

## Pelaksanaan Brahma Vihāra Sebagai Sarana Mewujudkan Toleransi Antar Umat Beragama Di Indonesia

Metta Panna Devi

Sekolah Tinggi Agama Buddha (STAB) Kertarajasa  
metta.pannadevi@sekha.kemenag.go.id

### Abstrak

Brahma Vihāra merupakan empat keadaan batin yang luhur. Di dalamnya mengandung sifat-sifat luhur, mulia, dan sempurna yang patut dimiliki oleh seluruh manusia. Keempat sifat luhur tersebut adalah mettā (cinta kasih), karunā (kasih sayang, belas kasih), muditā (turut bergembira), dan upekkhā (keseimbangan batin). Toleransi adalah sikap dan tindakan yang menghargai perbedaan agama, suku, etnis, pendapat, sikap, dan tindakan orang lain yang berbeda dari dirinya. Atas dasar hal tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengkaji pelaksanaan brahma vihāra sebagai sarana mewujudkan toleransi antar umat beragama di Indonesia. Jenis penelitian ini adalah penelitian kepustakaan. Karenanya, penelitian ini dilakukan dengan teknik analisis isi (content analysis) yakni dengan menganalisis isi dari berbagai sumber-sumber pustaka yang relevan dengan teori yang ada. Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari sumber primer dan sekunder. Dalam penelitian ini data primer diperoleh melalui teks Kitab Suci Tripitaka sedangkan data-data sekunder diperoleh dari buku-buku populer, jurnal, dan sumber-sumber dari media secara online. Hasil dari penelitian ini ditemukan adanya korelasi pelaksanaan brahma vihāra sebagai sarana mewujudkan toleransi antar umat beragama di Indonesia. Hal ini dapat dilihat dari daya upaya benar dalam implikasi brahma vihara dimana dalam praktiknya kegiatan ini senantiasa menanamkan berbagai sifat luhur kepada pelaksananya seperti mencegah munculnya pikiran dan sifat-sifat jahat, keserakahan dan mementingkan diri sendiri, memelihara dan mengembangkan sifat-sifat baik dalam diri, serta menanamkan sifat malu dan takut untuk berbuat jahat. Selain itu, melatih diri untuk selalu memiliki cinta kasih terhadap orang lain walaupun dengan berbagai karakter dan latar belakang yang berbeda bahkan agama (kepercayaan) yang berbeda akan sangat berdampak dan menambah toleransi dalam diri manusia kepada manusia lainnya. Perbedaan tidak akan menggoyahkan atau membuat seseorang mengabaikan oranglain karena cinta kasih selalu berada di atas segalanya. Seseorang yang penuh cinta kasih cenderung bertoleransi tinggi dan menerima eksistensi orang lain dengan lapang dada walaupun pada diri mereka penuh perbedaan.

**Kata Kunci:** Brahma Vihāra, Toleransi, Umat Beragama

### Abstract

*The Brahma Vihara are the four sublime states of mind. It contains noble, noble, and perfect qualities that all living beings should live by. The four noble qualities are mettā (loving-kindness), karunā (compassion, compassion), muditā (rejoicing), and upekkhā (equanimity). Tolerance is attitudes and actions that respect differences in religion, ethnicity, ethnicity, opinions, attitudes, and actions of other people who are different from themselves. On the basis of this, this study was made to find out the Implementation of the brahma vihāra as a means of realizing inter-religious tolerance in Indonesia. This type of research is library research. Therefore, this research was conducted using content analysis techniques, namely by analyzing the contents of various library sources that are relevant to the existing theory. Sources of data used in this study consisted of primary and secondary sources. In this study, primary data was obtained through the text of the Tipitaka Scriptures, while secondary data was obtained from popular books, journals, and online media sources. The results of this study found a correlation in the implementation of the Brahma Vihāra as a means of realizing tolerance between religious communities in Indonesia. This can be seen from the right effort in the implication of the brahma vihara that the activity always instills various noble qualities in its practitioners such as preventing the emergence of evil thoughts and qualities, greed and selfishness, maintaining and developing good qualities in oneself, and instill shame and fear of doing evil. In addition, training yourself to always have love for others even with different characters and backgrounds and even different*

*religions (beliefs) will greatly impact and increase tolerance in humans to other humans. Differences will not make one ignore others because love is always above all. Someone full of love tends to be very tolerant and accepts the existence of others with grace, even though they are full of differences.*

**Keywords:** *Brahma Vihāra, Tolerance, Religious People*

---

## PENDAHULUAN

Di Indonesia terdapat enam agama yang sah saat ini, agama tersebut adalah Islam, Kristen, Katolik, Hindu, Buddha dan Konghucu. Setiap orang mempunyai hak kebebasan untuk memeluk suatu agama dan melaksanakan ibadah berdasarkan agama dan kepercayaan yang diyakininya. Kita tidak dibenarkan memaksakan suatu agama kepada seseorang. Setiap agama secara umum tidak mengajarkan manusia untuk menyakiti, menyiksa, membunuh, mencuri, memperkosa, menipu dan perang. Sebaliknya agama menuntun manusia mengubah sikapnya menuju ke arah kebaikan. Agama mempunyai makna sangat ideal yaitu sebagai perekat tali persaudaraan dan sebagai faktor ketentraman kehidupan.

Namun pada kenyataannya masih banyak konflik yang merajalela di masyarakat yang muncul dengan mengatas namakan agama. Banyaknya konflik yang muncul di dunia tidak lain disebabkan oleh berkembangnya sifat-sifat jahat dalam diri manusia. Hal tersebut bertentangan dengan nilai-nilai kebajikan yang diajarkan dalam setiap agama. Nilai-nilai kebajikan terkhusus dalam agama Buddha beberapa diantaranya adalah Brahma Vihāra yang terdiri dari cinta kasih, belas kasihan, perasaan simpati dan keseimbangan batin. Empat kediaman luhur ini dapat mendorong munculnya kedamaian di masyarakat. Dengan dikembangkannya empat keadaan batin yang luhur ini, pikiran – pikiran jahat yakni kebencian, keserakahan dan sifat mementingkan diri sendiri yang menjadi sumber berbagai konflik akan terkikis sedikit demi sedikit dan akhirnya dapat lenyap (Wowor, 1993). Hal senada dikatakan oleh Lama (2003) yang menyatakan bahwa kedamaian dalam diri dapat dilatih melalui pengembangan Brahma Vihāra sehingga setiap saat batin kita selalu diliputi oleh cinta kasih kepada semua makhluk.

Seseorang yang selalu mengembangkan Brahma Vihāra tidak akan terlibat dalam sebuah konflik. Ketika mengembangkan Brahma Vihāra, pikirannya akan diliputi dengan cinta kasih. Hal ini juga dapat menimbulkan kedamaian bagi makhluk lain yang berada di sekitarnya. Sebagaimana cinta dari seorang ibu terhadap anaknya, itulah perwujudan dari cinta kasih (Ñanamoli, 2001:15).

Mengingat dalam sejarah kehidupan manusia masih diwarnai dengan berbagai macam kekacauan, konflik, pertikaian bahkan hingga banyak terjadi perang baik antar individu, kelompok, negara yang tidak sedikit memakan korban baik materi maupun jiwa seseorang dengan mengatasnamakan agama, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian kajian pustaka dengan judul: **“Pelaksanaan Brahma Vihāra Sebagai Sarana Mewujudkan Toleransi Antar Umat Beragama di Indonesia”**.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kajian kepustakaan (*Library Research*), yakni penelitian yang dilaksanakan melalui mengumpulkan data atau karya tulis ilmiah yang bertujuan untuk melakukan pengumpulan data yang bersifat kepustakaan, yang pada dasarnya melakukan penelaan kritis dan mendalam terhadap bahan-bahan yang kritis dan relevan. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan teknis analisis isi (*content analysis*). Adapun tahapan dalam melakukan analisis isi sebagai berikut: pertama, penetapan desain atau model penelitian dengan cara menetapkan beberapa media, analisis perbandingan atau korelasi, objek-Nya. Kedua, pencaharian data pokok atau data primer yaitu teks. Dalam penelitian ini data primer diperoleh melalui teks Kitab Suci Tipitaka sedangkan data-data sekunder diperoleh dari buku-buku populer, jurnal, dan sumber-sumber dari media secara online. Tahap ketiga adalah pencaharian pengetahuan kontekstual agar penelitian yang dilakukan dapat menunjukkan keterkaitan antara variabel yang satu dengan yang lainnya. Dalam penelitian ini akan dikaji korelasi antara Brahma Vihāra dengan toleransi antar umat beragama.

## PEMBAHASAN

### Pengertian Toleransi Antar Umat Beragama

Pengertian Toleransi Antar Umat Beragama adalah ungkapan yang digunakan dalam konteks sosial, budaya, dan agama untuk menggambarkan sikap yang melarang diskriminasi terhadap kelompok yang beragam dalam suatu komunitas. Toleransi beragama mengacu pada kesediaan seseorang untuk bertoleransi dan memungkinkan pemeluk agama menjalankan keyakinannya sesuai dengan ajaran dan ketentuan agama yang dianutnya.

Ditinjau dari segi agama, toleransi beragama adalah toleransi yang memuat keyakinan manusia tentang keimanan atau ketuhanan yang diyakininya. Seseorang harus memiliki kebebasan untuk menerima dan memeluk agama (berkeyakinan) pilihannya, serta menghormati penerapan dari ajaran yang mereka anut atau percayai. Toleransi beragama mengacu pada sikap terbuka seseorang untuk menghormati dan membiarkan pemeluk agama menjalankan ibadahnya sesuai dengan ajaran dan ketentuan agamanya masing-masing yang diyakini tanpa ada yang mengganggu atau memaksakan diri atau keluarganya (Masykuri, 2001).

Toleransi beragama hanya berlaku dalam hubungan ini, yang hanya terbatas di dalam lingkungan atau di dalam suatu agama. Jenis hubungan kedua adalah hubungan yang ada di antara manusia. Hal ini tidak terbatas pada suatu agama dalam hubungan ini, tetapi juga berlaku untuk semua individu yang tidak seagama, dalam bentuk kerjasama dalam kepentingan sosial atau kepentingan umum. Dalam hal seperti inilah berlaku toleransi dalam pergaulan hidup antar umat beragama (Said, 2005).

Tidak ada yang bisa menyangkal adanya perbedaan. Semakin banyak perbedaan, semakin besar toleransi dan pemahaman yang dibutuhkan. Ketika ada konfrontasi, sangat penting untuk mempertahankan persatuan, toleransi, dan rasa persaudaraan. Kita juga harus bisa mengatur emosi kita, yang mungkin bisa menimbulkan permusuhan. Setiap manusia harus melepaskan keegoisannya, keinginannya untuk berhasil, dan keyakinan bahwa dirinya selalu benar. Setiap ketidaksepakatan atau kesalahpahaman yang muncul ditangani secara kolaboratif mungkin, tanpa sentimen memihak atau membedakan-bedakan. Pada intinya perbedaan tidak boleh dibedakan tetapi untuk perdamaian. Untuk menciptakan kondisi yang penuh perdamaian, masyarakat, pemerintah dan negara harus saling bahu membahu untuk mencapai tujuan bersama (Saerozi, 2004).

### **Pengertian Brahma Vihāra**

Kata brahma dapat diartikan sebagai sangat luar biasa, agung, luhur atau mulia, dan vihāra diartikan sebagai keadaan dari kehidupan. Oleh sebab itu brahma vihāra mengacu pada keadaan yang luhur atau kediaman luhur (Piyadasi, 2003). Brahma vihāra berarti "cara bertindak yang tinggi" atau "rumah dewa Brahma." Brahma vihāra adalah cara hidup yang cangguh atau luhur, seperti brahmachariya (kehidupan mulia). Mereka juga disebut *appamañña* (tanpa batas ikatan), karena bentuk pikiran ini dipancarkan pada semua makhluk tanpa batas dan rintangan (Narada, TT).

Ajaran mengenai cinta kasih, belas kasihan, turut berbahagia, dan tentang keseimbangan batin merupakan ciri khas dari Buddhisme. Empat karakteristik yang terkandung dalam brahma vihāra ini tidak mementingkan diri sendiri, tetapi lebih memperhatikan kepentingan dan kesejahteraan semua orang, sehingga kualitas-kualitas ini membuat orang saling menghargai dan menghormati.

### **Sifat-sifat Brahma Vihāra**

Brahma Vihāra merupakan empat keadaan batin yang luhur. Ini mewujudkan atribut terhormat, luhur, dan ideal yang harus dicita-citakan oleh semua makhluk hidup. "*Sattesu samma patipatti*" mengatakan bahwa ketika manusia melakukan atau berperilaku benar dan ideal terhadap semua entitas, empat kondisi mental dianggap luhur atau mulia (Nyanaponika, 2006).

Brahma Vihāra memiliki empat sifat mulia yang saling mendukung dan mempengaruhi satu sama lain. Meskipun tujuan dari empat karakteristik brahma vihāra berbeda, harus ada keseimbangan antara keempatnya ketika mengembangkannya. Karena empat atribut saling berhubungan dan berdampak satu sama lain, jika satu berkembang, tiga lainnya juga akan demikian. Keempat sifat ini dianggap luhur karena merupakan cara yang benar dan ideal untuk berperilaku dan berperilaku terhadap semua makhluk hidup. Keempat sifat luhur tersebut adalah *mettā* (cinta kasih), *karuṇā* (kasih sayang, belas kasih), *muditā* (turut bergembira), dan *upekkhā* (keseimbangan batin).

### **Brahma Vihāra sebagai sarana Mewujudkan Toleransi Antar Umat Beragama Di Indonesia**

Brahma Vihāra harus dikembangkan secara maksimal agar dapat mewujudkan kehidupan yang penuh kedamaian. Agar orang lain ikut serta dalam mewujudkan perdamaian. Seperti sebuah sabda Buddha: sebelum mengajarkan sesuatu kepada orang lain, ia harus melakukannya terlebih dahulu. Seseorang yang sangat disiplin akan dapat melatih orang lain dalam kedisiplinan (Widya, 2010).

Banyaknya kekacauan dan pertikaian di dunia ini dapat mengembangkan sifat-sifat jahat dalam

diri manusia. Hal tersebut dapat terjadi karena berkembangnya kebencian dan keserakahan yang merupakan sifat negatif yang bertentangan dengan Brahma Vihāra. Untuk mengikis hal tersebut dapat dilakukan dengan latihan pengembangan Brahma Vihāra sehingga dengan dikembangkannya keadaan batin yang luhur ini, kebencian, keserakahan dan sifat mementingkan diri sendiri akan terkikis sedikit demi sedikit dan akhirnya dapat lenyap. Untuk dapat mewujudkan perdamaian dengan dunia luar, orang harus terlebih dahulu dapat menemukan kedamaian dalam dirinya. Karena tidak mungkin orang yang berada dalam lumpur dapat menolong orang lain keluar dari lumpur (Wowor, 1993). Untuk menemukan kedamaian dalam diri dapat dilatih melalui pengembangan brahma vihāra sehingga batin kita selalu diliputi oleh cinta kasih kepada semua makhluk (Lama, 2003).

## **Upaya Mewujudkan Toleransi Antar Umat Beragama melalui Pelaksanaan Brahma Vihāra**

### **1. Mengembangkan Sikap Mental Positif yang Terdapat dalam Brahma Vihāra**

Manusia merupakan makhluk yang dapat mengembangkan pikirannya secara optimal. Dalam pikiran manusia terdapat kekuatan yang bersifat suci dan bercorak jahat yang dapat muncul pada kesadaran yang tidak terduga. Apabila pikiran negatif yang lebih sering muncul dan berkembang maka orang tersebut akan lebih cenderung memiliki sifat yang jahat, penuh kebencian dan keserakahan dalam dirinya.

Jika manusia sering mengembangkan hal-hal yang bersifat mulia seperti mengembangkan sifat dermawan (*dāna*), melaksanakan kemoralan (*sīla*), dan melatih ketenangan batin (*samādhi*), serta mengembangkan sifat-sifat mulia yang terdapat dalam Brahma Vihāra, maka pikiran sifat jahat akan terkikis sedikit demi sedikit, dan orang tersebut akan cenderung memiliki sifat yang baik dan tingkah laku yang baik pula.

Untuk itu dalam pengembangan brahma vihāra lebih ditekankan pada cinta kasih walau pun sebenarnya keempat sifat luhur tersebut saling berkaitan dan tidak dapat dipisah satu sama lain. Untuk menciptakan perdamaian dunia, manusia harus dapat berdamai dengan diri sendiri terlebih dahulu. Untuk menemukan kedamaian dalam diri, dapat dilakukan dengan melatih pengembangan brahma vihāra dalam kehidupan sehari-hari. Terdapat 2 cara untuk melatih brahma vihāra, antara lain;

(1) melalui meditasi, dan (2) melalui tingkah laku dan pengarahan pikiran secara tepat.

### **2. Pengembangan Melalui Meditasi**

Untuk mencapai pengembangan yang sempurna dari dilatih melalui meditasi yang disebut sebagai *brahma vihāra bhāvanā*. Pengembangan *brahma vihāra bhāvanā* dilakukan dengan cara mengembangkan cinta kasih terhadap diri sendiri, semoga dirinya berbahagia terbebas dari penderitaan. Mengembangkan cinta kasih kepada diri sendiri ini bukanlah bersifat egois karena hal ini dilakukan sebagai awal pengembangan cinta kasih kepada semua makhluk, karena apabila seseorang tidak dapat mengembangkan cinta kasihnya kepada diri sendiri sekalipun, maka orang tersebut akan sulit untuk cinta kasih kepada orang lain, terlebih-lebih mengembangkannya kepada orang yang ia benci atau yang kurang ia sukai.

Seperti halnya orang yang berada dalam kubangan lumpur akan sulit untuk menolong orang lain keluar dari lumpur yang sama. Melalui pengembangan brahma vihāra ini seseorang juga dapat mencapai tingkat-tingkat ketenangan batin (*jhāna*) karena empat sifat brahma vihāra tersebut merupakan salah satu dari 40 obyek meditasi ketenangan batin (*samathabhāvanā*). Oleh karena itu jika seseorang senantiasa mengembangkan brahma vihāra akan lebih memiliki kharisma tersendiri karena batinnya selalu berada dalam keadaan yang tenang seimbang terbebas dari pikiran membenci, iri hati, dan sombong, sehingga dengan keadaan pikiran yang seperti itu orang lain pun akan merasa tenang dan damai sebagai efek atau getaran dari cinta kasih yang dikembangkannya.

Apabila selalu mengembangkan sifat-sifat bajik tersebut seseorang dapat memelihara pikiran yang tenang dan bersih, tanpa ada sifat bermusuhan dan membenci pada makhluk lain. Latihan pengembangan brahma-vihāra yang tekun akan menghasilkan dua efek tertinggi: Pertama, empat kualitas tersebut akan tenggelam masuk dan menyatu ke dalam batin sehingga keempat kualitas tersebut menjadi sikap yang spontan dan tidak mudah luntur; akan muncul secara otomatis apabila menghadapi suatu masalah yang kurang mengenakkan batinnya. Kedua, meditasi tersebut akan memunculkan dan mempertahankan perluasan yang tanpa batas dari empat kualitas sifat brahma-vihāra dan menyebar jangkauannya terhadap semua makhluk.

Pengembangan meditasi dari keadaan batin yang luhur ini dapat dibantu dengan refleksi yang berulang-ulang terhadap kualitas-kualitas keadaan luhur tersebut, manfaat yang ditawarkan

oleh keadaan luhur dan bahaya yang dapat ditimbulkan oleh sifat-sifat yang bertentangan dengan keadaan luhur tersebut.

### 3. Pengembangan melalui Tingkah Laku dan Pengarahan Pikiran Secara Tepat

Pengembangan brahma vihāra melalui tingkah laku dan pemikiran secara tepat dapat dilakukan setiap saat dengan menanamkan pemikiran bahwa semua orang adalah sama dengan diri sendiri, yaitu mendambakan kebahagiaan. Brahma vihāra dapat membuat seseorang menjadi mulia dalam kehidupan sekarang ini. Empat keadaan luhur ini seharusnya menjadi sahabat seseorang yang tidak terpisahkan, dan hendaknya selalu sadar terhadapnya dalam semua aktivitas sehari-hari. Sesuai dengan yang terdapat *metta sutta*, orang hendaknya selalu mengembangkan sifat-sifat luhur tersebut selagi berdiri, berjalan, berbaring, selagi tiada lelap.

Apabila semua orang mencoba untuk menumbuhkan dan mengembangkan sifat-sifat luhur yang terdapat dalam brahma vihāra, dengan tidak mempedulikan perbedaan kepercayaan, warna kulit, bangsa, kelamin ataupun kedudukan sosial, maka dunia akan menjadi damai dan harmonis, serta menjadikan penduduk dunia yang beradab dan berpikiran luhur. Dengan demikian, perdamaianlah yang akan dirasakan oleh semua orang di seluruh dunia tanpa adanya pertikaian yang hanya akan menambah penderitaan dalam hidup.

Tidak dapat dipungkiri bahwa semua orang di dunia ini memerlukan cinta kasih sejak ia lahir dan selama hidupnya. Cinta kasih merupakan hal terpenting yang paling dibutuhkan, walaupun ketiga sifat lainnya juga dibutuhkan tetapi cinta kasihlah yang memiliki peran terpenting dalam kehidupan manusia. Alasan yang penting mengapa cinta kasih memiliki peran penting dalam kehidupan adalah karena naluri manusia secara alamiah mengharapkan hal itu di atas segala-galanya. Kebutuhan manusia akan cinta kasih merupakan hal yang paling mendasar dari keberadaan manusia.

Hal ini adalah akibat dari ketergantungan manusia dalam membagi cinta kasih terhadap sesama. Bagaimanapun pandainya seseorang, jika ia harus hidup sendiri ia tidak akan mampu untuk bertahan lama. Bagaimanapun bersemangat dan mandirinya seseorang di waktu jayanya, orang tersebut pasti tergantung pada bantuan orang lain di waktu dalam kesulitan, sakit, dan di masa-masa tua dalam hidupnya, karena tidaklah mungkin orang akan selalu mengalami kebahagiaan, kejayaan dan kesuksesan. Segalanya selalu berubah dari gagal menjadi sukses, bahagia menjadi menderita, dan sebaliknya; sesuai dengan hukum ketidakkekalan (*anicca*) yang ditemukan kembali dan diajarkan oleh Buddha, yaitu segala sesuatu selalu berubah-ubah merupakan penderitaan karena perubahannya tersebut, dan tidak ada suatu inti yang kekal di dalamnya (*tilakkhaṇa*).

Untuk itu pengarahan pikiran dalam cinta kasih, mengkondisikan pikiran agar selalu memancarkan cinta kasih kepada sesama, merupakan kebahagiaan bagi semua pihak. Karena manusia itu sendiri sangat tergantung pada bantuan orang lain, maka kebutuhan akan cinta kasih merupakan hal yang paling mendasar. Oleh karena itu manusia membutuhkan rasa tanggung jawab dan perhatian yang tulus untuk kesejahteraan semua orang sehingga kehidupan yang harmonis dan penuh damai akan dapat terwujud.

### 4. Daya Upaya Benar dalam Melaksanakan Brahma Vihāra

Terdapat empat fungsi daya upaya benar dalam mengembangkan brahmavihāra (*sammappaddana*), yaitu: (1) daya upaya mencegah, (2) daya upaya membuang, (3) daya upaya mengembangkan, dan (4) daya upaya memelihara. Keempat hal tersebut hendaknya dilakukan secara berkesinambungan agar membuahkan hasil yang maksimal.

Yang dimaksud daya upaya mencegah di sini adalah mencegah munculnya pikiran-pikiran jahat dan tidak bermanfaat yang belum muncul. Seseorang mengerahkan upaya dalam mencegah munculnya sifat-sifat negatif seperti kebencian, keserakahan, mementingkan diri sendiri, kemarahan dan sifat-sifat jahat lainnya yang memiliki sifat bertentangan dengan Brahma Vihāra. Ketika seseorang menjumpai sesuatu yang tidak menyenangkan hatinya, sehingga menimbulkan pikiran-pikiran buruk dalam dirinya, ia berusaha mencegah pikiran buruk itu muncul.

### 5. Meningkatkan Kualitas Batin Manusia

Terwujudnya sesuatu yang besar selalu diawali oleh hal-hal kecil terlebih dahulu. Demikian pula untuk mewujudkan perdamaian dalam skala besar/dunia manusia harus memulainya dari dalam diri masing-masing dengan cara mengembangkan sifat-sifat mulia/bajik dalam kehidupan sehari-hari. Keluarga adalah kumpulan dari beberapa orang, masyarakat adalah kumpulan dari banyak orang, sedangkan suatu bangsa adalah kumpulan dari berbagai masyarakat.

Kehidupan manusia di dunia ini seperti jaringan dari seluruh manusia yang ada di dunia yang membentuk suatu sistem. Apabila kita merubah satu bagian saja dari sistem tersebut maka kita telah merubah sistem jaringan kehidupan manusia sedunia.

Oleh karena itu setiap individu manusia akan sangat mempengaruhi bentuk kehidupan manusia sedunia, karena dengan kita mampu merubah diri sendiri ke arah yang lebih baik, maka sesungguhnya kita telah merubah sistem kehidupan tersebut satu titik ke arah yang lebih baik pula. Begitu pentingnya peran masing-masing individu dalam menentukan arah kehidupan manusia sedunia, sehingga kita tidak semestinya mengabaikan hal-hal yang kelihatannya kecil dan sepele tetapi sangat berpengaruh ini.

## SIMPULAN DAN SARAN

Menjalani kehidupan bermasyarakat tentu saja tidak akan pernah terlepas dari kebutuhan akan sikap toleransi. Toleransi merupakan konsep terkini untuk menjelaskan sikap saling menghormati dan saling bekerja sama antar kelompok masyarakat yang beragam mulai dari etnis, bahasa, budaya, politik, serta agama. Seseorang tidak dibenarkan memaksakan suatu budaya atau agama kepada orang lain. Demi menemukan jawaban mengenai pelaksanaan Brahma Vihāra sebagai sarana mewujudkan toleransi antar umat beragama, maka penelitian ini dilakukan sehingga didapatkan hasil bahwa Brahma Vihāra dapat dijadikan sarana untuk mewujudkan toleransi antar umat beragama di Indonesia yaitu dengan mengembangkan empat sifat luhur yaitu *mettā* (cinta kasih), *karunā* (kasih sayang, belas kasih), *muditā* (turut bergembira), dan *upekkhā* (keseimbangan batin) sehingga manusia mampu membangun sikap toleransi menjadi gaya hidup dan wahana komunikasi nonverbal yang efektif dalam mewujudkan kerukunan umat beragama serta menghindarkan manusia dari segala sifat buruk atau yang menjadi pemicunya. Brahma Vihāra efektif dilakukan karena ini merupakan proses menemukan solusi kedamaian dalam diri sendiri sebagai langkah awal untuk mencapai perdamaian secara luas yang mencakup seluruh dunia. Dengan adanya cinta kasih, belas kasihan, turut berbahagia atas kebahagiaan orang lain, dan keseimbangan batin dalam pikiran seseorang, maka tidak akan ada kesempatan untuk munculnya pikiran-pikiran jahat. Seseorang dengan cinta kasih yang banyak cenderung menghormati perbedaan yang ada pada diri orang lain dan ini melahirkan pemikiran bahwa setiap makhluk memiliki kedudukan yang sama sehingga dapat menempatkan kepentingan orang lain sama dengan kepentingan diri sendiri.

## DAFTAR PUSTAKA

- Lama, Dalai. 2003 *Belas Kasihan dan Kebijaksanaan* Yayasan Penerbit Karaniya, Tanpa Kota.
- Masykuri, Abdullah. 2001 *Pluralisme Agama dan Kerukunan dalam Keragaman* Penerbit Buku Kompas, Jakarta.
- Narada. Tanpa Tahun *Brahma Vihāra* Aksara Buddhis Mandiri, Jakarta.
- Nyanaponika. 2006 *Brahma Vihāra* Vidyasena Production, Yogyakarta.
- Piyadasi. 2003 *Spekirum Ajaran Buddha* Yayasan Pendidikan Buddhis, Jakarta.
- Saerozi, M. 2004 *Politik Pendidikan Agama dalam Era Prulalisme* Tiara Wacana, Yogyakarta.
- Said, Agil Husin Al Munawar. 2005 *Fikih Hubungan Antar Agama* Ciputat Press, Ciputat.
- Siagian, A. O., Nufus, K., Yusuf, N. A., Supratikta, H., Maddinsyah, A., Muchtar, A., ... & Wijoyo, H. (2020). A Systematic Literature Review of Education Financing Model in Indonesian School. *Systematic Reviews in Pharmacy*, 11(10).
- Susilo, A., Setiawan, P., & Wijoyo, H. Karakter Siswa Terhadap Motivasi Belajar Dalam Perspektif Agama Buddha Pada SMA Pangudi Luhur Bandar Lampung Article Sidebar.
- Widya, Dharma K. 2010 *Penuntun Berorganisasi* Dewan Pimpinan Daerah Pemuda Theravada DKI, Jakarta.
- Wijoyo, H. (2020). A Systematic Literature Review of Education Financing Model in Indonesian School. *Systematic Reviews in Pharmacy*, 11(10).
- Wijoyo, H. (2021). Administrasi Pendidikan. Insan Cendekia Mandiri.
- Wijoyo, H., & Riau, W. S. D. ANALISIS EFEKTIFITAS PENDIDIKAN AGAMA DALAM MEMBENTUK KARAKTER SISWA DI ERA PANDEMI COVID-19.
- Wijoyo, H., Riau, S. D., & Maitreyawira, S. T. A. B. (2021). GOOGLE CLASS SEBAGAI MEDIA PEMBELAJARAN PANDEMI COVID-19. Dampak Pandemi terhadap, 1.
- Wowor, Cornelis. 1993 *Kitab Suci Sutta Pitaka I* Direktorat Jenderal Bimbingan Masyarakat Hindu dan Buddha dan Universitas Terbuka, Jakarta.