

BAB V

ANALISIS

A. Persamaan

Hampir semua agama memiliki ajaran tentang puasa tidak terkecuali agama Hindu dan Budha. Dari segi akar kata kedua agama tersebut sepakat bahwa puasa berasal dari kata *upawasa/upavasa*, terlebih lagi keduanya sama-sama menekankan bahwa puasa dalam ajaran agama mereka tidak hanya sekedar menahan haus dan lapar tetapi lebih dari itu.

Ajaran puasa dalam agama Hindu termasuk dalam bagian *dasa niyama brata* yang jumlahnya ada 10 yakni: *Dana*, yaitu sifat suka bersedekah. *Ijya* yaitu sifat yang selalu memperlihatkan hormat dan bakti kepada Tuhan Yang Maha Esa serta para dewa-dewa para bhatara dan leluhur termasuk para maha Resi (nabi). *Tapa* yaitu sifat suka mengendalikan diri dengan menundukkan nafsu dan indria. *Dhyana* yaitu sifat suka melakukan semadi, tafakur menghubungkan pikiran tentang kebesaran Tuhan. *Swadhyaya* yaitu sifat suka belajar sendiri memahami ajaran kerohanian. *Upasthanigraha* yaitu sifat suka mengendalikan hawa nafsu birahi terutama pengendalian seks. *Brata* yaitu sifat taat dan patuh menuruti aturan serta pantangan dan tidak melanggarnya. *Upawasa* yaitu sifat suka berpuasa. *Mona* yaitu sifat mengendalikan kata-kata dan tidak akan berkata-kata pada waktu tertentu. *Snana* yaitu sifat suka hidup bersih dengan cara mandi. Melakukan *trisanthya* atau cara-cara lain untuk mensucikan (raga) pikiran dan ucapan.

Adapun ajaran puasa dalam agama Budha termasuk dalam bagian *atthasila* yang jumlahnya ada delapan yaitu: Menghindari pembunuhan makhluk hidup, menghindari perbuatan mengambil barang yang tidak diberikan, Menghindari hubungan kelamin, menghindari ucapan salah, menghindari segala minuman yang dapat menyebabkan lemahnya kesadaran, menghindari makan-makanan (yang tidak diizinkan) pada waktu yang salah (setelah jam 12 siang), menghindari menari, menyanyi, bermain musik dan melihat pertunjukan, memakai kalungan bunga, perhiasan, wangi-wangian dan kosmetik untuk menghiasi dan mempercantik diri, menghindari penggunaan tempat tidur dan tempat duduk yang tinggi dan mewah.

Baik *dasa niyama brata* dalam agama hindu maupun *atthasila* dalam agama Budha keduanya sama-sama merupakan ajaran tentang kesusilaan dan moralitas. Moralitas Buddhis didasarkan pada hukum universal sebab dan akibat (*kamma*), dan menilai tindakan “baik” atau “buruk” dalam hal pengaruhnya terhadap diri sendiri dan orang lain. Suatu tindakan, sekalipun jika tindakan itu membawa keuntungan bagi diri sendiri tidak dapat dianggap sebagai tindakan yang baik jika menyebabkan kesakitan fisik dan mental pada makhluk lain.

Selain itu titik temu antara ajaran puasa dalam agama Hindu dengan agama Budha adalah puasa dilakukan untuk tercapainya ketenangan batin/jiwa.

Persamaan lainnya dalam puasa Hindu dan Budha dapat dilihat dari segi waktu. Waktu dimana kedua agama ini melakukan puasa adalah pada saat bulan gelap dan bulan terang. Dalam agama Hindu dikenal dengan istilah purnama dan tilem. Purnama dan Tilem dirayakan untuk memohon berkah dan karunia dari

Hyang Widhi. Hari Purnama, sesuai dengan namanya, jatuh setiap malam bulan penuh (*Sukla Paksa*). Sedangkan hari Tilem dirayakan setiap malam pada waktu bulan mati (*Krsna Paksa*). Kedua hari suci ini dirayakan setiap 30 atau 29 hari sekali. Pada hari Purnama dilakukan pemujaan terhadap Sang Hyang Chandra, sedangkan pada hari Tilem dilakukan pemujaan terhadap Sang Hyang Surya. Keduanya merupakan manifestasi dari Hyang Widhi yang berfungsi sebagai pelebur segala kekotoran (*mala*). Pada kedua hari ini hendaknya diadakan upacara persembahyangan dengan rangkaianannya berupa upacara yadnya.

Begitu pula dalam agama Budha, ada makna religius khusus terutama pada bulan purnama karena peristiwa-peristiwa penting tertentu sehubungan dengan hidup sang Budha terjadi pada bulan purnama. Sang Budha terlahir pada hari bulan purnama, Peristiwa meninggalkan keduniawiannya terjadi pada bulan purnama, pencerahannya, pembabaran ceramah pertamanya, wafatnya dan banyak kejadian penting lainnya selama delapan puluh tahun masa hidupnya terjadi pada hari bulan purnama.

Umat Budha diseluruh dunia memberikan penghargaan untuk hari bulan purnama. Mereka merayakan hari ini dengan semangat religius menjalankan sila, bermeditasi dan menjauhi kehidupan inderawi. Pada hari ini mereka mengarahkan perhatian mereka pada pengembangan spritual.

B. Perbedaan

Disamping memiliki persamaan antara ajaran puasa dalam agama Hindu dan Budha seperti yang telah di jelaskan sebelumnya, ternyata kedua agama ini juga memiliki banyak perbedaan dalam ajaran tersebut. Perbedaan yang paling

mendasar adalah dari segi hukum pelaksanaannya. Hukum berpuasa dalam agama Hindu sangat kompleks, ada yang sifatnya diwajibkan seperti pada waktu hari Nyepi, hari Siwaratri serta hari Purnama dan Tilem. Ada yang tidak diwajibkan seperti pada hari-hari suci Odalan, Anggara Kasih, dan Buda Kliwon. Sedangkan dalam agama Budha tidak dikenal istilah hukum puasa yang diwajibkan ataupun yang tidak diwajibkan. Puasa dilakukan hanya semata-mata atas dasar kesadaran individu masing-masing yang mengerti betapa pentingnya ajaran itu untuk dilaksanakan. Karena bagi pemeluk agama Budha puasa dilakukan bukan terkait tentang persoalan pahala dan dosa seperti yang ada dalam agama Hindu tetapi tentang ajaran moralitas yang bertujuan menuntun orang menuju tujuan akhir kebahagiaan tertinggi.

Dilihat dari segi waktu sebenarnya berpuasa dapat dilakukan kapan saja mengingat dalam agama Hindu terdapat berbagai macam jenis puasa ada yang diwajibkan, ada yang tidak diwajibkan dan sebagainya. Namun, waktu berpuasa bagi umat Hindu yang umumnya dilakukan pada saat hari raya Nyepi, Siwaratri serta Purnama dan Tilem. Sedangkan bagi pemeluk agama Budha waktu berpuasa dilakukan 4 kali dalam satu bulan, yakni pada tanggal 1, 8, 15 dan 23 dalam perhitungan kalender Budhis. Akan tetapi seperti yang telah diketahui umat Budha dapat digolongkan menjadi 2 golongan yakni golongan perumah tangga (*gharavasa*) dan rohaniawan atau orang yang meninggalkan kehidupan berumah tangga dan menjalani hidup suci (*pabbajita*). Sehingga dalam hal berpuasa juga memiliki perbedaan. Para *gharavasa* dianjurkan berpuasa 4 kali dalam satu bulan namun bagi *pabbajita* berpuasa dilakukan setiap hari selama hidupnya.

Begitu pula tujuan berpuasa dalam agama bertujuan untuk mengendalikan nafsu Indria, mengendalikan keinginan. Indria haruslah berada dibawah kesempurnaan pikiran, dan pikiran berada dibawah kesadaran budhi. Jika indria terkendali dan pikiran terkendali maka akan dekat dengan kesucian. Semakin sering orang melakukan puasa dan brata itu berarti semakin sering pula orang membersihkan dirinya dari pengaruh bhoga maupun benda-benda atau lingkungan. Dengan kata lain semakin sering orang membersihkan diri dan menyucikan diri maka semakin dekat dengan Tuhan.

Sedikit berbeda dengan tujuan puasa agama Hindu, bagi umat Budha puasa tidak hanya bertujuan untuk menghilangkan nafsu kasar yang diwujudkannya melalui pikiran, perkataan dan perbuatan. Tetapi juga dengan melakukan puasa mereka menarik diri dari kehidupan sehari-hari yang dipenuhi dengan keinginan material dan inderawi. Disamping itu puasa juga bertujuan untuk mengembangkan relaksasi dan ketenangan untuk melatih pikiran dan untuk mengembangkan diri secara spritual.

Adapun tata cara/aturan berpuasa dalam agama Hindu sangat beragam ada puasa yang dilaksanakan dalam jangka panjang lebih dari sehari, di mana pada waktu siang tidak makan/minum apa pun. Ada Puasa jangka panjang antara 3-7 hari dengan hanya memakan nasi putih tiga kepel setiap enam jam dan air klungah nyuh gading. Ada puasa jangka pendek selama 24 jam tidak makan/minum apa pun disertai dengan mona (tidak berbicara), dilaksanakan ketika Siwaratri dan sipeng (Nyepi). Ada puasa total jangka pendek selama 24 jam dilaksanakan oleh para wiku (pendeta/pertapa) setahun sekali untuk menebus dosa-dosa karena

memakan sesuatu yang dilarang tanpa sengaja, puasa itu dinamakan *santapana* atau *kricchara* dan ada pula puasa total jangka pendek selama 24 jam dilaksanakan oleh para wiku (pendeta/pertapa) setiap bulan untuk meningkatkan kesuciannya, dinamakan *candrayana*.

Setiap sebelum melakukan puasa umat Hindu terlebih dahulu menyucikan badan dan rohani dengan upacara *majaya-jaya* (jika dipimpin pandita) atau *maprayascita* jika dilakukan sendiri. Untuk menutup puasa didahului dengan minum segelas air bercampur air jeruk nipis. Setengah jam kemudian diikuti dengan makan pisang. Tetapi pisangnya tidak dikunyah halus, melainkan hanya dipotong potong dengan gigi kemudian ditelan. Namun, cara paling baik menutup puasa adalah dengan cara minum air pada detik yang tepat penutupan puasa. Adapula yang memilih penutupan dengan juice. Prinsipnya, kita tidak membuat sang perut “kaget” dengan makanan agak keras, jadi pilihan adalah minum air atau juice. 10-15 menit kemudian bisa dilanjutkan dengan makanan, yang juga diusahakan makanan yang lembut, tidak keras dan tidak panas/pedas.

Sedangkan tata cara/aturan puasa dalam agama Budha selalu bertepatan dengan hari *uposatha*. Pada hari ini para upasaka dan upasika selain melakukan *pancasila* (5 *sila*) juga melakukan *atthasila* (8 *sila*), dimana dalam hal ini puasa termasuk kedalam *sila* ke enam dari *atthasila*. *Sila* ke enam dari *atthasila* tersebut adalah melatih diri menghindari makan-makanan (yang tidak diizinkan) pada waktu yang salah.

Waktu yang salah maksudnya adalah mulai dari tengah hari pukul 12:00 siang, sampai subuh pada keesokan harinya. Waktu subuh ditandai apabila sudah

dapat terlihat warna hijau dari daun-daun atau telah dapat melihat garis-garis pada telapak tangan sendiri baru boleh memakan makanan.

Dalam hal ini puasa dalam agama Budha sangat berbeda dengan puasa agama Hindu. Jika agama Hindu secara umum puasanya total selama 24 jam tidak makan dan tidak minum, sebaliknya agama Budha diperbolehkan makan dan minum dari subuh sampai tengah hari dan setelah itu baru mereka tidak diperbolehkan makan dan minum yang tidak diizinkan. Air putih termasuk diperbolehkan diminum setelah jam 12 siang dan makanan obat seperti madu, air tebu, gula, air jeruk atau memakan lemak hewan atau nabati yang padat maupun cair, coklat murni dan keju murni. Makanan dan minuman itu boleh dimakan atau diminum bila merasa lemah. Bila masuk angin dibolehkan minum air jahe atau memakan jahe muda atau bila sembelit dapat memakan buah asam.

Pelanggaran peraturan pelatihan keenam ini telah terjadi bilamana terdapat empat faktor yaitu:

1. Waktu diluar batas yang telah ditentukan.
2. Makanan atau minuman yang tidak diperbolehkan.
3. Usaha untuk memakan atau meminum.
4. Memakannya atau meminumnya.