatan kepada 11.000 Buddha yang dilaksanakan selama 15 hari untuk menyambut tahun baru Imlek. Pelaksanaan puja bakti ini dilaksanakan mulai tanggal 1 sampai 15 pada penanggalan lunar atau lebih dikenal dengan istilah *ce it* sampai *cap go*. Penelitian yang dilaksanakan untuk mengetahui pemahaman umat tentang *upaya kausalya*, tujuan dan manfaat puja bakti *pai wan fo*, dan kendala pelaksanaan puja bakti *pai wan fo*. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif

deskriptif. Data diperoleh melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian ini adalah diketahui pemahaman umat tentang *upaya kausalnya*, tujuan dan manfaat puja bakti *pai wan fo*, dan kendala pelaksanaan puja bakti *pai wan fo*. Dari pelaksanaan penelitian ini diketahui juga bahwa pelaksanaan puja bakti *pai wan fo* adalah untuk mempraktikkan Dharma.

Kata kunci: Puja bakti, *pai wan fo*, upaya kausalnya.

PENDAHULUAN

Setiap agama memiliki ciri khas dalam melaksanakan kegiatan dan ritual yang dilaksanakan. Setiap ritual yang dilaksanakan memiliki tujuan dan makna tersendiri yang dipercaya dapat mengabulkan permohonan atau berkah yang diharapkan. Selain untuk memohon mendapatkan berkah dari sesuatu ritual yang dipuja, oleh umat yang beragama adalah untuk melatih diri dalam mengendalikan perbuatan.

Ritual sebagai ideologis atau mitos dan ritual tergabung untuk mengendalikan suasana perasaan hati, nilai, sentimen, dan perilaku untuk kelompok yang baik. Selain itu ritual sebagai penyelamatan, misalnya seseorang yang mempunyai pengalaman mistikal seolah-olah menjadi orang baru, ia berhubungan dengan kosmos yang juga mempengaruhi hubungan dengan dunia profan.

Puja bakti atau biasa disebut dengan istilah sembahyang bahkan ada yang menyebutnya ritual, merupakan rutinitas umat beragama yang dilakukan dengan tujuan melaksanakan ajaran dari agama yang dianutnya. Apabila ritual dilaksanakan dengan baik dan benar maka umat beragama mempercayai ritual tersebut akan mengakibatkan berkah, sebaliknya apabila ritual yang dilaksanakan dilaksanakan tidak sesuai dengan kesepakatan dan banyak kekurangan dalam menyediakan syarat-syarat yang telah ditetapkan, maka dipercayai bahwa ritual tersebut tidak akan mendapatkan berkah dari sang pencipta.

Dalam setiap ritual Buddhis yang besar, sebaiknya para pemuka agama Buddha berpikir akibat dari tindakan yang dilakukan. Tradisi-tradisi tertentu bisa dipertahankan, disederhanakan atau disesuaikan, atau bahkan dapat dihilangkan dan digantikan dengan tradisi baru yang lebih sesuai dengan zaman. Jika tidak, tradisi Buddhis yang bertele-tele akan sulit diterima oleh generasi muda yang akan datang apalagi tidak diberikan penjelasan yang masuk akal. Hal tersebut pada

gilirannya akan membuat keyakinan terhadap agama Buddha menjadi luntur dan berpindah keyakinan.

Mahayana berarti kendaraan besar yang mengangkut pengemudi bersama penumpangnya mencapai suatu tempat tujuan yang sama. Ajaran Buddha membimbing penganut-Nya seperti sebuah kendaraan besar yang mengangkut pengemudinya bersama-sama para penumpangnya mencapai tujuan yang sama yaitu Nirvana. Dalam menyampaikan ajarannya para tokoh Mahayana menggunakan berbagai cara atau sering disebut dengan istilah upaya kausalya. Salah satu metode agar umat mudah mempelajari Buddha Dharma adalah melaksanakan ritual atau lebih dikenal dengan istilah puja bakti. Puja bakti terdiri dari kata 'puja' yang bermakna menghormati dan 'bakti' yang lebih diartikan sebagai melaksanakan ajaran Sang Buddha dalam kehidupan sehari-hari. Dalam aliran Mahayana puja bakti dilaksanakan dengan menggunakan bahasa mandarin dan sansekerta. Juga terdapat berbagai ritual yang dilaksanakan karena dipengaruhi oleh budaya Tiongkok misalnya *ulambana*, *ceng beng*, dan *pai wan fo*, dan masih banyak ritual dalam Mahayana yang sudah dipengaruhi oleh tradisi masyarakat.

Dari berbagai ritual yang dilaksanakan oleh umat Mahayana, terdapat ritual yang dilaksanakan hanya satu tahun sekali dan bertepatan dengan tahun baru Imlek ritual tersebut biasa disebut dengan *Pai Wan Fo*. *Pai Wan Fo* apabila diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia maka memiliki arti menghormati kepada 10.000 Buddha. Ritual ini dilaksanakan oleh penganut aliran Mahayana selama 15 hari dari tanggal 1 penanggalan lunar sampai tanggal 15. Pelaksanaan *Pai Wan Fo* dapat dilihat di Vihara Lalitavistara yang bertujuan untuk meningkatkan keyakinan dan menyambut tahun baru imlek dengan aktifitas spiritual. Umat Vihara Lalitavistara mempercayai bahwa dengan melaksanakan puja bakti *Pai Wan Fo* umat akan mendapatkan berkah dan meningkatkan keyakinan pada Buddha dan Bodhisatva.

Sesuai dengan latar belakang di atas, maka penulis memiliki perumusan masalah sebagai berikut: Apakah pelaksanaan puja bakti *Pai Wan Fo* di Vihara Lalitavistara merupakan bentuk *upaya kausalya*? Penelitian yang dilaksanakan di Vihara Lalitavistara tentang pelaksanaan puja bakti *Pai Wan Fo* bertujuan untuk mendeskripsikan pelaksanaan puja bakti *Pai Wan Fo* di Vihara Lalitavistara merupakan *upaya kausalya*.

Penelitian tentang praktik puja bakti *pai wan fo* sebagai wujud upaya kausalya memiliki kontribusi atau manfaat bagi umat Buddha, penceramah, bagi para pembaca, dan bagi para peneliti yang lain: (a) umat Buddha: agar umat Buddha memiliki pengetahuan tentang pelaksanaan praktik puja bakti *pai wan fo* merupakan wujud dari *upaya kausalya*; (b) penceramah: melalui penelitian ini diharapkan penceramah agama Buddha mengetahui bahwa pelaksanaan puja bakti *pai wan fo* merupakan perwujudan dari upaya kausalya. Berdasarkan pemahaman ini penceramah agama Buddha dapat memberitahukan tentang tujuan pelaksanaan puja bakti *pai wan fo* kepada umat Buddha di vihara lainnya; (c) pembaca: penelitian ini memberikan informasi kepada para pembaca tentang pelaksanaan puja bakti *pai wan fo* merupakan perwujudan dari upaya kausalya yang dilaksanakan oleh umat Vihara Lalitavistara; (d) peneliti: bagi para peneliti tentang puja bakti *pai wan fo* dapat menggunakan penelitian ini sebagai bahan perbandingan dan referensi.

Permasalahan pada penelitian ini adalah umat Buddha Vihara Lalitavistara melaksanakan puja bakti *pai wan fo* dan belum diketahuinya pelaksanaan puja bakti *Pai Wan Fo* di Vihara Lalitavistara merupakan bentuk *upaya kausalya* atau tidak. Manfaat penelitian yang dilaksanakan adalah agar umat Buddha memiliki pengetahuan tentang pelaksanaan praktik puja bakti *pai wan fo* merupakan wujud dari upaya kausalya. Selain itu melalui penelitian ini diharapkan penceramah agama Buddha mengetahui bahwa pelaksanaan puja bakti *pai wan fo* merupakan perwujudan dari *upaya kausalya*. Berdasarkan pemahaman ini penceramah agama Buddha dapat memberitahukan tentang tujuan pelaksanaan puja bakti *pai wan fo* kepada umat Buddha di vihara lainnya. Melalui penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan informasi kepada para pembaca tentang pelaksanaan puja bakti *pai wan fo* merupakan perwujudan dari *upaya kausalya* yang dilaksanakan oleh umat Vihara Lalitavistara.

TINJAUAN PUSTAKA

Umat Buddha melaksanakan puja bakti memiliki tujuan dan keinginan baik yaitu untuk kepentingan pribadi atau untuk menubuhkan benih bodhicitta. Pada dasarnya umat Buddha melaksanakan ritual untuk melatih pikiran agar tenang dan mudah dikendalikan. Seperti dijelaskan berikut ini apabila umat Buddha melaksanakan puja bakti maka pikirannya akan terkendali

dikarenakan selalu mengingat akan ajaran dan sifat baik Buddha (Piyadassi, 2003: 380).

Puja bakti dapat dilaksanakan dengan berbagai cara berdasarkan kebiasaan atau kesepakatan. Pelaksanaan puja bakti dapat memengaruhi psikologi umat yang melaksanakannya seperti dijelaskan berikut ini. Pelaksanaan ritual dapat memberikan bantuan psikologis bagi beberapa orang yang melaksanakannya. Puja bakti dianggap sebagai faktor penting dalam mencapai tingkatan spiritual tertentu (Sri Dhammananda, 2002: 328).

Ritual dalam Mahayana merupakan unsur penting dalam melaksanakan ajaran Buddha, kerana dengan melaksanakan ritual umat Mahayana dapat mengulang kembali ajaran Buddha. Seperti dijelaskan oleh Santideva bahwa kebaktian tertinggi (*anuttarapuja*) atau ibadah/pemujaan tertinggi dalam naskah suci Bodhicaryavatara terdiri dari: (a) *vandana* dan puja yaitu 'hormat dengan membungkukkan badan' dan 'kebaktian'; (b) *sarana-gamana* yaitu mendapatkan perlindungan; (c) *papa-desana* yaitu pengakuan dosa; (d) *punyanumodana* yaitu bergembira menyalurkan jasa; (d) *adhyesana* dan *yacana* yaitu 'doa, berdoa' dan 'doa permohonan'; (e) *parinamana* dan *atma-bhavadi-parityagah* yaitu 'penyaluran jasa/penyerahan jasa' dan 'pasrahkan diri' (majalahharmoni.com, 2011).

Mahayana menuntun umatnya dengan dua cara yaitu cara sulit yaitu dengan belajar Dharma atau dengan cara praktis atau *upaya kausalya* yaitu dengan melaksanakan puja bakti (Cen Chao Ming, 1995: 894). Puja bakti merupakan salah satu cara dalam mempraktikkan ajaran Buddha dan memperkuat keyakinan terhadap ajaran Buddha. Dalam melaksanakan puja bakti umat Mahayana menggunakan alat-alat Dharma untuk mengiringi pembacaan sutra, dharani, dan mantra.

Upaya kausalya adalah metode dalam Mahayana untuk menerangkan Dharma Sang Buddha, bersifat praktis, misalnya ketika penyebaran agama Buddha tersebar ke daerah-daerah lain, maka dengan tanpa mengubah nilai spiritual yang terkandung ajaran, digunakan metode yang lincah dan lunak untuk membimbing umat mencapai pengertian pada Buddha Dharma. *Upaya kausalya* dipergunakan metode yang beragam dan bervariasi, apakah dengan puja bakti, pembacaan doa, upacara agama, pembakaran dupa, fang seng dan pemasangan lilin serta pembacaan sutra atau meditasi. *Upaya kausalya* merupakan metode

yang praktis dan sesuai dengan kondisi dan situasi (majalahharmoni.com, 2011). *Upaya kausalya* tidak hanya kontekstual namun juga bersifat dialektis dan mengandung tindakan-tindakan yang bermanfaat untuk pembebasan, pencerahan atau penyelamatan. Terampil dan cerdas dalam cara itu selalu terbuka, fleksibel, selalu siap mendengar dan mau saling belajar, mampu beradaptasi sehingga akhirnya kemudian bertindak dan mewujudkan keberhasilan (Paul William, 2009: 341).

METODE PENELITIAN

Penelitian bertujuan untuk mendeskripsikan pelaksanaan puja bakti *Pai Wan Fo* di Vihara Lalitavistara merupakan *upaya kausalya*. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif deskriptif. Agar data yang diperoleh memuaskan maka penulis melaksanakan observasi, wawancara, dan dokumentasi agar data yang didapatkan akurat. Teknik analisis data dengan menggunakan teknik analisis data Miles dan Huberman yang terdiri dari pengumpulan data, reduksi data, *display data*, dan penarikan kesimpulan. Keabsahan data penelitian dilakukan dengan validitas internal (kredibilitas), validitas eksternal (transferabilitas), reliabilitas (dependabilitas), dan objektivitas (*confirmability*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah penulis melaksanakan penelitian di Vihara Lalitavistara tentang pelaksanaan puja bakti *pai wan fo* merupakan wujud dari upaya kausalya maka di dapatkan berbagai pemahaman umat Buddha tentang *upaya kausalya*, manfaat pelaksanaan puja bakti, tujuan pelaksanaan, dan kendala dalam melaksanakan puja bakti. Dalam melaksanakan penelitian ini ada berbagai informasi baru yang penulis dapatkan tentang pelaksanaan puja bakti ini.

1. Arti *Upaya Kausalya*

Umat Vihara Lalitavistara memiliki pandangan tersendiri tentang makna dari *upaya kausalya*, di antaranya:

a. Cara atau *Upaya*

Menurut beberapa narasumber di Vihara Lalitavistara, *upaya kausalya* merupakan cara atau upaya para praktisi Mahayana dalam menolong makhluk lain agar terbebas dari *samsara*. Segala macam cara dilakukan dengan memiliki satu tujuan yaitu

membantu makhluk lain untuk bersama-sama mencapai pembebasan sejati.

Menurut para praktisi Mahayana di Vihara Lalitavistara, *Pai Wan Fo* merupakan cara yang efektif untuk mengajarkan kepada umat menghormati para Buddha. Dalam Mahayana jumlah Buddha diibaratkan seperti butiran pasir di Sungai Gangga, sangat tidak terbatas. Para praktisi Mahayana mengajarkan kepada umat bahwa salah satu jalan untuk mencapai kebebasan adalah melalui puja bakti *Pai Wan Fo*.

Beberapa narasumber menyatakan pendapat tentang makna *upaya kausalya* sebagai cara dan upaya mengajarkan kepada makhluk lain. Tentu cara pemahaman setiap orang berbeda-beda begitupula cara untuk mengajarkannya. Satu cara berhasil membuat satu orang paham dengan ajaran Buddha, belum tentu satu cara itu berhasil juga untuk orang yang lain. Intinya merupakan suatu cara atau *upaya* untuk mengajarkan dharma.

b. Kurang Paham

Pendapat lain yang diutarakan oleh beberapa narasumber tentang *upaya kausalya* adalah kurang paham. Penyebab kekurangpahaman tentang arti *upaya kausalya* adalah karena masih baru belajar tentang Mahayana. Narasumber bingung ketika ditanya tentang *upaya kausalya*, karena baru masuk dan mengikuti Mahayana. Kebanyakan narasumber baru memahami Mahayana setelah masuk di Vihara Lalitavistara. Narasumber mengatakan bahwa sebelum masuk Vihara Lalitavistara mengikuti aliran dan agama yang berbeda.

Beberapa narasumber ketika ditanya tentang *upaya kausalya* bingung seperti mendengar kata asing, karena belum pernah mendengar sebelumnya. Ada juga yang kurang paham karena lupa. Kata-kata *upaya kausalya* memang jarang disebut oleh umum, sebab jarang yang memahami artinya. Kebanyakan para umat hanya memahami Mahayana secara ritualnya belum memahami inti ajaran yang sebenarnya. Para umat hanya meneruskan tradisi turun temurun dari keluarga untuk menganut agama Buddha.

c. Praktik Dharma

Narasumber lain berpendapat bahwa *upaya kusalya* merupakan praktik menjalankan ajaran Buddha. Melaksanakan Dharma dalam kehidupan sehari-hari setiap saat merupakan *upaya kausalya*. Praktik Dharma dalam kehidupan sehari-hari, seperti halnya dengan melakukan kebajikan dan menghindari perbuatan buruk. Jika praktik Dharma dilandasi dengan pengetahuan yang

benar maka disebut perbuatan baik. Jika praktik Dharma tidak dilandasi dengan pengetahuan yang benar maka akan menjadi perbuatan buruk.

Dalam kehidupan sehari-hari, mulai dari hal kecil yaitu tentang sopan santun. Jika orang mengetahui tentang *upaya kausalya* akan berperilaku sesuai dengan norma yang berlaku. Selalu mempraktikkan Dharma kebenaran setiap detik, apapun yang diperbuat. Jadi *upaya kausalya* adalah praktik menjalankan ajaran Buddha.

2. Tujuan puja bakti Pai Wan Fo

a. Mengikis Ego

Berdasarkan data narasumber tujuan diadakan puja bakti *Pai Wan Fo* adalah untuk mengikis ego. Keegoisan yang timbul didalam diri seseorang akan pelan-pelan terkikis pada saat melaksanakan *Pai Wan Fo*. Melakukan *Pai* sebanyak sepuluh ribu Buddha bukanlah hal yang gampang. Dalam diri seorang manusia karena merasa tinggi ilmu dan jabatan maka keegoisme juga bertambah.

Cara yang paling simple untuk mengikis bukan rendah diri tetapi merendahkan hati, karena hati ini kadang-kadang bisa keras karena situasi kondisi, karena efek dari lingkungan, dan efek dari semuanya sehingga keras. Keras karena mungkin cobaan hidup, karena kecewa, keras dari situasi kondisi membuat hati keras. Cara satu-satunya untuk kita bisa mengikis ego adalah *Pai Wan Fo*.

Pada intinya adalah tujuan dari *Pai Wan Fo* untuk melihat kedalam diri sendiri dan memperbaiki diri. Jika sudah bisa mengendalikan diri sendiri dan menyembuhkan penyakit yang ada didalam diri baru bisa menolong orang lain. Jadikan ini untuk bercermin bukan hanya mengkritik bahkan menjelek-jelekkkan orang lain. Keegoisan sangat halus tidak bisa dilihat oleh kasat mata. Hanya diri sendiri yang tahu seberapa besar kecilnya ego didalam diri. Dengan mengikuti puja bakti *Pai Wan Fo* bisa mengikis ego didalam diri, ini adalah cara yang paling mudah dilakukan.

b. Berbuat Baik

Pendapat lain dari beberapa narasumber tentang tujuan *Pai Wan Fo* adalah untuk berbuat baik. Di Vihara Lalitavistara biasanya *Pai Wan Fo* dilakukan pada saat Imlek. Imlek adalah salah satu perayaan menyambut tahun baru China, inti sebenarnya untuk membersihkan diri menyongsong tahun baru. Di tahun baru hati harus bersih, supaya bisa mendatangkan usia panjang dan

rejeki melimpah. Rejeki melimpah, panjang umur, sehat selalu datang dari kebajikan yang telah ditanam. Melakukan *Pai Wan Fo* merupakan tindakan kebajikan, jika sudah melakukan kebajikan maka akan mendapatkan kebaikan pula.

Hukum tanam tuai akan terus berjaya, karena itu adalah hukum kebenaran. Jika seseorang sering melakukan perbuatan baik yaitu dengan mengikuti *Pai Wan Fo* maka secara otomatis akan mendapat hasil yang akan dipetik suatu hari nanti. Semakin sering seseorang melakukan kebajikan yang dilandasi dengan pengetahuan yang benar akan Dharma maka selalu terkondisi perbuatan yang muncul adalah baik, begitu pula sebaliknya.

c. Penghormatan

Beberapa narasumber juga berpendapat bahwa tujuan puja bakti *Pai Wan Fo* adalah sebagai bentuk penghormatan kepada para Buddha. Saat melakukan *Pai Wan Fo* harus *Pai* setiap satu nama Buddha. Satu nama Buddha harus *Pai* satu kali, sebagai bentuk penghormatan kepada Buddha. Semua Buddha adalah guru agung yang maha suci, sebagai siswa Buddha sudah menjadi kewajiban untuk menghormati guru.

Beberapa narasumber juga berpendapat bahwa *Pai Wan Fo* juga berarti mempersembahkan sujud kepada guru agung Buddha sebagai bentuk penghormatan, dengan mengagungkan nama Buddha. Cara menghormati kepada para Buddha dengan *Pai* atau *Namaskara* dan juga pembacaan-pembacaan sutra.

Pada intinya yaitu puja bakti *Pai Wan Fo* merupakan salah satu cara untuk menghormati guru agung Buddha. Selain dengan mempraktikkan ajaran kebenaran dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun puja bakti *Pai Wan Fo* hanya setahun sekali apabila umat bisa mengikuti dari awal sampai akhir pasti akan tercapai tujuannya.

d. Tambah Keyakinan

Tujuan puja bakti selanjutnya menurut beberapa narasumber adalah untuk menambah keyakinan kepada *Triratna*. Sebab dengan adanya *Pai Wan Fo* secara tidak langsung telah berupaya untuk lebih dekat dengan Guru Agung dan membiasakan diri untuk rajin. Jika tidak dipaksa setiap hari ikut *Pai Wan Fo*, umat akan jarang datang ke wihara, biasanya hanya saat perayaan hari-hari besar. Jadi dengan adanya puja bakti *Pai Wan Fo*, umat bisa mempersiapkan diri untuk datang ke wihara.

Ketika sudah sering mengikuti puja bakti *Pai Wan Fo* umat akan selalu terkondisi untuk mengingat Buddha, sehingga ketika

di luar wihara ada oknum yang ingin berniat buruk maka keyakinan umat tidak akan pernah goyah. Umat sudah percaya dan yakin bahwa semua ajaran yang sudah diajarkan oleh Buddha adalah kebenaran dan realistik.

Umat yang telah yakin pada ajaran Buddha tidak akan tergiyahkan. Jika diluar banyak orang yang pindah agama, tetapi dengan adanya puja bakti *Pai Wan Fo* bisa menguranginya. Akan tetapi, keyakinan dalam hal ini bukan berarti harus bersifat fanatik. Tulus dan memahami ajaran Buddha yang sebenarnya adalah maksud dari keyakinan yang benar.

e. Mendapatkan Berkah

Tujuan puja bakti *Pai Wan Fo* berikutnya menurut beberapa narasumber yaitu untuk mendapat berkah. Umat Buddha percaya bahwa dengan memohon, bersujud dan doa kepada para Buddha bisa mendatangkan banyak berkah. Mayoritas umat di Vihara Lalitavistara adalah Tionghoa yang memiliki pemikiran bahwa dengan mengikuti *Pai Wan Fo* bisa mendapatkan berkah.

Dengan bertujuan untuk mendapat berkah bisa dijadikan alasan untuk datang ke wihara. Memang tidak menutup kemungkinan bahwa ketika seseorang sering berbuat baik dengan *Pai Wan Fo* maka berkah akan datang, tetapi harus didasari dengan niat yang baik.

Suatu berkah yang didapat adalah karena adanya proses yang panjang, seperti yang dilakukan oleh petani yang menanam tanaman, harus ada perawatan di antaranya menyiram dan memberi pupuk. Pekerjaan ini biasanya dilakukan terus-menerus sehingga untuk sampai kepada waktu panen membutuhkan waktu yang cukup lama, seperti halnya sebuah berkah.

3. Manfaat puja bakti Pai Wan Fo

a. Kesehatan

Menurut beberapa narasumber menyatakan bahwa manfaat puja bakti *Pai Wan Fo* adalah sama halnya berolahraga sehingga sangat bermanfaat bagi kesehatan. Melakukan gerakan *Pai* secara terus menerus sangat menyehatkan, terutama bagi para praktisi Mahayana yang jarang melakukan olahraga fisik. *Pai Wan Fo* bisa menjadi salah satu kegiatan olahraga fisik maupun batin sekaligus jika dilakukan dengan baik.

Pai yang dilakukan bukan hanya satu atau dua kali, tetapi dengan jumlah total sepuluh ribu kali *Pai* sangat menyehatkan. Tubuh dikondisikan untuk terus bergerak dan berkeringat

sehingga aliran darah menjadi lancar. Jika dilakukan secara teratur dibarengi dengan pola makan yang teratur, bisa menjadi metode diet bagi orang yang kelebihan berat badan.

Pai Wan Fo biasa dilakukan pada saat perayaan Imlek yang identik dengan pesta makanan. Pada saat pesta kadang orang akan memakan segala yang dihidangkan sehingga tidak terkontrol. Apabila tidak dibarengi dengan olahraga bisa menjadi awal munculnya penyakit, dengan mengikuti puja bakti *Pai Wan Fo* orang akan mengkondisikan tubuhnya tetap bergerak. Tubuh yang selalu bergerak akan mengkondisikan keseimbangan kesehatan yang baik.

Untuk para praktisi Mahayana melaksanakan *Pai Wan Fo* merupakan olahraga yang efektif. Selain untuk menambah perbuatan baik tetapi juga sekaligus menyehatkan. Melakukan *Pai* setiap hari tidak akan rugi. Sebenarnya jika *Pai Wan Fo* dilakukan setiap hari dalam jangka waktu yang lama akan membawa dampak yang positif. Bukan hanya bagi praktisi Mahayana saja tetapi umat juga demikian. Tetapi umat akan terkendala pada waktu. Pada intinya *Pai Wan Fo* sangat berguna untuk kesehatan fisik dan batin. Jika mampu dilaksanakan secara terus menerus setiap hari dalam jangka waktu yang lama, pasti akan sangat bermanfaat.

b. Batin Tenang

Berdasarkan pendapat beberapa narasumber mengatakan bahwa, manfaat puja bakti *Pai Wan Fo* selanjutnya adalah batin akan menjadi lebih tenang. Narasumber merasakan manfaat ini setelah mengikuti puja bakti *Pai Wan Fo* yang mengakibatkan rasa ragu-ragu atau khawatir bisa berkurang.

Batin yang tenang akan mampu menenangkan pikiran. Segala macam bentuk gelisah hati, *badmood*, dan marah akan sirna jika batin sudah tenang. Sesakit apapun fisik, apabila batin tetap tenang seimbang maka sakit fisik tidak akan menjadi sumber penderitaan. Jika batin rileks, kegiatan apapun yang dilakukan akan lebih terkontrol.

Tenang berarti diam tak berubah-ubah (diam tak bergerak-gerak), tidak gelisah, tidak rusuh, tidak kacau, tidak ribut, aman dan tenteram (tentang perasaan hati, keadaan dan sebagainya). Tenang, ketenteraman hati, batin, pikiran.

c. Lebih Bijaksana

Manfaat selanjutnya dalam puja bakti *Pai Wan Fo* adalah lebih bijaksana. Ada narasumber menyatakan bahwa setelah

mengikuti puja bakti *Pai Wan Fo* merasakan kebijaksanaannya meningkat. Dalam arti pengendalian diri yang dilakukan setiap hari telah mengalami peningkatan, sebagai contoh yaitu ketika seseorang memiliki watak keras kepala maka pelan-pelan menyadari dan paham seharusnya tidak bertindak demikian.

Dalam puja bakti *Pai Wan Fo* secara tersirat diajarkan untuk tetap sadar, konsentrasi dan semangat dalam membaca sutra dan namaskara. Karena waktu yang dibutuhkan untuk melakukan *Pai Wan Fo* butuh waktu yang lama. Dengan melatih tiap hari selama lima belas hari berturut-turut dapat menjadikan diri seseorang lebih tenang dan sadar sehingga bisa muncul kebijaksanaan dalam diri.

Bisa membedakan yang baik dan buruk adalah kebijaksanaan. Ketika seseorang sering mengikuti puja bakti *Pai Wan Fo* maka selalu terkondisi untuk konsentrasi. Ketika pikiran mudah terkonsentrasi maka untuk mengendalikan perbuatan dan ucapan juga bisa dikontrol. Dan ketika pikiran, ucapan dan perbuatan sudah bisa di kendalikan maka kebijaksanaan akan muncul.

Dalam praktiknya untuk latihan menjadi bijaksana sangat sulit. Akan tetapi, sesulit apapun jika dilatih dengan benar dan tekun akan menghasilkan hasil yang maksimal. Kebijaksanaan tidak mungkin didapat dalam satu malam, tetapi membutuhkan proses dan tantangan yang panjang. Setiap orang memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi bijaksana. Tergantung dari keinginan dan niat dari dalam diri sendiri untuk dapat mendapatkan.

d. Lebih Sadar

Manfaat berikutnya menurut beberapa narasumber adalah menjadi lebih sadar. Dalam melakukan aktivitas apapun merasa lebih sadar. Misalnya sedang duduk, maka akan sadar bahwa sedang duduk dan mengamati proses-prosesnya, mirip dengan meditasi *vipassana*. Merasa lebih sadar tiap detik dan mengamati setiap fenomena yang terjadi pada diri sendiri.

Di setiap puja bakti *Pai Wan Fo* jika benar-benar mengikuti dengan cara yang baik dan benar, maka akan lebih maksimal mendapatkan manfaatnya. Seperti, jika sungguh-sungguh dalam proses *Pai* dan baca sutranya maka seseorang akan mendapatkan jasa kebajikan yang sangat luar biasa. Selama lima belas hari penuh mengikuti dengan cara yang benar dan niat yang baik untuk menghormati para Buddha. Kesadaran merupakan

kemampuan individu mengadakan hubungan dengan lingkungannya serta dengan dirinya sendiri (melalui panca indranya) dan mengadakan pembatasan terhadap lingkungannya serta terhadap dirinya sendiri (melalui perhatian).

Menjadi orang yang sadar sangat sulit. Untuk dapat mengendalikan pikiran lima menit saja pada saat meditasi pasti susah. Tetapi dalam Mahayana lebih fokus pada praktik ritual yang salah satunya yaitu melakukan *Pai Wan Fo*. Dengan menggunakan cara yang paling mudah untuk konsentrasi, pikiran yang paling sulit dikendalikan akan secara perlahan bisa fokus. Melalui cara ini pikiran dikondisikan untuk terus fokus membaca sutra yaitu menyebut nama-nama Buddha. Umat dilatih mulai dari hal yang mudah dahulu yaitu dengan menyebut nama Buddha dan bernamaskara.

4. Kendala dalam mengikuti puja bakti *Pai Wan Fo*

a. Lelah

Kendala yang pertama menurut narasumber ketika mengikuti puja bakti *Pai Wan Fo* adalah lelah. Di Vihara Lalitavistara puja bakti *Pai Wan Fo* dilakukan selama lima belas hari secara kontinu. Setiap hari harus *Pai* kurang lebih tujuh sampai delapan ratus kali, tetapi kadang-kadang ada vihara yang *Pai Wan Fo* hanya sepuluh hari, jadi dalam satu hari harus *Pai* seribu kali lebih. Lelah adalah kendala yang paling umum dan sering dirasakan oleh umat bahkan para praktisi Mahayana.

Pai Wan Fo berarti harus *Pai* tiap kali mengagungkan satu nama Buddha. Dalam satu hari harus melakukan *Pai* tujuh sampai delapan ratus kali *Pai*. Bagi orang yang tidak biasa dan masih awal-awal mengikuti ritual Mahayana pasti akan mengeluh lelah, karena tidak pernah melakukannya sebelumnya, apalagi bagi umat awam. Umat yang tidak biasa dengan ritual Mahayana dan harus *Pai* setiap hari pasti akan mengeluh lelah. Selain itu, dalam satu hari *Pai Wan Fo* juga membutuhkan waktu yang cukup lama, jika tubuh sudah merasa lelah pasti akan sulit untuk berkonsentrasi membaca sutra.

Banyak orang ketika merasa lelah akan menyerah dan berhenti mengikuti *Pai Wan Fo*. Hal baik yang seharusnya dilakukan adalah mengingat kembali bahwa untuk bisa mendapat kesempatan ikut *Pai Wan Fo* adalah sangat sulit.

Kelelahan dapat disebabkan karena fisik dan psikologis. Kelelahan psikologis disebabkan oleh faktor psikologis. Kelelahan psikologis terjadi oleh adanya pengaruh diluar diri berupa tingkah

laku atau perbuatan alam memenuhi kebutuhan hidupnya, seperti : suasana kerja, interaksi dengan sesama pekerja maupun dengan atasan.

b. Waktu

Menurut beberapa narasumber berpendapat bahwa kendala untuk mengikuti *Pai Wan Fo* adalah masalah waktu. Umat Buddha di Vihara Lalitavistara yang didominasi oleh orang-orang Tionghoa sebagai seorang pengusaha, sulit untuk membagi waktu datang ke wihara. Terlalu banyak pekerjaan yang harus dikerjakan dan susah meluangkan waktu untuk ikut *Pai Wan Fo* di wihara.

Umat yang pekerjaannya sebagai pegawai juga sulit untuk bisa ikut puja bakti *Pai Wan Fo*. Karena tuntutan pekerjaan yang besar dari atasan pasti akan sulit untuk meminta izin absen dari kantor. Ditambah dengan puja bakti yang bukan hanya satu hari dilakukan, umat akan berpikir bahwa karena tidak mengikuti dari awal dijadikan alasan untuk tidak mengikuti *Pai Wan Fo*. Kendala waktu memang sangat sulit bagi kalangan pegawai atau pekerja kantoran.

Puja bakti *Pai Wan Fo* dilaksanakan tepat pada saat Imlek, hal ini juga menjadi kendala bagi para umat. Disebabkan karena pada saat Imlek adalah waktu untuk kumpul-kumpul dengan keluarga besar. Banyak yang harus keluar kota untuk merayakan Imlek dan ada juga yang harus jaga di rumah untuk menyambut tamu. Bagi umat masalah waktu adalah pengaruh yang paling berat, karena adanya tuntutan dari pekerjaan, atasan bahkan keluarga.

c. Malas

Kendala yang terakhir untuk mengikuti puja bakti *Pai Wan Fo* menurut beberapa narasumber adalah karena malas. Puja bakti *Pai Wan Fo* yang memang mengharuskan untuk Pai berkali-kali pasti akan memicu munculnya rasa bosan. Ketika bosan sudah muncul pasti akan dilanjutkan dengan rasa malas. Malas harus Pai berkali-kali dan baca sutra.

Rasa malas akan timbul dan terjadi kepada setiap orang. Jika seseorang memiliki pengendalian diri yang bagus pasti akan bisa menangkalnya. Akan tetapi, bagi para umat yang masih dalam proses awal belajar akan sangat sulit untuk melatihnya. Tergantung tingkat ketekunan seseorang, meskipun sulit tetapi jika dilakukan dengan tekun pasti akan bisa, tetapi jika bisa tetapi tidak mau melakukan maka tidak akan berhasil.

Pada intinya yaitu malas sangat menjadi kendala dalam pelaksanaan *upaya kausalnya* bagi setiap orang. Jika kendala ini tidak

dibasmi dengan tuntas maka akan terus tumbuh. Jadi tergantung dari dalam diri bertekad menambah semangat untuk melakukan segala sesuatu, sehingga kemalasan yang sering datang menjadi kendala bisa ditekan.

KESIMPULAN

Dalam melaksanakan penelitian yang berjudul praktik puja bakti *pai wan fo* sebagai wujud *upaya kausalya* yang dilaksanakan di Vihara Lalitavistara, maka dapat disimpulkan bahwa umat Buddha Vihara Lalitavistara memiliki pandangan jika yang dimaksud dengan *upaya kausalya* adalah cara atau upaya dalam menyampaikan Dharma, agar Buddha Dharma lebih mudah dipahami dan dilaksanakan. Sebagian dari umat juga tidak mengetahui apa arti dari *upaya kausalya*. Umat pernah mendengar tetapi belum mengetahui apa sebenarnya makna dari *upaya kausalya*. Sebagian umat beranggapan bahwa ketika umat mempraktikkan Dharma maka umat tersebut telah melaksanakan *upaya kausalya*.

DAFTAR ACUAN

- Chau Ming. 1987. *Beberapa Aspek Tentang Agama Buddha Mahayana*. Jakarta: Akademi Buddhis Nalanda.
- Dhammananda. 2003. *Hidup dan Masalahnya*. Terjemahan. Jakarta: Karaniya.
- Paul William. 2009. *Mahayana Buddhism*. New York: Madison Evie.
- Piyadassi. 2003. *Spektrum Ajaran Buddha*. Terjemahan. Jakarta: Yayasan Pendidikan Buddhis Triratna.