Khotbah Utama tentang Pemutaran Roda Dhamma

DHAMMACAKKAPPAVATTANA SUTTA

Yang Mulia Mahāsi Sayādaw

SA
04

Khotbah Utama tentang Pemutaran Roda Dhamma

DHAMMACAKKAPPAVATTANA SUTTA

Yang Mulia Mahāsi Sayādaw

KHOTBAH UTAMA
TENTANG PEMUTARAN RODA DHAMMA
Pustaka Penerbit Yayasan Dhammavihari
Cetakan I, Maret 2020

Judul Asal :
Dhammacakkappavattana Sutta
A Discourse on the Wheel of Dhamma
Penulis: VENERABLE MAHĀSI SAYĀDAW
Penerjemah: Suwendah Su
Penyunting : Karuna Adi Sasmita, Shela Octavia

Penerbit asal : Mahasi

Hak Cipta Terjemahan Indonesia :
Penerbit
Yayasan Dhammavihari
Jl. Outer Ring Road Lingkar Luar,
Jakarta Barat 11730
Tel: 085782800200
Email: yayasandhammavihari@gmail.com
www.dhammavihari.or.id

HAK CIPTA DILINDUNGI OLEH UU
Buku ini dipublikasikan hanya untuk dibagikan secara GRATIS dan TIDAK UNTUK DIJUAL.

Untuk informasi lebih lanjut, silakan hubungi penerbit.

Daftar Isi

BAB SATU

Pendahuluan Khotbah 17
Waktu Khotbah Pemutaran Roda *Dhamma* 19
Tiga Jenis Pendahuluan 21
Bodhisatta dan Kesenangan-Kesenangan Duniawi 22
Pencarian yang Tercela 22
Pencarian yang Mulia 23
Pelepasan Kehidupan Duniawi oleh *Bodhisatta* 24
Menemui Āḷāra, Seorang Petapa Tersohor 26
Mengikuti Petunjuk dari Petapa Suci Āḷāra 26
Kata-Kata yang Meyakinkan 27
Menemui Petapa Uddaka 29
Melatih Pertapaan Ekstrem di Hutan Uruvelā 31
Tiga Kiasan 31
Latihan Ekstrem tentang Penghancuran Batin dengan Batin 32
Absorpsi *Jhāna* dengan Menahan Napas 34
Latihan Keras dengan Berpuasa Ekstrem 35

Bujukan Māra 36
Pandangan Benar 38
Memasuki *Jhāna* Pertama ketika Masa Kecil 38
Memutuskan untuk Makan Kembali 40
Penerangan Sempurna 41
Latihan Ekstrem Adalah Suatu Bentuk Penyiksaan Diri 44
Mempertimbangkan Pertanyaan tentang Pembabaran Khotbah Pertama 45
Kehilangan Jalan dan Buah Pengetahuan karena Tujuh Hari 46
Kehilangan Kesempatan Besar karena Satu Malam 47
Perjalanan untuk Membabarkan Khotbah Pertama 48
Bertemu dengan Upaka, Petapa Telanjang 48
Kebenaran Tidak Terlihat ketika Dibutakan oleh Pandangan Salah 50
Tiba di Isipatana 51
Demikianlah Begawan Melanjutkan 57

BAB DUA

Kepuasan Sensual Adalah Tercela dan Tidak Pantas 60
Diṭṭhadhamma Nibbāna Vāda 61
Kebiasaan Umat Awam 62
Bukan Latihan dari Orang-Orang Mulia 62
Bukan untuk Mendapatkan Kesejahteraan Pribadi (*Anatthasaṃhito*) 63
Bolehkah Perumah Tangga Terlibat dalam Kesenangan Sensual? 64
Empat Jenis Kesenangan dalam Kenikmatan Indriawi 65
Latihan Menyiksa Diri 66
Metode Menyiksa Diri 66
Ajaran Niganṭha 68
Penderitaan Jasmani 69

Usaha yang Tidak Bermanfaat 69
Pandangan Salah tentang Meyiksa Diri 70
Pandangan Salah tentang Perenungan terhadap Perasaan 72
Pandangan Seorang Guru 72
Jalan Tengah: Latihan dan Manfaat 75
Cara Menghindari Dua Latihan Ekstrem 76
Penawar untuk Makanan yang Sulit Dicerna 77
Bagaimana Kebijaksanaan dan Pengetahuan Dikembangkan 78
Bagaimana Kebijaksanaan dan Pengetahuan Muncul Langkah Demi Langkah 79
Pengetahuan akan Semakin Mendalam melalui Latihan 80
Penjelasan Kitab Komentar 81
Memulai Langkah Demi Langkah, Sesuai dengan Panduan dari Naskah 82
Kilesa-Kilesa telah Ditenangkan 83
Kepercayaan yang Salah dalam Latihan – *Sīlabbataparāmāsā Diṭṭhi* 84
Penyingkiran Sementara 85
Munculnya Pengetahuan Luar Biasa 86
Penembusan Pandangan Terang 88
Realisasi *Nibbāna* 88

BAB TIGA

Pavāraṇā 91
Uraian dari Jalan Mulia Berunsur Delapan 93
Jalan dari Ucapan Benar 94
Jalan dari Perbuatan Benar 95
Jalan dari Penghidupan Benar 97
Mencari Kekayaan melalui Cara Tidak Sah Merupakan Penghidupan Salah 98

Mencari Kekayaan yang Selaras dengan Kemoralan Merupakan Penghidupan Benar 98
Jalan dari Usaha Benar 98
Jalan dari Perhatian Benar 102
Apakah Jalan Mulia Berunsur Delapan Dibabarkan secara Terperinci atau Tidak? 103
Bagaimana Menghasilkan *Vipassanā Sati*, Perhatian pada Pandangan Terang? 106
Penjelasan tentang Konsentrasi dari Momen ke Momen (*Vipassanā Khaṇika Samādhi*) 107
Pengetahuan Pandangan Terang yang Tepat hanya dari Pengamatan Penuh Perhatian 109
Tidak Ada Pandangan Terang tanpa Perhatian Penuh 110
Jalan dari Konsentrasi Benar 111
Pernyataan Tegas bahwa *Vipassanā* Tidak Dapat Dikembangkan tanpa *Jhāna* 112
Jalan dari Pandangan Benar 115
Kammassakatā Sammādiṭṭhi 117
Jalan dalam Tiga Tahapan 120
Bagaimana *Jhāna-Labhi* Mengembangkan Pandangan Terang 122
Merenungi Berbagai Aktivitas Kehendak (Metode *Pakiṇṇaka Saṇkhāra*) 123
Permulaan dari *Vipassanā Magga* 125
Bagaimana *Vipassanā Samādhi Magga* Dikembangkan? 126
Bagaimana *Vipassanā Paññā Magga* Dikembangkan? 126
Jalan dari Pikiran Benar – *Sammāsaṅkappa Magga* 127

BAB EMPAT

Kebenaran yang dinamakan Penderitaan – *Dukkhasacca* 131
Analisis Kritis tentang Perbedaan dalam Kutipan Tersebut 132
Naskah Pāḷi yang Akurat tentang Pengertian dari *Dukkhasacca* 134
Empat Kebenaran Mulia 135
1. *Jāti Dukkha* – Penderitaan tentang Kelahiran Kembali 136
Vipariṇāma Dukkha 138
Saṅkhāra Dukkha 139
Paṭicchanna Dukkha 140
Appaṭicchanna Dukkha 141
Pariyāya Dukkha 141
Nippariyāya Dukkha 141
Penderitaan dalam Rahim Seorang Ibu 142
Penderitaan saat Kelahiran 143
Penderitaan Sepanjang Hidup 144
2. *Jarā Dukkha* – Penderitaan tentang Penuaan 145
3. *Maraṇa Dukkha* – Penderitaan tentang Kematian 145
4. *Soka Dukkha* – Penderitaan tentang Kesedihan 146
5. *Parideva Dukkha* – Penderitaan tentang Ratap Tangis 148
6. *Dukkha* – Penderitaan Jasmani (Duka) 148
7. *Domanassa* – Penderitaan karena Dukacita 149
8. *Upāyāsa* – Penderitaan karena Kepedihan yang Mendalam 149
9. Penderitaan karena Berkumpul dengan Orang-Orang yang Tidak Disukai 150
10. Penderitaan karena Berpisah dari Orang-Orang yang Disukai 151

11. Penderitaan karena Tidak Mendapatkan Apa yang Diinginkan 152
12. Penderitaan karena Lima Agregat Pelekatan 152
Upādānakkhandha saat Melihat 153
Lima Agregat Pelekatan saat Mendengar 156
Lima Agregat Pelekatan saat Mencium 157
Lima Agregat Pelekatan saat Makan 158
Lima Agregat Pelekatan saat Meraba 159
Lima Agregat Pelekatan saat Berpikir 161
Penderitaan karena Lima Agregat Pelekatan 165
Upādāna dan *Upādānakkhandha* 167

BAB LIMA

Samudayasacca 174
Cerita tentang Raja Naga Sampeya 175
Cerita tentang Ratu Ubbarī 177
Bagaimana Kelahiran Kembali Terjadi? 184
Di Alam Brahmā Dia Bersinar Terang; Di Kandang Babi pun, Dia Menemukan Kesenangan 187
Cerita tentang Dewa Samana 194
Kisah Bhikkhu Tissa yang Terlahir sebagai Kutu 204
Pelekatan pada Istri Menuntun Kelahiran Kembali sebagai Seekor Ular, Seekor Anjing dan Seekor Lembu. 205
Seorang *Sayadaw* Pengajar *Dhamma* 208
Terlahir sebagai Seekor Kerbau karena Sejumlah Uang Sebesar Empat Puluh Kyat 209
Sedikit Beras dari Nga Nyo 211

Kehidupan yang Menyedihkan: Sekarang sebagai Setan, Sekarang sebagai Lembu 213
Terlahir Kembali sebagai Manusia setelah Menjadi Seekor Lembu dan Seekor Anjing 214
Terlahir sebagai Seekor Cicak yang Berkeriuk 215
Kāmataṇhā 216
Bhavataṇhā 218
Vibhavataṇhā 219

BAB ENAM

Nirodhasacca 226
Cara Melenyapankan Nafsu Keinginan 227
Maggasacca – Kebenaran yang dinamakan Jalan 231
Uraian Terperinci tentang Pandangan Benar (*Sammādiṭṭhi*) 232
Meditasi tentang Empat Kebenaran Mulia 233
Sutamayā (Pengetahuan melalui Mendengar) 236
Pengembangan *Pubbabhāga Magga* (*Vipassanā Magga*) 240
Nāma Berbeda dari *Rūpa*: Contoh yang Diberikan oleh Guru Agung Buddha 241
Pengendalian Diri selama Meditasi *Vipassanā* 246
Pengetahuan tentang Empat Kebenaran Mulia melalui *Vipassanā Ñāṇa* 248
Bagaimana Empat Kebenaran Mulia Dipahami Sepenuhnya melalui *Ariyamagga* secara Bersamaan 250
Vipassanā juga Komponen dari *Nirodhagāminī Paṭipadā* 252

BAB TUJUH

Saccañāṇa yang Berkaitan dengan *Dukkhasacca* 255
Kiccañāṇa yang Berkaitan dengan *Dukkhasacca* 262
Katañāṇa yang Berkaitan dengan *Dukkhasacca* 265
Saccañāṇa yang Berkaitan dengan *Samudayasacca* 269
Kiccañāṇa yang Berkaitan dengan *Samudayasacca* 273
Anusaya Kilesā Sebenarnya Ada 277
Katañāṇa yang Berkaitan dengan *Samudayasacca* 278
Saccañāṇa yang Berkaitan dengan *Nirodhasacca* 280
Kiccañāṇa yang Berkaitan dengan *Nirodhasacca* 281
Katañāṇa yang Berkaitan dengan *Nirodhasacca* 282
Saccañāṇa yang Berkaitan dengan *Maggasacca* 283
Kiccañāṇa yang Berkaitan dengan *Maggasacca* 285
Katañāṇa yang Berkaitan dengan *Maggasacca* 288

BAB DELAPAN

Ketika Buddha Tidak Mengakui Pencerahan 293
Pengakuan tentang Tingkat Ke-Buddha-An 297
Pernyataan Kesimpulan 298
Hal-Hal untuk Dijadikan Pertimbangan 300
Pengetahuan yang Lebih Tinggi untuk Para Pendengar *Dhamma* 301
Catatan tentang *Saṅghāyanā*, Sidang *Saṅgha* Pertama 304
Bagaimana Yang Mulia Koṇḍañña Mencapai Pengetahuan yang Lebih Tinggi ketika Sedang Mendengarkan Khotbah 305
Bagaimana *Maggañāṇa* Terbebas dari Kotoran dan Tidak Tercela 307
Maggañāṇa yang Berkembang dari *Vipassanañāṇa* 309

Apakah *Maggañāṇa* Tidak Dapat Dicapai dengan Pengetahuan dari Khotbah? 312
Pengakuan oleh Para Dewa dan Brahmā 313
Gempa Bumi dan Penampakan Cahaya Terang 314
Ungkapan Sukacita oleh Begawan 314
Permohonan Yang Mulia Aññā Koṇḍañña untuk Penahbisan 315
Tidak Mudah untuk Melepaskan Kepercayaan Tradisional Seseorang 316
Citta Si Pria Kaya dan Nāṭaputta 320
Mengembangkan Renungan Inspirasi 321
Penahbisan dengan "*Ehi Bhikkhu*" 322
Mereka yang Mencapai Pengetahuan yang Lebih Tinggi dengan Mendengarkan Khotbah Pertama 323
Pengetahuan Lebih Tinggi hanya Bisa Dicapai Setelah Praktik yang Benar 323
Bimbingan dan Praktik Sistematis pada Periode Awal *Sāsana* 324
Hanya Mendengarkan Khotbah Tidaklah Cukup, Praktik yang Benar juga Diperlukan 327
Bagaimana Yang Mulia Vappa, dan yang lainnya, Berjuang Keras untuk Mencapai Pencerahan 328
Enam *Arahat* Termasuk Begawan 330
Doa Penutup yang Mulia 331

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammāsambuddhassa

Terpujilah Begawan Yang Maha Suci, Guru Agung,

Yang Telah Mencapai Penerangan Sempurna

Catatan Editor

Seperti hasil terjemahan saya untuk karya-karya lain dari Yang Mulia Mahāsi Sayādaw, saya telah menghapus beberapa kata Pāḷi atau memindahkan penjelasan mereka untuk memudahkan para pembaca yang belum familiar dengan sebutan teknis dalam bahasa Pāḷi. Beberapa istilah Pāḷi dijelaskan kata per kata menggunakan metode Nissaya, satu kata atau istilah Pāḷi dicetak biru dan diikuti artinya dalam bahasa Inggris.

Buku ini diterbitkan pertama kali di Yangon, Desember 1981, kira-kira sembilan belas tahun setelah pembabarannya oleh Mahāsi Sayādaw. Untuk menyalin dan menerjemahkan berjam-jam rekaman khotbah adalah tugas yang sulit, tetapi ini merupakan sebuah kebajikan yang luar biasa karena membuka kesempatan bagi banyak umat untuk ikut merasakan manfaat dari khotbah Mahāsi Sayādaw.

Terbitan ini bertujuan untuk mencapai lebih banyak pembaca sembari tetap mempublikasikannya melalui internet. Berhubung target pembaca saya adalah yang lebih kurang paham dengan ajaran Buddha, jika dibandingkan

dengan mayoritas umat Buddhis Myanmar, dan mungkin hanya sebagian kecil yang mengenal Mahāsi Sayādaw, saya telah menambahkan beberapa catatan kaki untuk memperjelas pemahaman.

Referensi merujuk kepada teks Pāḷi edisi *Roman Script* dari *the Pāḷi Text Society*-dalam buku mereka, nomor-nomor halaman ini diberikan dalam *headers* atau dalam kotak di tubuh teks, sebagai contoh [254]. Praktik ini juga dilakukan dalam penerjemahan modern, seperti contoh di bawah ini:

254 *Ariyapariyesana Sutta: Sutta 26* I. 162

Dengan demikian, referensi untuk M.i. 162 dapat ditemukan pada halaman 162 dari buku pertama dalam edisi Pāḷi , tetapi ditemukan pada halaman 254 dari terjemahan Bhikkhu Bodhi. Referensi ini akan berada di halaman yang berbeda dalam terjemahan I.B. Horner, tetapi karena referensi untuk halaman Pāḷi telah diberikan, referensi tersebut masih dapat ditemukan. Dalam edisi teks Pāḷi dalam CD Chattha Sangayana, referensi halaman dari PTS Roman Script ditunjukkan pada bagian bawah layar dan dapat ditemukan dalam pencarian.

Saya telah mencoba untuk menyelaraskan penerjemahan istilah Pāḷi dengan karya-karya lain Sayadaw, tetapi mustahil untuk tetap konsisten karena sumber penerjemahan sangat beragam. Pada bagian Index, dapat Anda temukan istilah Pāḷi berada dalam kurung dan diikuti dengan artinya. Oleh karena itu, Index juga berfungsi sebagai Glosarium.

Dhammacakkappavattana Sutta, sebagai khotbah pertama Buddha, sangatlah berharga dan penting. Ditemani oleh lima petapa dalam pencarian kebenaran sejati yang sangat berat, menjadikan khotbah ini sangat mendalam dan sulit dipahami oleh umat awam yang masih melekat pada kesenangan sensual dan belum terbiasa dengan praktik meditasi.

Faktanya, kelompok lima petapa telah lebih lama mempraktikkan meditasi daripada Buddha. Beberapa kitab komentar menyatakan bahwa

mereka adalah peramal kerajaan yang hadir saat kelahiran Begawan, sebagian lagi mengatakan bahwa mereka adalah putra para peramal kerajaan. Bagaimanapun juga, mereka telah meninggalkan kehidupan perumah tangga untuk menjadi petapa dengan keyakinan penuh pada pencapaian penerangan sempurna oleh *Bodhisatta* di masa depan yang tidak lama lagi akan tercapai.

Kelima petapa juga merupakan individu-individu yang dikaruniai kecerdasan luar biasa dan telah memiliki pengalaman bertahun-tahun dalam meditasi saat mendengarkan khotbah pertama Buddha. Namun, hanya satu dari mereka, Yang Mulia Koṇḍañña yang merealisasi *Dhamma* dan mencapai *Nibbāna*, menjadi pemenang arus di akhir khotbah.

Empat petapa lainnya harus menjalankan latihan meditasi di bawah pengawasan Buddha untuk masing-masing; satu, dua, tiga, dan empat hari sebelum mencapai Jalan. Mereka harus berusaha keras, mungkin merelakan waktu tidur di saat kelompok mereka berenam, termasuk Buddha, hidup dari hasil dana makanan yang dibawa oleh dua atau tiga petapa yang pergi ber-*piṇḍapāta*.

Saat ini, sangat sulit untuk menemukan meditator yang bersedia bekerja keras dalam meditasi. Meskipun saya telah menyusun jadwal retret satu hari setiap dua minggu sekali, jarang ada yang mau ikut serta di dalamnya. Retret ini hanya berlangsung selama dua belas jam, jadi mereka hanya retret setengah hari, bukan satu hari penuh seperti yang dilaksanakan Yang Mulia Vappa untuk mencapai Jalan.

Seperti yang Mahāsi Sayādaw tekankan di bab terakhir, dalam bagian "HAL-HAL UNTUK DIJADIKAN PERTIMBANGAN", realisasi *Dhamma* hanya dapat dicapai melalui latihan, bukan hanya mendengarkan khotbah atau dengan membaca *sutta*. Namun, beberapa orang mencela ajaran praktikal Buddha dengan merendahkan praktik konsentrasi dan meditasi *vipassanā*.

Saya telah mendengar kedua pandangan ekstrem; yang mengatakan bahwa mendengarkan khotbah saja sudah cukup, tidak perlu berlatih; dan

yang mengatakan bahwa *Nibbāna* tidak dapat diraih di masa sekarang, jadi tidak ada gunanya berlatih sekarang. Pandangan-pandangan salah ini sangat berbahaya dan harus disingkirkan. Seseorang harus melatih meditasi dengan sungguh-sungguh demi mengembangkan jalan menuju *Nibbāna*.

Bhikkhu Pesala

Desember 2013

Bab Satu

KHOTBAH UTAMA TENTANG PEMUTARAN RODA DHAMMA

DISAMPAIKAN PADA AWAL BULAN TAWTHALIN, 1324, TAHUN MYANMAR.

PENDAHULUAN KHOTBAH

Hari ini adalah awal bulan Tawthalin (sekitar Agustus-September), kita akan mulai membahas tentang khotbah pertama dari Guru Agung Buddha yang berjudul *Dhammacakkappavattana Sutta* atau dikenal juga sebagai 'Khotbah Utama tentang Pemutaran Roda *Dhamma'*.

Sebagai khotbah pertama yang disampaikan oleh Buddha, ini adalah ajaran-Nya yang paling mudah dimengerti dan salah satu yang paling dihargai. Hampir semua umat perumah tangga di Myanmar pernah mendengar khotbah ini. Banyak umat di seluruh kota dan desa mengabdikan diri untuk mempelajari dan memahami *sutta* ini dengan membentuk kelompok-kelompok *Perhimpunan Pelafalan Khotbah Roda Dhamma*.

Sekarang ini, sudah banyak *nissaya* atau bentuk-bentuk terjemahan lain yang menjelaskan dan menafsirkan *sutta-sutta* versi bahasa Pāḷi ke bahasa Myanmar, tetapi jarang ada yang menunjukkan dengan jelas metode praktis yang bisa didapatkan dan dimanfaatkan oleh para pembaca untuk

mencapai Jalan penerangan dan Buah pengetahuan.

Kami telah menguraikan *sutta* ini dalam banyak kesempatan; dengan penekanan penerapan praktis dalam meditasi. Secara resmi, kami juga membuka pusat meditasi (di Yangon) untuk pembabaran *Dhammacakkappavattana Sutta* dan telah berulang kali menyampaikan isinya di sini. Di mana pun ada pembukaan pusat meditasi baru, kami akan selalu menyampaikan *sutta* ini sebagai khotbah perdana.

Kanon Buddhis terbagi menjadi tiga bagian utama – Tiga Keranjang atau *Tipiṭaka* dalam bahasa Pāḷi:

1. *Sutta Piṭaka* atau keranjang khotbah
2. *Vinaya Piṭaka* atau keranjang peraturan
3. *Abhidhamma Piṭaka* atau keranjang analisis dan filsafat

Khotbah pemutaran roda *Dhamma* ini termasuk dalam *Sutta Piṭaka* yang terdiri dari lima *nikāya*, yaitu:

i. *Digha Nikāya*
ii. *Majjhima Nikāya*
iii. *Saṃyutta Nikāya*
iv. *Aṅguttara Nikāya*
v. *Khuddaka Nikāya*

Saṃyutta Nikāya terbagi menjadi lima kelompok yang dikenal sebagai *vagga*:

a. *Sagāthā Vagga*
b. *Nidāna Vagga*
c. *Khandha Vagga*
d. *Saḷāyatana Vagga*
e. *Mahā Vagga*

Mahā Vagga terbagi menjadi dua belas subkelompok seperti *Magga Saṃyutta, Bojjhaṅga Samyutta, Satipaṭṭhāna Saṃyutta,* dan yang lain-lain.

'Khotbah Utama tentang Pemutaran Roda *Dhamma'* merupakan khotbah pertama di *vagga* kedua dari subkelompok *Sacca Saṃyutta* dan dibacakan seusai sidang *Saṅgha* yang keenam. Dalam *Tipiṭaka* edisi 'Sidang *Saṅgha* Keenam', tercatat pada halaman 368—371 dari *Saṃyutta Piṭaka* volume ketiga, terdapat kata pendahuluan dari khotbah yang tertuliskan: "*Evaṃ me sutaṃ, ekaṃ samayaṃ*... Berikut adalah yang telah didengar oleh saya — Pada satu waktu...".

Ini adalah kata-kata pendahuluan yang diucapkan Yang Mulia Ānanda ketika menjawab pertanyaan dari Yang Mulia Mahā Kassapa pada sidang *Saṅgha* pertama yang dilaksanakan tepat tiga bulan setelah Guru Agung Buddha *parinibbāna*. Yang Mulia Mahā Kassapa bertanya:

"Sahabatku Ānanda, di manakah *Dhammacakkapavattana Sutta* disampaikan? Siapakah yang menyampaikannya dan demi kepentingan apa? Lalu bagaimana *sutta* itu disampaikan?"

Yang Mulia Ānanda menjawab,

"*Bhante*, Yang Mulia Mahā Kassapa. Berikut adalah yang telah didengar oleh saya — Pada satu waktu, Buddha sedang berdiam di tempat peristirahatan para bijaksana, di Taman Isipatana (di mana para *Paccekabuddha* dan mereka Yang Tercerahkan turun dari langit), di Taman Rusa dalam kota kecil di Bārānasī. Kemudian Buddha berkata kepada kelompok lima *bhikkhu*, 'Kedua hal ekstrem ini, para *bhikkhu*, tidak seharusnya dilakukan oleh seseorang yang telah meninggalkan kehidupan duniawi'."

WAKTU KHOTBAH PEMUTARAN RODA *DHAMMA*

Sangat sulit untuk menemukan tanggal pasti dari khotbah pertama karena dalam semua *sutta,* penanggalan hanya disebutkan dengan "Pada

suatu ketika" atau "Suatu kali". Sebuah data yang lengkap hingga tahun, bulan, dan tanggal di mana setiap khotbah disampaikan akan sangat membantu. Namun, hal itu akan sangat memberatkan karena 'penyimpanan' *sutta* di zaman dahulu hanya berdasarkan memori dan pelafalan dari mulut ke mulut.

Tanggal pasti pembabaran *Dhammacakkappavattana Sutta* masih dapat ditemukan dengan merujuk kepada *sutta-sutta* lain dan *Vinaya Piṭaka*—Buddha mencapai penerangan sempurna pada malam bulan purnama di Bulan Kason (April) pada tahun 103 dari Era Kejayaan. Kemudian, Beliau membabarkan *Dhammacakkappavattana Sutta* ini pada sore hari saat bulan purnama di bulan Wāso berikutnya. Tahun ini adalah tahun 1324 dari penanggalan Myanmar, tepatnya 2506 tahun sejak *parinibbāna* Buddha. Dengan menghitung 45 tahun pembabaran *Dhamma* sebelum *parinibbāna*, total semuanya berjumlah 2551 tahun. Berdasarkan perhitungan tersebut, khotbah pertama disampaikan oleh Buddha pada pengamatan pertama bulan purnama di bulan Wāso 2551 tahun yang lalu. Perhitungan Barat terlalu cepat 60 tahun. Menurut perhitungan mereka, khotbah pertama disampaikan 2491 tahun yang lalu. Buku ini akan mengikuti perhitungan versi Timur dan menganggap khotbah pertama diajarkan 2551 tahun yang lalu.

Taman Rusa, di mana rusa-rusa bisa berkeliaran dengan bebas, pasti merupakan suatu hutan yang dilindungi pada zamannya. Namun, pohon-pohon semakin berkurang dan daerah itu kini sudah menjadi dataran terbuka yang telah digunakan sebagai lahan bercocok tanam oleh penduduk sekitar. Dahulu, para *Paccekabuddha* melintasi angkasa raya dengan kesaktian mereka, turun dari Gunung Gandhamādana dan singgah ke taman ini. Para Buddha dari masa lampau, dengan kekuatan magisnya, juga singgah ke taman ini untuk membabarkan khotbah pertama. Oleh karena itu, taman ini diberi nama "Rumah Peristirahatan Para Bijaksana".

Pendahuluan dari *sutta* ini hanya menyebutkan bahwa Buddha membabarkan khotbah pertama kepada kelompok lima *bhikkhu,* ketika

Beliau sedang berdiam di Taman Rusa di kota kecil, Bārānasī. Informasi ini sangat tidak memadai dan perlu diuraikan lebih lanjut. Kami akan menjelaskan berdasarkan referensi dari *sutta-sutta* lain.

TIGA JENIS PENDAHULUAN

Pendahuluan sebuah *sutta* menjelaskan untuk apa dan siapa *sutta* itu diajarkan oleh Buddha. Pendahuluan terbagi menjadi tiga jenis:

a. Pendahuluan yang menceritakan latar belakang Buddha pada zaman dahulu kala.

   Ini menceritakan bagaimana *Bodhisatta*, Buddha masa depan, memenuhi penyempurnaan yang dibutuhkan untuk menjadi seorang calon Buddha. Sebagai contoh, kisah Buddha Dīpaṅkara, mulai dari ramalan hingga kehidupannya sebagai raja para dewa yang bernama Setaketu.

b. Pendahuluan yang menceritakan periode tengah Buddha. Pendahuluan ini mengisahkan mulai dari keberadaan *Bodhisatta* di surga Tusitā hingga ia mencapai penerangan sempurna. Pendahuluan ini yang sebaiknya kita perhatikan lebih lanjut.

c. Pendahuluan yang menceritakan yang baru saja berlalu; yang mendahului ajaran *Dhammacakkappavattana Sutta*. Ini adalah yang dipelajari dari pernyataan "*"Berikut adalah yang telah didengar oleh saya — Pada satu waktu..."*. seperti kutipan di atas.

Saat ini, kita akan menguraikan lebih lanjut pendahuluan jenis kedua dengan mengutip informasi-informasi dari *Sukhumāla Sutta* bagian dari *Tikanipāta*; *Aṅguttaranikāya; Pāsarāsi* atau *Ariyapariyesanā Sutta* dan *Mahāsaccaka Sutta* dari *Mūlapaṇṇāsa; Bodhirājakumāra Sutta* dan *Saṅgārava Sutta* dari *Majjhimapaṇṇasa; Pabbajjā Sutta; Padhāna Sutta* dari *Suttanipāta*; dan *sutta-sutta* lainnya.

***BODHISATTA* DAN KESENANGAN-KESENANGAN DUNIAWI**

Setelah *Bodhisatta* mangkat dari surga Tusitā, beliau memasuki rahim Dewi Mahāmāyā, ratu utama Raja Suddhodana dari Kapilavatthu. *Bodhisatta* dilahirkan pada hari Jumat, pada hari bulan purnama di Bulan Kason, tahun ke 68, Era Kejayaan, di Taman Lumbinī, di antara pohon-pohon Sala yang rimbun dan diberi nama Siddhattha. Saat beliau berumur enam belas tahun, beliau menikahi Dewi Yasodharā, putri Raja Suppabuddha dari kerajaan Devadaha. Sebagai seorang pangeran, beliau hidup dalam kebahagiaan dengan kemegahan luar biasa dan dikelilingi empat puluh ribu pelayan.

Suatu hari, beliau hendak menghadiri pesta kebun ditemani pelayannya. Dalam perjalanan menuju taman istana, saat beliau melihat seorang tua renta, beliau sangat terkejut hingga langsung kembali ke istananya. Kemudian, di kali kedua beliau meninggalkan istana, beliau melihat seorang yang sakit parah. Beliau kembali terguncang dan segera pulang. Pada kepergian ketiganya, beliau melihat iring-iringan orang mati dan segera berbalik arah dengan tergesa. Kekhawatiran dan kegelisahan yang dirasakan oleh *Bodhisatta* dijelaskan dalam *Ariyapariyesanā Sutta*.

PENCARIAN YANG TERCELA

Bodhisatta merenung, "Ketika seseorang harus mengalami usia tua, maka mencari dan menginginkan apa yang mengalami usia tua tidaklah pantas. Dan apa yang mengalami usia tua? Istri dan anak-anak; para budak; kambing dan domba; unggas dan babi; gajah; kuda; hewan ternak; emas dan perak; semua objek kesenangan dan kemewahan, baik yang hidup maupun tidak hidup, semua mengalami usia tua. Menjadi seseorang yang mengalami usia tua, mendambakan objek-objek kesenangan, terkurung dan melibatkan diri pada hal-hal tersebut tidaklah pantas."

"Demikian pula, tidaklah pantas bagi seseorang, ketika seseorang dapat mengalami penyakit dan kematian, tetapi menginginkan objek sensual yang mengalami penyakit dan kematian. Mengikuti apa yang mengalami usia

tua, penyakit, dan kematian (apa yang tidak pantas dan pantas) merupakan suatu pencarian yang tercela (*anariyapariyesanā*)".

"Menjadi seseorang yang mengalami usia tua, penyakit dan kematian, dengan mencari apa yang tidak mengalami usia tua, penyakit, dan kematian merupakan suatu pencarian yang mulia (*ariyapariyesanā*)".

PENCARIAN YANG MULIA

Sutta di bawah ini menjelaskan bagaimana *Bodhisatta* sendiri pada awalnya terlarut dalam pencarian yang tercela.

"Sekarang para *bhikkhu*, sebelum pencapaian pencerahan, ketika Saya hanya seorang *Bodhisatta* yang belum tercerahkan, Saya sendiri mengalami kelahiran, Saya juga terbelenggu dengan apa yang mengalami kelahiran; Saya juga mengalami usia tua, Saya juga terbelenggu dengan apa yang mengalami usia tua."

Ini adalah pernyataan tentang bagaimana kehidupan menyenangkan yang beliau jalani ketika hidup bersama Yasodharā di antara para dayang dan bagaimana beliau memutuskan untuk pergi mencari kedamaian *Nibbāna* yang bebas dari kelahiran, usia tua, penyakit, dan kematian setelah melihat kehidupan yang begitu menyedihkan.

Beliau berkata, "Setelah melihat penderitaan menjadi diri yang mengalami kelahiran, usia tua; terlintas dalam diri saya, sungguh mulia jika saya mencari kedamaian *Nibbāna* yang tidak tertandingi dan tidak terbatas, bebas dari kelahiran dan usia tua."

Demikianlah, *Bodhisatta* bertekad untuk mencari kedamaian *Nibbāna*, yang bebas dari usia tua, penyakit, dan kematian. Ini merupakan tujuan yang sangat terpuji dan akan kita pahami lebih jelas pada kisah-kisah berikut.

Anggaplah, ada seorang yang telah tua dan renta, apakah bijaksana baginya untuk mencari teman, baik laki-laki atau perempuan, yang seperti

dirinya, yang tua dan lemah, atau seseorang yang belum berumur tua, tetapi pasti akan menjadi tua pada waktunya. Tidak, sama sekali tidak bijaksana.

Sama halnya dengan seseorang yang sedang sakit dan menderita; tidaklah logis jika dia mencoba menjalin hubungan dengan orang yang sedang sakit, bahkan yang sedang mengidap penyakit kronis. Menjalin hubungan dengan yang saat ini dalam keadaan sehat juga tidak bijaksana karena orang itu pada akhirnya akan menderita sakit juga.

Banyak orang mendambakan kehadiran yang lain dalam hidup mereka; mengucapkan janji di altar dan memasuki kehidupan perumah tangga. Sayangnya, cepat atau lambat, salah satu dari mereka akan terbaring tidak berdaya karena sakit dan mengharuskan pasangannya untuk merawatnya. Harapan untuk menikmati indahnya kehidupan pernikahan seketika sirna dan berubah menjadi kesakitan, terutama saat kematian datang menjemput. Akhirnya, setiap pasangan akan menghadapi kesakitan dari usia tua, sakit, dan kematian.

Sangatlah tidak bijaksana untuk mengejar kesenangan duniawi yang akan mengalami usia tua, sakit, dan kematian. Pencarian yang paling mulia adalah mencari apa yang tidak mengalami usia tua, sakit, dan kematian. Di pusat meditasi ini, adalah hal yang sangat membahagiakan bahwa para umat, *bhikkhu* maupun perumah tangga, semua terlibat dalam pencarian paling mulia.

PELEPASAN KEHIDUPAN DUNIAWI OLEH *BODHISATTA*

Dalam perjalanan keempat menuju taman istana, *Bodhisatta* bertemu dengan seorang petapa. Menyadari bahwa petapa itu telah meninggalkan kehidupan duniawi untuk melakukan pencarian yang patut dipuji; terlintas dalam benak *Bodhisatta* untuk juga meninggalkan kehidupan duniawi, menjadi seorang petapa, dan pergi mencari apa yang tidak mengalami usia tua, sakit, dan kematian. Setelah mendapatkan apa yang dicari, *Bodhisatta* akan mengajarkan pengetahuan ini kepada dunia sehingga makhluk-

makhluk lain juga bisa belajar untuk terbebas dari penderitaan karena mengalami usia tua, sakit, dan kematian. Sebuah pemikiran yang mulia, sungguh sebuah niat yang mulia!

Pada hari yang sama, istri *Bodhisatta*, Dewi Yasodharā, melahirkan seorang putra. Ketika beliau mendengar tentang berita ini, *Bodhisatta* bergumam, "*Sebuah belenggu (rāhula) telah dilahirkan, sebuah ikatan telah dilahirkan.*" Mendengar ucapan ini, ayah *Bodhisatta*, Raja Suddhodana, menamai cucu laki-lakinya yang baru lahir, Pangeran Rāhula (Pangeran Belenggu), dengan harapan anak itu akan benar-benar menjadi sebuah belenggu bagi *Bodhisatta* dan menjadi halangan untuk melepaskan kehidupan duniawi.

Namun, *Bodhisatta* telah bertekad akan meninggalkan kesenangan duniawi. Malam itu, *Bodhisatta* tidak mengindahkan hiburan dari para pelayan istana dan masuk ke kamar lebih awal. Para musisi yang patah semangat pun meletakkan alat musik mereka dan tertidur di ruang tengah istana. *Bodhisatta* terbangun di tengah malam dan melihat para penari yang tertidur telentang; pemandangan tersebut membuat *Bodhisatta* merasa risih. Istananya yang megah terlihat seperti kuburan yang penuh dengan mayat.

Pada tengah malam itu juga, *Bodhisatta* keluar meninggalkan istana untuk pelepasan yang agung dengan menunggangi kuda istana, Kaṇṭhaka, ditemani kusirnya, Channa. Ketika mereka sampai di sungai Anomā, *Bodhisatta* memotong rambut dan jenggotnya; melepas pakaian kerajaan dan memakai jubah kuning yang dipersembahkan oleh Brahmā Ghaṭīkāra; dan menjadi seorang petapa. Pada saat itu, *Bodhisatta* berumur dua puluh sembilan tahun, umur yang biasanya dihabiskan untuk mengejar kesenangan-kesenangan duniawi. Namun, beliau melepaskan kehidupan duniawi tanpa memedulikan kemegahan dan kecemerlangan dari kekuasaan yang dimiliki; meninggalkan penghiburan dan kesenangan bersama istrinya, serta para dayang. Sungguh sangat mengagumkan!

MENEMUI ĀḶĀRA, SEORANG PETAPA TERSOHOR.

Pada waktu itu, *Bodhisatta* belum memiliki pengetahuan untuk menjalani kehidupan yang suci. Oleh sebab itu, beliau melakukan perjalanan untuk menemui petapa Āḷāra yang terkenal sebagai orang yang luar biasa.

Dari delapan tingkat pencapaian *jhāna* duniawi, Āḷāra, dengan usaha sendiri, telah menguasai hingga *jhāna* duniawi tingkat tujuh, *jhāna* kesadaran yang berdiam dalam landasan ketiadaan apa pun (*ākiñcaññāyatana jhāna*), dan mengajarkan pengetahuan ini kepada murid-muridnya.

Sebelum kemunculan Buddha, guru-guru yang telah menguasai *jhāna* sangat dihormati dan ajarannya dipercayai dapat membantu seseorang untuk meraih pencapaian *jhāna*. Nama Āḷāra Kālāma sangat terkenal pada masa itu, layaknya kemasyhuran Buddha di masa kini. Dalam literatur *Theravāda*, tidak ditemukan satu pun cerita tentang beliau. Namun, di *Lalitavistra*, sebuah buku biografi dari sekolah Buddhis bagian Utara, tercatat bahwa guru hebat tersebut tinggal di kota Vesāli dan memiliki tiga ratus murid.

MENGIKUTI PETUNJUK DARI PETAPA SUCI ĀḶĀRA

Bagaimana *Bodhisatta* mengikuti petunjuk dari petapa suci Āḷāra dijelaskan sebagai berikut. "Setelah meninggalkan istana dan menjadi petapa untuk mencari kesucian dan kemuliaan, mencari kedamaian *Nibbāna* yang tertinggi dan tak tertandingi, saya menemui Āḷāra dan berkata demikian, *'Sobat Kālāma, saya ingin menjalani kehidupan suci di bawah ajaran dan bimbinganmu.' Āḷāra menjawab, 'Sobat Gotama sangat diterima untuk mempelajari ajaran ini. Oleh karena sifat alami dari ajaranku ini, seseorang yang pandai, dengan sendirinya dapat memahami ajaran ini, bahkan dapat memahami semua yang kurealisasikan sendiri, dalam waktu yang singkat'.*" Setelah mengucapkan kata-kata pemberi semangat ini, Āḷāra memberikan petunjuk praktis untuk mempelajari ajarannya kepada *Bodhisatta*.

KATA-KATA YANG MEYAKINKAN

Pernyataan Āḷāra bahwa ajarannya, jika dilaksanakan sesuai dengan arahannya, seseorang dapat menyadari kebenaran dengan sendirinya dalam waktu yang singkat sangat meyakinkan dan menyemangati para murid. Sebuah ajaran pragmatis hanya dapat dipercaya dan meyakinkan jika bisa dicapai oleh seseorang dengan usaha sendiri dan dalam waktu yang singkat. Semakin cepat seseorang dapat mencapai itu, semakin meyakinkan ajarannya. *Bodhisatta* menjadi bersemangat mendengar perkataan Āḷāra dan pemikiran ini muncul dalam dirinya, "Bukan hanya karena kepercayaan semata Āḷāra mengaku telah memahami *Dhamma*. Āḷāra sendiri pasti telah menyadari, mengetahui, dan memahami *Dhamma.*"

Hal itu sangatlah benar. Āḷāra tidak mengutip naskah mana pun sebagai sumber, tidak mengatakan bahwa dia telah mendengarnya dari orang lain. Āḷāra menyatakan dengan tegas bahwa apa yang diketahuinya adalah hasil usaha sendiri. Seorang guru meditasi harus bisa menyatakan ajaran dengan berani seperti Āḷāra. Tanpa mempraktikkan *Dhamma* secara langsung, tanpa mengalami, dan menyadarinya sendiri; menyatakan diri sebagai seorang guru meditasi, mengajarkan, dan menulis buku tentang hal tersebut hanya dengan mempelajarinya dari naskah-naskah tentang metode meditasi adalah hal yang sangat tidak pantas dan tidak patut. Sama seperti seorang dokter yang memberikan sebuah resep belum teruji secara klinis, yang belum dia coba sendiri untuk mengetahui kemanjuran obatnya. Pengajaran dan publikasi seperti itu tentunya tidak bisa dipercaya dan tidak menginspirasi.

Āḷāra mengajarkan yang dia capai dengan usahanya sendiri dengan penuh percaya diri. *Bodhisatta* benar-benar terkesan oleh beliau dan pemikiran ini muncul dalam dirinya, "Bukan hanya Āḷāra yang memiliki keyakinan, saya juga memiliki keyakinan. Bukan hanya Alāra yang memiliki kekuatan, perhatian penuh, konsentrasi, dan kebijaksanaan; saya juga memilikinya." Kemudian *Bodhisatta* berjuang untuk merealisasikan *Dhamma* yang diajarkan oleh Āḷāra. Dalam waktu singkat, *Bodhisatta*

berhasil mempelajari *Dhamma* yang menuntunnya sampai ke alam *jhāna* ketiadaan apa pun.

Bodhisatta menjumpai Āḷāra Kālāma dan menanyakan apakah *jhāna* ketiadaan apa pun yang disebut sebagai tingkatan terakhir dalam *Dhamma* adalah tingkat yang telah dicapai oleh *Bodhisatta* pada saat ini? Ālārā menjawab, "Ini adalah semua yang dijelaskan oleh *Dhamma*, yang telah saya realisasikan dan capai; sama dengan yang telah dicapai petapa Gotama."

Kemudian, beliau memuji *Bodhisatta*,

"Teman Gotama adalah seorang yang sangat istimewa. Alam *jhāna* ketiadaan apa pun itu tidak mudah dicapai, tetapi teman Gotama telah mencapainya dalam waktu yang singkat. Ini benar-benar menakjubkan. Sungguh merupakan keberuntungan bagi kami menemukan seorang teman yang begitu istimewa. Seperti saya yang telah merealisasi *Dhamma*, kamu juga telah merealisasinya. Seperti kamu yang telah mempelajarinya, begitu juga saya. Pemahaman petapa Gotama dalam *Dhamma* setingkat dengan saya. Marilah teman, kita pimpin murid-murid ini bersama-sama".

Demikianlah, Āḷāra mengakui *Bodhisatta* sebanding dengannya dan memercayainya untuk membimbing seratus lima puluh murid; setengah dari murid yang dimiliki Āḷāra.

Namun, *Bodhisatta* menetap di pusat meditasi itu hanya untuk waktu yang singkat. Ketika tinggal di sana, pemikiran ini muncul dalam dirinya, "Ajaran ini tidak menuntun ke proses menghindari, mengurangi, dan menghentikan nafsu keinginan; untuk menenangkan diri demi pengetahuan yang lebih tinggi dan pencerahan penuh maupun pencapaian *Nibbāna*, akhir dari semua penderitaan; ajaran ini hanya mencapai alam *jhāna* ketiadaan apa pun. Sekali berada di sana, sebuah kehidupan panjang dengan 60.000 siklus dunia mengikutinya; setelah berakhir dari sana, seseorang masuk kembali dalam siklus *kamma* dan mengalami penderitaan lagi. Ini bukanlah ajaran abadi yang saya cari". *Bodhisatta* merasa tidak puas dengan latihan yang hanya menuntun ke pencapaian alam *jhāna* ketiadaan apa pun. *Bodhisatta* pun meninggalkan pusat meditasi Āḷāra.

MENEMUI PETAPA UDDAKA

Setelah meninggalkan Āḷāra, *Bodhisatta* berlatih sendiri untuk beberapa waktu, terus berusaha meraih jalan ketenangan tertinggi untuk mencapai *Nibbāna* yang abadi. Kemudian kemasyhuran Uddaka atau Rāmaputta (putra dari Rāma atau murid dari petapa Rāma) terdengar oleh beliau. *Bodhisatta* pun berangkat menuju pusat meditasi Uddaka untuk menjalani pertapaan di bawah ajaran dan bimbingan petapa Rāma. Pengalaman di bawah bimbingan Uddaka; bagaimana Uddaka menjelaskan *Dhamma* kepada beliau; bagaimana *Bodhisatta* terkesan dengan ajarannya dan mempraktikkannya; bagaimana beliau merealisasi *Dhamma* dan menceritakannya kepada Uddaka apa yang telah beliau capai; dijelaskan dengan kata-kata yang hampir sama dengan sebelumnya.

Harus diperhatikan dengan baik, Uddaka maupun Rāmaputta, berarti 'seorang putra dari Rāma' atau 'seorang murid dari Rāma'. Petapa Rāma telah menembus semua delapan tingkat *jhāna* dan telah mencapai tingkat *jhāna* tertinggi dari alam persepsi maupun nonpersepsi. Namun, ketika *Bodhisatta* bertemu Uddaka, petapa Rāma telah tiada. Oleh karena itu, saat menanyakan kepada Uddaka tentang pencapaian Rāma, beliau menggunakan bentuk lampau '*pavedesi*'. "Seberapa jauh ajaran ini menuntun, berkaitan dengan yang dinyatakan Rāma bahwa beliau telah merealisasi dan memasukinya sendiri?"

Kemudian pemikiran ini muncul kembali dalam diri *Bodhisatta*, "Bukan hanya Rāma yang mempunyai keyakinan, ketekunan, perhatian penuh, konsentrasi, dan kebijaksanaan. Saya juga memiliki semuanya." Terdapat juga bagian yang menyebutkan bahwa Uddaka berusaha menjadikan *Bodhisatta* sebagai seorang guru. "Kamu mengetahui ajaran ini dan Rāma mengetahui ajaran ini. Kamu sama seperti Rāma dan Rāma sama seperti kamu. Marilah, teman Gotama, pimpinlah pengikut-pengikut ini dan jadilah guru mereka." Sang *Bodhisatta* pun berkata, "Uddaka, murid dari Rāma, walaupun merupakan teman saya dalam kehidupan suci, menjadikan saya sebagai gurunya."

Referensi-referensi tekstual ini menunjukkan dengan jelas bahwa *Bodhisatta* tidak pernah bertemu dengan petapa Rāma, hanya bertemu dengan Uddaka yang menjelaskan tentang ajaran yang dipraktikkan oleh Rāma. *Bodhisatta* mengikuti metode yang dijelaskan oleh Uddaka dan berhasil merealisasi tingkat *jhāna* bukan-persepsi-dan-bukan-nonpersepsi. Setelah mempelajari dan merealisasi ajaran itu, seperti petapa Rāma, beliau diminta oleh petapa Uddaka untuk menjadi pemimpin perkumpulan itu.

Tidak disebutkan dalam literatur Buddhis *Theravāda* seperti di mana Uddaka tinggal dan berapa banyak pengikutnya, tetapi *Lalitavistra* menyebutkan bahwa pusat meditasi Uddaka berada di wilayah Rājagaha dan beliau memiliki sebuah perkumpulan dengan tujuh ratus orang pengikut. Sebagai catatan, pada saat pertemuannya dengan *Bodhisatta*, Uddaka sendiri belum mencapai alam *jhāna* bukan-persepsi-dan-bukan-nonpersepsi. Beliau hanya menjelaskan kepada *Bodhisatta* tingkat yang telah dicapai Rāma. Jadi, ketika *Bodhisatta* membuktikan dirinya sebanding dengan Rāma, gurunya, beliau meminta *Bodhisatta* untuk memimpin perkumpulan. Sesuai dengan *Ṭikā* (kitab subkomentar), belakangan Uddaka berlatih keras, berusaha belajar dari *Bodhisatta*, dan akhirnya mencapai tingkatan tertinggi dari *jhāna* bukan-persepsi-dan-bukan-nonpersepsi.

Bodhisatta menetap di pusat meditasi itu sebagai pemimpin dari perkumpulan hanya untuk waktu yang singkat. Dengan segera beliau menyadari, "Ajaran ini tidak menuntun kepada proses menghindari, menghentikan keinginan, maupun mencapai ketenangan untuk mendapatkan pengetahuan, kebijaksanaan tertinggi, dan *Nibbāna*, tetapi hanya sejauh alam *jhāna* bukan-persepsi-dan-bukan-nonpersepsi. Sekali berada di sana, sebuah kehidupan panjang selama 84.000 siklus dunia dinikmati hanya untuk kembali ke dalam kehidupan kesenangan sensual dan mengalami banyak penderitaan. Ini bukan ajaran abadi yang saya cari." Kemudian, *Bodhisatta* menjadi tidak tertarik lagi dengan ajaran ini; beliau melepaskannya dan meninggalkan pusat meditasi Uddaka.

MELATIH PERTAPAAN EKSTREM DI HUTAN URUVELĀ

Setelah meninggalkan pusat meditasi Uddaka, *Bodhisatta* mengembara di sekitar kota Magadha, mencari sendiri jalan ketenangan yang tiada bandingannya, *Nibbāna* yang abadi. Dalam pengembaraannya, beliau sampai di hutan Uruvelā, dekat desa besar di Senānigama. Di dalam hutan, beliau melihat aliran sungai Nerañjarā yang mengalir jernih. Melihat tempat yang begitu menarik, sebuah hutan lebat yang tenang, aliran sungai yang mengalir jernih dengan sebuah desa di dekatnya yang akan menjadi tempat *piṇḍacāra.*. Pemikiran ini muncul dalam diri *Bodhisatta*, "Sungguh, tempat yang cocok bagi seseorang yang berniat untuk berlatih". Beliau pun memutuskan untuk tinggal di hutan itu.

Pada saat itu *Bodhisatta* belum menemukan sebuah sistem yang tepat untuk berlatih dengan benar. Latihan-latihan keras, dahulu sangat terkenal dan lazim digunakan di seluruh India. Berkaitan dengan latihan-latihan ini, tiga kiasan muncul dalam batin *Bodhisatta*.

TIGA KIASAN

Sebuah balok kayu yang baru dipotong dari pohon ara dan direndam dalam air, tidak dapat menimbulkan percikan api jika digesekkan dengan sepotong kayu basah yang serupa. Sama halnya dengan seorang yang masih terikat dengan objek keinginan duniawi seperti istri dan keluarga. Ketika masih menikmati kesenangan duniawi dan keinginan penuh nafsu; belum bisa tenang dalam dirinya, sekeras apa pun dia berjuang, dia tidak akan mampu mencapai kebijaksanaan, pengetahuan, dan pencerahan sempurna yang tidak tertandingi. Ini adalah kiasan pertama yang muncul dalam diri *Bodhisatta*.

Bahkan, jika balok kayu ara tidak direndam dalam air, tetapi masih hijau dan muda, baru dipotong dari pohon; itu juga tidak akan menimbulkan percikan api dengan gesekan. Walaupun dia telah meninggalkan objek keinginan duniawi seperti istri dan keluarga, meski mereka tidak lagi berada

di dekatnya, jika dia masih menikmati dan memunculkan pikiran tentang kesenangan duniawi dan keinginan penuh nafsu dalam dirinya, dia tidak akan mampu mencapai kebijaksanaan, pengetahuan, dan pencerahan sempurna. Ini adalah kiasan kedua.

Menurut kitab komentar, kiasan ini muncul dari latihan-latihan yang dijalani oleh petapa Brahmana Dhammika. Para brahmana itu hanya menjalani kehidupan sebagai petapa dari usia muda sampai usia empat puluh delapan tahun dan mereka akan kembali ke kehidupan perumah tangga untuk melanjutkan keturunan suku mereka. Jadi, saat sedang menjalankan kehidupan suci, mereka akan tercemar dengan pikiran-pikiran penuh nafsu.

Kiasan ketiga berkaitan dengan balok kayu kering yang tidak direndam dalam air. Kumpulan balok kayu kering ini akan menyalakan api ketika digesekkan antara satu dengan yang lain. Sama halnya, setelah seseorang meninggalkan objek-objek kesenangan sensual; menghentikan diri dari pikiran-pikiran dan keinginan penuh nafsu; dia akan mampu mencapai kebijaksanaan, pengetahuan, dan pencerahan sempurna dengan melatih diri secara tekun; berjuang tanpa rasa sakit maupun yang akan menyiksa dirinya.

LATIHAN EKSTREM TENTANG PENGHANCURAN BATIN DENGAN BATIN

Dari dua metode latihan yang tersedia berdasarkan ketiga kiasan itu, *Bodhisatta* memutuskan untuk menggunakan metode latihan ekstrem, "Bagaimana jika sekarang dengan menggertakkan gigi dan menekan lidah ke langit-langit mulut, saya berusaha menekan, menahan, dan melenyapkan pikiran-pikiran yang muncul secara alami dalam batin saya."

Teks bahasa Pāḷi yang dikutip di sini berhubungan dengan teks dalam *Vitakkasaṇṭhāna Sutta*, tetapi metode melenyapkan pikiran dengan batin seperti yang dijelaskan dalam *Vitakkasaṇṭhāna Sutta* adalah metode meditasi yang ditemukan oleh Buddha setelah mencapai pencerahan. Hal itu melibatkan pengikisan pikiran penuh nafsu yang muncul dengan sendirinya

dengan cara memerhatikan kemunculannya sebagai latihan meditasi *vipassanā,* sesuai dengan *Satipaṭṭhāna Sutta* dan teks-teks serupa lainnya. Metode melenyapkan pikiran dengan batin seperti yang dijelaskan di sini berhubungan dengan praktik latihan yang dilakukan oleh *Bodhisatta* sebelum beliau mencapai pengetahuan Jalan Tengah. Oleh karena itu, berbeda dengan metode *satipaṭṭhāna*.

Namun, penafsiran kitab komentar mengartikan penekanan batin jahat dengan batin baik. Jika penafsiran ini benar, metode ini, sesuai dengan *Satipaṭṭhāna Sutta* dan teks-teks lainnya. Metode ini seharusnya dapat menuntun *Bodhisatta* ke pencerahan, tetapi metode ini hanya menuntun beliau ke penderitaaan ekstrem, bukan ke jalan pencerahan. Latihan keras lain yang dipelajari setelahnya juga hanya menuntun *Bodhisatta* ke jalan yang salah.

Latihan keras yang dijalani oleh *Bodhisatta* pada saat itu terlihat seperti suatu penghancuran batin yang dipraktikkan oleh pengikut aliran Buddhis tertentu di masa sekarang. Selama perjalanan misionaris kami di Jepang, kami mengunjungi sebuah wihara besar di mana ada sejumlah orang sedang menjalankan latihan-latihan meditasi. Metode meditasi mereka meliputi menghilangkan sebuah pikiran setiap kali pikiran itu muncul. Dengan mengosongkan batin (aktivitas mental), jalan akhir yang disebut 'ketiadaan apa pun' atau 'kehampaan' telah dicapai.

Tata caranya adalah seperti berikut: *Bhikkhu-bhikkhu Mahāyāna* muda, kurang lebih enam orang, duduk bersila dalam satu baris. *Bhikkhu* kepala wihara akan berjalan mengelilingi mereka dengan menunjukkan tongkat yang akan digunakan untuk memukul mereka. Setelah beberapa saat, beliau mulai memberikan satu pukulan pada punggung setiap meditator. Dijelaskan bahwa ketika dipukul, pikiran mungkin hilang secara keseluruhan dan 'ketiadaan apa pun' pun tercipta. Sungguh sebuah ajaran yang aneh. Ini adalah penghancuran pikiran dengan batin, yang diasumsikan sama dengan teknik yang digunakan oleh *Bodhisatta* pada saat itu. Usaha ini terbukti

sangat menyakitkan bagi beliau dan membuat keringatnya bercucuran, tetapi tidak ada pengetahuan lebih tinggi yang didapatkan setelah itu.

ABSORPSI *JHĀNA* DENGAN MENAHAN NAPAS

Pemikiran ini muncul dalam diri *Bodhisatta*, "Bagaimana jika saya mengendalikan pernapasan dan berkonsentrasi pada *jhāna* dengan menahan napas?" Dengan pikiran itu, beliau menahan napas masuk dan napas keluar dari mulut dan hidung. Dengan menahan pernafasan melalui mulut dan hidung, terdengar deruan di telinga karena udara yang keluar menimbulkan bunyi nyaring seperti suara katak.

Terjadi penderitaan tubuh yang dahsyat, tetapi *Bodhisatta* tidak menyerah. Beliau menahan napas masuk dan napas keluar, tidak hanya pada mulut dan hidung, tetapi juga pada telinga. Sebagai akibatnya, angin kencang berembus ke puncak kepala dan menimbulkan rasa sakit yang luar biasa. Rasa sakit itu terasa seperti ada seorang raksasa, mengeratkan sebuah tali berbahan kulit mengelilingi kepala *Bodhisatta* dengan erat lalu memukul kepala *Bodhisatta* dengan palu hingga terbelah menjadi dua. Angin keras yang berembus di sekitar perut membuatnya terasa seperti diiris dengan pisau daging yang tajam dan membuat isi perut terasa panas seperti sedang dibakar di atas bara api.

Bodhisatta yang merasakan kesakitan dan penderitaan fisik itu pun terbaring diam karena kelelahan. Ketika dewa-dewa melihat beliau terbaring tengkurap, beberapa dari mereka berkata, "Petapa Gotama telah meninggal." Dewa lain berkata, "Petapa Gotama belum meninggal, beliau hanya sekarat." Dewa lain berkata lagi, "Petapa Gotama tidak meninggal maupun sekarat. Beliau hanya berbaring diam, berdiam dalam kondisi *Arahat*." Meskipun telah melakukan usaha-usaha yang menyakitkan ini, tidak ada pengetahuan lebih tinggi yang didapatkan.

LATIHAN KERAS DENGAN BERPUASA EKSTREM

Pemikiran ini muncul dalam diri *Bodhisatta*, "Bagaimana jika saya berlatih lebih keras, sepenuhnya menjauhkan diri dari makanan?" Mengetahui pikiran beliau, para dewa berkata, "Mohon, Yang Mulia Gotama, jangan sepenuhnya menjauhkan diri dari makanan. Jika Yang Mulia melakukannya, kami akan memasukkan makanan surgawi melalui pori-pori kulitmu. Kamu akan tetap bisa hidup dengan cara itu." Kemudian, muncul pemikiran ini dalam benak *Bodhisatta*, "Jika aku telah menyatakan puasa penuh dan dewa-dewa ini masih memasukkan makanan surgawi melalui pori-poriku, aku pun telah ditopang hidup. Semua ini adalah kebohongan bagi diriku". *Bodhisatta* menolak tawaran para dewa dengan halus.

Kemudian, beliau memutuskan untuk mengurangi asupan makanannya sedikit demi sedikit hingga beliau hanya menyantap segenggam sup kacang. Dengan hanya makan sekitar lima atau enam sendok sup kacang setiap hari, tubuh *Bodhisatta* menjadi sangat kurus. Tubuhnya mengering, hanya tersisa kulit, urat, dan tulang. Tulang belakangnya terlihat dengan jelas seperti benjolan dan tonjolan yang tidak rata. Tulang-tulangnya menonjol keluar di mana-mana. Pancaran cahaya dari mata *Bodhisatta* menghilang ke dalam kelopaknya, seperti pantulan dari air sumur yang mulai kering. Kulit kepalanya mengerut seperti buah kundur hijau yang layu di bawah sinar matahari. Dengan tubuh yang begitu kurus, saat *Bodhisatta* menyentuh perutnya, beliau dapat merasakan tulang belakangnya. Setiap kali beliau mencoba untuk membuang air besar atau air seni, beliau merasa sangat kesakitan hingga jatuh telungkup ke depan. *Bodhisatta* menjadi sangat lemah karena puasa makan yang terlalu ekstrem ini.

Melihat tubuh *Bodhisatta* yang kurus kering, orang-orang berkata, "Petapa Gotama adalah orang hitam." Yang lain berkata, "Petapa Gotama mempunyai kulit berwarna coklat." Yang lain lagi berkata, "Petapa Gotama mempunyai kulit berwarna coklat kebiruan seperti ikan torpedo." Kulit *Bodhisatta* yang bersih, bersinar, dan berwarna emas telah memburuk.

BUJUKAN MĀRA

Ketika *Bodhisatta* sedang berjuang dan berpuasa untuk menaklukkan dirinya, Māra mendatangi beliau dan mencoba untuk menghasut *Bodhisatta*. "Sobat Gotama, kamu telah menjadi sangat kurus dan terlihat kaku. Sekarang kamu sangat dekat dengan kematian. Hanya ada satu dari seribu kesempatan bagimu 'untuk hidup'. Oh, Sobat Gotama! Cobalah untuk bertahan hidup. Hidup itu lebih baik daripada kematian. Jika kamu hidup, kamu bisa melakukan banyak perbuatan baik dan mendapatkan jasa-jasa kebajikan."

Perbuatan berjasa yang disebutkan oleh Māra tidak berhubungan dengan jasa yang dikumpulkan dari perbuatan baik dan menjalankan *sīla*, latihan-latihan yang menuntun ke jalan pembebasan maupun perbuatan berjasa yang didapatkan dari pengembangan meditasi *vipassanā* dan pencapaian jalan pembebasan.

Māra hanya mengetahui perbuatan berjasa yang diperoleh dari menjalankan kehidupan suci dengan menjauhkan diri dari hubungan seksual dan menyembah api. Pada masa itu, latihan-latihan ini dipercaya bisa menuntun ke kehidupan mulia dan kemakmuran di kehidupan mendatang. Namun, *Bodhisatta* tidak tertarik dengan berkah-berkah dalam kehidupan duniawi dan menjawab Māra, "Aku tidak memerlukan sedikit pun perbuatan berjasa yang kau katakan. Kau lebih baik pergi dan memberitahukan perbuatan berjasa itu kepada mereka yang memerlukannya."

Sebuah kesalahpahaman telah muncul berkaitan dengan ucapan *Bodhisatta* bahwa beliau tidak memerlukan perbuatan berjasa apa pun. Yang dimaksud adalah 'perbuatan berjasa harus dilepaskan, bukan dicari maupun dilakukan oleh seseorang yang mencari pembebasan dari lingkaran kelahiran seperti *Bodhisatta*'.

Seseorang pernah mengunjungi saya dan mencari penjelasan tentang hal ini. Saya menjelaskan kepadanya bahwa ketika Māra sedang membicarakan perbuatan berjasa, yang dia maksud dalam batinnya bukan perbuatan berjasa yang dikumpulkan dari perbuatan-perbuatan baik dari melaksanakan *sīla*, pengembangan pengetahuan melalui meditasi atau

pencapaian jalan kebebasan. Māra tidak memahami hal itu. *Bodhisatta* pun belum memiliki pengetahuan yang tepat tentang praktik perbuatan berjasa ini; hal itu baru diketahui *Bodhisatta* setelah melakukan latihan keras yang menuntun beliau ke pencerahan. Demikianlah, ketika *Bodhisatta* berkata kepada Māra, 'Saya tidak memerlukan perbuatan berjasa apa pun', beliau tidak merujuk kepada perbuatan-perbuatan berjasa yang menuntun ke *Nibbāna*, tetapi hanya kepada perbuatan-perbuatan yang dipercaya bisa menghasilkan kelahiran di salah satu alam kesenangan duniawi.

Kitab komentar juga mendukung pendapat kami. Disebutkan bahwa 'Saya tidak memerlukan perbuatan berjasa apa pun', yang dimaksud *Bodhisatta* hanya perbuatan berjasa yang dikatakan oleh Māra, perbuatan berjasa yang bisa menghasilkan kelahiran di kehidupan yang akan datang. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak ada pertanyaan yang muncul tentang perbuatan-perbuatan berjasa yang akan menuntun ke *Nibbāna*.

Pada waktu itu, *Bodhisatta* masih berada dalam delusi bahwa latihan keras adalah cara untuk mencapai pengetahuan yang lebih tinggi. Oleh karena itu, beliau berkata, "Angin yang berembus ini bisa mengeringkan air sungai. Jadi, ketika saya berjuang keras, kenapa itu tidak dapat mengeringkan darahku? Dan, ketika darahku mengering, empedu dan lendir juga akan mengering. Ketika daging telah menyusut, batin saya akan menjadi lebih jelas. Perhatian penuh, konsentrasi, dan kebijaksanaan akan terbentuk dengan lebih kuat."

Māra juga berada dalam anggapan yang salah bahwa menghindari makanan akan menuntun ke kebebasan dan pengetahuan yang lebih tinggi. Pemahaman yang salah ini memberinya ide untuk menghasut *Bodhisatta* keluar dari jalan penyiksaan diri tanpa makanan. Dengan pendapat yang sama, kelompok lima petapa yang berlatih bersama beliau, melayani semua kebutuhan beliau, berharap bahwa latihan tanpa banyak asupan makanan akan menuntun ke jalan menjadi Buddha dan berharap mereka akan menjadi orang pertama yang menerima khotbah dan ajaran kebebasan dari

Bodhisatta. Sudah jelas bahwa pada saat itu, pandangan salah itu adalah kepercayaan universal, penyiksaan diri dengan keras adalah jalan yang menuntun ke pencerahan.

PANDANGAN BENAR

Setelah menjalani latihan penyiksaan diri yang keras selama enam tahun tanpa mendapat hasil apa pun, *Bodhisatta* mulai memiliki pemikiran,

"Petapa-petapa atau brahmana-brahmana mana pun di masa mendatang akan merasakan kesakitan, penyiksaan, tusukan melalui praktik penyiksaan diri, semua itu sama dengan penderitaan saya saat ini, tidak lebih; apa pun perasaan kesakitan, penyiksaan, tusukan yang telah dirasakan petapa-petapa atau brahmana-brahmana di masa sekarang melalui praktik penyiksaan diri, semua itu sama dengan penderitaan saya saat ini, tidak lebih. Namun, dengan kehidupan pertapaan yang sangat melelahkan ini, saya tidak mencapai hasil apa pun, yang lebih tinggi dari pencapaian manusia biasa. Saya belum mencapai pengetahuan mulia dan wawasan yang bisa menghilangkan kotoran batin. Mungkinkah ada cara lain untuk mencapai pencerahan selain jalan penyiksaan diri dan pemaksaan diri ini?"

Kemudian *Bodhisatta* teringat ketika beliau masih kecil. Beliau duduk sendiri di bawah naungan pohon jambu; memasuki dan berdiam dalam *jhāna* pertama ketika ayahnya, Raja Suddhodhana, sedang sibuk merayakan Upacara Membajak Sawah. Beliau bertanya-tanya apakah metode *jhāna* tingkat pertama ini adalah jalan yang tepat menuju kebenaran.

MEMASUKI *JHĀNA* PERTAMA KETIKA MASA KECIL

Bodhisatta dilahirkan pada bulan purnama di bulan Kason (April). Disebutkan bahwa Upacara Membajak Sawah diselenggarakan sekitar bulan Nayon atau Wāso (Mei atau Juni), sebulan atau dua bulan kemudian. Seorang anak kecil dibaringkan di atas sebuah tempat tidur yang dilapisi kain mewah,

di bawah naungan pohon Jambu. Tiang-tiang didirikan dan dikelilingi beberapa kain tirai yang membentuk pagar; pelayan-pelayan istana mengawasi pangeran kecil dengan penuh hormat. Upacara Membajak Sawah berlangsung dengan megah dan penuh keagungan. Raja sendiri ikut serta dalam perayaan dan pelayan-pelayan terbuai dengan suasana perayaan yang sedang berlangsung di sekitar sawah.

Setelah memastikan pangeran telah tertidur, mereka meninggalkannya yang terbaring dengan aman di dalam pagar dan pergi bersenang-senang menikmati perayaan. *Bodhisatta* kecil terbangun, melihat sekeliling dan tidak menemukan seorang pun pelayan. *Bodhisatta* kecil pun bangun dari tempat tidur dan duduk dengan kedua kaki disilangkan. Karena *kamma* baik yang terbentuk dari kebiasaan berlatih di banyak kehidupan lampau, beliau secara alami mulai merenungkan napas masuk dan napas keluar dengan sendirinya. Tidak lama, beliau mencapai penyerapan *jhāna* tingkat pertama yang ditandai dengan lima corak, yaitu usaha untuk memusatkan objek meditasi (penempelan awal), objek meditasi terpusatkan (penempelan terus-menerus), kegembiraan, kebahagiaan, dan konsentrasi teguh (kemanunggalan batin).

Para pelayan terbuai dalam kemeriahan perayaan dan pergi untuk waktu yang cukup lama. Ketika mereka kembali, bayangan pohon-pohon telah bergerak seiring berjalannya waktu, tetapi bayangan pohon jambu tetap tidak bergerak dan tetap berada di tempat anak itu berdiam. *Bodhisatta* kecil masih duduk terdiam di atas tempat tidur. Raja Suddhodana terkejut melihat bayangan pohon jambu yang tidak bergerak, juga postur duduk anaknya yang kukuh. Dengan penuh rasa kagum, Raja Suddhodana memberi penghormatan kepada putranya.

Bodhisatta mengingat kembali pengalaman penyerapan dalam *jhāna* pernapasan yang telah beliau capai pada masa kecil dan berpikir, "Mungkinkah itu adalah jalan menuju kebenaran?" Dengan mengikuti ingatan itu, beliau pun menyadari bahwa latihan *jhāna* pernapasan memang benar adalah jalan yang tepat menuju pencerahan. Pengalaman *jhāna* itu

sangat membahagiakan sehingga *Bodhisatta* berpikir, "Apakah saya takut dengan (mencoba) kebahagiaan-kebahagiaan dari *jhāna*?" Kemudian beliau berpikir lagi, "Tidak, saya tidak takut dengan (mencoba) kebahagiaan-kebahagiaan seperti itu".

MEMUTUSKAN UNTUK MAKAN KEMBALI

Kemudian pemikiran ini muncul dalam diri *Bodhisatta*, "Tidak mungkin untuk mencapai penyerapan *jhāna* dengan tubuh yang begitu kurus. Bagaimana jika saya makan sedikit makanan padat seperti yang biasa saya makan? Setelah makan dan memupuk kekuatan dalam tubuh, saya akan bisa berlatih untuk tahapan *jhāna*". Melihat beliau kembali memakan makanan padat, kelompok lima petapa salah paham atas sikap beliau. Mereka dahulu merupakan pendeta dan penasihat kerajaan yang pernah meramalkan, pada saat kelahiran beliau, bahwa beliau akan menjadi seorang yang tercerahkan, seorang Buddha.

Lebih lengkapnya, pada saat itu, ada delapan pendeta di istana. Ketika diminta untuk meramalkan masa depan anak raja, tiga dari mereka masing-masing mengangkat dua jari dan membuat pernyataan ganda bahwa anak itu akan menjadi seorang penguasa dunia atau seorang Buddha Yang Mahatahu. Sisa lima orang lainnya masing-masing hanya mengangkat satu jari untuk memberikan penafsiran bahwa anak itu pasti akan menjadi seorang Buddha.

Menurut kitab komentar *Mūlapaṇṇāsa* (volume 2, halaman 92), kelima pendeta kerajaan ini meninggalkan kehidupan duniawi sebelum mereka terikat dengan kehidupan berumah tangga dan pergi ke hutan untuk menjalani kehidupan suci. Akan tetapi, kitab komentar *Buddhavaṃsa* dan beberapa naskah lain menyatakan bahwa terdapat tujuh pendeta yang masing-masing mengangkat dua jari untuk memberikan penafsiran ganda sementara brahmana paling muda, yang pada waktunya akan menjadi Yang Mulia Koṇḍañña, hanya mengangkat satu jari dan membuat ramalan bahwa anak itu pasti akan menjadi Buddha di masa depan.

Brahmana muda ini, bersama dengan putra dari empat brahmana lainnya, telah meninggalkan kehidupan duniawi dan membentuk 'Kelompok lima petapa', menunggu pelepasan agung dari *Bodhisatta*. Ketika mereka mendengar bahwa *Bodhisatta* sedang menjalani pertapaan yang sangat keras di hutan Uruvelā, mereka pun segera menuju ke sana dan menjadi pelayan-pelayan beliau, dengan harapan 'ketika beliau mencapai pengetahuan tertinggi, beliau akan berbagi dengan kita. Kita akan menjadi yang pertama untuk mendengarkan khotbah beliau.'

Ketika kelima petapa melihat *Bodhisatta* makan makanan padat, mereka salah paham terhadap tindakan beliau dan merasa kecewa. Mereka berpikir, "Jika bergantung hidup pada segenggam sup kacang tidak menuntun beliau kepada pengetahuan yang lebih tinggi, bagaimana beliau berharap untuk mencapai hal itu dengan makan makanan padat lagi?" Mereka salah menilai beliau; berpikir bahwa beliau telah melepaskan perjuangan dan kembali ke kehidupan duniawi yang mewah untuk mengumpulkan kekayaan dan kemuliaan pribadi. Demikianlah, mereka meninggalkan beliau dan kembali tinggal di taman rusa di kota Bārānasī.

PENERANGAN SEMPURNA

Kepergian kelima petapa memberikan kesempatan bagi *Bodhisatta* untuk berjuang demi kebebasan terakhir dalam kesunyian penuh. *Mūlapaṇṇāsa* (volume 2, halaman 192) memberikan penjelasan proses perjuangan tanpa seorang pun di dekat beliau selama dua minggu penuh, duduk di atas singgasana kebijaksanaan (di bawah pohon Bodhi), *Bodhisatta* mencapai kemahatahuan, penerangan sempurna seorang Buddha.

Setelah meninggalkan kehidupan duniawi pada usia dua puluh sembilan tahun dan menghabiskan enam tahun berlatih pertapaan yang sangat keras; sekarang, di usia tiga puluh lima tahun, masih muda dan sehat; hanya dalam lima belas hari makan dengan teratur, tubuh *Bodhisatta* sudah seperti semula dan memperoleh kembali tiga puluh dua tanda fisik dari seorang Buddha.

Setelah memperoleh kembali kekuatan dan energi, *Bodhisatta* berlatih meditasi napas masuk, napas keluar. Berdiam dalam penyerapan kebahagiaan dari *jhāna* pertama yang ditandai dengan usaha memusatkan atau memikirkan objek secara mendalam, usaha terus menerus mempertahankan kesadaran untuk tetap pada objek, kegembiraan, kebahagiaan, dan kemanunggalan batin.

Kemudian, beliau memasuki tahapan *jhāna* kedua, yang disertai dengan kegembiraan, kebahagiaan, dan kemanunggalan batin. Pada tahapan *jhāna* ketiga, beliau hanya menikmati kebahagiaan dan perhatian penuh pada satu objek. Lalu, pada tahapan *jhāna* keempat, menyisakan ketenangan dan kemanunggalan batin.

Suatu pagi, pada hari bulan purnama di bulan Kason (April) pada tahun 103 dari Era Kejayaan, yaitu 2551 tahun yang lalu, *Bodhisatta* duduk di bawah pohon Bodhi, dekat desa besar Senānigama, menunggu waktu untuk pergi menerima dana makanan. Pada waktu itu, Sujātā, putri seorang bangsawan dari desa, sedang mempersiapkan persembahan untuk dewa pohon dari pohon Bodhi. Sujātā terlebih dahulu mengirim pelayannya untuk membersihkan daerah di bawah rindang pohon suci itu. Melihat *Bodhisatta* duduk di bawah pohon, pelayan itu berpikir bahwa dewa telah menunjukkan dirinya untuk menerima langsung persembahan mereka. Dia berlari pulang penuh kebahagiaan untuk memberitahu majikannya.

Sujātā meletakkan nasi susu yang telah dia masak saat dini hari dalam mangkuk emas yang bernilai seratus ribu keping emas dan menutupnya dengan mangkuk emas lainnya. Kemudian, dia berangkat menuju pohon Bodhi di mana *Bodhisatta* berada dan meletakkan mangkuk-mangkuknya di tangan *Bodhisatta*, sambil berkata, "Semoga harapan Anda tercapai, sama seperti harapan saya yang telah tercapai". Selesai berdana, Sujātā pun pulang ke desanya.

Saat masih gadis, Sujātā membuat sebuah permohonan di pohon Bodhi itu. "Jika saya mendapatkan seorang suami dengan kedudukan dan kasta yang sama dengan saya dan anak pertama yang saya lahirkan adalah seorang

putra, saya akan memberikan persembahan", ucapnya. Permohonannya telah dikabulkan dan persembahan nasi susu pada hari itu ditujukan kepada dewa pohon untuk memenuhi janjinya. Namun, setelah Sujātā mengetahui bahwa *Bodhisatta* yang telah mencapai penerangan sempurna akan memakan nasi susu persembahannya, dia merasa sangat senang. Dia telah melakukan sebuah perbuatan mulia dengan jasa tertinggi.

Kemudian *Bodhisatta* pergi ke Sungai Nerañjarā untuk mandi. Setelah mandi, beliau membagi nasi susu yang dipersembahkan oleh Sujātā menjadi empat puluh sembilan bagian dan memakannya. Setelah selesai makan, beliau melemparkan mangkuk emas itu ke dalam sungai sambil berkata, "Jika saya akan menjadi Buddha hari ini, biarlah mangkuk ini mengalir melawan arus." Mangkuk itu mengapung jauh melawan derasnya arus, sampai di kediaman raja naga, Kāla, kemudian tenggelam ke dasar sungai bersama dengan mangkuk-mangkuk dari tiga Buddha sebelumnya.

Bodhisatta beristirahat sepanjang hari di rawa hutan, dekat tepi sungai. Menjelang sore, beliau berjalan menuju pohon Bodhi; dalam perjalanannya, *Bodhisatta* bertemu dengan seorang pemotong rumput bernama Sotthiya yang memberikan delapan ikat rumput kepada beliau. Di India, orang-orang suci biasanya mempersiapkan sebuah tempat untuk duduk dan tidur dengan menata ikatan-ikatan rumput. *Bodhisatta* meletakkan rumput-rumput tersebut di bawah pohon, di sebelah Timur. Kemudian dengan tekad yang bulat "Saya tidak akan bangkit dari tempat duduk ini sampai saya mencapai kebijaksanaan tertinggi", beliau duduk bersila di atas tumpukan rumput menghadap ke Timur.

Māra mengubah penampilannya dan merebut tempat duduk di bawah pohon Bodhi untuk mengacaukan keteguhan hati *Bodhisatta* dan mencegah beliau dari pencapaian pencerahan. Berkat kebajikan-kebajikan yang telah beliau kumpulkan selama banyak masa, memenuhi sepuluh penyempurnaan seperti *dāna* dan lain-lain, beliau berhasil mengatasi gangguan yang dibuat oleh Māra sebelum matahari tenggelam. Setelah menaklukkan Māra, pada waktu jaga pertama, *Bodhisatta* memperoleh pengetahuan tentang

kehidupan-kehidupan sebelumnya melalui *jhāna* meditasi; pada waktu jaga pertengahan, memperoleh mata dewa; dan di waktu jaga terakhir pada malam hari, beliau merenungkan hukum *paṭiccasamuppāda* yang diikuti dengan pengembangan pengetahuan mendalam tentang muncul dan lenyapnya lima agregat yang mengikat. Pengetahuan ini secara berurutan memunculkan pengetahuan mengenai Empat Kebenaran Mulia dan akhirnya menghasilkan penerangan sempurna atau Kemahatahuan.

Setelah menjadi seorang Yang Tercerahkan, Beliau menghabiskan tujuh hari duduk di atas singgasana kebijaksanaan di bawah pohon Bodhi dan selama empat puluh sembilan hari secara keseluruhan, tujuh hari masing-masing di enam tempat berbeda, menikmati kebahagiaan dari buah kesucian tingkat keempat (buah kesucian dari *arahat*) dan merenungkan dengan saksama sistem hukum alam (*Dhamma*) yang baru Beliau temukan.

LATIHAN EKSTREM ADALAH SUATU BENTUK PENYIKSAAN DIRI

Minggu kelima Begawan habiskan di bawah pohon beringin India (*Ajjapāla*) dan ketika berada di sana, Beliau memikirkan saat *Bodhisatta* meninggalkan praktik-praktik latihan keras. "Saya telah terbebas dari praktik-praktik latihan keras yang menyebabkan kesakitan dan penderitaan fisik. Sangat baik, saya telah terbebas dari latihan ekstrem yang tidak menguntungkan itu. Betapa bahagianya bisa terbebas dan memperoleh pencerahan."

Māra yang selalu memerhatikan setiap pemikiran dan tindakan dari Buddha, selalu siap untuk menyalahkan Beliau atas kesalahan apa pun. Dia berkata kepada Buddha, "Selain dari praktik menyiksa diri, tidak ada lagi cara lain untuk memurnikan makhluk hidup; Gotama telah menyimpang dari jalan kesucian. Ketika masih ada kotoran batin, Dia salah memercayai bahwa Dia telah mencapai kesucian."

Buddha menjawab, "Semua praktik latihan-latihan ekstrem yang menggunakan pandangan untuk mencapai kekekalan (tingkat keabadian)

adalah tidak berguna, tidak menguntungkan seperti kendaraan-kendaraan, tongkat-tongkat, dan dayung-dayung, tidak berguna di daratan berpasir. Sepenuhnya yakin bahwa mereka tidak menguntungkan, Saya telah melepaskan semua bentuk penyiksaan diri."

Kitab komentar juga menyebutkan bahwa praktik latihan keras seperti makan hanya sedikit dan berpakaian minim merupakan penyiksaan diri sendiri. Pertapaan ekstrem merupakan salah satu bentuk pemaksaan diri yang harus diperhatikan dengan teliti di sini untuk pemahaman *Dhammacakkappavattana Sutta* yang lebih baik ketika kita membahasnya.

MEMPERTIMBANGKAN PERTANYAAN TENTANG PEMBABARAN KHOTBAH PERTAMA

Setelah menghabiskan waktu tujuh hari masing-masing di tujuh tempat yang berbeda, Buddha kembali ke pohon beringin India pada hari kelima belas. Buddha duduk di bawah pohon dan menimbang, "Kepada siapa seharusnya saya membabarkan Ajaran ini untuk pertama kalinya? Siapa yang bisa dengan cepat memahami *Dhamma*?" Kemudian pemikiran ini muncul dalam diri Beliau, "Terdapat Āḷāra Kālāma yang terpelajar, terampil, dan cerdas. Beliau telah lama menjadi seseorang yang memiliki hanya sedikit kotoran batin di mata para bijaksana. Bagaimana jika Saya mengajarkan *Dhamma* ini kepada Āḷāra Kālāma terlebih dahulu? Dia akan dengan cepat memahami Ajaran ini."

Adalah hal penting, untuk pembabaran pertama, Buddha mencoba untuk menemukan seseorang yang bisa memahami Ajaran-Nya dengan cepat. Sangat penting untuk membuka pusat meditasi baru dengan umat-umat yang diberkati dengan keyakinan, semangat, ketekunan, perhatian penuh, dan kecerdasan. Hanya umat-umat yang memiliki nilai-nilai kebaikan ini yang bisa memahami pengetahuan dengan cepat dan menjadi contoh luar biasa untuk diikuti oleh orang lain. Umat-umat yang kurang dalam nilai-nilai kebaikan itu atau memiliki batin dan jasmani yang lemah karena usia tua, sulit menjadi sumber inspirasi bagi orang lain.

Ketika kami pertama kali mengadakan kelas meditasi *vipassanā satipaṭṭhāna*, kami beruntung karena bisa memulainya dengan tiga orang (sebenarnya keluarga saya) yang diberkati dengan kemampuan yang luar biasa. Mereka memperoleh pengetahuan tentang kesadaran dari muncul dan lenyap (*udayabbaya ñāṇa*) dalam tiga hari latihan dan sangat senang melihat cahaya-cahaya dan bayangan yang disertai perasaan antusias dan kebahagiaan. Hasil pencapaian yang begitu cepat itu telah menjadi tanggung jawab untuk penerimaan dan penyebaran teknik meditasi *vipassanā mahasi* di seluruh dunia.

Demikianlah, pemikiran Buddha untuk mengajarkan khotbah pertamanya kepada seseorang yang bisa dengan cepat memahaminya dan ketika Beliau mempertimbangkan Āḷāra Kālāma, seorang dewa memberitahukan kepada Beliau, "*Bhante*, Āḷāra Kālāma telah meninggal dunia tujuh hari yang lalu". Kemudian pengetahuan dan penglihatan muncul dalam diri Buddha bahwa Āḷāra memang telah meninggal dunia tujuh hari yang lalu dan dengan kebajikan dari pencapaian *jhāna*-nya, dia telah mencapai alam *jhāna* ketiadaan apa pun (alam brahmā akiñcaññayatana - keadaan tanpa materi).

KEHILANGAN JALAN DAN BUAH PENGETAHUAN KARENA TUJUH HARI

"Sangatlah besar kehilangan bagi Āḷāra dari keluarga Kālāma," ujar Buddha. Āḷāra seharusnya telah siap untuk memahami ajaran dari Buddha. Beliau seharusnya dapat mencapai Jalan dan mencapai tingkat kesucian *arahat* dengan cepat, tetapi kematiannya lebih dahulu datang dan telah menghilangkan kesempatannya ini. Dalam alam *jhāna* ketiadaan apa pun yang ada hanya keberadaan batin tanpa bentuk materi apa pun, beliau tidak akan mendapatkan manfaat meskipun Buddha pergi dan mengajarinya *Dhamma* secara langsung. Masa hidup dalam alam *jhāna* ketiadaan apa pun sangatlah panjang, sekitar 60.000 siklus dunia. Setelah berakhir dari sana, beliau akan muncul lagi dalam dunia manusia, tetapi akan kehilangan ajaran-ajaran para Buddha. Sebagai manusia biasa, beliau akan berkeliling dalam

lingkaran kehidupan, mungkin akan jatuh ke alam rendah untuk menghadapi penderitaan yang luar biasa.

Bahkan, di zaman sekarang ini, ada orang-orang yang pantas menerima pencapaian yang lebih tinggi. Namun, mereka telah meninggal dunia tanpa mendapat kesempatan untuk mendengarkan praktik meditasi *satipaṭṭhāna* seperti yang kami jelaskan, atau telah mendengarkannya, tetapi belum berusaha untuk melatihnya. Orang-orang baik yang berkumpul di sini, pada kesempatan ini, setelah mendengarkan yang kami ajarkan seharusnya menyadari bahwa kesempatan peningkatan batin yang begitu langka seharusnya tidak boleh dilewatkan begitu saja.

KEHILANGAN KESEMPATAN BESAR KARENA SATU MALAM

Kemudian, Buddha berpikir untuk mengajarkan khotbah pertama-Nya kepada Uddaka, putra (murid) dari petapa agung Rāma. Sekali lagi, seorang dewa memberitahukan kepada Buddha, "*Bhante*, Uddaka Rāmaputta telah meninggal dunia semalam." Pengetahuan dan penglihatan muncul dalam diri Buddha bahwa Petapa Uddaka memang telah meninggal dunia pada malam sebelumnya saat waktu jaga pertama.

Dengan kebajikan dari pencapaian *jhāna*-nya, dia telah mencapai alam *jhāna* bukan-persepsi-dan-bukan-nonpersepsi (alam brahmā nevasaññānasaññāyatana). Alam *jhāna* ini juga merupakan keadaan dari tanpa materi, keadaan tanpa bentuk, dan masa hidupnya sampai 84.000 siklus dunia. Ini adalah alam paling mulia dari tiga puluh satu alam kehidupan, tetapi *Dhamma* tidak dapat diperdengarkan di sana. Jika terlahir kembali lagi dalam alam manusia, Rāmaputta akan dengan cepat mencapai tingkat kesucian *arahat* saat dia mendengarkan *Dhamma* karena dia telah berkembang pesat. Namun sayang sekali, dia tidak akan mendapatkan kesempatan seperti itu lagi karena telah lebih dahulu meninggal. Demikianlah, dengan penuh belas kasihan Buddha berkata , "Sangatlah besar kehilangan bagi Petapa Uddaka, putra (murid) dari Petapa Agung Rāma."

Kemudian Buddha memikirkan lagi, kepada siapa Beliau dapat membabarkan khotbah pertama-Nya. Kelompok lima *bhikkhu* yang sedang menetap di Taman Rusa di Kota Bārānasī muncul dalam penglihatan istimewa Buddha.

PERJALANAN UNTUK MEMBABARKAN KHOTBAH PERTAMA

Begawan berangkat menuju kota Bārānasī. Beberapa Buddha terdahulu telah melakukan perjalanan yang sama dengan kekuatan gaib. Namun, Yang Mulia Guru Agung kita, Buddha Gotama, melanjutkan perjalanan dengan berjalan kaki dengan tujuan untuk menemui petapa telanjang Upaka dalam perjalanan.

Kitab komentar *Buddhavaṃsa* dan kitab komentar *Jātaka* menyatakan bahwa Begawan memulai perjalanan pada bulan purnama di bulan Wāso. Taman Rusa di Kota Bārānasī terpisah delapan belas yojana (142 mil) dari pohon Bodhi dan Begawan menempuh perjalanan itu dengan berjalan kaki. Jarak sejauh itu tidak mungkin dicapai dalam satu hari, kecuali dengan keajaiban. Oleh karena itu, akan lebih sesuai jika kita menentukan tanggal dimulainya perjalanan pada hari keenam dari bulan Wāso.

BERTEMU DENGAN UPAKA, PETAPA TELANJANG

Dalam perjalanan menuju Gāya, belum jauh dari pohon Bodhi, Begawan bertemu dengan Upaka, murid dari Naṭaputta, pemimpin sekte petapa telanjang. Saat melihat Begawan, Upaka berkata, "Sobat, wajah-Mu bersih dan bersinar; kulit-Mu murni dan terang. Kepada siapa Kamu berlindung? Siapakah guru-Mu? Ajaran siapakah yang Kamu anut?" Begawan menjawab,

Sabbābhibhū sabbavidūhamasmi,
Sabbesu dhammesu anūpalitto;
Sabbañjaho taṇhākkhaye vimutto,
Sayaṃ abhiññāya kamuddiseyyaṃ.

Saya adalah yang telah mengatasi segalanya ...

(Ketika manusia biasa dipengaruhi oleh apa yang terlihat atau terdengar, berakhir dengan penderitaaan, Begawan melampaui segalanya dan tetap tenang, wajah berkilau).

Yang mengetahui segalanya,
Saya adalah yang telah mengatasi segalanya,
Saya terlepas dari segala bentuk;
Telah melepaskan segalanya, mencapai pembebasan,
Dengan menghancurkan nafsu keinginan.
Telah memperoleh pengetahuan dengan kemampuan Saya sendiri,
Siapa yang seharusnya Saya sebut sebagai guru?

Begawan memperjelas status Beliau dengan mengucapkan hal berikut.

na me ācariyo atthi	Saya tidak mempunyai guru,
sadiso me na vijjati	Tiada siapa pun yang menyamai-Ku,
sadevakasmiṃ lokasmiṃ	Di alam manusia dan dewa,
natthi me paṭipuggalo	Tidak ada yang menjadi tandingan-Ku.

Mendengar hal ini Upaka bertanya-tanya, apakah Begawan telah mencapai kesucian *arahat*? Guru Agung Buddha menjawab,

Ahañhi arahā loke	Saya adalah *Arahat* di dunia
Ahaṃ satthā anuttaro	Guru tanpa teman sebanding,
Ekomhi Sammāsambuddho	Satu-satunya Buddha, Tertinggi, Tercerahkan
Sītibhūtosmi Nibbuto	Semua nafsu telah padam, Saya telah memperoleh kedamaian, *Nibbāna*.

Kemudian Upaka bertanya kepada Begawan, ke mana Beliau akan pergi dan untuk tujuan apa? "Untuk mulai memutar Roda *Dhamma*, Saya akan pergi ke kota Kāsi. Di dunia yang penuh dengan kebutaan, Saya akan menabuh genderang keabadian," jawab Begawan. Mendengar hal ini Upaka bertanya, "Menurut yang Engkau nyatakan tentang diri-Mu, apakah Engkau layak menjadi seorang Maha Penakluk?" Dan Guru Agung Buddha berkata,

Mādisā ve jinā honti, Ye pattā Āsavakkhayaṃ
Jitā me pāpakā Dhammā, Tasmāhamupaka jino.

"Mereka adalah penakluk, seperti Saya yang telah menghancurkan kotoran batin. Saya telah menaklukkan semua pemikiran, gambaran, dan gagasan tentang kejahatan (perbuatan buruk). Untuk alasan itu, Upaka, Saya adalah Seorang *Jina*, Seorang Penakluk, Seorang Pemenang."

Naṭaputtā, guru agung dalam sekte petapa telanjang, telah dianggap murid-muridnya sebagai *jina*, sang penakluk. Begawan menjelaskan bahwa hanya mereka yang telah menghancurkan kotoran batin, memusnahkan kotoran batin, seperti Beliau, yang layak disebut seorang *jina*.

KEBENARAN TIDAK TERLIHAT KETIKA DIBUTAKAN OLEH PANDANGAN SALAH

Setelah pernyataan oleh Begawan bahwa Beliau benar-benar seorang Maha Penakluk, petapa telanjang Upaka berkata, "Teman, semoga demikian adanya," sambil menganggukkan kepalanya dan memberikan jalan kepada Begawan untuk meneruskan perjalanan-Nya.

Pertemuan Upaka dan Buddha sangat penting untuk diperhatikan. Di sini Upaka bertatap muka dengan seseorang yang benar-benar tercerahkan, tetapi dia tidak menyadarinya. Bahkan, ketika Begawan dengan jujur mengakui bahwa Beliau benar-benar merupakan seorang Buddha, Upaka masih saja ragu karena dia berpegang teguh pada kepercayaan yang salah dari sekte petapa telanjang.

Pada zaman sekarang, masih terdapat pengikut jalan-jalan yang salah. Mereka menolak untuk percaya pada cara latihan yang benar meski telah mendengarnya secara langsung. Tidak hanya itu, para pengikut jalan yang salah menunjukkan rasa tidak hormat, meremehkan mereka yang berlatih

dan mengajarkan cara yang benar. Penilaian salah yang menimbulkan kesan atau pendapat ini seharusnya dihindari dengan saksama.

Walaupun tidak sepenuhnya memperlihatkan penerimaan atas apa yang dikatakan oleh Buddha, Upaka terlihat telah pergi dengan sedikit kepercayaan terhadap Buddha karena pada akhirnya, setelah beberapa waktu, dia kembali untuk mencari Buddha. Setelah meninggalkan Buddha, Upaka menikah dengan Cāpā (Chāvā), anak perempuan seorang pemburu. Ketika seorang putra terlahir dari pernikahan tersebut, dia menjadi bosan dengan kehidupan berumah tangga dan menjadi petapa di bawah bimbingan Buddha. Setelah berlatih sesuai dengan ajaran Buddha, dia mencapai tahapan yang tidak akan kembali lagi ke alam indriawi, *anāgāmi*. Saat Upaka meninggal dunia, dia terlahir di alam *Suddavāsa Avihā* (alam brahmā), dan segera mencapai tingkat kesucian *arahat*. Melihat hasil menguntungkan yang akan terjadi dari pertemuannya dengan Upaka, Begawan berangkat dengan berjalan kaki sepanjang perjalanan ke Kota Bārāṇasi dan menjawab semua yang ditanyakan oleh Upaka.

TIBA DI ISIPATANA

Ketika kelompok lima *bhikkhu* melihat Begawan yang berjalan menuju ke arah mereka dari kejauhan, mereka membuat kesepakatan di antara mereka dengan berkata, "Sahabatku, di sini telah hadir Bhikkhu Gotama yang telah menjadi pemuas nafsu, menyerah untuk berjuang, dan kembali ke kehidupan mewah; kita tidak perlu memberi penghormatan kepada-Nya maupun menyambut-Nya atau mengambilkan mangkuk dan jubah-Nya. Namun, karena Beliau berasal dari keluarga agung, kita akan mempersiapkan tempat duduk bagi-Nya. Beliau boleh duduk jika Beliau hendak duduk."

Ketika Begawan berjalan mendekat, mereka tidak bisa menahan diri untuk teguh pada kesepakatan mereka saat melihat keagungan Buddha. Salah seorang dari mereka menyambut dan membawakan mangkuk Beliau, orang kedua membawakan jubah Beliau, dan orang ketiga mempersiapkan

tempat duduk untuk Buddha. Yang lain membawakan air untuk mencuci kaki Beliau, sementara yang lain mempersiapkan sebuah tumpuan kaki. Namun, mereka semua menganggap Begawan sebanding dengan mereka dan menyapa Beliau dengan panggilan seperti dahulu dengan nama Gotama dan dengan tidak hormat menyebut "Temanku". Begawan menempati tempat duduk yang telah dipersiapkan dan berkata,

> "Para *bhikkhu*, jangan menyapa Saya dengan nama Gotama maupun menganggap Saya sebagai teman. Saya telah menjadi Yang Sempurna, layak untuk mendapatkan penghormatan tertinggi. Telah mencapai yang tertinggi seperti para Buddha terdahulu, sepenuhnya tercerahkan. Dengarlah, para *bhikkhu*, keabadian telah Saya capai, keabadian telah dimenangkan oleh Saya.
>
> Saya akan melatih dan mengajarkan kalian *Dhamma* ini. Jika kalian berlatih seperti yang Saya ajarkan, dalam waktu singkat dan dalam kehidupan sekarang juga, kalian akan mencapai pengetahuan sempurna dengan sendirinya, merealisasi, memasuki, dan berdiam dalam tingkat kesucian *arahat, Nibbāna,* tujuan terakhir dan termulia dari kehidupan suci untuk kepentingan anggota suku dari keluarga baik-baik yang meninggalkan kehidupan berumah tangga untuk menjadi seorang petapa."

Bahkan dengan jaminan yang jelas ini, kelompok lima *bhikkhu* tetap saja meragukan dan menjawab,

> "Teman Gotama, bahkan dengan kebiasaan makan sedikit dan latihan bertapa keras yang Anda latih sebelumnya, Anda tidak memperoleh apa pun, melebihi pencapaian seorang manusia biasa yang patut dipuji (Anda tidak bisa melampaui keterbatasan manusia... *uttarimanussadhamma*) maupun mencapai pengetahuan agung dan pengetahuan dari Buddha yang bisa menghancurkan kotoran batin

dengan sendirinya. Sekarang Anda telah meninggalkan praktik pertapaan yang keras dan berusaha untuk mendapatkan hasil dan keuntungan-keuntungan, bagaimana mungkin Anda telah mencapai keistimewaan seperti itu, pengetahuan yang lebih tinggi seperti itu?"

Perlu diingat, kelima *bhikkhu*, dahulunya merupakan peramal kerajaan yang telah meramalkan bahwa tak lama setelah kelahiran beliau, *Bodhisatta* muda pasti akan memperoleh pencerahan tertinggi dan menjadi sangat yakin pada *Bodhisatta*. Namun, ketika *Bodhisatta* menyerah dari melakukan latihan yang keras, mereka telah salah paham bahwa pencerahan tidaklah mungkin dicapai lagi. Dapat dikatakan, mereka tidak lagi percaya dengan ramalan mereka sendiri. Mereka tetap meragukan Begawan yang menyatakan dengan tegas bahwa Beliau telah mencapai keabadian, telah menjadi seorang yang mencapai penerangan sempurna. Mereka tetap beranggapan bahwa latihan keras adalah cara yang benar untuk mencapai pencerahan.

Pada zaman sekarang, juga demikian. Sekali pandangan salah telah dianut, orang-orang akan berpegang teguh padanya dan tidak peduli dengan jalan kebenaran yang berulang kali dijelaskan kepada mereka. Tidak hanya penolakan, mereka pun melawan dan meremehkan para umat yang memilih berada di jalan kebenaran. Seseorang harus menghindari kesalahan dan penipuan diri sendiri seperti itu.

Dengan penuh cinta kasih dan welas asih untuk kelompok lima *bhikkhu*, Begawan berkata, "Para *bhikkhu*, Yang Sempurna seperti Mereka yang terdahulu, tidak berusaha untuk mendapatkan keuntungan duniawi, tidak menyerah untuk berjuang, tidak melepaskan Jalan yang benar untuk menghilangkan kotoran batin; Beliau tidak kembali ke kemewahan" dan menyatakan sekali lagi bahwa Beliau telah menjadi seorang Yang Sempurna, yang layak untuk mendapatkan penghormatan tertinggi, telah mencapai yang tertinggi, dan tercerahkan sepenuhnya. Beliau mendorong mereka untuk mendengarkan Beliau, sekali lagi.

Kedua kalinya, kelompok lima *bhikkhu* memberikan jawaban yang sama kepada Beliau. Begawan menyadari bahwa mereka masih mengalami penderitaan dari keyakinan yang salah dan ketidaktahuan, dengan penuh welas asih kepada mereka, Begawan menjawab dengan penjelasan yang sama untuk ketiga kalinya.

Ketika kelompok lima *bhikkhu* bersikeras dengan bantahan yang sama, Begawan berkata, "Para *bhikkhu*, renungkanlah hal ini. Kalian dan Saya bukanlah orang asing. Kita telah hidup bersama selama enam tahun dan kalian telah menunggu Saya ketika Saya sedang melatih praktik pertapaan yang keras. Apakah kalian pernah mendengar Saya berkata seperti ini?"

Kelima *bhikkhu* memikirkan hal ini. Mereka tiba-tiba menyadari bahwa Beliau tidak pernah berkata demikian sebelumnya karena saat itu Beliau belum mencapai pengetahuan yang lebih tinggi. Mereka mulai memercayai bahwa Begawan pasti telah mencapai pengetahuan tertinggi sehingga bisa berkata demikian. Mereka menjawab dengan penuh hormat, "Tidak, *Bhante*. Kami tidak pernah mendengar Anda berbicara seperti ini sebelumnya."

Kemudian Buddha berkata,

"Para *bhikkhu*, Saya telah menjadi Seorang Yang Sempurna yang layak mendapat penghormatan tertinggi (*Arahat*), mencapai yang tertinggi seperti para Buddha sebelumnya (*Tathāgata*), dengan usaha sendiri Saya telah menjadi yang Sepenuhnya Tercerahkan (*Sammāsambuddha*), telah mencapai keabadian, tanpa kematian (*amatamadhigataṃ*). Dengarlah para *bhikkhu*, Saya akan melatih dan mengajarkan kalian Ajaran ini. Jika kalian berlatih seperti yang Saya ajarkan, tidak butuh waktu lama dan dalam kehidupan sekarang ini, dengan pemahaman sendiri, kalian akan merealisasi, memasuki, dan berdiam dalam tingkat kesucian *arahat, Nibbāna*, tujuan tertinggi dan termulia dari kehidupan suci untuk kepentingan anggota suku dari keluarga baik-baik yang meninggalkan kehidupan berumah tangga untuk menjadi seorang petapa."

Demikianlah Begawan, sekali lagi, memberikan jaminan kepada mereka.

Kemudian kelima *bhikkhu* menenangkan suasana hati dan menyiapkan diri untuk mendengarkan dan menerima dengan penuh hormat apa yang akan dikatakan oleh Buddha. Mereka menunggu dengan antusias untuk mendapatkan pengetahuan yang akan diajarkan oleh Begawan.

Apa yang telah kami nyatakan sejauh ini merupakan kejadian-kejadian relevan yang dipilih dari bagian tengah pendahuluan.

Sekarang kita akan membahas tentang penjelasan sebelumnya, yang diawali dengan "Berikut adalah yang telah didengar oleh saya", yang menjelaskan bagaimana Yang Tercerahkan mulai memutar Roda *Dhamma* dengan membabarkan khotbah pertama.

Waktu itu adalah sore hari di hari bulan purnama di bulan Wāso, 2551 tahun yang lalu. Matahari hampir tenggelam, tetapi masih terlihat terang, bulat merah; bulan berwana kuning terang dan terlihat di langit bagian Timur. Kitab komentar dari *Mahā Vaggasaṃyutta* menyebutkan bahwa khotbah pertama dibabarkan ketika matahari dan bulan terlihat bersamaan di langit.

Pendengarnya hanya terdiri dari lima *bhikkhu* saja dari alam manusia, tetapi para brahmā berjumlah 180 juta dan para dewa, menurut *Milinda Pañhā* tidak terhitung jumlahnya. Demikianlah, ketika lima *bhikkhu* bersama dengan para brahmā dan dewa, yang cukup beruntung untuk mendengarkan khotbah pertama, menunggu dengan hormat dengan perasaan gembira, penuh perhatian. Begawan mulai mengajarkan *Dhammacakkappavattana Sutta* dengan kata-kata "*Dve me, Bhikkhave, antā pabbajitena na sevitabbā*".

> "Para *bhikkhu*, seseorang yang telah meninggalkan kehidupan duniawi seharusnya tidak terlibat dalam dua hal ekstrem (bagian, andil) yang akan dijelaskan sekarang ini (*Ime dve anta*)."

Di sini, *anta* menurut penafsiran kitab komentar, secara tata bahasa berarti *koṭṭhāsa* atau *bhāga* yang artinya andil atau bagian dari sesuatu. Namun, berdasarkan sudut pandang dari ajaran Jalan Tengah yang akan diajarkan di khotbah, *anta* juga dapat diartikan sebagai ekstrem atau akhir. Sekali lagi, "bagian atau porsi dari sesuatu" seharusnya tidak diartikan sebagai bagian atau porsi apa pun dari "sesuatu", tetapi hanya bagian yang berkaitan dengan dua hal akhir yang berlawanan atau hal-hal yang ekstrem. Dengan demikian, penerjemahan kita merujuk sebagai dua hal atau bagian yang ekstrem. Kitab komentar Bahasa Sinhala atau Bahasa Thai menyatakannya sebagai *lanaka koṭṭhasa* yang artinya 'bagian yang buruk' atau bagian, yang sejenisnya dengan penerjemahan bahasa Myanmar kuno "hal atau latihan yang buruk."

Dengan begitu, hal pertama yang harus dicatat dengan jelas adalah "Seseorang yang telah meninggalkan kehidupan duniawi seharusnya tidak terlibat dalam dua hal atau latihan keras."

> *Katame dwe. Yo cāyaṃ kāmesu kāmasukhallikānuyogo hino, gammo, pothujjaniko, anariyo, anatthasaṃhito. Yo cāyaṃ attakilamathānuyogo - dukkho, anariyo, anatthasaṃhito.*

Penglihatan, suara, bau, rasa, dan sentuhan yang menyenangkan merupakan objek indriawi yang penuh nafsu. Dengan gemar kepada objek-objek kesenangan seperti itu dan menikmatinya secara jasmani dan batin, seseorang mengejar kesenangan-kesenangan sensual ini. Latihan ini, yang membentuk salah satu bagian ekstrem, adalah rendah, kasar, awam, tercela, dan tidak menguntungkan. Oleh karena itu, tidak seharusnya diikuti oleh seseorang yang telah meninggalkan kehidupan duniawi.

Latihan ekstrem lain yang berhubungan dengan usaha untuk menimbulkan penyiksaan diri sendiri hanya akan mengakibatkan penderitaan. Menjauhkan diri dari makanan dan pakaian yang biasa

digunakan adalah salah satu bentuk penyiksaan diri dan tidak menguntungkan. Tidak menjadi suci maupun mulia, latihan ini tidak dilakukan oleh para Yang Mulia. Itu juga tidak berkaitan dengan kebenaran sejati yang dicari. Demikianlah, latihan penyiksaan diri, bagian lain dari latihan ekstrem yang seharusnya dihindari. Dengan menghindari kedua hal ekstrem ini, seseorang akan mencapai jalan kebenaran yang dikenal dengan Jalan Tengah.

DEMIKIANLAH BEGAWAN MELANJUTKAN

"Ete kho, bhikkhave, ubho ante anupagamma majjhimā paṭipadā
Tathāgatena abhisambuddhā cakkhukaraṇī, ñāṇakaraṇī,
upasamāya, abhiññāya, sambodhāya, nibbānāya saṃvattati."

Para *bhikkhu*, dengan menghindari dua hal ekstrem ini, Begawan telah mencapai pengetahuan tertinggi dari Jalan Tengah, yang menghasilkan penglihatan, pengetahuan, dan menuntun ke ketenangan (hilangnya kotoran batin), pengetahuan yang lebih tinggi, dan *Nibbāna*, akhir dari semua penderitaan.

Menghindari dua hal ekstrem,
Menolak jalan-jalan yang salah,
Jalan Tengah telah dicapai.

Mengikuti Jalan kebenaran ini,
Pencerahan telah dicapai,
Nibbāna telah direalisasi.

Bagaimana Jalan Tengah, yang juga dikenal dengan Jalan Mulia Berunsur Delapan, menghasilkan penglihatan, pengetahuan, dan bagaimana itu menuntun ke ketenangan dan pencerahan akan dibahas dalam bab berikutnya.

Semoga kalian semua yang hadir di sini berbahagia; dengan jasa

kebajikan dari memberikan perhatian penuh hormat kepada khotbah utama pemutaran roda *Dhamma* bersama dengan pendahuluannya, mampu untuk menghindari jalan yang salah dan bisa mengikuti Jalan Tengah, Jalan Mulia Berunsur Delapan; dengan demikian dapat memperoleh penglihatan dan pengetahuan yang lebih tinggi yang akan segera menuntun ke realisasi *Nibbāna*, akhir dari semua penderitaan.

Sādhu!Sādhu!Sādhu!

Bab Dua

KHOTBAH UTAMA TENTANG PEMUTARAN RODA DHAMMA

DISAMPAIKAN PADA HARI WAXING KE 6
DI BULAN THADUNGYUT, 1324, TAHUN MYANMAR.

"Dve me bhikkhave antā pabbajitena na sevitabbā."

"Para *bhikkhu*, seseorang yang telah meninggalkan kehidupan duniawi tidak seharusnya terlibat dalam dua hal ekstrem (latihan-latihan)"

Para *bhikkhu* tidak seharusnya terlibat dalam hal-hal ini karena tujuan utama seseorang yang telah meninggalkan kehidupan duniawi adalah untuk membebaskan dirinya dari kotoran batin seperti nafsu dan kemarahan. Tujuan ini tidak akan tercapai dengan melibatkan diri dalam dua hal ekstrem; mereka akan terus mendorong penimbunan nafsu dan kemarahan.

Seperti yang telah disebutkan di bagian akhir dari bab satu, dua bagian atau latihan ekstrem yang dimaksud berhubungan dengan mengejar kesenangan dari objek indriawi dan melakukan latihan penyiksaan diri. Kedua latihan ekstrem ini akan dijelaskan secara rinci, dimulai dengan latihan ekstrem mengejar kesenangan dari objek indriawi.

Terdapat lima jenis objek indra yang penuh nafsu, yaitu penglihatan, suara, bau, rasa, dan sentuhan yang menyenangkan. Secara singkat, semua objek materi yang dapat dinikmati adalah objek indra penuh nafsu.

Menikmati penglihatan yang terlihat menyenangkan merupakan latihan dan pengejaran sensualitas. Objek penglihatan yang dimaksud bukan hanya yang terlihat langsung dengan mata seperti cahaya atau warna. Pria, wanita, dan semua objek yang terlihat dari penglihatan merupakan objek nafsu. Begitu juga dengan semua sumber suara, bau, dan sentuhan; semua merupakan objek-objek sensual. Semua tindakan yang berasal dari objek penuh nafsu akan menghasilkan kenikmatan yang akan menjauhkan kita dari jalan kebenaran.

KEPUASAN SENSUAL ADALAH TERCELA DAN TIDAK PANTAS

Menikmati kesenangan sensual dianggap sebagai latihan keras karena kenikmatan itu menuntun ke pembentukan keinginan yang penuh pelekatan dan nafsu. Hal ini dapat menimbulkan kesombongan diri dengan pemikiran, tidak ada seorang pun selain dirinya yang berhak menikmati kesenangan tersebut. Pada saat yang bersamaan, seseorang menjadi egois, iri hati, atau penuh ketakutan sehingga tidak ingin berbagi keberuntungan dengan orang lain.

Hal ini akan membangkitkan rasa sakit hati kepada mereka yang hanya mementingkan dirinya sendiri. Dipenuhi dengan kesuksesan dan kemakmuran, seseorang menjadi tidak tahu malu dan tidak bermoral, berani dan gegabah dalam tingkah lakunya, serta tidak lagi takut dengan kejahatan. Mereka mulai menipu diri sendiri dengan kesan yang salah (*moha*) tentang kesejahteraan dan kemakmuran. Seorang manusia yang baru memahami *Dhamma* (*puthujjana*) dapat saja menganut pandangan salah tentang jiwa (*atta*) untuk menyenangkan hati yang sangsi akan akibat yang dihasilkan oleh perbuatannya sendiri, *kamma*. Hasil perbuatan seperti itulah yang membuat menyenangi dan menikmati kesenangan sensual dinilai rendah dan tercela.

Terlibat dalam kesenangan sensual adalah kebiasaan yang dilakukan oleh makhluk rendah seperti binatang, *peta,* dan lain-lain. Para *bhikkhu* dan *samaṇa* termasuk makhluk dari tingkat kehidupan yang lebih tinggi, tidak seharusnya menurunkan derajat untuk terjerumus dalam hal tersebut.

Mengejar kesenangan sensual tidak seharusnya ada dalam lingkup orang yang telah meninggalkan kehidupan duniawi. Ini adalah urusan orang-orang kota dan desa yang menganggap kesenangan sensual sebagai lambang kebahagiaan tertinggi; semakin besar kenikmatannya, semakin bahagia mereka. Pada zaman dahulu, para penguasa dan orang kaya melibatkan diri mereka dalam pengejaran kesenangan sensual. Peperangan dan agresi diciptakan demi pemuasan keinginan indra. Pada zaman modern, penaklukan dengan tujuan yang sama masih dilakukan di beberapa wilayah.

Namun, bukan hanya penguasa dan orang kaya yang mencari kesenangan sensual, orang-orang miskin juga bersusah payah mengejar harta dan kesenangan duniawi. Setelah beranjak dewasa, naluri untuk menikah dan memenuhi kepuasan seksual akan muncul dengan sendirinya. Bagi perumah tangga yang jauh dari *Buddhadhamma*, kepuasan keinginan indra terlihat seperti puncak kesenangan dan kebahagiaan.

DIṬṬHADHAMMA NIBBĀNA VĀDA

Sebelum kemunculan Buddha, banyak orang yang menganut kepercayaan bahwa kesenangan surgawi bisa dinikmati di kehidupan sekarang ini (*diṭṭhadhamma nibbāna vāda*). Menurut mereka, kesenangan sensual benar-benar penuh kebahagiaan; tidak ada yang bisa melampaui. Kesenangan itu sudah sepantasnya dinikmati di kehidupan sekarang ini. Adalah hal bodoh untuk melewatkan waktu kenikmatan yang berharga. Waktu untuk menikmati sepenuhnya kesenangan sensual adalah sekarang, di kehidupan ini. Ini adalah salah satu dari 62 pandangan salah (*micchādiṭṭhi*) yang dijelaskan oleh Buddha di *Brahmājāla Sutta* dari *Sīlakkhanda* dalam *Digha Nikāya*.

Menikmati kesenangan sensual merupakan suatu kebahagiaan bagi orang-orang kota dan desa, bukan urusan para petapa dan *bhikkhu*. Mengejar kesenangan indriawi berarti kembali ke kehidupan duniawi yang telah mereka tinggalkan. Orang-orang menunjukkan rasa hormat yang tinggi kepada para *bhikkhu*, percaya bahwa mereka menjalani kehidupan suci, tidak terusik oleh gangguan duniawi atau godaan lawan jenis. Orang-orang memberikan persembahan makanan dan pakaian terbaik bagi para petapa, tidak menikmatinya sendiri, sering mengorbankan kepentingan orang-orang tercinta dan keluarga mereka. Karena hidup dari kemurahan hati orang-orang, tidaklah pantas bagi para *bhikkhu* untuk mencari kesenangan duniawi seperti para perumah tangga.

Sebagai tambahan, para *bhikkhu* melepas keduniawian dengan ikrar untuk berjuang demi pembebasan dari penderitaan yang melekat dalam lingkaran reinkarnasi dan untuk pencapaian *Nibbāna*. Sangat jelas bahwa cita-cita mulia ini tidak bisa dicapai oleh para *bhikkhu* jika mereka mengejar kesenangan sensual seperti yang dilakukan oleh para perumah tangga. Dengan demikian, orang yang telah meninggalkan kehidupan duniawi seharusnya tidak terlibat dalam kenikmatan kesenangan sensual.

KEBIASAAN UMAT AWAM

Kebanyakan orang di dunia adalah mereka yang hanya mencari harta kehidupan dan kenikmatan kesenangan sensual. Hanya sedikit yang bisa membedakan diri dengan kerumunan, yang bisa memahami *Dhamma,* dan menjalani kehidupan suci. Mereka tidak tertarik untuk melibatkan diri dalam kekerasan dan kesenangan duniawi yang menjadi urusan utama bagi makhluk dari tingkat kehidupan yang lebih rendah.

BUKAN LATIHAN DARI ORANG-ORANG MULIA

Menikmati kesenangan sensual bukanlah latihan bagi para mulia (*ariya*). Seseorang di sini mungkin bertanya mengapa para *ariya* seperti

Visākhā, Anāthapiṇḍika, dan Sakka, raja para dewa, yang telah mencapai tingkat kesucian pertama dari kehidupan suci (*sotāpanna*) masih melibatkan diri dalam kesenangan sensual. Bagi para *sotāpanna*, nafsu dan keinginan belum ditaklukkan, masih ada dalam diri mereka persepsi baru tentang penyerapan kesenangan jasmani (*sukhasaññā*). Hal ini dijelaskan dalam *Aṅguttara Nikāya* dengan contoh seorang yang sangat memperhatikan hal yang berhubungan dengan kebersihan, terpaksa mencari tempat berlindung di tempat kotor yang penuh dengan kotoran untuk menghindari serangan gajah.

Kebiasaan yang kotor, rendah, tercela, dan tidak suci ini seharusnya dihindari oleh para petapa dan *bhikkhu*.

BUKAN UNTUK MENDAPATKAN KESEJAHTERAAN PRIBADI (*ANATTHASAṂHITO*)

Latihan ini tidak untuk mendapatkan kesejahteraan bagi diri sendiri. Dalam pandangan umum, menghasilkan uang dan mengumpulkan kekayaan; berkeluarga dan dikelilingi teman-teman serta pelayan, atau singkatnya, berjuang untuk mencapai kesuksesan dan kesejahteraan; memang terlihat seperti berusaha untuk kesejahteraan diri sendiri.

Namun, mencapai kesuksesan dan kemakmuran duniawi belum menandakan kesejahteraan seseorang. Tujuan sejati seseorang adalah menemukan jalan untuk menaklukkan usia tua, penyakit, dan kematian serta mencapai pembebasan dari semua bentuk penderitaan. Satu-satunya cara untuk melepaskan diri dari semua bentuk penderitaan adalah melalui pengembangan moral (*sīla*), konsentrasi batin (*samādhi*), dan pandangan terang, kebijaksanaan (*paññā*).

Mengejar kesenangan sensual tidak bisa menuntun kepada penaklukkan usia tua, penyakit, kematian, atau semua bentuk penderitaan. Hal itu hanya akan mendorong kita melanggar kode moral seperti perilaku seksual terlarang yang tidak bertanggung jawab. Mengejar kesenangan

duniawi melalui pembunuhan, pencurian, atau penipuan juga akan berakumulasi kepada pelanggaran *sīla*. Tidak melakukan perbuatan, hanya memikirkan kesenangan kenikmatan sensual saja juga bisa menghalangi pengembangan konsentrasi batin dan kebijaksanaan yang kemudian menjadi rintangan untuk pencapaian *Nibbāna*.

Kegagalan untuk menjalankan *sīla* merupakan sebuah langkah pasti menuju empat alam rendah yang penuh penderitaan. Perlu diperhatikan, menjaga *sīla* sendiri tanpa disertai dengan pengembangan *samādhi* dan *paññā* tidak akan menuntun ke *Nibbāna*. Hal itu hanya mendukung kelahiran kembali dalam kehidupan yang lebih bahagia, yang akhirnya tetap akan mengalami penderitaan seperti usia tua, penyakit, dan kematian.

Para petapa dan *bhikkhu*, yang telah meninggalkan keduniawian, dan bertujuan untuk pencapaian *Nibbāna*, seharusnya tidak berhubungan lagi dengan pengejaran kesenangan sensual yang hanya akan menghalangi pengembangan *sīla*, *samādhi,* dan *paññā*.

Kesimpulannya, menikmati kesenangan sensual adalah rendah dan tercela, merupakan kesenangan dari orang biasa dengan kecerdasan yang rendah, tidak suci, dan tercela. Hal ini tidak dilatih oleh para mulia; mengganggu kemajuan dalam *sīla*, *samādhi,* dan *paññā*; bertentangan dengan tujuan sejati dari mereka yang ingin mencapai kondisi tidak menjadi tua, tidak meninggal, keabadian *Nibbāna*.

BOLEHKAH PERUMAH TANGGA TERLIBAT DALAM KESENANGAN SENSUAL?

Naskah hanya menyatakan, "seseorang yang telah meninggalkan kehidupan duniawi tidak seharusnya terlibat dalam kesenangan sensual". Pernyataan tersebut memunculkan pertanyaan; apakah perumah tangga biasa, yang berada di tengah-tengah lingkungan duniawi, boleh dengan bebas mengejar kesenangan duniawi tanpa batas?

Kepuasan dari menikmati nafsu sensual merupakan kebahagiaan bagi orang biasa; tidak ada artinya melarang mereka dari berbuat demikian. Namun, perumah tangga yang ingin melatih *Dhamma*, disarankan untuk menghindari kesenangan-kesenangan ini sesuai dengan kebutuhan latihan. Sebagai contoh, menjalankan lima *sīla* membutuhkan pengendalian diri untuk tidak melakukan kesalahan jasmani seperti mengumpulkan harta duniawi yang tidak seharusnya (melalui pembunuhan, pencurian, atau penipuan).

EMPAT JENIS KESENANGAN DALAM KENIKMATAN INDRIAWI

Dalam *Pāsādika Sutta* dari *Pathika Vagga, Digha Nikāya*, Buddha telah menyatakan tentang empat jenis kesenangan dalam kenikmatan indriawi.

"Cunda, di dunia ini ada beberapa orang bodoh yang mengembangkan kekayaan dengan penjagalan binatang—ternak, babi, ikan, ayam. Latihan ini merupakan bentuk pertama dari kesenangan dalam kenikmatan indrawi.

Pencurian, perampokan bersenjata, penyamunan merupakan bentuk kedua dari kesenangan dalam kenikmatan indriawi, sedangkan penipuan untuk menghidupi kehidupan seseorang merupakan yang ketiga. Bentuk keempat dari kesenangan mencakup cara-cara lain selain ketiga cara ini, yang bisa memperoleh kekayaan duniawi."

Sutta ini menyatakan bahwa murid-murid Guru Agung Buddha, para *bhikkhu*, terbebas dari kesenangan-kesenangan ini. Orang awam yang menjalankan delapan *sīla* dan sepuluh *sīla* harus mempertahankan kesederhanaan dan menjauhkan diri dari memakan makanan setelah tengah hari, menari, dan bernyanyi, semua bentuk kesenangan sensual.

Ketika seseorang terlibat dalam praktik meditasi, seseorang harus melepaskan semua jenis kenikmatan sensual; sama seperti para *bhikkhu* yang telah meninggalkan kehidupan duniawi karena hal-hal ini cenderung menghalangi pengembangan *sīla, samādhi,* dan *paññā*. Oleh karena itu, seorang meditator, meskipun dia seorang biasa, tidak boleh bersenang-

senang dalam kenikmatan indriawi.

Penjelasan ini diharapkan telah memaparkan dengan jelas satu bentuk dari latihan ekstrem yang disebut kesenangan dalam kenikmatan indriawi.

LATIHAN MENYIKSA DIRI

Latihan menyiksa diri merupakan bentuk latihan ekstrem lain dan hanya berakibat kepada penderitaan diri sendiri. Ini bukanlah latihan bagi para mulia karena ini tercela, tidak suci, dan tidak menuju ke kesejahteraan serta tujuan seseorang. Latihan ekstrem ini seharusnya dihindari.

Menyiksa diri dipraktikkan oleh mereka yang percaya bahwa kehidupan mewah akan menyebabkan pelekatan kepada kesenangan sensual. Hanya melalui latihan ekstrem, seperti menolak kebutuhan objek indra, pelekatan tersebut dapat dilenyapkan. Setelah melakukan latihan ini, kedamaian abadi, tidak menjadi tua, tidak sakit, keabadian dapat dicapai. Inilah kepercayaan mereka yang mempraktikkan menyiksa diri.

METODE MENYIKSA DIRI

Bhikkhu yang baik menutupi tubuh mereka dengan jubah dan pakaian untuk menjaga kesopanan dan melindungi diri mereka dari panas dan dingin; dari serangga, lalat dan nyamuk. Namun, para penyiksa diri pergi ke mana saja tanpa sehelai pakaian. Ketika cuaca dingin, mereka membenamkan diri dalam air; ketika panas, mereka membiarkan diri disinari matahari. Berdiri di tengah empat tempat berapi, membiarkan diri mereka terkena panas dari lima penjuru. Hal ini dikenal dengan lima cara penebusan dosa dengan api.

Mereka menolak tempat tidur biasa dan berbaring di atas tanah terbuka untuk beristirahat. Beberapa dari mereka mempraktikkan

berbaring di atas semak berduri yang dilapisi dengan sehelai kain. Sebagian berdiam dalam posisi duduk untuk berhari-hari; sebagian lagi memilih berdiri tanpa mengganti posisi. Satu bentuk penyiksaan diri lainnya adalah berbaring tergantung ke bawah; kaki diikat di sebuah cabang pohon, badan lurus dengan kepala berada di bawah.

Adalah hal yang biasa jika para *bhikkhu* mengurangi asupan makanan untuk menguasai rasa lapar, tetapi beberapa penyiksa diri dengan sengaja tidak makan maupun minum sama sekali. Ada yang hanya makan pada selang waktu tertentu seperti makan sekali dalam dua hari, tiga hari, bahkan hingga lima belas hari. Beberapa terus mengurangi makanan setiap hari, hingga hanya makan sebanyak satu genggaman tangan penuh. Yang lain, hanya memakan sayur hijau dan rumput, bahkan kotoran hewan.

Dalam *Lomahaṃsa Sutta*, kitab komentar *Ekanipāta*, menyebutkan bahwa *Bodhisatta* sendiri pernah mengikuti latihan ini di salah satu kehidupannya, 91 siklus dunia yang lalu. Beliau menyadari kesalahannya ketika melihat tanda-tanda kehidupan yang penuh penderitaan saat kematian mendekat. Dengan meninggalkan latihan yang salah ini, beliau berhasil mencapai alam dewa.

Segala penebusan dosa dengan pemaksaan diri seperti itu merupakan penyiksaan diri (*attakilamathānuyoga*). Latihan ini diikuti oleh sekte Nigaṇṭha Nāṭaputta jauh sebelum zaman Buddha.

Kaum Jain di masa kini adalah keturunan dari Nigaṇṭha Nāṭaputta. Pada zaman itu, latihan menyiksa diri merupakan suatu kebiasaan dan diikuti oleh banyak orang. Oleh karena itu, ketika *Bodhisatta* meninggalkan latihan keras dan melanjutkan kembali memakan makanan biasa, kelompok lima *bhikkhu* meninggalkan beliau. Mereka salah paham bahwa *Bodhisatta* telah menyerah dengan latihan yang benar, usaha batin dan jasmani yang benar (*padhānavibbhanta*), dan bahwa beliau tidak akan mencapai pencerahan.

AJARAN NIGAṆṬHA

Menurut naskah Nigaṇṭha, pembebasan diri dari penderitaaan *saṃsāra* (lingkaran kelahiran berulang) bisa diperoleh dengan dua cara, yaitu:

1. Pengekangan(*saṃvara*), metode ini berusaha mengekang objek indra seperti penglihatan dan sentuhan agar tidak memasuki tubuh. Mereka percaya bahwa hal itu akan berkumpul bersama atman (*atta*) untuk menghasilkan *kamma* baru, yang akan membentuk kehidupan baru.

2. Penghancuran akibat dari *kamma* masa lampau melalui penebusan dosa dengan menyiksa diri (*nijjara*); mereka percaya bahwa akibat dari perbuatan salah di masa lampau (*akusala kamma*) dapat ditiadakan dan mereka akan mendapat penebusan dengan berserah pada penyiksaan diri.

Guru Agung Buddha bertanya kepada para petapa telanjang yang melatih penyiksaan diri, "Kalian menyatakan bahwa kalian telah menjalani penderitaan jasmani untuk menghentikan akibat dari *akusala kamma* dari kehidupan lampau, tetapi apakah kalian mengetahui dengan pasti, kalian benar-benar telah melakukan perbuatan yang tidak baik di kehidupan lampau?" Mereka menggeleng. Guru Agung Buddha kembali bertanya, "Apakah kalian mengetahui berapa banyak *akusala kamma* yang telah kalian perbuat sebelumnya; berapa banyak yang telah kalian tiadakan melalui pemaksaan diri dan berapa banyak yang masih tersisa?" Mereka tidak tahu.

Kemudian Guru Agung Buddha menjelaskan kepada mereka, tidaklah berguna untuk melatih penebusan dosa dengan cara menyiksa diri karena ketidaktahuan mereka atas berapa banyak perbuatan salah yang diperbuat di masa lampau atau yang sudah berhasil ditiadakan. Buddha juga

menjelaskan, mereka yang mencoba untuk menjalankan latihan tersebut mungkin saja telah melakukan banyak perbuatan *akusala.*

Sebelumnya, *Bodhisatta* juga menjalani latihan ekstrem, bukan untuk meniadakan perbuatan salah di masa lampau, tetapi dengan pikiran bahwa hal itu akan menuntun ke pengetahuan yang lebih tinggi. Namun, setelah berlatih keras selama lima tahun, *Bodhisatta* menyadari bahwa latihan ekstrem tidak akan menuntun ke pengetahuan atau pandangan terang dan mulai mempertanyakan keberadaan cara lain yang bisa menuntun ke tujuan yang diinginkannya. *Bodhisatta* pun meninggalkan latihan penyiksaan diri.

PENDERITAAN JASMANI

Latihan penyiksaan diri hanya berakibat kepada penderitaan jasmani (kesakitan), tetapi dianggap suci oleh para petapa telanjang. Untuk menghormati perasaan mereka, seperti yang dijelaskan pada kitab komentar di *Paṭisambhidāmagga* (volume kedua, hal. 215), Buddha tidak menilai latihan itu rendah atau dasar, tidak menganggapnya vulgar, tidak dipraktikkan oleh umat biasa, juga tidak menganggapnya umum karena orang biasa tidak bersenang-senang dalam hal ini.

Buddha menjelaskan dengan sederhana bahwa metode itu menyakitkan, tidak suci, dan tercela, tidak diikuti oleh orang-orang yang mulia.

USAHA YANG TIDAK BERMANFAAT

Latihan penyiksaan ekstrem tidak termasuk tujuan sejati yang dicari orang-orang. Latihan ini juga tidak selaras dengan prinsip *sīla*, *samādhi,* dan *paññā*; tidak berkontribusi untuk kemajuan duniawi. Sebagai usaha yang tidak bermanfaat dan hanya berakibat pada penderitaan jasmani; latihan ekstrem justru dapat membahayakan praktisi yang terlalu bersemangat. Hal ini sungguh tidak bermanfaat.

Sebelum kemunculan Guru Agung Buddha, latihan penyiksaan diri sangat dipercaya di seluruh India dan dianggap latihan suci yang benar-benar menuntun ke pembebasan (dari efek buruk akibat *kamma* buruk). Kelompok lima *bhikkhu* juga menganut pandangan ini.

Sebuah pernyataan yang jelas mengenai ketiadaan manfaat dari latihan ekstrem sangat dibutuhkan pada saat itu karena pandangan 'hanya penyiksaan diri yang akan menuntun ke pengetahuan yang lebih tinggi', telah dipercaya secara universal, kelompok lima *bhikkhu* juga meyakini kepercayaan ini. Selama mereka masih yakin dalam pandangan ini, mereka tidak akan bisa menerima Ajaran Mulia Berunsur Delapan. Oleh karena itu, Buddha harus menyatakan bahwa penyiksaan diri tidak bermanfaat dan hanya menuntun ke penderitaan jasmani.

Pertama, latihan ekstrem memberikan kebebasan batin dan jasmani. Sebuah batin (yang bebas) yang tidak dikendalikan dengan meditasi (konsentrasi atau pandangan terang) akan mudah tenggelam dalam pengejaran kesenangan sensual. Diketahui bahwa beberapa guru mengajarkan latihan menenangkan batin dan memberinya kebebasan, tetapi batin memerlukan pengawasan yang ketat. Bahkan, batin yang telah dikendalikan dengan meditasi pun masih bisa mengembara pada objek-objek kesenangan sensual. Apalagi yang tidak dijaga sama sekali.

Kedua, latihan ekstrem menimbulkan penderitaan pada diri seseorang melalui penolakan kebutuhan sehari-hari seperti makanan dan pakaian. Hal ini terlalu kaku dan menghilangkan kenyamanan seseorang sehingga harus dihindari juga.

PANDANGAN SALAH TENTANG MENYIKSA DIRI

Sebuah pandangan salah tentang penyiksaan diri yang diajarkan oleh beberapa guru bertentangan dengan ajaran Buddha. Menurut mereka, usaha tekun dan tidak mengenal lelah yang dibutuhkan untuk bermeditasi merupakan menyiksa diri. Pandangan ini bertentangan dengan khotbah Buddha yang menganjurkan pengerahan tenaga dengan tekun dan tanpa

henti, bahkan hingga mengorbankan hidup dan anggota tubuh untuk mencapai konsentrasi dan pandangan terang.

"Biarkan hanya kulit, otot, dan tulang yang tersisa. Biarkan daging dan darah mengering. Saya akan berusaha tanpa henti sampai Saya mencapai Jalan dan Buah pengetahuan yang Saya cari". Pernyataan tersebut merupakan bukti keteguhan yang tegas untuk mencapai tujuan akhir kita.

Usaha gigih, tanpa henti dalam praktik meditasi untuk pencapaian konsentrasi dan pandangan terang seharusnya tidak disalahartikan sebagai sebuah bentuk penyiksaan diri. Dengan mengesampingkan latihan meditasi, menjalankan *sīla* yang mungkin menyebabkan beberapa ketidaknyamanan jasmani tidak boleh dianggap sebagai latihan penyiksaan diri. Para pemula yang merasa lapar pada sore hari ketika menjalankan delapan *sīla* bukanlah sebuah penyiksaan diri.

Untuk beberapa orang, *sīla* tidak melakukan pembunuhan adalah sebuah pengorbanan, mereka mengalami kerugian tertentu sebagai konsekuensinya. Namun, hal itu bukanlah pemaksaan diri dan merupakan sebuah perbuatan baik untuk menjalankan *sīla*.

Dalam *Mahādhamma Samādāna Sutta* dari *Mūla Paṇṇāsā*, Buddha menjelaskan bahwa tindakan pengorbanan seperti itu, yang dilakukan sekarang pasti menghasilkan sesuatu yang menguntungkan pada masa mendatang. Buddha berkata, "Di dunia ini, beberapa orang tidak melakukan pembunuhan, tidak menyebabkan beberapa penderitaan jasmani dan batin bagi diri mereka sendiri. Mereka memiliki pandangan yang benar (tidak melakukan pembunuhan) yang menyebabkan mereka harus menderita jasmani dan batin. Orang-orang ini rela mengalami penderitaan untuk menjaga *sīla* di masa sekarang. Setelah meninggal dunia, mereka akan terlahir di alam dewa yang lebih tinggi. Sepuluh perbuatan berjasa ini dikenal sebagai latihan baik yang menghasilkan sesuatu yang bermanfaat setelah kematian melalui penderitaan di masa sekarang."

Dengan demikian, latihan apa pun yang mengembangkan *sīla, samādhi,* dan *paññā* adalah bermanfaat, yang sejalan dengan Jalan Tengah dan sudah sepantasnya diikuti; tidak termasuk dalam penyiksaan diri. Harus dipahami, latihan yang tidak mengembangkan *sīla*, *samādhi,* dan *paññā*, yang hanya menghasilkan penderitaan jasmani merupakan penyiksaan diri.

PANDANGAN SALAH TENTANG PERENUNGAN TERHADAP PERASAAN

Ada beberapa orang yang menganut pandangan bahwa perenungan terhadap perasaan senang termasuk dalam kesenangan sensual (latihan ekstrem pertama) sementara perenungan terhadap perasaan yang menyakitkan (penderitaan) merupakan menyiksa diri (latihan ekstrem kedua). Dengan demikian, mereka percaya bahwa seseorang seharusnya menghindari kedua hal ini dan hanya terlibat dalam perenungan ketenangan. Ini merupakan sebuah kesalahpahaman yang tidak logis dan tidak didukung oleh teks mana pun.

Dalam *Mahā Satipaṭṭhānā Sutta,* Buddha telah menyatakan dengan tegas bahwa perasaan senang, perasaan menyakitkan, juga ketenangan, semua termasuk objek perenungan. Pernyataan tersebut terus diulang dalam *sutta* lainnya. Dengan demikian, objek apa pun yang termasuk dalam lima pelekatan pantas dijadikan sebagai objek perenungan meditasi.

PANDANGAN SEORANG GURU

Seorang guru meditasi awam dilaporkan telah menyatakan, "Saat latihan meditasi, setelah mengambil suatu postur, jika seseorang mulai merasa lelah, tubuhnya mulai sakit atau kaku, panas atau tidak nyaman, dia harus segera mengubah posturnya. Jika seseorang bersikeras dalam latihan perhatian penuh dan mengabaikan perasaan atau keadaan tidak menyenangkan itu, dia sebenarnya sedang terlibat dalam penyiksaan diri".

Pernyataan ini sepertinya dibuat dengan mempertimbangkan kenyamanan meditator. Namun, pernyataan ini tidak logis dan keliru.

Dalam praktik konsentrasi atau meditasi pandangan terang, kesabaran atau pengendalian diri (*khanti saṃvara*) memegang peranan penting. Keadaan batin yang terpusat di satu titik (kemanunggalan batin) hanya bisa diperoleh dengan kesabaran menahan ketidaknyamanan tubuh. Berdasarkan pengalaman meditator yang telah berlatih dengan sungguh-sungguh, perubahan postur secara terus menerus menyulitkan pengembangan konsentrasi. Oleh karena itu, ketidaknyamanan jasmani harus dijalani dengan kesabaran. Latihan pengendalian diri bukanlah penyiksaan diri karena tujuannya bukan sekadar penderitaan; tetapi pengembangan *sīla, samādhi,* dan *paññā* yang sesuai dengan ajaran Buddha.

Buddha menyarankan, jika memungkinkan, munculkanlah sebuah usaha yang lebih tekun lagi untuk mencapai tingkat *Arahat* dalam satu proses latihan, tanpa mengubah posisi duduk sama sekali. Dalam *Mahā Gosiṅga Sutta* dari *Mūlapaṇṇāsa*, Begawan menyatakan, "Seorang *bhikkhu* bermeditasi setelah meneguhkan hati, 'tidak melekat, saya akan tetap duduk, tanpa mengubah posisi duduk bersila sampai *āsava* (kotoran batin) telah dihilangkan'. *Bhikkhu* seperti itu adalah permata bagi Wihara Gosiṅga di hutan pohon Ingyin, sebuah harta yang berharga untuk tempat tinggal di hutan."

Dengan demikian, pernyataan bahwa perenungan perasaan yang menyakitkan adalah satu bentuk penyiksaan diri merupakan upaya untuk mencela para *yogī* (seseorang yang berjuang untuk melatih batin) yang mengikuti petunjuk dari Buddha. Pernyataan itu juga merupakan penolakan terhadap ajaran Buddha dan berusaha mematahkan semangat para *yogī* yang dapat mencapai konsentrasi dan pandangan terang hanya dengan penuh kesabaran menahan sakit karena tidak bergerak dalam satu postur.

Catatan: Para *bhikkhu*, dalam ajaran ini, setelah pertimbangan yang matang, seorang *bhikkhu* dengan sabar menghadapi dingin dan panas; lapar

dan haus; serangan serangga dan binatang melata; efek dari angin dan matahari; tuduhan dan pelecehan; ketidaknyamanan yang menyakitkan; penderitaan menyakitkan yang keras, tajam, tidak tertahankan, tidak menyenangkan, penuh kebencian, dan penuh ketakutan (yang bisa mengancam nyawanya). Hasil bermanfaat dari kesabaran ini adalah hilangnya noda, kotoran batin, penderitaan, dan pembakaran; yang akan muncul jika tidak dihadapi dengan sabar.

Perlu dicatat, dalam *Sabbāsava Sutta,* Guru Agung Buddha menganjurkan untuk menahan rasa sakit atau penderitaan yang cukup berat yang dapat membahayakan nyawa seseorang. Dalam kitab komentar *sutta* itu, disebutkan bahwa Lomasa Naga tetap bertahan dalam latihan meditasinya meski dia duduk di alam terbuka dan saat itu sekitar bulan Januari atau Februari; mulai memasuki musim salju. Tanpa mengubah postur meditasinya, Lomasa Naga mengalahkan rasa dingin itu hanya dengan perenungan terhadap rasa dingin dari alam penyucian *lokantarika*. Kisah kesabaran seperti itu banyak ditemukan dalam berbagai *sutta.*

Dengan demikian, bentuk kesakitan yang relatif ringan seperti rasa pegal, hawa panas, dan lain-lain harus ditahan dengan sabar, tanpa mengubah postur meditasi awal. Jika memungkinkan, kegigihan harus dipertahankan, bahkan saat membahayakan nyawa seseorang karena hal itu akan mengembangkan pengendalian diri atau kesabaran (*khanti saṃvara*), konsentrasi, dan pandangan terang.

Namun, posisi tubuh boleh diubah jika rasa sakit dan ketidaknyamanan mencapai batas yang tidak tertahankan. Perubahan dilakukan dengan sangat perlahan dan hati-hati agar tidak mengganggu perhatian penuh, konsentrasi, dan pandangan terang.

Dapat disimpulkan, latihan-latihan yang tidak berhubungan dengan pengembangan *sīla, samādhi,* dan *paññā*; tetapi semata untuk penderitaan adalah bentuk pasti penyiksaan diri. Di sisi lain, usaha-usaha berat, paling

menyakitkan dan menyedihkan pun, jika dilakukan untuk pengembangan *sīla, samādhi,* dan *paññā*, bukanlah penyiksaan diri. Itu merupakan Jalan Tengah atau Jalan Mulia Berunsur Delapan yang diajarkan oleh Guru Agung Buddha.

JALAN TENGAH: LATIHAN DAN MANFAAT

> *Ete kho, bhikkhave, ubho ante anupagamma majjhimā paṭipadā.*
> *Tathāgatena abhisambuddhā cakkhukaraṇī ñāṇakaraṇī,*
> *upasamāya, abhiññāya, sambodhāya nibbānāya saṃvattati.*

Guru Agung Buddha melanjutkan, "Para *bhikkhu*, dengan menghindari dua latihan ekstrem ini, *Tathāgata* telah menembus pengetahuan dari Jalan Tengah yang membukakan mata batin dan pengetahuan tertinggi; membawa ketenteraman, mencapai kemampuan batin yang luar biasa, berpandangan terang, dan merealisasi *Nibbāna*."

Dengan kata-kata ini, Buddha memberi tahu kelompok lima *bhikkhu*, setelah meninggalkan kedua latihan ekstrem itu, Beliau telah menemukan Jalan Tengah dengan cara Beliau sendiri, mendapatkan pandangan terang, pengetahuan, ketenangan, dan lain-lain.

Setelah terlarut dalam kesenangan sensual untuk waktu yang panjang, pada usia 29 tahun, *Bodhisatta* meninggalkan cara hidup yang lengah dan meninggalkan keduniawian. Selama enam tahun, berlatih keras dan menyiksa diri; menyadari telah berada di jalan yang salah dan tidak mendapatkan apa pun. *Bodhisatta* meninggalkan latihan keras dan kembali makan seperti biasa.

Tindakan tersebut dipertimbangkan dengan matang dan bertujuan untuk memungkinkan *Bodhisatta* agar dapat berlatih meditasi pernapasan, yang merupakan bagian dari Jalan Tengah. Makanan diambil secukupnya dengan penuh perhatian, agar tidak menjadi kesenangan indriawi. Hal ini juga bukan penyiksaan diri karena tidak ada penderitaan dari penolakan makanan. Inilah yang disebut Jalan Tengah.

Setelah memulihkan kekuatannya, Begawan berjuang dan mencapai empat tingkat *jhāna*. Konsentrasi *jhāna* ini merupakan tanda menuju Jalan *Ariya (pubba bhāga magga*) atau dasar untuk meditasi pandangan terang; yang di dalamnya terdapat konsentrasi benar, salah satu langkah dari Jalan Tengah atau Jalan Mulia Berunsur Delapan.

Berdasarkan fondasi dari konsentrasi benar ini, Begawan dengan batin yang terkonsentrasi penuh, mengembangkan pandangan terang dan pemahaman yang benar. Dengan cara ini, Beliau menemukan Empat Kebenaran Mulia atau Jalan Mulia Berunsur Delapan dengan sendirinya. Buddha menyatakan, "Para *bhikkhu*, dengan menghindari dua latihan yang ekstrem ini, *Tathāgata* telah menembus pengetahuan tentang Jalan Tengah." Dengan ini, Buddha mempertegas pernyataan bahwa Begawan telah mencapai pengetahuan tentang Jalan Tengah, yang tidak terlalu lengah maupun terlalu keras, dengan meninggalkan dua latihan yang salah itu, yaitu *kāmasukhallika*, yang terlalu lengah dan *attakilamatha*, yang juga terlalu keras.

> Jalan yang terlalu ekstrem adalah salah,
> mereka harus dihindari.
> Jalan Tengah adalah Jalan yang benar.

CARA MENGHINDARI DUA LATIHAN EKSTREM

Dari kelima objek indra, yaitu penglihatan, suara, bau, rasa, dan sentuhan, objek-objek yang tidak mengganggu pelaksanaan *sīla* atau yang membantu dalam latihan *Dhamma* dapat dinikmati. Memakan makanan yang biasanya dimakan, memakai pakaian yang biasa dipakai, bersumbangsih untuk kenyamanan latihan *Dhamma*; membantu menghindari latihan ekstrem dari penyiksaan diri.

Kebutuhan barang materi seperti makanan, pakaian, obat-obatan, dan perlindungan (tempat tinggal) harus dipenuhi; disertai juga dengan perenungan reflektif atau latihan konsentrasi atau meditasi pandangan

terang. Setiap kali terjadi kontak dengan kelima objek indra harus diperhatikan sebagai objek dari meditasi pandangan terang. Dengan merenungkan atau memerhatikan objek-objek indra ini sebagai objek meditasi pandangan terang; mengambil makanan, pakaian, dan lain-lain yang diperlukan tidak akan berkembang menjadi kesenangan indriawi. Dengan demikian, latihan ekstrem yang melibatkan kesenangan sensual dapat dihindari. Oleh sebab itu, Buddha menyatakan, "Setelah menghindari dua latihan ekstrem ini, Saya telah memahami Jalan Tengah".

PENAWAR UNTUK MAKANAN YANG SULIT DICERNA

Dengan melatih diri dalam meditasi pandangan terang dan menggunakan kontemplasi reflektif, langkah-langkah Jalan Mulia Berunsur Delapan seperti kesadaran penuh, konsentrasi, dan pandangan terang pun ikut berkembang. Ibarat meminum obat penawar setelah memakan yang tidak cocok dan sulit dicerna. Proses pemulihan seseorang yang sakit keras harus memerhatikan asupan makanannya; harus menghindari jenis makanan yang salah yang mungkin membahayakan. Jika dia tidak bisa menahan godaan itu, dia harus memakan obat pencernaan untuk menetralkan efek buruk dari makanan yang telah dimakan. Dengan cara ini, dia bisa memuaskan keinginannya untuk memakan apa yang dia suka sekaligus menghindari efek buruk dari makanan itu.

Demikian pula, dengan merenungkan objek indriawi yang kita gunakan atau memerhatikan mereka sebagai objek meditasi, kita telah mencegah proses pemakaian sehari-hari berubah menjadi kenikmatan sensual.

Untuk para *yogī* yang memerhatikan semua yang dia lihat, dengar, sentuh, ketahui, dan memahami sifat ketidakkekalan, penderitaan, dan tanpa diri di setiap fenomena yang muncul dan hilang; ketamakan (*lobha*) dan kebencian (*dosa*) yang berkaitan dengan objek-objek yang dia lihat, dengar, dan lain-lain tidak akan berkembang lagi dalam dirinya. Dengan demikian, dia bisa memanfaatkan benda materi untuk kenyamanan hidup, dan

menghindari berkembangnya kesenangan melalui latihan perenungan refleksi dan meditasi pandangan terang. Dengan cara ini, kedua hal ekstrem bisa dihindari.

Latihan Jalan Tengah yang memerhatikan kemunculan setiap objek dari keenam pintu indra secara terus-menerus akan membuat kita menyadari sifat alami objek-objek tersebut. Pandangan akan muncul dan mata kebijaksanaan pun terbuka. Inilah yang menuntun ke realisasi *Nibbāna*. Guru Agung Buddha menjelaskan, "Jalan Tengah, dipahami dengan penembusan oleh *Tathāgata*, menghasilkan mata kebijaksanaan, menghasilkan pengetahuan".

BAGAIMANA KEBIJAKSANAAN DAN PENGETAHUAN DIKEMBANGKAN

Siapa pun yang mempraktikkan Jalan Tengah, dalam dirinya akan muncul kebijaksanaan dan pengetahuan. Di sini, kebijaksanaan dan pengetahuan memiliki arti yang sama. Keberadaan kebijaksanaan membuat *Dhamma* terlihat sangat jelas, seolah-olah dapat dilihat dengan mata telanjang. Kebijaksanaan dan pengetahuan tidak bisa muncul jika seseorang masih terlibat dalam kesenangan sensual maupun melalui penyiksaan diri.

Ketika Jalan Mulia Berunsur Delapan telah berhasil dikembangkan, semua menjadi sangat jelas. Sifat alami dari materi dan batin seakan dapat dilihat langsung. Proses muncul dan hilangnya materi dan batin seperti benar-benar terjadi. Ketidakkekalan, penderitaan, dan sifat tanpa diri dari semua materi dan fenomena batin dialami sendiri secara intuitif, bukan melalui pembacaan maupun pendengaran dari guru. Akhirnya, *Nibbāna*, ketenangan dari semua bentuk jasmani dan batin; berhentinya penderitaan dari lingkaran kehidupan akan terlihat jelas dan sepenuhnya disadari sebagai pengalaman sendiri.

Penting untuk direnungkan apakah pemahaman dari usaha sendiri seperti itu telah dicapai.

BAGAIMANA KEBIJAKSANAAN DAN PENGETAHUAN MUNCUL LANGKAH DEMI LANGKAH

Untuk para *yogī* yang melatih meditasi *vipassanā*, yang memerhatikan *rūpa* (objek kesadaran) dan *nāma* (kualitas batin yang memerhatikannya) pada setiap saat muncul dan hilang; kemunculan kebijaksanaan dan pengetahuan akan sangat jelas dan tajam. Pada awal meditasi, meskipun para *yogī* memerhatikan kembang kempisnya perut; duduk; meraba; melihat; mendengar, setiap kali fenomena terjadi, tidak ada pengetahuan luar biasa yang bisa dicapai karena kekuatan konsentrasi masih belum terbentuk.

Setelah beberapa hari, batin menjadi tenang dan kekuatan konsentrasi berkembang. Batin dengan sendirinya akan berhenti mengembara ke objek-objek sensual lain, tetap berfokus pada kemunculan objek meditasi yang dipilih, yaitu *rūpa* dan *nāma.* Pada saat itu, perbedaan antara *rūpa* dan *nāma* menjadi sangat jelas.

Pada awal latihan, *yogī* akan kesulitan membedakan fenomena jasmani kembang kempisnya perut dan tindakan batin yang memerhatikannya. *Yogī* akan salah paham dan menganggap keduanya adalah satu bagian yang sama. Saat kekuatan konsentrasi meningkat, *rūpa* akan langsung dipahami secara terpisah dari *nāma* yang memerhatikannya.

Kemudian, pengetahuan bahwa tubuh ini hanya terbentuk dari *rūpa* dan *nāma* pun muncul. Pengetahuan ini tidak muncul melalui imajinasi, tetapi seolah-olah terlihat di telapak tangan.

Saat *samādhi* (kekuatan konsentrasi) meningkat, pemahaman muncul. Ada melihat karena ada mata dan penglihatan (objek) untuk dilihat; ada mendengar karena ada telinga dan suara; membengkok karena ada keinginan untuk membengkok; ada yang disuka karena ketidakpedulian atas kebenaran (tidak mengetahui apa itu kebenaran); ada keinginan, pelekatan karena suka; dan keinginan menyebabkan tindakan yang akan menghasilkan keuntungan atau kerusakan.

Kemudian, saat *samādhi* terus tumbuh, terlihat jelas bahwa *rūpa-nāma* muncul dan hilang, seolah-olah terjadi di depan mata sendiri. Dengan demikian, *yogī* akan menyadari bahwa tidak ada yang kekal, semua hal tidak memuaskan, penuh penderitaan, dan hanya ada fenomena yang tidak bisa dicegah, tidak bisa dikendalikan karena tiada pribadi atau wujud diri.

Ketika *yogī* telah sepenuhnya mengembangkan *nāma* dari *anicca, dukkha,* dan *anatta* (pengetahuan tentang ketidakkekalan, penderitaan, dan tanpa diri), *yogī* akan merealisasi *Nibbāna*; terhentinya semua *saṅkhāra* dari *rūpa* dan *nāma*, semua penderitaan, melalui pengetahuan *ariyāpatha – ariyamagga ñāṇa*, yang berisi kebijaksanaan dan pengetahuan yang lebih tinggi.

Menurut *Satipaṭṭhāna Sutta,* para *yogī* yang terus memerhatikan *rūpa* dan *nāma* di setiap kemunculannya, dengan sendirinya akan meyakini bahwa Jalan Mulia Berunsur Delapan menghasilkan kebijaksanaan dan pengetahuan.

Sudah jelas bahwa pengalaman personal tentang Kebenaran (*anicca, dukkha, anatta*), tidak bisa dicapai hanya dengan mempelajari dan merenungkan isi naskah *Abhidhamma*. Tidak ada pengetahuan lebih tinggi yang akan muncul hanya dengan perenungan naskah. Lambat laun, ketika perenungan atau refleksi diabaikan, naskah akan hilang dari ingatan dan hanya menjadi pengetahuan dangkal yang dicapai melalui latihan kecerdasan, bukan melalui realisasi pribadi.

PENGETAHUAN AKAN SEMAKIN MENDALAM MELALUI LATIHAN

Jika Jalan dipraktikkan untuk mendapatkan langsung pengalaman pribadi, biasanya pengetahuan akan semakin mendalam seiring berjalannya waktu. Pada suatu ketika, Yang Mulia Ānanda mengunjungi satu wihara. Para *bhikkhu* bercerita, para *bhikkhunī* di wihara itu berdiam diri mempraktikkan empat *satipaṭṭhāna* dan pengetahuan *Dhamma* para *bhikkhunī* semakin dalam seiring berjalannya waktu. Yang Mulia Ānanda setuju dan berkata, "Memang seharusnya demikian".

Kemudian, Yang Mulia Ānanda melaporkan cerita ini kepada Begawan, Begawan berkata, "Memang demikian, Ānanda, jika ada *bhikkhu* atau *bhikkhunī* yang berdiam dalam latihan empat *satipaṭṭhāna*, dapat dipastikan bahwa mereka akan mengetahui lebih dalam dan banyak tentang Kebenaran Mulia dari sebelumnya".

PENJELASAN KITAB KOMENTAR

Kitab komentar menjelaskan bahwa pengetahuan yang diperoleh di awal berkaitan dengan pengetahuan empat unsur materi dasar yang besar,, sedangkan yang selanjutnya memperjelas pengetahuan dari materi yang bergantung pada empat unsur dasar yang besar (*upāda rūpa*).

Dengan pola serupa, pengetahuan tentang semua elemen materi (*rūpa*) diikuti oleh perenungan dan pengetahuan tentang elemen batin (*nāma*). Demikian juga, pengetahuan tentang *rūpa* dan *nāma* diikuti oleh pengetahuan tentang penyebab keduanya.

Pengetahuan mengenai penyebab munculnya *rūpa* dan *nāma* diikuti oleh pengetahuan tentang tiga corak dari ketidakkekalan, penderitaan, dan tanpa diri. Dengan demikian, pengetahuan yang muncul pertama kali akan menuntun ke pengetahuan mulia yang luar biasa.

Menurut *Sotāpanna Sutta*, dalam latihan *kāyānupassanā*, seseorang memulai latihan dengan memerhatikan bentuk materi saat dalam proses berjalan, berdiri, bergerak, dan lain-lain. Memerhatikan karakteristik dari elemen angin (*vāyo*), kualitas mendorong, meregang, bergerak dan lain-lain. Hanya setelah memahami betul sifat dari elemen yang kuat, seseorang bisa mengetahui cara kerja dari materi yang bergantung pada empat unsur dasar yang besar seperti mata, penglihatan, telinga, suara, dengan memerhatikan apa yang terlihat, terdengar, dan lain-lain. Setelah menguasai sifat dari semua bentuk materi, selanjutnya adalah memerhatikan munculnya pembentukan batin dan mental. Dengan cara ini, pengetahuan yang lebih dalam akan muncul selangkah demi selangkah secara berurutan.

MEMULAI LANGKAH DEMI LANGKAH, SESUAI DENGAN PANDUAN DARI NASKAH

Setelah memahami pengertian dan penjelasan dari *rūpa, nāma,* dan lain-lain; dari naskah *Abhidhamma*, seseorang dapat memulai dari materi yang bergantung pada empat unsur dasar yang besar (*upāda*) terlebih dahulu daripada memulai dari unsur dasar yang besar. Seseorang juga dapat memulai dari *nāma* terlebih dahulu sebelum mempelajari *rūpa*. Dengan mengesampingkan *rūpa* dan *nāma*, seseorang boleh mulai mempertimbangkan tentang sebab dan akibat menurut hukum dependensi kemunculan atau merenungkan fenomena muncul dan lenyap; atau lebih dahulu merenungkan tiga corak dari ketidakkekalan, penderitaan, dan tanpa diri.

Beberapa pendapat mengatakan, pemahaman yang dimulai dari mempelajari perbedaan antara *nāma* dan *rūpa (nāma – rūpa pariccheda ñāṇa)* adalah proses yang lambat. Akan lebih cepat jika memulai dari kesadaran muncul dan lenyapnya *nāma-rūpa* secara terus-menerus (*udayabbaya ñāṇa)* dan *bhaṅga nāṇa.* Mereka lebih memilih metode yang lebih cepat.

Namun, memulai dari yang diinginkan seseorang tidak akan mencapai pandangan terang yang sejati. Akibatnya, pengetahuan yang lebih tinggi tidak bisa dicapai. Seperti seorang murid yang berusaha memahami isi teks hanya dengan pembacaan berulang-ulang, dia hanya akan menghafal definisi dan deskripsi dari *nāma* dan *rūpa,* bukan memahami makna sesungguhnya. Pandangan terang tidak dapat dicapai dengan latihan seperti ini.

Terdengar oleh kami, di sebuah pusat meditasi yang terkenal, dilakukan upaya-upaya untuk melangkahi sebagian proses dengan hanya mengikuti langkah-langkah dari kitab yang mereka pelajari. Setelah mencapai tahap dari *saṅkhārupekkhā – ñāṇa* (pengetahuan yang dicapai melalui perenungan tentang pembentukan kehidupan), mereka akan menemui kesulitan ketika mencapai tahapan *anuloma* dan *gotrabhu magga phala – ñāṇa*. Mereka harus kembali lagi ke awal untuk memahami tahap ini. Kejadian ini menunjukkan bahwa meditasi pandangan terang tidak dapat dicapai dengan mengambil jalan singkat.

Dengan melatih meditasi sesuai dengan *Satipaṭṭhāna Sutta* dan mengembangkan Jalan Tengah, seseorang pasti akan mendapatkan pengetahuan yang lebih tinggi dari pengetahuan sebelumnya, seperti yang dinyatakan dalam *Dhammacakkappavattana Sutta*, "kebijaksanaan muncul, pengetahuan pun muncul".

KILESA-KILESA TELAH DITENANGKAN

Dalam diri seseorang yang mengembangkan Jalan Mulia Berunsur Delapan, kotoran batinnya akan tetap tenang. *Vipassanā magga* menghasilkan ketenangan sesaat, sedangkan *ariyamagga* menghancurkan kotoran batin.

Keterlibatan dalam kesenangan sensual akan mengembangkan lebih banyak kotoran batin. Sekali tergoda dalam kesenangan sensual, seseorang akan menginginkan kepuasan berulang. Keinginan memiliki satu objek indra akan menuntun untuk memiliki lebih. Satu keinginan mengembangkan lebih banyak keinginan. Tidak akan ada akhirnya.

Contoh paling mudah adalah seorang kaya dari negara maju. Mereka memiliki segala sesuatu yang diinginkan. Namun, mereka tidak pernah merasa puas. Tidak ada akhir dari keinginan mereka. Oleh karena itu, praktik kesenangan sensual itu hanya akan melahirkan kotoran batin lagi, bukan menghentikannya.

Latihan menyiksa diri juga tidak menuntun ke pelenyapan kotoran batin. Para praktisi dari metode ini mungkin memercayai bahwa terpapar dingin, panas yang ekstrem, dan puasa yang ketat bisa menuntun ke lenyapnya kotoran batin. Padahal, hanya vitalitas para praktisi yang menurun dan itu hanya menekan munculnya *kilesa* untuk sementara. Saat sedang sakit keras atau sedang menderita karena sakit, saat kekuatan tubuh berada di titik terendah, *kilesa* belum dapat terbentuk. Namun, setelah sembuh dan tubuh kembali normal, keinginan untuk menikmati kepuasan sensual akan muncul seperti semula.

Meskipun kotoran batin yang kuat tidak muncul saat latihan menyiksa diri, kotoran batin yang halus akan tetap muncul. Akan muncul nafsu keinginan untuk hidup nyaman, terbebas dari ketidaknyamanan, dan kesakitan saat latihan. Akan muncul kotoran batin dari pandangan salah tentang diri—'Saya sedang melakukan latihan'; pandangan salah tentang kesombongan—'Tidak ada seorang pun yang bisa melakukan latihan begitu'; dan kepercayaan yang salah dalam latihan—'Bahwa itu akan menuntun ke kebebasan'.

KEPERCAYAAN YANG SALAH DALAM LATIHAN – *SĪLABBATAPARĀMĀSĀ DIṬṬHI*

Memegang kepercayaan yang salah sebagai latihan yang benar disebut *sīlabbataparāmāsā*. Menurut ajaran Buddha, selain Jalan Mulia Berunsur Delapan yang menuntun kepada pengembangan *sīla, samādhi,* dan *paññā*, semua latihan lain merupakan latihan yang salah. Jika menganggap mereka sebagai latihan yang benar berarti kita memiliki kepercayaan yang salah.

Tidak melihat Kebenaran,
Mengesampingkan Jalan,
Mengharapkan kebahagiaan yang kekal,
Ini merupakan kepercayaan yang salah dalam latihan.

Segala sesuatu yang muncul pada enam pintu indra merupakan lima agregat pelekatan, yaitu *rūpa* dan *nāma*, penderitaan sejati. Merenungkan *rūpa* dan *nāma* akan menuntun ke pemahaman Empat Kebenaran Mulia. Dengan memercayai dan melatih metode lain yang mengesampingkan Jalan (*magga)* dan yang tidak menuntun ke pemahaman tentang Empat Kebenaran Mulia, merupakan kepercayaan yang salah dalam latihan (*sīlabbataparāmāsā diṭṭhi).*

Ada orang yang mengajarkan, "Tidaklah penting untuk melatih meditasi maupun menjalankan *sīla*. Cukup mendengarkan khotbah dan mempelajari dalam hati sifat dari *rūpa* dan *nāma.*" Penting untuk mempertimbangkan apakah pandangan demikian termasuk

sīlabbataparāmāsā. Menurut pendapat kami, ajaran seperti itu juga mengajarkan pandangan salah dalam latihan karena meniadakan *sīla, samādhi,* dan meditasi pandangan terang.

Seorang *sotāpanna*, yang memahami dengan sepenuhnya tentang latihan *vipassanā*, tidak akan memegang pandangan yang salah seperti *sīlabbataparāmāsā.* Pada kehidupan mendatang, tidak ada bahaya bagi beliau untuk terjatuh dalam kepercayaan yang salah. Inilah yang dimaksud menenangkan kotoran batin dengan kebajikan dari Jalan Mulia.

PENYINGKIRAN SEMENTARA

Ketika perenungan tentang sebuah objek indra diperhatikan sebagai ketidakkekalan; penderitaan; tanpa diri, kotoran-kotoran batin (*kilesa*) yang akan bertambah karena anggapan salah bahwa mereka adalah kekal; menyenangkan; dan memiliki diri, tidak akan memiliki kesempatan untuk terlahir kembali. Inilah yang dimaksud dengan penyingkiran sementara *kilesa*. Sama seperti cahaya yang menghilangkan kegelapan karena sifat alami keduanya yang berlawanan, sesuai dengan yang dijelaskan dalam *Vīsudhimagga*.

Ini adalah bagaimana *kilesa* dihilangkan sedikit demi sedikit dengan pandangan terang *vipassanā. Kilesa* yang dibiarkan diam tidak bergerak dalam objek indra (*ārammaṇānusaya*) dan tidak diperhatikan akan muncul kembali. Orang bijaksana seharusnya merenungkan dengan baik gambaran yang diberikan dalam *Visudhimagga*.

Jika, seperti yang dipercayai sebagian orang, merenungkan pengetahuan yang diperoleh hanya dari belajar (*suta-maya-ñāṇa*) bisa menuntun ke pandangan terang, akan muncul pertanyaan, *kilesa* mana yang diam tidak bergerak, dari objek indra apa yang bisa dihilangkan dengan meditasi pandangan terang? Akan sulit menjawab pertanyaan itu tanpa kehadiran sebuah objek kesadaran yang jelas.

Untuk para *yogī* yang mengikuti metode *satipaṭṭhāna*, perhatikan *rūpa* dan *nāma* dalam proses pembentukannya. Di sana terdapat objek kesadaran yang jelas untuk diperhatikan. Pada waktu bersamaan, di sana terdapat juga objek kesadaran yang lari dari perhatian para *yogī*. Dengan demikian, para *yogī* bisa menghilangkan *kilesa* yang diam tidak bergerak dalam objek yang diperhatikan. Sementara, *kilesa* dalam objek yang tidak berhasil diperhatikan akan tetap ada. Jawaban ini sangat sederhana baginya.

Setelah menghilangkan sementara *kilesa* yang diam tidak bergerak dalam objek yang diperhatikannya, masih tersisa *kilesa* dalam diri *yogī* yang hanya bisa dihilangkan dengan *ariyamagga*. Para *sotāpanna* telah mencapai tahapan di mana mereka telah menghilangkan kepercayaan tentang "aku" (*sakkāya diṭṭhi*), keraguan (*vicikicchā*), dan pandangan yang salah dalam latihan (*sīlabbata*), serta semua kotoran batin yang bisa menyebabkan kelahiran kembali dalam alam api penyucian. Dalam diri *sakadāgāmī,* semua bentuk kasar dari nafsu dan niat buruk telah dihilangkan. *Anāgāmī* telah terbebas dari bentuk halus dari nafsu dan niat buruk sedangkan *Arahat* telah terbebaskan sepenuhnya dari semua bentuk kotoran batin.

Vipassanā magga dan *ariyamagga* mampu menyingkirkan kotoran batin secara sementara maupun untuk selamanya. Begawan telah mengetahui kenyataan ini dalam batinnya ketika Beliau mengatakan bahwa Jalan Tengah akan menuntun ke ketenangan, kedamaian (*upasamāyasaṃvattati).*

MUNCULNYA PENGETAHUAN LUAR BIASA

Jalan Tengah juga menuntun ke pengetahuan luar biasa (*abhiññāṇa saṃvattati). Abhiññāṇa* hampir sama dengan kebijaksanaan atau pengetahuan, tetapi efeknya terlihat lebih jelas. Empat Kebenaran Mulia menjadi dikenali dengan kebijaksanaan dari pengetahuan luar biasa yang dihasilkan dari *vipassanā magga* dan *ariyamagga*. *Vipassanā magga* berkembang sebelum mengaktifkan *vipassanā ñāṇa,* yang dikembangkan kemudian, untuk

mengetahui Empat Kebenaran Mulia. Dalam buku ini hanya akan menjelaskan kebenaran yang dinamakan penderitaaan atau agregat pelekatan (*upādānakkhandha*) yang kebetulan diperhatikan dalam latihan meditasi.

Nāma dan *rūpa* atau kebenaran yang dinamakan penderitaan dianggap sebagai ketidakkekalan, sebagai penderitaan atau tanpa diri. Setiap kali mereka dianggap begitu, keinginan dan pelekatan tidak berkesempatan untuk muncul. Dengan demikian, seseorang dapat terbebas dari keinginan dan pelekatan. Ini disebut dengan *pahānabhisamāya*, mengetahui *samudāya* dengan pengabaian, meskipun tidak melalui realisasi.

Setiap kali *rūpa* dan *nāma* menjadi objek kesadarannya, meditator terbebas dari ketidaktahuan (*avijjā)* yang bisa menuntunnya ke jalan yang salah. Meditator juga terbebas dari kesakitan akibat *saṅkhāra* dan *viññāṇa*. Ini merupakan penghentian sementara dari kesakitan (*tadaṅga nirodha sacca)*. Penghentian sementara dari kesakitan ini direalisasi dengan meditasi *vipassanā* pada setiap kejadian pengamatan, tetapi bukan sebagai objek perenungannya.

Setiap kali kesadaran muncul, *vipassanā magga* akan berkembang, didahului oleh *sammādiṭṭhi*. Ini disebut dengan *bhāvanabhisamaya*, mengetahui *vipassanā magga* dan *sacca* dengan mengembangkannya dalam diri. Pengetahuan ini bukan diperoleh dari merenungkannya pada saat pengamatan, tetapi dapat dengan jelas dirasakan melalui perenungan. Melalui pengamatan *nāma* dan *rūpa* akan diketahui kebenaran dari penderitaan sekaligus menuntun ke pengetahuan tentang tiga kebenaran lainnya. Inilah yang disebut mengetahui Empat Kebenaran Mulia dengan *vipassanā ñāṇa*. Dengan demikian, Jalan Tengah dikatakan bisa menghasilkan pengetahuan luar biasa dari kebenaran, *abhiññā.*

Hal ini juga menyebabkan munculnya *ariyamagga ñāṇa*. Saat *vipassanā nāna* mencapai kematangan penuh, *Nibbāna* akan direalisasi dan *ariyamagga* akan berkembang. Empat Kebenaran Mulia pun disadari karena mereka seharusnya diketahui dengan *ariyamagga ñāṇa.* Karena alasan ini juga, Jalan Tengah dikatakan memunculkan *abhiññā.*

PENEMBUSAN PANDANGAN TERANG

Jalan Tengah juga menuntun ke penembusan pandangan terang (*sambodhāya saṃvattati*). *Abhiññā* berarti pengetahuan luar biasa tentang pandangan terang dan *ariyamagga ñāṇa,* yang belum dikembangkan sebelumnya. *Sambodhā* mengacu pada penembusan pandangan terang. Hal yang tersembunyi di balik tirai besar atau dinding tebal menjadi terlihat ketika penghalang-penghalangnya dihancurkan menjadi berkeping-keping. Sama seperti Empat Kebenaran Mulia yang tersembunyi dibalik *avijjā*; mengamati apa yang salah, tetapi menyembunyikan yang benar. Dengan mengembangkan Jalan Mulia Berunsur Delapan, kebenaran yang tidak diketahui sebelumnya menjadi jelas melalui *vipassanā ñāṇa* dan *ariyamagga ñāṇa.* Pada akhirnya, *avijjā* telah ditembus dan Empat Kebenaran Mulia diketahui dengan penembusan pandangan terang.

Sudah jelas bahwa latihan *kāmasukhallika* dan *attakilamatha* tidak akan memberikan pengetahuan luar biasa maupun penembusan pandangan terang (*abhiññā* maupun *sambodhā).*

REALISASI *NIBBĀNA*

Akhir dari Jalan Tengah, Jalan Mulia Berunsur Delapan, menuntun ke realisasi *Nibbāna* (*Nibbāna saṃvattati).* Dengan mengembangkan Jalan Mulia Berunsur Delapan, penembusan dari Empat Kebenaran Mulia akan dicapai dengan *ariyamagga*. *Nibbāna* akan direalisasi melalui *Arahattaphala*. Setelah merealisasi *Nibbāna*, waktu kesadaran terakhir dari *parinibbāna* tidak akan menuntun ke kehidupan baru. Dengan demikian, Jalan Mulia Berunsur Delapan menuntun ke realisasi *Nibbāna*, akhir dari semua penderitaan.

Sebagai kesimpulan, untuk merasakan manfaat yang dapat diperoleh dengan mempraktikkan Jalan Tengah:

1. Hindari kesenangan sensual;

2. Hindari penyiksaan diri;
3. Hindari kedua latihan ekstrem dan berada di jalan yang salah.
4. Jalan Tengah merupakan hal yang benar;
5. Mengikuti Jalan benar akan mengembangan pandangan terang dan terealisasinya *Nibbāna*

Manfaat yang muncul dari mengikuti Jalan Tengah telah diuraikan secara mendalam. Mereka merupakan tujuan tertinggi dari seseorang yang berjuang untuk terbebas dari penderitaan dalam lingkaran kehidupan. Tidak ada yang lebih dari itu yang mereka butuhkan.

Sekarang hanya perlu diketahui apa yang dimaksud dengan Jalan Tengah. Untuk menjelaskan tentang jalan itu, Buddha memulai dengan sebuah pertanyaan.

Katamā ca sā, bhikkhave, majjhimā paṭipadā.
Tathāgatena abhisambuddhā cakkhukaraṇī,
Ñāṇakaraṇi, upasamāya, abhiññāya, sambodhāya,
Nibbānāya saṃvattati?

"Para *bhikkhu*, Jalan Tengah manakah yang telah dipahami oleh *Tathāgata*, yang memunculkan pemahaman, memunculkan pengetahuan langsung, dan menuntun ke kedamaian, ke kebijaksanaan tertinggi, ke pencerahan, dan ke *Nibbāna*?"

Jawabannya diberikan oleh Buddha sendiri:
Ayameva ariyo aṭṭhaṅgiko maggo – seyyathidaṃ;
Sammādiṭṭhi, sammāsaṅkappa, sammāvācā, sammākammanta,
Sammāājivo, sammāvāyāmo, sammāsati, sammāsamādhi.

"Inilah, Jalan Mulia Berunsur Delapan (Begawan menunjukkan Jalan itu, seolah-olah menunjuk pada objek-objek yang dapat dilihat atau dipegang dalam genggaman tangan-Nya) yaitu:

Sammādiṭṭhi	-	Pandangan Benar
Sammāsaṅkappa	-	Pikiran Benar
Sammāvācā	-	Ucapan Benar

Sammākammanta	-	Perbuatan Benar
Sammāājiva	-	Penghidupan benar
Sammāvāyāma	-	Usaha benar
Sammāsati	-	Perhatian Benar
Sammāsamādhi	-	Konsentrasi Benar

Hal-hal ini merupakan Jalan Mulia Berunsur Delapan, yang ketika dipahami sepenuhnya oleh *Tathāgata* memunculkan pemahaman, memunculkan pengetahuan langsung, dan menuntun ke kedamaian, ke kebijaksanaan tertinggi, ke pencerahan, dan ke *Nibbāna*."

Pengertian Jalan Tengah telah diberikan. Penjelasan terperinci tentang Jalan Mulia Berunsur Delapan akan dilanjutkan pada bab selanjutnya.

Dengan kebaikan karena telah memberikan perhatian penuh hormat kepada 'Khotbah Utama tentang Pemutaran Roda *Dhamma*' ini, semoga semua yang hadir di sini mampu menghindari jalan yang salah yaitu kedua hal yang ekstrem dan mengikuti Jalan Tengah Mulia Berunsur Delapan, dengan demikian bisa mencapai kebijaksanaan dan pengetahuan yang lebih tinggi yang menuntun ke realisasi *Nibbāna*, akhir dari semua penderitaan.

Sādhu! Sādhu! Sādhu!

Bab Tiga

KHOTBAH UTAMA TENTANG PEMUTARAN RODA DHAMMA

DISAMPAIKAN PADA AWAL BULAN TAWTHALIN, 1324, TAHUN MYANMAR.

Hari ini adalah hari bulan purnama di bulan Thadingyut (sekitar Oktober-November), 1324, Tahun Myanmar. Para *bhikkhu* telah menjalani masa *vassa* (musim hujan) selama tiga bulan sejak hari pertama setelah bulan purnama di bulan Wāso. Hari ini merupakan hari terakhir dari tiga bulan masa *vassa*. Selama masa *vassa*, para *bhikkhu* dilarang untuk melakukan perjalanan menginap kecuali untuk alasan khusus yang disetujui oleh Buddha. Mereka boleh meninggalkan tempat tinggal maksimal tujuh hari untuk alasan khusus. Fajar besok pagi menandakan berakhirnya masa *vassa* dan para *bhikkhu* diperbolehkan untuk kembali melakukan perjalanan jauh.

PAVĀRAṆĀ

Para *bhikkhu* yang mau menghadiri suatu acara dan meninggalkan wihara di keesokan harinya harus melakukan pelayanan *pavāraṇā* pada malam keberangkatan mereka. *Pavāraṇā* merupakan sebuah upacara di

mana seorang *bhikkhu* memohon masukan dari sesama *bhikkhu* mengenai apa yang telah dilihat, didengar, atau dicurigai tentang perilakunya. Mungkin saja ada kemerosotan atau kesalahan yang tidak disadari oleh diri sendiri, tetapi terlihat oleh yang lain. Jika ada kesalahan atau kekeliruan yang telah dilakukan tanpa disadari, *bhikkhu* lain yang berkumpul boleh mengatakannya sekarang. Dengan demikian, upaya perbaikan diri yang sesuai dapat diambil.

Melakukan suatu perbaikan yang diperlukan berdasarkan saran dan kritik merupakan pelaksanaan disiplin yang menuntun ke pemurnian perilaku atau *sīla* (*sīla visuddhi).* Hanya setelah pemurnian *sīla* telah terlaksana, seseorang dapat mulai melatih meditasi untuk pencapaian pemurnian batin (*citta vissudhi*) dan pemurnian pandangan (*diṭṭhi vissudhi*).

Praktik *pavāraṇā* sangat baik untuk memelihara kemurnian dalam Ajaran Buddha (*Buddhasāsana*) dan untuk pencapaian spiritual yang tinggi seperti *jhāna* dan *magga phala*. Untuk alasan inilah Buddha menetapkan peraturan berikut. Jika terdapat lima *bhikkhu* atau lebih yang menetap saat pelaksanaan *pavāraṇā, bhikkhu* harus mengirimkan undangan formal kepada *Saṅgha*. Jika *bhikkhu* yang ada kurang dari lima, para *bhikkhu* tersebut dapat memberikan masukan dan kritik pada satu sama lain.

Seorang *bhikkhu* dengan keyakinan yang baik seharusnya mengindahkan dan menerima kritik serta masukan mengenai perilakunya dengan sungguh-sungguh. Setiap saran yang akan datang harus disambut dengan hangat dan direnungkan agar *bhikkhu* dapat meningkatkan kualitas dirinya.

Seperti halnya saat kita akan menghadiri sebuah acara dan seorang teman memberi tahu bahwa terdapat sebuah noda di wajah kita. Ucapan itu diterima dan kita segera menghapus noda yang ditunjuk. Jika kita tidak diberitahu mengenai noda itu, kita pasti sudah ditertawakan di acara nanti. Para *bhikkhu* seharusnya menyambut kritik dari sesama *bhikkhu* dengan penuh rasa terima kasih dan berusaha untuk memperbaikinya.

Latihan ini penting untuk mempertahankan kemurnian dalam ajaran Buddha. Bukan sebatas untuk tradisi dan formalitas belaka, tetapi dengan hati tulus bertekad untuk menghilangkan kekeliruan dan kekurangan sendiri. Dengan saling menunjukkan kesalahan masing-masing dan melakukan usaha yang tulus untuk menghilangkan kesalahan, kehidupan suci dapat dipertahankan dalam pemurnian yang sempurna. Inilah alasan Buddha menerapkan peraturan *pavāraṇā* untuk para *bhikkhu*.

URAIAN DARI JALAN MULIA BERUNSUR DELAPAN

Pada bab lalu, kita hanya membahas judul dari Jalan Mulia Berunsur Delapan. Sekarang kita akan menguraikannya.

Sammādiṭṭhi	-	Pandangan Benar
Sammāsaṅkappa	-	Pikiran Benar
Sammāvācā	-	Ucapan Benar
Sammākammanta	-	Perbuatan Benar
Sammāājiva	-	Penghidupan benar
Sammāvāyāma	-	Usaha benar
Sammāsati	-	Perhatian Benar
Sammāsamādhi	-	Konsentrasi Benar

Jalan Mulia Berunsur Delapan dapat diringkas menjadi tiga kelompok, yaitu *sīla, samādhi, dan paññā.* Ucapan benar, perbuatan benar, dan penghidupan benar membentuk kelompok *sīla* atau *magga.* Dengan mempraktikkan ucapan benar, perbuatan benar, dan penghidupan benar, *sīla magga* akan terbentuk. *Samādhi magga* terdiri dari usaha benar, perhatian benar, dan konsentrasi benar. Dengan melatihnya, *samādhi magga* akan terbentuk. Pandangan benar dan pikiran benar termasuk dalam *paññā magga.* Dengan mengembangkan pandangan benar dan pikiran benar akan menuntun seseorang kepada *vipassanā paññā* (pengetahuan tentang pandangan terang), *magga paññā* dan *phala paññā* (pengetahuan yang

berkaitan dengan Jalan dan Buah pengetahuan yang luar biasa), yaitu kebijaksanaan yang berkaitan dengan tingkat duniawi dan di atas duniawi. *Magga* ini akan dijelaskan secara terperinci, menekankan pada metode praktik.

JALAN DARI UCAPAN BENAR

"Para *bhikkhu*, apakah itu ucapan benar? Itu adalah penghindaran dari berbohong, penghindaran dari memfitnah, penghindaran dari berkata keras, kata kasar, penghindaran dari bicara ceroboh atau obrolan yang tidak berguna. Para *bhikkhu*, penghindaran dari keempat ucapan jahat ini disebut ucapan benar."

Dalam pengertian yang dijabarkan oleh Buddha, menahan nafsu atau penghindaran merupakan ucapan benar. Dengan demikian, saat seseorang ingin mengucapkan kata yang salah, memfitnah, menghina, atau obrolan tidak berguna, jika dia menahan diri dan tidak mengucapkan yang tidak benar, dia telah mempratikkan ucapan benar.

Ucapan benar adalah *sammāvācā virati*, satu dari lima puluh dua jenis *cetasika* (faktor-mental), salah satu elemen dari kelompok pengendalian diri. Namun, ketika seseorang menahan diri dari ucapan salah, dia hanya akan terlibat dalam percakapan yang benar, lembut dan bermanfaat, mengembangkan kerukunan. Hal yang penting di sini adalah menahan nafsu dari ucapan salah dan lain-lain, berarti sedang berbuat kebaikan dengan menjalankan *sīla*. Seseorang yang bersumpah untuk menahan diri dari ucapan salah ketika menjalankan lima, delapan, atau sepuluh *sīla;* di saat yang bersamaan harus menahan diri dari tiga tindakan yang dapat muncul dari ucapan yang jahat, yaitu memfitnah, menghina, dan terlibat dalam percakapan yang tidak berguna.

Sebagai tambahan, ketika seseorang melihat, mendengar, mencium, menyentuh, atau berpikir; jika dia merealisasi dengan perenungan dari sifat ketidakkekalan, penderitaan, dan tanpa diri yang berkaitan dengan objek-

objek indra ini, tidak ada kotoran batin yang bisa menyebabkan munculnya pengucapan kata yang salah. Ini berarti penyingkiran sementara *anusaya kilesā* (kotoran batin yang terpendam), termasuk ucapan salah dengan cara *vipassanā*.

Ketika pengetahuan tentang pandangan terang (*vipassanā ñāṇa*) dikembangkan sepenuhnya, *Nibbāna* akan terealisasi melalui *ariyamagga ñāṇa* (pengetahuan yang berkaitan dengan Jalan Mulia yang luar biasa). Ketika hal itu terjadi, ucapan salah telah sepenuhnya dihilangkan dengan kebaikan dari *sammāvācā virati* dari jalan yang luar biasa. Oleh karena itu, dalam dalam kitab komentar *Visuddhimagga*, menyatakan bahwa *sotāpatti magga* (Jalan pertama), menghilangkan ucapan salah; *anāgāmi magga* (Jalan ketiga) menghilangkan pemfitnahan dan kata kasar.

Di sini 'melalui ucapan atau kata' artinya kehendak (meskipun memungkinkan untuk mengucapkan kata kasar yang tidak disertai dengan kehendak). *Arahattamagga* (Jalan keempat) menghilangkan pembicaraan sembrono atau obrolan yang tidak berguna. Namun, harus dipahami bahwa semua jenis dari penipuan, pemfitnahan, dan kata kasar, yang telah menyebabkan kelahiran kembali di alam menyedihkan (*apāyagamaniya pisu, pharu, sampha*) telah disingkirkan oleh Jalan pertama. Oleh karena itu, Jalan dari ucapan benar (*sammāvācā magga*) harus diikuti sampai keempat Jalan yang luar biasa. Untuk menyimpulkan:

a. Mengucapkan kata yang salah, memfitnah, menghina, dan obrolan yang tidak berguna merupakan keterlibatan dalam ucapan yang salah.

b. Menghindari ucapan salah merupakan ucapan benar.

JALAN DARI PERBUATAN BENAR

"Para *bhikkhu*, apakah itu perbuatan benar? Itu merupakan penghindaran dari pembunuhan, penghindaran dari pencurian, dan

penghindaran dari seksual yang tidak sah. Para *bhikkhu*, penghindaran dari ketiga perbuatan jasmani yang jahat tersebut merupakan perbuatan benar."

Dalam pengertian dari perbuatan benar yang dijabarkan oleh Buddha, penghindaran dari ketiga perbuatan jasmani salah merupakan perbuatan benar. Dengan demikian, ketika seseorang berniat untuk melakukan pembunuhan, pencurian, hubungan seksual; jika dia menahan diri untuk tidak melakukannya, dia telah menjalankan praktik perbuatan benar. Sebagai contoh, hanya mengusir dan tidak membunuh nyamuk yang menggigitmu sudah termasuk perbuatan benar. Konsep ini juga dapat diterapkan pada penghindaran pencurian atau penghindaran hubungan seksual.

Perlu dijelaskan yang Buddha maksud sebagai hubungan seksual yang tidak sah. Ada dua puluh jenis wanita yang lelaki mana pun tidak seharusnya berhubungan seksual dengannya. Lelaki mana saja akan melakukan perbuatan jahat dari hubungan seksual jika melakukan hubungan seksual dengan orang yang di bawah perlindungan dari ayah; ibu; saudara laki-laki; saudara perempuan; kerabat; pemimpin suku; merupakan teman bermeditasi; seorang wanita yang sudah menikah; atau seorang gadis yang sudah bertunangan. Seorang wanita yang sudah menikah atau seorang gadis yang sudah bertunangan, akan melakukan perbuatan jahat ini jika melakukan hubungan seksual dengan lelaki lain. Penghindaran dari perbuatan jahat demikian merupakan perbuatan benar. Untuk menyimpulkan:

a. Pembunuhan, pencurian, dan hubungan seksual merupakan perbuatan salah.

b. Penghindaran dari perbuatan jahat ini merupakan perbuatan benar.

Jalan dari perbuatan benar seharusnya dikembangkan dengan menjalankan *sīla* dan seharusnya dikembangkan juga dengan melatih *vipassanā* hingga keempat *ariyamagga* terbentuk sepenuhnya.

JALAN DARI PENGHIDUPAN BENAR

"Para *bhikkhu*, apakah itu penghidupan benar? Dalam ajaran ini, murid yang mulia menghindari cara hidup yang salah, menafkahi kehidupannya dengan cara hidup yang benar. Ini merupakan penghidupan benar."

Penghidupan salah adalah menafkahi kehidupan seseorang melalui cara yang tidak sah dan tidak baik seperti membunuh dan mencuri. Tiga tindakan jahat melalui perbuatan dan empat tindakan salah melalui ucapan hanya akan menyebabkan perbuatan salah (*micchākammanta*) dan ucapan salah (*micchāvācā*) jika tidak berkaitan dengan urusan menafkahi kehidupan seseorang. Hal ini tidak membentuk penghidupan salah. Sebagai contoh, membunuh lalat; nyamuk; ular; atau seorang musuh karena marah atau benci merupakan sebuah tindakan jahat dari perbuatan; sebuah tindakan yang salah, tetapi bukan penghidupan salah. Membunuh hewan seperti unggas, babi, kambing, atau ikan untuk dijual ke pasar atau untuk dihidangkan di meja seseorang merupakan penghidupan salah.

Secara umum, pencurian dan perampokan disebabkan oleh faktor ekonomi. Hal ini bisa dikategorikan sebagai penghidupan salah. Namun, apabila alasannya bukan karena faktor ekonomi, tetapi pembalasan dendam atau kebiasaan, perbuatan ini hanya tindakan yang salah. Hubungan seksual yang tidak sah biasanya tidak berkaitan dengan menafkahi kehidupan, tetapi menggoda seseorang dan dengan sengaja merusak kehidupan rumah tangganya untuk mempekerjakannya dalam pelacuran merupakan penghidupan salah.

Berbohong dan berkata kasar hanya menjadi ucapan salah ketika tidak disebabkan oleh faktor ekonomi. Namun, ketika kepalsuan digunakan dalam transaksi komersial atau di kantor pengadilan untuk memajukan bisnis, itu berarti penghidupan salah. Sama halnya juga, pemfitnahan, tanpa alasan faktor ekonomi merupakan ucapan salah. Namun, di zaman sekarang, membuat tuduhan palsu merupakan cara umum yang dilakukan untuk mendiskreditkan pihak lawan dan hal ini bisa dipastikan merupakan penghidupan salah karena paling sering ditemukan dalam urusan bisnis.

Novel, tontonan, drama, dan bioskop kebanyakan dapat dianggap sebagai penghidupan yang salah. Penghidupan salah yang dilakukan melalui pembunuhan, pencurian, dan kebohongan adalah perbuatan yang tidak memiliki prinsip moral yang dijaga oleh para *ariya*.

MENCARI KEKAYAAN MELALUI CARA TIDAK SAH MERUPAKAN PENGHIDUPAN SALAH

Seseorang yang menjalankan lima *sīla* harus menghindari tujuh tindakan salah menafkahi kehidupan di atas. Dalam *ājivaṭṭhamaka sīla*, penghindaran penghidupan salah termasuk salah satu faktor dari delapan *sīla*. Dengan demikian, menghindari penghidupan salah dan menafkahi kehidupan seseorang yang sesuai dengan prinsip moral dari kejujuran merupakan penghidupan benar.

MENCARI KEKAYAAN YANG SELARAS DENGAN KEMORALAN MERUPAKAN PENGHIDUPAN BENAR

Sama seperti *sammāvācā* dan *sammākammanta*, penghidupan benar (*sammāājiva*) juga merupakan sebuah praktik penghindaran (*virati cetasika*). Artinya, penghindaran penghidupan salah dianggap sebagai penghidupan benar. Penghidupan benar seharusnya dikembangkan melalui pelaksanaan *sīla*, juga melalui meditasi *vipassanā* sampai faktor *virati* dari jalan itu dipenuhi. Untuk uraian lebih lanjut tentang penghidupan benar dapat ditemukan dalam khotbah kami tentang *Sallekha Sutta*, volume II.

Ucapan benar, perbuatan benar, dan penghidupan benar merupakan kelompok *sīla* dari Jalan Mulia Berunsur Delapan. Sekarang akan dilanjutkan diskusi ke komponen dari kelompok *samādhi*.

JALAN DARI USAHA BENAR

"Para *bhikkhu*, apakah itu usaha benar? Di sini, dalam ajaran ini, seorang *bhikkhu* mendorong keinginannya untuk menekan munculnya niat jahat, hal tidak baik yang belum muncul dan beliau berusaha, mengerahkan tenaganya, menggunakan batin dan ketekunannya. Beliau mendorong

keinginannya untuk mengabaikan, mengalahkan kejahatan, hal tidak baik yang telah muncul dan beliau berusaha, mengerahkan tenaganya, menggunakan batin dan ketekunannya. Beliau mendorong keinginannya untuk memunculkan hal yang baik, bermanfaat yang belum muncul dan beliau berusaha, mengerahkan tenaganya, menggunakan batin dan ketekunannya. Selanjutnya, beliau mendorong keinginannya untuk mempertahankan hal yang baik, bermanfaat yang sudah muncul dan tidak membiarkan hal itu keluar dari ingatannya, tetapi membuat mereka tumbuh, matang, dan menuju ke pengembangan penuh yang sempurna (*bhāvanā*) dan beliau berusaha, mengerahkan tenaganya, menggunakan batin dan ketekunannya."

Usaha keras demikian disebut usaha benar. Seperti yang telah dijelaskan oleh Begawan Maksudnya adalah sebagai berikut.

1. Usaha untuk mencegah kemunculan dari hal tidak baik yang belum muncul. Kapan pun seseorang memerhatikan, mendengar, atau melihat tindakan jahat dari pembunuhan, pencurian, kebohongan yang dilakukan oleh orang lain, seseorang harus berusaha keras untuk menempatkan diri jauh dari tindakan-tindakan yang tidak baik tersebut. Sama seperti mencoba untuk melindungi diri dari penyakit menular seperti influenza dan lain-lain sewaktu ada wabah.

2. Usaha untuk menghilangkan, mengalahkan kejahatan, hal tidak baik yang telah muncul. Terdapat dua jenis hal tidak baik, yaitu:

   a. *Vītikkama akusala* – yang bertanggung jawab atas perbuatan jahat atau ucapan jahat seperti pembunuhan, pencurian, atau kebohongan, yang telah dilakukan seseorang dan *pariyuṭṭhāna akusala*, yang memunculkan pikiran yang penuh nafsu dan keinginan sensual.

   b. *Anusaya akusala* – yang belum muncul, tetapi diam tidak bergerak dan akan muncul seketika jika ada kesempatan.

Dari kedua jenis ini, *vītikkama akusala* bisa dihilangkan dengan sungguh-sungguh melatih *sīla* dan secara otomatis, perbuatan jahat dan ucapan jahat yang muncul dari *vītikkama akusala* akan hilang. Pikiran jahat tentang nafsu dan keinginan yang termasuk dalam *pariyuṭṭhāna akusala* bisa dihilangkan dengan *samatha vipassanā* (meditasi konsentrasi dan pandangan terang).

Anusaya akusala mungkin bisa disingkirkan sementara dengan *vipassanā* (meditasi pandangan terang). Kotoran batin *anusaya* bisa sepenuhnya dihilangkan, dicabut akarnya, hanya ketika *ariyamagga ñāṇa* sudah dicapai. Dengan pemikiran itu, untuk sepenuhnya mencabut akar dari kotoran batin *anusaya*, meditasi *vipassanā* harus dilatih. Hal ini bersifat halus dan dalam serta dapat sepenuhnya dipahami oleh mereka yang telah melatih meditasi *vipassanā* dengan efektif dan efisien.

3. Usaha untuk memunculkan hal-hal baik yang belum muncul.

   Dāna (memberi dana), *sīla* (menjalankan *sīla*), *samatha bhavana* (praktik meditasi konsentrasi), *vipassanā bhāvanā* (praktik meditasi pandangan terang) merupakan semua bentuk dari perbuatan baik. Seseorang seharusnya melakukan yang terbaik untuk mempraktikkan perbuatan-perbuatan baik yang belum dipenuhi.

Beberapa orang memutarbalikkan ajaran Buddha dengan menyatakan bahwa perbuatan baik akan berakibat kepada perpanjangan *saṃsāra* (lingkaran kehidupan). Menurut mereka, *kusala* (perbuatan baik) adalah *saṅkhāra* (formasi-formasi) yang dikondisikan oleh *avijjā* (ketidaktahuan). Sesuai dengan hukum *paṭiccasamuppāda* (hukum dependensi kemunculan) yang menyatakan '*saṅkhāra paccayā viññāṇā*' (dikondisikan oleh *saṅkhāra*, yang memunculkan kesadaran tentang kelahiran kembali), *kusala saṅkhāra* (formasi-formasi perbuatan baik) akan menyebabkan munculnya kesadaran tentang kelahiran kembali. Dengan demikian, perbuatan *kusala* harus dihindari. Pernyataan seperti ini dengan jelas menentang arti sebenarnya dari ajaran Buddha dan sangat menyesatkan.

Jika seseorang menghindari perbuatan *kusala*, hidupnya hanya akan dipenuhi dengan perbuatan *akusala* yang memperpanjang lingkaran kehidupan dan akan menuntun ke empat alam rendah. Penyebab lingkaran kehidupan tanpa henti sesungguhnya berakar pada *avijjā* (kotoran batin) dan *taṇhā* (keinginan).

Kotoran-kotoran batin ini dapat dihilangkan dengan perbuatan *kusala* yang seharusnya dilakukan dengan pemikiran untuk menghapusnya. Sebuah tindakan baik yang sederhana bisa menyebabkan kelahiran kembali di alam yang baik (*sugati*) di mana *Dhamma* bisa didengar dan dilatih untuk membuat seorang menjadi yang mulia (*ariya*), yang kemudian bisa terbebas dari penderitaan, dari alam rendah, dan lingkaran kehidupan.

Cerita dari Dewa Kodok cocok untuk menggambarkan hal ini. Dalam kehidupan lampau Dewa Kodok, dia yang terlahir sebagai seekor kodok dan secara kebetulan mendengar sebuah khotbah yang disampaikan oleh Begawan. Tanpa memahami sepatah kata pun, kodok itu mendengarkan-Nya dengan perhatian penuh hormat hingga melamun penuh kepuasan. Dengan perbuatan baik itu, dia terlahir kembali di alam dewa. Sebagai seorang dewa, dia memperoleh kesempatan untuk mendengarkan lagi ajaran Buddha dan dia berhasil mencapai tahapan *sotāpanna*.

Dengan demikian, usaha harus dilakukan untuk memunculkan semua bentuk dari hal baik yang belum muncul, terutama perbuatan baik yang akan menuntun ke jalan *ariya*. Setiap kali sebuah usaha dilakukan, itu akan mengembangkan jalan dari usaha benar.

4. Usaha untuk mempertahankan hal-hal baik yang telah muncul dan mengembangkannya menjadi matang dan sempurna.

   Seorang *yogī* yang memerhatikan segala sesuatu pada saat melihat, mendengar, menyentuh, mengetahui, sebenarnya sedang melakukan usaha untuk mencegah munculnya hal-hal jahat. Para *yogī* juga berusaha keras untuk menghapus hal-hal tidak baik yang telah muncul, sekaligus melatih diri untuk mencapai tahapan yang lebih tinggi, *vipassanā kusala* dan jalan *ariya*. Para *yogī* juga berusaha keras untuk mempertahankan dan menyempurnakan *vipassāna kusala* yang telah muncul.

Dengan demikian, setiap kali seseorang memerhatikan setiap fenomena sebagai sebuah latihan meditasi, dia sedang mengembangkan jalan dari usaha benar atau empat *sammappadhāna*, yang bisa disimpulkan sebagai berikut.

1. Usaha untuk mencegah kemunculan *akusala* yang belum muncul.
2. Usaha untuk menghilangkan *akusala* yang telah muncul.
3. Usaha untuk memajukan, menyebabkan munculnya *kusala* yang belum muncul.
4. Usaha untuk mempertahankan, mengembangkan, dan menyempurnakan *kusala* yang telah muncul.

   Hal ini disebut empat *sammappadhāna*, empat usaha yang benar.

Setiap kali seseorang terlibat dalam perbuatan baik dari *dāna*, *sīla,* dan *bhāvanā*, dia sedang mengembangkan jalan dari usaha benar atau empat usaha yang benar. Terutama, ketika seseorang melakukan perbuatan-perbuatan ini dengan pemikiran untuk terbebas dari penderitaan akibat lingkaran *saṃsāra*. Tidak perlu dipertanyakan, perbuatan baik dari meditasi *vipassanā* merupakan bagian dan berkaitan dengan jalan dari usaha benar. Berusaha keras untuk melakukan perbuatan baik merupakan usaha benar.

JALAN DARI PERHATIAN BENAR

"Para *bhikkhu*, apakah itu Jalan dari perhatian benar? Dalam ajaran ini, seorang *bhikkhu* yang berdiam diri merenungkan tubuh (agregat materi) yang tidak kekal, menyakitkan, tidak terkendali, buruk, tidak menyenangkan; melihatnya hanya sebagai jasmani atau agregat materi yang tidak kekal, menyakitkan, tidak terkendali, buruk, tidak menyenangkan. Untuk melihat

demikian, beliau dengan semangat berdiam diri, penuh perhatian dan memahami dengan benar, telah mengalahkan keserakahan dan kesedihan (*domanassa*) dalam dunia jasmani atau dunia dari lima agregat; ketamakan dan kesedihan demikian bagi mereka cenderung bisa muncul kecuali dipahami dengan benar.

Beliau berdiam diri merenungkan perasaan hanya sebagai perasaan, tidak kekal, menyakitkan, tidak terkendali dan lain-lain. Beliau berdiam diri merenungkan batin, memerhatikannya hanya sebagai proses berpikir dan tentang kesadaran, tidak kekal, menyakitkan, tidak terkendali, dan lain-lain. Beliau berdiam diri merenungkan objek-objek batin, memerhatikan mereka hanya sebagai fenomena dari penglihatan, pendengaran, dan lain-lain, tidak kekal, menyakitkan, tidak terkendali, dan lain-lain.

Untuk melihat demikian, beliau dengan semangat berdiam diri, penuh perhatian dan memahami dengan benar, telah mengalahkan ketamakan dan kesedihan dari dunia yang penuh perasaan, dunia batin, dunia dari objek-objek batin, dengan kata lain dunia dari lima agregat. Para *bhikkhu*, dengan perhatian penuh demikian sehingga bisa memahami dengan benar disebut perhatian benar".

Inilah pernyataan Buddha ketika menguraikan tentang jalan dari perhatian benar.

APAKAH JALAN MULIA BERUNSUR DELAPAN DIBABARKAN SECARA TERPERINCI ATAU TIDAK?

Dalam *Dhammacakkappavattana Sutta*, seperti yang kita bahas sampai saat ini, Jalan Mulia Berunsur Delapan hanya disebutkan dalam bentuk sebuah judul. Ketika khotbah *Dhammacakkappavattana Sutta* pertama kali dibabarkan oleh Buddha, apakah Yang Mulia Kondañña bersama dengan para brahmā dan dewa yang kemudian mencapai pengetahuan lebih tinggi, mengerti hanya dengan kata "perhatian benar?" Bahwa itu berarti "empat dasar dari perhatian penuh" dengan cara di mana sifat dari tubuh, perasaan,

batin, dan objek-objek batin (*Dhamma*) dipahami dengan jelas? Apakah mereka juga memahami bahwa "mengamati tindakan jasmani, setiap perasaan, setiap fenomena batin, setiap pemikiran tentang objek batin" merupakan perhatian benar? Dan bahwa perhatian benar ini seharusnya dikembangkan dengan mengamati setiap fenomena jasmani dan batin?

Ini merupakan sebuah hal yang diperdebatkan dan perlu direnungkan karena mereka tidak akan bisa mengembangkan perhatian benar kecuali mereka mempunyai sebuah pemahaman yang jelas tentang hal itu. Tanpa perhatian benar, pencapaian pengetahuan yang lebih tinggi dari Jalan Mulia dan Buah pengetahuan adalah mustahil.

Ada dua pertimbangan yang memungkinkan di sini. Pertama, Yang Mulia Kondañña, para brahmā, dan dewa telah mempunyai *pārami* yang luar biasa, yang telah matang, bertekad untuk mencapai kebebasan akhir. Hanya dengan mendengar kata 'Perhatian Benar', langsung mengerti bahwa mereka seharusnya mengamati setiap tindakan jasmani dan mengembangkan jalan dari perhatian benar. Dengan cara ini, mereka mencapai pengetahuan yang lebih tinggi.

Pertimbangan kedua adalah ketika khotbah pertama kali dibabarkan, untuk memperjelas pemahaman bagi pendengar-Nya, Begawan menguraikan judul dari Jalan Mulia Berunsur Delapan dan menjelaskan juga tentang empat dasar dari perhatian penuh. Namun, pada Sidang *Saṇgha* Pertama, *Dhammacakkappavattana Sutta*, Jalan Mulia Berunsur Delapan dan sebuah komponen dari Empat Kebenaran Mulia, dibacakan dalam bentuk singkat (hanya judul); di sana terdapat penjelasan atau penafsiran yang terpisah tentang mereka di dalam *sutta* lain.

Boleh dipertanyakan, apakah ada kasus yang mirip dari *sutta* lain, yang hanya dibacakan dalam bentuk singkat pada Sidang *Saṇgha* Pertama. Jawabannya adalah 'ya'. *Satipaṭṭhāna Sutta* dalam *Mūlapaṇṇāsa* merupakan sebuah penyingkatan dari *Mahā Satipaṭṭhāna Sutta*. Hanya bagian pertama darinya yang dibacakan pada waktu Sidang *Saṇgha* Pertama. Namun, sekarang, dalam catatan Sidang *Saṇgha* Keenam, bagian yang hilang dari

sutta telah diisi dan dicatat meski bagian selanjutnya dari *sutta* tidak disebutkan dalam kitab komentar *Mūlapaṇṇāsa*. Begitu juga, beberapa *sutta* panjang yang merupakan bagian dari *nikāya* tertentu dicatat dalam bentuk singkat dalam *Khuddaka Nikāya*. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa penjelasan tentang perhatian benar yang dibabarkan pada waktu khotbah ditiadakan dan *sutta* dibacakan secara ringkas ketika Sidang *Saṇgha* Pertama.

Seharusnya, pertanyaan seperti sedalam apa seseorang dapat memahami Jalan Mulia Berunsur Delapan dapat dipahami sepenuhnya hanya dari mengetahui judul tidak perlu muncul. Saat ini, empat dasar dari perhatian penuh yang baru dibacakan sudah diketahui oleh banyak orang. *Mahā Satipaṭṭhāna Sutta* sendiri yang menguraikan penjelasan singkat dari judul Jalan Mulia Berunsur Delapan. Juga banyak terdapat kitab komentar yang membahas hal ini. Namun, terlepas dari itu, hanya ada beberapa yang mengetahui cara mengembangkan jalan dari perhatian benar. Oleh karena itu, kami secara pribadi berpendapat bahwa Begawan sebenarnya telah menjelaskan Jalan itu dengan perincian penuh ketika Beliau membabarkan khotbah pertama untuk kepentingan orang banyak.

Di sini, harus dicatat dengan tegas bahwa jalan dari perhatian penuh merupakan empat dasar dari perhatian penuh. Bagaimana jalan ini seharusnya dikembangkan tersedia dalam naskah Pāḷi yang baru disebutkan. Naskah Pāḷi ini sama persis seperti ringkasan bagian pengantar dari *Mahā Satipaṭṭhāna Sutta*. Mengetahui ringkasan ini tidak cukup untuk pemahaman sepenuhnya, seseorang bisa meminta bantuan untuk belajar lebih dalam secara khusus tentang *Mahā Satipaṭṭhāna Sutta*.

Menurut *Mahā Satipaṭṭhāna Sutta*, perenungan terhadap tubuh (*kayānupassanā*) bisa dilakukan dengan dua cara, baik dengan perenungan pernapasan(*ānāpāna)*, yaitu mengamati napas masuk dan napas keluar atau dengan merenungkan tiga puluh dua bagian dari tubuh seperti rambut kepala, rambut pada permukaan tubuh, dan lain-lain. Kitab komentar juga menyatakan bahwa dua bagian ini adalah objek meditasi yang bisa

menghasilkan *samatha appanā jhāna* (konsentrasi tetap atau penyerapan). Sembilan belas bagian lainnya dari *Satipaṭṭhāna Sutta* adalah objek meditasi yang menghasilkan konsentrasi akses (*upacāra kammathāna*). *Upacāra kammathāna* berarti meditasi pandangan terang (*vipassanā kammathāna)* yang hanya menghasilkan konsentrasi akses.

BAGAIMANA MENGHASILKAN *VIPASSANĀ SATI* (PERHATIAN PADA PANDANGAN TERANG)

Seseorang hanya perlu memilih salah satu dari objek meditasi yang disebutkan dalam sembilan belas bagian yang tersisa untuk mengembangkan jalan dari meditasi perhatian penuh (*vipassanā sammāsati magga)*. Menurut *gacchanto vā gacchāmiti pajānāti*', seperti disebutkan dalam bagian dari postur tubuh, ketika berjalan, pergerakan tubuh yang terlibat dalam kegiatan berjalan harus diperhatikan. Ketika berdiri, duduk, berbaring, pergerakan tubuh yang terlibat dalam setiap kegiatan seharusnya diperhatikan juga.

Seperti *yathā vā pana,* dan lain-lain, ketika duduk, sebagai contoh, jika di sana ada postur tubuh kecil lainnya yang terlibat, hal itu seharusnya diperhatikan dengan teliti. Di sini, perhatian khusus seharusnya diberikan pada tata bahasa waktu yang dipergunakan dalam *gacchanto vā gacchāmiti,* dan lain-lain. Maksudnya, seseorang diharapkan memerhatikan tindakan yang terjadi pada saat ini saja. Harus benar-benar dipahami bahwa belajar dari menghafal dan merenungkan jenis-jenis jasmaniah, seperti yang disebutkan dalam naskah *Abhidhamma*, tidak sama dengan perenungan tentang tubuh dengan perhatian penuh, *kāyānupassanā satipaṭṭhāna*.

Sebagai tambahan, seperti yang disebutkan dalam bagian perhatian penuh dengan pemahaman yang jelas; jalan *sampajañña*, semua pergerakan tubuh yang terlibat dalam gerakan maju dan mundur, terlihat lurus atau terlihat kaku, menekuk atau meregangkan anggota tubuh, seharusnya diperhatikan.

PENJELASAN TENTANG KONSENTRASI DARI MOMEN KE MOMEN (*VIPASSANĀ KHAṆIKA SAMĀDHI*)

Pada bagian 'Perhatian yang diberikan kepada elemen-elemen (*dhātumanasikāra pabba*)', perhatian seharusnya juga diberikan kepada empat elemen utama ketika mereka muncul dan menjadi nyata. *Visuddhimagga* secara tegas menyatakan, ketika hambatan sepenuhnya dikalahkan dengan merenungkan empat elemen utama, maka Jalan untuk menuju konsentrasi (konsentrasi akses) akan muncul.

Seperti yang dijelaskan dalam kitab subkomentar dari *Visuddhimagga*, Jalan menuju konsentrasi ini, bukanlah bagian dalam *appanā samādhi* (konsentrasi penyerapan) dan bukan jalan menuju konsentrasi yang sesungguhnya. Namun, kekuatan konsentrasi ini mirip dengan konsentrasi akses. Keduanya dapat mengalahkan hambatan dan menghasilkan kesenangan. Oleh karena itu, konsentrasi ini terkadang juga disebut dengan konsentrasi akses.

Untuk membahas tujuan dari meditasi pandangan terang (*vipassanā*), kita telah menggunakan istilah *vipassanā khaṇika samādhi* (konsentrasi pandangan terang sementara atau dari momen ke momen) untuk menjelaskan konsentrasi yang dimaksud. Beberapa orang kesulitan untuk memahami istilah ini dan mengkritik penggunaannya. Mereka bersikeras bahwa pandangan terang *vipassanā* tidak dapat dikembangkan dengan konsentrasi sementara. Mereka memperdebatkan, jika hal itu memungkinkan, siswa monastik yang mempelajari kitab suci seharusnya bisa mencapai pengetahuan pandangan terang.

Kita bisa menerima pandangan ini jika konsentrasi dari murid-murid cukup kuat untuk menghilangkan hambatan dan jika, pada waktu bersamaan, mereka juga merenungkan fenomena dari *rūpa* dan *nāma,* sesuai dengan *Mahā Satipaṭṭhāna Sutta*. Namun, cukup jelas bahwa konsentrasi dari menghafal dan merenungkan kitab suci yang biasa dilatih para murid tidak akan kuat untuk mengalahkan hambatan sekaligus mengamati *nāma* dan *rūpa* saat kemunculannya.

Dalam *Visuddhimagga*, konsentrasi *vipassanā khaṇika* disebutkan sebagai *khaṇika cittakaggatā*. Dalam subkomentar, hal itu mengacu kepada *khaṇamattahitiko samādhi*, dan lain-lain. Bersumber dari kitab komentar dan subkomentar, kita telah menggunakan istilah *vipassanā khaṇika samādhi* untuk menjelaskan konsentrasi yang berdasarkan kebajikan dari diri, konsentrasi akses. Setelah memahami penjelasan ini, para pengkritik diharapkan tidak lagi kebingungan mengenai praktik *vipassanā* yang benar.

Seperti yang dinyatakan di atas, jika perenungan tentang jasmani dilakukan dengan mengamatinya saat mereka muncul; sesuai dengan bagian dari postur tubuh, pemahaman yang jelas, dan perhatian pada elemen-elemen (*iriyāpatha*, *Sampajāna* dan *dhātumanasikāra*); konsentrasi akses yang disebut sebagai meditasi *vipassanā khaṇika* akan berkembang. Di saat yang bersamaan, pengetahuan pandangan terang (*vipassanā ñāṇa*), yang juga dikenal dengan *vipassanā sammādiṭṭhi* (pandangan terang tentang pandangan benar) juga akan berkembang. Kemudian juga, *sammāsati magga; sammāsamādhi magga;* dan *sammādiṭṭhi magga*, yang disebut sebagai dasar dari perhatian penuh yang berhubungan dengan perenungan tubuh, (*kāyānupassanā satipaṭṭhāna)*.

Berhubungan dengan pernyataan di atas, 'Perhatian kepada elemen' merupakan sebuah objek dari meditasi untuk mencapai konsentrasi; sumber dari *Visuddhimagga* menyebutnya sebagai *catudhātuvavatthāna*. Telah dijelaskan sebelumnya, berdasar pada kitab komentar dari *Satipaṭṭhāna Sutta*, perenungan dari postur tubuh dan pemahaman yang jelas akan menuntun ke konsentrasi akses.

Sebagai tambahan, menurut bab tentang perenungan perasaan dan lain-lain; perhatian penuh pada perasaan, batin, dan objek batin (*dhamma*) saat kemunculannya akan menuntun menuju pengembangan konsentrasi akses dan pengetahuan pandangan terang. Dengan demikian, *Visuddhimagga* memulai pendahuluan dengan pemurnian dari pandangan; penjelasan mengenai cara seseorang memulai latihan pandangan terang kosong dengan langsung merenungkan empat elemen utama; lalu diikuti

dengan ketajaman dari 18 elemen, 12 dasar (*ayatana*), 5 agregat tentang *rūpa* dan *nāma*. Ini sesuai dengan ajaran Buddha seperti yang ada dalam *Mahā Satipaṭṭhāna Sutta*, dan lain-lain.

Setelah mendengarkan penjelasan dan pertimbangan di atas, sangat memungkinkan untuk memahami cara mengembangkan jalan dari perhatian benar yang sesuai dengan khotbah dari Begawan. Setelah memahaminya, seseorang dapat memutuskan sendiri, manakah yang akan menuntun ke Jalan yang benar; membaca dan merenungkan dari kitab suci atau memerhatikan penuh tubuh, perasaan, batin, dan objek batin di saat kemunculannya. Telah jelas juga, tanpa adanya Jalan benar dari perhatian benar, Jalan benar dari *vipassanā* pandangan benar (*vipassanā sammādiṭṭhi magga*) tidak akan terbentuk.

PENGETAHUAN PANDANGAN TERANG YANG TEPAT HANYA DARI PENGAMATAN PENUH PERHATIAN

Untuk memperkuat argumen, kita akan mengutip sebuah bagian dalam kitab komentar dari *Mahā Satipaṭṭhāna Sutta*, yaitu:

> *Yasmā pana kāyavedanācittadhammesu kañci dhammaṃ anāmasitvā bhāvanā nāma natthi, tasmā tepi iminā va maggena sokaparideve samatikkantāti veditabbā.*
> (Kitab Komentar dari *Mahāva*)

Tidak ada hal demikian seperti pengembangan dari pengetahuan pandangan terang, pengetahuan yang berkaitan dengan Jalan Mulia, tanpa merenungkan salah satu dari objek meditasi, yaitu tubuh, perasaan, batin, dan objek batin (*dhamma*). Oleh karena itu, harus disadari bahwa menteri Santati dan Patasra Therī (yang dikatakan telah mencapai pengetahuan yang lebih tinggi dari Jalan dan Buah pengetahuan dari mendengarkan sebuah khotbah *Dhamma*) telah mengalahkan kesedihan dan ratapan mereka melalui praktik jalan empat dasar perhatian penuh.

TIDAK ADA PANDANGAN TERANG TANPA PERHATIAN PENUH

Kitab komentar sudah sangat jelas tentang hal ini. Bukan hanya dengan mendengarkan ajaran, tetapi dengan merenungkan salah satu dari objek (objek tubuh, perasaan, batin, dan objek batin) yang akan membantu untuk mencapai pengetahuan yang lebih tinggi. Tanpa perenungan tersebut, tidak mungkin pengetahuan pandangan terang atau pengetahuan yang berkaitan dengan Jalan dan Buah pengetahuan dapat berkembang. Oleh karena itu, sudah sangat jelas bahwa hanya dengan mempelajari pengertian dan klasifikasi dari *nāma* dan *rūpa,* kemudian merenungkannya tanpa benar-benar memerhatikannya kemunculan mereka dalam tubuh; orang tersebut tidak akan bisa mengembangkan jalan yang benar dari pandangan benar, yaitu pengetahuan pandangan terang atau pengetahuan yang berkaitan dengan Jalan Mulia.

Perhatian benar sendiri tidak akan mewujudkan tujuan yang diinginkan. Setelah mencapai perhatian benar, hanya dengan memahami kebenaran sebagaimana adanya, maka akhir yang diinginkan akan tercapai. Dalam ringkasan pendahuluan dari *Satipaṭṭhāna* yang dikutip di atas, disebutkan bahwa "untuk memiliki semangat perhatian penuh dengan pemahaman yang benar". Dalam penjelasan dari ringkasan pendahuluan ini, istilah seperti *pajānāti* (untuk mengetahui dengan cara-cara yang berbeda) atau *samudaya dhammānupassī* (untuk mengetahui penyebab dari muncul dan lenyap) diterapkan.

Dengan demikian, kami meringkas penjelasan mengenai jalan dari perhatian benar ini sebagai berikut: untuk mengembangkan perhatian benar, harus ada semangat perhatian penuh dengan pemahaman yang jelas...

1. Pemahaman yang jelas dari setiap pergerakan tubuh.
2. Pemahaman yang jelas dari setiap gerakan dari batin.
3. Pemahaman yang jelas dari setiap perasaan – baik, buruk, atau biasa saja (mana saja yang muncul).
4. Pemahaman benar dari setiap objek batin (*dhamma*) ketika muncul.

Kita telah meluangkan banyak waktu untuk mendiskusikan perincian tentang Jalan dari perhatian benar karena hal ini sangat penting untuk pemahaman banyak orang. Sekarang kita akan melanjutkan dengan pembahasan dari konsentrasi benar. Untuk itu, kita akan membatasi pembahasan hanya pada bagian yang paling penting dari ajaran yang berkaitan dengan Jalan dari konsentrasi benar. Membaca semua penjelasan tentang subjek tersebut akan mencakup lingkup yang terlalu luas dan sulit dipahami oleh mereka dengan pengetahuan terbatas.

JALAN DARI KONSENTRASI BENAR

"Para *bhikkhu*, apakah itu konsentrasi benar? Di sini, dalam ajaran ini, *bhikkhu* yang terlepas dari semua keinginan (keserakahan) dan semua hal-hal yang tidak baik, memasuki tahap pertama penyerapan yang disertai dengan konsep pikiran (pemikiran) dan pemikiran yang diskursif (investigasi), yang dipenuhi dengan kegirangan (*pīti*) dan kebahagiaan (*sukha*). Setelah penghilangan pikiran jahat, beliau memasuki empat tahapan *jhāna*".

Konsentrasi yang terlibat dalam empat tahapan *jhāna* didefinisikan sebagai Jalan dari konsentrasi benar. Di sini, *jhāna* berarti tidak membiarkan batin berkeliaran, tetapi membiarkannya berdiam, tenang pada suatu objek tunggal. Menurut *sutta*, ada empat jenis *jhāna*:

1. Lima faktor, yaitu:

   Vitakka – mengarahkan batin menuju sebuah objek atau memikirkan objek meditasi; *vicāra* – investigasi berulang pada objek yang telah terwujud; *pīti* – kegirangan atau sukacita yang mendebarkan; *sukha* – kebahagiaan atau perasaan menyenangkan; *ekaggatā* – kemanunggalan batin yang tenang merupakan *jhāna* pertama.

2. Setelah menghilangkan *vitakka* dan *vicāra*, hanya tersisa tiga faktor – *pīti*, *sukha*, dan *ekaggatā* – untuk membentuk *jhāna* kedua.

3. Tanpa *pīti*, kedua faktor – *sukha* dan *ekagattā* – merupakan *jhāna* ketiga.

4. Dalam *jhāna* keempat, *sukha* digantikan oleh *upekkhā* (ketenangan) maka *upekkhā* dan *ekaggatā* membentuk kedua faktor dari *jhāna* keempat.

Keempat *jhāna* ini mungkin lebih tinggi dari *lokiya* (duniawi) *jhāna* yang juga dikenal dengan *rupavacara* dan *arupa-vacara jhāna;* atau *lokuttarā* (di atas duniawi) *jhāna* yang disertai dengan kesadaran dari Jalan Mulia. *Lokuttarā jhāna samādhi* merupakan Jalan Mulia dari konsentrasi benar yang tepat; *lokiya jhāna samādhi* mungkin dikelompokkan sebagai jalan dari konsentrasi benar jika itu membentuk dasar dari pengembangan *vipassanā*.

PERNYATAAN TEGAS BAHWA *VIPASSANĀ* TIDAK DAPAT DIKEMBANGKAN TANPA *JHĀNA*

Berpegang pada pernyataan kami, beberapa orang mengatakan bahwa *vipassanā* bisa dikembangkan hanya setelah mencapai pemurnian batin melalui pencapaian konsentrasi *jhāna*. Tanpa konsentrasi *jhāna*, pemurnian batin tidak dapat dicapai. Akibatnya, *vipassanā* tidak bisa dikembangkan. Ini merupakan pandangan dogmatis sepihak.

Jalan menuju konsentrasi dalam lingkupan *jhāna* memiliki kekuatan untuk menekan hambatan, membantu pencapaian pemurnian pandangan, kemudian menuntun ke pengembangan *vipassanā*. Pencapaian hingga tahap itu dapat terus dikembangkan hingga mencapai tahap *Arahattaphāla*.

Seperti yang dijelaskan dalam *Visuddhimagga* dan *sutta* lainnya, banyak yang telah mencapai tahapan tersebut. Sebagai contoh, dalam kanon

Pāḷi, dalam *Mahā Satipaṭṭhāna Sutta* dan lain-lain, terdapat sebuah ajaran yang dengan jelas menyebutkan *Arahattaphāla* dapat dicapai dengan perenungan dari objek seperti postur tubuh dan lain-lain, yang hanya menyebabkan terjadinya konsentrasi akses.

Anussatithāna Sutta dari kanon *Aṇguttara* bahasa Pāḷi menyatakan bahwa *samādhi* yang mengembangkan ingatan tentang kebaikan dari Buddha dan lain-lain cukup untuk digunakan sebagai konsentrasi dasar pengembangan pengetahuan yang lebih tinggi hingga untuk mencapai tingkat kesucian *Arahat*. Kitab komentar yang menjelaskan bagian dari 'pemahaman yang jelas' juga menegaskan bahwa *pīti* bisa dibangkitkan hanya dengan mengingat kembali kebaikan dari Buddha dan *Saṇgha*; dan *pīti* yang dibangkitkan dapat direnungkan sebagai sesuatu yang fana, sesuatu yang tidak kekal yang selanjutnya menghasilkan pencapaian *Arahattaphāla*.

Sumber-sumber ini juga menyatakan bahwa banyak orang, hingga tidak terhitung jumlahnya, tidak mampu mencapai *jhāna*, tetapi menjadi terbebas saat mendengarkan pembabaran khotbah oleh Buddha. Besar kemungkinan bahwa banyak dari mereka belum mencapai *jhāna.* Namun, dapat dipastikan mereka telah mencapai pemurnian batin, karena batin mereka digambarkan sebagai responsif, halus, bebas dari hambatan, gembira, dan murni. Kitab komentar juga menyebutkan bahwa pada kesempatan itu Begawan membabarkan khotbah yang paling mulia tentang Empat Kebenaran Mulia, yang hanya dapat dijelaskan oleh Buddha sendiri. Kitab komentar juga menyatakan bahwa pendengar-Nya mencapai pengetahuan lebih tinggi sebagai hasil dari mendengarkan pembabaran tersebut.

Dengan pertimbangan demikian, definisi yang diberikan dalam ajaran tentang konsentrasi benar mengenai empat *jhāna* seharusnya dianggap sebagai metode terunggul untuk menguraikan hal tersebut. Konsentrasi akses, walaupun dijelaskan dengan cara inferior, juga bisa dianggap sebagai konsentrasi benar yang dapat memurnikan batin.

Konsentrasi akses yang dimaksud mempunyai karakteristik yang sama dengan penekanan hambatan pada *jhāna* pertama. Mereka juga memiliki lima faktor *jhāna* yang sama, yaitu *vitakka, vicāra, pīti, sukha,* dan *ekaggatā*. Oleh karena itu, kita menganggap bahwa Buddha telah memasukkan konsentrasi akses yang tepat dan konsentrasi akses nominal dalam kelompok *jhāna* pertama sebagai sebuah definisi sederhana.

Jhāna berarti memerhatikan dengan saksama sebuah objek dengan perhatian yang tetap. Perhatian terkonsentrasi yang diberikan pada objek meditasi yang dipilih seperti pernapasan untuk konsentrasi ketenangan memunculkan *samatha jhāna*; sedangkan memerhatikan sifat karakteristik dari *rūpa-nāma* dan merenungkan tentang ketidakkekalan, ketidakpuasan, dan tanpa diri mereka akan menghasilkan *vipassanā jhāna*. Untuk menyimpulkan:

1. Pengamatan yang saksama dengan perhatian tetap disebut *jhāna.*
2. Ada dua jenis *jhāna*: *samatha jhāna* dan *vipassanā jhāna*.
3. Perhatian penuh hanya untuk mengembangkan ketenangan disebut *samatha jhāna.*
4. Perenungan tentang tiga karakteristik merupakan *vipassanā jhāna.*
5. Ada tiga jenis *samādhi* (konsentrasi): konsentrasi sementara (momen ke momen), akses, dan penyerapan (tetap)

Konsentrasi sementara yang disebutkan di atas berkaitan dengan keadaan cukup tenang sebelum konsentrasi akses dicapai dalam proses perenungan terhadap objek meditasi ketenangan (objek *samatha kammathāna*) dan juga pada *vipassanā samādhi*. Seperti yang dijelaskan di atas, *vipassanā samādhi* juga disebut sebagai konsentrasi akses karena mempunyai sifat menekan hambatan yang sama seperti konsentrasi akses. Ketika konsentrasi *vipassanā* berkembang dengan kuat, hal itu dapat menenangkan batin, sama seperti penyerapan konsentrasi. Hal ini telah dirasakan sendiri oleh para *yogī* yang melatih meditasi *satipaṭṭhāna*.

Dalam *Mahā Tika*, kitab subkomentar dari *Visuddhimagga*, kami menemukan, "Benar, *khaṇika cittekaggata* adalah (*vipassanā*) *samādhi* yang

berlangsung hanya selama momen setiap kemunculannya. Ketika *vipassanā khaṇika samādhi* terjadi tanpa diganggu oleh *nāma* dan *rūpa* sebagai objek meditasinya, mempertahankan ketenangan dalam suatu metode pada sebuah masa dan tidak dikalahkan oleh kotoran batin; itu dapat mempertahankan batin untuk tidak bergerak seperti dalam penyerapan *jhāna*."

Dengan demikian, seseorang yang terlibat dalam meditasi *vipassanā* dan bermaksud untuk mengembangkan dirinya demi memahami Jalan dan Buah pengetahuan, harus berusaha keras, jika memungkinkan, harus mencapai *jhāna* pertama; kedua; ketiga; atau semua *jhāna*. Ketika telah mencapai salah satu dari itu, dia harus melatih diri untuk mempertahankan dan menjadi mahir dengannya. Namun, jika gagal mencapai tahap *jhāna*, dia seharusnya berusaha keras untuk menghasilkan konsentrasi akses dalam lingkupan *jhāna*.

Sebaliknya, *vipassanā yānika*, yang memulai dengan perenungan terhadap *nāma* dan *rūpa* seperti empat elemen, seharusnya mencoba untuk berdiam dalam *vipassanā khaṇika samādhi* yang mempunyai kemampuan untuk menekan hambatan, sama seperti konsentrasi akses. Ketika telah dipahami sepenuhnya, kumpulan dari pengetahuan pandangan terang akan muncul. Dimulai dari pengetahuan analitis yang berkaitan dengan *nāma* dan *rūpa* (*nāmarūpa pariccheda ñāṇa*). Dengan demikian, *vipassanā khaṇika samādhi* dan konsentrasi akses juga bisa dianggap sebagai jalan dari konsentrasi benar.

JALAN DARI PANDANGAN BENAR

"Para *bhikkhu*, apakah itu pandangan benar? Para *bhikkhu*, ada sebuah hal yang diketahui sebagai pengetahuan mengenai kebenaran yang dinamakan penderitaan, hal yang diketahui sebagai pengetahuan tentang kebenaran asal mula penderitaan, pengetahuan tentang kebenaran yang dinamakan akhir penderitaan, pengetahuan tentang kebenaran yang

dinamakan jalan menuju lenyapnya penderitaan. Pengetahuan tersebut disebut pandangan benar."

Secara singkat, mengetahui Empat Kebenaran Mulia sebagaimana adanya merupakan Jalan dari pandangan benar. Hal ini seharusnya dikembangkan seperti yang dijelaskan dalam metode pengembangan dari perhatian benar dan konsentrasi benar.

Menurut kitab komentar dari *Aṅguttara Nikāya*, terdapat lima jenis pandangan benar, yaitu:

1. *Kammassakatā sammādiṭṭhi*
2. *Jhāna sammādiṭṭhi*
3. *Vipassanā sammādiṭṭhi*
4. *Magga sammādiṭṭhi*
5. *Phala sammādiṭṭhi*

Ubbarīpaṇṇāsa juga menyebutkan jenis-jenis pandangan benar yang mirip seperti yang di atas, tetapi *jhāna sammādiṭṭhi* tidak sebutkan dan digantikan oleh *paccavekkhaṇā sammādiṭṭhi*. Dengan menggabungkan kedua sumber tersebut, kita mempunyai enam jenis dari pandangan benar, yaitu:

1. *Kammassakatā sammādiṭṭhi*
2. *Jhāna sammādiṭṭhi*
3. *Vipassanā sammādiṭṭhi*
4. *Magga sammādiṭṭhi*
5. *Phala sammādiṭṭhi*
6. *Paccavekkhaṇā sammādiṭṭhi*

Dalam daftar di atas, *phala sammādiṭṭhi* merupakan pandangan benar yang menyertai empat tingkat *phala* yang merupakan hasil dari empat Jalan Mulia. Pencapaian pengetahuan dari empat Jalan Mulia secara spontan diikuti oleh pengetahuan dari Buah pengetahuan. Tidak ada yang secara khusus harus dilakukan untuk mencapai Buah pengetahuan. Sebagai tambahan, *paccavekkhaṇā sammādiṭṭhi* merupakan perenungan diri yang

juga datang secara spontan setelah pencapaian Jalan dan Buah pengetahuan. Seseorang seharusnya hanya berusaha keras untuk empat jenis pertama yang selanjutkan akan kita uraikan.

KAMMASSAKATĀ SAMMĀDIṬṬHI

Kammassakatā sammādiṭṭhi berarti percaya dan menerima pandangan bahwa *kamma* dan akibat yang dihasilkan *kamma* itu ada. Setiap perbuatan adalah *kamma* dan perbuatan menghasilkan akibat baik atau buruk. Sebagai contoh, pelaku dari perbuatan jahat akan menuai akibat buruk. Pelaku kejahatan harus menghadapi akibat dari kejahatannya, hukuman paling ringan mungkin berupa cemooh atau teguran dari masyarakat. Kata kasar pasti akan dibalas dengan kata kasar; pandangan merendahkan yang dibarengi dengan niat buruk akan dibalas dengan pandangan merendahkan, menakutkan; sementara sebuah senyum yang bahagia akan mendapatkan sebuah senyum yang bahagia. Sebuah salam yang ramah pasti akan dihargai dengan keramahtamahan.

Seorang anak yang berperilaku baik, setelah mendapat pendidikan yang baik ketika masa mudanya, akan tumbuh menjadi seorang dewasa yang makmur, sukses. Mengikuti perdagangan atau industri yang menguntungkan akan menuntun kepada kekayaan dan kemakmuran; usaha keras yang tidak menguntungkan seperti perjudian pasti akan menuntun kepada keruntuhan. Contoh ganjaran baik atau buruk tersebut yang mengikuti perbuatan baik atau buruk ada dalam kehidupan kita sehari-hari.

Selama berada dalam lingkaran *saṃsāra* yang tiada akhir, hukum *kamma* ini akan tetap berlaku; perbuatan baik akan menuntun kepada hasil yang baik, perbuatan jahat akan menuntun kepada akibat yang buruk. Sebagai akibat dari perbuatan buruk yang dilakukan pada kehidupan lampau, seseorang akan mengalami penderitaan seperti umur pendek; berbagai jenis penyakit; kejelekan; kemiskinan; dan kekurangan pengikut atau pelayan dalam kehidupan ini. Perbuatan jahat seperti pembunuhan;

penyiksaan; pencurian; perampokan; kebohongan; dan lain-lain, yang dilakukan pada kehidupan sekarang akan membuahkan hasilnya pada kehidupan mendatang, bahkan dapat membuat seseorang terlahir dalam tataran kehidupan yang rendah, disertai dengan ganjaran buruk yang setimpal.

Sebagai hasil dari perbuatan baik yang dilakukan pada kehidupan lampau, hasil baik akan berbuah pada kehidupan sekarang dan seseorang akan menikmati usia panjang, bebas dari penyakit, diberkati dengan kecantikan, kekayaan, dan dilayani banyak pengikut. Menghindari perbuatan buruk dari pembunuhan, penyiksaan, pencurian, dan perampokan; melakukan perbuatan baik yang penuh kemurahan hati, membantu, dan melayani orang lain; dengan melaksanakan hal tersebut, seseorang akan terlahir di kehidupan yang lebih tinggi, menikmati buah dari perbuatan-perbuatan baiknya.

Hasil yang baik dari perbuatan baik dan akibat yang jahat dari perbuatan jahat merupakan sebuah realitas. Memercayai realitas ini merupakan *kammassakatā diṭṭhi* yang berarti pandangan benar bahwa kamma seseorang merupakan milik dirinya sendiri.

Pandangan benar tidak dihasilkan dari penembusan intuitif seseorang seperti halnya pengetahuan pandangan terang. Ini hanyalah penerimaan pandangan berdasarkan keyakinan atas kata-kata dari orang-orang yang lebih tua dan kitab suci setelah mempertimbangkan bukti dari contoh yang diketahui dan kredibilitasnya.

Pandangan benar termasuk dalam sepuluh perbuatan mulia dan dikenal dengan pandangan benar yang mulia (*sucarita sammādiṭṭhi*). Pandangan salah yang menyangkal keberadaan *kamma* dan akibatnya meskipun telah terbukti kebenarannya disebut *micchādiṭṭhi*. Perbuatan ini dikelompokkan sebagai satu dari sepuluh perbuatan buruk dan diistilahkan pandangan salah yang buruk (*ducarita micchādiṭṭhi*).

Sucarita sammādiṭṭhi, dengan kata lain disebut *kammassakatā sammādiṭṭhi*, membentuk akar dari semua perbuatan baik. Dengan mengacu

pada akar ini, perbuatan jahat dapat dihindari dan perbuatan baik sederhana, seperti *dāna* dan *sīla,* bisa dilakukan. Perbuatan mulia dari meditasi ketenangan dan meditasi pandangan terang juga dapat dikembangkan. Untuk alasan ini, *sammādiṭṭhi* dan *sīla* ini dinyatakan sebagai awal bagi perbuatan baik dari *samādhi* dan *paññā*.

"Para *bhikkhu*, karena kamu telah meminta ajaran singkat tentang meditasi yang kalian harapkan untuk dilatih dalam kesendirian, Saya memintamu untuk terlebih dahulu berusaha untuk pemurnian dari *dhamma-dhamma* itu, yang membentuk titik pangkal untuk pengembangan *samādhi* dan *paññā*. Apakah persyaratan awal ini? Mereka adalah pemurnian *sīla* dan pandangan benar.

Bhikkhu, ketika kamu telah memurnikan *sīla* dan mempertahankan pandangan benar, kemudian dengan bergantung pada *sīla* dan berpedoman padanya, kamu boleh melanjutkan untuk mengembangkan empat dasar dari perhatian penuh dengan tiga metode: merenungkan objek-objek internal, merenungkan objek-objek eksternal, dan kemudian merenungkan objek-objek internal dan eksternal."

Dari pernyataan di atas, sudah jelas bahwa *kammassakatā sammādiṭṭhi* dan *sīla magga* merupakan dasar yang harus dibangun sebelum seorang *yogī* memulai latihan meditasi. Sudah jelas juga, pengembangan *vipassanā, jhāna samādhi,* dan *upacāra samādhi* merupakan prasyarat untuk mencapai pemurnian batin tahap awal. Lebih lanjut lagi, untuk membentuk *ariyamagga, vipassanā magga* (atau *pubbabhāga magga*), yang mendahuluinya, harus dikembangkan terlebih dahulu. Oleh karena itu, kita menjelaskan Jalan secara utuh dalam tiga tahapan:

1. *Mūla magga* dasar
2. *Pubbabhāga vipassanā magga*
3. *Ariyamagga*

Mūla, Pubba, Ariya – Tiga Jalan Mulia
Mengembangkan hal-hal tersebut menuntun ke *Nibbanā*.

JALAN DALAM TIGA TAHAPAN

Umat buddhis yang baik mempunyai kebiasaan untuk mengharapkan realisasi dan pencapaian *Nibbāna* dengan cepat, di mana pun mereka melakukan perbuatan baik apa pun. Tentu saja, *summum bonum* (dari bahasa latin, berarti 'yang terbaik') tidak akan bisa dicapai dengan cepat hanya dengan berharap. Itu hanya akan dicapai dalam tahapan yang lebih tinggi, yang akan diraih dengan kebaikan hasil perbuatan baik mereka; hanya jika mereka mempraktikkan pengembangan Jalan Mulia Berunsur Delapan dengan sungguh-sungguh. Jadi, mengapa menunggu sampai kehidupan mendatang? Mengapa tidak memulai sekarang dan berusaha untuk mencapai pembebasan dalam kehidupan ini juga? Dan, bagaimana kebebasan bisa dicapai?

Kebebasan dapat dicapai dengan pengembangan Jalan Mulia Berunsur Delapan yang harus didahului oleh pendahulunya yaitu *pubbabhāga vipassanā magga*. Namun, untuk mengembangkan *magga*, persyaratan dasar harus dipenuhi dahulu, yaitu pengembangan dari *kammassakatā magga*, tiga *sīla magga*, dan *samādhi magga.*

Untuk orang yang telah berlindung dalam ajaran Buddha, *kammassakatā sammādiṭṭhi* telah terbentuk. Sama juga dengan *sīla magga*. Jika orang awam belum membentuknya, mereka dapat melakukannya dengan menjalankan *sīla* pada awal permulaan latihan meditasi. Jika seorang *yogī* atau *bhikkhu* menyimpan keraguan terhadap kemurnian *sīla*-nya dalam hati, dia seharusnya dari awal berusaha keras melakukan pemurnian dengan menjalankan hukuman *parivāsa* dan *mānatta*. Jika dia kebetulan memiliki harta benda yang tidak diizinkan, dia harus membuangnya dan dapat memperoleh pemurnian dengan mengakui pelanggarannya.

Setelah memercayai kemurnian dari *sīla*-nya, *bhikkhu* seharusnya berusaha keras untuk pencapaian satu, dua, tiga, atau empat *jhāna*. Jika tidak bisa melakukan demikian, dia seharusnya berusaha untuk paling sedikit mencapai konsentrasi akses dalam lingkupan *jhāna*. Jika dia tidak bisa berusaha secara terpisah untuk konsentrasi *jhāna*, dia harus mencoba untuk

mencapai *vipassanā khaṇika samādhi* (yang mempunyai karakteristik yang sama seperti konsentrasi akses dalam menekan hambatan) dengan merenungkan empat elemen utama dan lain-lain.

Hal ini tidak melibatkan pembentukan konsentrasi (*samādhi*) seperti itu. Dengan mempertahankan kesadaran dari sifat sejati dari *nāma* dan *rūpa*, konsentrasi *vipassanā* akan muncul dengan sendirinya. Namun, dengan memecah perhatian pada banyak objek akan membutuhkan waktu lama untuk memunculkan konsentrasi. Terlebih, jika objek yang diperhatikan tidak mudah dilihat. Memusatkan pikiran pada objek tertentu yang bisa diperhatikan dengan jelas akan memudahkan dan mempercepat pengembangan konsentrasi.

Oleh karena itu, kami akan menginstruksikan para *yogī* untuk memulai latihan dengan memerhatikan *vāyo dhātu*, yang mempunyai karakter kaku, gerakan menekan yang menjadi jelas pada bagian perut. Ketika perut kembang, perhatikan 'kembang', ketika perut kempis, perhatikan 'kempis'. Mulailah dengan memerhatikan hanya dua jenis gerakan, kembang dan kempis, tetapi ini bukanlah keseluruhan yang harus dilakukan.

Pada waktu memerhatikan kembang dan kempisnya perut, ketika berpikir tentang 'kembang', perhatikan juga sebagai 'sedang berpikir', kemudian kembali memerhatikan 'kembang' dan 'kempis'. Jika beberapa perasaan menyakitkan muncul dalam tubuh, perhatikan juga hal itu. Ketika hal itu hilang atau ketika sudah diperhatikan selama beberapa waktu, kembalilah pada 'kembang' dan 'kempis'. Jika ada tekukan, rentangan, atau pergerakan dari anggota tubuh, kamu harus memerhatikan 'sedang menekuk', 'sedang merentang', atau 'sedang bergerak'. Apa pun pergerakan tubuh yang terjadi, kamu harus memerhatikannya. Kemudian, kembali pada 'kembang' dan 'kempis' dari perut.

Dengan memerhatikan setiap fenomena tersebut dengan penuh perhatian, batin akan menjadi tenang dan terkonsentrasi dengan nyata. Pada setiap momen kesadaran, objek yang diperhatikan (*rūpa*) akan kelihatan terpisah dari batin (*nāma*) yang memerhatikannya. Hal ini adalah permulaan

dari pengembangan *vipassanā ñāṇa* khusus (pengetahuan pandangan terang) yang membedakan *nāma* dari *rūpa* dengan kebaikan dari batin yang terkonsentrasi. Ini merupakan pengetahuan pandangan terang khusus yang dirujuk oleh Begawan ketika Beliau berkata, "*cakkhu karaṇi ñāṇa karani...(*penglihatan muncul, pengetahuan muncul...*)* dan lain-lain." Para *bhikkhunī thera* memiliki maksud yang sama ketika mereka mengucapkan, "*pubbenāparaṃ visesaṃ sañjānantī...* (pengetahuan sebelumnya digantikan oleh pengetahuan yang mengikutinya)".

BAGAIMANA *JHĀNA-LABHI* MENGEMBANGKAN PANDANGAN TERANG

Jika para *yogī* berusaha keras sesuai dengan yang dinyatakan di atas dan berhasil hingga pencapaian *jhāna*, pengetahuan yang menyertai konsentrasi *jhāna* adalah *jhāna sammādiṭṭhi*, yang tidak penting untuk tujuan dari *vipassanā*. Yang penting adalah konsentrasi *jhāna* yang berguna untuk pemurnian batin dan sebagai *jhāna* dasar untuk meditasi *vipassanā*.

Dengan menggunakan *jhāna* yang dicapai seseorang sebagai dasar, *yogī* muncul dari tahap *jhāna* dan mulai merenungkan tahap batin yang terlibat pada saat pencapaian *jhāna*, yaitu *vitakka, vicāra, pīti, sukha, ekaggatā, phassa, cetanā, manasikāra*, dan lain-lain. Bentuk batin ini menjadi sangat jelas baginya. Begitu juga bentuk jasmani di mana *jhāna* berdiam. Setiap saat dari keberadaan mereka muncul dengan jelas, diikuti sekaligus oleh pelenyapannya. *Yogī* mengetahui dengan mudah karena semua berlalu tanpa henti. Semua itu hanyalah sebuah fenomena yang tidak kekal, tidak memuaskan, dan tanpa diri.

Yogī, secara bergantian, masuk dan keluar dari tahap *jhāna* untuk merenungkan fenomena batin dan jasmani yang terlibat di dalamnya. Ketika dia mengulang tindakan yang bergantian ini beberapa kali, *vipassanā magga* yang akan segera menuntun ke realisasi *Nibbāna* menjadi berkembang dengan kuat. Kemungkinan dari realisasi seperti itu dijelaskan demikian dalam *Jhāna Sutta*, *Navaka Nipata* dari naskah Pāḷi di *Aṅguttara*.

"Para *bhikkhu*, dalam ajaran ini, *bhikkhu* memasuki dan berdiam dalam *jhāna* pertama. Ketika dia keluar dari tahapan itu, dia merenungkan tubuh jasmani, perasaan, persepsi, bentukan batin dan kesadaran yang ada selama momen *jhāna* dan dia melihatnya sebagai yang tidak kekal, menyakitkan, tanpa diri. Dengan melihat demikian dia berdiam dalam pengetahuan *vipassanā* untuk mendapat dan mencapai tahap *arahattaphala*, akhir dari semua *asava*."

Ini adalah bagaimana *jhāna labhi* mencapai Jalan *Ariya* menggunakan meditasi *vipassanā* dengan memerhatikan batin *jhāna* dan jasmani secara bersamaan; juga fenomena *nāma-rūpa* yang sebenarnya telah muncul dan hilang dalam rangkaian kesatuan tubuhnya sendiri.

Sebagai seorang *jhāna-labhi*, setelah masuk dan keluar dari tahap *jhāna*, harus direnungkan muncul dan hilangnya bentuk batin, dan lain-lain, yang saat itu terjadi. Para *yogī* yang tidak diberkati dengan *jhāna* atau *jhāna-labhi*, harus langsung merenungkan muncul dan lenyapnya keinginan sensual dan lain-lain di saat kemunculannya.

Sudah sangat jelas, seorang *jhāna-labhi* seharusnya memerhatikan dengan tegas bahwa *vipassanā ñāṇa* yang sejati tidak bisa dikembangkan hanya dengan menghafal dan merenungkan isi buku. *Vipassanā ñāṇa* hanya bisa dikembangkan dengan mengamati secara saksama setiap gerakan dari sentuhan, pikiran, pendengaran, penglihatan, penciuman, dalam rangkaian kesatuan tubuh sendiri dan memahami fenomena dari muncul lenyapnya saat hal itu terjadi.

MERENUNGKAN BERBAGAI AKTIVITAS KEHENDAK (METODE *PAKIṆṆAKA SAṆKHĀRA*)

Terdapat metode meditasi lain yang dapat dilakukan oleh seorang *jhāna-labhi.* Metode ini dikenal dengan perenungan terhadap berbagai aktivitas kehendak, dan metode ini mirip dengan yang dilakukan oleh *sudda vipassanā yānika* (para *yogī* tanpa pencapaian *jhāna*). Perbedaannya hanya

pada penggunaan pencapaian *jhāna* sebagai dasar dari meditasi pandangan terang dan kemudahan yang didapatkan untuk menyelesaikan perenungan *rūpa* dan *nāma*, di mana pun mereka muncul, dengan kebaikan dari dasar konsentrasi *jhāna*-nya.

Metode perenungan ini dijelaskan dengan terperinci dalam *Dwedhavittakka Sutta* pada kitab komentar di *Mūlapaṇṇāsa* sebagai berikut.

"Dengan kata-kata ini Buddha membicarakan tentang waktu ketika *Bodhisatta* mengembangkan meditasi pandangan terang berdasarkan *jhāna*. Sebenarnya, ketika *samādhi* dan *vipassanā* seorang *yogī* belum sepenuhnya matang, jika dia duduk sangat lama sambil mengembangkan meditasi pandangan terang, kelelahan akan menguasainya, ada sensasi panas dalam tubuhnya seolah-olah nyala api sedang meledak-ledak, keringat mengalir dari ketiaknya, dia merasakan seolah-olah gas beruap panas keluar dari atas kepalanya. Batin yang tersiksa itu berkedut dan memberontak.

Yogī kembali pada bentuk *jhāna* untuk mengurangi ketegangan batin dan jasmani; untuk merasa lega, dan kemudian menyegarkan dirinya, lalu kembali pada kegiatan meditasi. Dengan duduk lama, kelelahan akan kembali menyerangnya. Kemudian dia mencari kelegaan sekali lagi dengan masuk kembali pada bentuk *jhāna.* Demikianlah yang seharusnya dia perbuat. Memasuki bentuk *jhāna* sangatlah bermanfaat untuk meditasi *vipassanā*."

Ini adalah bagaimana berbagai aktivitas kehendak digunakan sebagai objek meditasi, dengan memulai dari *jhāna* yang dipertahankan *yogī* sebagai dasarnya. Para *yogī* tanpa *jhāna,* hanya merenungkan berbagai aktivitas kehendak seperti menyentuh, berpikir, mendengar, melihat, dan lain-lain. Ketika kelelahan menguasai mereka, tentu saja mereka tidak bisa mencari kelegaan dengan memasuki bentuk *jhāna*. Mereka hanya bisa kembali memerhatikan kembang dan kempisnya perut. Dengan membatasi objek meditasi, kelelahan batin-jasmani dan ketegangan bisa diringankan.

Setelah merasa segar, mereka dapat kembali mengamati berbagai aktivitas kehendak. Dengan cara ini, ketika *vipassanā samādhi ñāṇa* menjadi semakin kuat, *yogī* dapat melanjutkan meditasi sepanjang siang dan malam tanpa merasakan ketidaknyamanan atau kesulitan.

Objek meditasi terlihat muncul dalam batin mereka. Dengan mudah, para *yogī* dapat memunculkan perhatian penuh dan proses mengetahui kenyataan sebagaimana adanya akan muncul dengan lancar. Kebenaran yang dinamakan *anicca*, *dukkha*, dan *anatta* akan mulai disadari secara spontan. Ketika pengetahuan ini semakin dipahami, objek indra dan batin yang mengetahui masuk ke dalam bentuk peleburan dan berakhir. Ini merupakan jalan pintas menuju ke *Nibbāna* dengan metode Jalan Mulia, *ariyamagga*. Oleh karena itu, kita dapat menyimpulkan:

Mūla, Pubba, Ariya – Tiga Jalan Mulia
Mengembangkan hal-hal tersebut menuntun ke *Nibbanā*.

PERMULAAN DARI *VIPASSANĀ MAGGA*

Seperti yang telah dinyatakan di atas, dari tiga tahapan Jalan, Jalan dasar yang terdiri dari *kammassakatā sammādiṭṭhi* dan *sīla* harus dilaksanakan sebelum memulai latihan meditasi. Seorang *yogī samatha yānika* harus mengembangkan *samatha samādhi* sebagai dasar pertamanya sebelum memulai meditasi *vipassanā*, baik untuk konsentrasi akses atau konsentrasi penyerapan. Sebaliknya, *Suddha vipassanā yānika* telah menyelesaikan dasar *samādhi magga* ketika merenungkan empat elemen dan lain-lain dengan menggunakan perhatian tetap pada setiap objek indra dalam perenungannya.

Batin tidak akan berkeliaran pada objek-objek lain lagi. Ketika batin sepenuhnya berada dalam perenungan, batin akan menjadi lebih murni. Setelah itu, setiap perenungan menjadi pengembangan *vipassanā magga*.

BAGAIMANA *VIPASSANĀ SAMĀDHI MAGGA* DIKEMBANGKAN?

Usaha yang dilakukan untuk memerhatikan setiap fenomena dari muncul, hilang, berpikir, merasakan panas, dll, merupakan *sammā vāyama magga*. Perhatian penuh pada gerakan tubuh, perasaan, batin, dan objek batin yang terlibat dalam praktik empat dasar perhatian penuh merupakan *sammāsati magga*. Mempertahankan batin pada objek indra di bawah perenungan merupakan *sammāsamādhi*, yang juga disebut dengan *vipassanā khanika samādhi*. *Sammāvāyāma, Sammāsati,* dan *Sammāsamādhi* merupakan tiga komponen yang membentuk *samādhi magga*.

BAGAIMANA *VIPASSANĀ PAÑÑĀ MAGGA* DIKEMBANGKAN?

Mengetahui objek indra di bawah perenungan sesuai dengan sifat sejatinya adalah *sammādiṭṭhi magga*. Sesaat setelah mencapai pemurnian batin, pengetahuan yang mampu membedakan objek indra dari batin yang mengetahui, akan muncul. Pengetahuan melihat *nāma* dan *rūpa* sebagaimana mereka adanya merupakan pemurnian pandangan. Pengetahuan ini akan diikuti oleh pemahaman akan hukum alam sebab akibat yang terjadi dalam perenungan. Ada lekukan karena ada keinginan untuk menekuk, seseorang melihat karena ada mata dan objek untuk melihat. Ada kekayaan karena *kamma* baik dan lain-lain. Hukum sebab akibat akan terlihat dengan jelas sebagaimana mereka adanya.

Saat meditasi berlanjut, *yogī* mengamati setiap kemunculan dan penghancuran dari setiap fenomena. Pengamatan ini membuat *yogī* merealisasi ketidakkekalan dari objek indra dan batin yang mengetahui. Fenomena muncul dan hilang yang tanpa henti tanpa terputus akan menuntun pada keyakinan bahwa semua adalah penderitaan yang menakutkan, penderitaan yang tidak menyenangkan, tanpa diri, tidak sesuai dengan keinginan atau kendali seseorang. Keyakinan jelas seperti itu merupakan Jalan dari pandangan benar, *sammādiṭṭhi magga.*

Buddha telah mengatakan bahwa pengetahuan dari kebenaran sejati yang dinamakan penderitaan adalah Jalan dari pandangan benar. Ketika kebenaran dari penderitaan dilihat dengan tiga karakteristik dari *anicca*, *dukkha,* dan *anatta* pada setiap kemunculannya; tugas untuk memahami tiga kebenaran lainnya telah sekaligus terselesaikan. Bagaimana ini terselesaikan akan dibahas pada bagian *magga sacca*.

Mencondongkan batin untuk mengetahui sifat sejati dari *nāma* dan *rūpa*; asal mula dan kehancuran dengan tiga karakteristik dari *anicca*, *dukkha,* dan *anatta* merupakan *sammāsaṅkappa* (Jalan dari pikiran benar). Dua jalan dari pandangan benar dan pikiran benar dikelompokkan menjadi Jalan dari pandangan terang, *paññā magga*.

Tiga Jalan dari konsentrasi benar yang telah dijelaskan sebelumnya, ditambah dengan dua Jalan dari pandangan terang ini, membentuk lima Jalan yang dikelompokkan sebagai *kāraka magga* (*magga* gugusan tugas). *Magga* ini bertanggung jawab untuk menyelesaikan kegiatan memerhatikan dan mengetahui setiap fenomena.

Sīla magga (terdiri dari ucapan benar, perbuatan benar, dan penghidupan benar) telah dilaksanakan bahkan sebelum meditasi dimulai dan mereka tetap kuat, menjadi semakin murni selama proses meditasi. Ditambah dengan tiga *magga* ini, total delapan *magga,* yang dikenal sebagai *pubbabhāga magga,* dikembangkan dalam proses pengamatan di setiap fenomena.

JALAN DARI PIKIRAN BENAR - *SAMMĀSAṄKAPPA MAGGA*

"Para *bhikkhu*, apakah itu pikiran benar? Pikiran tentang kebebasan dari keinginan sensual, nafsu,... *nekkhammasaṅkappa*; pikiran tentang tidak membunuh, tidak berkeinginan untuk membunuh, pikiran yang mengharapkan yang baik untuk orang lain... *abyāpādasaṅkappa*; pikiran tentang ketidakkejaman, memberi perlindungan bagi yang patut dikasihani...*avihiṃsāsaṅkappa*. Tiga cara pikir ini dikenal dengan pikiran benar (*sammāsaṅkappa*)."

Semua pikiran tentang perbuatan baik seperti melakukan perbuatan bajik, mencari penahbisan (memasuki kehidupan *bhikkhu*), mendengarkan khotbah *Dhamma*, dan melatih *Dhamma*, merupakan faktor dari penolakan, *nekkhammasaṅkappa.*

Pabbajjā paṭhamaṃ jhānaṃ, Nibbānañca vipassanā
Sabbepi kusalā dhammā, nekkhammanti pavuccare.

Bait di atas memperjelas bahwa dengan melatih meditasi *vipassanā* sudah menjadi pemenuhan untuk *nekkhammasaṅkappa,* faktor dari *sammāsaṅkappa*. Pikiran yang terbebas dari pembunuhan dan mengharapkan yang baik untuk orang lain, membentuk *abyāpādasaṅkappa*. Khususnya ketika *mettābhāvanā* dikembangkan, faktor dari *abyāpādasaṅkappa* ini akan terpenuhi. Pikiran tentang perhatian dan belas kasihan membentuk *avihiṃsasaṅkappa*, terlebih lagi ketika terlibat dalam *karuṇā bhāvanā*.

Dalam proses latihan meditasi *vipassanā*, pikiran untuk membunuh maupun kekejaman yang berkaitan dengan objek indra tidak memiliki kesempatan untuk muncul di bawah perenungan; harus dipertimbangkan bahwa dua faktor *sammāsaṅkappa* ini terpenuhi dalam setiap pengamatan. Namun, pikiran yang terlibat dalam meditasi *vipassanā* bukan latihan perenungan atau pemahaman yang disengaja. Ini hanya salah satu cara untuk memusatkan pikiran demi memahami kebenaran sejati dari *rūpa* dan *nāma*, sifat sejati dari asal mula dan kehancurannya, juga kebenaran yang berkaitan dengan *anicca*, *dukkha,* dan *anatta*.

Kami telah memberikan khotbah tentang *mūla magga* juga Jalan Mulia Berunsur Delapan *vipassanā magga*, dengan kata lain disebut *pubbabhāga magga*. Ketika *vipassanā magga* sepenuhnya dikembangkan, hal itu berubah menjadi *ariyamagga* yang menuntun ke realisasi *Nibbāna*. Dengan demikian, *pubbabhāga magga* boleh disebut pelopor yang menjanjikan *ariyamagga*

yang mengikutinya. Untuk mencapai *ariyamagga* yang membentuk bagian terakhir dari jalan, bagian awalnya yaitu *vipassanā magga* harus diselesaikan terlebih dahulu. Dengan cara ini, tahap akhir dari Jalan, *ariyamagga*, akan berkembang dengan sendirinya. Dengan kata lain, mereka masing-masing membentuk bagian pertama dan terakhir dari Jalan berkelanjutan yang sama.

Untuk memberikan gambaran, jika seseorang ingin melompati sebuah sungai, dia harus berlari dan melompat dengan sekuat tenaga. Saat dia telah melompat, tidak ada usaha lain lagi yang perlu dilakukan. Dengan sendirinya, dia akan mendarat di seberang. Mengembangkan *vipassanā magga* dapat disamakan dengan berlari dan melompat sekuat tenaga. Pendaratan di sisi seberang sebanding dengan realisasi *ariyamagga* sebagai hasil dari *vipassanā magga*. Oleh karena itu, kita menyimpulkan lagi, dengan membacakan:

Mūla, Pubba, Ariya – Tiga Jalan Mulia
Mengembangkan hal-hal tersebut menuntun ke *Nibbanā*.

Demikian khotbah hari ini. Semoga Anda semua yang hadir di sini, atas kebajikan memberikan perhatian penuh hormat kepada 'Khotbah Utama tentang Pemutaran Roda *Dhamma'*, Anda mampu untuk mengembangkan Jalan Tengah, dengan kata lain disebut Jalan Mulia Berunsur Delapan, dan bisa memperoleh Jalan dan Buah pengetahuan yang sesuai dengan yang Anda inginkan, mencapai *Nibbāna*, akhir dari semua penderitaan.

Sādhu! Sādhu! Sādhu!

Bab Empat

KHOTBAH UTAMA TENTANG PEMUTARAN RODA DHAMMA

DISAMPAIKAN PADA HARI WANING KE 8
DI BULAN THADINGYUT, 1324, TAHUN MYANMAR

KEBENARAN YANG DINAMAKAN PENDERITAAN – *DUKKHASACCA*

Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhaṃ ariyasaccaṃ,
jātipi dukkhā, jarāpi dukkhā, byādhipi dukkho,
maraṇampi dukkhaṃ, appiyehi sampayogo dukkho,
piyehi vippayogo dukkho, yampicchaṃ na labhati tampi dukkhaṃ,
saṃkhittena pañcupādānakkhandhā dukkhā.

Kalimat '*byādhipi dukkhā*' dalam kutipan di atas tidak ditemukan dalam *sutta-sutta* lain. Pada waktu bersamaan, kata *'sokaparidevadukkhadomanassupāyāsāpi'* yang muncul setelah '*maraṇampi dukkhaṃ*' ditemukan dalam *sutta-sutta* lain, tetapi tidak ada dalam naskah *Dhammacakkappavattana Sutta*. Terdapat pertentangan dalam pendefinisian *dukkhasacca* antara *Dhammacakkappavattana Sutta* dan *sutta-sutta* lain.

ANALISIS KRITIS TENTANG PERBEDAAN DALAM KUTIPAN TERSEBUT

Sāratthadīpanī, sebuah subkomentar tentang *Vinaya*, memberikan pernyataan yang kritis tentang perbedaan dari naskah sutta yang disebutkan di atas. Kalimat '*byādhipi dukkha*' tidak muncul dalam definisi terperinci dari *dukkhasacca* yang ada dalam *Vibhaṅga* dari *Abhidhamma Piṭaka*. *Visuddhimagga* juga tidak memasukkan kalimat ini dalam mendefinisikan *dukkhasacca.*

Penulis subkomentar ini menyatakan, "Sekali lagi, dalam definisi menyeluruh tentang *dukkhasacca* dalam *Vibhaṅga* dari *Abhidhamma*, kata-kata *sokaparidevadukkhadomanassupāyāsāpi dukkhā* langsung muncul setelah *maraṇampi dukkhaṃ*. Kata-kata ini tidak ditemukan dalam *Dhammacakkappavattana Sutta*. Mengapa hal itu terjadi, seharusnya diperiksa secara saksama."

Penulis dari subkomentar tampaknya tidak meneliti definisi dalam naskah-naskah lain dan tidak memberikan penjelasan apa pun mengenai perbedaan yang ada. Kami menerima saran dari penulis subkomentar dan melakukan sebuah penyelidikan tentang perbedaan ini. Berikut hasil temuan tentang bagaimana perbedaan ini terjadi.

Tidak mungkin Buddha terus menerus memberikan definisi dari *dukkhasacca* dalam setiap khotbah mengenai topik tersebut. Kami mengambil kesimpulan bahwa para *thera* (pelaksana *Vinaya* yang telah khusus mempelajari *Vinaya*) tidak semuanya mahir dalam hal-hal yang berkaitan dengan *Sutta* dan *Abhidhamma*; dan menyebabkan penyelipan kata '*byādhipi dukkha*' serta penghapusan kata-kata '*sokaparidevadukkhadomanassupāyāsāpi*' pada khotbah *Dhammacakkappavattana Sutta* dalam naskah Pāḷi *Mahāvagga* dari *Vinaya Piṭaka*. Versi mereka ini kemudian muncul dalam *Vinaya*, yang berbeda dari kanon Pāḷi *Sutta* dan *Abhidhamma*.

Kesimpulan kami berdasar pada pertimbangan bahwa kitab komentar tentang *Sutta* dan *Abhidhamma*, yang memberikan penjelasan tentang

definisi singkat dari *dukkhasacca*, tidak menyediakan catatan penjelasan apa pun tentang *byādhipi dukkha*. Namun, tentang *sokaparidevadukkhadomanassupāyāsāpi dukkhā* dan faktanya bahwa hal tersebut ditemukan dalam kitab komentar. Subkomentar tidak menyebutkan perbedaan-perbedaan tersebut dalam naskah Pāḷi.

Penulis kitab subkomentar, *Sāratthadīpanī*, merupakan seorang *thera* yang hidup selama pemerintahan Raja Prakkama Bāhu antara A.D.1553 dan A.D.1186. Jika dihitung mundur dari B.E. 1324, itu sekitar 700 atau 800 tahun yang lalu. Para komentator dan subkomentator dari zaman Yang Mulia Buddhagosa sampai Yang Mulia Dhammapāla hidup sekitar 1300 hingga 1600 tahun yang lalu. Para komentator dan subkomentator ini yang menulis penafsiran *Dhammacakkappavattana Sutta* dari *Sacca Samyutta* dalam *Samyutta Mahāvagga* dari kanon Pāḷi. Mereka tidak menyebut satu hal pun mengenai perbedaan dalam naskah. Hal tersebut terjadi hanya karena *Dhammacakkappavattana Sutta* yang ada pada waktu itu tidak berbeda dari yang ada dalam naskah Pāḷi dari *sutta-sutta* lain dan *Abhidhamma*.

Namun, saat *Sāratthadīpanī* mendatangi tempat kejadian 500 tahun kemudian, pertentangan telah muncul di berbagai naskah Pāḷi yang ditemukannya. Oleh karena itu, dia sangat mendesak dilakukannya pemeriksaan dan investigasi khusus untuk menjelaskan penyebab dari perbedaan dalam naskah-naskah.

Apakah kita menerima bahwa definisi *dukkhasacca* yang Buddha berikan pada khotbah pertama berbeda dengan versi lainnnya? Jika kita menerima, berarti kita menganggap Buddha memulai dengan satu definisi tentang *dukkha* pada khotbah pertama, kemudian mengubahnya menjadi sebuah versi yang berbeda. Pandangan ini sangatlah tidak benar.

Sebuah pertimbangan yang lebih masuk akal adalah Buddha, yang pengetahuan-Nya tentang segala hal adalah tanpa noda, diberkati dengan *sabbaññuta ñāṇa*, telah memberikan definisi yang sama secara konsisten. Akan tetapi, para pelaksana *vinaya* yang kecerdasan dan ingatan mereka tidak sempurna, telah menyebabkan perbedaan-perbedaan dalam naskah.

Hal ini terjadi pada waktu pewarisannya dari generasi ke generasi. Perbedaan penjelasan dalam teks-teks naskah sangat lazim ditemukan, terutama di zaman modern. Naskah dari kitab komentar dan subkomentar ditemukan bervariasi antara satu negara dengan negara lain. Sudah diluruskan, pertentangan tidak ditemukan dalam naskah asli, tetapi mulai muncul pada zaman selanjutnya.

Seperti yang telah dikemukakan di atas, dapat disimpulkan bahwa naskah-naskah lain adalah akurat dan *Dhammacakkappavattana Sutta* yang sekarang masih ada, menjelaskan definisi *dukkhasacca* dengan kata-kata tambahan '*byādhipi dukkha*' sementara kata-kata '*sokaparidevadukkhadomanassupāyāsāpi*' dihilangkan. Kesimpulan ini juga berdasar pada pertimbangan bahwa '*byādhipi dukkha*' terkandung dalam kata *dukkha* dari kalimat yang lebih panjang dari '*sokaparidevadukkhadomanassupāyāsāpi dukkhā*', di mana '*soka*' dan lain-lain tidak terkandung dalam istilah '*byādhi*'.

Oleh karena itu, kita percaya bahwa naskah yang mengandung '*sokaparidevadukkhadomanassupāyāsāpi dukkhā*' tanpa kata-kata '*byādhipi dukkho*' adalah akurat dan selaras dengan kanon ajaran-ajaran Buddha. Naskah inilah yang akan digunakan dalam buku ini.

NASKAH PĀḶI YANG AKURAT TENTANG PENGERTIAN DARI *DUKKHASACCA*

Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhaṃ ariyasaccaṃ
jātipi dukkhā, jarāpi dukkhā, byādhipi dukkho,
maraṇampi dukkhaṃ, appiyehi sampayogo dukkho,
piyehi vippayogo dukkho, yampicchaṃ na labhati tampi dukkhaṃ
saṃkhittena pañcupādānakkhandhā dukkhā.

"Para *bhikkhu*, apa yang akan Saya ajarkan sekarang adalah kebenaran mulia yang dinamakan penderitaan yang harus diketahui para *ariya*. Kelahiran adalah penderitaan; penuaan adalah penderitaan; kematian

adalah penderitaan; kesedihan, ratap tangis, kesakitan, dukacita, dan kepedihan yang mendalam adalah; berkumpul dengan orang-orang yang tidak disukai atau orang yang dibenci adalah penderitaan; berpisah dengan orang-orang yang disukai adalah penderitaan; tidak mendapatkan apa yang diinginkan itu pun adalah penderitaan (kitab komentar *Mahāva*); atau sebaliknya, mendapat apa yang tidak diinginkan juga penderitaan (subkomentar *Vibhaṅga*). Secara singkat, lima agregat yang membentuk objek pelekatan atau kelompok *nāma-rūpa* yang melekat pada konsep saya, milik saya, kekekalan, kepuasan (*sukha*), diri sendiri, sesungguhnya merupakan penderitaan."

EMPAT KEBENARAN MULIA

Terdapat banyak sistem kepercayaan di dunia, masing-masing memiliki penjelasan tersendiri mengenai apa yang dipertimbangkan sebagai inti dari kebenaran. Ajaran dalam sistem agama lain tidak berdasar pada realisasi kebenaran dengan usaha sendiri, tetapi hanya dari pemikiran spekulatif. Pengikut mereka pun menerima ajaran bukan melalui pengalaman pribadi melainkan hanya berdasarkan iman. Semua ajaran seperti itu, yang bertentangan dengan Buddhisme, dikelompokkan menjadi 62 jenis kepercayaan yang salah. Pernyataan oleh Begawan ini ditemukan dalam *Brahmājāla Sutta*.

Spekulasi tidak mungkin terjadi dalam ajaran Buddha karena semua hal dapat dijelaskan. Kebenaran yang Beliau ajarkan ditemukan melalui pencapaian Beliau sendiri. Empat Kebenaran Mulia yang Beliau ajarkan dicapai melalui penembusan pandangan terang yang unggul, dikembangkan dengan mengikuti Jalan Mulia Berunsur Delapan. Empat Kebenaran Mulia ini adalah:

1. *Dukkhasacca* Kebenaran yang dinamakan penderitaan,
2. *Samudayasacca* Kebenaran yang dinamakan asal-mula,
3. *Nirodhasacca* Kebenaran yang dinamakan akhir,
4. *Maggasacca* Kebenaran yang dinamakan Jalan.

Untuk mencapai lenyapnya penderitaan, harus ada pengetahuan mengenai apa itu lenyapnya penderitaan yang sebenarnya. Pelenyapan penderitaan tidak dapat dicapai tanpa mengetahui cara untuk menyelesaikannya. Dengan demikian, pengetahuan tentang Empat Kebenaran Mulia sangat diperlukan.

Setelah menemukan Empat Kebenaran Mulia, Buddha mengurutkan penjelasan atas hal tersebut agar lebih mudah dipahami. Kebenaran pertama yang dibahas adalah kebenaran yang dinamakan penderitaan yang Beliau jelaskan sebagai berikut:

1. Kelahiran
2. Penuaan
3. Kematian
4. Kesedihan
5. Ratap tangis
6. Penderitaan jasmani (kesakitan)
7. Dukacita
8. Kepedihan yang mendalam
9. Berkumpul dengan orang yang tidak disukai
10. Berpisah dari orang yang disukai
11. Tidak mendapatkan apa yang diinginkan
12. Lima agregat pelekatan

1. *JĀTI DUKKHA* – PENDERITAAN TENTANG KELAHIRAN KEMBALI

Kelahiran berarti penghancuran *nāma-rūpa* di saat terakhir dalam kehidupan lampau dan permulaan *nāma-rūpa* di kehidupan baru yang terkondisi oleh *kamma*. Genesis pertama yang menjadi tautan penghubung dengan kehidupan masa lalu terdapat dalam pembentukan awal dari *nāma* dan *rūpa*. Permulaan ini disebut dengan *paṭisandhi* (konsep hubungan). Jika pembentukan ini terjadi dalam rahim seorang ibu, kita membahas pembuahan rahim (*gabbhaseyyaka paṭisandhi*), yang terdiri dari dua jenis: *aṇḍaja paṭisandhi* (bertelur), 'ketika pembuahan terjadi dalam sebuah sel telur dalam rahim' dan *jalābuja paṭisandhi* (beranak), 'ketika embrio berkembang dengan bebas dalam rahim sampai kelahiran terjadi'.

Menurut kitab suci Buddhis, pembuahan rahim berasal dari mani dan darah orang tua. Ilmu medis Barat memegang prinsip bahwa pembuahan merupakan hasil penggabungan dari sperma ayah dan ovum ibu. Kedua pandangan ini dapat diakurkan dengan menerima bahwa sperma ayah dan darah ibu terlibat dalam pembuahan. Penggabungan dari sperma dan darah dari orang tua, menuju ke pembentukan hasil baru *nāma* dan *rūpa*. Inilah kelahiran; yang dapat terjadi baik dalam alam menyedihkan (*apāya*) atau dalam alam manusia, sesuai *akusala kamma* dan *kusala kamma* masing-masing dari masa lalu.

Pembuahan di media lembab seperti lumut dan lain-lain (*saṃsedaja*), seperti kelahiran dari beberapa larva, dan lain-lain. Makhluk-makhluk yang tidak terlihat oleh mata manusia seperti dewa, setan, hantu, dan penghuni dari alam menyedihkan dianggap mengalami kelahiran spontan atau autogenesis yang juga dikenal sebagai pembuahan *opapātika*. Makhluk-makhluk ini lahir dengan batin yang mengetahui dan tubuh jasmani yang telah berkembang sempurna.

Dalam empat jenis pembuahan ini, momen awal dari pembenihan atau genesis merupakan *jāti* (awal dari kehidupan baru). Tidak ada penderitaan atau kesakitan pada awal momen dari genesis karena pemunculan pertama atau awal dari kehidupan berfungsi sebagai dasar munculnya penderitaan jasmani dan batin di sepanjang kehidupan selanjutnya, *jāti* diistilahkan sebagai 'penderitaan'.

Ibarat memberikan tanda tangan pada sebuah dokumen sebagai penjamin untuk beberapa transaksi yang dipertanyakan. Tentu saja, tidak ada masalah saat menandatangani berkas-berkas transaksi. Namun, hal itu pasti akan menimbulkan kesulitan. Setelah kita menandatangani dokumen tersebut berarti kita akan terlibat dalam masalah yang menakutkan atau dengan kata lain 'penderitaan'. Untuk penjelasan lebih lanjut, penderitaan dikelompokkan menjadi tujuh kategori, sebagai berikut:

1. *Dukkha-dukkha*
2. *Vipariṇāma dukkha*
3. *Saṅkhāra dukkha*

Ketiga ini membentuk satu kelompok.

4. *Paṭicchanna dukkha*
5. *Appaṭicchanna dukkha*

Kedua ini membentuk kelompok lain.

6. *Pariyāya dukkha*
7. *Nippariyāya dukkha*

Ini membentuk kelompok ketiga.

Dari ketujuh jenis ini; Penderitaan jasmani, kesakitan, dan ketidaknyamanan merupakan satu bentuk penderitaan. Sama seperti kekhawatiran, kesengsaraan, ketidakbahagiaan, dan kesedihan yang merupakan bentuk lain. Kedua bentuk ini bergabung membentuk jenis pertama dari penderitaan, *dukkha-dukkha*. Sifat alaminya penderitaan, dinamakan penderitaan di dalam rasa sakit. Oleh karena itu, *dukkha-dukkha*, ditakuti oleh setiap makhluk hidup.

1. Catatan pengingat: penderitaan jasmani dan batin yang tidak tertahankan adalah *dukkha-dukkha*.

VIPARIṆĀMA DUKKHA

Sensasi jasmani menyenangkan yang muncul dari sentuhan menyenangkan dikenal dengan *kāya sukha*. Kondisi batin senang yang muncul dari merasakan objek indra yang menyenangkan dikenal sebagai *cetasika sukha*. Dua bentuk keadaan yang bahagia ini menyenangkan bagi setiap orang, setiap makhluk. Semua mengejar dua keadaan bahagia ini, siang dan malam, bahkan sampai membahayakan nyawa mereka. Ketika hal ini dicapai, kebahagiaan mereka tidak mengenal batas. Namun, saat objek indra yang

memberikan kesenangan dan kenikmatan ini hilang atau dihancurkan, akan terjadi pergolakan hebat dalam diri mereka, kemudian diikuti dengan stres berat.

Ketika kekayaan yang mereka kumpulkan, baik dalam bentuk emas, uang, atau harta benda, tiba-tiba hilang karena satu alasan atau yang lain; ketika kematian atau perpisahan mendatangi salah satu anggota keluarga, pasangan, atau anak-anak; kesedihan dan penderitaan yang hebat akan terjadi, bahkan mungkin menyebabkan kekacauan batin. Dengan demikian, kedua bentuk kebahagiaan ini, *kāya sukha* dan *cetasika sukha*, juga merupakan jenis penderitaan yang dikenal sebagai *vipariṇāma dukkha* (penderitaan karena perubahan). Ketika mereka bertahan, mereka kelihatan sangat menyenangkan, tetapi keberadaannya hanya untuk digantikan oleh kesedihan dan kepedihan yang mendalam ketika mereka hilang. Pada akhirnya, mereka hanyalah *dukkha*.

2. Catatan pengingat: Kebahagiaan muncul dari kesenangan jasmani dan batin disebut *vipariṇāma dukkha.*

SAṄKHĀRA DUKKHA

Kehidupan sehari-hari yang biasa dilihat, didengar, atau bersentuhan dengan seseorang. Objek indra yang biasa saja, tidak menimbulkan sebuah perasaan menyenangkan atau kesejahteraan maupun kesakitan atau ketidaksenangan. Kondisi netral, tengah ini yang sifatnya tidak menyakitkan maupun menyenangkan diistilahkan sebagai perasaan tenang (*upekkhā vedanā*).

Namun, ketenangan netral ini tidak selalu ada. Diperlukan pemeliharaan secara terus-menerus untuk menjaga kelangsungan dari keadaan tengah ini. Usaha melelahkan tersebut merupakan *dukkha*. Dengan demikian, perasaan tenang ini dapat disebut juga dengan *saṅkhāra dukkha*.

Dalam *upekkhā vedanā*, semua bentuk lain dari *nāma* dan *rūpa* dari lingkup duniawi juga disebut *saṅkhāra dukkha* karena mereka memerlukan pengondisian secara terus-menerus.

3. Catatan pengingat: Perasaan tenang dan bentukan *nāma*, *rūpa* dari lingkup duniawi disebut *saṅkhāra dukkha*.

Perasaan gembira juga memerlukan pengondisian secara terus-menerus untuk pemeliharaannya dan sudah seharusnya dikelompokkan sebagai *saṅkhāra dukkha*. Namun, para komentator mengeluarkannya dari pengelompokan ini karena telah diberi nama yang terpisah yaitu *vipariṇāma dukkha*. Meskipun demikian, hal itu seharusnya tetap dianggap sebagai *saṅkhāra dukkha* karena sudah jelas bahwa penerapan yang sungguh-sungguh diperlukan untuk pemeliharaannya.

PAṬICCHANNA DUKKHA

Penyakit jasmani seperti sakit gigi, sakit kepala, perut kembung, dan lain-lain; lalu, dukacita yang muncul dari keinginan yang tidak terpenuhi seperti kemarahan yang membakar, kekecewaan, kesedihan, dan kekhawatiran; keduanya disebut *paṭicchanna dukkha* (penderitaan terselubung). Kedua bentuk penderitaan itu disebut demikian karena mereka hanya dirasakan oleh diri si penderita dan baru diketahui oleh orang lain hanya setelah diberitahukan oleh si penderita itu sendiri. Dengan demikian, penderitaan itu tidak terbukti secara nyata sehingga disebut juga dengan *apataka dukkha* (penderitaan semu yang tidak terbukti).

APPAṬICCHANNA DUKKHA

Bekas luka seperti akibat tebasan pedang, tusukan tombak, atau peluru tidak dapat disembunyikan seluruhnya sehingga terlihat cukup

jelas dan terbukti keberadaan. Oleh karena itu, hal ini disebut *appaṭicchanna dukkha* (penderitaan yang terlihat) atau *pakata dukkha-dukkha* (penderitaan nyata).

PARIYĀYA DUKKHA

Semua bentuk dari *rūpa* dan *nāma* yang bisa memunculkan penyakit jasmani dan batin, dalam hakikatnya, bukanlah penderitaan. Mereka menjadi dasar dari penderitaan, dari satu bentuk atau bentuk lain, yang dikenal sebagai *pariyāya dukkha*. Cukup menakutkan karena penderitaan pasti akan muncul darinya. Seperti contoh yang diberikan, sangat menakutkan saat seseorang memberikan jaminan pada sebuah transaksi dengan menandatangani suatu kontrak yang imbalannya harus dilakukan kemudian.

NIPPARIYĀYA DUKKHA

Jenis penderitaan *dukkha-dukkha* ini bersifat hakiki. Tidak ada aturan-aturan rumit sebelum seseorang merasakan akibat dari tindakannya. Oleh karena itu, penderitaan ini dikenal dengan *vipariṇāma dukkha* (penderitaan langsung).

Sesuai dengan pengelompokkan di atas, *jāti* (kelahiran) dalam sebuah kehidupan baru termasuk dalam kelompok *pariyāya dukkha*. Semua jenis penderitaan di neraka seperti dihukum pembakaran oleh api neraka sampai jutaan tahun atau penyiksaan oleh penjaga neraka; semua muncul karena terlahir di neraka sebagai akibat dari *akusala kamma* di masa lampau.

Begitu pun dengan penderitaan di alam lainnya. Semua jenis penderitaan dalam alam *peta* seperti kelaparan dan pembakaran dengan api selama jutaan tahun; penderitaan dan masalah dalam alam binatang yang diderita oleh binatang seperti hewan ternak, gajah,

anjing, burung, kambing, serangga, dan lain-lain; semua muncul karena mereka terlahir di alam menyedihkan tersebut.

Kesengsaraan manusia yang ditandai dengan kekurangan penunjang kehidupan seperti makanan, pakaian, dan lain-lain juga disebabkan karena kelahiran mereka di alam kehidupan manusia. Bahkan, ketika segalanya telah terpenuhi hingga berlebih, tidak ada yang bisa terlepas dari penderitaan. Mereka masih dapat merasakan penderitaan jasmani dan batin. Tubuh masih dapat terserang penyakit; batin selalu tersiksa karena dipenuhi kecemasan dan ketakutan. Semua kesengsaraan ini muncul karena *jāti* dalam alam manusia. Dengan demikian, *jāti* merupakan dasar dari semua penderitaan di seluruh rentangan kehidupan. *Jāti* adalah *dukkha*.

PENDERITAAN DALAM RAHIM SEORANG IBU

Ketika seseorang terbentuk di dalam rahim seorang ibu, seseorang akan hidup dalam tempat yang menjijikkan. Rahim terletak di antara perut dan anus; berada di tengah makanan belum dicerna dan saluran pengeluaran kotoran serta urine. Ditambah lagi harus hidup dari sperma dan darah. Tiada yang tahu apakah dirinya akan masuk ke rahim seorang manusia atau seekor lembu. Sungguh menjijikkan!

Dua puluh atau tiga puluh tahun yang lalu, seorang *thera* pengajar *Dhamma* terbiasa membacakan syair 'Tempat lahir *Dhamma*, tempat lahir zamrud' dalam khotbah. Syair itu mendeskripsikan berbagai jenis tempat lahir; mulai dari tempat lahir emas bertatahkan zamrud untuk bayi kerajaan hingga keranjang rotan menyedihkan dari keluarga yang dilanda kemiskinan.

Dalam salah satu bait terdapat pertanyaan, "Penuaan terjadi secara perlahan setahap demi setahap. Tempat lahir mana yang kamu tuju?" Pertanyaan tersebut tepat, setelah penuaan, akhirnya datang kematian. Jika *taṇhā* (keinginan) masih tetap ada, kematian pasti akan diikuti

oleh kelahiran kembali dalam sebuah kehidupan baru. Bahkan, jika seseorang terlahir dalam alam manusia, dia akan memulai kehidupan dalam satu tempat lahir. Pertanyaannya, "Tempat lahir yang mana?"

Tempat lahir emas bertatahkan zamrud akan menunggu mereka dengan *kamma* baik berlimpah, sedangkan mereka yang terbebani dengan *kamma* buruk akan menuju keranjang rotan dalam rumah yang menyedihkan. Syair ini merupakan sebuah nasihat untuk mendorong orang-orang melakukan perbuatan baik demi menjamin tempat lahir yang lebih tinggi di kehidupan berikutnya.

Kami mendorong anda untuk merenungkan pertanyaan tentang rahim mana yang akan anda tuju; menyadari juga penderitaan mengerikan yang menyertai kelahiran; dan berjuang untuk mengakhiri lingkaran kelahiran kembali. Jika seseorang tidak bisa berjuang untuk mencapai kebebasan sempurna, setidaknya berusaha untuk menghindari terlahir di alam rendah.

Kami telah menjelaskan penderitaan yang seseorang hadapi dari kelahiran kembali yang mengerikan sejak masuk ke dalam rahim ibu. Penderitaan akan terus mengikuti. Selama masa kehamilan, saat ibu tiba-tiba bergerak, duduk, atau berdiri; janin mengalami penderitaan ekstrem layaknya seorang anak kecil yang diputar-putar oleh seorang pemabuk atau seekor anak ular yang jatuh dalam tangan seorang pawang. Ketika ibu meminum sesuatu yang dingin atau menelan sesuatu yang panas atau asam, penderitaannya menjadi penyiksaan yang nyata.

PENDERITAAN SAAT KELAHIRAN

Rasa sakit yang dirasakan seorang ibu saat melahirkan begitu menyiksa dan dapat menyebabkan kematian; penderitaan yang sama hebatnya juga dirasakan anak yang dilahirkan. Setelah dilahirkan,

tubuhnya yang lemah ditarik oleh tangan yang kasar, dibersihkan dan digosok dengan kain kasar, layaknya menggosok bagian memar dari sebuah luka yang sangat sensitif. Kesakitan yang dijelaskan sejauh ini berhubungan dengan penderitaan yang dialami dari waktu pembuahan sampai waktu kelahiran.

PENDERITAAN SEPANJANG HIDUP

Kesulitan dan ketidaknyamanan seperti rasa kaku dan gatal; panas dan dingin, menjadi penderitaan yang berat bagi anak-anak. Mereka tidak memahami cara menghilangkan rasa yang mengganggu tersebut dan hanya bisa mengubah postur tubuh saat bergerak, duduk maupun berdiri. Seiring pertumbuhannya, semakin banyak kesulitan yang harus dihadapi.

Seseorang akan mengalami semua penderitaan ini hanya karena dia terlahir dalam sebuah kehidupan baru. Kembali dikatakan, *jāti* (kelahiran) adalah dasar dari semua penderitaan dalam semua kehidupan. Ketika tidak ada lagi kelahiran, maka kita telah terbebas sepenuhnya dari penderitaan-penderitaan ini. Dengan demikian, Begawan telah mengajarkan penyebab dari kehidupan baru atau kelahiran kembali, *jāti* adalah *dukkha*.

Catatan:

1. *Dukkha* ditemukan dalam setiap kehidupan.
2. Tidak ada *jāti*, tidak ada *dukkha*.
3. Oleh karena itu, penyebab dari kelahiran (*jāti*) adalah *dukkha*.

2. *JARĀ DUKKHA* – PENDERITAAN TENTANG PENUAAN

Rambut beruban, keriput di wajah semakin terlihat, telinga menjadi tuli, dan penglihatan mengalami penurunan; semua itu merupakan tanda-

tanda penuaan. Dengan kata lain, kerusakan telah tertanam dengan sangat jelas dalam agregat dari *nāma* dan *rūpa* kehidupan seseorang. Namun, penuaan komponen *nāma* dari tubuh tidak terlihat jelas. Indikasinya seperti ingatan yang melemah dan mulai pikun. Kemunduran ini semakin terlihat jelas, terutama di hadapan para sahabat.

Penuaan jasmani berlangsung sepanjang hidup, tetapi menjadi sangat jelas hanya ketika seseorang tidak lagi muda. Anak-anak di bawah sepuluh tahun tentunya tidak memiliki tubuh seperti mereka yang telah berusia lanjut. Begitu pun dengan yang berusia dua puluh atau tiga puluh tahun, penampilan mereka saat ini tentunya berbeda dengan dahulu. Penampilan jasmani akan berubah secara terus menerus dan perubahan ini merupakan tanda penuaan sedang terjadi.

Jarā (penuaan) berhubungan dengan *ṭhiti* (momen statis) dari agregat *nāma-rūpa* dan tidak memiliki sumber rasa sakit atau penderitaan jika berdiri sendiri. Namun, seiring datangnya penuaan, terjadi pelemahan pada keseluruhan sistem tubuh; kerusakan panca indra; dan memudarnya kecantikan. Belum lagi hinaan dari anak muda dan anggota masyarakat lainnya.

Penurunan tersebut tentunya memunculkan penderitaan jasmani dan batin. Buddha mengatakan bahwa *jarā* merupakan *dukkha* yang menakutkan. Orang-orang benar-benar takut akan usia tua. Mereka selalu mencari jalan dan cara untuk menghentikan datangnya usia tua, tetapi semua sia-sia. Penuaaan tidak bisa dihindari.

3. *MARAṆA DUKKHA* – PENDERITAAN TENTANG KEMATIAN

Kematian berarti hilangnya *jīvita nāma, rūpa*, atau kehidupan yang telah berhenti sejak waktu pembuahan yang terkondisi oleh *kamma* individu dalam kehidupan tertentu. Berhubungan dengan ini, Buddha telah mengatakan, '*sabbe bhāyanti maccuno*', yang berarti 'semua makhluk hidup selalu merasa takut akan kematian'. Kematian terkondisi oleh kelahiran.

Kematian karena kekerasan, kematian karena penyebab alami, kematian karena habisnya *kamma* baik, semuanya menjelaskan fenomena yang sama tentang hilangnya prinsip hidup, *jīvita nāma, rūpa*.

Kematian sebagaimana adanya hanyalah momen penghancuran dari *jīvita nāma, rūpa* dan bukan kesakitan atau penderitaan itu sendiri. Namun, ketika kematian datang, seseorang harus meninggalkan tubuh jasmani dan meninggalkan yang mereka cintai, serta semua harta benda yang dimilikinya. Kemungkinan bahwa kita dapat meninggalkan kehidupan di saat ini juga sangatlah menakutkan. Ketidakpastian pada kehidupan yang akan dituju seseorang setelah kematian juga menyebabkan ketakutan besar. Kematian yang menakutkan ini juga Buddha jelaskan sebagai *dukkha.*

Sesuai dengan kitab komentar, orang jahat yang terbebani dengan *akusala kamma*-nya akan melihat perbuatan buruk yang telah mereka lakukan atau melihat tanda dari alam *apāya* di mana mereka akan dilahirkan kembali. Semua itu akan memberikan dukacita yang intens. Orang-orang yang memiliki kumpulan *kamma* baik juga menderita karena ketakutan memikirkan kematian yang mendekat dan tidak ingin berpisah dari orang-orang tercinta dan kerabat serta harta benda yang dimiliki.

Semua makhluk hidup akan mengalami penderitaan yang menyiksa tubuh dari penyakit yang datang saat kematian semakin mendekat. Dengan demikian, kematian yang menjadi dasar dari semua penderitaan jasmani dan batin juga Begawan katakan sebagai *dukkha.*

4. *SOKA DUKKHA* – PENDERITAAN TENTANG KESEDIHAN

Soka, kesedihan adalah kekhawatiran dan keadaan penuh kecemasan yang disebabkan oleh kehilangan kerabat, dan lain-lain:

1. Ketika kehilangan kerabat terjadi karena pencurian, perampokan, pemberontakan, wabah, kebakaran, banjir atau badai, ini disebut *ñātivyasana*;

2. Ketika kerusakan harta benda atau kepunyaan disebabkan oleh perintah raja (pemerintah), pencurian, atau bencana kebakaran, ini disebut *bhogabyasano*;
3. Kemunduran kesehatan dan usia panjang disebabkan oleh penyakit kronis disebut *rogabyasano*;
4. Kemerosotan moral disebut *sīlabyasana*; dan
5. Penyimpangan dari pandangan benar menjadi pandangan salah disebut *diṭṭhibyasana*.

Kesedihan dengan kekhawatiran dan ketakutan mendalam dirasakan khususnya ketika seseorang kehilangan orang-orang tercinta seperti suami, istri, anak, dan kerabat terdekat lainnya, juga ketika krisis moneter melanda. *Soka* ini sesungguhnya merupakan *domanassa vedanā* (perasaan dukacita) dan termasuk penderitaan di dalam rasa sakit (*dukkhadukkha*). Penderitaan luar biasa akibat kesedihan memungkinkan munculnya sensasi panas pada dada yang dapat menyebabkan penuaan dini, bahkan kematian. *Soka* yang menjadi dasar untuk kemunculan penderitaan jasmani lain juga disebut sebagai *dukkha* oleh Begawan.

Setiap orang takut akan kesedihan. Melihat kesempatan ini, banyak buku membahas soal "terbebas dari kesedihan". Namun, kebebasan dari kesedihan yang sesungguhnya hanya dapat diperoleh dengan mengembangkan Empat Dasar Perhatian Penuh. Praktik latihan ini telah dibuktikan oleh menteri Santati dan Paṭācāra Therī. Beberapa *yogī* di pusat meditasi kami juga menderita kesedihan luar biasa; beberapa telah kehilangan suami atau kerabat, yang lain disusahkan oleh kegagalan bisnis. Hari demi hari, mereka melatih diri dengan Empat Dasar Perhatian Penuh; kesedihan mereka pun berkurang secara perlahan hingga akhirnya mereka terbebas sepenuhnya dari kesedihan mereka.

5. *PARIDEVA DUKKHA* – PENDERITAAN KARENA RATAP TANGIS

Ratap tangis adalah bentuk materi dari suara yang dihasilkan saat menangisi kepergian kerabat yang terkasih atau hilangnya harta benda.

Orang-orang yang menderita ini meraung histeris hingga linglung sambil menyatakan kebaikan dari yang telah meninggal atau kualitas dari harta benda yang hilang. Mereka pun mencela orang-orang tidak bersalah sebagai penyebab kemalangannya.

Pada dasarnya, ratap tangis itu sendiri hanyalah objek suara dan bukan *dukkha*. Namun, ratapan dan raungan tersebut menimbulkan ketidaknyamanan dan kesakitan. Oleh karena itu, Buddha telah menyatakan *parideva* (ratap tangis) sebagai *dukkha*. Menangis berarti akan merasakan kesakitan yang pada akhirnya merupakan *dukkha*.

6. *DUKKHA* – PENDERITAAN JASMANI (KESAKITAN)

Ketidaknyamanan jasmani seperti rasa kaku, sakit, lelah, gatal, dan lain-lain merupakan penderitaan. Penderitaan jasmani ini adalah penderitaan yang hakiki dan disebut *dukkha-dukkha*. Semua orang mengetahui dan takut akan penderitaan ini. Bahkan, binatang pun melarikan diri saat melihat tanda akan dipukuli atau ditembak. Penderitaan jasmani itu adalah *dukkha,* hal ini adalah fakta dan seharusnya tidak perlu dijelaskan. Penting untuk diketahui bahwa *vyādhi* (penyakit) termasuk dalam *dukkha-dukkha.* Penderitaan jasmani biasanya juga membebani mental dan akhirnya membuat batin ikut menderita. Penderitaan itu juga dinamakan *dukkha* (kesakitan).

Jika penderitaan jasmani diperhatikan dengan penuh kesadaran sesuai dengan metode *satipaṭṭhāna*, penderitaan batin bisa dihindari. Guru Agung Buddha menyarankan latihan ini karena praktisinya dapat menghindari penderitaan batin (dukacita) dan hanya menderita penderitaan jasmani (kesakitan). Membiarkan penderitaan batin muncul karena gagal memerhatikan penderitaan jasmani sangat tidak disarankan oleh Buddha. Begawan berkata, "Berusaha untuk menghilangkan duri pertama yang menyakitkan dengan menusuknya keluar dengan duri lain, ketika duri kedua patah dan tetap tertanam dalam daging. Seseorang itu kemudian akan

menderita dua kesakitan, satu dari duri pertama dan tambahan kesakitan dari duri kedua." Analogi ini layak direnungkan.

7. *DOMANASSA* –PENDERITAAN KARENA DUKACITA

Domanassa (dukacita) menunjukkan penderitaan batin seperti ketidaksenangan, khawatir (kecemasan), kesengsaraan, kesedihan, ketakutan, dan lain-lain. *Domanassa* juga merupakan penderitaan hakiki (*dukkha-dukkha*). Semua makhluk hidup memahami dan takut terhadapnya sehingga tidak memerlukan uraian lebih lanjut.

Domanassa tidak hanya menekan batin, tetapi juga menyiksa jasmani. Ketika seseorang dicengkeram oleh dukacita, dia tenggelam di dalamnya hingga tidak bisa tidur dan makan selama berhari-hari. Dukacita tersebut dapat mengakibatkan gangguan kesehatan, bahkan menimbulkan kematian. *Domanassa* merupakan *dukkha* berat, hanya *Anāgāmi* dan *Arahat* yang bisa terbebas darinya.

Mereka yang melatih meditasi *satipaṭṭhāna* dapat mengatasi dukacita jika berusaha keras untuk memerhatikan kesedihan itu sejak kemunculannya. Dengan cara ini, mereka dapat mengurangi dukacita yang dialami hingga sanggup ditahan. Namun, mereka tetap belum dapat menghilangkan dukacita itu secara keseluruhan.

8. *UPĀYĀSA* – PENDERITAAN KARENA KEPEDIHAN YANG MENDALAM

Upāyāsa (kepedihan yang mendalam) merupakan kekesalan atau kebencian yang ditimbulkan dukacita ketika seseorang terpengaruh kesakitan akibat kehilangan kerabat, dan lain-lain (*ñātivyasana*). Hal itu membuat seseorang terus meratapi kehilangannya dan menyebabkan terbakarnya batin dan tekanan jasmani. Oleh karena itu, *upāyāsa* merupakan *dukkha* dan ditakuti oleh semua.

Kitab komentar menggambarkan perbedaan antara *soka* (kesakitan),

parideva (dukacita), dan *upāyāsa* (putus asa) seperti berikut.

Penderitaan jasmani ibarat minyak goreng atau larutan pewarna dalam sebuah panci di atas api yang kecil. Ratap tangis ibarat mendidihnya isi panci hingga tumpah saat dimasak di atas api besar. Kepedihan yang mendalam ibarat yang tersisa dalam panci setelah mendidih dan tidak berdaya untuk melakukan apa pun lagi; kemudian terus dimasak sampai isi panci mengering.

9. PENDERITAAN KARENA BERKUMPUL DENGAN ORANG-ORANG YANG TIDAK DISUKAI

Berkumpul dengan orang yang tidak disukai merupakan pertemuan dengan makhluk yang tidak menyenangkan dan bentuk *saṅkhāra*. Pertemuan itu sendiri bukannya tidak tertahankan. Namun, ketika seseorang bertemu dengan makhluk atau hal yang tidak menyenangkan, reaksi segera muncul dalam bentuk gangguan batin dan ketidakpuasan fisik. Kemunculan reaksi-reaksi tersebut menyebabkan berkumpul dengan orang yang tidak disukai termasuk dalam *dukkha.*

Hampir semua orang menganggap pertemuan tersebut sebagai penderitaan yang tidak diinginkan. Beberapa orang bahkan sampai berdoa agar tidak dipertemukan dengan orang atau hal yang tidak diinginkan dalam rangkaian kehidupannya. Namun, kesenangan dan ketidaksenangan selalu berdampingan, seseorang harus menghadapi keduanya sesuai dengan keadaan. Keinginan tersebut mungkin terkabul, jika memungkinkan. Namun, hanya sebatas berkurangnya kesempatan bertemu dengan orang atau hal yang tidak menyenangkan.

Hal yang penting adalah berusaha keras menghadapi situasi tidak menyenangkan dengan sikap batin yang benar. Tindakan terbaik adalah kembali ke latihan *satipaṭṭhāna*, yaitu memerhatikan tanpa henti sehingga proses batin berdiam pada keadaan hanya 'mendengar', 'melihat', dan lain-lain. Ketika sensasi tidak menyenangkan dirasakan oleh tubuh, tekanan batin

harus dihindari dengan memerhatikan 'sentuhan', 'mengetahui', 'sakit', dan lain-lain secara terus-menerus.

10. PENDERITAAN KARENA BERPISAH DARI ORANG-ORANG YANG DISUKAI

Perpisahan dengan yang dicintai berarti dipisahkan dari orang yang menyenangkan, hal ini adalah bentuk *sankhāra*. Perpisahan itu sendiri bukan sebuah perasaan yang menyakitkan. Namun, ketika perpisahan dari orang atau hal yang dicintai terjadi, baik karena kematian atau alasan lain, dukacita langsung muncul. Perpisahan ini dapat berkembang menjadi kesedihan, ratap tangis, dan kepedihan yang mendalam.

Seseorang pasti diliputi kesakitan saat berada dalam situasi tersebut. Buddha mengatakan bahwa berpisah dari orang dan hal yang dicintai merupakan *dukkha* karena hal ini menimbulkan berbagai jenis dukacita. Semua orang menganggap perpisahan tersebut sebagai penderitaan yang menyakitkan. Beberapa bahkan berdoa supaya bisa selalu bersama dengan orang yang mereka cintai hingga pada kehidupan yang berulang-ulang. Harapan tersebut hanya dapat terpenuhi ketika mereka memiliki *kamma* baik yang cukup.

Keluarga Mendaka si jutawan, yang meliputi: istri; anak laki-laki; dan menantu perempuannya, serta pelayan wanita mereka, pernah membuat harapan supaya mereka bisa selalu bersama dalam kehidupan mendatang dengan berdana makan kepada seorang *Paccekabuddha*. Sebagai buah dari *kamma* baik ini, harapan tersebut terpenuhi dan mereka terlahir bersama sebagai kelompok lima orang petapa pada masa Buddha Gotama. Namun, harapan demikian cenderung menimbulkan belenggu-belenggu yang mengikat dan sangat tidak pantas bagi orang yang bertekad kuat untuk mencapai kebebasan sepenuhnya dari penderitaan *samsāra*.

11. PENDERITAAN KARENA TIDAK MENDAPATKAN YANG DIINGINKAN

Penderitaan karena tidak mendapatkan yang diinginkan dapat berarti dua hal. Pertama, penderitaan muncul murni karena tidak mendapatkan yang diinginkan. Kedua, penderitaan muncul dari keinginan atas hal-hal yang tidak didapatkan.

Tanpa melatih dan mengembangkan Jalan Mulia Berunsur Delapan, keinginan akan selalu muncul dalam diri semua makhluk hidup. 'Oh, bahwa kita tidak mengalami kelahiran, penuaan, penyakit, dan kematian. Oh, bahwa kita tidak mengalami kesedihan dan ratap tangis, dan lain-lain'. Keinginan-keinginan ini tentu saja tidak akan muncul hanya dengan memohon dan tidak mendapatkan yang diinginkan akan menyebabkan dukacita. Buddha telah menyebutkan bahwa keinginan demikian merupakan *dukkha.*

Hal-hal yang diinginkan seseorang tidak terbatas pada *Nibbāna* saja. Banyak keinginan dan pencapaian duniawi yang juga tidak bisa didapatkan hanya dengan berharap. Tidak mendapatkan hal yang diinginkan tersebut juga merupakan *dukkha.*

12. PENDERITAAN KARENA LIMA AGREGAT PELEKATAN

Sebelas jenis penderitaan dimulai dari penderitaan karena *jāti* (kelahiran) sampai pada penderitaan karena *icchitālābha dukkha* (tidak mendapatkan yang diinginkan) muncul hanya karena adanya *upādānakkhandha* (lima agregat pelekatan). Secara singkat, lima agregat pelekatan merupakan kebenaran yang dinamakan penderitaan.

Agregat materi dan bentukan batin yang menghasilkan objek pelekatan disebut *upādānakkhandha*, yang terdiri dari:

1. Kelompok bentuk materi (jasmani)
2. Kelompok perasaan
3. Kelompok penyerapan
4. Kelompok bentuk batin
5. Kelompok kesadaran

Semua makhluk, hidup begitu saja dengan lima agregat sebagai tubuh substantif mereka. Makhluk-makhluk tersebut menganggap tubuh sebagai 'Saya', 'tubuh saya', 'abadi', dan lain-lain. Itulah sebabnya kelompok bentuk materi disebut agregat pelekatan.

Keadaan batin yang terdiri dari kesadaran dan bentuk batin (*cetasika*) juga merupakan pelekatan karena munculnya anggapan sebagai 'saya', 'batin saya', 'itu adalah saya yang berpikir', 'abadi', dan lain-lain. Maka *nāma* (keadaan batin) juga termasuk sebagai agregat pelekatan. Inilah asal mula terjadinya pelekatan dalam kelompok *rūpa* dan *nāma* sebagai satu kesatuan.

UPĀDĀNAKKHANDHA SAAT MELIHAT

Untuk mempertimbangkan masing-masing fenomena secara terperinci, *upādānakkhandha* sangat mudah muncul setiap kali seseorang melihat sebuah objek. Begitu juga saat mendengar, mencium, menyentuh, membayangkan (berpikir). Pada saat melihat, mata yang melihat; objek penglihatan; dan kesadaran sedang melihat menjadi terlihat jelas. Dalam kesadaran melihat ini terdapat perasaan menyenangkan atau tidak menyenangkan saat melihat; persepsi atau pengenalan dari objek yang terlihat; pengerahan usaha dan fokus untuk menyelesaikan proses melihat dan memahami bahwa sebuah objek baru saja terlihat.

Orang yang tidak bisa melatih meditasi pandangan terang atau mereka yang belum mencapai tahap menyadari sifat dari *anicca*, *dukkha*, *anatta*; mereka masih melekat pada mata, objek penglihatan, dan lain-lain. Mereka menganggap penglihatan yang jelas sebagai 'saya', sebagai 'mata saya', dan 'abadi'. Saat mereka melihat tubuh dan bagiannya, pelekatan muncul; 'saya melihat tubuh saya sendiri; ini adalah tangan saya, ia akan abadi.' Begitu pun saat melihat orang lain, melihatnya sebagai suatu yang 'abadi'. Kemunculan pelekatan pada bentuk materi dari mata dan objek penglihatan diistilahkan *rūpupādānakkhandha.*

Sebagai tambahan, selain perasaan menyenangkan atau tidak menyenangkan dalam melihat sebuah objek, terdapat pula perasaan netral yang tidak diuraikan secara terpisah karena keterbatasan ruang dalam buku ini. Yang berhubungan dengan perasaan netral baik termasuk dalam perasaan menyenangkan; yang berhubungan dengan perasaan netral tidak baik termasuk dalam perasaan tidak menyenangkan. Kedua perasaan tersebut menimbulkan pelekatan: 'itu adalah saya', 'itu adalah perasaan saya', 'itu kekal', 'saya merasa baik', 'saya merasa buruk'. Karena menyebabkan pelekatan, perasaan menyenangkan atau tidak menyenangkan dalam melihat sebuah objek disebut *vedanupādānakkhandha.*

Dalam melihat sebuah objek, pelekatan juga muncul dengan konsep 'saya mengenalinya', 'saya tidak melupakannya'. Hal ini diistilahkan *saññupādānakkhandha* (agregat pelekatan dari penyerapan).

Melatih keinginan untuk melihat sebuah objek disebut *cetanā* (kehendak). Menurut kosakata dalam naskah, hal itu diistilahkan dengan hasutan, dorongan, atau keinginan. Akan tetapi, keinginan atau kehendak menjelaskan definisinya dengan cukup jelas. *Manasikāra*, yang menyertai *cetanā*, artinya perenungan atau *ekkagatā* pada sebuah objek. Lalu, ada juga *phassa* (kontak) yang ikut berperan. Namun, kita hanya akan menyebut *cetanā* dan *manasikāra* saja karena keduanya lebih menonjol. Pada kedua hal tersebut juga terdapat pelekatan sebagai 'saya' atau 'abadi'. Oleh karena itu, *cetanā* dan *manasikāra* yang terlibat dalam tindakan melihat dinamakan *saṅkhārupādānakkhandha*. *Saṅkhāra* di sini berarti pengondisian. Dalam melihat, ini berarti menimbulkan kondisi untuk menyelesaikan tindakan melihat.

Hanya mengetahui bahwa sebuah objek terlihat disebut sebagai "kesadaran mata". Hal tersebut juga melekat pada 'saya lihat, saya mengetahui'; 'saya' yang melihat itu kekal. Karena memungkinkan terjadinya pelekatan, kesadaran itu disebut *viññāṇupādānakkhandha*.

Kesimpulan:

1. Pada momen melihat, mata dan objek penglihatan disebut *rūpupādānakkhandha.*
2. Perasaan menyenangkan atau tidak menyenangkan disebut *vedanupādānakkhandha.*
3. Mengenal atau mengingat objek disebut *saññupādānakkhandha.*
4. Melakukan keinginan untuk melihat dan mengalihkan perhatian pada objek disebut *saṅkhārupādānakkhandha.*
5. Hanya mengetahui bahwa sebuah objek terlihat disebut *viññāṇupādānakkhandha.*

Dengan mengamati melihat sebagai 'melihat' pada saat setiap kali sebuah objek terlihat bertujuan untuk memungkinkan seseorang melihat lima kelompok dari *rūpa* dan *nāma* sebagaimana mereka adanya. Setelah melihat lima kelompok tersebut, seseorang diharapkan dapat berdiam pada keadaan hanya melihat dan tidak melekat pada mereka sebagai 'saya', 'kepunyaan saya', 'abadi', 'menyenangkan', 'baik', dan lain-lain.

Untuk memahami tujuan dari mengamati setiap fenomena, kami telah menyediakan aforisme berikut.

Prinsip dasar dari latihan meditasi *vipassanā*:

1. Dengan merenungkan apa, meditasi *vipassanā* dapat dikembangkan? *Dengan mengamati lima agregat yang bisa menimbulkan pelekatan sebagaimana mereka adanya.*

2. Kapan dan untuk tujuan apa seharusnya mereka diperhatikan? *Mereka seharusnya diamati pada saat kemunculan untuk menghilangkan pelekatan.*

3. Gagal untuk mengamati mereka pada saat kemunculannya menimbulkan pelekatan terhadap mereka sebagai 'abadi', 'menyenangkan', atau 'diri sendiri'.

4. Memerhatikan lima agregat setiap kali mereka muncul akan menghilangkan pelekatan. Dengan demikian, pandangan terang yang jelas tentang ketidakkekalan, ketidakpuasan, atau penderitaan akan berkembang.

Pada (3), 'pada saat kemunculan' berarti pada saat melihat, mendengar, dan lain-lain. Pada (4), 'setiap kali mereka muncul' berarti setiap tindakan melihat, mendengar, dan lain-lain ketika hal itu terjadi.

LIMA AGREGAT PELEKATAN SAAT MENDENGAR

Pada saat mendengar, sudah jelas ada telinga yang bisa mendengar dengan mudah; ada juga suara yang cukup bisa didengar; dan kesadaran yang mengetahui bahwa sebuah suara telah terdengar. Kesadaran ini terdiri dari perasaan mendengar yang menyenangkan atau tidak menyenangkan; persepsi dari suara; keinginan; pengerahan tenaga; dan *ekkagatā* menuju objek suara untuk menyelesaikan tindakan mendengar dan hanya mengetahui bahwa sebuah suara telah terdengar.

Orang yang tidak memiliki kesempatan untuk melatih perhatian penuh dan karena itu tidak memiliki pengetahuan tentang kenyataan sebagaimana adanya; mereka akan melekat pada semua fenomena (*dhamma*) yang menonjol pada saat mendengar sebagai 'saya', 'kepunyaan saya', dan lain-lain. Kesimpulan:

1. Pada saat mendengar, telinga dan suara disebut *rūpupādānakkhandha.*
2. Perasaan mendengar yang menyenangkan atau tidak menyenangkan disebut *vedanupādānakkhandha.*
3. Mengenal atau mengingat suara disebut *saññupādānakkhandha.*
4. Berkeinginan mendengar suara dan mengalihkan perhatian menujunya disebut *saṅkhārupādānakkhandha.*
5. Hanya mengetahui bahwa sebuah suara telah terdengar disebut *viññāṇupādānakkhandha.*

Dengan mengamati mendengar sebagai 'mendengar' setiap kali sebuah suara didengar bertujuan untuk memungkinkan seseorang melihat lima kelompok *rūpa* dan *nāma* sebagaimana mereka adanya. Setelah mendengar, seseorang diharapkan dapat berdiam pada keadaan hanya mendengar dan tidak melekat sebagai 'saya', 'kepunyaan saya', 'abadi', 'menyenangkan', 'baik', dan lain-lain.

LIMA AGREGAT PELEKATAN SAAT MENCIUM

Pada saat mencium, terdapat materi jasmani hidung; aroma; dan kesadaran yang mengetahui aroma tersebut. Kesadaran ini terdiri dari perasaan mencium yang menyenangkan atau tidak menyenangkan; pengenalan aroma; keinginan untuk mencium dan mengalihkan perhatian menuju objek yang dicium; serta untuk mengetahui aroma tersebut.

Kegagalan untuk mengamati mencium sebagai 'mencium' dan melihat fenomena mencium sebagaimana adanya mengakibatkan pelekatan padanya sebagai 'saya', 'kepunyaan saya', dan lain-lain. Karena menimbulkan pelekatan, hidung; aroma; dan kesadaran akan aroma dikenal sebagai *upādānakkhandha.* Kesimpulan:

1. Pada saat mencium, hidung dan aroma disebut *rūpupādānakkhandha.*
2. Perasaan mencium yang menyenangkan atau tidak menyenangkan disebut *vedanupādānakkhandha.*
3. Mengenal dan mengingat aroma disebut *saññupādānakkhandha.*
4. Melakukan keinginan untuk mencium dan mengalihkan perhatian menuju objek penciuman disebut *saṅkhārupādānakkhandha.*
5. Hanya mengetahui aroma disebut *viññāṇupādānakkhandha.*

Dengan mengamati mencium sebagai 'mencium' setiap kali sebuah aroma tercium bertujuan untuk melihat lima kelompok *rūpa* dan *nāma* sebagaimana mereka adanya. Setelah mencium aroma, *yogī* diharapkan

dapat berdiam pada keadaan hanya mencium dan tidak melekat kepadanya sebagai 'saya', 'kepunyaan saya', 'menyenangkan', 'tidak menyenangkan', 'baik', dan lain-lain.

LIMA AGREGAT PELEKATAN SAAT MAKAN

Pada saat mengetahui rasa melalui makan, di sana pasti ada lidah; rasa; dan kesadaran tentang rasa. Kesadaran ini terdiri dari perasaan mengecap yang menyenangkan atau tidak menyenangkan; mengenali atau mengingat rasa; keinginan dan mengalihkan perhatian menuju objek untuk menyelesaikan tindakan makan; dan hanya mengetahui rasa itu.

Kegagalan untuk mengamati makan sebagai 'makan' pada saat makan dan untuk melihat fenomena makan sebagaimana adanya, mengakibatkan pelekatan padanya sebagai 'saya', 'kepunyaan saya', dan lain-lain. Karena kemungkinan pelekatan itu, lidah; rasa; dan kesadaran tentang rasa dikenal sebagai *upādānakkhandha.* Kesimpulan:

1. Pada saat makan, lidah dan rasa disebut *rūpupādānakkhandha.*
2. Perasaan mengecap yang menyenangkan atau tidak menyenangkan disebut *vedanupādānakkhandha.*
3. Mengenali atau mengingat rasa disebut *saññupādānakkhandha.*
4. Melakukan keinginan untuk mengecap dan mengalihkan perhatian menuju objek disebut *saṅkhārupādānakkhandha.*
5. Hanya mengetahui rasa disebut *viññāṇupādānakkhandha.*

Ketika memakan makanan, mempersiapkan sepotong makanan dalam tangan; mengangkat dan memasukkannya ke dalam mulut; dan mengunyahnya, semua tindakan ini berhubungan dengan mengetahui sensasi sentuhan; mengetahui rasa di lidah ketika mengunyah makanan. Semuanya merupakan kesadaran tentang rasa. Dengan demikian, mengamati rasa pada setiap kali sedang makan harus dilakukan untuk melihat lima kelompok *nāma* dan *rūpa* sebagaimana mereka adanya

sehingga mereka hanya berdiam pada 'makan' dan tidak ada pelekatan sebagai 'saya', 'kepunyaan saya', 'abadi', 'menyenangkan', 'baik', dan lain-lain.

LIMA AGREGAT PELEKATAN SAAT MERABA

Indra peraba mencakup bidang yang luas. Di seluruh tubuh seseorang, di mana pun daging dan darahnya berada dalam kondisi baik, tersebar *kāyapasāda rūpa* (permukaan yang merasakan dan memberikan sensasi sentuhan). Baik di dalam tubuh (dalam daging, dalam darah, dalam otot, dalam tulang, dan lain-lain) maupun di luar tubuh (di permukaan kulit), dasar sensitif ini menyebar dan tidak menyisakan setitik pun tempat kosong.

Di mana pun dasar sensitif ini berada, semua sentuhan akan terasa. Pada saat meraba, dasar sensitif yang mampu mencengkeram materi tubuh akan menonjol. Daerah tersebut akan terlihat jelas sebagai tempat yang terdampak, tetapi bukan sebagai bentuk apa pun. Sama seperti, bagian sensitif dari telinga; hidung; dan lidah menjadi terlihat jelas sebagai tempat pendengaran, penciuman, dan pengecap dikembangkan.

Terdapat tiga elemen yang mungkin ikut muncul saat sentuhan dirasakan ,yaitu *paṭhavī*; *tejo;* dan *vāyo*. Keras, kasar, halus, dan lembut yang dirasakan seseorang disebut *paṭhavī*; panas, hangat, atau dingin disebut *tejo*; kaku, tekanan, atau gerakan disebut *vāyo*. Sensasi-sensasi tersebut mungkin muncul sebagai akibat dari gesekan antara elemen yang berbeda dalam tubuh atau melalui kontak di luar tubuh (dengan pakaian, tempat duduk, tanah, air, panas matahari, dll). Dampak tersebut menghasilkan sensasi sentuhan yang sangat jelas.

Kesadaran atas sentuhan terdiri dari perasaan menyenangkan atau tidak menyenangkan; persepsi dari dampak yang terjadi; adanya keinginan dan mengalihkan perhatian untuk menyelesaikan tindakan menyentuh; dan hanya mengetahui bahwa sebuah kontak telah terjadi. Perasaan menyenangkan atau tidak menyenangkan yang dirasakan melalui sentuhan sangatlah jelas dan dapat menimbulkan penderitaan jasmani, terutama yang

muncul dari kontak yang tidak menyenangkan. Hal tersebut akan menghasilkan *dukkhavedanā* (perasaan menderita).

Kegagalan untuk mengamati saat menyentuh dan melihat kenyataan sebagaimana adanya, berakibat pada pengembangan pelekatan sebagai 'saya', 'kepunyaan saya', dan lain-lain. Oleh karena itu, daerah sentuhan; dasar sensitif; sensasi sentuhan; dan mengetahui bahwa sebuah kontak telah dilakukan disebut *upādānakkhandha.* Kesimpulan:

1. Pada saat menyentuh, permukaan yang bisa merasakan dan dampak dari sentuhan disebut *rūpupādānakkhandha.*
2. Perasaan sentuhan yang menyenangkan atau tidak menyenangkan disebut *vedanupādānakkhandha.*
3. Mengenali atau mengingat sentuhan disebut *saññupādānakkhandha.*
4. Melakukan keinginan dan mengalihkan perhatian untuk menyelesaikan tindakan menyentuh disebut *saṅkhārupādānakkhandha.*
5. Hanya mengetahui bahwa sebuah kontak telah dilakukan disebut *viññāṇupādānakkhandha.*

Praktik mengamati postur tubuh seperti sedang berjalan, tidur, bergerak, dan lain-lain dilakukan hanya untuk menyadari agregat pelekatan ini. Ketika mengamati postur tubuh, elemen khusus yang terlihat jelas, *vāyo,* dilihat sebagaimana adanya, hanya sebagai sebuah materi tubuh (*rūpa*) tanpa kekuatan kesadaran apa pun. *Nāma* juga mengamati postur tubuh sebagaimana adanya. Dengan demikian, pada setiap kali memerhatikan, selalu ada *rūpa* (objek) yang diperhatikan dan *nāma* (batin yang mengetahui, yang mengamatinya).

Setelah melihat kenyataan ini dengan tepat dan jelas, pengetahuan tentang sebab dan akibat akan muncul. Ada 'postur berjalan' karena ada keinginan untuk berjalan. Kemudian, melihat dengan jelas bahwa *rūpa-nāma* muncul dan hilang, *yogī* menyadari bahwa fenomena ini hanya sementara,

menyakitkan, menyedihkan, dan terjadi sesuai dengan sifatnya sendiri, tidak terkendalikan (*anatta*). Karena kesadaran atau keyakinan ini, tidak akan ada lagi pelekatan apa pun sebagai 'saya', atau 'kepunyaan saya' dalam proses berjalan, berdiri, duduk, dan lain-lain.

Inilah cara menghilangkan pelekatan sesuai dengan *Mahā Satipaṭṭhāna Sutta* yang menyatakan, "Tidak ada lagi pelekatan kepada apa pun di dunia, terutama pada materi jasmani atau lima agregat". Agar dapat terbebas dari pelekatan, perhatian penuh pada tubuh; perasaan; batin; dan objek batin harus dikembangkan.

Perasaan menyakitkan seperti kaku; panas; sakit; gatal; dan lain-lain, menjadi jelas pada tempat yang terdampak. Kegagalan untuk mengamati penderitaan pada saat kemunculan dan untuk melihat sifat nyatanya berakibat pada pelekatan seperti 'saya merasa kaku', 'saya merasa panas', 'saya merasa sakit', 'saya merasa menderita'. Pelekatan-pelekatan tersebut harus dihindari.

Perhatian penuh pada perasaan yang menyakitkan harus dilakukan untuk menyadari sifat nyatanya. Pengamatan dengan saksama dan terus menerus pada perasaan menyakitkan akan mengungkapkan secara jelas bagaimana perasaan menyakitkan dari kekakuan; kepanasan; kesakitan, satu per satu, muncul kembali dalam tubuh. Kemudian, akan muncul keyakinan dari dalam diri. Bahwa perasaan menyakitkan ini hanya bertahan sementara dan akan menghilang, tidak kekal. Seseorang akhirnya terbebas dari pelekatan, tidak akan lagi dilekati 'sebagai saya'; 'kepunyaan saya'; 'abadi'. Dengan demikian, pengamatan penuh kesadaran sangat diperlukan.

LIMA AGREGAT PELEKATAN SAAT BERPIKIR

Aktivitas batin seperti berpikir; membayangkan, mempunyai cakupan yang sangat luas dan sering terjadi. Pada saat terjaga, batin selalu aktif. Bahkan, tanpa adanya objek menarik dan menyenangkan di sekitarnya,

imajinasi memunculkannya seolah-olah ada di dunia nyata. Hambatan-hambatan seperti keinginan sensual; niat buruk; kemalasan dan kelambanan; kegelisahan dan kekhawatiran; kecurigaan, semua berhubungan dengan aktivitas batin. Demikian juga dengan pemikiran atau refleksi tentang nafsu, niat buruk, dan kekejaman (*kāmavitakka, byāpādavitakka, dan vihiṃsāvitakka*). Kecuali, jika aktivitas batin ini diperhatikan dengan kesadaran di saat kemunculannya, mereka pasti teridentifikasi sebagai *atta* (diri), sebuah wujud yang hidup. Oleh karena itu, sangat penting untuk mengamati setiap aktivitas batin di setiap kemunculannya.

Ketika dianalisis dengan saksama, aktivitas batin juga merupakan lima agregat pelekatan. Pikiran mungkin disertai dengan *somanassa* (perasaan bahagia) atau *domanassa* (perasaan tidak menyenangkan); atau mungkin muncul dengan *upekkhā* (perasaan yang netral), tidak disertai dengan perasaan menyenangkan maupun tidak menyenangkan. Ketika tidak ada kesadaran pada ketiga jenis perasaan di saat kemunculannya, mereka pasti dilekati sebagai 'saya merasa senang; saya merasa baik; saya merasa sedih; saya merasa buruk; saya tidak merasakan menyenangkan maupun tidak menyenangkan'. Akibat adanya peluang pelekatan, ketiga jenis perasaan ini dikenal sebagai *vedanupādānakkhandha.*

Kemudian, terdapat juga *saññā* (persepsi) yang mengenali objek yang sedang dipikirkan oleh batin. *Saññā* terlihat jelas ketika mencoba untuk mengingat kenyataan yang mau dibicarakan atau ketika terlibat dalam pemeriksaan sebuah perhitungan, ibarat mengecek rekening koran. Perihal *saññā,* pikiran yang keliru dapat memunculkan 'Saya ingat. Saya mempunyai ingatan yang bagus'. Hal ini disebut *saññupādānakkhandha.*

Pada saat berpikir atau melatih imajinasi, terdapat beberapa bentuk batin yang muncul, yaitu *phassa* (kesadaran yang jelas tentang keberadaan objek atau kontak), *vitakka* (kehendak batin menuju objek atau penempelan awal), *manasikāra* (memberi perhatian pada objek), *cetanā* yang mendesak

dan menghasut, 'Biarlah bijaksana seperti ini, biarlah bijaksana seperti itu'. Peran *cetanā* terlihat sangat jelas ketika, sebagai contoh, sebuah masalah penting muncul dalam batin saat tengah malam dan hal itu tidak bisa segera diatasi. Desakan dari *cetanā,* 'Pergilah sekarang dan beritahu dia' menjadi sangat jelas. Pikiran tidak baik, yang disertai *lobha*, *dosa*, dan lain-lain, dan pikiran baik, yang disertai *alobha, adosa, amoha, saddhā, sati*, dan lain-lain, menjadi sangat mudah terlihat.

Faktor-faktor mental *phassa*, *cetanā,* dan *manasikāra* merupakan perantara penggerak yang bertanggung jawab atas kemunculan pikiran (pendapat, imajinasi, konsep), satu demi satu, secara berurutan. Mereka juga melatarbelakangi semua tindakan berbicara dan pergerakan tubuh seperti berjalan, berdiri, meregang, dan lain-lain. Setiap dorongan yang berhubungan dengan batin, ucapan, atau tindakan jasmani, masing-masing merupakan *saṅkhāra* yang mengondisikan suatu tindakan dengan mendesak, mendorong, mengarahkan, dan lain-lain.

Peranan mengondisikan oleh *saṅkhāra* tersebut dapat mengakibatkan hal itu diidentifikasi sebagai seseorang atau sebuah makhluk hidup. Hal itu adalah salah karena dianggap sebagai 'saya'. Pikiran 'saya berpikir', 'saya berbicara', 'saya pergi', 'saya melakukan' merupakan pelekatan yang salah pada pengkondisian *saṅkhāra* ini. Pelekatan yang demikian dikenal dengan pelekatan pada *kārakattā* (pelekatan akan diri). Oleh karena itu, *saṅkhāra* yang terdiri dari *phassa, cetanā, manasikāra,* dan lain-lain disebut *saṅkhārupādānakkhandha*.

Pada saat berpikir, pasti ada kesadaran tentang tindakan berpikir. Orang Myanmar menganggap kesadaran dan faktor-faktor mental hanya sebagai *citta* (batin). Kesadaran dari tindakan berpikir ini sangat umum dipandang sebagai jiwa, ego (*atta*) yang menjadi alasan kesadaran juga dikenal sebagai *viññāṇupādānakkhandha*.

Sebagai tambahan, pada saat berpikir, materi tubuh yang menyediakan tempat untuk berpikir juga sangat jelas sehingga orang-orang yang tidak tahu meyakini bahwa materi tubuhlah yang sedang berpikir. Karena alasan

ini, materi tubuh yang menyediakan tempat untuk berpikir disebut sebagai *rūpupādānakkhandha*.

Objek pikiran dapat berupa materi (*rūpa*), batin (*nāma*), atau nama, pendapat, pikiran, konsep (*paññāti*). Hal-hal ini juga berfungsi sebagai objek pelekatan. Objek materi termasuk dalam *rūpupādānakkhandha*. Objek batin dikelompokkan dalam empat kategori dari *nāma-upādānakkhandha*. *Paññāti* dapat dimasukkan dalam agregat pelekatan jasmani atau batin, menyesuaikan dengan yang berkaitan. Sebagai contoh, dalam '*yampicchaṃ na labhati tampi dukkhaṃ'* (tidak mendapatkan apa yang dinginkan merupakan penderitaan), tidak mendapatkan yang seseorang inginkan baik jasmani maupun batin, hanya *paññāti.* Catatan pada kitab komentar dalam *Mūla Ṭīkā* tentang hal ini menyatakan bahwa keinginan atas sesuatu yang tidak bisa didapatkan seharusnya dianggap sebagai *dukkha*.

Sangat penting untuk menyadari sifat nyata dari pikiran dengan memerhatikan setiap kemunculannya, dengan kesadaran penuh. Kegagalan untuk mengamati dan mengenali sifat nyatanya akan menuntun kepada pelekatan sebagai 'saya', 'milik saya', 'abadi', 'menyenangkan', 'baik', dan lain-lain. Zaman sekarang, kebanyakan orang selalu melekat pada objek-objek batin ini. Pelekatan tersebut akan mengaktifkan proses kelahiran kembali sesuai dengan *upādānapaccayā bhavo* tentang hukum dependensi kemunculan bergantungan, *paṭiccasamuppāda*. Dalam setiap kelahiran baru selalu ada usia tua; penyakit; dan kematian, yang diikuti dengan penderitaan kesedihan; ratap tangis; kesakitan; dukacita; dan kepedihan yang mendalam.

Jika kesadaran dikembangkan dalam setiap kemunculan dari sebuah pikiran, sifat nyata dari ketidakkekalan; penderitaan; dan tanpa diri (*anicca, dukkha, anatta*) akan menjadi jelas. Setelah mengetahui sifat nyata tersebut, tidak ada pelekatan yang akan muncul. Dengan demikian, tidak ada proses aktif untuk kelahiran kembali. Ketika tidak ada kelahiran baru, kumpulan penderitaan yang ditunjukkan oleh usia tua, penyakit, kematian, kesedihan, ratap tangis, dan lain-lain akan sepenuhnya hilang.

Akhir dari penderitaan sebagai hasil dari menyadari setiap pikiran yang

muncul ini bersifat sementara. Namun, jika latihan ini dilanjutkan dan *yogī* terus memperoleh penghentian penderitaan sementara pada setiap pengamatan; pada saat *ariyamagga* telah berkembang sepenuhnya, penderitaan akan telah sepenuhnya hilang sebelum pencapaian tersebut diraih. Dengan demikian, ketika disibukkan dengan latihan mengamati 'muncul', 'lenyap', 'duduk', 'menyentuh', jika ada pikiran atau tanggapan yang mengganggu, hal itu harus diamati sebagai 'sedang berpikir' atau 'sedang menanggapi'.

Analisis terperinci yang telah kita lakukan di atas akan membuktikan bahwa apa yang menjadi jelas pada saat melihat, mendengar, mencium, mengecap, menyentuh, dan berpikir hanyalah lima agregat pelekatan. Bagi umat awam yang tidak bisa mempraktikkan latihan mengamati ini, pada saat melihat, subjek yang melihat sudah jelas merupakan tubuh berwujud; objek eksternal yang terlihat juga jelas seorang wanita, seorang pria, sebuah tubuh berwujud. Sama halnya dengan fenomena mendengar dan lain-lain. Pada kenyataannya, bagaimanapun, tidak ada wujud atau massa selain lima agregat pelekatan yang membentuk sebuah tubuh jasmani. Tidak ada yang berwujud kecuali keenam momen dari melihat, mendengar, dan lain-lain. Mereka menjadi jelas hanya pada saat keenam momen dan apa yang menjadi jelas kemudian juga hanya lima agregat pelekatan.

PENDERITAAN KARENA LIMA AGREGAT PELEKATAN

Penderitaan tidak menyenangkan dari kelahiran, kematian, kesedihan, dan lain-lain muncul karena lima agregat pelekatan. Selama lima agregat pelekatan ini masih ada, penderitaan-penderitaan tersebut akan terus ada. Oleh karena itu, lima agregat pelekatan sendiri merupakan penderitaan yang tidak menyenangkan.

Secara singkat, karena adanya tubuh jasmani (*rūpa*), penderitaan jasmani dan batin yang tergantung dari *rūpa* akan muncul. Karena ada batin yang mengetahui (*nāma*), penderitaan jasmani dan batin yang didasarinya akan muncul. Oleh karena itu, *rūpa* dan *nāma,* yang merupakan lima agregat pelekatan, merupakan penderitaan yang tidak menyenangkan.

Dengan kata lain, tekanan jasmani dan batin yang tidak tertahankan merupakan penderitaan hakiki yang tidak menyenangkan dan dikenal sebagai *dukkha-dukkha*. Setiap orang takut akan hal-hal ini. Dengan demikian, *dukkhavedanā* (perasaan duka), dengan sebutan lain *upādānakkhandha*, merupakan kebenaran sejati tentang adanya penderitaan.

Sensasi menyenangkan dalam jasmani dan batin adalah menggembirakan dan nikmat ketika sedang berlangsung, tetapi ketika hal itu hilang, mereka digantikan dengan ketidaknyamanan, ketidakpuasan yang tentunya merupakan penderitaan. Jenis penderitaan ini dikenal sebagai *vipariṇāma dukkha*, yang muncul karena perubahan dari keadaan menyenangkan menjadi sesuatu yang berbeda dan buruk. Bagi para *ariya* (orang-orang mulia), sensasi menyenangkan ibarat raksasa wanita yang memukau orang-orang dengan kecantikannya dan membuat mereka gila pada akhirnya. Bagi mereka, sensasi menyenangkan merupakan *upādānakkhandha* yang tidak menyenangkan; semua sama saja dan merupakan kebenaran sejati tentang adanya penderitaan. Pada waktu bersamaan, sensasi menyenangkan bersifat sementara dan membutuhkan pengkondisian secara terus-menerus untuk mempertahankan *status quo* (situasi saat ini). Hal ini tentu saja menjengkelkan. Oleh karena itu, bagi orang bijaksana ini merupakan *dukkha* yang sebenarnya.

Yang tersisa, *upekkhā* (perasaan netral) dan *upādānakkhandha* (*saññā, saṅkhāra, viññāna,* dan *rūpa*) selalu berubah-ubah dan sementara; bagi para mulia, hal ini juga tidak menyenangkan. Karena kematian selalu ada, maka ketergantungan pada ketidakkekalan *upādānakkhandha* untuk substansi jasmani (massa atau pendukung) adalah tidak menyenangkan; ibarat hidup dalam sebuah bangunan yang dapat runtuh kapan saja.

Sifat fana dari *upādānakkhandha* memerlukan usaha terus menerus untuk mengondisikan *status quo*. *Saṅkhāradukkha* ini, usaha untuk mengondisikan ini juga tidak menyenangkan. Oleh karena itu, bagi para mulia, tidak hanya perasaan menyenangkan atau tidak menyenangkan, *upādānakkhandha* lainnya juga merupakan kebenaran yang tidak menyenangkan tentang adanya penderitaan.

Karena kelima agregat pelekatan dianggap sebagai penderitaan yang sangat buruk, Begawan menyimpulkan definisi dari kebenaran yang dinamakan penderitaan ini, "Secara singkat, kelima agregat pelekatan, dengan kata lain disebut *nāma* dan *rūpa* yang bisa menimbulkan pelekatan seperti 'saya', 'milik saya', 'abadi', 'penuh kegembiraan', 'diri', 'ego' hanyalah penderitaan yang tidak menyenangkan".

UPĀDĀNA DAN *UPĀDĀNAKKHANDHA*

Sekarang kami akan menjelaskan perbedaan *upādāna* dan *upādānakkhandha*. *Upādāna* berarti pelekatan yang kuat, terdiri dari empat jenis:

1. *Kāmupādāna*
   Pelekatan terhadap nafsu indra, merupakan pelekatan yang muncul dari keinginan nafsu indra.

2. *Diṭṭhupādāna*
   Pelekatan terhadap pandangan salah, merupakan pelekatan terhadap pandangan bahwa tidak ada *kamma* dan akibatnya; tidak ada kehidupan selanjutnya, tidak ada Buddha yang unggul, tidak ada *Arahat*. Semua pandangan salah yang lain, selain *attadiṭṭhi* dan *sīlabbata, parāmāsa diṭṭhi* dikenal sebagai *diṭṭhupādāna*.

3. *Sīlabbatupādāna*
   Pelekatan terhadap adat dan upacara (ritualisme), yaitu praktik dari ritual atau upacara tertentu yang tidak berhubungan dengan pemahaman Empat Kebenaran Mulia maupun pengembangan Jalan Mulia Berunsur Delapan. Dengan keyakinan bahwa ritualisme menuntun ke pembebasan dari penderitaan *saṃsāra*, dan ke kedamaian abadi, terbebas dari usia tua, penyakit, dan kematian. Ini merupakan sebuah jenis dari *micchādiṭṭhi* (meyakini yang salah sebagai benar).

4. *Attavādupādāna*
   Pelekatan terhadap pandangan adanya jiwa yang kekal, merupakan

pelekatan terhadap keyakinan adanya jiwa, ego, sebuah wujud yang hidup. Hal ini sama seperti pandangan yang salah terhadap adanya aku (*sakkāyadiṭṭhi*) dan diri (*attadiṭṭhi*).

Dari keempat jenis pelekatan, *kāmupādāna* merupakan pelekatan terhadap nafsu indra. Lainnya merupakan berbagai jenis pandangan salah. Oleh karena itu, kita dapat menyimpulkan:

(1) Dua jenis pelekatan (*upādāna*): "Pandangan salah" dan "Keinginan nafsu indra".

Terdapat dua jenis pelekatan, yang muncul dari keinginan untuk kesenangan indriawi dan karena pandangan salah. Objek dari pelekatan tersebut terdiri dari agregat dari *rūpa* dan agregat dari *nāma*. Hal ini dikenal sebagai *upādānakkhandha.*

(2) Terdapat objek-objek yang menyebabkan pelekatan seperti 'saya', 'kepunyaan saya', yaitu *upādānakkhandha* (agregat pelekatan).

Pelekatan seperti 'saya' merupakan *attadiṭṭhi* (pandangan salah tentang diri), yang menuntun ke dua pandangan salah lainnya. Ketika pelekatan muncul karena nafsu, objek keinginan yang tidak dimiliki seseorang akan dilekati seolah-olah itu adalah miliknya. Naskah Pāḷi berikut menjelaskan bagaimana keinginan ini menuntun ke pelekatan, '*etaṃ mama*... ini adalah kepunyaan saya'. Kita telah menyimpulkan bahasan ini pada bagian *vipariṇāma dukkha*.

Agregat dari *nāma-rūpa* yang dapat menimbulkan pelekatan karena keyakinan yang salah sebagai diri, wujud hidup, atau pelekatan posesif seperti 'saya' disebut agregat pelekatan (*upādānakkhandha).* Agregat batin yang tidak bisa menimbulkan pelekatan melalui keinginan atau pandangan salah hanya disebut *khandha* (agregat) dan bukan *upādānakkhandha* (agregat pelekatan). Agregat batin tersebut adalah bentuk adiduniawi

vedanā, saññā, saṅkhāra, dan *viññāna* dari Empat Jalan dan Empat Buah Pengetahuan. Mereka hanyalah agregat perasaan, agregat persepsi, agregat formasi batin, dan agregat kesadaran; dan tidak dikelompokkan sebagai agregat pelekatan.

(3) Jenis duniawi dari materi tubuh, *vedanā, saññā, saṅkhāra,* dan *viññāna* yang telah kita sebutkan berulang-ulang di atas merupakan agregat yang mendorong munculnya pelekatan. Oleh karena itu, mereka disebut juga sebagai agregat pelekatan, yaitu *rūpa, vedanā, saññā, saṅkhāra,* dan *viññāna.*

Agregat duniawi dari *rūpa-nāma* merupakan materi jasmani. *Rūpāvacara citta* dan *cetasika* menjadi nyata pada keenam pintu indra seseorang yang tidak memiliki pencapaian *jhāna* setiap kali dia melihat, mendengar, mencium, mengecap, menyentuh, atau berpikir. Bagi seseorang yang telah mencapai *jhāna*, *rūpāvacara* dan *arūpāvacara jhāna citta* juga menjadi jelas pada pintu batin sebagai tambahan dari agregat di atas.

Lima agregat pelekatan ini merupakan kebenaran yang dinamakan penderitaan dan menjadi objek yang sesuai untuk meditasi *vipassanā*. Kemudian, Buddha menjelaskan hal-hal tersebut sebagai *Dhamma* yang seharusnya dimengerti dengan tepat dan benar melalui meditasi *vipassanā*, melalui jalan pengetahuan. Pada bagian ketiga dari khotbah kita, Jalan dari *sammādiṭṭhi* telah didefinisikan sebagai pengetahuan dari kebenaran yang dinamakan penderitaan; dengan kata lain, pengetahuan yang bertambah dari perenungan terhadap lima agregat pelekatan.

Perlu ditekankan, *rūpa-nāma,* agregat pelekatan ini seharusnya direalisasi sendiri sebagai kebenaran sejati tentang adanya penderitaan. Caranya, dengan melihat secara jelas sifat dari muncul; lenyap; ketidakkekalan; penderitaan; tanpa diri. Dengan pengamatan perhatian penuh pada *rūpupādānakkhandha* (mata dan pandangan, telinga dan suara, dan lain-lain) dan *nāma-upādānakkhandha* (kesadaran mata, kesadaran telinga, dan lain-

lain) ketika mereka menampakkan diri pada enam pintu indra, pada setiap kejadian melihat; mendengar; mencium; mengecap; menyentuh; dan berpikir.

Hal ini merupakan sebuah kebahagiaan bahwa beberapa *yogī* dari pusat meditasi kami telah melihat kenyataan sebagaimana adanya, dengan praktik perhatian penuh sesuai dengan metode *satipaṭṭhāna*, yaitu mengamati setiap wujud dalam setiap kemunculannya pada setiap enam pintu indra. Mereka seharusnya memberi selamat kepada diri sendiri bahwa mereka telah datang untuk mempelajari *Dhamma* seperti yang diajarkan oleh Buddha, "Secara singkat, lima agregat pelekatan adalah penderitaan dan berjuanglah lebih keras untuk mencapai pengetahuan sempurna".

Untuk menyimpulkan, kita akan mengulangi catatan pengingat dari 12 jenis kebenaran yang dinamakan penderitaan.

1. Kelahiran kembali merupakan penderitaan.
2. Penuaan merupakan penderitaan
3. Kematian merupakan penderitaan.
4. Kesedihan merupakan penderitaan.
5. Ratap tangis merupakan penderitaan.
6. Penderitaan jasmani (kesakitan) merupakan penderitaan.
7. Dukacita merupakan penderitaan.
8. Kepedihan yang mendalam merupakan penderitaan.
9. Berkumpul dengan orang yang tidak disukai merupakan penderitaan.
10. Berpisah dari orang yang disukai merupakan penderitaan.
11. Adalah sia-sia untuk menginginkan kebebasan dari penuaan, penyakit, kematian, dan semua jenis penderitaan tanpa mengembangkan Jalan Mulia Berunsur Delapan; keinginan itu tidak akan pernah terpenuhi. Keinginan untuk mendapatkan sesuatu yang tidak bisa didapatkan juga merupakan penderitaan. Dalam alam duniawi, mengharapkan yang tidak bisa dicapai juga merupakan penderitaan.

12. Untuk menyimpulkan, sebelas jenis penderitaan yang dijelaskan di atas, lima agregat yang dapat menimbulkan pelekatan seperti 'saya', 'kepunyaan saya', adalah kebenaran yang dinamakan penderitaan yang sesungguhnya.

Kita telah meluangkan banyak waktu untuk membahas dengan jelas definisi dan penjabaran dari kebenaran yang dinamakan penderitaan. Dengan demikian, khotbah hari ini telah selesai.

Semoga Anda semua yang hadir di sini, dengan kebajikan memberikan perhatian penuh hormat kepada 'Khotbah Utama Tentang Pemutaran Roda *Dhamma'*, Anda mampu untuk mengembangkan Jalan Tengah, dengan kata lain disebut Jalan Mulia Berunsur Delapan, dengan merenungkan lima agregat pelekatan, kebenaran yang dinamakan penderitaan yang seharusnya dipahami dengan jelas dan sepenuhnya, dan dengan jalan dan pengetahuan yang sesuai dengan diri Anda, dengan segera mencapai dan merealisasi *Nibbāna*, akhir dari semua penderitaan.

Sādhu! Sādhu! Sādhu!

Bab Lima

KHOTBAH UTAMA TENTANG PEMUTARAN RODA DHAMMA

DISAMPAIKAN PADA HARI BULAN BARU
DI BULAN THADINGYUT, 1324, TAHUN MYANMAR

Minggu lalu, pada hari *Waning* ke 8 di bulan Thadingyut, ketika kami membabarkan khotbah tentang bagian keempat dari *Dhammacakkappavattana Sutta*, kita telah membahas kebenaran yang dinamakan penderitaan. Hari ini, kita akan melanjutkan dengan kebenaran yang dinamakan asal mula penderitaan. Pertama-tama, kita akan memahami kembali Empat Kebenaran Mulia:

1. *Dukkhasacca* Kebenaran yang dinamakan penderitaan,
2. *Samudayasacca* Kebenaran yang dinamakan asal-mula,
3. *Nirodhasacca* Kebenaran yang dinamakan akhir,
4. *Maggasacca* Kebenaran yang dinamakan Jalan.

Setelah mendefinisikan kebenaran yang dinamakan penderitaan yang Beliau temukan sendiri melalui penembusan pandangan terang, Begawan memberikan definisi dari kebenaran yang dinamakan asal-mula penderitaan.

SAMUDAYASACCA

Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhasamudayaṃ ariyasaccaṃ yāyaṃ taṇhā ponobbhavikā nandirāgasahagatā tatratatrābhinandinī, seyyathidaṃ—kāmataṇhā, bhavataṇhā, vibhavataṇhā.

"Para *bhikkhu*, apa yang akan Saya ajarkan sekarang adalah kebenaran mulia yang dinamakan dengan asal mula penderitaan yang harus diketahui oleh para *ariya*. Ada keinginan ini, nafsu ini yang memunculkan kelahiran kembali yang baru dan terikat dengan kesenangan dan pelekatan (atau memiliki sifat menyenangkan dan pelekatan); mencari kenikmatan, mencari kepuasan sekarang di sini, sekarang di sana, di mana-mana. Apa itu *taṇhā* (nafsu keinginan)? Ada tiga jenis, yaitu *kāmataṇhā* (nafsu keinginan sensual, keinginan untuk menikmati kesenangan sensual), *bhavataṇhā* (nafsu keinginan terhadap eksistensi abadi, meyakini kekekalan diri), *vibhavataṇhā* (nafsu keinginan terhadap non-eksistensi (pemusnahan diri)), meyakini bahwa tidak ada apa-apa setelah kematian. Ketiga jenis keinginan ini merupakan kebenaran yang dinamakan asal mula penderitaan."

Kebenaran yang dinamakan asal mula penderitaan (contohnya, nafsu keinginan), merupakan penyebab atas semua jenis penderitaan, mulai dari penderitaan karena kelahiran baru hingga penderitaan karena lima agregat pelekatan. Untuk menghilangkan penderitaan, penting untuk mengetahui penyebab penderitaan, ibarat mendiagnosis untuk mengetahui penyebab sebuah penyakit agar dapat menyembuhkannya. Begawan telah menemukan kebenaran yang dinamakan asal mula penderitaan ini dengan sendirinya dan telah berhasil menghilangkan penderitaan serta penyebabnya hingga tak tersisa. *Samudayasacca* bukanlah apa-apa tanpa *taṇhā* (nafsu keinginan). Sama seperti rasa haus atau lapar. *Taṇhā* merupakan kehausan atau kelaparan atas objek indra.

Nafsu atas objek indra menimbulkan kelahiran baru (*ponobhavikā*). Selama seseorang masih berada dalam cengkeraman *taṇhā*, kelahiran

kembali akan terus terjadi. Proses terjadinya kelahiran kembali yang baru juga akan dijelaskan dalam khotbah ini. *Taṇhā* menemukan kesenangan dalam objek indra dan melekat padanya; seperti minyak atau larutan pewarna yang terserap dalam semua permukaan yang kebetulan tersentuh olehnya. *Taṇhā* merasa senang dengan objek indra yang terlihat menyenangkan dan mencengkeram mereka dengan kuat. *Taṇhā* menemukan kepuasan di sini, di sana, di mana saja. Tidak pernah merasa bosan dalam mengejar kesenangan. Apa pun objek indra yang terlihat menyenangkan, di mana pun dia berada, selalu memberikan kesenangan.

Di alam manusia, kehidupan masyarakat kelas bawah tidak menarik atau menyenangkan bagi masyarakat kelas atas. Sayangnya, beberapa orang yang terlahir dalam lingkungan miskin masih menikmati kehidupan mereka, di mana pun mereka berada. Dalam batin manusia, kehidupan hewan itu tidak menyenangkan; menjijikkan; buruk. Membayangkan memiliki tubuh jasmani dari seekor ular atau seekor serangga merupakan sebuah pemikiran yang menjijikkan bagi seorang manusia.

Namun, jika orang tersebut terlahir kembali dalam alam binatang, dia akan cukup puas dengan tubuh jasmaninya dan menemukan kesenangan dalam kehidupan itu. Hal ini merupakan sifat dari *taṇhā* yang mencari kepuasan dalam setiap kehidupan, dalam setiap objek indra, di mana pun dia berada. Oleh karena itu, Begawan telah mendeskripsikan *taṇhā* sebagai mencari kesenangan di sini, di sana, dalam setiap kehidupan, dalam setiap objek indra. Hal ini diilustrasikan dengan baik melalui cerita Raja Naga Sampeya dan Ratu Ubbarī.

CERITA TENTANG RAJA NAGA SAMPEYA

Dalam satu kehidupan, *Bodhisatta* terlahir dalam sebuah keluarga miskin yang tinggal di sekitar sungai Sampa. Iri dengan kehidupan menyenangkan yang dinikmati oleh Raja Naga Sampeya, *Bodhisatta* mulai tekun berbuat baik dengan memberikan *dāna* makanan dan melaksanakan

sīla. Sebagai hasilnya, ketika beliau meninggal dunia, beliau langsung terlahir di alam para Naga dan menemukan dirinya duduk di singgasana Raja Naga Sampeya dalam bentuk dan wujud seekor Naga seutuhnya. Naga merupakan spesies dari ular; terlahir kembali menjadi seekor ular setelah dari kehidupan manusia benar-benar sangat menakutkan dan menjijikkan.

Setelah melihat bentuk barunya yang menjijikkan dan buruk, *Bodhisatta* merenung, "Sebagai hasil dari perbuatan baik, ber-*dāna* dan menjalankan *sīla*, saya telah terlahir kembali dalam salah satu dari enam alam dewa, tetapi karena saya telah menginginkan kesenangan Raja Naga, sekarang saya terlahir dalam dunia reptil. Oh! Lebih baik mati daripada hidup dalam kehidupan seekor ular". *Bodhisatta* bahkan berniat untuk bunuh diri.

Sementara itu, seekor naga betina muda bernama Sumana memberi tanda kepada naga-naga betina muda lain untuk menghibur raja baru mereka. Naga-naga betina tersebut kemudian menjelma menjadi dewi-dewi cantik, mulai bernyanyi, menari, dan memainkan berbagai macam alat musik. Melihat penampilan dari para dewi, Raja Naga Sampeya membayangkan istana Naganya seolah-olah menjadi kerajaan para dewa dan beliau pun merasa sangat senang. Raja Naga Sampeya ikut mengubah penampilan dirinya menjadi seorang dewa dan bergabung dengan para Naga betina dalam pesta pora yang penuh kesenangan.

Namun, sebagai seorang *Bodhisatta*, dengan mudah beliau menyadari realitas dan bertekad untuk terlahir kembali sebagai seorang manusia agar beliau dapat mengembangkan *pāramī*-nya (kebaikan dari ber-*dāna*, menjalankan *sīla*, dan lain-lain). Raja Sampeya yang telah bertekad itu pun terlahir kembali di alam manusia dan mencari kesendirian dalam sebuah hutan untuk terus mengamati *sīla*.

Hal yang ingin kami sampaikan dari cerita Raja Naga Sampeya adalah dari sudut pandang manusia, tubuh seekor reptil adalah buruk, menjijikkan. Pada awal kehidupannya sebagai seekor Naga, *Bodhisatta* juga memandang kehidupan barunya dengan penuh ketakutan dan rasa jijik. Namun, penampilan dari Naga betina yang menarik mengubah pandangannya. Beliau tetap bersenang-senang dan menikmati kehidupan sebagai Naga, seolah-

olah istananya adalah istana dewa.

Itulah *taṇhā,* yang mencari kesenangan di sini, di sana, di mana saja. Kelahiran kembali membuat *Bodhisatta* menikmati kehidupan sebagai Naga meskipun dia sempat menolak pada awalnya. Keinginan yang beliau nyatakan, ketika masih seorang pria miskin di alam manusia, juga memiliki andil atas kelahiran kembalinya. Keinginan atau nafsu ini juga merupakan *taṇhā* yang membawanya ke alam Naga; sesuai dengan kata-kata Guru Agung Buddha, "*ponobhavikā*... memunculkan kelahiran baru".

CERITA TENTANG RATU UBBARĪ

Ratu Ubbarī adalah permaisuri Raja Assaka, penguasa Kerajaan Kali dengan kota Potali sebagai ibu kota. Raja-raja di zaman dahulu biasanya memilih gadis kerajaan yang paling menarik untuk dijadikan ratu mereka. Oleh karena itu, semua ratu terkenal atas pesona dan kecantikannya. Ratu Ubbarī merupakan yang terbaik dari semua. Raja Assaka pun jatuh hati pada Ratu Ubbarī karena terpesona oleh keelokkannya.

Dipuja dan dicintai oleh para bangsawan, Ratu Ubbarī pergi ke alam dewa di saat beliau berada dalam masa kejayaannya; tidak ada yang bisa mengalahkan kecantikan dan pesonanya. Ucapan 'pergi ke alam dewa' merupakan budaya Myanmar untuk memberitahukan bahwa seorang tokoh kerajaan telah mangkat. Seperti halnya, 'terbang kembali' berarti meninggalnya seorang *bhikkhu* Buddhis; hanyalah satu produk budaya.

Orang yang telah meninggal akan terlahir kembali ke sebuah kehidupan yang terkondisi oleh *kamma* (perbuatan sebelumnya yang disertai kehendak). Sesuai dengan hukum tersebut, berkebalikan dari perkataan 'dia telah pergi ke alam dewa', Ratu Ubbarī justru terlahir kembali di alam binatang yang lebih rendah.

Dengan mangkatnya sang permaisuri, Raja Assaka pun dipenuhi oleh api kesedihan dan ratap tangis. Beliau pun membalsam tubuh ratu dengan

minyak, meletakkannya dalam peti mati kaca, dan menaruhnya di bawah ranjang. Raja yang dikuasai oleh kesedihan hanya berbaring di atas tempat tidur tanpa makan atau tidur; meratapi dan menangisi kepergian ratu kesayangannya. Para kerabat kerajaan dan menteri yang bijaksana mencoba untuk menghiburnya dan mengingatkan paduka tentang sifat ketidakkekalan dan ketidakpastian suatu kehidupan. Semua gagal menghibur Raja Assaka. Jasad di dalam peti mati yang telah dibalsem dengan minyak akan tetap awet seperti diberikan pengawet kimia pada zaman sekarang. Dengan demikian, raja melihat ratu seakan-akan sedang berbaring, tertidur dalam peti mati tersebut. Penampakan dari mayat tersebut menjadi bahan bakar bagi kesedihan dan ratapan tangis paduka, yang terus menguasainya selama tujuh hari.

Pada waktu itu, *Bodhisatta* merupakan seorang petapa yang diberkati dengan *abhiññā* (kekuatan *jhāna* yang luar biasa) dan tinggal di dalam hutan di Himālaya. Beliau kebetulan sedang memeriksa keadaan alam manusia dengan *abhiññā*-nya dan melihat Raja Assaka yang sedang berada dalam penderitaan hebat. Beliau juga mengetahui bahwa tidak ada seorang pun kecuali dirinya yang dapat menyelamatkan raja dari kesedihannya. Kemudian, beliau pun melakukan perjalanan menuju taman kerajaan Raja Assaka dengan kekuatan *jhāna*.

Seorang brahmana muda mendatangi si petapa yang kemudian bertanya tentang Raja Assaka. Pria muda itu memberitahukan bagaimana raja dikuasai oleh kesedihan dan memohon petapa untuk menyelamatkannya. "Saya tidak mengenal raja, tetapi jika raja datang dan bertanya kepada saya, saya bisa memberitahukan tentang kehidupan istrinya pada saat ini", jawab petapa. Brahmana muda itu pun menghadap raja dan berkata, "Yang Mulia, seorang petapa yang diberkati dengan mata dan telinga dewa telah sampai di taman kerajaaan. Beliau mengaku bisa menunjukkan kehidupan saat ini dari ratu yang telah meninggal. Akan sangat bijak untuk pergi menemui petapa itu."

Setelah mendengar hal ini, Raja Assaka segera berangkat menuju

taman kerajaan dengan keretanya. Sesampainya di sana, raja memberi hormat kepada petapa dan bertanya, "*Bhikkhu* yang terhormat, apakah benar Anda bisa mengetahui kehidupan saat ini dari Ratu Ubbarī?" Petapa membenarkan hal tersebut dan Raja Assaka pun menanyakan keberadaan ratu kesayangannya.

"Oh, Raja yang mulia, Ratu Ubbarī menikmati penampilannya yang cantik dan merasa sangat sombong akan itu. Dia telah menghabiskan waktunya dengan hal-hal untuk mempercantik diri, untuk membuat dirinya lebih menarik dan memikat, melupakan waktu untuk melakukan perbuatan baik, memberikan derma, dan melaksanakan *sīla*. Sebagai akibatnya, dia telah terlahir di alam yang rendah. Sekarang dia terlahir kembali sebagai kumbang kotoran betina di taman ini," jelas si petapa secara lengkap.

Orang-orang yang dikaruniai keberuntungan menikmati hak istimewa atas kekayaan; keluarga; pendidikan; pangkat; kecantikan jasmani; dan lain-lain, cenderung menunjukkan keangkuhan ketika berhubungan dengan orang lain. Mereka menjadi lalai dalam menanam kebajikan karena diselimuti kesombongan dan delusi akan harga diri mereka sendiri. Tidak ada kerendahan hati dalam perbuatan mereka. Dalam *cūḷakammavibhaṅgasutta,* Buddha telah mengajarkan, orang-orang yang penuh kesombongan, hanya mementingkan kejayaan, dan angkuh pasti akan terlahir kembali di alam rendah. Sebaliknya, orang bersahaja yang menunjukkan kerendahan hati dan memberi hormat kepada mereka yang patut dihormati akan terlahir kembali dalam keluarga yang terhormat.

Ratu Ubbarī dalam cerita kita ini sangat cantik dan menjadi permaisuri dari raja yang berkuasa. Beliau memiliki status yang sangat tinggi dalam hidupnya. Dia telah terlena dengan kualitas unggul ini dan memandang rendah kepada mereka yang seharusnya dihormati. Sikap dan tindakan buruk tersebut menyebabkan kelahiran kembali Ratu Ubbarī di alam yang rendah, sebagai kumbang kotoran. Setelah mendengar kasus kelahiran kembali dari ratu kesayangannya, Raja Assaka langsung menolaknya dan berkata, "Saya tidak percaya!"

"Saya bisa menunjukkan kepadamu kumbang betina itu dan membuatnya berbicara juga", kata si petapa. "Baiklah. Silakan lakukan dan buatlah dia berbicara juga", balas raja. Petapa menggunakan kekuatan supernatural *abhiññā* dan membuat perjanjian dengan kumbang jantan dan betina, meminta mereka menunjukkan dirinya di hadapan Raja Assaka.

Kumbang jantan dan betina pun keluar dari tumpukan kotoran sapi di hadapan raja. Petapa berkata, "Oh Raja, kumbang betina yang mengikuti kumbang jantan dari belakang adalah ratu utamamu, Ubbarī Devi. Setelah meninggalkanmu, dia sekarang mengikuti kumbang kotoran jantan ke mana pun dia pergi. Oh Raja, silakan perhatikan dengan baik-baik kumbang betina yang dahulunya adalah ratu utamamu, Ubbarī."

Raja Assaka menolak untuk memercayai si petapa. "Saya tidak percaya bahwa makhluk ini adalah ratu saya, Ubbarī, yang terlahir kembali sebagai kumbang betina," kata raja.

Benar, untuk mereka yang tidak percaya dengan hukum *kamma* dan sebab akibatnya; mereka yang tidak memahami prinsip dari syarat atau hubungan sebab akibat seperti yang dijelaskan dalam *paṭiccasamuppāda,* akan sulit menerima bahwa seorang makhluk dari alam manusia telah terlahir di alam yang rendah dan menjadi seekor kumbang. Bahkan, pada zaman yang masih terdapat *sāsana,* ketika ajaran-ajaran Buddha masih tersebar merata, masih ada beberapa orang yang memiliki pandangan bahwa 'ketika orang meninggal, dia tidak bisa terlahir di alam kehidupan yang lebih rendah dari alam manusia'. Jadi, tidak heran jika pada masa kegelapan, di mana ajaran Buddha belum terdengar, cerita reinkarnasi demikian diterima dengan keraguan.

Namun, sesuai dengan ajaran-ajaran Buddha, selama seseorang belum mencapai tingkat *ariya*, dia bisa terlahir ke alam manusia atau alam dewa atau menuju empat alam kehidupan yang lebih rendah. Terkondisi oleh *kamma* buruk dan gambaran batin sesaat sebelum meninggal, kelahiran kembali bisa terjadi di alam yang lebih rendah. Sebalikya, terkondisi oleh *kamma* baik dan sifat mental yang baik di ambang kematian, kelahiran

kembali bisa terjadi dari alam kehidupan yang lebih rendah menuju alam kehidupan yang lebih tinggi seperti manusia dan dewa.

Terdapat sebuah cerita tentang seorang *bhikkhu* bernama Yang Mulia Tissa, yang melekat pada jubahnya sesaat sebelum beliau meninggal. Sebagai akibatnya, beliau terlahir kembali menjadi seekor kutu yang tinggal di jubah itu. Terdapat juga cerita lain tentang seekor kodok yang meninggal ketika sedang mendengarkan khotbah Buddha. Beliau terlahir menjadi seorang dewa di alam dewa Tāvatiṃsa. Ini merupakan bukti dari berbagai perubahan pada waktu kelahiran kembali.

Namun, Raja Assaka yang belum pernah mendengar khotbah seperti itu tetap tidak bisa menerima bahwa ratunya telah menjadi seekor kumbang betina. Paduka kembali menolak untuk memercayainya. Kemudian, petapa mengusulkan bahwa beliau akan membuat kumbang betina itu bicara. Raja Assaka menerima usul itu. Dengan kekuatan supernaturalnya, petapa membuat perjanjian untuk berbicara dengan kumbang betina dan memperbolehkan raja beserta pengikutnya memahami isi perbincangan.

"Siapakah kamu di kehidupan lampaumu?" Tanya petapa.

"Saya adalah permaisuri Ubbarī dari Raja Assaka," jawab kumbang betina.

"Apakah sekarang, kamu kumbang betina, masih mencintai Raja Assaka atau kamu hanya mencintai kumbang jantan ini?" Tanya petapa.

Kumbang betina menjawab demikian, "Benar, Raja Assaka adalah suami saya di kehidupan lampau. Pada waktu itu, saya terbiasa menjelajahi taman ini ditemani Raja Assaka, menikmati kesenangan lima indra: penglihatan, suara, bau, rasa, dan sentuhan. Akan tetapi, sekarang saya telah terlahir kembali di alam baru, saya tidak memiliki hubungan apa pun lagi dengan Raja Assaka."

Menurut versi kitab komentar, jawaban kumbang betina adalah sebagai berikut. "Dalam kehidupan saya sekarang, saya dapat membunuh

Raja Assaka dengan senang hati dan dengan darah dari tenggorokannya, saya akan mencuci kaki kumbang jantan yang merupakan suami tercinta saya sekarang". Uraian kitab komentar ini membuat jawaban kumbang betina terkesan sangat kasar dan tidak berperasaan, tetapi karena dia sedang berbicara di hadapan kumbang jantan, sudah wajar jika dia ingin menyenangkan suaminya.

Dalam kehidupan sehari-hari, kita dapat menemukan banyak contoh yang mencolok tentang perpisahan antara suami dan istri. Bukan hanya yang terpisah karena kematian, tetapi juga yang masih hidup dan berpisah karena ketidakcocokan. Juga, contoh dari kelembutan penuh kasih sayang yang diberikan kepada pasangan baru mereka. Oleh karena itu, kata-kata dalam kitab komentar muncul cukup berurutan.

Naskah Pāḷi *Jātaka* menjelaskan bahwa kumbang betina menjawab demikian, "Yang Mulia *Bhikkhu*, saya yang pernah mencintai Raja Assaka sering menjelajah di sekitar taman ini, berulang kali bersama dengan Raja Assaka yang pernah mencintai saya dan kemudian menjadi suami saya, berdua menikmati, saling menemani. Akan tetapi, sekarang, kesenangan dan kesusahan dari kehidupan baru telah mengaburkan, menutupi kesenangan dan kesusahan dari kehidupan lampau. Kesenangan dan kesusahan yang baru telah melampaui kesenangan dan kesusahan masa lampau. Saya mencintai suami saya yang sekarang, kumbang kotoran jantan, melebihi saat saya mencintai Raja Assaka."

Uraian kitab komentar tentang kata-kata "mencintai lebih dari" membuat bacaan menjadi menarik. Dikatakan "mencintai lebih dari" berarti "mencintai ratusan kali lebih, mencintai ribuan kali lebih", menunjukkan kekuatan cinta yang lebih berpihak pada suami baru.

Raja Assaka sangat tertekan mendengar kata-kata perpisahan yang kasar dan tidak berperasaan dari bibir kumbang betina. "Saya telah sangat mencintai dan memujanya. Saya tidak tega membuang jasad tubuhnya. Namun, dia telah menjadi begitu menentang dan menjijikkan bagi saya", pikir Raja Assaka dalam hati.

Dia merasa begitu jijik dengan Ubbarī, ratu lamanya dan langsung menurunkan titah saat masih duduk di taman. "Pergi dan buanglah tubuh wanita itu!" Kemudian, setelah mandi dan membersihkan dirinya, Raja kembali ke kerajaan. Beliau mengangkat gadis istana yang lain sebagai permaisurinya dan kembali memerintah negaranya dengan bijaksana. Setelah memberikan nasihat kepada Raja, *Bodhisatta* kembali ke tempat pertapaan suci di Himālaya.

Moral dari cerita ini adalah ketika Ratu Ubbarī masih berada di alam manusia, dia bersenang-senang sebagai seorang manusia dan seorang ratu pada waktu itu, dia bahkan tidak pernah bermimpi untuk terlahir kembali menjadi seekor kumbang betina. Namun, sesuai dengan *kamma* masa lampaunya, ketika dia terlahir sebagai seekor kumbang betina, dia langsung menyenangi kehidupannya dalam bentuk tubuh jasmani seekor kumbang. Dia menyukai dan memuja tubuh jasmani seekor kumbang jantan seratus kali, seribu kali lebih dari tubuh jasmani Raja Assaka.

Penyebab dia merasa cukup nyaman di alam rendah sebagai seekor kumbang kotoran adalah *taṇhā* (nafsu keinginan) yang mencari kesenangan di mana-mana. Itu sebabnya Buddha mengatakan, "*tatratatrābhinandinī*" – *taṇhā* cenderung menikmati di mana pun tempat kelahiran kembali.

Terlahir sebagai seekor anjing, dia menikmatinya dalam kehidupan seekor anjing; terlahir sebagai seekor babi, seekor unggas, selalu ada kenikmatan dalam setiap kehidupan. Bahkan, ketika terlahir sebagai anak-anak dari orang tua makmur dari kelas sosial yang lebih tinggi, tetapi karena beberapa hal, mereka terjerumus dalam kehidupan yang dilanda kemiskinan; anak-anak tersebut masih dapat menikmati kehidupan di sana. Beberapa dari mereka bahkan menahan usaha dari orang tua untuk membawa mereka kembali dalam pelukan keluarganya karena mereka merasa kehidupan barunya cukup menyenangkan. Inilah *taṇhā,* yang memberikan kesenangan di mana pun mereka berada, menikmati segala objek indra yang muncul dengan sendirinya.

BAGAIMANA KELAHIRAN KEMBALI TERJADI

Sekarang kita akan membahas tentang *ponobhavikā* (kecenderungan untuk memunculkan kelahiran baru).

Taṇhā mempunyai sifat alami untuk menikmati dan melekati. Suatu makhluk mencari kesenangan dalam kehidupan apa pun, di mana dia dilahirkan dan menikmati semua objek indra yang muncul dengan sendirinya. Karena dia merasa kehidupannya begitu menyenangkan dan nyaman, maka muncul keinginan agar kehidupan ini tetap abadi, stabil, dan supaya objek yang menyenangkan bisa bertahan, abadi. Karena usaha mempertahankan hal-hal tersebut menjadi keinginan para makhluk, mereka akan melakukan perbuatan yang disertai kehendak. *Kamma* atau perbuatan berkehendak ini, yang mungkin baik atau buruk, merupakan penyebab dari kelahiran kembali dalam kehidupan baru.

Dengan demikian, ketika seseorang hampir meninggal, satu atau yang lain dari *kamma* baik atau buruk akan muncul dengan sendirinya di hadapan mata batinnya. Atau, itu adalah sebuah *kamma-nimitta*, sebuah lambang atau pertanda dari *kamma* (yang bisa berupa penglihatan, suara, bau, rasa, sentuhan, atau pendapat yang dicapai pada saat pelaksanaan *kamma* itu). Atau, *gati-nimitta* (sebuah tanda tujuan), yaitu tanda dari kehidupan yang akan datang, tempatnya untuk memulai kehidupan barunya sebagai hasil dari *kamma* yang dimaksud.

Kamma, kamma-nimitta, atau *gati-nimitta* yang muncul dengan sendirinya pada orang yang sekarat akan dicengkeram dengan erat karena *taṇhā* dan hal ini tidak bisa dihilangkan dari batinnya. Layaknya bayangan dari sebuah gunung oleh matahari sore yang akan jatuh pada permukaan tanah dan menutupinya. Sama juga dengan objek indra dari *kamma, kamma-nimitta,* atau *gati-nimitta,* yang muncul dengan sendirinya pada pintu indra dan sepenuhnya memenuhi batin seseorang. Objek-objek indra ini akan dipegang erat oleh *maraṇasaññā-javana*, dengan kata lain disebut

abhisaṅkhāra viññāṇa.

Sesuai dengan ajaran, "*kammaṃ khettaṃ, viññāṇaṃ bījaṃ, taṇhā sneho*" dari kanon Pāḷi *Aṅguttaranikāya, Tikanipāta*; karena kemunculan *paṭisandhi viññāṇa* (kesadaran penyambung-kelahiran-kembali) dari kelahiran baru, *kamma* baik atau buruk menjadi ladang di mana dia akan tumbuh. *Abhisaṅkhāra viññāṇa* menjadi biji untuk pertumbuhan dari *paṭisandhi viññāṇa* dan *taṇhā* yang bersenang-senang dalam setiap objek indra di setiap kehidupan, hal ini dapat disamakan dengan kelembaban atau elemen air (yang mengembangkan pertumbuhan).

Di sini, *abhisaṅkhāra viññāṇa* (yang mengondisikan kelahiran baru), sesuai dengan kitab komentar, merupakan kesadaran yang menyertai kehendak *kamma, cetanā*. Dengan cara yang sama, dia muncul bersamaan dengan *kamma* pertama akibat aktivitas berkehendak. Maka, dia juga akan menyertai aktivitas *kamma* selanjutnya dan dengan demikian, kesadaran yang muncul kemudian seharusnya juga dinamakan *abhisaṅkhāra viññāṇa.* Khususnya, kesadaran *maraṇasaññā-javana* yang mengambil objek *kamma, kamma-nimitta,* dan *gati-nimitta* seharusnya disebut *abhisaṅkhāra viññāṇa* karena muncul dari kesadaran *maraṇasaññā-javana* inilah muncul *paṭisandhi viññāṇa*. Sebagai tambahan, sama seperti sebuah biji dapat tumbuh hanya ketika ada elemen air, kelembaban; benih kesadaran menerima dukungan dan dorongan dari *taṇhā* yang menyertai atau mendahuluinya dengan dekat, tercengkeram kuat pada *kamma, kamma-nimitta,* atau *gati-nimitta* sebagai objeknya dan memunculkan *paṭisandhi viññāṇa.*

Kemudian, segera setelah penghancuran dari momen kematian, agregat *rūpa-nāma; paṭisandhi citta;* kesadaran akan kelahiran; berpegangan pada *kamma; kamma-nimitta;* atau *gati-nimitta* sebagai objeknya, muncul pada tempat baru dalam sebuah kehidupan baru, lengkap dengan bentuk jasmani yang mendukungnya. Dengan kemunculan setiap kesadaran, maka muncul juga faktor-faktor mental (*cetasika*). *Paṭisandhi viññāṇa* (kesadaran penyambung-kelahiran-kembali) diikuti oleh kesadaran *bhavaṅga*

(rangkaian faktor-kehidupan), yang terus-menerus berlanjut sepanjang kehidupan seperti yang ditentukan oleh energi *kamma* seseorang itu sendiri. Kemunculan kehidupan baru disebabkan oleh dua faktor: *kamma* seseorang itu sendiri dan *taṅhā*. Namun, tanpa *taṅhā*, *kamma* itu sendiri tidak bisa menyebabkan kelahiran baru.

Bagi seorang *Arahat*, perbuatan baik masa lalunya akan berbuah sebelum dirinya *parinibbāna*. Beragam anugerah yang didapatkan oleh Yang Mulia Sīvali; kesehatan sempurna yang dinikmati oleh Yang Mulia Bākula, merupakan contoh dari buah *kamma* baik. Namun, perbuatan buruk juga akan memberikan buah *kamma* buruk juga, sebagai contoh, kekurangan dana makanan bagi Yang Mulia Losaka Tissa, atau buah *kamma* yang dialami oleh Yang Mulia Moggallāna yang dipukul oleh penjahat hingga meninggal. Namun, *kamma* ini tidak lagi memiliki potensi untuk menyebabkan kelahiran kembali yang baru karena mereka tanpa *taṅhā*. Tanpa dukungan dan dorongan dari *taṅhā* pada saat *maraṇasaññā, abhisaṅkhāra viññāṇa* tidak bisa muncul. Oleh karena itu, tidak ada kelahiran kembali. Karena alasan ini, hanya *taṇhā* yang dikaitkan dengan penyebab dari *ponobhavikā* (kelahiran baru).

Karena alasan ini, Buddha telah menetapkan *taṇhā* sebagai penyebab dari kelahiran baru. Inilah kata-kata yang digunakan oleh Buddha dalam khotbah pertama untuk mengajarkan tentang kehidupan setelah kematian. Terlepas dari ajaran yang telah jelas ini, terdapat sekelompok orang yang bersikeras bahwa 'Buddha hanya mengajarkan tentang kehidupan saat ini. Beliau tidak membahas tentang kehidupan yang akan datang.' Kita tidak yakin apakah orang-orang ini sedang berusaha menggabungkan ajaran Buddha dengan *ucchedavāda* (teori pemusnahan). Sungguh usaha yang sangat menyesatkan!

Namun, dalam kenyataannya, selama *taṇhā* masih bertahan melalui kegagalan untuk mengembangkan Jalan Mulia Berunsur Delapan atau bahkan jika dikembangkan, tidak diselesaikan dengan sepenuhnya, *taṇhā* ini akan terus menjadi penyebab dari kelahiran baru.

Ketika Jalan Mulia Berunsur Delapan telah sepenuhnya diselesaikan, Jalan dan Buah *arahatta* telah dicapai, *taṇhā* akan sepenuhnya hilang, dan tidak akan ada lagi kelahiran kembali. Dengan demikian, ketika mengingat kembali tentang pencapaian pencerahan sebagai seorang Buddha atau seorang *Arahat*, pemikiran ini selalu muncul dalam diri para Yang Mulia: "*ayamantimā jāti, natthi dāni punabbhavo'ti*. Ini merupakan kelahiran terakhir, tidak akan ada kelahiran kembali lagi". Perenungan ini juga akan dibahas di bagian selanjutnya. Perenungan ini memperjelas bahwa kelahiran baru tidak dapat dihindari, kecuali *taṇhā* telah sepenuhnya dibasmi.

Bagaimana *taṇhā* menyebabkan kelahiran kembali berulang-ulang akan diilustrasikan dengan beberapa cerita di bawah ini. Terdapat ribuan cerita yang mengilustrasikan kenyataan ini, tetapi sudah lebih dari cukup dengan tiga cerita dari kitab komentar Pāḷi dan empat atau lima cerita dari zaman modern yang akan kami uraikan.

DI ALAM BRAHMĀ DIA BERSINAR TERANG;

DI KANDANG BABI PUN, DIA MENEMUKAN KESENANGAN

Pada suatu waktu, Begawan pergi ke Rājagaha untuk melakukan *piṇḍapātā*. Ketika melihat seekor babi betina muda, Begawan tersenyum. Memerhatikan sinar putih yang bersinar keluar dari gigi Guru Agung Buddha, Yang Mulia Ānanda mengetahui bahwa Begawan sedang tersenyum. Oleh karena itu, beliau bertanya, "Apa yang membuat Yang Mulia tersenyum?"

Begawan menunjuk ke arah babi betina muda dan berkata, "Kamu melihat babi betina muda itu? Dia adalah seorang gadis muda di alam manusia ketika zaman Buddha Kakusandha. Ketika dia meninggal, dia terlahir kembali menjadi seekor ayam betina di lingkungan ruang makan kerajaan. Ayam betina kecil itu dimakan oleh seekor burung elang. Namun, sebelumnya dia kebetulan mendengar pembacaan sebuah subjek meditasi dari seorang *bhikkhu* dan menimbulkan pikiran baik pada dirinya.

Dengan kebaikan dari jasa ini, ayam betina kecil ini terlahir sebagai seorang putri bernama Ubbarī di sebuah keluarga kerajaan. Putri Ubbarī kemudian meninggalkan kehidupan berumah tangga dan menjadi seorang petapa yang mengembara. Ketika menetap di rumah orang miskin, suatu hari dia kebetulan melihat belatung di dalam kakus. Cacing-cacing itu menjadi objek meditasi (perenungan terhadap kejijikan dari mayat yang dipenuhi cacing atau perenungan tentang sebuah objek putih) yang membuatnya mencapai *jhāna* tingkat pertama.

Ketika dia meninggal, dia terlahir kembali menjadi seorang brahmā di alam brahmā *jhāna* pertama. Setelah meninggal di alam brahmā, dia terlahir menjadi putri seorang kaya di alam manusia yang kemudian dia sekarang dilahirkan lagi hanya untuk terlahir menjadi seekor babi. Saya melihat semua kejadian ini yang membuat Saya tersenyum."

Setelah mendengar cerita kelahiran berulang-ulang dalam berbagai kehidupan, Yang Mulia Ānanda dan *bhikkhu* lain menjadi sangat khawatir dan gelisah dalam emosi religius. Begawan menunda untuk melakukan *piṇḍapātā* dan ketika masih berdiri di jalanan, Beliau menyempatkan untuk mengajarkan *Dhamma* dalam enam bait, yang pertama adalah:

Yathāpi mūle anupaddave daḷhe,
Chinnopi rukkho punareva rūhati;
Evampi taṇhānusaye anūhate,
Nibbattatī dukkhamidaṃ punappunaṃ

"Jika akar utama dari sebuah pohon tetap tidak rusak dan dalam kondisi bagus, bahkan ketika cabang di atasnya dipotong, pohon itu akan tetap tumbuh lagi, mengembangkan tunas dan pucuk baru. Sama halnya juga, jika masih ada kotoran batin (berdiam) yang belum dihilangkan dengan *ariyamagga*, penderitaan dari kelahiran kembali ini akan muncul lagi dan lagi secara berulang-ulang."

Yang disampaikan dari bait ini adalah 'ketika kehidupannya sebagai Putri Ubbarī, dia meninggalkan kehidupan duniawi menjadi seorang

pengembara. Dengan melatih meditasi, dia mencapai *jhāna* pertama yang hanya bisa menghilangkan kotoran dari kelompok *pariyuṭṭhāna* (nafsu keinginan untuk kesenangan sensual yang muncul sebagai pikiran sensual pada pintu batin) dengan *vikkhambhana pahāna* (penghilangan dengan penyingkiran).

Dengan metode *vikkhambhana pahāna, jhāna* bisa menghilangkan kotoran batin hanya pada batas tertentu dan selama periode waktu tertentu. Dengan demikian, dia bisa menghilangkan nafsu keinginan untuk kesenangan sensual ketika dia mencapai *jhāna* pertama dan selanjutnya di alam brahmā. Namun, ketika dia terlahir lagi di alam manusia sebagai putri dari seorang kaya, nafsu keinginan untuk kesenangan sensual muncul kembali karena itu belum dibasmi dengan *ariyamagga*. *Bhavataṇhā* (nafsu keinginan terhadap eksistensi), tentu bertahan lama bahkan ketika dia telah mencapai *jhāna.* Akibat kotoran batin terpendam yang belum sepenuhnya dibasmi, dia harus terlahir lagi ke alam brahmā dan alam manusia, lalu menuju kehidupan seekor babi. Jadi, selama nafsu keinginan masih bertahan, kelahiran kembali berulang-ulang akan terjadi dengan cara ini dalam berbagai kehidupan.'

Berhubungan dengan cerita terlahir di alam brahmā menuju kehidupan seekor babi, para *Sayadaw* zaman dahulu telah meninggalkan sebuah pepatah, 'Di alam brahmā, dia bersinar terang; di kandang babi pun dia mencari kesenangan'. Namun, tidaklah mungkin untuk terlahir sebagai seekor babi langsung dari alam brahmā, tidak juga binatang lain maupun di alam *peta* (hantu kelaparan), atau dari alam penderitaan mana pun.

Dengan kebajikan dari *upacāra bhāvanā*; meditasi akses; hingga *jhāna* yang telah dicapai sebelumnya, kelahiran kembali bisa terjadi hanya sebagai seorang manusia atau di alam dewa. Babi betina dari cerita di atas juga melewati alam manusia di mana dia terlahir sebagai putri dari seorang pria kaya. Cukup memungkinkan bahwa dia terlahir kembali dalam kehidupan seekor babi setelah menjadi putri seorang pria kaya karena *kamma* buruk

yang telah dia lakukan; kemudian, angkuh dan tidak sopan kepada mereka yang seharusnya dia hormati.

Ketika babi betina muda itu meninggal, dia terlahir kembali di sebuah keluarga kerajaan Suvaṇṇabhūmi, yang umumnya dikenal dengan negara Thaton. Namun, beberapa cendekiawan menganggap Suvaṇṇabhūmi sebagai pulau Sumatera, berdasarkan prasasti perunggu yang dibuat oleh Raja Devapala, sekitar tahun 1500 Era Buddhis.

Dari menjadi seorang putri di Suvaṇṇabhūmi, dia terlahir kembali di Varanasi (Bārānasī), India sebagai seorang wanita. Dia kemudian menjadi seorang wanita di Varanasi, bagian tenggara dari Bombay. Dari sana, dia terlahir kembali menjadi seorang putri dari seorang pedagang kuda di pelabuhan laut kota Supparaka, bagian barat laut dari Bombay. Kemudian, dia menjadi seorang putri dari pemilik kapal di pelabuhan Kavira, di bagian paling tenggara dari semenanjung India. Ini merupakan daerah pantai yang dihuni oleh orang Tamil, dahulunya disebut Damila.

Setelah kehidupan itu, dia terlahir kembali di keluarga sebuah pegawai pemerintah di Anuradha atau Srilanka sekarang. Kehidupan berikutnya adalah sebagai putri seorang pria kaya bernama Sumana, dari Bhokkanta, sebuah desa di bagian selatan Anuradha. Dia memakai nama yang sama dengan ayahnya, Sumana. Kemudian, ayahnya meninggalkan desa itu dan berumah tangga di desa Mahāmuni, di daerah Dighavapi. Suatu hari, seorang menteri dari Raja Duṭṭhagāmini, bernama Lakundala Atimbara, kebetulan mengunjungi desa Mahāmuni untuk tujuan bisnis tertentu. Ketika melihat gadis muda Sumana, dia jatuh cinta kepadanya. Pernikahan mereka penuh kemewahan dan Sumana dibawa ke desanya, Mahāpunna.

Yang Mulia Mahā Anuruddha, yang bertempat tinggal di wihara Taungsun, kebetulan mengunjungi desanya untuk ber-*piṇḍapāta*. Ketika menunggu dana *piṇḍapāta* di pintu gerbang rumah Sumana, beliau melihat Sumana dan berkata kepada *bhikkhu* pengikutnya, "Para *bhikkhu*, betapa menakjubkan, sungguh sebuah keajaiban! Babi betina dari zaman Guru

Agung Buddha sekarang telah menjadi istri dari menteri Lakundaka Atimbara."

Mendengar seruan ini, Sumana mengembangkan *jātissara ñāṇa* (pengetahuan dari kehidupan sebelumnya). Dengan bantuan dari kemampuan ini, dia mengingat kembali kehidupan yang telah dilaluinya. Alhasil, dia menjadi takut dengan kemungkinan dari kelahiran berulang dalam lingkaran kehidupan. Setelah meminta izin dari suaminya, dia pun pergi ke wihara *bhikkhunī* dan meminta untuk ditahbiskan.

Setelah penahbisan, dia mendengarkan khotbah tentang *Satipaṭṭhāna Sutta* di Wihara Tissa Mahā Vihāra. Setelah melatih meditasi perhatian penuh sesuai dengan *sutta*, dia menjadi seorang *sotāpanna*, berdiam kuat sebagai seorang pemenang arus dalam tingkat pertama dari Jalan dan Buah pengetahuan. Kemudian, ketika Raja Duṭṭhagāmini menduduki takhta, dia kembali ke desa asalnya, Bhokkanta. Dia mendengar khotbah tentang *Āsīvisopamasutta* di Wihara Kalla Mahā Vihāra dan hal tersebut membuatnya mencapai tingkat keempat dari Buah pengetahuan dan menjadi seorang *Arahat*, sepenuhnya bebas dari arus, nafsu.

Setelah meninjau kembali tiga belas kehidupan Sumana dengan bijaksana dan saksama, seorang akan gelisah dalam emosi religius. Ketika menjadi wanita muda dan meninggal pada zaman Buddha Kakusandha, dia meninggalkan keluarganya, kepunyaannya, dan tubuh jasmaninya. Keluarga dan teman yang merasa kehilangan telah menangisi kematiannya. Dia terlahir menjadi seekor ayam betina. Sungguh sesuatu yang menakutkan, seorang manusia terlahir kembali menjadi seekor ayam betina! Ayam betina itu pasti memiliki keluarga dan teman juga. Dia meninggal dalam keadaan yang mengerikan, dari pemenggalan kepala, ketika seekor burung elang mencengkeram dan mencabiknya dengan buas.

Namun, ada hal yang menghibur, yaitu dia terlahir kembali menjadi seorang putri karena jasa yang didapatkan dari mendengar khotbah tentang meditasi. Tentu saja, ayam betina itu tidak tahu satu hal pun tentang *Dhamma*, tetapi karena dia telah memberikan perhatian yang sungguh-

sungguh pada khotbah, jasa tertentu telah bertambah dalam dirinya dan membuatnya terlahir kembali menjadi seorang putri. Dengan demikian, mendengarkan khotbah *Dhamma* benar-benar sangat menguntungkan dan membuahkan hasil.

Adalah sebuah kepuasan bahwa dia menjadi seorang brahmā setelah menjadi putri dengan kebaikan dari pencapaian *jhāna*. Adalah memuaskan juga bahwa dari alam brahmā dia terlahir kembali di alam manusia, dalam sebuah keluarga yang kaya. Namun, sangat menyedihkan untuk mengetahui bahwa dia meninggalkan keluarga, teman, dan harta bendanya dengan terpaksa untuk dilahirkan kembali menjadi seekor babi betina. Benar-benar menakutkan jika memikirkan tentang kelahiran kembali ke alam manusia dari alam brahmā dan jatuh lagi ke dalam alam binatang sebagai seekor babi.

Hal ini seharusnya cukup untuk memunculkan ketakutan dan emosi religius karena selama *ariyamagga* yang mulia belum terbentuk, setiap orang mungkin menemukan dirinya jatuh ke alam kehidupan yang rendah. Dengan tujuan untuk membangkitkan emosi religius dan mendorong para *bhikkhu* untuk menjalankan *Dhamma* dengan kesungguhan, Buddha menceritakan kisah dari rangkaian kehidupan dari babi betina tersebut.

Bagaimana babi betina itu meninggal tidak disebutkan dalam naskah, tetapi dapat diperkirakan bahwa dia disembelih oleh peternaknya, seperti hewan ternak di zaman modern ini. Babi betina itu pasti mempunyai keluarga dan teman yang ditinggalkan, kematiannya menyebabkan kesedihan dalam diri mereka. Sungguh melegakan hati bahwa dirinya terlahir kembali menjadi seorang manusia dalam enam tempat, dari Suvaṇṇabhūmi sampai Anuradha. Namun, dalam setiap kehidupan ini, setiap kali dia meninggalkan satu kehidupan pasti ada penderitaan yang cukup besar dari kesedihan, ratap tangis, dan dukacita pada dirinya dan mereka yang dia cintai. Hingga pada akhirnya, dia menjadi seorang *bhikkhunī*. Sumana Therī merupakan bagian yang paling menggembirakan dari cerita ini.

Penyebab dari rangkaian kehidupannya, meninggalkan satu kehidupan untuk terlahir kembali di kehidupan lain adalah *taṇhā* atau *samudayasacca*

(kebenaran yang dinamakan asal mula penderitaan). Mereka yang belum menghilangkan *taṇhā* akan sama seperti itu, melalui lingkaran kelahiran kembali, meninggal dari satu kehidupan untuk terlahir kembali di kehidupan lain. Oleh karena itu, sangatlah penting untuk berdiam kuat dalam latihan Jalan Mulia demi menghilangkan *taṇhā*.

Pertama, Sumana Therī mendengarkan khotbah tentang *Satipaṭṭhāna Sutta*. Kemudian, beliau melatih perhatian penuh sesuai dengan metode *satipaṭṭhāna* yang membantunya mencapai tingkatan *sotāpanna* (pemenang-arus). Setelah mendengar *Āsīvisopamasutta*, beliau mengabdikan diri, menjadi lebih gigih dalam latihan dan mencapai Buah pengetahuan *arahatta* (*Arahat* wanita). *Taṇhā*, dengan kata lain *samudaya*, telah sepenuhnya hilang dari dirinya. Tidak akan ada lagi kelahiran kembali untuknya dan beliau akan mencapai ketenangan setelah *parinibbāna*. Oleh karena itu, Sumana Therī mengumumkan kepada rekan-rekannya bahwa beliau telah sepenuhnya meninggal (*parinibbuto*) setelah *āyusaṅkhāra*, prinsip penting bagi kehidupannya sekarang telah berhenti.

Setelah itu, rekan-rekannya, para *bhikkhu* dan *bhikkhunī* memintanya bercerita tentang kehidupan-kehidupannya. "Saya adalah seorang manusia, wanita pada masa Buddha Kakusandha. Ketika saya meninggal, saya menjadi seekor ayam betina. Saya dibunuh oleh seekor elang yang mencabik kepala saya dan melahap saya. Kemudian saya menjadi seorang putri di alam manusia..." Beliau melanjutkan untuk menceritakan kehidupan lampaunya sampai kelahiran terakhirnya di desa Bhokkanta.

Beliau menyimpulkan, "Demikianlah telah saya lalui tiga belas kehidupan di alam atas dan alam bawah, perubahan-perubahan hidup dalam setiap kehidupan. Pada kehidupan terakhir ini, merasa lelah dengan lingkaran kelahiran kembali, saya telah menjadi seorang *bhikkhunī* yang ditahbiskan dan akhirnya mencapai tingkat kesucian *arahat*. Saya mendorong kalian semua, para *bhikkhu* dan *bhikkhunī* yang budiman, mengerahkan upaya dengan penuh perhatian untuk menjadi sempurna dalam *sīla*, *samādhi,* dan *paññā*." Kemudian, beliau meninggal dunia,

menyebabkan kegelisahan religius dalam batin pendengarnya yang terdiri dari pria, wanita, para *bhikkhu,* dan para *bhikkhunī*. Cerita tentang babi betina muda ini sepenuhnya dijelaskan dalam kitab komentar di *Dhammapada*.

CERITA TENTANG DEWA SAMANA

Meskipun seseorang telah terlibat dalam praktik meditasi untuk menghilangkan *taṇhā, samudayasacca* hingga mencapai pengembangan sempurna dalam pengetahuan Jalan, *taṇhā* masih bisa menimbulkan kelahiran kembali. Kenyataan ini dibuktikan dengan cerita seorang dewa bernama Samana.

Pada masa kehidupan Buddha, ada seorang pemuda dengan keyakinan yang teguh dalam ajaran Buddha. Kemudian, pemuda itu meminta untuk ditahbiskan dan dia tinggal bersama pembimbingnya selama lima *vassa*. Semua tugas wajib, skala besar maupun kecil, diselesaikan demi *upajjhāya*-nya dan untuk mempelajari dengan saksama dua tata tertib, *dve mātikā* dari disiplin *pātimokkha* untuk para *bhikkhu*. Dia juga menguasai prosedur untuk memurnikan diri dari pelanggaran serius maupun sepele. Kemudian, dia memilih sebuah objek meditasi, pergi menyendiri ke dalam hutan dan mengabdikan diri pada praktik meditasi tanpa henti.

Dia berusaha sangat keras dalam bermeditasi. Bahkan, dia tetap melanjutkan latihannya saat tengah malam, meski Begawan mengizinkan waktu tersebut digunakan untuk beristirahat dan tidur. Dia terus berjuang tanpa peduli siang dan malam. Sampai akhirnya, tubuhnya menjadi lemah karena kekurangan makanan bergizi. Tiba-tiba, dia dicengkeram oleh rasa sakit yang tidak tertahankan, penyakit stroke memecahkan saraf tulang belakangnya dan dengan seketika mengambil nyawanya. Pada saat itu, dia sedang melakukan meditasi jalan. Dapat dikatakan bahwa dia telah meninggal saat sedang melaksanakan tugasnya sebagai seorang *bhikkhu*.

Menurut kitab komentar, jika ada *bhikkhu* yang meninggal ketika

sedang berjalan naik dan turun di beranda wihara; atau sedang berdiri menyandar di tiang sandaran; atau sedang duduk atau berbaring di depan beranda wihara dengan jubah ganda di kepalanya, dia dikatakan 'meninggal dalam keadaan bertugas'. Seorang *bhikkhu* juga dikatakan 'meninggal dalam keadaan bertugas' jika dia meninggal pada saat memberikan khotbah, terutama tentang pembebasan dari rantai kehidupan.

Karena *bhikkhu* dalam cerita kita ini meninggal saat sedang bermeditasi ketika berjalan naik dan turun di beranda wihara, kita bisa menganggap beliau meninggal ketika sedang merenungkan *nāma-rūpa* dari postur tubuh, sesuai dengan ajaran dalam *Satipaṭṭhāna Sutta*. Meskipun beliau telah berusaha sangat keras dalam praktik meditasi, beliau meninggal tanpa mencapai *arahattamagga* karena beliau belum sepenuhnya diberkati dengan *pāramī* (perbuatan sempurna yang mendukung) yang diperlukan untuk pencapaian demikian.

Pemberantasan *taṇhā* secara tuntas tidak mungkin terjadi kecuali *arahattamagga* telah dicapai. Perihal *bhikkhu* ini belum mengembangkan sampai pada tingkat pemenang arus akan diperjelas kemudian. Oleh karena itu, *taṇhā,* yang dapat menyebabkan kelahiran kembali (*ponobhavikā*), masih tersisa dalam dirinya dan membuat beliau terlahir kembali di alam dewa Tāvatiṃsa.

Sebuah istana yang megah telah menunggu beliau sebagai hasil dari kebajikan yang diperoleh dalam praktik meditasinya. Dengan proses kelahiran kembali yang spontan, beliau muncul di pintu istana seperti baru terbangun dari tidurnya; sebagai seorang dewa, lengkap dengan pakaian yang mewah.

Pada waktu itu, sekitar seribu dewi yang telah menunggu kedatangannya pun berkata, "Tuan kita telah tiba. Mari kita menghiburnya". Dengan riang gembira dan alat musik di tangan, mereka berkumpul mengeliling dewa itu untuk menyambutnya. Namun, Raja dewa itu tidak menyadari bahwa beliau telah terlahir di sebuah kehidupan baru, di alam yang baru. Beliau berpikir bahwa dirinya masih seorang *bhikkhu* di alam

manusia. Saat melihat para dewi, beliau mengira mereka merupakan pengunjung wanita di wiharanya. Beliau pun menutupi bahu kirinya yang semula terbuka dengan kain penutup badannya dan tetap duduk sambil menutup mata; tetap berdiam dengan sikap badan yang sangat bermartabat.

Para dewi pun segera menyadari bahwa dewa baru ini pasti merupakan seorang *bhikkhu* pada kehidupan lampaunya. Para dewi berkata, "Tuanku, ini adalah tempat tinggal para dewa. Ini bukan saatnya untuk menjalankan disiplin *bhikkhu*. Sekarang saatnya untuk menikmati kesenangan surgawi". Namun, beliau tetap mempertahankan ketenangannya. "Dewa ini tidak menyadari bahwa beliau telah menjadi makhluk surgawi di alam dewa. Mari kita beritahu kenyataan ini kepada beliau dengan sebuah pesta penyambutan." Setelah berkata demikian, para dewi mulai memainkan alat musik serta menyanyikan lagu-lagu. Dewa baru itu memperkuat konsentrasi dan mempertahankan ketenangannya. Dia berpikir bahwa para pengunjung itu mengunjungi tempat tinggalnya yang berada dalam hutan untuk membebaskan diri mereka dalam kesenangan yang tidak penting.

Kemudian, para dewi membawakan sebuah cermin besar dan meletakkannya di depan dewa itu. Setelah melihat bayangannya di cermin, beliau akhirnya menyadari bahwa dirinya telah meninggalkan kehidupan *bhikkhu* dan telah terlahir kembali di alam dewa. Dewa Samana pun merasa sangat gelisah. Beliau merenungkan, "Saya tidak melakukan meditasi untuk terlahir kembali di alam dewa ini. Tujuan saya adalah untuk mencapai tujuan paling bermanfaat, yaitu tingkat kesucian *arahatta*. Namun, sekarang saya seperti seorang petinju yang memasuki kompetisi dengan tujuan mendapatkan medali emas kemenangan, tetapi hanya dihadiahi seikat lobak".

Dengan kegelisahan ekstrem dalam batinnya, beliau berpikir, "Kesenangan surgawi sangat mudah diraih. Masa hidup seorang Buddha merupakan kejadian yang jarang terjadi. Untuk mendengarkan ajaran Buddha dan mencapai *ariyamagga* merupakan yang paling penting. Menikmati kesenangan surgawi dapat menimbulkan hilangnya kesempatan untuk bertemu Buddha".

Tanpa menginjakkan kaki dalam istananya satu kali pun, beliau segera pergi menghadap Buddha; saat *sīla* yang beliau perjuangkan selama menjadi *bhikkhu* masih utuh. Para dewi ikut menemani karena mereka khawatir akan kehilangan dewa tersebut. Sesampainya di hadapan Buddha, Dewa Samana bertanya, "Begawan Yang Termulia. Dengan cara apakah yang memungkinkan untuk menghindari dan melewati taman Nandavana, yang dengan kata lain dikenal sebagai hutan kebodohan karena tempat itu mendukung sikap bodoh bagi para dewa yang mengunjunginya, di mana ribuan dewi terlibat dalam nyanyian; banyak setan, hantu, dan roh yang membayangi".

Di sini, Dewa Samana mengilustrasikan para dewi sebagai setan dan hantu, dan taman Nandavana sebagai hutan kebodohan karena beliau masih merasa jijik dengan kesenangan sensual. Hal ini merupakan hasil dari perjuangan meditasi *vipassanā*-nya yang keras. Penjelasan kitab komentar tentang pertanyaan dewa mengenai 'bagaimana melanjutkan' merupakan usahanya dalam meminta petunjuk dari Begawan tentang *vipassanā* yang mengarahkan ke *arahattaphala*.

Buddha merenungkan semua keadaan yang berkaitan dengan dewa itu dan mengajarkannya Jalan Mulia Berunsur Delapan dalam tiga bait:

1. *Ujuko nāma so maggo, abhayā nāma sā disā; Ratho akūjano nāma, dhammacakkehi saṃyuto*

"Wahai dewa, barang siapa yang ingin terbebas, Jalan langsung untuk kebebasan yang tercepat adalah *vipassanā* dari Jalan Mulia Berunsur Delapan yang telah kamu jalani ketika masih seorang *bhikkhu*."

Inilah penjelasan yang kami berikan untuk definisi kalimat pertama dari bait tersebut yang harfiahnya hanya mengucapkan 'Jalan langsung yaitu Jalan itu'. Penerjemahan langsung tersebut sulit dipahami oleh umat awam.

Namun, bagi dewa yang telah berlatih dan hidup sebagai biarawan, di mana beliau telah mengabdikan dirinya untuk bermeditasi, penjelasan sederhana itu sudah cukup jelas.

Berikut penjelasan terperinci kitab komentar. Saat memberikan pelatihan meditasi kepada seseorang yang belum menjalankan *sīla*, dan lain-lain, Begawan selalu mengingatkannya, "Murnikan *sīla*-mu (moralitas), kembangkan perhatian penuh dan konsentrasi, luruskan pandanganmu tentang *kamma* dan sebab akibatnya". Begawan juga menuntun *yogī* pada awal masa latihan untuk menjalankan latihan dasar ini dengan tekun. Bagi seseorang yang telah melatih meditasi, beliau hanya mengajarkan mereka *vipassanā*, yang terdekat dengan *arahattamagga*.

Dewa itu tetap mempraktikkan latihan meditasi dan menjaga *sīla*-nya hingga tetap kukuh, tidak terganggu. Hanya *ariyamagga* yang harus diselesaikannya karena Dewa Samana telah setelah mengembangkan pendahulunya, Jalan *pubba magga vipassanā*. Dengan demikian, untuk mengajarkannya *vipassanā*, Begawan mengajarkannya hanya dalam tiga bait.

Dalam penjelasan terperinci di kitab komentar ini, kenyataan bahwa *sīla*-nya tetap tidak terganggu bahkan setelah beliau meninggalkan kehidupan seorang *bhikkhu* dan terlahir di alam dewa seharusnya diperhatikan dengan saksama. Hal ini berarti, karena tidak melanggar *sīla* mana pun seperti membunuh; mencuri; hubungan seksual; dan lain-lain, beliau masih terus mempertahankan *sīla*-nya. Harus dipahami, bahkan tanpa *upasampadam* untuk menjalankan *sīla*, *sīla* tidak akan terganggu jika seseorang tetap menjauhkan diri dari perbuatan jahat yang tidak seharusnya dilakukan. Harus diperhatikan juga, bait-bait ini mengajarkan *vipassanā*.

Seperti yang telah dijelaskan di atas, 'cara terbaik dan tercepat untuk pembebasan dari taman Nandavana di alam para dewa dan dewi adalah jalan *vipassanā* yang telah beliau jalani ketika masih seorang *bhikkhu*'.

Mengenai pertanyaan berikutnya tentang tempat perlindungan yang bebas bahaya, Guru Agung Buddha berkata, "Tempat perlindungan yang

bebas bahaya adalah tempat suci itu, yaitu *Nibbāna*, yang telah kamu cita-citakan sebagai seorang *bhikkhu*." Ini berarti beliau harus berjuang keras untuk mencapai *Nibbāna*.

Mengenai jenis Jalan apa yang harus dilalui untuk mencapai itu, Begawan berkata, "Untuk pembebasan secara diam-diam tanpa seorang pun menyadarinya, kamu membutuhkan jalan tanpa suara yaitu 'jalan *vipassanā* beroda dua', dengan roda pengerahan tenaga jasmani dan batin."

Usaha batin yang terlibat dalam mengamati setiap tindakan jasmani dikenal sebagai *cetasika viriya*. Ketika mengamati tindakan jasmani seperti berjalan; duduk; berdiri, usaha jasmani yang dibutuhkan untuk mempertahankan tubuh dalam postur tersebut disebut *kāyika viriya*. Bermeditasi ketika sedang berbaring hanya melibatkan pengerahan tenaga batin, bukan pengerahan tenaga jasmani. Karena penggunaan "jalan beroda dua", dengan roda pengerahan tenaga batin dan jasmani, disarankan; artinya, meditasi *vipassanā* memerlukan pengamatan saksama tentang berjalan, berdiri, dan duduk. Dengan demikian, untuk menunggangi Jalan Mulia dari *vipassanā magga* yang disertai roda pengerahan tenaga jasmani dan batin, kita harus terlibat dalam pengamatan saksama ketika sesekali berjalan naik dan turun. Ini berarti, kita harus mengamati 'sedang berjalan', 'sedang naik', 'sedang maju ke depan', 'sedang menjatuhkan', sesuai yang dijelaskan dalam khotbah *Satipaṭṭhāna Sutta*, yaitu *gacchanto vā 'gacchāmī'ti pajānāti*.

Saat sedang berjuang, ketika konsentrasi menjadi semakin kuat, *yogī* akan dapat membedakan setiap pengamatan. *Rūpa* yang menyebabkan rasa kaku dan pergerakan, *nāma* yang merupakan tindakan batin yang mengamatinya. Ketika konsentrasi menjadi lebih kuat lagi, *yogī* akan dapat membedakan antara penyebab dan hasil. *Yogī* mengetahui, 'Karena niat untuk berjalan, maka muncul proses tubuh untuk berjalan; karena ada objek untuk diketahui, maka ada pengetahuan'.

Dengan kemajuan lebih lanjut, munculnya fenomena demikian hanya untuk sesaat; niat untuk berjalan; proses tubuh untuk berjalan; batin yang

mengamati; diikuti oleh penghancurannya terlihat jelas, seolah-olah berada dalam genggaman. Kemudian, hal itu disadari dengan jelas bahwa apa yang muncul sesaat hanya untuk segera hilang, tidaklah abadi; bahwa apa yang muncul dan hilang tanpa henti merupakan penderitaan yang menakutkan. *Yogī* juga akan memahami dengan jelas bahwa fenomena terjadi secara alami, tidak mengikuti keinginan siapa pun. Oleh karena itu, *anatta* tidak dikendalikan oleh siapa pun. Kemudian, pengamatan penuh perhatian harus dilanjutkan ketika sedang sesekali berdiri atau sedang duduk.

Jalan tanpa suara yang disebutkan merupakan sebuah rujukan pada kendaraan yang ditarik oleh kuda pada zaman dahulu. Beberapa kereta dengan sendirinya tidak bersuara, tetapi ketika dipenuhi dengan banyak penumpang atau muatan yang berat, mungkin akan menghasilkan suara berderit. Namun, 'kendaraan *magga'* mampu membawa berapa pun jumlah penumpang, tidak terbatas, tanpa menghasilkan suara apa pun. Terkadang, ketika sedang mendengarkan ajaran Buddha, penumpang yang berjumlah 84.000, yang mengendarai 'kendaraan *magga'*, dikemudikan oleh '*vipassanā magga',* dapat mengangkut mereka tanpa suara sampai ke tujuan akhir, *Nibbāna*. Dengan demikian, kereta ini dikagumi sebagai kendaraan tanpa suara. Perumpamaan ini diberikan oleh Buddha kepada Dewa Samana, mengatakan padanya bahwa dengan mengikuti jalan ini, sangat memungkinkan untuk mencapai pembebasan tanpa suara, tanpa membiarkan para dewa-dewi tahu.

2. *Hirī tassa apālambo, satyassa parivāraṇaṃ; Dhammāhaṃ sārathiṃ brūmi, sammādiṭṭhipurejavaṃ.*

Hīri (rasa malu dan takut berbuat kejahatan) berfungsi sebagai papan sandaran dari tempat duduk di kereta. Tanpa hal itu, penumpang mungkin akan jatuh ke belakang ketika kereta sedang bergerak. 'Kendaraan *magga'* mempunyai papan sandaran yang baik, yaitu *hīri* dan *ottappa.*

Yogī yang bermeditasi merasa jijik dan ngeri dengan kemungkinan munculnya pikiran tidak baik yang berkaitan dengan beberapa objek yang mungkin luput dari pengamatan penuh perhatian. Sama seperti rasa jijik yang seseorang rasakan ketika bersentuhan dengan kotoran setelah mandi yang bersih. Pengamatan (perhatian) saksama terhadap pikiran tidak baik yang tidak muncul dan rasa jijik terhadap mereka disebut *hīri.* Terdapat juga ketakutan atas pikiran tidak baik yang menuntun ke tindakan jahat yang dapat menghasilkan efek tidak baik, dan menghalangi pembebasan dari *saṃsāra* (lingkaran kehidupan). Ketakutan akan perbuatan jahat dan akibatnya disebut *ottappa*.

Dengan adanya *hīri* dan *ottappa*, *yogī* mengabdikan dirinya dengan teguh pada tindakan mengamati setiap fenomena jasmani dan batin, tanpa melewatkan apa pun. Dengan cara ini, *magga* tetap berkembang pada setiap momen yang dilewati. Inilah alasan Buddha mengistilahkan *hīri* dan *ottappa* sebagai papan sandaran dari kendaraan *vipassanā magga*.

Kemudian, Buddha menjelaskan, bagaimana perhatian penuh diibaratkan kain penutup atau tenda dari kendaraan *magga*. Seperti tenda pelindung yang dipasang pada kereta untuk menjaga dari batu atau potongan kayu yang dilempar ke dalam; kemunculan perhatian penuh pada setiap fenomena batin dan jasmani akan menjaga diri dari bahaya perbuatan jahat. Oleh karena itu, empat dasar dari perhatian penuh seperti perenungan jasmani, dan lain-lain, diistilahkan sebagai kain penutup dari kendaraan *magga*.

Guru Agung Buddha melanjutkan, "Saya menyebut pandangan benar berkaitan dengan *ariyamagga* (*ariyamagga sammādiṭṭhi*), didahului oleh *vipassanā sammādiṭṭhi'* (pandangan benar berkaitan dengan *vipassanā*) pengemudi kereta".

Dari enam jenis pandangan benar, yaitu *kammassakatā sammādiṭṭhi*, *jhāna sammādiṭṭhi*, *vipassanā sammādiṭṭhi*, *magga sammādiṭṭhi*, *phala sammādiṭṭhi,* dan *paccavekkhaṇā sammādiṭṭhi*; pandangan benar berkaitan dengan Buah pengetahuan (*phala sammādiṭṭhi*) merupakan hasil dari *magga*. Sama halnya dengan *paccavekkhaṇā sammādiṭṭhi* (pandangan benar

berkaitan dengan pengingatan kembali) merupakan pengetahuan perenungan yang muncul setelah pencapaian Jalan dan Buah pengetahuan. Oleh karena itu, tidak diperlukan usaha tertentu untuk mengembangkannya.

Kammassakatā sammādiṭṭhi (pandangan benar berkaitan dengan *kamma* dan akibatnya) harus dilatih sebelum seseorang memulai praktik meditasi. Pandangan benar tentang *jhāna* memiliki hubungan dengan pemurnian batin yang merupakan dasar dari *vipasssanā*. Dengan demikian, pengetahuan yang harus dikembangkan demi kemajuan pandangan benar yang berkaitan dengan *ariyamagga* adalah pandangan benar yang berkaitan dengan *vipassanā*.

Ketika pengetahuan *vipassanā* telah dikembangkan sepenuhnya, pengetahuan tentang *ariyamagga* akan muncul secara spontan. Sama seperti iring-iringan kerajaan yang datang setelah jalan telah dikosongkan oleh polisi dan pengawal militer. Oleh karena itu, dikatakan bahwa pencapaian *vipassanā sammādiṭṭhi* diikuti oleh *ariya sammādiṭṭhi*. Ketika berlatih dengan meditasi *vipassanā*, *vipassanā ñāṇa* menuntun ke pengembangan *magga* lain. Pada saat pencapaian *ariyamagga, maggañāṇa* menuntun ke *magga-magga* lain. Karena alasan ini, Buddha menyebut *vipassanā sammādiṭṭhi* dan *ariyamagga sammādiṭṭhi,* pengemudi kereta.

Bait terakhir berbunyi:

3. Yassa etādisaṃ yānaṃ, itthiyā purisassa vā; Sa ve etena yānena, Nibbānasseva santike.

"Wanita atau pria mana pun yang memiliki 'kereta *magga'* berunsur delapan ini bisa mencapai *Nibbāna* dengan 'Jalan kereta' ".

Sesuai dengan bait terakhir, pemilik dari 'kereta *magga'* berunsur delapan, terlepas dari jenis kelaminnya, pasti akan 'mencapai' *Nibbāna*. Jadi,

sudah sangat jelas bahwa seseorang yang ingin mencapai *Nibbāna* harus mengembangkan *ariyamagga* berdasarkan *vipassanā magga.*

Analogi sederhana, di alam duniawi ini, pemilik dari sebuah bentuk transportasi mampu mencapai tujuan yang diinginkan dengan menggunakannya. Namun, hanya memahami mekanisme alat transportasi tersebut tanpa benar-benar memilikinya tidak akan membawa seseorang ke mana juga. Seperti halnya, hanya mengetahui bagaimana cara menyebutkan berbagai jenis *rūpa* dan *nāma*, atau jenis lain dari *magga*, seseorang tidak akan mencapai *Nibbāna*. Harus dipahami dengan saksama, hanya dengan memiliki kendaraan *vipassanā magga* melalui perenungan tentang kemunculan dan kelenyapan *nāma-rūpa* yang sesungguhnya, lalu menaiki kereta dari Jalan Mulia Berunsur Delapan, barulah seseorang dapat mencapai *Nibbāna*.

Tiga bait yang dijelaskan di atas, disimpulkan sebagai berikut:

1. Jalan adalah *magga*, tujuannya adalah *Nibbāna*, bebas dari bahaya.
2. Dipasang dengan dua roda usaha penuh semangat, kereta *magga* adalah tanpa suara.
3. *Hīri* dan *ottapa* berfungsi sebagai papan sandaran, sementara perhatian penuh membentuk kain dan tenda dari kereta.
4. *Maggañāṇa* yang didahului oleh *vipassanā ñāṇa* merupakan pengemudi kereta.
5. Pemilik dari 'kereta' dapat berupa pria atau wanita.
6. Seseorang bisa mengendarainya dengan nyaman untuk mencapai *Nibbāna*.

Setelah mengajarkan tiga bait tersebut, Buddha juga membabarkan khotbah tentang Empat Kebenaran Mulia yang akan kita bahas pada bagian kebenaran yang dinamakan Jalan (*maggasacca).*

Ketika mendengarkan khotbah Begawan, Dewa Samana merenungkan praktik meditasi yang dia lalui pada kehidupan sebelumnya. Meskipun beliau belum dapat mencapai pengetahuan yang lebih tinggi sebagai seorang *bhikkhu,* walau telah berusaha keras dalam meditasi. Dalam kehidupan seorang dewa, yang tubuh jasmaninya bebas dari ketidakmurnian, dalam waktu singkat, beliau mampu mengembangkan rangkaian *vipassanā ñāṇa,* setahap demi setahap, hingga mencapai Jalan dan Buah pengetahuan dari tingkat pertama dan merealisasi *Nibbāna*, menjadi seorang *sotāpanna*.

Pesan penting dari cerita Dewa Samana adalah meski selama menjadi *bhikkhu* telah melatih meditasi *vipassanā* dengan penuh kesungguhan, selama *ariyamagga* yang dapat memutuskan *taṇhā* belum tercapai, maka *taṇhā* ini akan menyebabkan kelahiran kembali di kehidupan yang baru. Seperti Bhikkhu Samana yang terlahir kembali sebagai seorang dewa setelah kematiannya. Cerita ini juga menunjukkan bagaimana *ariyamagga* dapat dikembangkan dan bagaimana sebagai seorang dewa dapat mencapai pengetahuan yang lebih tinggi dengan mudah.

Pesan penting lain yang sempat disinggung dalam penjelasan di atas adalah jika pelekatan masih tertinggal dalam seorang individu atau sebuah objek, *bhavataṇhā* (nafsu keinginan terhadap eksistensi) berpeluang untuk menyebabkan kelahiran kembali di sekitar orang atau objek tersebut. Bagaimana *bhavataṇhā* akan menuntun ke kehidupan baru diungkapkan dengan kisah Bhikkhu Tissa yang dijelaskan di bawah ini.

KISAH BHIKKHU TISSA YANG TERLAHIR SEBAGAI KUTU

Pada suatu masa, hiduplah seorang *bhikkhu* bernama Tissa di kota Sāvatthī. Suatu hari, dia menerima seperangkat jubah yang begitu indah. Bhikkhu Tissa merasa sangat senang atas jubah itu dan tidak sabar ingin mengenakannya besok pagi. Namun, belum sempat memakai jubah itu satu kali pun, Bhikkhu Tissa meninggal dunia pada malam itu juga.

Akibat pelekatan yang kuat pada jubahnya, Bhikkhu Tissa terlahir kembali menjadi seekor kutu pada lipatan jubah itu. Karena dia tidak memiliki pewaris untuk peninggalannya, telah diputuskan, jubah tersebut akan dibagi bersama untuk *bhikkhu-bhikkhu* lainnya.

Ketika para *bhikkhu* bersiap untuk membagi jubah tersebut, terdengar," Mereka sedang merusak jubahku!" teriak si Kutu yang marah. Teriakan itu terdengar oleh Buddha. Begawan pun mengutus seseorang untuk menghentikan para *bhikkhu* dan memberikan petunjuk untuk menyelesaikan masalah ini. Mengikuti instruksi Buddha, para *bhikkhu* tidak menyentuh jubah tersebut selama tujuh hari. Pada hari ke delapan, barulah jubah itu dibagikan.

Para *bhikkhu* menghadap Buddha, menanyakan perihal jubah dan si Kutu. "Murid-muridku, pikiran Tissa melekat pada jubah itu saat dia meninggal dunia. Sebagai akibatnya, dia terlahir kembali menjadi seekor kutu yang tinggal dalam jubah itu. Ketika kalian bersiap untuk membagi jubah itu, Tissa, si Kutu akan sangat membencimu. Hal itu akan membuatnya terlahir di alam neraka. Namun, sekarang Tissa telah terlahir di alam dewa Tusita. Oleh sebab itu, Aku memperbolehkan kalian untuk mengambil jubah itu".

PELEKATAN PADA ISTRI MENUNTUN KELAHIRAN KEMBALI SEBAGAI SEEKOR ULAR, SEEKOR ANJING, DAN SEEKOR LEMBU.

Pada sebuah desa di Sri Lanka, hiduplah seorang pria yang berselingkuh dengan istri dari kakak laki-lakinya. Wanita itu lebih melekat pada sang kekasih daripada suami sahnya. Dia pun menghasut sang kekasih untuk menyingkirkan kakaknya. Pria itu protes, "Jangan! Jangan pernah berbicara seperti itu". Namun, wanita itu terus mengulangi saran jahatnya, dan untuk ketiga kalinya, kekasihnya pun bertanya, "Apa yang harus saya lakukan?" Wanita itu menjawab, "Kamu bawa sebuah kapak dan tunggulah dia di tepi sungai, dekat pohon *Caper* yang besar. Saya akan menyuruhnya ke

sana". Pria itu pun pergi dan menunggu kedatangan kakaknya sambil bersembunyi di antara cabang-cabang pohon.

Ketika sang suami pulang setelah bekerja di hutan, istrinya menunjukkan kasih sayang penuh cinta dan menyisir rambutnya dengan penuh kasih, kemudian berkata, "Rambutmu harus dicuci, ini sudah terlalu kotor. Kenapa kamu tidak pergi dan mencucinya di tepi sungai dekat pohon *Caper* besar?" Sang suami merasa bahagia dan berpikir, "Istriku sangat lembut, penuh perhatian, dan kasih sayang kepadaku". Dia pun pergi dan mandi di tepi sungai. Sang suami bersiap-siap untuk mencuci rambutnya. Ketika dia sedang menundukkan kepala, adik laki-lakinya keluar dari tempat persembunyian dan dengan kejam memotong kepala sang kakak dengan kapak.

Karena pelekatan terhadap istrinya, sang suami terlahir kembali sebagai seekor ular hijau (seekor ular tikus, menurut cendekiawan Sri Lanka). Pelekatan tersebut membuat si ular hijau menjatuhkan diri dari atap rumah dan berlabuh di atas tubuh istrinya. Menyadari bahwa ular itu adalah suaminya terdahulu, wanita itu memastikan si ular terbunuh dan menyingkirkannya. Bahkan, setelah meninggalkan kehidupan ular, pelekatan kepada istrinya masih sangat kuat. Dia pun terlahir sebagai seekor anjing di rumah mertuanya. Anjing yang masih begitu melekat pada istri terdahulunya itu pun selalu mengikuti ke mana pun sang istri pergi. Orang-orang mulai membicarakan keanehan itu. "Pemburu wanita dengan anjingnya akan keluar. Ke manakah dia akan pergi?" Wanita itu pun meminta kekasihnya lagi untuk membunuh anjing itu.

Namun, pelekatannya masih kuat dan bersikeras, anjing itu pun terlahir kembali menjadi seekor anak lembu di rumah yang sama. Anak lembu itu juga mengikuti sang istri ke mana pun dia pergi dan kembali mengundang tawa serta ejekan dari orang-orang. "Lihatlah, pengembala lembu telah keluar. Padang rumput mana yang akan dimakan oleh ternaknya?". Sekali lagi, wanita itu meminta kekasihnya untuk membunuh si anak lembu. Namun, pelekatan si suami yang kuat menyebabkan kelahiran

kembali lagi, kali ini di dalam rahim istri terdahulunya.

Dalam alam manusia tempat si suami terlahir kembali, dia terlahir diberkati dengan *jātissara ñāṇa* (kemampuan untuk mengingat kembali kehidupan masa lalu). Dengan melatih kemampuan ini, dia meninjau kembali empat kehidupan sebelumnya dan menjadi sangat tertekan ketika mengetahui bahwa mereka semua dibunuh karena desakan dari istri terdahulunya. "Sungguh ironis telah terlahir kembali dalam rahim seorang musuh," kata si suami meratapi kehidupannya.

Setelah dia lahir, dia tidak membiarkan sang ibu yang juga musuhnya itu untuk menyentuhnya. Setiap kali sang ibu berusaha memegangnya, bayi itu akan menangis dengan lantang hingga kakeknya harus mengambil alih tugas untuk membesarkannya. Ketika bayi itu tumbuh besar dan sudah dapat bicara, "Anakku yang tercinta, mengapa kamu menangis ketika ibumu mencoba untuk memegangmu?" Tanya kakek kepadanya. "Wanita ini bukanlah ibu bagi saya. Dia adalah musuhku, yang membunuh saya dalam empat kehidupan berturut-turut", jawab anak itu.

Setelah berkata demikian, dia menceritakan kehidupan lampaunya kepada kakek. Setelah mendengar cerita sedih ini, kakek pun menangis dan memeluk anak itu. "Mari, cucuku yang malang, ayo kita pergi. Saya tidak melihat keuntungan apa pun tinggal di sini", ajak kakek. Mereka pun pergi dan tinggal di dalam sebuah wihara. Keduanya menerima penahbisan dan lambat laun, melalui praktik meditasi, mendapatkan Buah pengetahuan dan mencapai tingkat kesucian *arahat*.

Pesan moral yang dapat diambil dari peristiwa ini adalah pelekatan memunculkan kehidupan baru yang berulang di setiap tempat pelekatan. Cerita ini dengan jelas menguatkan kebenaran ajaran, *ponobhavikā* (pelekatan menimbulkan kelahiran baru). Setelah menjalani kehidupan seekor ular, anjing, anak lembu, dan selalu menemui kematian yang mengenaskan dalam setiap kehidupan; dalam kehidupan terakhirnya sebagai seorang manusia, ketika mencapai tingkat kesucian *arahat*, *taṇhā* telah sepenuhnya dimusnahkan. Tidak ada lagi kelahiran kembali untuk

beliau dan akhirnya terbebas dari semua bentuk penderitaan.

Sangat baik untuk mengingat dalam hati moral dari cerita ini dan terus berjuang demi kebebasan dari semua penderitaan melalui praktik meditasi *vipassanā*. Tidak akan ada akhirnya jika kita terus mengutip cerita semacam ini dari naskah Pāḷi dan kitab komentar. Marilah kita beralih pada pengalaman dan peristiwa yang dapat ditemui dalam masa modern.

SEORANG *SAYADAW* PENGAJAR *DHAMMA*

Dari tahun 1291 sampai 1301 Tahun Myanmar, kami menetap di wihara Taikwine, Mawlamyine. Waktu itu, ada seorang *Sayadaw* pengajar *Dhamma* yang terkenal. Seminggu setelah meninggalkan seorang pengacara yang merupakan salah satu donatur *Sayadaw*, ketika tradisi upacara pemberian makanan berlangsung, *Sayadaw* membabarkan khotbah berikut ini, tentang pada saat pelimpahan jasa untuk yang telah meninggal.

"Kehidupan saya ini adalah tidak kekal, tetapi kematian saya benar-benar kekal. Kematian saya tidak terhindarkan. Kehidupan saya akan berakhir hanya dalam kematian. Kehidupan itu sendiri adalah tidak kekal; sebaliknya, kematian sudah pasti kekal."

Perenungan tentang kematian ini digunakan sebagai tema khotbah beliau. Kami hadir dalam peristiwa upacara itu dan mendengarkan khotbahnya secara langsung. Selang beberapa hari, kami mendengar kabar menyedihkan bahwa *Sayadaw* telah meninggal dunia. Kemudian, kami berpikir, beliau mungkin akan meninggal ketika merenungkan tentang kematian seperti yang beliau ajarkan hanya beberapa hari lalu. Kami mendengar bahwa *Sayadaw* mati mengenaskan di tangan pembunuh yang menikam beliau dengan sebuah belati.

Tiga tahun kemudian, seorang anak laki-laki dari kepulauan Mergui datang ke Mawlamyine, ditemani orang tuanya. Dia membuat khawatir orang

tuanya dan memohon mereka untuk membawanya ke Mawlamyine. Sesampainya di wihara dari *Sayadaw* terdahulu, anak laki-laki itu memberitahu orang tuanya bahwa dalam kehidupan lalunya dia adalah *Sayadaw* yang memimpin wihara itu. Dia bisa memberitahu segala sesuatu tentang wihara itu dan apa pun yang dia katakan selalu benar. Dia ingat semua *bhikkhu* pemimpin dari wihara sekitar dan menyapa mereka menggunakan nama panggilan mereka yang sebelumnya.

Ketika nama dari seorang pria tertentu, seorang murid terdekat almarhum *Sayadaw*, disebutkan, anak laki-laki itu menjawab, "Takut, takut". Anak tersebut pun menceritakan bagaimana pria itu bekerja sama dengan beberapa orang telah yang menikamnya hingga meninggal; bagaimana anak itu melarikan diri dari mereka hingga sampai di tepi sungai dan melarikan diri dengan kapal yang ditemukannya di sana. Kemudian, sesampainya di sebuah desa di pesisir Mergui, anak itu berkata bahwa dia masuk ke dalam rumah orang tuanya sekarang.

Bayangan yang dilihatnya mulai dari melarikan diri dari pembunuh hingga sampai ke rumah orang tuanya, semua adalah *gati nimitta* (bayangan tempat kelahiran) yang muncul dalam dirinya saat menjelang kematian. Ini juga merupakan sebuah kejadian penting yang menguatkan kenyataan bahwa pelekatan menimbulkan kelahiran baru.

TERLAHIR SEBAGAI SEEKOR KERBAU KARENA UANG SEBESAR EMPAT PULUH KYAT

Pada kota tertentu di wilayah Monywa, hiduplah seorang pria yang berkecimpung dalam bisnis peminjaman uang selama penjajahan Inggris. Suatu hari, dia menagih utang dari seorang petani. Terjadi pertengkaran. Petani mengatakan bahwa dia telah mengembalikan uang yang dipinjamnya. Namun, pemberi pinjaman ini bersikeras bahwa petani itu belum mengembalikan pinjamannya. Akhirnya, dia berkata, "Biarlah saya menjadi

seekor kerbau di rumahmu jika saya benar-benar telah meminta pembayaran ganda dari 40 Kyat yang kamu katakan sudah kamu kembalikan". Dengan sumpah ini, dia menekan petani lagi untuk membayar utangnya. Petani miskin itu dipaksa untuk segera menyelesaikan pembayaran kedua atas utangnya.

Tidak lama kemudian, si pemberi pinjaman ini meninggal dunia dan terlahir kembali sebagai seekor kerbau muda di rumah petani yang telah diminta pembayaran dua kali atas utangnya. Menebak bahwa si pemberi pinjaman itu telah terlahir di rumahnya sebagai seekor kerbau, petani miskin itu pun memanggil si kerbau muda dengan nama panggilan yang biasanya digunakan untuk memanggil si pemberi pinjaman, "Sayā, Sayā, kemarilah". Kerbau muda itu menjawab panggilan dan datang kepadanya. Petani pun percaya bahwa si tua pemberi pinjaman itu benar-benar telah menjadi seekor kerbau di rumahnya, sesuai dengan sumpahnya. Petani itu pun mulai membicarakan peristiwa ini hingga terdengar oleh anak perempuan si pemberi pinjaman. Anak perempuan itu pun pergi ke pengadilan untuk menggugat si petani miskin karena telah memfitnah ayahnya.

Hakim yang menangani kasus ini memanggil pemohon, tergugat, dan kerbau muda, beserta saksi-saksi dari kedua belah pihak. "Sayā, Sayā, kemarilah", panggil si petani kepada kerbau dalam pengadilan. Kerbau itu pun mendatanginya. Kemudian, anak perempuan tersebut mencoba memanggil kerbau dengan sebutan yang biasa digunakan untuk memanggil ayahnya. *"Shi, Shi",* panggil anak perempuan itu. Tidak lama, kerbau itu mendatanginya. Hakim pun menyimpulkan bahwa petani miskin itu berkata jujur tanpa ada niat untuk memfitnah. Oleh karena itu, kasus pun ditutup oleh pengadilan.

Setelah memahami kisah ini, tidaklah sulit untuk percaya bahwa seorang manusia bisa terlahir kembali menjadi seekor kerbau. Sudah jelas bahwa *taṇhā* akan menyebabkan kelahiran kembali. Harus diamati juga, mengucapkan sumpah palsu memungkinkan seseorang untuk terlahir di

alam yang buruk, seperti yang terjadi dalam cerita ini.

SEDIKIT BERAS DARI NGA NYO

Kira-kira sepuluh mil di barat laut Taungdwingyi, terdapat sebuah desa bernama Chaungyo dengan 400 rumah di dalamnya. Nga Nyo dan Ba Saing adalah teman karib. Mereka mencari nafkah dengan berjualan daun sirih di desa itu. Suatu hari, setelah kembali dari berkeliling desa, Ba Saing kekurangan beras. Dia pun meminjam sedikit beras dari Nga Nyo untuk memasak makan malamnya. Setelah makan malam, di bawah cahaya bulan, mereka berjalan santai pulang ke desa. Namun, di tengah perjalanan, Ba Saing yang malang digigit ular berbisa dan meninggal seketika. Peristiwa naas ini terjadi antara tahun 1270 dan 1289 (Tahun Myanmar), ketika keduanya kira-kira berusia dua puluh tahun.

Mungkin karena melekat pada pikiran akan utangnya, Ba Saing pun terlahir kembali sebagai seekor ayam jantan di rumah temannya itu. Nga Nyo melatih ayam jantannya itu untuk menjadi seekor ayam petarung dan memasukkan ke sebuah kompetisi pertarungan. Tiga kompetisi pertama berhasil dimenangkan oleh Ba Saing si ayam jantan. Sayangnya, dia kalah pada pertarungan ke empat karena lawannya lebih tua dan lebih kuat darinya. Nga Nyo menunjukkan kekecewaan dan kemarahannya dengan memegang kaki Ba Saing dan melemparnya ke tanah. Sesampainya di rumah, Nga Nyo melempar ayam jantan yang hampir mati itu ke dekat pot air. Tidak lama, lembu milik Nga Nyo datang dan menyentuh Ba Saing dengan bibirnya, seolah-olah menunjukkan rasa kasihannya.

Ayam jantan itu pun meninggal dan terlahir kembali di rahim seekor lembu. Ketika anak lembu itu tumbuh dewasa dan menjadi sangat besar, dia dibeli sebesar empat kyat oleh temannya untuk sebuah pesta bersama Nga Nyo. Saat mereka sedang menyembelih anak lembu itu dan memotong dagingnya untuk persiapan pesta; ada sepasang suami istri dari Taungdwingyi, seorang pegawai toko dan istrinya, yang kebetulan tiba di

tempat itu. Mereka mengungkapkan rasa belas kasihan untuk anak lembu itu, istri pegawai toko itu berkata, "Jika itu adalah anak lembu saya, saya tidak akan memperlakukannya dengan begitu kejam. Bahkan, jika dia meninggal karena alasan alami, saya tidak akan tega untuk memakan dagingnya. Saya hanya akan menguburnya".

Beberapa bulan berlalu, istri pegawai toko itu melahirkan seorang anak laki-laki. Anak itu tidak berbicara sampai dia berumur tujuh tahun, ketika suatu hari ayahnya berkata, "Anakku, ucapkanlah beberapa kata dan berbicaralah kepada kami. Hari ini hari gajian. Saya akan membeli dan membawa pulang beberapa pakaian bagus untukmu." Menepati janjinya, sang ayah pulang pada sore hari dengan pakaian bagus untuk anak laki-lakinya. Dia berkata, "Kemarilah, putraku, pakaian indah ini untukmu. Berbicaralah kepada kami sekarang." Kemudian anak laki-laki itu mengucapkan, "Segenggam beras Nga Nyo".

Ayahnya berkata, "Anakku, katakanlah pada kami. Jangankan segenggam, sekantong penuh beras pun akan kami bayarkan utang itu demi kamu." Setelah itu, anaknya berkata, "Jika demikian, taruhlah sekarung beras di atas kereta. Sekarang, kita akan pergi menyelesaikan utang saya". Setelah meletakkan sekarung beras di atas kereta, mereka pun memulai perjalanan. Sang ayah bertanya kepada anak laki-lakinya, "Sekarang, ke mana kita harus pergi?" Anak itu mengarahkan ayahnya untuk mengemudi menuju Utara dari Taungdwingyi. "Itu, itu adalah desanya", kata anak itu saat mereka telah tiba di desa Chaungyo. Anak itu terus mengarahkan ayahnya sampai mereka tiba di rumah Nga Nyo.

Keluarga anak itu bertanya apakah benar rumah tersebut milik U Nyo? Setelah dibenarkan oleh U Nyo sendiri, saat dia mendekati kereta, anak itu memanggilnya, "Hei, Nga Nyo, apakah kamu masih ingat dengan saya?" U Nyo yang lebih tua itu merasa tersinggung dipanggil dengan kasar dengan sebutan '*Nga Nyo*' oleh seorang anak kecil yang seumuran dengan anaknya. "Mohon jangan tersinggung, U Nyo. Anak ini sedang berada dalam kondisi mental yang aneh", jelas pegawai toko kepada U Nyo.

Ketika mereka masuk ke dalam rumah, anak laki-laki itu berkata, "Jadi, Nga Nyo, kamu tidak ingat dengan saya? Dahulu kita sama-sama

berkeliling sekitar desa menjual daun sirih. Saya meminjam sedikit beras darimu. Kemudian, saya digigit seekor ular berbisa dan meninggal sebelum saya mengembalikan utang itu. Saya kemudian menjadi seekor ayam pejantan di rumahmu. Setelah memenangkan tiga pertarungan untukmu, saya kalah di pertandingan keempat karena lawan saya jauh lebih kuat dari saya. Karena kalah dalam pertarungan itu, kamu memukulku hingga aku mati. Saat aku hampir mati, kamu melemparku di dekat pot air dan seekor lembu datang menciumku. Saya terlahir di rahim lembu dan terlahir lagi sebagai anaknya. Ketika saya menjadi seekor lembu betina muda, kamu membunuhku untuk dimakan. Pada waktu itu, seorang pegawai toko dan istrinya, yang sekarang menjadi ayah dan ibuku, mendekati dan mengungkapkan rasa kasihannya padaku. Setelah aku mati sebagai seekor lembu, saya terlahir sebagai seorang anak laki-laki dari ayah dan ibu saya sekarang. Sekarang saya telah datang untuk mengembalikan utang dari sejumlah beras yang dahulu kau berikan."

Semua yang diceritakan anak itu dibenarkan oleh U Nyo sambil menangis. Dia menyesali semua perlakuan buruk yang telah dilakukan kepada teman terdahulunya.

Dengan cerita ini, ditekankan lagi, sebelum *taṇhā* dibasmi hingga tidak tersisa, kelahiran berulang dalam kehidupan baru adalah tidak terhindarkan.

KEHIDUPAN MENYEDIHKAN: SEKARANG SEBAGAI SETAN, SEKARANG SEBAGAI LEMBU

Sekitar Tahun 1300 (Tahun Myanmar), terdapat seorang penghuni di Wihara Payāgyi di Mandalay, seorang murid *bhikkhu* bernama U An Seinna. Dia memiliki tubuh dan kulit yang bagus, serta penuh keyakinan dalam *Dhamma*. Dia juga seorang murid yang baik, mengabdikan diri sepenuh hati untuk belajar literatur *Piṭaka*. Suatu hari, ketika sedang membersihkan *patta* (mangkuk), dia berkata kepada rekannya, "Saya memintamu untuk lebih berhati-hati, Yang Mulia yang terhormat, untuk menjaga kelakuan baik ketika kamu hidup dengan dana makanan dari para pemberi. Saya menjalankan sebuah kehidupan penuh perhatian, telah menjalani pengalaman pribadi dari tiga kehidupan".

Salah satu dari rekannya merasa penasaran dan menanyakan tentang kehidupan lampaunya. Kemudian, dia mulai bercerita, "Saya meninggal dari kehidupan manusia dan terlahir sebagai setan wanita. Saya sangat menderita di kehidupan itu, jarang ada sesuatu untuk dimakan; tidak ada tempat yang layak untuk ditinggali; mengembara ke sana ke sini untuk mencari tempat beristirahat.

Dari setan wanita, saya terlahir menjadi seekor lembu pembajak. Saya digiring ke dalam kandang bersama seekor lembu lain yang dari lubang hidungnya mengalir cairan berbau busuk. Karena semakin tidak tahan dengan bau busuk itu, saya menyenggolnya untuk menjauh dari saya. Namun, sang pemilik memukuli saya karena mengira saya sedang mengganggu ternak lain. Ketika saya meninggal dari kehidupan itu, saya akhirnya terlahir kembali menjadi manusia dan menjadi gelisah dengan emosi religious. Sekarang saya menjalani kehidupan seorang *bhikkhu*".

Melalui cerita ini, kembali ditekankan, selama *taṇhā* masih ada, kelahiran kembali tidak terhindarkan. Cerita ini juga memperlihatkan sebuah kehidupan menakutkan dari setan dan lembu. Dihalangi oleh ketidakmampuan untuk berbicara, seekor lembu mungkin disalahpahami oleh manusia dan dapat mengalami penganiayaan sebagai akibatnya. Hal ini seharusnya dapat menyebabkan ketakutan dan menimbulkan emosi religius dalam diri kita.

TERLAHIR KEMBALI SEBAGAI MANUSIA SETELAH MENJADI SEEKOR LEMBU DAN SEEKOR ANJING

Sekitar tahun 1310 (Tahun Myanmar), ketua *sayadaw* di wihara desa wilayah Monywā ditembak mati oleh seorang pemimpin kelompok pemberontak setelah menuduh *sayadaw* memperlakukan bawahannya dengan buruk. *Sayadaw* itu terlahir kembali masih dalam kehidupan manusia, sebagai seorang *bhikkhu* lagi. Kita mendengar bahwa beliau bahkan telah melewati beberapa ujian kitab suci. *Bhikkhu* ini bercerita, "Saya menjadi seekor lembu setelah ditembak mati, kemudian seekor anjing, dan sekarang seorang manusia lagi."

Untuk terjatuh dari tingkat seorang *bhikkhu,* dari kehidupan manusia menjadi seekor lembu dan seekor anjing, adalah sangatlah hina. Jika *taṇhā* tetap tidak dibasmi, sangat memungkinkan untuk jatuh dari tangga kehidupan yang lebih rendah lagi. Sebagai contoh, Bhikkhu Tissa yang menjadi seekor kutu pada zaman Buddha. Setelah menyadari bahwa seseorang dengan *taṇhā* yang tidak dibasmi (*diṭṭhi* dan *vicikicchā* masih utuh), masih mungkin mengalami kelahiran kembali. Oleh karena itu, sangatlah penting berjuang untuk membasmi *taṇhā* dengan tuntas, setidaknya berusaha untuk membasmi *diṭṭhi* dan *vicikicchā.*

TERLAHIR SEBAGAI SEEKOR CICAK YANG BERKERIUK

Sekitar tahun 1323 (Tahun Myanmar), di desa Pha Aung We dekat Daik-u, datanglah seorang anak muda aneh yang mengatakan bahwa dia sebelumnya adalah *bhikkhu* pemimpin dari desa Ywā Waing, sekitar dua mil jauhnya dari desa Pha Aung We. Anak itu pintar dan memiliki ingatan yang kuat. Ketika dibawa ke wihara yang dia katakan dahulu pernah ditinggalinya, dia terlihat mengetahui semua interior bangunan itu dan mampu mengenali setiap objek dengan menyebut nama pemberinya.

Yang dinyatakannya ternyata semua benar. Dia mengatakan bahwa dia terlahir kembali menjadi seekor cicak yang berkeriuk di biara setelah kematiannya sebagai *bhikkhu* pemimpin. Sebagai seekor cicak yang berkeriuk, dia meninggal ketika akan melompat untuk menyebrang dari wihara ke pohon palem terdekat. Dia gagal meraih pohon itu dan jatuh ke tanah hingga mematahkan pahanya. Luka itu menyebabkan kematiannya. Ketika dia meninggal, dia naik ke atas gerobak seorang petani dari desa Pha Aung, yang sawahnya dekat dengan wihara dan dia pun tinggal di rumah petani itu. Peristiwa menaiki gerobak tersebut adalah kemunculan *gati nimitta* (bayangan dari kelahiran ketika menjelang kematian).

Cerita ini seharusnya juga menimbulkan kesadaran bahwa dengan *taṇhā* yang masih melekat, kelahiran baru bisa muncul dan dengan ketakutan

akan kesadaran ini, seseorang seharusnya mengembangkan *ariyamagga* untuk menyingkirkan *taṇhā*.

Alasan kami memberikan cerita dari zaman modern dikarenakan ada beberapa orang yang bersikeras bahwa tidak ada hal seperti kehidupan selanjutnya. Beberapa tidak yakin dan bingung, tidak bisa menyimpulkan ada tidaknya kehidupan selanjutnya. Terlepas dari penjelasan terperinci tentang kehidupan yang baru dalam kitab suci, banyak yang ragu-ragu terhadap yang tertulis di naskah kuno. Untuk menimbulkan keyakinan terhadap *kamma* dan akibatnya; agar percaya dengan adanya kehidupan selanjutnya; dan untuk tetap teguh dengan keyakinan, kita telah menyuguhkan cerita-cerita ini. Sangatlah banyak cerita serupa yang dapat kita sampaikan, tetapi kami berharap cerita-cerita di atas sudah lebih dari cukup.

Seperti yang dinyatakan di atas, *taṇhā* dapat menimbulkan kelahiran kembali. Buddha telah mengajarkan, "Rasa lapar ini, rasa haus ini, nafsu keinginan yang menimbulkan kelahiran kembali dan terikat dengan kesenangan; dan nafsu, mencari kesenangan terbaru, sekarang di sini, sekarang di sana". Begawan juga memberikan pengertian yang jelas tentang *taṇhā* ini. Apakah itu nafsu keinginan? Pertama, ada keinginan yang besar untuk kesenangan sensual. Kedua, ada pelekatan pada keyakinan tentang kekekalan. Ketiga, berpegang pada prinsip bahwa tidak ada kehidupan selanjutnya. Tiga jenis nafsu keinginan ini merupakan kebenaran yang dinamakan asal mula penderitaan.

KĀMATAṆHĀ

Kāmataṇhā adalah nafsu keinginan untuk kesenangan objek indra, baik kepunyaan sendiri atau kepunyaan orang lain. Nafsu keinginan yang muncul ketika melihat sebuah objek penglihatan yang cantik merupakan *kāmataṇhā.* Objek penglihatan tersebut tidak hanya berkaitan dengan penampilan; warna; dan lain-lain, tetapi juga seluruh bentuk atau tubuh yang berfungsi

sebagai dasar penglihatan; termasuk pakaian yang dipakai dan semua objek yang berkaitan dengannya. Konsep yang sama juga berlaku pada, kesenangan suara dan objek pendengaran; bau yang menyenangkan dan sumbernya; rasa enak dan makanan yang menghasilkan rasa, pria dan wanita yang menyiapkan dan menghidangkan makanan enak; indra peraba dan objek yang menghasilkan sensasi menyenangkan. Semua ini merupakan objek kesenangan dan keinginan terhadap mereka diistilahkan *kāmataṇhā.*

Keinginan untuk dilahirkan sebagai seorang manusia, seorang dewa; keinginan untuk dilahirkan sebagai seorang pria atau seorang wanita; keinginan untuk menikmati kesenangan sensual sebagai seorang manusia, seorang dewa, sebagai seorang pria atau wanita, semua ini juga merupakan *kāmataṇhā.* Oleh karena itu, menikmati semua pikiran atau objek menyenangkan merupakan *kāmataṇhā.*

Dalam melihat; mendengar; mencium; mengecap; atau menyentuh sebuah objek indra, jika seseorang menganggapnya menyenangkan, sebuah keinginan untuk objek tersebut akan langsung berkembang. Menganggapnya sebagai menyenangkan merupakan *avijjā*, yang menutupi sifat alami dari objek indra itu dan menimbulkan pandangan yang salah tentangnya. *Avijjā* menganggap apa yang sementara sebagai abadi; apa yang merupakan penderitaan karena kemunculan dan kelenyapannya yang tanpa henti sebagai sesuatu yang menyenangkan; menganggap fenomena jasmani dan batin yang tanpa jiwa maupun wujud yang hidup menjadi jiwa atau wujud yang hidup; menganggap tubuh jasmani sendiri atau tubuh orang lain yang memuakkan dan menjijikkan sebagai sesuatu yang cantik dan menyenangkan.

Dengan memikirkan apa yang tidak menyenangkan sebagai yang menyenangkan, akan menimbulkan keinginan padanya. Menyukai dan menginginkannya akan menuntun kepada nafsu keinginan yang mendorong seseorang untuk melakukan tindakan pemenuhan nafsu. Tindakan berkehendak demikian merupakan *kamma* dan *saṅkhāra* yang bertanggung jawab atas pembentukan agregat baru dari *nāma* dan *rūpa* kehidupan baru.

Dengan demikian, setiap tindakan dari menyukai atau menginginkan sebuah objek indra berarti terlahir kembali dalam sebuah lingkaran kehidupan baru.

Dipengaruhi oleh *taṇhā,* kesadaran *abhisaṅkhāra* yang juga disebut *maraṇa saññā javana* mencengkeram dengan kuat pada *kamma, kamma nimitta,* atau *gati nimitta* (tiga jenis tanda yang muncul menjelang kematian). Akibat pelekatan yang kuat pada objek yang terlihat menjelang kematian, sesaat setelah kesadaran kematian menghilang, *paṭisandhi* (kesadaran yang menghubungkan kelahiran kembali) muncul dan melekat pada objek tersebut untuk memunculkan kelahiran baru. Dengan demikian, *taṇhā* dijelaskan sebagai *ponobhavikā*, sebab untuk menimbulkan kelahiran baru.

BHAVATAṆHĀ

Sesuai dengan kitab komentar, *bhavataṇhā* merupakan *taṇhā* yang disertai dengan *sassataditṭhi* (pandangan salah tentang kekekalan). Di sini, '*bhava*' berarti kelahiran atau makhluk. Dengan demikian, *bhavataṇhā* merupakan nafsu yang berdasarkan keyakinan tentang kekekalan dan stabilitas kehidupan. *Sassataditṭhi* adalah pandangan salah bahwa jiwa atau wujud hidup tidak akan meninggal atau hancur meskipun tubuh jasmani ini dapat hancur. Jiwa memasuki sebuah tubuh baru dan menetap di sana. Bahkan, jika bumi ini hancur dan berakhir, jiwa tetap kekal abadi dan tidak akan hancur.

Kepercayaan di luar ajaran Buddha kebanyakan menganut pandangan kekekalan ini. Beberapa meyakini, setelah kematian, manusia tetap abadi di surga atau menderita hukuman abadi di neraka, sesuai dengan keinginan dewa atau Tuhan. Yang lain menganut pandangan bahwa makhluk berpindah dari satu kehidupan ke kehidupan yang lain sesuai dengan *kamma* dan hidup kekal. Yang lain lagi memercayai bahwa makhluk hidup kekal selamanya, tetapi terus berubah dari satu kehidupan ke kehidupan lain sesuai dengan tujuan yang ditentukan.

Secara singkat, keyakinan mana pun yang menganut pandangan 'jiwa atau wujud hidup berlanjut tanpa penghancuran ke dalam bentuk baru' adalah *sassatadiṭṭhi*. Sebagai contoh, seekor burung di sebuah pohon, terbang ke pohon lain setelah pohon pertama tumbang. Ketika pohon kedua tumbang, dia akan terbang ke pohon ketiga. Sama halnya dengan jiwa atau wujud hidup. Ketika tubuh, tempat jiwa berada mengalami penghancuran, jiwa akan berpindah ke tubuh lainnya. Jiwa itu sendiri tetap kekal, tidak dapat dihancurkan.

Taṇhā disertai dengan pandangan salah tentang kekekalan diistilahkan *bhavataṇhā* (nafsu keinginan terhadap eksistensi). *Taṇhā* menikmati pandangan bahwa jiwa atau wujud hidup adalah kekal, abadi. 'Aku' telah ada dalam siklus kehidupan yang tidak terhitung jumlahnya, merasakan adanya sensasi kekekalan dan ingin terus merasakannya. 'Aku' yang percaya pada kekekalan itu akhirnya menikmati setiap objek yang terlihat, terdengar, tersentuh, atau diketahui, serta pada objek yang diharapkan muncul untuk dinikmati di masa depan. 'Aku' juga berharap untuk menikmati sebuah kehidupan bahagia yang makmur, sekarang dan di masa mendatang. Dilahirkan dalam kehidupan yang baik, bahagia; ingin menikmati kehidupan manusia kaya; atau menjadi dewa pada kehidupan mendatang. Beberapa ingin terlahir selalu sebagai seorang pria, beberapa ingin menjadi wanita. Semua ini adalah *bhavataṇhā.*

Setiap kali nafsu keinginan muncul untuk objek indra yang saat ini tersedia, atau ada akibat keinginan seseorang, atau yang menjadi harapan karena diinginkan, karena *taṇhā* ini, sebuah pengondisian atau potensi untuk melahirkan sebuah kehidupan baru pun ditimbulkan. Itulah sebabnya Buddha mengajarkan *ponobhavikā,* sebab yang menimbulkan kelahiran baru.

VIBHAVATAṆHĀ

'*Vibhava*' dalam *vibhavataṇhā* berarti tidak dilahirkan, bukan wujud, penghancuran kehidupan. Keinginan atas pandangan 'ada kehidupan hanya

ketika hidup, tidak ada apa pun setelah kematian', dinamakan *vibhavataṇhā.* Ini adalah *taṇhā,* yang disertai dengan pandangan salah tentang tanpa kehidupan (*ucchedadiṭṭhi),* yang menganut 'tidak ada yang tersisa setelah kematian; terdapat penghancuran sepenuhnya'. Ini kepercayaan yang dikhotbahkan oleh Ajita, pemimpin dari sebuah sekte di zaman Buddha. Berikut bunyi ajarannya.

Seseorang terdiri dari empat elemen primer. Ketika dia meninggal, elemen tanah dari tubuhnya akan menyatu dengan massa dari elemen tanah yang ada dalam tubuh eksternal yang tidak bernyawa. (Pernyataan ini menjelaskan bahwa elemen tanah mewujudkan diri sebagai kekerasan atau kekasaran selama berada dalam tubuh yang hidup. Kemudian, menyatukan diri dengan elemen tidak bernyawa dari elemen tanah eksternal (elemen tanah dari jasad). Lambat laun, hal tersebut berubah menjadi materi tanah (*pathavī rūpa)* yang diubah lagi menjadi elemen tanah dari pohon, tanaman, dan lain-lain).

Elemen air dari tubuh yang hidup mengalir ke dalam massa air yang tidak bernyawa (dikatakan, kelembaban atau cairan dari jasad menjadi bagian dalam kelembaban atau cairan dari massa air). Elemen api dari tubuh yang hidup, bersatu dengan massa dari panas eksternal yang tidak bernyawa dan elemen angin yang hidup mengalir ke massa udara eksternal yang tidak bernyawa.

Semua pancaindra yang mengetahui (mata, telinga, hidung, lidah, dan lain-lain.) pindah ke luar angkasa (Nihilis menganut pandangan *uccheda,* yang tidak mengenal pemisahan keberadaan dari kesadaran mata, kesadaran telinga, dan lain-lain. Mereka menganut pandangan bahwa materi bentukan dari mata, telinga, dan lain-lain, dengan sendirinya melihat, mendengar, mengecap, menyentuh dan lain-lain. *Mana,* dengan kata lain disebut *indra,* berpikir dengan sendirinya. Mereka menjelaskan bahwa penghentian kesadaran keenam indra, menurut mereka bersatu atau menghilang di luar angkasa...)

Dia orang bodoh atau bijak, ketika dia meninggal, dia sepenuhnya

menghilang. Tidak ada yang tersisa setelah kematian. Orang bodoh tidak menderita dalam sebuah kehidupan baru karena perbuatan salahnya di masa lalu. Orang bijak tidak terlahir dalam sebuah kehidupan baru untuk menikmati hasil dari buah *kamma* baiknya. Setelah kematian, segalanya menghilang.

Ini merupakan beberapa ajaran dari Ajita yang menganut nihilisme. Ideologi ini dengan mudah diterima oleh mereka yang menolak untuk menghindari kejahatan atau melakukan kebaikan. Seperti yang dinyatakan oleh ideologi ini, tidak ada kehidupan, tidak ada apa pun setelah kematian. Pernyataan ini berarti mengakui bahwa ada kehidupan sebelum kematian. Kemudian muncullah pertanyaan ini, apa itu yang ada sebelum kematian? Jawaban yang sesuai dengan paham ini mungkin, terdapat diri yang hidup (*atta)* atau makhluk (*satta).* Dengan demikian, meskipun Ajita bersikeras bahwa seorang individu terdiri dari empat elemen primer, dapat dikatakan bahwa baginya, *atta* atau *satta* itu ada.

Karena pelekatan pada diri ini, penganut pandangan Ajita beranggapan, daripada membuang waktu melakukan perbuatan baik demi kehidupan mendatang, lebih baik mengambil kesempatan sepenuhnya untuk kenikmatan kesenangan dalam kehidupan ini. Oleh karena itu, nafsu keinginan yang disertai dengan pandangan nihilistik, tidak ada yang tersisa setelah kematian, segalanya akan dihancurkan, hal ini dinamakan *vibhavataṇhā.*

Vibhavataṇhā ini sangat menyenangi pendapat 'setelah kematian, kehidupan dihancurkan tanpa usaha khusus apa pun'. Alasannya, seseorang yang menganut pandangan ini mengurangi praktik perbuatan baik dan tidak menjauhkan diri dari melakukan perbuatan buruk sehingga menghasilkan banyak *akusala kamma*. Jika, setelah kematian muncul kehidupan baru, perbuatan buruk ini menghasilkan buah tidak baik, yang tentunya tidak dapat mereka nikmati. Jika benar tidak ada apa pun setelah kematian dan tidak ada kehidupan baru, barulah perbuatan buruk mereka terhapus. Mereka tidak harus bertanggung jawab atas perbuatan buruknya dan bebas

dari semua konsekuensi atas tindakan jahat mereka. Inilah daya tarik terbesar ideologi nihilisme.

Pada waktu yang bersamaan, penganut pandangan "sekarang adalah waktu untuk menikmati", mereka menjadi terlalu bernafsu untuk mengejar objek kesenangan yang diinginkan. Mereka pun mengejar semua yang menurut mereka menyenangkan. Pengejaran ini menuntun pada dilakukannya *kamma* dan *saṅkhāra,* semua tindakan yang menyebabkan pembentukan kehidupan baru.

Setiap kali ada kesenangan dan kenikmatan atas kesenangan di kehidupan sekarang, *taṇhā* ini memberikan dorongan pada arus kesadaran (rangkaian kehidupan). Akibatnya, kesadaran *javana,* mendekati kematian, disebut dengan *abhisaṅkhāra viññāṇa,* yang melekat pada tanda kematian seperti *kamma, kamma nimitta,* dan *gati nimitta.* Ketika kematian datang saat kesadaran melekat pada objek-objek ini, kesadaran akan kelahiran kembali muncul untuk sebuah kehidupan baru yang terkondisi oleh salah satu dari tiga tanda tersebut. Dengan demikian, penganut *ucchedadiṭṭhi,* suka atau tidak, akan dilahirkan kembali ke dalam kehidupan baru karena *taṇhā*-nya. Kemungkinan besar, dia akan terlahir kembali di alam rendah dan menderita karena sebelumnya dia tidak mengembangkan apa pun kecuali perbuatan jahat.

Buddha telah mengajarkan, *vibhavataṇhā* juga menyebabkan kehidupan baru (*ponobhavikā*). Dengan demikian, tiga jenis nafsu keinginan, *kāmataṇhā; bhavataṇhā;* dan *vibhavataṇhā* akan menuntun ke kehidupan baru dan penderitaan.

Telah disebutkan di atas, tiga *taṇhā* merupakan asal mula dari penderitaan, mulai dari *jāti* (kelahiran) sampai *upādānakkhandha* (agregat pelekatan). Semua itu disebut *samudayasacca,* kebenaran yang dinamakan asal mula penderitaan.

Mahāsatipaṭṭhānasutta menyatakan, "Di bagian dunia mana pun, di mana ada hal-hal menggembirakan dan menyenangkan, maka *taṇhā* ini akan muncul dan berakar."

'Nafsu keinginan muncul' yang dimaksud dalam penjelasan berarti kemunculan sebenarnya dari nafsu keinginan yang disebabkan oleh hal-hal menggembirakan dan menyenangkan. Hal ini dikenal sebagai *pariyuṭṭhāna kilesa.* 'Berakar' berarti gagal untuk merenungkan sifat tidak kekal dari hal-hal menyenangkan; keinginan untuk hal menyenangkan tetap ada, berakar, dan muncul ketika keadaan yang menguntungkan mengizinkan. Keinginan terpendam ini, berdiam dalam objek indra yang lari ketika direnungkan, ini dikenal sebagai *ārammaṇanusaya*. Meditasi *vipassanā* akan menghilangkan kotoran batin ini.

Hal-hal menggembirakan dan menyenangkan yang muncul dari nafsu keinginan dijelaskan secara terperinci dalam *Mahāsatipaṭṭhānasutta* dan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Mata, telinga, hidung, lidah, tubuh, dan batin... enam pintu indra.
2. Objek visual, suara, bau, rasa, impresi fisik, dan objek batin... enam objek indra.
3. Kesadaran mata, kesadaran telinga, dan lain-lain... enam jenis kesadaran.
4. Enam jenis kesan indra, kontak... enam *phassa.*
5. Enam jenis perasaan yang muncul dari impresi indra, dan lain-lain.

Hal-hal menggembirakan dan menyenangkan ini seharusnya direnungkan dalam praktik meditasi. Gagal untuk mengamati mereka sebagai ketidakkekalan, ketidakpuasan, dan lain-lain melalui pengamatan yang penuh perhatian akan mengakibatkan kehidupan mereka menjadi tempat berkembangnya nafsu keinginan. Dua jenis nafsu keinginan ini, yaitu *anusaya taṇhā* (nafsu keinginan yang berdiam) untuk objek menyenangkan yang telah lari ketika diamati sebagaimana adanya dan *pariyuṭṭhāna taṇhā,* yang muncul dari hal-hal menyenangkan. Keduanya merupakan kebenaran mulia yang dinamakan asal mula penderitaan seperti kelahiran dan lain-lain. Kenyataan ini seharusnya dipahami dan diingat sepenuhnya.

Telah cukup kita membahas kebenaran yang dinamakan asal mula

penderitaan. Maka, khotbah diakhiri sampai di sini. Semoga Anda semua yang hadir di sini dalam keadaan baik, dengan kebaikan memberikan perhatian penuh hormat kepada 'Khotbah Utama tentang Pemutaran Roda *Dhamma'* Anda mampu untuk menyingkirkan sementara atau menghilangkan sepenuhnya nafsu keinginan, dengan kata lain disebut kebenaran yang dinamakan asal mula penderitaan. Dengan perenungan tanpa henti dan melalui jenis Jalan dan Buah pengetahuan apa pun yang telah kalian pilih, mencapai realisasi *Nibbāna*, akhir dari semua penderitaan dengan cepat.

Sādhu! *Sādhu*! *Sādhu*!

Bab Enam

KHOTBAH UTAMA TENTANG PEMUTARAN RODA DHAMMA

DISAMPAIKAN PADA HARI BULAN PURNAMA
DI BULAN TAZAUNGMON, 1324, TAHUN MYANMAR.

Hari ini merupakan hari bulan purnama Tazaungmon (sekitar November-Desember). Pada zaman Buddha, hari ini merupakan hari suci yang penuh dengan perayaan-perayaan di pusat India, sebagai penanda berakhirnya musim hujan dan pergantian tahun, sesuai dengan tradisi di zaman itu. Di Myanmar, kita merayakan hari suci ini dengan festival cahaya dan memberi penghormatan kepada Guru Agung Buddha.

Hari ini kita akan membahas tentang "*nirodhasacca*", kebenaran yang dinamakan akhir penderitaan, dan "*maggasacca*", kebenaran yang dinamakan Jalan menuju lenyapnya penderitaan, seperti yang diajarkan dalam *Dhammacakkappavattana Sutta*. Sebagai pengingat, berikut ini adalah Empat Kebenaran Mulia.

1. *Dukkhasacca* Kebenaran yang dinamakan penderitaan,
2. *Samudayasacca* Kebenaran yang dinamakan asal-mula,
3. *Nirodhasacca* Kebenaran yang dinamakan akhir,
4. *Maggasacca* Kebenaran yang dinamakan Jalan.

NIRODHASACCA

> *Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhanirodhaṃ ariyasaccaṃ, yo tassāyeva taṇhāya asesavirāganirodho cāgo paṭinissaggo mutti anālayo.*
>
> "Para *bhikkhu*, apa yang akan Saya ajarkan sekarang adalah kebenaran mulia yang dinamakan akhir penderitaan, kebenaran sejati yang seharusnya diketahui oleh para *ariya*. Ini merupakan pelenyapan dan akhir sepenuhnya dari rasa lapar, nafsu-kehausan tanpa tersisa, meninggalkan dan menyerahkan, melepaskan, merelakan, dan terbebas dari nafsu-kehausan."

Kebenaran yang dinamakan akhir adalah lenyapnya nafsu-kehausan (*samudayasacca)* dengan kata lain disebut kebenaran yang dinamakan asal mula penderitaan. Dengan kebaikan dari *vipassanā ñāṇa* dan *ariyamagga ñāṇa,* maka nafsu-kehausan itu tidak memiliki kesempatan untuk muncul dan lenyap, seperti kegelapan yang dihalau oleh cahaya matahari. Ketika *arahattamagga ñāṇa* muncul, nafsu-kehausan itu juga tidak memiliki kesempatan untuk muncul dan dapat dipadamkan sepenuhnya. Dengan lenyapnya *taṇhā,* agregat *nāma-rūpa* untuk kehidupan baru tidak dapat muncul dan telah sepenuhnya terhenti. Pelenyapan *taṇhā* ini dinamakan kebenaran yang dinamakan akhir penderitaan. Lenyapnya *taṇhā* dengan kebaikan dari *arahattamagga ñāṇa* adalah sempurna, pelenyapan total, dan yang paling mulia.

Terdapat beberapa bentuk pelenyapan bermutu rendah. Sebagai contoh, pelenyapan dengan kebaikan dari *anāgāmi magga* yang hanya memadamkan *kāmataṇhā* (nafsu-kehausan untuk kesenangan sensual), pelenyapan oleh *sakadāgāmī magga* yang hanya menghilangkan bentuk kasar dari *kāmataṇhā,* pelenyapan dengan kebaikan dari *sotāpatti magga* menghilangkan *kāmataṇhā* yang akan menimbulkan kelahiran kembali di alam rendah. Pelenyapan-pelenyapan ini hanya berkaitan dengan pelenyapan sebagian dari *taṇhā* dan dapat dianggap sebagai *nirodhasacca* bermutu rendah.

Kemudian, ada juga pelenyapan lain yang diperoleh melalui meditasi tentang ketidakkekalan, ketidakpuasan, dan tanpa diri. Dalam perenungan terhadap objek tersebut, *taṇhā* tidak memiliki kesempatan untuk muncul, di sana terjadi pelenyapan sementara *taṇhā*. Hal ini dapat dianggap sebagai pelenyapan *taṇhā* yang tanggung dengan pengembangan parsial dari *vipassanā ñāṇa.* Setiap kali seseorang terlibat dalam meditasi *vipassanā*, dapat dikatakan bahwa dia sedang merealisasi pelenyapan sementara *taṇhā*.

Naskah Pāḷi menjelaskan secara terperinci mengenai kebenaran yang dinamakan akhir nafsu-kehausan dengan menjawab pertanyaan 'di mana nafsu-kehausan ini bisa dihilangkan, di mana dia bisa dipadamkan?' Jawaban yang diberikan adalah "Di mana pun ada hal-hal yang menggembirakan dan menyenangkan di dunia ini, maka di sanalah nafsu-kehausan ini bisa dihilangkan, di sana juga dia bisa dipadamkan."

Seperti yang telah dijelaskan, hal-hal menggembirakan dan menyenangkan yang dimaksud adalah enam pintu dari mata, telinga, hidung, lidah, tubuh, dan batin; enam objek indra dari penglihatan, suara, bau, rasa, kesan fisik, dan batin; enam *viññāṇa* dari kesadaran mata, kesadaran telinga, dan lain-lain. Untuk penjelasan lebih lanjut, dapat merujuk pada naskah dan terjemahan dari *Mahā Satipaṭṭhāna Sutta*.

Penghilangan dan pemadaman memiliki makna yang hampir sama. Sama halnya dengan, *cāga* (rela, murah hati); *paṭinissagga* (menyerahkan,meninggalkan,menolak); *mutti* (melepaskan, membebaskan); *anālaya* (bebas dari pelekatan)... semua mengandung arti yang sama seperti *nirodha* (pelenyapan, penghancuran).

CARA MELENYAPKAN NAFSU KEINGINAN

Ketika *yogī* mengamati 'sedang melihat' pada momen penglihatan dan menjadi yakin tentang sifat sejati dari ketidakkekalan, penderitaan, dan *anatta* (tanpa-diri), dia tidak akan dibutakan oleh delusi dari kekekalan, kebahagiaan, dan diri dalam pintu indra dan objek indra. Y*ogī* akan terbebas

sementara dari *avijjā* (ketidaktahuan atau delusi). Setelah melihat kenyataan sebagaimana adanya dan terbebas dari delusi, tidak ada perasaan menyenangkan yang dapat muncul menuju objek-objek tersebut. Inilah pelenyapan atau penghilangan sementara nafsu-kehausan.

Melalui pemadaman nafsu-kehausan, *upādāna* melekat, *kāma* dan *saṅkhāra* yang datang setelah itu tidak dapat muncul. Dengan demikian, *viññāṇa; nāma-rūpa; saḷāyatana; phassa;* dan *vedanā* yang merupakan hasil dari *kamma* dan *saṅkhāra* tidak baik, mereka tidak dapat muncul. Inilah cara nafsu-kehausan beserta penderitaan dapat dipadamkan sementara, hal ini disebut pelenyapan sementara atau *Nibbāna* sementara.

Dengan *vipassanā* yang menimbulkan pelenyapan sementara saat pengetahuan lebih tinggi berhasil dikembangkan, *Nibbāna* direalisasi dengan *sotāpanna ñāṇa* yang memadamkan *kāmataṇhā,* yang dapat menimbulkan kelahiran kembali dalam alam sengsara. *Yogī* pun menjadi terbebas sepenuhnya dari kesengsaraan *apāya* (alam rendah) dan penderitaan untuk lebih dari tujuh kehidupan di alam baik yang penuh kesenangan (*kāmasugati).* Lenyapnya penderitaan merupakan hasil dari lenyapnya nafsu-kehausan, tetapi tidak dapat dianggap bahwa *sotāpanna magga* menggunakan pelenyapan nafsu-kehausan sebagai objek perenungannya. Pelenyapan tersebut hanyalah hasil dari penghilangan sepenuhnya penderitaan yang melekat pada agregat *nāma-rūpa.*

Ketika *Nibbāna* direalisasi dengan *sakadāgāmī ñāṇa,* bentuk kasar dari keinginan sensual beserta penderitaan dalam lebih dari dua kehidupan di alam menyenangkan pun dipadamkan. Ketika *Nibbāna* direalisasi melalui *anāgāmi ñāṇa,* bentuk halus dari keinginan sensual dan penderitaan pada lebih dari satu kehidupan di *rūpa loka* (alam materi halus) atau *arūpa loka* (alam bukan materi) pun dipadamkan. Pelenyapan-pelenyapan ini juga hasil dari pelenyapan nafsu-kehausan. Dalam jalan ini, batin juga merenung hanya pada pelenyapan sebagai hasil penghilangan total penderitaan yang melekat pada agregat *nāma- rūpa.*

Ketika *Nibbāna* direalisasi melalui *arahattamagga ñāṇa,* semua bentuk nafsu-kehausan, semua jenis penderitaan, sepenuhnya dihilangkan. Ini juga merupakan pelenyapan penderitaan sebagai hasil dari pelenyapan nafsu-kehausan. Kita dapat menyimpulkan, ketika nafsu-kehausan dihilangkan, penderitaan terpadamkan.

Hanya setelah nafsu-kehausan telah dihilangkan sepenuhnya, barulah kebebasan sejati dari penderitaan akan tercapai. Pembebasan dari penderitaan yang dicapai melalui cara lain bukanlah kebebasan sejati, tetapi hanya pembebasan sementara karena nantinya akan terjadi lagi penderitaan. Sebagai contoh, meregangkan anggota tubuh untuk meringankan kekakuan akibat beraktivitas. Sakit itu akan hilang sementara melalui peregangan, tetapi tubuh akan kembali merasa lelah. Contoh lain, ketika seseorang diserang oleh rasa lapar, penderitaannya mungkin dapat diringankan dengan memakan sejumlah makanan, tetapi masalah akan muncul lagi setelah beberapa jam.

Keadaan hidup yang sulit dapat diselesaikan dengan melibatkan diri dalam pekerjaan atau bisnis yang sesuai, yang terbukti sukses dan makmur sehingga seseorang mungkin menduduki sebuah jabatan yang tinggi dalam profesinya atau menjadi seorang yang sangat kaya. Namun, kehidupan selalu berubah, seseorang mungkin jatuh dari jabatan tinggi atau dilanda kemiskinan. Bahkan, jika kehidupan berlangsung tanpa masalah, seseorang tidak dapat menghindari kematian yang pada akhirnya merupakan sebuah penderitaan.

Sebagai hasil dari perbuatan baik seperti berdana dan menjalankan *sīla*, seseorang mungkin terlahir sebagai manusia dalam keadaan yang bahagia makmur atau sebagai seorang raja dewa. Namun, setelah semua *kamma* dari perbuatan baik kehidupan lampau habis, terlahir kembali dalam kehidupan yang menyedihkan tidak dapat dihindari.

Jika seseorang berjuang untuk kehidupan yang panjang dan bahagia dengan meditasi konsentrasi tentang *rūpa jhāna* dan *arūpa jhāna,* dia mungkin mencapai alam *rūpa brāhma* dan *arūpa brahma,* tempat yang memungkinkan seseorang hidup bahagia untuk banyak lingkaran kehidupan

dunia. Namun, semua jasa baik dari *jhāna* akan habis pada waktunya dan seseorang harus menghadapi kemungkinan dilahirkan kembali di alam rendah yang menyedihkan. Seperti pengalaman dari babi betina muda yang telah dijelaskan dalam bab lima.

Dengan demikian, jika nafsu-kehausan belum sepenuhnya dihilangkan, tidak ada kebebasan yang terjamin. Kebebasan sepenuhnya, yang kekal dari semua jenis penderitaan hanya dapat dicapai ketika nafsu-kehausan telah sepenuhnya padam. Guru Agung Buddha pun mengajarkan '*tassāyeva taṇhāya asesavirāganirodho'* bahwa penghancuran, pemadaman *taṇhā* merupakan kebenaran yang dinamakan akhir penderitaan.

Hal ini sesuai dengan hukum dependensi kemunculan yang menyatakan, ketika kondisi penyebab seperti ketidaktahuan, dan lain-lain berhenti, maka efek yang dihasilkannya, *saṅkhāra,* dan lain-lain, juga berhenti. Dalam naskah Pāḷi *Aṅguttara* diajarkan, "Para *bhikkhu*, apakah itu kebenaran mulia yang dinamakan akhir penderitaan? Melalui penghapusan sepenuhnya dan pemadaman ketidaktahuan (yang telah dibahas, berkaitan dengan *samudayasacca*) *saṅkhāra kamma* (bentukan) dipadamkan; melalui pemadaman *saṅkhāra kamma*, *viññāṇa* yang dihasilkan untuk kehidupan baru akan padam; melalui padamnya *viññāṇa,* keberadaan batin dan jasmani akan padam; melalui padamnya keberadaan batin dan jasmani, *saḷāyatana* (enam organ indra) akan padam; melalui padamnya enam organ, *phassa* (kesan indriawi berkaitan dengan kontak antara organ indra dan objek indra) akan padam; melalui padamnya kesan indriawi, *vedanā* (perasaan indriawi) akan padam; melalui padamnya perasaan, nafsu-kehausan akan padam; melalui padamnya nafsu-kehausan, pelekatan akan padam; melalui padamnya pelekatan, proses kelahiran akan padam; melalui padamnya proses kelahiran, kelahiran kembali akan padam; melalui padamnya kelahiran kembali, kematian dan pembusukan; kesedihan; ratap tangis; kesakitan; dukacita; dan kepedihan yang mendalam akan padam. Maka terjadilah pemadaman seluruh kumpulan dari penderitaan, yang bukan merupakan wujud jiwa, juga tidak berkaitan dengan *sukha* (kebahagiaan). Para *bhikkhu,* ini disebut kebenaran mulia kebenaran yang dinamakan akhir kumpulan penderitaan ini".

Dalam naskah di atas, urutan pemadaman diberikan dalam urutan bersambung untuk membuktikan hubungan antara masing-masing sebab dengan akibatnya. Sebagai contoh, 'melalui pemadaman ketidaktahuan, bentukan *kamma* akan padam'. Namun, penting untuk diamati, setelah ketidaktahuaan memudar, menghilang, semua efek yang dihasilkannya seperti *saṅkhāra,* dan lain-lain, menjadi padam.

Kata Pāḷi '*nirodha'* atau '*nirodho'* dalam naskah hanya berarti pelenyapan, bukan tempat pelenyapan maupun kondisi dari pelenyapan. Meskipun kitab komentar secara kiasan menyebutkan *nirodha* sebagai sebuah tempat pelenyapan atau kondisi pelenyapan, harus diperhatikan dengan saksama bahwa arti sebenarnya adalah ketidakmunculan dari kondisi saling terikat dari hubungan sebab dan akibat seperti *avijjā, saṅkhāra, viññāṇa,* dan lain-lain; pelenyapan total; penghancuran; pemutusan kondisi-kondisi tersebut; dengan kata lain kebenaran mulia yang dinamakan akhir penderitaan atau *Nibbāna*.

Telah cukup kita membahas kebenaran yang dinamakan akhir penderitaan. Untuk perincian lebih lanjut, dapat merujuk pada buku *Berkaitan dengan Nibbāna*. Sekarang kita akan melanjutkan dengan penjelasan terperinci tentang kebenaran mulia, yang dinamakan Jalan menuju lenyapnya penderitaan.

MAGGASACCA – KEBENARAN YANG DINAMAKAN JALAN

Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccaṃ
ayameva ariyo aṭṭhaṅgiko maggo, seyyathidaṃ;
sammādiṭṭhi, sammāsaṅkappa, sammāvācā, sammākammanta,
sammāājīvo, sammāvāyāmo, sammāsati, sammāsamādhi.

"Para *bhikkhu*, apa yang akan Saya ajarkan sekarang adalah kebenaran mulia yang dinamakan Jalan menuju lenyapnya penderitaan. Dan, apakah Jalan tersebut? Ini adalah Jalan Mulia Berunsur Delapan, yaitu: pandangan benar, pikiran benar, ucapan benar, perbuatan benar, penghidupan benar, usaha benar, perhatian benar, dan konsentrasi benar."

Sekarang kita akan membahas tentang *maggasacca,* kebenaran yang dinamakan Jalan. Dari delapan kategori Jalan, *sammādiṭṭhi* dan *sammāsaṅkappa* merupakan kelompok *paññā* (kebijaksanaan); *sammāvācā, sammākammanta,* dan *sammāājiva* merupakan kelompok *sīla* (moralitas); *sammāvāyāma, sammāsati,* dan *sammāsamādhi* merupakan kelompok *samādhi* (konsentrasi).

Dalam penjelasan ini, kami tidak menguraikan lebih terperinci tentang *sīla* (moralitas) maupun *samādhi* (konsentrasi). Dari kelompok kebijaksanaan, Jalan dari *sammādiṭṭhi* (pandangan benar) juga tidak dibahas. Oleh karena itu, kami mengutip uraian berikut, tentang pandangan benar yang disampaikan oleh Begawan.

URAIAN TERPERINCI TENTANG PANDANGAN BENAR (*SAMMĀDIṬṬHI*)

"Para *bhikkhu*, apakah itu pandangan benar? Para *bhikkhu*, untuk memahami yang dinamakan penderitaan atau kebenaran yang dinamakan penderitaan; untuk memahami asal mula penderitaan atau kebenaran yang dinamakan asal mula penderitaan; untuk memahami lenyapnya penderitaan atau kebenaran yang dinamakan akhir penderitaan; untuk memahami Jalan menuju lenyapnya penderitaan atau kebenaran yang dinamakan Jalan menuju lenyapnya penderitaaan; inilah yang disebut pandangan benar."

Demikian definisi dari pandangan benar yang diberikan oleh Guru Agung Buddha. Secara singkat, ini adalah pengetahuan mengenai kenyataan dari Empat Kebenaran Mulia dan memahami mereka dengan tepat, sebagaimana seharusnya mereka dipahami. Berikut, uraian versi kitab komentar.

MEDITASI TENTANG EMPAT KEBENARAN MULIA

'Meditasi tentang Empat Kebenaran Mulia diajarkan, didahului oleh pemahaman dari Empat Kebenaran Mulia.' Dari Empat Kebenaran Mulia, dua yang pertama, yaitu kebenaran yang dinamakan penderitaan dan kebenaran yang dinamakan asal mula penderitaan, berkaitan dengan *vaṭṭa* (lingkaran kehidupan). Dua yang terakhir, yaitu kebenaran yang dinamakan lenyapnya penderitaan dan kebenaran yang dinamakan Jalan menuju lenyapnya penderitaan, berkaitan dengan *vivaṭṭa* (keluar dari lingkaran kehidupan). *Bhikkhu* atau *yogī* hanya menggunakan dua kebenaran yang pertama, *vaṭṭa sacca* sebagai objek meditasi, bukan dua kebenaran yang terakhir, *vivaṭṭa sacca.* (Itu berarti *bhikkhu* atau *yogī* merenungkan tentang dua kebenaran duniawi yang pertama dalam meditasi *vippasanā*-nya; beliau tidak berdiam dalam dua kebenaran supraduniawi yang terakhir, yang tidak sesuai sebagai subjek meditasi. Memang, tidak mungkin untuk merenungkan tentang kedua hal itu. Mengapa demikian? Subkomentar menyatakan bahwa kebenaran supraduniawi ini di luar pengetahuan dari manusia).

Memang benar, manusia awam tidak dapat memakai *magga* dan *phala* sebagai objek meditasi maupun *Nibbāna* yang di luar jangkauan penglihatan dan pengetahuan mereka, sebelum mencapai tingkat *gotrabhū* dalam meditasi. Kesadaran *gotrabhū* baru muncul setelah *anuloma ñāṇa,* ketika *vipassanā ñāṇa* telah dikembangkan sepenuhnya; segera setelah *gotrabhū,* muncullah realisasi Jalan dan Buah pengetahuan. Dengan demikian, sudah jelas bahwa seorang manusia awam tidak dapat menjadikan *Nibbāna* sejati

maupun Jalan dan Buah pengetahuannya sebagai objek meditasi. Oleh karena itu, harus diperhatikan dengan saksama, petunjuk atau ajaran mana pun yang memulai dari meditasi tentang *Nibbāna* adalah salah.

Kemudian, muncul pertanyaan, apakah *Nibbāna* tidak boleh dipakai sebagai objek meditasi ketenangan (*upasamā nupassanā)*? Perenungan tentang kualitas sifat dari *Nibbāna* seperti *virāga* (menjadi tanpa nafsu) dapat dipakai sebagai objek meditasi konsentrasi untuk memperoleh konsentrasi atau ketenangan. Namun, latihan ini hanya dipakai dengan tujuan untuk mencapai batin yang terkonsentrasi, bukan untuk segera mencapai Jalan dan Buah pengetahuan. Dalam situasi apa pun, latihan meditasi ini hanya untuk para Yang Mulia yang telah mencapai *Nibbāna*, bukan untuk awam. Dengan demikian, benar-benar adalah latihan yang salah berusaha untuk mencapai Jalan dan Buah pengetahuan dengan merenungkan *Nibbāna* sejak dari awal sekali.

Para *bhikkhu* secara singkat belajar dari gurunya bahwa lima agregat merupakan kebenaran yang dinamakan penderitaan dan nafsu-kehausan merupakan kebenaran yang dinamakan asal mula penderitaan. Atau, dia mungkin telah belajar lebih dalam bahwa lima agregat terdiri dari *rūpakkhandha, vedanākkhandha, saññākkhandha, saṅkhārakkhandha, viññāṇakkhandha.* Telah belajar bahwa *rūpakkhandha* berarti empat elemen utama dan *upādārūpa,* bentukan mereka, dan lain-lain. Dengan demikian, telah belajar tentang dua kebenaran pertama dengan singkat maupun dengan mendalam dari gurunya; *bhikkhu* membacanya berulang-ulang dan merenungkan mereka dalam meditasinya.

Berkaitan dengan dua kebenaran yang terakhir, *bhikkhu* hanya mendengar dari gurunya bahwa kebenaran yang dinamakan akhir penderitaan dan kebenaran yang dinamakan Jalan menuju lenyapnya penderitaan diinginkan dan patut dimuliakan (artinya, tidaklah cukup hanya mendengar tentang dua kebenaran supraduniawi ini dan mencondongkan batin menuju kedua hal itu).

Bhikkhu itu, yang berperilaku seperti yang dijelaskan di atas, menembus Empat Kebenaran Mulia secara serentak dan memahami sepenuhnya melalui pandangan terang. Dengan *paṭivedha* (pengetahuan penembusan), dia memahami bahwa penderitaan harus dimengerti dengan baik dan benar; nafsu-kehausan harus ditinggalkan, dihilangkan; *nirodha* (pelenyapan) harus direalisasi; dan bahwa jalan itu harus dikembangkan. Dengan *abhisamaya* (pandangan terang), dia akan memahami sepenuhnya bahwa penderitaan harus dimengerti dengan baik dan benar; nafsu-kehausan harus ditinggalkan, dihilangkan; *nirodha* (pelenyapan) harus direalisasi; dan bahwa Jalan itu harus dikembangkan.

Seperti yang dijelaskan di atas, sebelum beliau mencapai jalannya, pengetahuan *bhikkhu yogī* tentang dua kebenaran (kebenaran yang dinamakan penderitaan dan kebenaran yang dinamakan asal mula penderitaan) muncul dengan mempelajari dan mendengar dari gurunya; dengan bertanya dan membaca berulang-ulang; dan menguasainya melalui penembusan refleksi (empat proses pertama untuk memperoleh pengetahuan ini yaitu hanya dengan mempelajari kitab suci; memahami melalui penembusan refleksi hanya sebanding dengan pandangan terang melalui meditasi *vipassanā*).

Pengetahuan yang berkaitan dengan kebenaran yang dinamakan akhir penderitaan dan kebenaran yang dinamakan Jalan yang menuntun ke lenyapnya penderitaan hanya diperoleh dari mendengarkannya. Setelah meditasi *vipassanā*, pada saat merealisasi Jalan *Ariya*, tiga kebenaran pertama akan sepenuhnya dipahami dengan menyelesaikan tugas untuk mengetahui kebenaran yang dinamakan penderitaan dengan baik dan benar; tugas untuk meninggalkan asal mula penderitaan; dan tugas untuk mengembangkan Jalan menuju lenyapnya penderitaan. Kebenaran yang dinamakan akhir penderitaan akan dipahami sepenuhnya dengan realisasi aktual.

Dengan demikian, sesuai dengan kitab komentar, mula-mula cukup untuk mengetahui hanya dari mendengar bahwa kebenaran yang dinamakan

akhir penderitaan dan kebenaran yang dinamakan Jalan menuju lenyapnya penderitaan adalah hal yang diinginkan dan patut dimuliakan, dan *bhikkhu* hanya perlu memusatkan pikiran atas hal tersebut. Oleh karena itu, sudah jelas bahwa tidak ada usaha yang diperlukan untuk merenungkan dua kebenaran ini secara khusus. Namun, pengetahuan tentang dua kebenaran pertama ini seharusnya diperoleh dengan mendengarkan, serta dengan mengembangkan pandangan terang terhadapnya melalui meditasi.

SUTAMAYĀ (PENGETAHUAN MELALUI MENDENGAR)

Seperti yang dinyatakan dalam kutipan kitab komentar di atas, telah dipahami bahwa hanya lima agregat yang merupakan kebenaran yang dinamakan akhir penderitaan dan nafsu-kehausan merupakan kebenaran yang dinamakan asal mula penderitaan. Di sini, lima agregat yang dimaksud merupakan lima agregat pelekatan (*upādānakkhandha)* yang disebutkan dalam *sutta* ini. Telah dijelaskan, mereka adalah objek yang muncul pada waktu melihat, mendengar, dan lain-lain. Kita juga telah membahas secara menyeluruh mengenai kebenaran yang dinamakan asal mula penderitaan. Mengetahui kedua kebenaran ini dengan mendengarkannya berarti telah mengetahui hukum dependensi kemunculan secara singkat.

Dalam kitab *Mahā Ṭīkā,* subkomentar dari *Visuddhimagga*, sudah dinyatakan dengan jelas, yang diajarkan Yang Mulia Assaji, yaitu "*ye dhammā hetuppabhavā...* Yang Tercerahkan Sempurna telah memberitahukan sebab dari segala sesuatu yang muncul..." menjelaskan secara singkat inti hukum dependensi kemunculan. Kitab komentar di *Vinaya Mahāvagga* juga menegaskan hal itu. Dengan kata-kata '*ye dhamma hetuppabhavā'*, Yang Mulia Assaji mengajarkan lima agregat atau kebenaran yang dinamakan penderitaan. Dengan kata-kata '*tesaṃ hetuṃ Tathāgata aha'*, Beliau mengajarkan kebenaran yang dinamakan asal mula penderitaan.

Berdasarkan bukti tersebut, sudah jelas bahwa setelah mempelajari secara singkat dengan mendengar tentang *dukkhasacca* dan *samudayasacca,* seseorang juga telah mempelajari hukum dependensi kemunculan secara

singkat. Mereka yang mengajarkan bahwa meditasi *vipassanā* tidak dapat dilakukan kecuali telah menguasai hukum dependensi kemunculan dan didukung oleh tabel serta diagram lingkaran, mereka bertentangan dengan kata-kata ini dari kitab komentar dan subkomentar sehingga menyebabkan bahaya besar pada *paṭipattisāsanā.*

Dalam *Cūḷataṇhāsaṅkhayasutta* dari kanon Pāḷi *Mūlapaṇṇāsa*, kita menemukan hal berikut, berkaitan dengan pengetahuan singkat yang harus diperoleh dengan belajar (*suta)*. "Oh, raja para dewa, dalam Ajaran ini, *bhikkhu* yang telah mendengar bahwa tidaklah pantas maupun tepat untuk menganut pandangan bahwa semua *dhamma* adalah kekal; menyenangkan; dan diri".

Hal ini berarti, jika *bhikkhu* yang telah mendengar tentang kenyataan bahwa lima *khandha* dari *nāma-rūpa* yang muncul pada enam pintu indra setiap kali sedang makan; sedang mendengar; dan lain-lain, tidaklah tepat dianggap sebagai kekal; menyenangkan; diri. Mereka hanya sementara, mengalami penderitaan, dan bukan diri. Setelah memahami ini, *bhikkhu* memiliki pengetahuan singkat yang cukup, *sutamayā ñāṇa* (*sutamayā paññā)* untuk melibatkan diri dalam meditasi.

Buddha melanjutkan, "Kemudian *bhikkhu* itu, yang telah mempelajari sebanyak itu dengan mendengar, mengetahui dengan perenungan, dan mengalami sendiri semua *Dhamma*". Kemudian, Begawan mengajarkan cara untuk mencapai pengetahuan tentang perbedaan antara *nāma* dan *rūpa* (*nāmarūpapariccheda ñāṇa*), dan lain-lain. Berikut kesimpulan dari penjelasan di atas.

1. Semua *dhamma* adalah sementara, mengalami penderitaan, dan tanpa-diri.
2. Memiliki cukup pengetahuan yang diperoleh dari mendengar (*suta).*
3. Cukup untuk mampu membedakan agregat *nāma* dari *rūpa* melalui meditasi.
4. Dan bisa mengetahui sifat ketidakkekalan dan ketidakpuasan dari objek tersebut.

Poin 1 dan 2 menunjukkan kecukupan dari pengetahuan singkat dalam *sutamayā ñāṇa* (untuk berlanjut pada praktik meditasi). Poin 3 menunjukkan, dengan mengamati setiap tindakan melihat; mendengar; dan lain-lain, pada saat kemunculan, pengetahuan yang memungkin seseorang untuk membedakan antara *nāma-rūpa* (*nāmarūpapariccheda ñāṇa*) dan mengetahui penyebab fenomena dari melihat; mendengar; dan lain-lain (*paccayapariggaha ñāṇa*) akan diperoleh. Dua jenis pengetahuan ini disebut *abhiññāpaññā,* menjadi *ñātapariññā* dari tiga *pariññā.* Poin 4 berarti memiliki pengetahuan penuh tentang semua *dhamma* dan pandangan terang pada sifat dari ketidakkekalan, penderitaan, dan tanpa diri, sesuai dengan '*sabbaṃ dhammaṃ abhiññāya, sabbaṃ dhammaṃ parijānāti'.* Ini merupakan pengetahuan mendalam dari *tīraṇapariññā* dan *pahānapariññā.*

Hal utama yang ingin ditekankan di sini adalah hanya dengan mempelajari melalui mendengarkan bahwa semua *dhamma* adalah tidak kekal, penderitaan, dan tanpa diri, seseorang telah memiliki cukup *sutamayā ñāṇa* untuk melanjutkan usaha demi mencapai *arahattamagga* dan *phala.* Dengan demikian, pernyataan tegas bahwa tanpa pengetahuan menyeluruh tentang hukum dependensi kemunculan, meditasi seharusnya tidak dipraktikkan, sangat bertentangan dengan naskah Pāḷi dari *Cūḷataṇhāsaṅkhayasutta* dan menyebabkan demoralisasi bagi mereka yang condong pada praktik meditasi serta merugikan kemampuan dari *paṭipattisāsanā.*

Jika sesuai dengan ajaran mereka, meditasi hanya dapat dipraktikkan setelah sepenuhnya menguasai hukum dependensi kemunculan beserta penjelasan diagram lingkaran, dan lain-lain, beberapa orang yang tidak memiliki waktu maupun kesempatan untuk mempelajari hal tersebut atau yang lambat dalam mempelajarinya, mungkin kehilangan kesempatan untuk memperoleh Jalan atau Buah pengetahuan, bahkan jika mereka diberkahi dengan *pāramī* (kondisi dan kualifikasi yang cukup) untuk mendapatkannya.

Mengutip sebuah contoh, pada zaman Begawan, terdapat seorang *bhikkhu* bernama *Cūḷapanthaka* yang merasa kesulitan untuk menghafal sebuah bait yang hanya terdiri dari 45 huruf meskipun telah berusaha selama empat minggu. Mempelajari keseluruhan hukum dependensi kemunculan secara ekstensif akan menjadi tugas yang tidak mungkin baginya. Namun, *bhikkhu* itu berhasil mencapai tingkat kesucian *arahat*, menyelesaikan *jhāna abhiññā*, pengetahuan luar biasa, dan pandangan terang dengan mempraktikkan latihan meditasi yang diajarkan oleh Guru Agung Buddha.

Kami ingin mengambil kesempatan ini, ketika sedang memberikan khotbah Pemutaran Roda *Dhamma*, untuk memperingatkan orang-orang baik dan terpelajar untuk menahan diri dari membuat pernyataan tegas yang dapat mematahkan semangat mereka yang terlibat dalam atau memilih untuk memperdalam praktik meditasi.

Jika seseorang harus berjuang seorang diri dalam praktik meditasi, sudah pasti dia harus mempelajari dengan ekstensif semua tentang agregat, dasar, elemen, kebenaran, kemampuan, dan hukum dependensi kemunculan. Namun, jika seseorang akan berusaha di bawah bimbingan seorang guru yang baik; berbudi luhur; terpelajar; dan bijaksana, semua yang dia perlu ketahui adalah semua *dhamma* adalah tidak kekal; mengalami penderitaan; tidak berdasar; dan bukan diri. Juga sudah cukup jika dia belajar hanya melalui pendengaran bahwa seorang manusia diatur oleh dua kebenaran duniawi tentang sebab akibat, yaitu lima agregat (kebenaran yang dinamakan penderitaan) dan nafsu-kehausan (kebenaran yang dinamakan asal mula penderitaan).

Mayoritas umat Buddhis di Myanmar boleh dianggap sudah dilengkapi dengan pengetahuan ini. Jika belum, mereka bisa mendapatkannya sesaat sebelum memulai meditasi atau selama kursus meditasi dengan mendengarkan khotbah dari guru meditasinya. Seharusnya, tidak ada keraguan atau ketidakpastian tentang pengetahuan *sutamayā ñāṇa* ini. Semua yang diperlukan adalah memulai praktik meditasi sesuai dengan petunjuk dari guru yang dapat dipercaya, berbudi luhur, terpelajar, dan

bijaksana.

Untuk pertanyaan bagaimana cara untuk masuk ke dalam praktik meditasi pandangan terang, jawabannya telah dijelaskan dalam bab tiga. Untuk menyimpulkan, praktik yang terdiri dari pengembangan Jalan memiliki tiga tahap: dasar, pendahulu, Jalan *Ariya*. Mengembangkan hal-hal tersebut akan mengarahkan kita menuju *Nibbāna*.

Mūla magga (Jalan dasar) terdiri dari *kammassakatā sammādiṭṭhi, sīla,* dan *upacāra samādhi* atau *appanā samādhi* yang telah kita bahas sebelumnya. Untuk faktor pertama, *kammassakatā sammādiṭṭhi,* mayoritas umat Buddhis Myanmar telah ditanamkan keyakinan ini sejak kecil. Berkaitan dengan *sīla magga,* jika *yogī* awam belum ditanamkan dengan keyakinan ini, dia dapat menyelesaikannya dengan menjalankan *sīla,* sesaat sebelum melakukan praktik meditasi.

Bhikkhu yogī seharusnya memurnikan *sīla*-nya dengan proses pengakuan bahwa dia menyimpan keraguan tentang hal tersebut. Untuk pencapaian *samādhi, yogī* seharusnya melakukan latihan *samatha* seperti *ānāpāna* dan mempraktikkannya sampai pencapaian *jhāna* atau *upacāra samādhi.* Jika waktu atau kesempatan tidak mengizinkan, *yogī* dapat mulai merenungkan empat elemen pokok dengan *vipassanā khaṇika samādhi,* yang mirip dengan *upacāra samādhi* dan mungkin dicapai. *Samādhi* ini menghilangkan rintangan sehingga pemurnian batin dapat diperoleh. Inilah deskripsi singkat bagaimana *mūla magga* ditanamkan.

PENGEMBANGAN *PUBBABHĀGA MAGGA* (*VIPASSANĀ MAGGA*)

Setelah mengembangkan *mūla magga,* seperti yang dijelaskan di atas, *yogī* mulai mengamati realitas dari kebenaran yang dinamakan penderitaan (*upādānakkhandha*) dengan terus menerus mengamati fenomena melihat; mendengar; mencium; mengecap; menyentuh; berpikir, pada setiap saat masing-masing fenomena muncul. Penjelasan penuh tentang *upādānakkhandha;* bagaimana kegagalan mengamati dan melihat mereka

sebagaimana adanya menuntun ke pelekatan pada mereka sebagai *nicca, sukha,* dan *atta;* dan bagaimana melihat sifat sejati mereka, semua telah dikemukakan di bab tiga dan bab empat.

Ketika *samādhi* telah sepenuhnya dikembangkan, seseorang menjadi sadar dengan setiap pengamatan dari muncul dan lenyapnya *nāma-rūpa* dan sifat sejati dari ketidakkekalan, penderitaan, dan tanpa diri. Cara mengembangkan kesadaran tersebut dijelaskan sebagai berikut. Ketika mengamati setiap tindakan seperti muncul; lenyap; duduk; bergerak; beristirahat, *yogī* mulai menyadari batin yang mengetahui berbeda dari tubuh materi. Kebijaksanaan ini adalah *nāmarūpapariccheda ñāṇa* (pengetahuan untuk membedakan *nāma* dari *rūpa*), dasar awal untuk pengembangan *vipassanā ñāṇa.* Begawan telah menjelaskan bagaimana pengetahuan ini dapat dikembangkan dengan memberikan contoh dari sebuah batu delima dalam *Sāmaññaphala Sutta* dari *Dīgha Nikāya* dan *Mahāsakuludāyi Sutta* dari *Majjhimapaṇṇāsa*.

NĀMA BERBEDA DARI *RŪPA*: CONTOH YANG DIBERIKAN OLEH GURU AGUNG BUDDHA

Sebuah permata berharga bernama Veluriya mempunyai benang berwarna coklat; kuning; merah; putih; atau kuning muda, yang terletak di dalamnya. Dia ditaruh di atas telapak tangan untuk diamati. Seseorang dengan penglihatan yang baik dapat membedakan permata itu dari benangnya, dia dapat melihat dengan jelas benang berwarna yang tertanam dalam permata itu. Sama seperti *yogī,* dapat membedakan batin yang mengetahui dari objek yang akan dikenali; mengetahui juga batin yang mengetahui (kesadaran) bergegas menuju objek yang akan dikenali.

Dalam kiasan ini, objek materi diibaratkan sebagai permata berharga, batin yang mengetahui sebagai benang dan benang yang tertanam dalam permata merupakan batin yang mengetahui terjun ke arah objek. Demikianlah perbedaan antara *nāma* dan *rūpa* diilustrasikan dengan kiasan.

Harus diperhatikan, dalam kiasan tidak disebutkan tentang mengetahui berapa banyak jenis *rūpa,* berapa banyak jenis batin dan bentukan batin, dan lain-lain yang terlibat. Hanya disebutkan perbedaan antara batin yang mengetahui dan objek materi yang dikenali.

Dalam *Visuddhimagga* juga kami temukan deskripsi berikut, tentang bagaimana *nāma* menjadi jelas dalam pengamatan *yogī*. "Karena *yogī* telah membedakan dengan metode ini dan itu, sifat dari *rūpa;* proporsi bentuk *rūpa* pun menjadi cukup jelas, terurai dan jelas baginya; sehingga *non-rūpa, nāma* yang memiliki *rūpa* sebagai objek, menjadi jelas dan nyata dengan sendirinya juga".

Lebih lanjut, masih dalam *Visuddhimagga*, "Hanya ketika didukung oleh *nāma, rūpa* muncul; hanya ketika didukung oleh *rūpa, nāma* muncul. Ketika *nāma* memiliki keinginan untuk makan, minum, berbicara, mengambil sebuah postur, itu merupakan *rūpa* yang makan, minum, berbicara, dan mengambil sebuah postur". Dalam kutipan ini, disebutkan tentang daftar dari kategori-kategori yang berbeda dari *nāma* dan *rūpa,* tetapi yang dijelaskan hanya yang akan benar-benar dialami. Oleh karena itu, perenungan sekilas tentang kategori *nāma* dan *rūpa* yang lain tidak akan menghasilkan *nāmarūpapariccheda ñāṇa* sejati. *Nāmarūpapariccheda ñāṇa* hanya dapat dikembangkan ketika *nāma* dan *rūpa* dapat dikenali secara terpisah saat mengamati fenomena muncul dan lenyapnya *nāma-rūpa* saat itu terjadi.

Kemampuan untuk membedakan *nāma,* pengenal dari *rūpa* merupakan *sammādiṭṭhi* (pandangan benar). Meskipun dapat dipelajari dari buku sebelum dan pada tahap awal praktik meditasi bahwa *nāma* terpisah dari tubuh materi, *yogī* tidak bisa membedakan antara batin yang mengetahui dan tubuh materi melalui pengalaman sebenarnya. Hanya setelah *nāmarūpapariccheda ñāṇa* dikembangkan maka perbedaan antara kedua hal ini akan muncul secara spontan. Ketika mengamati fenomena berpikir atau perasaan menyakitkan saat itu terjadi, *yogī* memahami secara terpisah antara batin yang berpikir dan objek materi atau perasaan

menyakitkan dan bagian yang sakit di tubuh. Pemahaman tentang *nāma* yang berbeda dari *rūpa* adalah mengetahui kenyataan sebagaimana adanya, inilah pandangan benar. *Yogī* menjadi semakin yakin ketika di sana hanya ada tubuh materi dan batin yang mengetahui; selain dari itu, tidak ada wujud yang hidup. Ini juga merupakan mengetahui kenyataan sebagaimana adanya, pandangan benar.

Seiring perkembangan kekuatan konsentrasi, saat mengamati muncul; lenyap; duduk; menyentuh; dan lain-lain, dia mulai menyadari bahwa dia menyentuh karena ada tubuh materi untuk disentuh; dia melihat karena ada mata dan objek penglihatan. Dia juga menyadari bahwa dia tidak mengetahui kenyataan karena dia gagal mengamati fenomena itu ketika terjadi; dia mengembangkan kesukaan karena dia tidak mengetahui sifat sejatinya; dia mengembangkan pelekatan karena dia ingin. Kemudian, dia mengetahui bahwa ketika dia telah mengembangkan pelekatan, dia menjadi terlibat dalam tindakan seperti melakukan atau berbicara. Kegiatan melakukan dan berbicara ini menghasilkan sebuah efek, akibat yang baik ketika tindakannya baik, akibat yang buruk ketika tindakannya buruk. Dengan cara ini, dia memperoleh pengetahuan tentang sebab dan akibat sampai batas pencapaian *pāramī* sebelumnya. Sekali lagi, ini merupakan mengetahui kenyataan sebagaimana adanya, pandangan benar.

Karena konsentrasinya semakin kuat selama masa pengamatan muncul; lenyap; duduk; merasakan sakit; dan lain-lain, dia memahami dengan jelas asal mula objek juga penghancurannya, awal dan akhir dari setiap fenomena. Dia menjadi yakin melalui pengalaman pribadi bahwa setiap fenomena itu tidak kekal; dia muncul hanya untuk lenyap dengan cepat. Dia juga menyadari bahwa muncul dan lenyap tanpa henti ini merupakan *dukkha* yang menakutkan dan apa yang tidak bisa dikendalikan seseorang, keinginan seseorang bukanlah diri. Pengetahuan ini juga merupakan pandangan benar tentang mengetahui apa itu kenyataan.

Seiring perkembangan kekuatan konsentrasi, meskipun *yogī* sedang mengamati peristiwa muncul; lenyap; duduk; menjatuhkan, dia tidak lagi sadar tentang objek dalam berbagai macam kondisi dan bentuk, seperti tubuh; perut; anggota tubuh; dan lain-lain. Dia hanya memerhatikan rangkaian fenomena penghancuran yang cepat dari *nāma-rūpa* dan memperoleh realisasi yang jelas tentang sifat sejati dari ketidakkekalan; penderitaan yang menakutkan dan tanpa diri; bukan diri.

Objek kesadaran akan hancur secepat dia menciptakan penampilannya dan di sana tidak ada *atta* untuk mencengkeram pelekatan seseorang. Batin yang mengetahui juga akan hancur dengan cepat karena di sana tidak ada *atta,* tidak ada sesuatu pun untuk dilekati. Dengan demikian, pada setiap pengamatan, terkembanglah pengetahuan tentang sifat sejati dari ketidakkekalan; ketidakpuasan; dan tanpa diri. Semua ini merupakan pandangan benar.

Sejak pengetahuan yang berkaitan dengan perbedaan antara *nāma-rūpa* dikembangkan sampai pada tahap pengembangan *vipassanā,* pandangan benar (*sammādiṭṭhi*), di sana terdapat *ekkagatā* menuju pemahaman kenyataan sebagaimana adanya. Ini merupakan pikiran benar. Konsentrasi benar juga terlibat untuk mempertahankan batin pada objek yang benar dan perhatian benar untuk menyadarinya. Selama ini, *yogī* terlibat dalam satu dari empat dasar perhatian penuh (perenungan tentang postur tubuh, perasaan, batin, dan objek batin). Dia melakukan perenungan dengan sebuah usaha, yang merupakan usaha benar.

Dengan demikian, kapan pun seorang *yogī* terlibat dalam meditasi, terdapat keterlibatan lima jalan: tiga dari kelompok *samādhi* (*sammāvāyāma, sammāsamādhi, sammāsati*), dan dua dari kelompok *paññā* (*sammādiṭṭhi* dan *sammāsaṅkappa*). Kelima jalan ini saling berhubungan dan terlibat dalam setiap tindakan pengamatan penuh perhatian. Kitab komentar menamakan mereka sebagai *kāraka magga* (*magga* yang bekerja). Sebagai

tambahan, juga terlibat tiga *magga* dari kelompok *sīla* (*sammāvācā, sammākammanta, sammāājiva*), dengan cara menjalankan *sīla* secara utuh dan melakukan penahanan nafsu.

Inilah proses keterlibatan tersebut terjadi. *Yogī* yang menjalankan *vipassanā* mulai menjalankan *sīla* bahkan sebelum dia memulai meditasi dan menjaga kemurniannya. Selama kursus meditasi, *sīla* tetap tidak ternoda, kemurniannya dipertahankan. Jika hal ini terus dilanjutkan, dapat dikatakan, *sīla* menjadi lebih dan lebih murni.

Dengan demikian, tiga *sīla magga tersebut* ditambahkan ke kelompok sebelumnya sehingga seorang *yogī* mengembangkan delapan *magga* sekaligus pada masing-masing kejadian pengamatan dan mengetahui fenomena. *Mahā Salāyatanika Sutta* dari naskah Pāḷi *Uparipaṇṇāsa* menjelaskan tentang bagaimana delapan *magga* dikembangkan, sebagai berikut. "Para *bhikkhu*, ketika mata dilihat sebagaimana adanya (pada saat pengamatan); ketika objek visual; kesadaran mata; kontak visual; dan perasaan yang muncul berkaitan dengan kontak mata, dilihat sebagaimana adanya, maka tidak akan ada nafsu-kehausan yang dikembangkan untuk mata; objek visual; kesadaran mata; dan lain-lain. Melihat mata; objek mata; dan lain-lain sebagaimana adanya mereka dan tidak mengembangkan nafsu-kehausan dan pelekatan untuk mereka, tetapi hanya melihat perubahan mereka, *upādānakkandha* (yang bisa muncul karena kegagalan untuk mengamati) tidak akan memiliki kesempatan untuk terwujud dan nafsu-kehausan akan objek-objek ini juga akan berhenti, menjadi binasa.

Pengertian seseorang yang demikian merupakan pandangan benar; pikirannya merupakan pikiran benar; usahanya merupakan usaha benar; perhatiannya merupakan perhatian benar; konsentrasinya merupakan konsentrasi benar. Bahkan, sebelum dia memulai meditasi, *yogī* telah mapan dalam ucapan benar, perbuatan benar, dan penghidupan benar. Dengan cara inilah *yogī* itu menjadi kuat dalam Jalan Mulia Berunsur Delapan."

Ini merupakan catatan singkat kata-kata Guru Agung Buddha tentang bagaimana Jalan Mulia Berunsur Delapan dikembangkan, ketika *yogī* memahami apa yang seharusnya diketahui pada saat melihat; sifat sejati dari lima *dhamma* yang terlibat, yaitu mata, objek visual, dan lain-lain. Untuk deskripsi yang lebih terperinci, dapat merujuk pada *Mahā Salāyatanika Sutta* asli dari naskah Pāḷi *Uparipaṇṇāsa*.

Kitab komentar menyatakan Jalan Mulia Berunsur Delapan menjadi mapan pada saat pencapaian *ariyamagga.* Hal ini bisa dianggap sebagai bentuk penafsiran yang unggul. Namun, kita akan mengartikan bahwa yang dimaksud naskah ini adalah *vipassanā magga* bukan *ariyamagga* yang merupakan tujuan yang akan diperoleh dengan pencapaian *vipassanā magga*. Penafsiran kita ini akan sesuai dengan kenyataan bahwa pengetahuan tentang sifat sejati dari mata; objek visual; kesadaran mata; kontak visual; dan perasaan, hanya muncul melalui meditasi *vipassanā*. Sebaliknya, *ariyamagga* tidak menganggap mata, objek visual, dan lain-lain menjadi objeknya; hal itu hanya menyelesaikan fungsi mengetahui.

Dengan cara yang sama, dengan mengamati fenomena dari mendengar, mencium, mengecap, menyentuh, berpikir, lima *dhamma* yang menonjol pada saat kejadian masing-masing dapat diketahui dan Jalan Mulia Berunsur Delapan akan berkembang.

Yang telah dijelaskan sejauh ini berhubungan dengan keterlibatan *sīla magga,* cara mempertahankannya supaya tidak ternoda pada saat meditasi *vipassanā*.

PENGENDALIAN DIRI SELAMA MEDITASI *VIPASSANĀ*

Tidak ada kesempatan untuk melakukan ucapan salah seperti berbohong jika objek *nāma-rūpa* yang kenyataannya terlihat pada saat pengamatan. Coba pertimbangkan sejenak. Apa pentingnya berbohong tentang sebuah objek yang tidak disukai setelah mengetahui sifat sejati dari ketidakkekalan dan pelenyapannya setelah penghancuran? Tidak ada juga

kesempatan yang muncul untuk memfitnah, berkata sembrono, melakukan ucapan salah yang berkaitan dengan objek itu. Juga tentang melakukan perbuatan salah seperti membunuh, mencuri, perbuatan asusila maupun terlibat dalam penghidupan yang salah.

Setiap kali realitas terlihat ketika melakukan pengamatan, *sammāvācā* yang merupakan penahanan nafsu dari *micchāvācā; sammākammanta* yang merupakan penahanan nafsu dari *micchākammanta;* dan *sammāājiva* yang merupakan penahanan nafsu dari *micchāājivā* dilakukan dengan mengacu pada objek yang sedang ditinjau. Dengan penahanan nafsu inilah *sīla magga,* yaitu *sammāvācā, sammākammanta, dan sammāājiva* terlibat dalam pengembangan dari pandangan benar. Dengan demikian, pada setiap pengamatan muncul; lenyap; merasakan kesakitan; dan lain-lain, pandangan benar sedang dikembangkan, bersamaan dengan Jalan Mulia Berunsur Delapan.

Dalam Empat Kebenaran Mulia, kebenaran yang dinamakan penderitaan merupakan bagian yang paling harus dipahami dengan baik dan benar. Kebenaran yang dinamakan penderitaan merupakan lima agregat pelekatan, yang menjadi mudah terlihat pada enam pintu indra pada kemunculan melihat; mendengar; menyentuh; mengetahui; dan lain-lain. Dengan demikian, kebenaran yang dinamakan penderitaan akan dipahami dengan baik dan benar dengan mengamati setiap fenomena pada enam pintu. Setiap kali kebenaran yang dinamakan penderitaan dikembangkan dengan mengamati saat melihat; mendengar; dan lain-lain, Jalan Mulia Berunsur Delapan, yang merupakan *Dhamma* yang harus dikembangkan, menjadi berkembang.

Agar Jalan Mulia Berunsur Delapan dapat dikembangkan, kebenaran yang dinamakan penderitaan harus direnungkan dengan mengamati saat melihat; mendengar; dan lain-lain. Selama kursus meditasi *vipassanā, pubbabhāga magga* adalah *ārammaṇa,* objek yang harus dipahami dengan baik dan benar. *Maggasacca,* kebenaran yang dinamakan Jalan, yang harus dikembangkan untuk memahami kebenaran yang dinamakan penderitaan, merupakan *ārammaṇika,* yang harus dikembangkan dengan baik.

Harus dipahami dengan saksama bahwa hanya dengan merenungkan *dukkhasacca* maka Jalan Mulia Berunsur Delapan akan berkembang. Hanya ketika *vipassanā magga* diselesaikan maka *Nibbanā* bisa terealisasi.

Harus kita ulangi, *dukkhasacca* adalah *ārammaṇa,* objek dan jalan yang mengetahui adalah *ārammaṇika.* Pengulangan demikian penting karena pernyataan dibuat terbalik dari ajaran-ajaran Buddha dan merugikan *sāsana.* 'Perenungan terhadap objek penderitaan seperti *rūpa, nāma,* dan *saṅkhāra* hanya akan mengakibatkan penderitaan; *Nibbāna* harus direnungkan untuk pencapaian ketenangan, kebahagiaan'.

PENGETAHUAN TENTANG EMPAT KEBENARAN MULIA MELALUI *VIPASSANĀ ÑĀṆA*

Dengan mengamati semua fenomena yang terjadi pada enam pintu dan mengenali mereka semata-mata dari sifat ketidakkekalan, ketidakpuasan, dan tanpa diri; hal ini merupakan pemahaman kebenaran yang dinamakan penderitaan. Dengan demikian, pada setiap kejadian mengamati, *pahāna paṭivedha* (tugas untuk memperoleh penembusan pandangan terang demi mencapai pemahaman kebenaran yang dinamakan penderitaan) telah diselesaikan.

Setelah melihat sifat sejati ketidakkekalan, dan lain-lain dari setiap fenomena dengan mengamatinya, tidak ada kesempatan yang muncul untuk menikmati atau menginginkan objek *rūpa-nāma.* Inilah penghilangan nafsu-kehausan sementara, kebenaran yang dinamakan asal mula penderitaan. Dengan demikian, pada setiap kejadian mengamati, *pahāna paṭivedha* (tugas untuk memperoleh penembusan pandangan terang demi menghapus penyebab dari penderitaan) akan dicapai. Di sini, pandangan terang diperoleh bukan dengan mengamati objek, hanya dengan mengetahui kenyataan dari penghapusan, pengabaian.

Dengan lenyapnya nafsu-kehausan, *upādāna; kamma; saṅkhāra; viññāṇa;* dan *nāma-rūpa* (dengan kata lain disebut *kilesa vaṭṭa, kamma vaṭṭa,*

dan *vipāka vaṭṭa*) yang akan mengikuti jejaknya, tidak akan memiliki kesempatan untuk muncul. Mereka akan terhambat sementara. *Nibbāna* sementara ini (dengan kata lain disebut *nirodha*), dicapai dengan cara *vipassanā.* Dengan demikian, *vipassanā ñāṇa* dikembangkan dengan pelenyapan sementara (*nirodha*), serupa dengan realisasi melalui *ariyamagga.* Namun, pencapaian didapat bukan hanya dengan pengamatan objek secara langsung; itu hanya sebuah pencapaian dari pelenyapan sementara pada setiap kejadian pengamatan. Ini disebut *sacchikiriyā paṭivedha,* mendapatkan penembusan pandangan terang tentang pelenyapan dengan merealisasinya, mengetahuinya melalui *vipassanā.*

Dengan setiap tindakan pengamatan, Jalan Mulia Berunsur Delapan yang didahului oleh *vipassanā* (pandangan terang) akan berkembang dalam diri seseorang. Ini merupakan *bhāvanā paṭivedha,* memperoleh pandangan terang tentang pengembangan. Namun, pengetahuan ini tidak muncul dengan pengamatan langsung; ini dialami secara pribadi, pertimbangan reflektif akan mengungkapkan bahwa perkembangan telah terjadi dalam diri seseorang.

Seperti yang dijelaskan di atas, pada setiap kejadian mengamati dan mengetahui, *dukkhasacca* akan dipahami dengan baik dan benar, ini merupakan *pariññāya paṭivedha* sejati. *Samudayasacca* akan terhambat sementara, ini merupakan *pahāna paṭivedha* (pencapaian pandangan terang melalui pengabaian). *Nirodha* sementara direalisasi melalui pelenyapan, ini merupakan *sacchikiriyā paṭivedha.* Jalan *vipassanā* akan berkembang, ini merupakan *bhāvanā paṭivedha* (pandangan terang melalui penembusan Empat Kebenaran Mulia). Dengan demikian, Empat Kebenaran Mulia dipahami pada setiap pengamatan. Kebenaran yang dinamakan penderitaan dengan mengamati objek. *Samudaya, nirodha,* dan *magga* dicapai dengan mengabaikan, merealisasi, dan mengembangkan.

Dengan cara ini, *vipassanā magga* memahami Empat Kebenaran Mulia sebagaimana mereka seharusnya dipahami. Ketika mereka sepenuhnya dicapai dan matang, *ariyamagga* muncul dan *Nibbāna* akan direalisasi. Pada

waktu Jalan itu muncul, *ariyamagga,* yang didahului oleh pandangan benar, akan sepenuhnya terbentuk. *Ariyamagga* hanya muncul sekali saja. Dengan kemunculan tunggal ini, akan tercapai tugas menghapus *kilesa* (kotoran batin) yang harus dihilangkan (*samudayasacca*, tentang pemahaman yang benar dan menyeluruh tentang kebenaran yang dinamakan penderitaan, *dukkhasacca,* dan juga tentang pengembangan *maggasacca*). Dengan cara ini, dikatakan bahwa pandangan benar tentang *ariyamagga* memahami Empat Kebenaran Mulia dalam sekaligus.

BAGAIMANA EMPAT KEBENARAN MULIA DIPAHAMI SEPENUHNYA MELALUI *ARIYAMAGGA* SECARA BERSAMAAN

Inilah proses terjadinya hal tersebut. Ketika *nirodhasacca* (ketenangan *Nibbāna*) dipahami melalui realisasi aktual, tugas untuk memahami kebenaran yang dinamakan penderitaan dicapai dengan mengenali *rūpa, nāma,* dan *saṅkhāra* duniawi yang muncul dan lenyap secara terus-menerus, benar-benar menyakitkan, penderitaan. Setelah mengenali mereka sebagai perwujudan semata penderitaan, tidak akan ada keinginan; nafsu; atau pelekatan terhadap mereka.

Pengabaian *taṇhā* terjadi dalam empat tahap. Dengan kebajikan dari mencapai Jalan pertama, *taṇhā* yang akan menuntun ke alam menderita dan *taṇhā* yang menyebabkan kelahiran kembali untuk lebih dari tujuh kali di *sugati* (alam bahagia) tidak akan muncul. Dengan kebajikan dari Jalan kedua, bentuk lebih kasar dari nafsu-kehausan sensual dan *taṇhā* yang menyebabkan kelahiran kembali untuk lebih dari dua kali di *kāma sugati* akan hilang. Jalan ketiga menghapus bentuk lebih halus dari nafsu-kehausan. Dengan kebaikan dari Jalan keempat, *rūpa rāga* dan *arūpa rāga* (keinginan untuk kelahiran) tidak dapat muncul. Harus dipahami bahwa keinginan untuk kelahiran yang masih ada dalam diri seorang *anāgāmi* tidak disertai dengan *sassatadiṭṭhi* (pandangan salah tentang eternalisme).

Ketidakmunculan nafsu-kehausan berarti pencapaian dengan

pemahaman melalui 'meninggalkan'. Berkaitan dengan *ariyamagga,* karena mereka dialami oleh diri, pemahaman dicapai dengan cara pengembangan. Oleh karena itu, kitab komentar menyebutkan, 'Berhubungan dengan tiga kebenaran tentang *dukkha, samudaya,* dan *magga,* pemahaman dicapai dengan pemahaman utuh dan akurat (*pariñña*); dengan cara meninggalkan (*pahāna*); dan dengan cara mengembangkan (*bhāvanā*)*'.*

Seperti yang dijelaskan di atas, *ariyamagga ñāṇa,* melalui pengetahuan *nirodhasacca,* dengan merealisasinya telah menyelesaikan tugas untuk memahami tiga kebenaran lainnya. Begitu juga *vipassanā ñāṇa,* dengan merenungkan dan mengetahui *dukkhasacca,* sekaligus menyelesaikan tugas untuk memahami tiga *sacca*.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan:

1. *Ketika magga melihat satu dari Empat Kebenaran Mulia.*
2. *Hal itu menyelesaikan pemahaman dari keempatnya.*

(Penembusan pandangan terang untuk mempertahankan keempatnya)

Ketika *vipassanā magga* yang dikembangkan untuk merenungkan dan mengetahui kebenaran yang dinamakan penderitaan, menjadi sepenuhnya kuat, *ariyamagga* berunsur delapan menjadi kuat dan masuk ke dalam *Nibbāna dhātu.* Semua penderitaan yang berkaitan dengan objek *sankhāra* jasmani dan batin maupun semua penderitaan yang berkaitan dengan *sankhāra* dari batin yang mengetahui, akan berakhir.

1. *Dengan berakhirnya nafsu-kehausan maka berakhirlah penderitaan.*
2. *Jalan yang benar merealisasi berakhirnya penderitaan tersebut.*

Berakhirnya nafsu-kehausan disertai dengan berakhirnya semua penderitaan dari lima agregat. Dengan demikian, pada waktu pencapaian *ariyamagga,* objek perenungan bukan hanya berakhirnya nafsu-kehausan, tetapi juga berakhirnya semua penderitaan dari agregat. Ajaran tentang

'berakhirnya nafsu-kehausan' harus dipahami untuk mencakup 'berakhirnya semua penderitaan dari *saṅkhāra'* karena hanya 'berakhirnya semua penderitaan dari *saṅkhāra'* yang merupakan *Nibbāna* sejati, kebenaran yang dinamakan akhir penderitaan. Dengan demikian, *Nibbāna* telah didefinisikan sebagai berakhirnya semua *saṅkhāra*. Pencapaian *ariyamagga* menjadi terbukti jika semua *nāma, rūpa,* dan *saṅkhāra* berhenti untuk muncul, menjadi kosong.

VIPASSANĀ JUGA KOMPONEN DARI *NIRODHAGĀMINĪ PAṬIPADĀ*

Karena hal ini menuntun ke berakhirnya semua penderitaan dari *saṅkhāra, ariyamagga* diberi judul lengkap, '*dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccaṃ,* kebenaran mulia yang dinamakan Jalan menuju lenyapnya penderitaan'. Namun, tanpa *vipassanā magga, ariyamagga* sendiri tidak dapat mencapai *Nibbāna*, tempat semua penderitaan berakhir. Sesuai dengan *pāramī* seseorang sebelumnya (pencapaian kesempurnaan), hanya setelah seseorang sudah mempraktikkan *vipassanā* (meditasi pandangan terang) berkali-kali; berjam-jam; berhari-hari; berbulan-bulan, dengan semangat yang berasal dari *vipassanā, ariyamagga* muncul seolah-olah keluar dari *vipassanā magga* itu sendiri. Inilah alasan *vipassanā magga* disebut *pubbabhāga magga,* pelopor dari *ariyamagga* yang seharusnya dianggap sebagai tujuan terunggul.

Meskipun Jalan ini kemudian dianggap terdiri dari dua bagian, pelopor dan tujuan terunggul, pengembangannya dihasilkan dari sebuah proses kerja keras yang berkelanjutan. Kitab komentar *Sammohavinodanī* menyatakan bahwa *vipassanā magga* seharusnya dianggap sebagai komponen dasar dari *nirodhagāminī paṭipadā,* 'Delapan *magga* yang disebutkan merupakan *ariyamagga* supraduniawi dengan delapan bagian komponen. *Ariyamagga* serta *vipassanā magga* supraduniawi seharusnya disebut (merupakan) *dukkhanirodhagāminī paṭipadā.'*

Yang dimaksudkan di sini, meskipun *maggasacca* dari Empat Kebenaran Mulia merupakan sebuah *magga* supraduniawi, dia tidak bisa

muncul dengan sendirinya tanpa *vipassanā magga* (*pubbabhāga magga*). Hanya setelah mengembangkan *vipassanā magga* dan *vipassanā ñāṇa* telah sepenuhnya dicapai, maka *ariyamagga* akan muncul. Oleh karena itu, *ariyamagga* serta pelopornya, *vipassanā magga,* yang harus dikembangkan sebagai tahap awal, disebut *dukkhanirodhagāminī paṭipadā.*

Kita telah menyimpulkan demikian:

1. *Mūla, Pubba, Ariya* – Tiga Jalan Mulia.
2. Mengembangkan hal-hal tersebut menuntun langsung ke *Nibbāna.*

Telah cukup kita membahas kebenaran yang dinamakan Jalan. Khotbah ini kami akhiri di sini. Semoga Anda semua yang hadir di sini dalam keadaan baik, dengan kebajikan memberikan perhatian penuh hormat kepada 'Khotbah Utama tentang Pemutaran Roda *Dhamma'*, Anda semua mampu mengembangkan *vipassanā magga*, dengan kata lain disebut *pubbabhāga magga* beserta dengan *ariyamagga*, dengan kata lain disebut *maggasacca*, dan dengan demikian bisa segera mencapai *nirodhasacca*, dengan kata lain disebut *Nibbāna*, akhir dari semua penderitaan.

Sādhu! *Sādhu*! *Sādhu*!

Bab Tujuh

KHOTBAH UTAMA TENTANG PEMUTARAN RODA DHAMMA

DISAMPAIKAN PADA HARI BULAN PURNAMA
DI BULAN TABAUNG, 1324, TAHUN MYANMAR.

Rangkaian dari khotbah kita tentang *Dhammacakkappavattana Sutta* terputus setelah khotbah terakhir yang diberikan pada hari bulan purnama di bulan Tazaungmon karena kami sedang mengunjungi pusat-pusat meditasi lain. Pada bulan purnama di hari Tabaung (sekitar Maret-April), kita akan melanjutkan khotbah tentang *Dhammacakkappavattana Sutta*. Dalam bagian enam, kita telah membahas tentang *maggasacca*. Hari ini, kita akan lanjut membahas tentang *saccañāṇa* (pengetahuan bahwa itu merupakan kebenaran), *kiccañāṇa* (pengetahuan bahwa sebuah fungsi tertentu yang berkaitan dengan kebenaran ini harus dilaksanakan), dan *katañāṇa* (pengetahuan bahwa fungsi itu yang berkaitan dengan kebenaran telah dilaksanakan).

SACCAÑĀṆA YANG BERKAITAN DENGAN *DUKKHASACCA*

Idaṃ dukkhaṃ ariyasaccan'ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

"Ini adalah kebenaran mulia yang dinamakan penderitaan yang harus diketahui oleh para *ariya*. Demikianlah para *bhikkhu*, mengenai hal-hal yang belum pernah terdengar sebelumnya, menjadi terang dan jelas, telah muncul pandangan, pengetahuan, kebijaksanaan, penembusan, dan pencerahan dalam diri Saya."

Ini merupakan cara kemunculan pengetahuan tentang kebenaran mulia berhubungan dengan kebenaran yang dinamakan penderitaan. Kebenaran yang dinamakan penderitaan bahwa kelahiran merupakan penderitaan, dan lain-lain telah kita bahas dalam khotbah sebelumnya. Kita akan mengulanginya sedikit agar lebih jelas. Kata 'Ini' dalam 'Ini merupakan kebenaran yang dinamakan penderitaan' mengacu pada berbagai kategori penderitaan yang dimulai dari *jāti* (kelahiran), dan berakhir dengan *upādānakkhandha* (agregat pelekatan). Hal yang penting di sini adalah *upādānakkhandha,* yang kebanyakan dipahami seperti yang dipelajari dari buku. Sedikit yang memahaminya sebagai pengalaman pribadi, meskipun itulah hal yang utama. Kita akan mengulangi bagian ini lagi untuk menunjukkan bagaimana *upādānakkhandha* dapat dipahami sebagai pengalaman pribadi.

Apa pun yang menonjol pada setiap kejadian duduk; mendengar; mencium; mengecap; menyentuh; berpikir merupakan *upādānakkhandha.* Para *ariya* melihat objek ini hanyalah kesakitan yang menakutkan dan penderitaan; orang awam menganggap sebaliknya. Mereka tidak mempertimbangkannya sebagai perwujudan masalah dan penderitaan, tetapi sebagai sesuatu yang menyenangkan dan baik.

Mereka berpikir bahwa menyenangkan untuk melihat pemandangan indah, mendengarkan apa yang ingin mereka dengar dan mendengarkan suara yang merdu. Menyenangkan mencium aroma manis, mencicipi makanan enak, dan menikmati sensasi sentuhan menyenangkan sebagai

yang paling menyenangkan. Makhluk yang hidup di alam menyenangkan menganggap sensasi sentuhan sebagai yang paling menyenangkan. Bahkan, menikmati khayalan dan lamunan juga menyenangkan.

Sebuah kehilangan sekaligus ketakutan yang besar bagi mereka, jika segala sesuatu termasuk lamunan mereka harus lenyap dalam sekejap. Faktanya, segala sesuatu yang terlihat, terdengar, dan lain-lain, merupakan *upādānakkhandha* (kebenaran yang dinamakan penderitaan). Meditasi *vipassanā* dipraktikkan untuk mengembalikan kebenaran yang dinamakan penderitaan ini, dengan merealisasi sifat sejati, ketidakkekalan yang menakutkan, dan lain-lain, yang disebabkan oleh muncul dan lenyapnya tanpa henti.

Begawan yang telah sepenuhnya mencapai *vipassanā magga,* Beliau telah melihat kebahagiaan terbaik, termulia dari semuanya, *Nibbāna*, dengan kebaikan dari mencapai *arahattamagga ñāṇa.* Setelah melihat kebahagiaan terpenting dan termulia dari *Nibbāna*, Beliau melihat dalam *upādānakkhandha* hanya terdapat kesakitan dan penderitaan yang menakutkan. Persepsi ini muncul dalam dirinya, bukan setelah mendengarnya dari orang lain, bukan dari praktik yang Beliau pelajari dari petapa Āḷāra dan Uddaka. Hal ini muncul dari pengetahuan pribadi langsung setelah Beliau mengembangkan Jalan Mulia Berunsur Delapan. Inilah sebabnya Beliau menyatakan, "Berkaitan hal-hal yang belum pernah terdengar sebelumnya, pandangan ini muncul dalam diri saya, dan lain-lain".

Dengan kata-kata ini, Beliau mengakui bahwa Beliau benar-benar telah menjadi seorang *Sammāsambuddha* (orang yang paling tercerahkan, yang telah mencari dan menemukan kebenaran dengan usaha sendiri dan pengetahuan langsung, tidak dibantu oleh petunjuk atau bimbingan dari sumber mana pun). Pengakuan terbuka tersebut sangat penting.

Pada zaman itu, penyiksaan diri seperti tidak makan dan lain-lain, seperti yang dipraktikkan oleh Niganṭha, sangat dihargai dan dianggap sebagai praktik suci, mulia. Kelompok lima *bhikkhu* sendiri sebelumnya juga

menganut pandangan tersebut. Dengan demikian, hanya setelah Begawan menyatakan secara terbuka bahwa Beliau telah menemukan praktik dan pengetahuan, bukan melalui mendengar dari orang lain; maupun melalui spekulasi; rasional, tetapi dengan realisasi Beliau sendiri; dengan pengalaman pribadi dan pengetahuan langsung sehingga pendengarnya menjadi yakin bahwa Beliau telah mencapai pencerahan tertinggi, telah menjadi seorang Buddha sejati.

Untuk memperoleh pengetahuan intuitif langsung tanpa bantuan dari luar adalah wewenang khusus dari Buddha Yang Tercerahkan dan *Paccekabuddha* saja. Murid-murid Begawan telah mencapai tingkat realisasi dan pengetahuan tertinggi hanya dengan mendengar ajaran-ajaran Buddha dan mengembangkannya melalui latihan. Pada zaman sekarang, pengetahuan demikian, jika diinginkan, bisa dicapai dengan mengembangkannya melalui latihan yang sesuai dengan ajaran-ajaran yang diabadikan dalam *sutta-sutta* seperti *Mahā Satipaṭṭhāna Sutta*, dan lain-lain. Oleh karena itu, dengan mempraktikkan seperti yang diajarkan dalam *sutta-sutta* ini, *upādānakkhandha* akan terlihat sebagaimana adanya mereka, yaitu hanya penderitaan dan kesakitan semata. Pernyataan Buddha dimaksudkan untuk memancing kelompok lima *bhikkhu* untuk berusaha melihat sifat sejati dari *upādānakkhandha.*

Dalam pengakuan Buddha yang disebutkan di atas, pengembangan pengetahuan yang luar biasa dijelaskan sebagai "pandangan muncul, pengetahuan muncul, kebijaksanaan muncul, penembusan muncul, pencerahan muncul", lima deskripsi diberikan untuk sebuah bentuk tunggal dari pengetahuan. Kitab komentar *Saṃyutta* menyatakan, "Pandangan, pengetahuan, dan lain-lain merupakan sinonim, memiliki arti yang sama, pengetahuan. Karena kemampuan melihat, pengetahuan diistilahkan pandangan; karena kemampuan mengetahui, hal ini diistilahkan sebagai pengetahuan; karena kemampuan mengetahui secara analitis dengan berbagai cara, hal ini diistilahkan kebijaksanaan; karena kemampuan mengetahui dengan penembusan, hal ini diistilahkan penembusan

pandangan terang; karena kemampuan menjelaskan, hal ini diistilahkan pencerahan."

Kanon Pāḷi *Paṭisambhidāmagga* menjelaskan istilah-istilah ini dengan cara yang sama. Dalam bahasa Pāḷi *cakkhu* berarti melihat atau pandangan. Berbagai kata dalam bahasa Pāḷi dipergunakan untuk menyampaikan arti atau konsep yang diinginkan, menyesuaikan dengan siapa pendengarnya, seperti yang dijelaskan dalam kitab komentar. Dengan demikian, untuk menjelaskan pengetahuan yang bisa dilihat dengan jelas seperti dengan mata fisik, digunakan istilah 'pandangan'.

Untuk memberikan gambaran, seorang pria yang telah mengalami kebutaan selama beberapa tahun memperoleh kembali penglihatannya setelah mengonsumsi obat-obatan yang benar atau menjalani operasi dengan seorang dokter spesialis mata. Dia tidak bisa melihat apa pun sebelum perawatan; sekarang dia melihat segala sesuatu dengan jelas.

Demikian pula, sebelum *yogī* mengembangkan *vipassanā ñāṇa* atau *ariyamagga ñāṇa,* dia selalu berada dalam delusi bahwa lima agregat pelekatan, yang mewakili penderitaan, adalah baik dan menyenangkan. Namun, setelah diamati secara terus-menerus, pada saat melihat, mendengar, *vipassanā ñāṇa* menjadi lebih kuat, *yogī* menyadari dengan jelas bahwa fenomena dari melihat, mendengar (*upādānakkhandha*), benar-benar merupakan penderitaan yang luar biasa karena sifatnya yang muncul dan lenyap secara terus-menerus.

Seperti memperoleh kembali penglihatan setelah mengalami kebutaan, dengan pengembangan *ariyamagga ñāṇa,* kesadaran tentang sifat sejati dari penderitaan akan menjadi lebih tajam. Dengan demikian, karena kemampuannya melihat dengan jelas seolah-olah langsung dengan mata, pengetahuan ini diistilahkan dengan pandangan.

Sesuai dengan '*ñāṇaṃ udapādi,* pengetahuan muncul'; *ñāṇa* merupakan sebuah istilah Pāḷi yang berarti 'mengetahui', atau disebut dengan 'pengetahuan'. Mengenai '*paññā udapādi,* kebijaksanaan muncul',

Paṭisambhidāmagga menyatakan bahwa *paññā* merupakan sebuah istilah Pāḷi yang berarti 'mengetahui secara analitis dengan berbagai cara'. Berkaitan dengan praktik *vipassanā,* ketika mengamati muncul, lenyap, dan lain-lain, *rūpa-nāma* diketahui secara terpisah sebagai gerakan kaku dan batin yang mengetahui. Orang yang tidak tahu tidak akan mampu mengetahui perbedaan ini dalam diri mereka.

Yogī juga dapat membedakan sebab dari akibat. Dia mengetahui setiap kemunculan yang baru, berbeda dari kelenyapannya. Dia mengetahui, karena muncul dan lenyap secara terus-menerus, agregat-agregat itu tidak kekal, penderitaan yang luar biasa; dan mereka muncul dan lenyap atas kemauan mereka sendiri, tidak di bawah kendali siapa pun. Dia mengetahui dengan jelas bahwa mereka bukan diri, tetapi hanyalah ilusi. Pengetahuannya bukan pengetahuan yang samar; tidak jelas; redup, tetapi pemahaman yang nyata; jelas; tepat; yang seolah-olah bisa diamati di telapak tangan. Pengetahuan demikian dijelaskan sebagai mengetahui secara analitis dengan berbagai cara; oleh karena itu, kebijaksanaan.

Dalam *'vijjā udapādi', vijjā* merupakan sebuah kata Pāḷi yang berarti 'penembusan'. Kata ini tidak seharusnya dibingungkan dengan kata *'vijjādhara'* yang berarti 'seseorang yang mencapai melalui mantra', yang dijelaskan dalam buku-buku sebagai seseorang yang memiliki kekuatan terbang di luar angkasa. Di sini, *vijjā* bukan menunjukkan seseorang, tetapi kemampuan atau pengetahuan penembusan; oleh karena itu disebut 'penembusan'.

Penembusan pandangan terang merupakan sebuah kondisi yang halus, sulit dimengerti. Kita akan membahas sebuah peristiwa yang terjadi sekitar tahun 1300 Tahun Myanmar. Selama diskusi yang kami lakukan dengan seorang *Sayadaw* pemimpin dari desa kami, kebetulan kami memberitahu beliau bahwa *paññā* muncul ketika mengamati fenomena muncul dan lenyap pada saat kejadian. *Sayadaw* itu tidak dapat menerima jenis kesadaran ini sebagai *paññā.* Beliau bersikeras bahwa *paññā* merupakan sesuatu yang bersifat penembusan; hanya mengetahui dengan penembusan yang dapat disebut *paññā.* Ketika ditanya bagaimana seharusnya seseorang melakukan

'mengetahui dengan penembusan', beliau ragu-ragu untuk beberapa saat, kemudian mengucapkan, "Baiklah, mengetahui dengan penembusan adalah mengetahui dengan penembusan."

'Mengetahui dengan penembusan' berasal dari bahasa Pāḷi, *paṭivedha,* 'menembus'. Itu sama dengan *sambodhāya,* 'untuk mengetahui dengan penembusan' seperti yang dijelaskan dalam bagian kedua dari khotbah ini. Tersembunyi di balik layar atau dinding, objek tidak dapat terlihat. Namun, ketika dibuat sebuah lubang di layar atau sebuah jendela di dinding dibuka, objek menjadi terlihat melalui lubang ini.

Begitu juga, pengetahuan ini menembus selubung *moha* (delusi). Pada awalnya, ditutupi delusi, apa yang terlihat; terdengar, dan lain-lain, tidak dilihat maupun diketahui sebagai ketidakkekalan; penderitaan; tanpa diri. Hal itu dipercaya sebagai *nicca; sukha;* dan *atta* yang tertutup oleh *avijjā; moha;* kebodohan; dan ketidaktahuan. Ketika *vipassanā ñāṇa* menjadi lebih kuat, pengetahuan yang jelas muncul, seolah-olah selubung dari ketidaktahuan telah ditembus. Kesadaran demikian diistilahkan, 'mengetahui dengan penembusan'. Begawan telah menyatakan bahwa penembusan demikian telah muncul dalam diri Beliau.

Sesuai dengan naskah Pāḷi *Paṭisambhidhāmagga*, dalam *'āloko udapādi,* pencerahan muncul'. *Āloko* (pencerahan) hanya merupakan sebuah istilah untuk menunjukkan menyalakan; membuat cerah; menerangi. Di sini, pencerahan bukan berarti hanya pencerahan atau kilauan biasa yang terlihat oleh mata manusia. Ini mengacu pada pengetahuan yang memahami semua fenomena dengan jelas, nyata. Sebelumnya, sifat sejati dari *anicca, dukkha, anatta* tidak terlihat maupun diketahui, seolah-olah mereka terselubung dalam kegelapan. Ketika *vipassanā ñāṇa* dan *ariyamagga ñāṇa* telah dikembangkan, sifat sejati mereka menjadi nyata. Oleh karena itu, kesadaran demikian secara metaforis dideskripsikan sebagai 'pencerahan yang muncul'.

Bentuk tunggal dari pengetahuan luar biasa ini dijelaskan dengan lima cara: pandangan, pengetahuan, kebijaksanaan, penembusan pandangan

terang, pencerahan untuk memudahkan pemberian pemahaman yang jelas kepada berbagai macam pendengar. Ajaran ini dirancang untuk memenuhi persyaratan dari para pendengar. Sama seperti pemakaian dua atau tiga sinonim kata dalam sebuah kata tunggal agar pendengar dapat menangkap arti dari apa yang kita katakan, melalui satu kata alternatif atau yang lain.

Kata-kata Pāḷi beserta artinya yang telah dijelaskan di atas berkaitan dengan *saccañāṇa.* Telah cukup kita membahas *saccañāṇa.* Sekarang kita akan melanjutkan dengan *kiccañāṇa,* fungsi atau tindakan yang harus dicapai berkaitan dengan kebenaran yang dinamakan penderitaan.

KICCAÑĀṆA YANG BERKAITAN DENGAN *DUKKHASACCA*

> *Taṃ kho panidaṃ dukkhaṃ ariyasaccaṃ pariññeyyan 'ti me,*
> *bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi,*
> *ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.*
>
> "Kebenaran mulia yang dinamakan penderitaan ini harus dipahami dengan baik dan benar. Demikianlah para *bhikkhu*, mengenai hal-hal yang belum pernah terdengar sebelumnya, menjadi terang dan jelas, telah muncul pandangan, pengetahuan, kebijaksanaan, penembusan, dan pencerahan dalam diri Saya."

Inilah cara kemunculan pengetahuan seperti yang seharusnya dilakukan, berkaitan dengan kebenaran mulia yang dinamakan penderitaan. Harus diperhatikan dengan saksama bahwa fungsi yang harus dijalankan berkaitan dengan kebenaran ini adalah untuk memahami dengan baik dan benar, untuk memahaminya secara keseluruhan. Untuk *yogī* yang menginginkan pencapaian Jalan dan Buah pengetahuan (*Nibbāna*), adalah kewajiban baginya untuk berjuang mencengkeram kebenaran mulia yang

dinamakan penderitaan dengan baik dan benar. Dia seharusnya memahami setiap komponen terpisah dari kebenaran ini sepenuhnya, mulai dari *jāti* hingga *upādānakkhandha.*

Dalam komponen dari kebenaran mulia yang dinamakan penderitaan seperti *jāti* dan lain-lain, faktor pentingnya adalah lima agregat pelekatan. Dengan mengetahui lima kelompok ini sebagaimana mereka adanya, maka tugas untuk memahami kebenaran mulia yang dinamakan penderitaan ini telah dicapai sepenuhnya dengan baik. Oleh karena itu, naskah Pāḷi *Mahāvagga, Sacca Saṃyutta* menyatakan, "Para *bhikkhu*, apa itu kebenaran yang dinamakan penderitaan? Itu seharusnya dijawab bahwa lima agregat pelekatan merupakan kebenaran yang dinamakan penderitaan".

Kita telah mendengar penjelasan terperinci tentang lima kelompok pelekatan pada bagian keempat dari khotbah ini. Apa pun yang muncul di enam pintu indra sensual, pada waktu melihat; mendengar; dan lain-lain, merupakan lima agregat pelekatan. Ini seharusnya menjadi pengalaman seseorang dengan mengamati setiap fenomena pada enam pintu saat mereka terjadi. Melalui usaha demikian, sifat sejati dari kekerasan, kekasaran, kehalusan, kelembutan, dan *paṭhavīdhātu* seharusnya dialami sendiri.

Begitu juga dengan kepaduan, ketidakstabilan, dan kelembaban dari *āpodhātu;* kepanasan, kedinginan, dan kehangatan dari *tejodhātu;* dan kekakuan, tekanan, dan gerakan dari *vāyodhātu,* semua seharusnya dialami sendiri. Semua ini harus dipahami secara terpisah dan dengan benar melalui pengalaman pribadi. Bagaimana hal ini ditimbulkan telah dijelaskan sebelumnya. Secara singkat, hal ini terdiri dari memberikan perhatian penuh pada sensasi sentuhan yang menjadi jelas pada setiap bagian tubuh seseorang. Satu dari empat elemen primer ini akan mengungkapkan keberadaannya melalui karakteristik instrinsik alaminya.

Setelah mengetahui empat elemen primer tersebut, ketika mengamati melihat, mendengar, dan lain-lain; tempat yang melihat, mendengar, dan lain-lain bernaung; materi objek penglihatan, dan suara, agregat kesadaran batin; serta bentukan mereka menjadi jelas. Pada setiap fenomena pengamatan

dari 'muncul, lenyap, merasa kaku, merasa panas', *yogī* mengalami sendiri kemunculan baru yang diikuti dengan kelenyapan instan dari kedua objek kesadaran, sama seperti pengamatan batin.

Dengan demikian, *yogī* mengetahui dengan sungguh-sungguh bahwa (*hutvā abhāvato aniccā*) hal itu penting karena objek itu menghilang setelah kemunculannya; dia mengetahui bahwa (*udayabbaya paṭipīḷanaṭṭhena dukkhā*) hal itu merupakan penderitaan yang luar biasa karena hal itu menekan dengan muncul dan lenyapnya yang tanpa henti. Mengetahui bahwa (*avasa vuttanaṭṭhena anattā*) itu bukan *atta* (diri), bisa dikendalikan karena hal itu terjadi sesuai dengan kehendaknya, tidak tunduk pada kehendak seseorang. Pengetahuan pribadi yang diperoleh dengan selalu mengamati fenomena dari muncul dan lenyapnya serta mengamati karakteristik dari *anicca, dukkha,* dan *anatta* adalah mengetahui kebenaran yang dinamakan penderitaan secara menyeluruh, dengan baik dan benar (*pariññeyya*).

Begawan telah merealisasi tanpa mendengarnya dari siapa pun bahwa kebenaran yang dinamakan penderitaan (*upādānakkhandha*), yang biasanya muncul dan lenyap, seharusnya dipahami dengan baik dan benar. Dengan demikian, pernyataan '*pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi*', dan lain-lain... "berkaitan dengan hal-hal yang belum terdengar oleh Saya sebelumnya, pandangan muncul, dan lain-lain!" Seperti Yang Mulia Koṇḍañña, dan lain-lain, realisasi hanya muncul setelah mendengarkan *Dhamma* dari Begawan atau dari murid-murid Guru Agung Buddha.

Terlepas dari pernyataan yang pasti dalam *Dhammacakkappavattana Sutta* bahwa kebenaran yang dinamakan penderitaan seharusnya dipahami secara menyeluruh, dengan baik dan benar (*pariññeyya),* beberapa orang menganggapnya tidak penting untuk merealisasi kebenaran yang dinamakan penderitaan (*upādānakkhandha*) dengan mengamati fenomena muncul dan lenyapnya, yang benar-benar terjadi. Mereka menganggap, hanya belajar dari mendengar tentang *rūpa-nāma* dan tentang *anicca, dukkha,* dan *anatta* sudah cukup. Kita hanya dapat menyampaikan kesedihan dan simpati untuk orang seperti itu.

Kiccañāṇa merupakan realisasi bahwa kebenaran yang dinamakan penderitaan seharusnya dipahami secara menyeluruh, dengan baik dan benar melalui pengalaman pribadi. Mengetahui fungsi apa yang seharusnya digunakan berkaitan dengan kebenaran yang dinamakan penderitaan. Realisasi ini muncul sebelum pencapaian *ariyamagga.* Bahkan, sebelum seorang *yogī* memulai latihan meditasi, dia harus menyadari bahwa dia harus mengetahui secara menyeluruh tentang sifat dari *anicca, dukkha,* dan *anatta;* dengan mengamati saat melihat, mendengar, mencium, mengecap, menyentuh, berpikir.

Dia juga harus menyadari tugas ini ketika melatih *vipassanā.* Hanya setelah melaksanakan hal tersebut, dia dapat mencurahkan perhatian penuh pada muncul dan lenyapnya *upādānakkhandha* dan mengembangkan *vipassanā ñāṇa* sepenuhnya. Murid-murid kami, para *yogī satipaṭṭhāna*, telah menyelesaikan fungsi yang diperlukan oleh *kiccañāṇa* sejak mengikuti petunjuk kami tentang prosedur meditasi. Telah mengetahui bahwa apa pun yang muncul pada saat melihat; mendengar; dan lain-lain, seharusnya diamati dengan saksama. Bahkan, ketika sedang mengamati, jika *yogī* itu awalnya tidak mengetahui apa yang seharusnya diamati, dia akan segera mengetahui apa yang harus diamati. Kemampuan ini adalah *kiccañāṇa,* mengetahui fungsi yang harus dilakukan.

Kita telah mencurahkan banyak waktu pada *kiccañāṇa* karena sangat penting untuk memahaminya. Sekarang, kita akan melanjutkan ke *katañāṇa.*

KATAÑĀṆA YANG BERKAITAN DENGAN *DUKKHASACCA*

Taṃ kho panidaṃ dukkhaṃ ariyasaccaṃ pariññātan'ti me,
bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi,
ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

"Kebenaran mulia yang dinamakan penderitaan ini telah dipahami sepenuhnya dengan baik dan benar. Demikianlah para *bhikkhu*, mengenai hal-hal yang belum pernah terdengar sebelumnya, menjadi terang dan jelas, telah muncul pandangan, pengetahuan, kebijaksanaan, penembusan, dan pencerahan dalam diri Saya."

Menyadari kebenaran mulia yang dinamakan penderitaan (*upādānakkhandha*) dengan mengamati saat melihat, mendengar, dan lain-lain, dan secara konsisten menyadari *anicca, dukkha,* dan *anatta* merupakan *vipassanā ñāṇa.* Namun, dengan *vipassanā ñāṇa* sendiri, fungsi dari *pariñña* (untuk memahami sepenuhnya dan dengan benar) belum terlaksana sepenuhnya. Persepsi sebagai *nicca, sukha,* dan *atta* masih dapat muncul jika objek-objek tersebut gagal diamati. Hanya ketika *vipassanā ñāṇa* telah sepenuhnya dicapai dan *ariyamagga ñāṇa* telah berkembang, maka ketenangan *Nibbāna* akan dirasakan. Dan, hanya setelah *ariyamagga ñāṇa* berkembang dan ketenangan *Nibbāna* dialami, baru dapat dikatakan bahwa pengetahuan tentang *anicca, dukkha,* dan *anatta* telah lengkap dan abadi. Ini merupakan pencapaian tugas untuk memahami kebenaran yang dinamakan penderitaan dengan sepenuhnya.

Bahkan, *sotāpatti ñāṇa* belum mampu untuk menyelesaikan tugas ini. Hanya dengan merealisasi *arahattamagga ñāṇa,* barulah dikatakan bahwa kebenaran yang dinamakan penderitaan telah dipahami sepenuhnya. Bagi Begawan, tugas ini telah sepenuhnya dicapai ketika Beliau mencapai Jalan *arahatta* dan Buah pengetahuan serta pencerahan. Dengan demikian, Beliau menyatakan bahwa tugas untuk memahami kebenaran yang dinamakan penderitaan telah tuntas sepenuhnya. Pandangan, dan lain-lain, muncul; tugas telah selesai dan tidak ada yang tersisa untuk dilakukan.

Para *yogī* yang saat ini sedang melatih meditasi juga memiliki tujuan untuk memahami kebenaran yang dinamakan penderitaan dengan sepenuhnya; dan akhirnya menyelesaikan tugas dengan mencapai *arahattamagga* dan *phala.* Setelah mencapai *arahattamagga* dan *phala,*

realisasi akan muncul dalam diri mereka, melalui retrospeksi (kenangan kembali), bahwa tugas itu telah sepenuhnya dicapai.

Kita telah membahas tiga *ñāṇa: saccañāṇa, kiccañāṇa,* dan *katañāṇa,* yang berkaitan dengan kebenaran yang dinamakan penderitaan. Secara ringkas:

1. Kebijaksanaan pada waktu melihat, mendengar, dan lain-lain, semua fenomena asal mula dan penghancurannya merupakan penderitaan sejati. Kebenaran yang dinamakan penderitaan merupakan *saccañāṇa.*

2. Kebijaksanaan bahwa kebenaran yang dinamakan penderitaan seharusnya dipahami sepenuhnya menggunakan pengamatan penuh perhatian, inilah *kiccañāṇa.*

3. Mengetahui melalui retrospeksi bahwa kebenaran yang dinamakan penderitaan telah dipahami sepenuhnya dan dengan benar adalah *katañāṇa.*

Dari ketiga *ñāṇa, saccañāṇa* muncul ketika terlibat dalam meditasi *vipassanā. Yogī* merealisasi bahwa fenomena asal mula dan penghancuran hanyalah penderitaan semata. Hal ini terjadi sebelum munculnya *ariyamagga.* Pada saat *ariyamagga* muncul (melihat ketenangan *Nibbāna*), *ñāṇa* ini muncul dengan merealisasi kebenaran yang dinamakan penderitaan dalam semua fenomena kemunculan dan pelenyapan. Bahkan, setelah munculnya *ariyamagga, ñāṇa* ini berkembang melalui retrospeksi.

Dengan demikian, *saccañāṇa* merupakan pengetahuan tentang Empat Kebenaran Mulia, yang muncul sebelum, setelah, dan pada saat munculnya *ariyamagga.* Sebenarnya, apa yang direalisasi pada saat munculnya *ariyamagga* hanyalah *nirodhasacca* (kebenaran yang dinamakan akhir penderitaan). Tiga kebenaran lainnya dikatakan telah direalisasi dengan pencapaian *paṭivedha* (terdiri dari *pariññā, pahāna,* dan *bhāvanā),* tugas untuk mengetahui dengan penembusan pandangan terang.

Ketika kebenaran yang dinamakan akhir penderitaan disadari, menjadi jelas bahwa *rūpa-nāma* yang tiada akhir adalah penderitaan. Para *ariya* (khususnya para *Arahat*) yang telah mencapai Jalan dan Buah pengetahuan *ariya,* menyadari kebenaran itu dengan perenungan. Dikatakan juga bahwa tugas penembusan Empat Kebenaran Mulia (*paṭivedha),* mengetahui sifat dari penderitaan dengan sepenuhnya dan dengan benar, dicapai pada saat munculnya Jalan. Ketika sedang melatih *vipassanā*, pengetahuan yang dinamakan penderitaan ini muncul dengan benar-benar mengamati fenomena permulaan dan penghancuran. Inilah cara menyadari *dukkhasacca* dengan baik dan benar, dengan kata lain disebut *pariñña paṭivedha.*

Mengenai *kiccañāṇa,* yaitu realisasi kebenaran yang dinamakan penderitaan dengan baik dan benar, ini harus dicapai lebih dahulu sebelum pencapaian *ariyamagga.* Hanya dengan lebih dahulu memiliki pengetahuan tentang fungsi yang harus dilakukan, maka fungsi ini dapat dilaksanakan untuk pencapaian *ariyamagga.*

Mengenai kebenaran yang dinamakan penderitaan, harus dipahami dengan baik pada tahap awal bahwa ini penting untuk melihat dengan jelas sifat dari *anicca* dengan mengamati fenomena dari asal mula dan penghancuran yang nyata pada setiap kemunculannya. Hanya dengan pengetahuan terdahulu ini, maka tugas penting dari mengamati fenomena akan terlaksana, dan *ariyamagga* akan dikembangkan setelah pematangan *vipassanā*. Berkaitan dengan *samudaya, nirodha,* dan *maggasacca,* pengetahuan terdahulu mengenai fungsi yang harus dilakukan berkaitan dengan masing-masing kebenaran sangat diperlukan. Hanya setelah itu dicapai barulah *ariyamagga* dapat dikembangkan.

Dengan demikian, jauh sebelum pencapaian *magga,* harus ada realisasi bahwa kebenaran yang dinamakan penderitaan seharusnya dipahami dengan baik dan benar; bahwa *samudaya* harus dilenyapkan; bahwa kebenaran yang dinamakan akhir penderitaan seharusnya direalisasi; dan bahwa kebenaran yang dinamakan Jalan menuju lenyapnya penderitaan

seharusnya dikembangkan. Pengetahuan seperti fungsi mana yang harus dilaksanakan berkaitan dengan kebenaran masing-masing harus ada, jauh sebelum munculnya *magga.*

Pengetahuan bahwa fungsi-fungsi ini telah dilaksanakan hanya muncul setelah pencapaian Jalan *arahatta* dan Buah pengetahuan melalui refleksi bahwa kehidupan suci telah dijalani (*vusitaṃ brahmācariyaṃ);* apa yang harus dilakukan telah dilakukan (*kataṃ karaṇīyaṃ). Katañāṇa* merupakan pengetahuan yang mengetahui bahwa apa yang harus dilakukan telah dilakukan.

Melalui realisasi *nirodha, arahattamagga* juga telah melaksanakan tiga tugas lain, yaitu pemahaman kebenaran yang dinamakan penderitaan dengan sepenuhnya dan dengan benar, melenyapkan *samudaya,* dan mengembangkan Jalan. Ini adalah *katañāṇa,* yang mengetahui bahwa empat fungsi ini telah dilaksanakan.

Pernyataan singkat di atas tentang *saccañāṇa, kiccañāṇa,* dan *katañāṇa* telah dibuat sesuai dengan subkomentar *Mūla Ṭīkā* di *Kathāvatthu*. Telah cukup kita membahas tentang tiga *ñāṇa* yang berkaitan dengan kebenaran yang dinamakan penderitaan. Kita akan melanjutkan dengan tiga *ñāṇa* yang berkaitan dengan kebenaran yang dinamakan asal mula penderitaan.

SACCAÑĀṆA YANG BERKAITAN DENGAN *SAMUDAYASACCA*

Idaṃ dukkhasamudayaṃ ariyasaccan'ti me, bhikkhave,
pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi,
ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

"Ini adalah kebenaran mulia yang dinamakan asal mula penderitaan yang seharusnya diketahui oleh para *ariya*. Demikianlah para *bhikkhu*, mengenai hal-hal yang belum pernah terdengar sebelumnya, menjadi

terang dan jelas, telah muncul pandangan, pengetahuan, kebijaksanaan, penembusan, dan pencerahan dalam diri Saya."

Dalam bait di atas, 'Ini' mengacu pada *kāmataṇhā, bhavataṇhā,* dan *vibhavataṇhā* yang telah dijelaskan sebelumnya. Berikut adalah proses penderitaan berawal dari mereka. *Kāmataṇhā* mencari kesenangan dalam objek kesenangan sensual yang harus dicari dan diusahakan. Beberapa orang mengalami penderitaan yang hebat, bahkan hingga kehilangan nyawa ketika sedang mengejar objek kesenangan mereka. Usaha apa pun untuk mengekang keinginan yang telah muncul akan mengakibatkan penderitaan dan ketidakbahagiaan. Mencari dan berjuang demi hal-hal yang tidak mudah dicapai juga merupakan penderitaan. Menjaga kekayaan dan harta benda adalah tugas berat. Perokok dan pemakan daun sirih menderita ketika kehabisan objek nafsu mereka. Pecandu alkohol dan rokok opium akan merasa lebih sengsara dalam keadaan yang sama.

Manusia dilahirkan sendiri. Ketika muda, dia menjalani kehidupan lajang dengan bahagia, bebas dari beban. Setelah tumbuh dewasa, dia merasakan adanya kebutuhan untuk berpasangan. Dihasut oleh *kāmataṇhā,* dia mulai mencari seseorang. Ketika bertujuan untuk sesuatu yang tidak mungkin tercapai, dia akan berakhir dengan kesedihan.

Meskipun pada akhirnya keinginannya terpenuhi dengan mendapatkan pasangan yang diinginkan, masalah mulai muncul ketika ditemukan ketidaksesuaian di antara mereka. Bahkan, ketika ada kerukunan dan keharmonisan dalam pernikahan, masalah muncul ketika salah satu dari pasangan kebetulan mengalami sebuah penyakit serius. Menjaga orang sakit merupakan sebuah tugas yang sulit. Lambat laun, kematian menimpa salah satu pasangan, meninggalkan yang lain dalam pergolakan, kesedihan, dan penderitaan. Semua penderitaan ini berakar dari *taṇhā.*

Namun, kebanyakan manusia berada dalam ilusi bahwa *taṇhā* ini merupakan sumber kebahagiaan. Mereka menganggapnya sebagai sebuah

kebahagiaan untuk menikmati kesenangan dari berbagai objek sensual. Ketika *taṇhā* tidak muncul karena tidak adanya objek atau sensasi menyenangkan, kehidupan menjadi membosankan dan monoton bagi mereka. Mengunjungi wihara atau kuil itu menjengkelkan; mendengarkan khotbah tentang meditasi *vipassanā* benar-benar membosankan. Sebaliknya, hiburan seperti bioskop dan pertunjukan memberikan sukacita, kesenangan, dan kegembiraan. *Taṇhā* pun terpelihara dengan baik dengan mencari semua objek nafsu-kehausan yang ada. Pengejaran yang dahsyat atas kesenangan ini dilakukan dengan keyakinan bahwa mereka akan menuntun kepada sukacita dan kebahagiaan. Orang-orang meyakini cara ini karena ketidaktahuan yang menyesatkan mereka.

Akan tetapi, yang kelihatan menyenangkan dan menggembirakan, dalam kenyataannya, mengagumkan dan mengerikan karena sifat sejati dari muncul dan lenyapnya yang tanpa henti. Tidak pernah ada kejenuhan dari kesenangan indriawi karena *taṇhā* tidak pernah puas. Bahkan, setelah berhari-hari, berbulan-bulan, dan bertahun-tahun menikmati kesenangan, *taṇhā* tetap tidak terpuaskan. Pengejaran kesenangan yang tak pernah berhenti dan penuh kecemasan itu terus dilakukan supaya kesenangan mereka tidak terganggu. Ketika pada akhirnya persediaan objek dan sensasi menyenangkan telah habis, rasa ketidakpuasan yang hebat akan dideritanya. Inilah proses bagaimana *taṇhā* menimbulkan masalah dan penderitaan dalam kehidupan ini.

Namun, penyebab penderitaan yang sebenarnya terletak pada kenyataan bahwa *taṇhā* menyebabkan lingkaran kelahiran kembali yang berulang-ulang. Pemandangan dan suara yang menyenangkan menimbulkan kegembiraan dan nafsu-kehausan, dari nafsu-kehausan ini muncul pelekatan. Dengan adanya pelekatan, usaha akan dilakukan untuk memenuhinya. Inilah *saṅkhāra, kāmabhava.* Akibat aktivitas untuk memenuhi nafsu-kehausan dan akibat adanya kesadaran *javana* pada momen kematian (*abhisaṅkhāraviññāṇa*), yang mendapat dorongan dari *taṇhā* dan mencengkeram pada objek yang muncul, kesadaran kelahiran kembali segera muncul setelah kesadaran kematian.

Semenjak kesadaran kelahiran kembali muncul dalam kehidupan baru, dapat dikatakan, semua masalah dan kesengsaraan yang berkaitan dengan kehidupan baru telah dimulai. Semua itu berakar dari *taṇhā.* Bagi para *Arahat* yang telah menghilangkan *taṇhā,* mereka tidak akan mengalami penderitaan apa pun lagi dari kelahiran baru. Jadi, *kāmataṇhā* merupakan penyebab sebenarnya dari penderitaan seperti kelahiran, dan lain-lain, *samudayasacca.*

Orang-orang yang menginginkan *rūpabhava* dan *arūpabhava* berjuang untuk mencapai *rūpavacara jhāna* dan *arūpavacara jhāna.* Dengan kebaikan dari pencapaian *jhāna* tersebut, mereka terlahir kembali di alam *rūpa-brahmā* dan *arūpa-brahmā.* Sebagai brahmā, mereka terbebas dari penderitaan fisik juga penderitaan batin. Masa hidup mereka juga diukur dalam masa dari lingkaran kehidupan dunia dan jika dilihat dari sudut pandang duniawi, kehidupan mereka mungkin dianggap sebagai salah satu kebahagiaan.

Namun, setelah masa hidup mereka habis, mereka menemui kematian dan mengalami penderitaan mendalam darinya (*maraṇa dukkha*). Mereka juga mengalami dukacita karena keinginan untuk hidup kekal tidak tercapai. Setelah kematian, masalah dan kesengsaraan juga telah menunggu mereka dalam kehidupan *kāma,* tempat kelahiran selanjutnya. Dengan demikian, *bhavataṇhā,* nafsu-kehausan untuk kelahiran di alam brahmā juga merupakan kebenaran yang dinamakan penderitaan.

Nafsu-kehausan untuk tidak terlahir kembali setelah kematian juga merupakan penyebab dari penderitaan, hal ini akan mendorong perbuatan jahat dalam kehidupan. Bukannya menjauh dari tindakan jahat, para nihilis akan pergi ke mana pun untuk mengejarnya, di mana pun ada kesempatan dan menikmatinya. *Akusala kamma* yang tercipta membuat mereka terlahir kembali dalam empat alam rendah untuk banyak kehidupan. Mereka pun mengalami penderitaan pada kehidupan-kehidupan ini. Oleh karena itu, *vibhavataṇhā* (nafsu-kehausan untuk tidak terlahir kembali) yang muncul dari pandangan hidup para nihilis merupakan kebenaran mulia yang dinamakan asal mula penderitaan (*samudayasacca*).

Guru Agung Buddha, yang telah menyadari ketiga *taṇhā* ini sebagai akar penyebab dari penderitaan, menyatakan bagaimana Beliau telah melihatnya, "Pandangan, yang telah dilihat bahwa ini merupakan kebenaran mulia yang dinamakan asal mula penderitaan, telah muncul dalam diri Saya". Pengetahuan ini merupakan kebenaran mulia yang dinamakan asal mula penderitaan yaitu *saccañāṇa,* yang mengetahui kebenaran ini muncul sebelum dan sesudah munculnya *ariyamagga.* Pada saat munculnya Jalan, fungsi untuk mengetahui kebenaran juga akan tercapai dengan cara melepaskan atau mengabaikan (*pahāna paṭivedha).* Kesimpulannya, yang mengetahui Empat Kebenaran Mulia sebelum, sesudah, dan pada saat munculnya *magga* adalah *saccañāṇa.*

KICCAÑĀṆA YANG BERKAITAN DENGAN *SAMUDAYASACCA*

Taṃ kho panidaṃ dukkhasamudayaṃ ariyasaccaṃ pahātabban'ti me,
bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi,
ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

"Kebenaran mulia yang dinamakan asal mula penderitaan ini seharusnya ditinggalkan. Demikianlah para *bhikkhu*, mengenai hal-hal yang belum pernah terdengar sebelumnya, menjadi terang dan jelas, telah muncul pandangan, pengetahuan, kebijaksanaan, penembusan, dan pencerahan dalam diri Saya."

Jika menginginkan kebebasan dari penderitaan, asal mula dari penderitaan harus dihilangkan. Sebagai contoh, untuk menyembuhkan sebuah penyakit, akar penyebab dari rasa tidak enak harus dihilangkan dengan pemberian obat yang cocok. Dokter Myanmar mendiagnosis penyebab suatu penyakit dengan istilah gangguan dalam darah; napas; empedu dan dahak; iklim; makanan; dan lain-lain. Dokter barat melacak

penyebab dari berbagai penyakit yang disebabkan kuman. Ketika penyebab penyakit tersebut telah didiagnosis sewajarnya, kemudian dihilangkan melalui perawatan medis yang sesuai, maka penyakit telah sepenuhnya disembuhkan. Seperti halnya, penderitaan *saṃsāra* dari kehidupan berulang dalam lingkaran kehidupan yang dapat dihindari dengan menghilangkan akar penyebabnya, yaitu *taṇhā,* kebenaran yang dinamakan asal mula penderitaan. Oleh karena itu, kebenaran ini dianggap sebagai sesuatu yang seharusnya ditinggalkan, *pahātabba dhamma.*

Bagaimana pengabaian bisa dilakukan? Ini merupakan hal terpenting untuk dipahami. "Biarkan *taṇhā* tidak muncul, jangan biarkan dia muncul; saya akan menjaga batin saya sebagaimana adanya, bebas dari *taṇhā.* Saya hanya memiliki batin yang terbebas dari *taṇhā".* Apakah memungkinkan untuk mempertahankan kondisi batin demikian? Orang-orang yang yakin dengan kemungkinan untuk melakukan hal ini seharusnya benar-benar mencoba untuk mencapai keadaan batin ini dan melihat berapa lama mereka bisa mempertahankannya. Apakah orang yang sudah menikah tidak terganggu dengan cinta dan kelembutan untuk istrinya serta nafsu yang ingin dipenuhi? Apakah tidak muncul keinginan untuk merokok atau mengunyah daun sirih, untuk menikmati makanan yang enak? Bagaimana dengan keinginan untuk memiliki kekayaan dan harta benda? Pertanyaan-pertanyaan ini tidak dapat dihilangkan dengan mudah hanya dengan meremehkannya, menganggap mereka hanya masalah sepele; biasa; dan rutinitas yang tidak penting.

Kita harus menderita kemunculan *taṇhā* seperti itu hanya karena kita tidak dapat menaklukkan mereka. Namun, kenyataannya ada dan ini harus benar-benar diingat, *taṇhā* merupakan *pahātabba dhamma* yang harus dihilangkan saat memungkinkan.

Sebenarnya, terdapat tiga jenis *taṇhā* yang perlu dihilangkan:

1. Nafsu-kehausan yang mendorong tindakan jasmani dan ucapan.
2. Nafsu-kehausan yang mendorong batin untuk bersenang-senang dalam kesenangan dan fantasi jasmani.
3. Nafsu-kehausan yang berdiam, menunggu sebuah kesempatan untuk muncul.

Dari ketiga *taṇhā* ini, nafsu-kehausan yang mendorong perbuatan jasmani dan ucapan dikelompokkan sebagai *vītikkama kilesā* (kotoran batin yang bisa dihilangkan dengan *sīla*). Seseorang yang menjalankan *sīla* dengan teliti, tidak mencuri barang apa pun yang merupakan kepunyaan orang lain, bahkan jika dia menginginkannya; tidak mau melakukan pelecehan seksual (seseorang yang menjalankan *sīla-brahmacariya* tidak terlibat dalam praktik seksual apa pun); tidak berbohong; dan menahan diri dari minuman atau obat-obatan yang memabukkan. Dengan cara ini, dia telah menjaga dirinya dari *vītikkama kilesā.* Inilah cara nafsu-kehausan dihilangkan dengan *sīla.*

Nafsu-kehausan yang muncul dalam bentuk sukacita dan kesenangan imajinasi dikelompokkan sebagai *pariyuṭṭhānā kilesa* (kotoran batin yang bisa dihilangkan dengan *samādhi,* batin yang terkonsentrasi). Jika seseorang terus-menerus terlibat dalam praktik dari salah satu subjek meditasi seperti *ānāpāna,* seseorang menjaga dirinya dari pikiran atas nafsu-kehausan dan imajinasi tentang objek sensual. Jika batin dibiarkan bebas, dengan sendirinya, batin akan melibatkan dirinya dalam pemikiran tentang objek indra yang diinginkan, kebanyakan menginginkan kenikmatan indra. Jika seseorang percaya bahwa dia dapat menjaga batinnya sama seperti dirinya, terbebas dari nafsu-kehausan untuk kenikmatan sensual, dia tidak mengetahui batinnya sendiri.

Pada kenyataannya, bahkan ketika sibuk bermeditasi tanpa henti, sebelum kekuatan konsentrasi semakin kuat, *kāmavitakka* (pikiran tentang kenikmatan sensual) akan terus bermunculan. Hanya setelah konsentrasi *jhāna* dicapai melalui praktik meditasi konsentrasi, pemikiran menjijikkan dari kenikmatan sensual pun telah dilenyapkan, tetapi itu pun hanya terjadi selama penyerapan *jhāna.* Inilah cara *samādhi* menghilangkan nafsu-kehausan untuk kenikmatan sensual dengan *vikkhambhana pahāna.*

Bhavataṇhā (nafsu-kehausan untuk dilahirkan kembali) dan *vibhavataṇhā* (nafsu-kehausan untuk tidak terlahir kembali) tetap ada meskipun seseorang telah mencapai *jhāna.* Nafsu-kehausan itu juga tetap ada dalam beberapa brahma. Dengan demikian, *bhavataṇhā* dan *vibhavataṇhā* tidak dapat dihilangkan dengan konsentrasi *samatha.* Tanpa perlu dikatakan, umat awam yang tidak tahu tentang konsentrasi dan meditasi belum terbebas dari nafsu-kehausan terhadap kehidupan dan eksistensi mereka sendiri. Namun, orang yang tidak berpengetahuan tersebut tidak menyadari bahwa kenikmatan dalam kehidupan dan eksistensi adalah *taṇhā* (nafsu-kehausan) atau *kilesa* (kotoran batin). Mereka bahkan mengajarkan pandangan menyesatkan bahwa 'batin dapat dijaga agar terbebas dari kotoran batin. Dan batin yang terbebas dari *kilesa* merupakan *Nibbāna*'. Ini benar-benar menentang ajaran Guru Agung Buddha.

Nafsu-kehausan yang belum benar-benar muncul, tetapi akan muncul ketika kondisi yang benar berlaku disebut *anusaya kilesā* (kotoran batin yang terpendam). Terdapat dua jenis *anusaya*:

1. *Ārammaṇa nusaya* – kotoran batin terpendam yang tersembunyi dalam objek indra;

2. *Santāna nusaya* – kotoran batin terpendam yang berdiam tetap dalam diri seseorang (rangkaian kesatuan agregat).

Mungkin ada objek-objek yang memunculkan diri mereka pada saat melihat atau mendengar, tetapi tidak diamati sebagai ketidakkekalan, dan lain-lain. Namun, dalam retrospeksi, *kilesa* dapat muncul sehubungan dengan mereka. *Kilesa* tersebut dikenal sebagai *ārammaṇa nusaya. Ārammaṇa nusaya kilesā* dapat dihilangkan dengan *vipassanā ñāṇa,* tetapi *vipassanā* hanya dapat menghilangkan *kilesa* yang mungkin muncul dalam objek yang sedang direnungkan. Kotoran batin terpendam tetap tidak terpengaruh dalam objek yang lari dari perenungan.

Kilesa yang belum dihilangkan dengan *ariyamagga* dan sedang menunggu kesempatan untuk muncul dalam rangkaian agregat seseorang

dikenal sebagai *santāna nusaya.* Kotoran batin ini dapat dihilangkan hanya dengan *ariyamagga ñāṇa.* Untuk memudahkan pelenyapan *santāna nusaya* dengan *ariyamagga, vipassanā bhāvanā* harus dikembangkan.

ANUSAYA KILESĀ SEBENARNYA ADA

Meskipun ada pernyataan pasti dalam naskah *Sutta* dan *Abhidhamma* yang berkaitan dengan adanya *anusaya kilesā,* beberapa orang membuat pernyataan bahwa tidak ada hal seperti *anusaya kilesā;* hanya melalui pertobatan batin maka *kilesa* muncul. Ini merupakan penghinaan kepada ajaran Guru Agung Buddha.

Coba pikirkan sejenak. Dalam diri para remaja, keinginan untuk kenikmatan sensual dalam bentuk mencari kenikmatan dengan lawan jenis belum muncul. Itu bukan karena tidak ada *kilesa,* tetapi karena belum ada kesempatan bagi *kilesa* ini untuk muncul. Hal ini berdiam tetap dalam diri mereka, menunggu waktu yang tepat untuk muncul. Ini merupakan pengetahuan umum bahwa saat menginjak remaja, penglihatan dan suara semata dari lawan jenis sudah cukup untuk membangkitkan keinginan seksual dalam diri mereka. Ini terjadi seketika dan bukan karena mereka telah melihat sebelumnya atau mendengar tentang kejadian ini dan menyimpannya dalam batin. Hal ini terjadi karena ada *anusaya kilesā* yang berdiam tetap dalam para remaja dan sekarang mencari kesempatan untuk muncul.

Sekali lagi, mari kita mengambil kasus beberapa orang yang memiliki keyakinan tersirat dalam Tiga Permata (Buddha, *Dhamma* dan *Saṅgha*). Namun, ketika mereka dipengaruhi oleh guru-guru dari agama lain, mereka mulai menyimpan keraguan (*vicikicchā*) kepada Buddha, *Dhamma,* dan *Saṅgha.* Beberapa bahkan mengubah keyakinan mereka untuk menganut pandangan salah (*micchādiṭṭhi).* Keraguan dan pandangan salah muncul dalam diri mereka bukan karena pertobatan batin, tetapi karena hal itu sejak awal telah berdiam dalam diri mereka dan masih belum dihilangkan dengan *ariyamagga.*

Para *ariya* pada zaman Buddha telah menghilangkan keraguan dan pandangan salah melalui *sotāpanna magga* sehingga tidak ada guru, bahkan Sakka atau Māra tidak bisa mempengaruhi mereka untuk menganut pandangan salah, untuk menyimpan keraguan tentang Tiga Permata. Hal ini dikarenakan kotoran batin yang berdiam dalam diri mereka (*santāna nusaya*) telah dihilangkan melalui *ariyamagga.*

Orang-orang baik yang memiliki kesempatan untuk mendengarkan khotbah tentang *Dhammacakka* harus benar-benar mengingat bahwa ada kotoran batin yang diam bersembunyi dalam mereka, yang hanya menunggu sebuah kesempatan untuk muncul. Keinginan ini, yang merupakan penyebab penderitaan yang sebenarnya, seharusnya dihilangkan dengan *ariyamagga* melalui pengembangan *vipassanā bhāvanā.*

Mengetahui bahwa ini merupakan *Dhamma* yang harus dihilangkan adalah *kiccañāṇa* yang berkaitan dengan kebenaran yang dinamakan asal mula penderitaan. *Kiccañāṇa* yang mengetahui apa yang seharusnya dilakukan berkaitan dengan *samudayasacca* seharusnya dikembangkan sebelum munculnya *ariyamagga.* Dengan demikian, *kiccañāṇa* merupakan pengetahuan tingkat lanjut tentang apa yang seharusnya diketahui, apa yang seharusnya dihilangkan, apa yang seharusnya direalisasi, dan apa yang seharusnya dikembangkan.

Bagi Begawan, *kiccañāṇa* ini telah muncul tanpa pernah Beliau dengar sebelumnya. Oleh karena itu, Beliau mengakui, "Ini merupakan kebenaran mulia yang dinamakan asal mula penderitaan yang seharusnya dihilangkan. Demikianlah para *bhikkhu*, mengenai hal-hal yang belum pernah terdengar sebelumnya, menjadi terang dan jelas, telah muncul pandangan, pengetahuan, kebijaksanaan, penembusan, dan pencerahan dalam diri Saya". Kemudian, Begawan melanjutkan untuk menjelaskan bagaimana Beliau telah menyelesaikan tugas pelenyapan.

KATAÑĀṆA YANG BERKAITAN DENGAN *SAMUDAYASACCA*

> *Taṃ kho panidaṃ dukkhasamudayaṃ ariyasaccaṃ pahīnan'ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.*
>
> "Kebenaran mulia yang dinamakan asal mula penderitaan ini telah ditinggalkan. Demikianlah para *bhikkhu*, mengenai hal-hal yang belum pernah terdengar sebelumnya, menjadi terang dan jelas, telah muncul pandangan, pengetahuan, kebijaksanaan, penembusan, dan pencerahan dalam diri Saya."

Ini merupakan penjelasan bagaimana retrospeksi tentang perenungan dari tugas pelenyapan terjadi setelah Begawan melenyapkan yang seharusnya dilenyapkan, keinginan demikian disebut *samudayasacca.* Pengetahuan tentang perenungan tugas yang seharusnya dilakukan dikenal sebagai *kataññāṇa.*

Yang patut diperhatikan dalam *samudayasacca* adalah empat *ariyamagga* yang mengetahui *Nibbāna.* Keempat hal ini harus direalisasi. Pada contoh pertama dari pengetahuan tersebut, nafsu-kehausan yang akan menuntun ke dalam kesakitan dan kesengsaraan telah dihilangkan; pada contoh kedua, bentuk lebih kasar dari nafsu-kehausan untuk kesenangan sensual (*kāmataṇhā)* telah dihapuskan. Pada kejadian ketiga, bentuk lebih halus dari *kāmataṇhā* ini menghilang. Semua sisa *taṇhā* lainnya dilenyapkan sepenuhnya ketika *Nibbāna* diketahui untuk keempat kalinya.

Pelenyapan *taṇhā* tersebut diistilahkan mengetahui *samudayasacca* dengan empat *ariyamagga* atau *pahāna paṭivedha* (penembusan pandangan terang dengan kebaikan dari pelenyapan). Tindakan pelenyapan atau penghilangan merupakan mengetahui yang seharusnya diketahui melalui *ariyamagga.* Jadi, *samudayasacca* merupakan hal yang harus diketahui melalui *ariyamagga.* Pelenyapan ini disebut *pahāna paṭivedha.*

Katañāṇa ini juga penting. Tujuan mempraktikkan meditasi adalah untuk benar-benar menghilangkan kotoran batin serta *taṇhā* ini. Pencapaian pengetahuan yang lebih tinggi, pencapaian yang seharusnya dilakukan, akan menjadi sempurna hanya ketika *taṇhā* ini dan kotoran batin telah dihilangkan. Penting untuk mengamati diri sendiri, untuk melihat apakah diri sudah benar-benar terbebas dari *taṇhā* dan kotoran batin. Bahkan, pada tingkat pencapaian terendah (*sotāpanna*), nafsu-kehausan pendorong *akusala kamma* yang menuntun ke alam rendah seharusnya telah dihilangkan.

Seseorang seharusnya sudah terbebas dari nafsu-kehausan yang mungkin memicu pelanggaran lima *sīla*. Sukacita dan kesenangan yang disertai dengan nafsu-kehausan untuk pandangan salah (bahwa ada wujud hidup, diri), seharusnya telah dilenyapkan. Hanya setelah seseorang terbebas sepenuhnya dari semua nafsu-kehausan ini, pernyataan pencapaian *sotāpanna* bisa dipertahankan. Sebaliknya, harus diamati bahwa tidak ada pernyataan untuk pencapaian apa pun yang bisa diterima.

Telah cukup kita membahas tentang tiga *ñāṇa* (*sacca, kicca,* dan *kata*) yang berkaitan dengan *samudayasacca.* Kita akan melanjutkan khotbah dengan mempertimbangkan tiga *ñāṇa* yang berkaitan dengan *nirodhasacca.*

SACCAÑĀṆA YANG BERKAITAN DENGAN *NIRODHASACCA*

Idaṃ dukkhanirodhaṃ ariyasaccan'ti me,
bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi,
ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

"Ini adalah kebenaran mulia yang dinamakan akhir penderitaan. Demikianlah para *bhikkhu*, mengenai hal-hal yang belum pernah terdengar sebelumnya, menjadi terang dan jelas, telah muncul pandangan, pengetahuan, kebijaksanaan, penembusan, dan pencerahan dalam diri Saya."

'Ini' dalam bait naskah di atas mengacu pada 'pelenyapan *taṇhā* sepenuhnya, dengan kata lain disebut *samudayasacca',* yang telah dijelaskan sebelumnya. Ketika *taṇhā* dihapus, semua penderitaan dari *nāma, rūpa,* dan *saṅkhāra* lenyap. Guru Agung Buddha mengatakan bahwa *saccañāṇa,* yang mengetahui bahwa pelenyapan ini *(nirodhasacca)* merupakan kebenaran yang dinamakan akhir penderitaan, telah muncul dalam diri Beliau. *Saccañāṇa* ini muncul sebelum dan setelah *ariyamagga;* dan direalisasi pada saat munculnya Jalan.

Tentang bagaimana pengetahuan ini muncul sebelum munculnya Jalan, para murid memerlukan *ñāṇa* ini melalui pembelajaran dari orang lain, yaitu melalui apa yang didengar. Namun, Begawan telah memperoleh pengetahuan ini melalui batin-Nya sendiri bahkan sebelum pencapaian *sotāpatti magga.* Kemudian, Beliau menyatakan, "Mengenai hal-hal yang belum pernah terdengar sebelumnya, menjadi terang dan jelas, telah muncul pandangan, dan lain-lain". Pada saat munculnya *ariyamagga*, *saccañāṇa* ini sama dengan *ariyamagga ñāṇa* yang mengetahui *Nibbāna* dengan merealisasinya.

KICCAÑĀṆA YANG BERKAITAN DENGAN *NIRODHASACCA*

Taṃ kho panidaṃ dukkhanirodhaṃ ariyasaccaṃ sacchikātabban'ti me,
bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi,
ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

"Ini adalah kebenaran mulia yang dinamakan akhir penderitaan yang harus direalisasi. Demikianlah para *bhikkhu*, mengenai hal-hal yang belum pernah terdengar sebelumnya, menjadi terang dan jelas, telah muncul pandangan, pengetahuan, kebijaksanaan, penembusan, dan pencerahan dalam diri Saya."

Ñāṇa (pengetahuan) yang mengetahui bahwa *nirodhasacca,* yaitu *nibbāṇam,* lenyapnya *taṇhā* ini, merupakan pengetahuan yang seharusnya direalisasi. Hal ini dikenal sebagai *kiccañāṇa* karena ini merupakan pengetahuan yang mengetahui fungsi apa yang harus dilakukan mengenai *nirodhasacca.*

Inilah proses realisasi itu terjadi. Pada saat pembentukan *saṅkhārupekkhā ñāṇa* yang penuh dan tegas, ketika mengamati sebuah fenomena pembentukan dan penghancuran, kecepatan melihat menjadi lebih cepat dan semakin cepat hingga objek *saṅkhāra* yang direnungkan serta 'kesadaran mengetahui' jatuh dalam tahap pelenyapan, tempat semua penderitaan *saṅkhāra* berakhir. Pada waktu merealisasi pelenyapan dari semua hal berkondisi, *taṇhā* juga akan terhenti. Dengan demikian, pelenyapan *taṇhā* diistilahkan *nirodhasacca,* yang diketahui melalui *ariyamagga* dengan merealisasinya. Pengetahuan demikian dikenal sebagai *sacchikiriyā paṭivedha* (penembusan pandangan terang dengan realisasi).

Tujuan dari mengamati setiap kejadian melihat, mendengar, menyentuh, mengetahui adalah untuk menyelesaikan tugas dari *sacchikiriyā paṭivedha* dengan realisasi *nirodhasacca.* Guru Agung Buddha telah mencapai fungsi *sacchikiriyā paṭivedha* dengan merealisasi *Nibbāna* melalui *arahattamagga* dan *phala* dalam 'takhta yang tidak terkalahkan' di bawah pohon Bodhi. Kemudian, Begawan menceritakan bagaimana Beliau telah mengembangkan *katañāṇa* yang melihat kembali pada perenungan tugas.

KATAÑĀṆA YANG BERKAITAN DENGAN *NIRODHASACCA*

Taṃ kho panidaṃ dukkhanirodhaṃ ariyasaccaṃ sacchikatan'ti me,
bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi,
ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

"Ini adalah kebenaran mulia yang dinamakan akhir penderitaan yang telah direalisasi. Demikianlah para *bhikkhu*, mengenai hal-hal yang

belum pernah terdengar sebelumnya, menjadi terang dan jelas, telah muncul pandangan, pengetahuan, kebijaksanaan, penembusan, dan pencerahan dalam diri Saya."

Ini merupakan penjelasan bagaimana retrospeksi tentang penyelesaian tugas terjadi setelah Beliau merealisasi *nirodhasacca* dengan cara *arahatta - magga, phala,* dan *ñāṇa.*

SACCAÑĀṆA YANG BERKAITAN DENGAN *MAGGASACCA*

Idaṃ dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccan'ti me,
bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi,
ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

"Ini adalah kebenaran mulia yang dinamakan Jalan yang akan menuntun ke akhir penderitaan. Demikianlah para *bhikkhu*, mengenai hal-hal yang belum pernah terdengar sebelumnya, menjadi terang dan jelas, telah muncul pandangan, pengetahuan, kebijaksanaan, penembusan, dan pencerahan dalam diri Saya."

Kata *sacca* di sini memiliki sebutan yang panjang, tetapi kitab komentar menyingkatnya menjadi *maggasacca* (kebenaran yang dinamakan Jalan). Kita akan menggunakan judul singkat tersebut dalam khotbah kita.

Mengetahui bahwa Jalan Mulia Berunsur Delapan merupakan latihan yang benar, kebenaran mulia yang dinamakan Jalan yang menuntun ke pelenyapan penderitaan, ketenangan *Nibbāna*, disebut *saccañāṇa. Saccañāṇa* ini muncul sebelum, setelah, dan pada saat munculnya *ariyamagga.*

Para murid Buddha yang belum mencapai *ariyamagga,* mempelajari *maggasacca* ini hanya dari mendengarkan-Nya. Umat awam belum merealisasi *ariyamaggasacca* sebagai pengalaman pribadi. Kitab komentar menyatakan, '*Maggasacca* merupakan *Dhamma* yang diinginkan; yang dicita-citakan; yang dihargai; yang berperan sebagai fungsi awal yang harus dilakukan agar *nirodhasacca* bisa tercapai'.

Harus diingat bahwa *ariyamaggasacca* tidak perlu dipikirkan dan direnungkan, seperti halnya *Nibbāna,* tidak memerlukan perenungan atau dipikirkan sebelumnya. Begitu juga bagi Guru Agung Buddha, ketika Beliau mencapai pengetahuan *nirodhasacca* melalui pandangan terang, Beliau juga telah memperoleh pengetahuan tentang *maggasacca* ini melalui intuisi. Inilah alasan Beliau mengakui, "Mengenai hal-hal yang belum pernah terdengar sebelumnya, menjadi terang dan jelas, telah muncul pandangan, dan lain-lain".

Pada saat munculnya *ariyamagga,* hanya *nirodhasacca,* dengan kata lain ketenangan *Nibbāna*, dirasakan dengan realisasi. *Magga-dhamma* yang direalisasi dengan cara ini sebenarnya muncul dalam diri seseorang dan tugas mengembangkannya dalam diri seseorang telah tercapai. Ini dikenal sebagai *bhāvanā paṭivedha* (pengetahuan dengan pengembangan). Dengan demikian, *maggasacca* seharusnya dikembangkan dalam diri seseorang dan pengembangan ini disebut *bhāvanā paṭivedha.*

Yang dimaksudkan di sini adalah ketika *ariyamagga* muncul dalam diri seseorang, hal ini sebanding dengan melihat *ariyamagga.* Ini berarti tugas untuk mengetahui telah dicapai pada waktu yang bersamaan. Setelah *ariyamagga* dikembangkan dalam diri seseorang, retrospeksi akan mengungkapkannya dengan jelas. Namun, tidak mungkin untuk mengembangkan *ariyamagga* secara langsung. Seseorang harus memulai dari mengembangkan *pubbabhāga magga* sebagai langkah pertama. Untuk alasan ini, *vipassanā* juga dianggap sebagai praktik yang benar, yang menuntun ke *nirodha* (pelenyapan). Kita telah menyebutkan dalam bagian

enam, bagaimana kitab komentar *Sammohavinodanī* juga menyarankan bahwa *vipassanā* seharusnya dianggap demikian.

KICCAÑĀṆA YANG BERKAITAN DENGAN *MAGGASACCA*

> *Taṃ kho panidaṃ dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccaṃ bhāvetabban'ti me,*
> *bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi,*
> *ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.*

> "Ini adalah kebenaran mulia yang dinamakan Jalan yang menuntun ke akhir penderitaan dan ini harus dikembangkan. Demikianlah para *bhikkhu*, mengenai hal-hal yang belum pernah terdengar sebelumnya, menjadi terang dan jelas, telah muncul pandangan, pengetahuan, kebijaksanaan, penembusan, dan pencerahan dalam diri Saya."

Mengetahui bahwa *maggasacca* ini merupakan *dhamma* yang seharusnya dikembangkan dalam diri seseorang disebut *kiccañāṇa;* ini merupakan pengetahuan yang mengetahui apa yang seharusnya dilakukan berkaitan dengan *maggasacca.* Apa yang seharusnya dilakukan berkaitan dengan *dukkhasacca?* Ini harus dipahami sepenuhnya dan dengan benar. Apa yang seharusnya dilakukan berkaitan dengan *maggasacca?* Ini seharusnya dikembangkan dalam diri seseorang. Hal ini wajib untuk diingat.

Bahwa *maggasacca* merupakan *dhamma* yang seharusnya dikembangkan, pertama kali diajarkan oleh Guru Agung Buddha dalam *Dhammacakkappavattana Sutta*. Dengan demikian, untuk mengembangkan *magga* adalah dengan mempraktikkan pencapaian *Nibbāna,* sesuai dengan arahan Begawan. Namun, praktik ini tidak dapat dimulai langsung dengan pengembangan *maggasacca*. Seseorang harus memulai dari *pubbabhāga*

magga, dengan kata lain disebut *vipassanā magga.*

Untuk mengembangkan *pubbabhāga* atau *vipassanā magga* ini, *dukkhasacca* harus direnungkan. *Dukkhasacca* berarti *upādānakkhandha* yang telah dijelaskan dalam bab empat. Ketika merenungkan agregat yang muncul pada setiap kemunculannya, di sana lebih dahulu berkembang pengetahuan tentang perbedaan antara objek kesadaran dan batin yang mengetahui. Kemudian, diikuti dengan pemahaman tentang hukum sebab akibat.

Ketika seseorang melanjutkan latihan, dia akan mengetahui sifat alami dari perubahan, muncul dan lenyapnya *nāma-rūpa* yang tiada henti. Karena kemunculannya hanya untuk pelenyapan beberapa saat kemudian, hal ini tidak stabil, tidak kekal, penderitaan murni, bukan diri; hal ini muncul dan lenyap atas kemauannya sendiri. Realisasi pribadi tentang kenyataan itu adalah *sammādiṭṭhi.* Telah dijelaskan sebelumnya, ketika *sammādiṭṭhi* dikembangkan, *sammāsaṅkappa* dan *magga* lain juga berkembang. Bagaimana cara mengembangkan *magga-magga* ini juga telah dijelaskan sebelumnya.

Secara singkat, hal ini terdiri dari mengamati semua sensasi dari sentuhan yang dialami seseorang. Untuk menyederhanakan latihan ini, kami telah menyarankan untuk memulai dengan perenungan fenomena kembang dan kempisnya perut. Pada saat proses pengamatan kembang dan kempisnya perut, *yogī* mungkin mulai berpikir tentang hal yang lain. Dia seharusnya juga mengamati pikiran tersebut ketika mereka muncul. Juga mengamati sensasi menyakitkan seperti kekakuan, merasa panas, kesakitan, gatal, dan lain-lain, ketika hal itu muncul. Perubahan dari gerakan tubuh seharusnya juga diamati ketika hal itu terjadi.

Perhatian seharusnya diberikan pada hal-hal luar biasa, yang terlihat maupun terdengar. Dengan demikian, ketika mengamati setiap fenomena, pada setiap kejadian pengamatan, pengetahuan tentang kenyataan terlihat sebagaimana adanya, *sammādiṭṭhi* dan *vipassanā magga* akan berkembang. Ketika *vipassanā* telah sepenuhnya terbentuk, *ariyamagga* berunsur delapan

juga berkembang. Oleh karena itu, perenungan terhadap fenomena sebenarnya dari agregat (*dukkhasacca*) berarti pengembangan Jalan Mulia Berunsur Delapan. Untuk menyimpulkan:

1. Hanya dengan mengembangkan *pubbabhāga,* dengan kata lain disebut *vipassanā,* semoga *ariyamagga* dapat dicapai.
2. Untuk mengembangkan *vipassanā magga,* fenomena dari melihat, mendengar (*dukkhasacca)* harus diamati dengan saksama.
3. Pada setiap kejadian mengamati fenomena dari melihat, mendengar (*dukkhasacca),* Jalan Mulia Berunsur Delapan akan berkembang.

Oleh karena itu, kami telah membuat catatan pengingat ini:

Dasar, pendahuluan, Jalan Ariya,

Dengan mengembangkannya akan menuntun ke Nibbana.

Beberapa orang telah menganut kesan yang salah bahwa tujuannya dapat dicapai dengan mendapatkan buku pengetahuan tentang fenomena agregat dan sifat dari *anicca, dukkha, anatta,* dan lain-lain. Hanya setelah mereka berhasil melatih meditasi yang sesuai dengan meditasi *Satipaṭṭhāna* dan mencapai pengalaman luar biasa, maka mereka dapat mulai mengetahui kesalahan mereka. Kemudian, mereka akan menyatakan realisasi mereka dengan terbuka. Hanya setelah mereka melibatkan diri dalam latihan yang sebenarnya, dengan mengamati fenomena melihat, mendengar, dan lain-lain pada saat kemunculannya; jika tidak, *pariñña kiccā* (fungsi dari pemahaman *dukkhasacca* secara menyeluruh dan benar) tidak akan tercapai; tugas untuk mengembangkan *magga* berunsur delapan tidak akan selesai. Ini merupakan pengakuan yang dibuat oleh orang-orang terpelajar, yang berpengalaman dalam kitab suci. Mereka telah memahami jalan yang benar untuk pencapaian lebih tinggi dengan pengalaman pribadi.

Ajaran Buddha yang tercakup dalam *Dhammacakkappavattana Sutta* 'bahwa Jalan Mulia Berunsur Delapan adalah *Dhamma* yang harus dikembangkan dengan merenungkan fenomena dari *nāma* dan *rūpa* pada saat kemunculannya', seharusnya diamati dengan serius. Harus diingat dengan saksama dan tegas juga bahwa mengetahui fungsi yang berkaitan dengan *maggasacca* adalah *kiccañāṇa;* bahwa *ñāṇa* ini seharusnya diperoleh dari belajar dengan mendengar, sebelumnya kemunculan *ariyamagga*; bahwa *vipassanā magga* hanya dapat dikembangkan dengan mengamati fenomena sebenarnya dari *upādānakkhandha* atau *dukkhasacca* pada waktu kemunculannya; bahwa hanya dengan mengembangkan *vipassanā magga,* maka *ariyamagga* (dengan kata lain disebut *bhāvetabba maggasacca*) dapat dikembangkan dan *Nibbāna* bisa direalisasikan.

KATAÑĀṆA YANG BERKAITAN DENGAN *MAGGASACCA*

Taṃ kho panidaṃ dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccaṃ bhāvitan'ti me,
bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi,
paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

"Ini adalah kebenaran mulia yang dinamakan Jalan yang menuntun ke akhir penderitaan dan ini telah dikembangkan. Demikianlah para *bhikkhu*, mengenai hal-hal yang belum pernah terdengar sebelumnya, menjadi terang dan jelas, telah muncul pandangan, pengetahuan, kebijaksanaan, penembusan, dan pencerahan dalam diri Saya."

Ini merupakan pengakuan dari Begawan tentang bagaimana *katañāṇa* telah muncul melalui retrospeksi dari mencapai pengembangan *maggasacca* sampai pencapaian *arahattamagga.* Tiga *ñāṇa,* yaitu *saccañāṇa, kiccañāṇa,*

dan *katañāṇa* yang berkaitan dengan Empat Kebenaran Mulia telah sepenuhnya dijelaskan dalam dua belas cara, yaitu empat unsur dari tiga *ñāṇa.*

Untuk menyimpulkan dua belas cara ini:

1. Mengetahui Empat Kebenaran Mulia sebelum, sesudah, dan pada saat munculnya *magga,* adalah *saccañāṇa.*

Mengetahui bahwa ini adalah kebenaran yang dinamakan penderitaan; ini adalah kebenaran yang dinamakan asal mula penderitaan; ini adalah kebenaran yang dinamakan akhir; ini adalah kebenaran yang dinamakan Jalan yang menuntun ke lenyapnya penderitaan, adalah *saccañāṇa. Ñāṇa* ini juga muncul dalam pengembangan *magga.* Bagi para murid, *saccañāṇa* yang berkaitan dengan *nirodhasacca* dan *maggasacca* diperoleh sebelum *magga,* hanya dengan *sutamayā* (apa yang didengar).

Nirodhasacca dirasakan juga melalui realisasi pada saat munculnya *magga.* Tiga *magga* lainnya dirasakan pada saat munculnya *magga* dengan menyelesaikan tugas memahami, meninggalkan, dan mengembangkan secara menyeluruh dan benar, yaitu dengan menyelesaikan tiga fungsi (*tīsu kiccato*), seperti yang dinyatakan dalam kitab komentar. Bagaimana hal ini dirasakan setelah pencapaian *magga* sudah dijelaskan dalam pembahasan di atas.

2. Pengetahuan sebelumnya tentang apa yang seharusnya diketahui; apa yang seharusnya ditinggalkan; apa yang seharusnya direalisasi; dan apa yang seharusnya dikembangkan, adalah *kiccañāṇa.*

"*Dukkha* seharusnya dipahami dengan sepenuhnya dan benar; *samudaya* seharusnya ditinggalkan; *nirodha* seharusnya direalisasi; dan *magga* seharusnya dikembangkan dalam diri seseorang". Mengetahui bahwa hal-hal itu merupakan *kiccañāṇa* yang mengetahui apa yang seharusnya dilakukan berkaitan dengan Empat Kebenaran Mulia. *Ñāṇa* ini muncul sebelum meditasi *vipassanā* dimulai maupun ketika berlangsungnya latihan

vipassanā, sebelum munculnya *ariyamagga.*

3. Mengetahui bahwa fungsi penting telah dicapai adalah *katañāṇa.*

Dalam hal duniawi, ada pengetahuan tentang penyempurnaan ketika tugas yang harus dilakukan telah selesai. Sama halnya, ketika empat fungsi dari memahami; meninggalkan; merealisasi; dan mengembangkan telah dilakukan, kenyataan ini akan diketahui melalui retrospeksi. Ini dikenal sebagai *katañāṇa,* pengetahuan tentang penyempurnaan apa yang harus dilakukan.

Yang telah dijelaskan merupakan dua belas jenis *ñāṇa* yang terdiri dari empat jenis *saccañāṇa,* empat jenis *kiccañāṇa,* dan empat jenis *katañāṇa.* Dari kedua belas *ñāṇa* ini, sangatlah penting untuk mengetahui dengan jelas bagaimana *saccañāṇa* muncul dan empat fungsi yang harus dilakukan. Berikut penjelasan yang lebih rinci lagi tentang hal ini.

1. *Dukkhasacca* seharusnya dipahami dengan benar dan menyeluruh; pemahaman demikian dikenal sebagai *pariñña paṭivedha.*
2. *Samudayasacca* seharusnya ditinggalkan; pengabaian demikian dikenal sebagai *pahāna paṭivedha.*
3. *Nirodhasacca* seharusnya direalisasi; realisasi demikian dikenal sebagai *sacchikiriyā paṭivedha.*
4. *Maggasacca* seharusnya dikembangkan dalam diri seseorang; pengembangan demikian dikenal sebagai *bhāvanā paṭivedha.*

Pada saat munculnya *magga,* hanya *nirodhasacca* yang dirasakan melalui realisasi. Tiga kebenaran lainnya dirasakan melalui penyempurnaan dari tugas yang dikehendaki *pariñña paṭivedha, pahāna paṭivedha,* dan *bhāvanā paṭivedha* masing-masing. Oleh karena itu, kitab komentar menyatakan, 'Tiga kebenaran diketahui dengan penyempurnaan tugas dan *nirodha* melalui realisasi.'

5. Ketika *magga* melihat satu dari Empat Kebenaran Mulia.
6. Semua empat *paṭivedha* telah dicapai.

Sama seperti *ariyamagga,* pada saat melatih *vipassanā*, dengan mengamati *dukkhasacca* sebagai objek, tugas mengetahui tiga *sacca* lainnya juga akan terselesaikan. Inilah proses terjadinya hal tersebut. Objek indra yang dirasakan melalui meditasi sebagai perwujudan dari *anicca, dukkha, anatta* tidak dapat menimbulkan *taṇhā,* yang akan mencari kesenangan di dalamnya; di bawah delusi dari *nicca, sukkha, atta.* Ini adalah *tadaṅga pahāna paṭivedha* (pelenyapan *taṇhā* sementara).

Avijjā (delusi) yang akan keliru dan melihat objek yang diamati sebagai *nicca, sukha,* dan *atta,* maupun *saṅkhāra, viññāṇa,* dan lain-lain, tidak memiliki kesempatan untuk muncul dan akan berhenti. Ini merupakan realisasi melalui pelenyapan sementara (*tadaṅga nirodha*). *Vipassanā magga* yang merasakan segala sesuatu sebagai *anicca, dukkha, anatta* akan dikembangkan dalam setiap pengamatan. Ini merupakan *bhāvanā paṭivedha.* Dengan demikian, ketika melatih meditasi *vipassanā* dengan mengetahui *dukkhasacca* melalui perenungan, tiga kebenaran lainnya dirasakan bersamaan dengan penyelesaian tugas *pahāna, sacchikiriyā,* dan *bhāvanā paṭivedha.* Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa semua unsur dalam Empat Kebenaran Mulia dirasakan pada waktu yang bersamaan.

Kita telah sampai pada kesimpulan tentang dua belas cara merasakan Empat Kebenaran Mulia dalam empat unsur dari tiga *ñāṇa.* Khotbah hari ini telah selesai.

Semoga Anda semua yang hadir di sini dalam keadaan baik, dengan kebajikan memberikan perhatian penuh hormat kepada 'Khotbah Utama tentang Pemutaran Roda *Dhamma'*, Anda bisa memahami kebenaran yang dinamakan penderitaan (*dukkhasacca*), dan lain-lain, secara menyeluruh dan benar, dengan merenungkan fenomena dari mendengar, melihat, dan lain-lain, dan melalui Jalan dan Buah pengetahuan apa pun yang telah kalian pilih, bisa memperoleh realisasi *Nibbāna*, akhir dari semua penderitaan dengan segera.

Sādhu! *Sādhu*! *Sādhu*!

Bab Delapan

KHOTBAH UTAMA TENTANG PEMUTARAN RODA DHAMMA

DISAMPAIKAN PADA HARI BULAN PURNAMA
DI BULAN NHAUNG TAGU, 1324, TAHUN MYANMAR.

Dalam khotbah terakhir pada bulan purnama di hari Tabaung, kita telah membahas tentang dua belas jenis *ñāṇa, sacca*, dan *kata*, masing-masing tiga dari Empat Kebenaran Mulia. Pada hari ini, kita akan membahas peristiwa ketika Guru Agung Buddha tidak mengakui bahwa sepenuhnya telah mencapai pencerahan sempurna.

KETIKA BUDDHA TIDAK MENGAKUI PENCERAHAN

> *Yāvakīvañca me, bhikkhave, imesu catūsu ariyasaccesu evaṃ tiparivaṭṭaṃ dvādasākāraṃ yathābhūtaṃ ñāṇadassanaṃ na suvisuddhaṃ ahosi, neva tāvāhaṃ, bhikkhave, sadevake loke samārake sabrahmāke sassamaṇabrāhmaṇiyā pajāya sadevamanussāya 'anuttaraṃ sammāsambodhiṃ abhisambuddho'ti paccaññāsiṃ.*
>
> "Oh, para *bhikkhu*, selama pengetahuan Saya tentang realitas dan pandangan yang berkaitan dengan Empat Kebenaran Mulia dalam tiga

> aspek dan dua belas Jalan belum sepenuhnya jelas bagi Saya, selama itu juga Saya tidak akan mengakui kepada dunia, dewa, māra, dan brahmā, kepada kumpulan makhluk hidup dengan para petapa, brahmana, raja, dan orang-orang, bahwa Saya telah memahami, mencapai, dan merealisasi dengan benar, dengan usaha sendiri mencapai pencerahan sempurna yang tidak tertandingi dan paling unggul, dengan kata lain, tingkat ke-Buddha-an tertinggi yang tercerahkan dengan sempurna."

Sammāsambodhi merupakan *arahattamagga ñāṇa* yang hanya dicapai oleh para Buddha secara intuitif, dengan usaha sendiri tanpa bimbingan dari orang lain. Dengan *ñāṇa* ini, Buddha mengetahui segala sesuatu dengan benar dan sempurna karena hal ini muncul bersamaan dengan *sabbaññuta ñāṇa* yang mengetahui segalanya. Dengan demikian, *arahattamagga ñāṇa* yang hanya dimiliki para Buddha dikenal dengan *sammāsambodhi; sammā* artinya 'dengan benar', *sam* artinya 'dengan sendirinya', dan *bodhi* artinya 'pengetahuan', 'pengetahuan yang diketahui sendiri dengan benar'. *Arahattamagga ñāṇa* milik para *Paccekabuddha* dikenal sebagai *sambodhi,* pengetahuan yang diketahui dengan sendirinya, tanpa syarat adanya *sammā* (dengan benar). *Arahattamagga ñāṇa* dari para murid hanya dikenal sebagai *bodhi* (pengetahuan), pencerahan tanpa syarat *sammā* dan *sam.*

Arahattamagga ñāṇa yang telah muncul dalam diri para Buddha diketahui dengan usaha sendiri dan dengan benar. Hal ini disebut *sammāsambodhi. Arahattamagga ñāṇa* ini muncul bersamaan dengan *sabbaññuta ñāṇa* (yang mengetahui semua *Dhamma*). Setelah memperoleh kemampuan tersebut, tingkat ke-Buddha-an yang mengetahui semua *Dhamma* akan dicapai. Dengan demikian, *sammāsambodhi ñāṇa* ini dianggap sebagai pengetahuan untuk pencapaian tingkat ke-Buddha-an. Oleh karena itu, dalam bait di atas, Guru Agung Buddha telah mengatakan bahwa Beliau belum mengakui pencapaian *sammāsambodhi ñāṇa* yang akan menuntun ke tingkat 'ke-Buddha-an'.

Berapa lamakah Beliau menyembunyikan pengakuan tentang tingkat ke-Buddha-an ini? Dinyatakan bahwa Beliau menyembunyikannya selama pengetahuan tentang Empat Kebenaran Mulia dalam tiga aspek dari *sacca, kicca,* dan *katañāṇa* untuk masing-masing kebenaran, masih belum sepenuhnya jelas bagi Beliau. Untuk menetapkan suatu batas waktu yang pasti, ini berarti pengakuan tersebut disembunyikan sampai dini hari setelah bulan purnama pada bulan Kason (sekitar Mei-Juni), sesaat sebelum Beliau mencapai *arahattamagga.*

Dengan pernyataan tersebut hingga waktunya nanti, Begawan telah menjelaskan bahwa tidaklah mungkin bagi-Nya untuk mengakui tingkat ke-Buddha-an di masa awal latihannya, ketika Beliau masih terlibat dalam pertapaan yang ekstrem.

Dalam bait di atas, tiga aspek berarti *sacca, kicca,* dan *katañāṇa* untuk masing-masing dari Empat Kebenaran Mulia. Dengan 'dua belas Jalan' berarti total dari *ñāṇa* yang berkembang dari semua Empat Kebenaran Mulia, empat unsur dari tiga *ñāṇa* ini. *Arahattamagga ñāṇa* bersama dengan dua belas *ñāṇa* ini, yang muncul sebelum dan setelahnya merupakan *yathābhūta ñāṇa* (pengetahuan untuk melihat kenyataan sebagaimana adanya). Selama *yathābhūta ñāṇa* ini belum sepenuhnya jelas bagi Beliau, selama itu pula Begawan menyembunyikan pengakuan telah mencapai tingkat ke-Buddha-an, pencerahan sempurna, *sammāsambodhi.*

Untuk pertanyaan 'Di antara siapakah pengakuan ini disembunyikan?', hal ini mungkin dijawab, 'Di dunia ini.' Di dunia ini, ada para dewa yang berkuasa dengan kecerdasan tinggi; ada juga para māra yang bertentangan dengan ajaran; juga ada para brahmā, yang lebih berkuasa dan lebih cerdas dari para dewa dan māra. Jika pencapaian ke-Buddha-an telah dinyatakan sebelum pengetahuan tentang Empat Kebenaran Mulia menjadi sepenuhnya jelas untuk Begawan, akan sulit bagi Beliau untuk memberikan balasan dan jawaban yang memuaskan pada pertanyaan, penyelidikan, perselisihan yang mungkin diajukan oleh para dewa, māra, dan brahmā.

Mengesampingkan para dewa, māra, dan brahmā yang tidak berhubungan dekat dengan manusia; di alam manusia, di permukaan bumi, terdapat para petapa yang dikenal sebagai *samaṇa* dan *brāhmaṇa.* Ada juga para raja yang dianggap sebagai dewa, serta orang awam. Hal ini akan menyulitkan juga untuk menjawab penyelidikan, investigasi, dan pertanyaan yang mungkin diajukan oleh mereka.

Pada zaman itu juga ada pemimpin sekte agama, seperti Pūraṇa Kassapa, yang mengakui mengetahui semua tentang masa lalu, masa sekarang, dan masa depan. Ketika orang terpelajar, petapa, dan orang awam mulai memeriksa pengakuan mereka; para pemimpin agama ini terbukti tidak dapat mempertahankan pengakuan mereka. Jika Guru Agung Buddha menyatakan tingkat ke-Buddha-an sebelum pencapaian *sammāsambodhi ñāṇa,* Beliau mungkin juga akan menghadapi keadaan sulit yang sama.

Pada suatu waktu, Buddha bahkan ditantang oleh Raja Pasenadi Kosala yang mengambil keuntungan dari posisinya sebagai raja. Baginda mencoba untuk menundukkan Buddha dengan menguji-Nya. "Oh Gotama, apakah Kamu juga mengakui telah memahami, mencapai, merealisasi pencerahan sempurna yang tidak tertandingi?" Pada zaman itu, pemimpin kelompok petapa seperti Pūraṇa Kassapa, dan lain-lain, terbiasa membuat pernyataan tentang tingkat ke-Buddha-an mereka kepada orang awam.

Namun, ketika diuji oleh Raja Pasenadi Kosala, mereka pun goyah. "Bahkan, ketika pemimpin sekte agama yang lebih tua bimbang dalam mengakui tingkat ke-Buddha-an. Kamu, oh Gotama, yang jauh lebih muda dan kurang pengalaman dalam kehidupan religius, apakah Kamu benar-benar mengakui bahwa Kamu telah menjadi seorang Buddha?" Raja bersikeras dan mengulangi pertanyaannya.

Guru Agung Buddha Gotama, sebagaimana adanya, adalah seorang Buddha sejati, mampu memberikan jawaban yang memuaskan untuk raja. Setelah sepenuhnya yakin dengan pencapaian tertinggi Buddha Gotama, Raja Pasenadi Kosala sejak saat itu berlindung kepada Buddha, *Dhamma,* dan *Saṅgha* serta menjadi murid Buddha. Mengetahui bahwa ada orang-orang

yang mungkin memeriksa dan menyelidiki-Nya, Beliau berkata, "Saya belum menyatakan kepada dunia, kepada para dewa, māra, dan brahmā serta kepada kumpulan manusia dengan petapa dan brahmāṇa, raja dan orang-orang bahwa Saya telah mencapai tingkat ke-Buddha-an."

Dengan pernyataan ini Buddha memberitahukan, selama Beliau belum menjadi seorang Buddha sejati, Begawan tidak akan mengakui ke-Buddha-an. Oleh karena itu, Beliau tidak mengakui. Namun, ketika waktunya telah tiba untuk menyatakan tingkat ke-Buddha-an, Beliau pun menyatakannya dan inilah pernyataan Beliau.

PENGAKUAN TENTANG TINGKAT KE-BUDDHA-AN

Yato ca kho me, bhikkhave, imesu catūsu ariyasaccesu evaṃ tiparivaṭṭaṃ dvādasākāraṃ yathābhūtaṃ ñāṇadassanaṃ suvisuddhaṃ ahosi, athāhaṃ, bhikkhave, sadevake loke samārake sabrahmāke sassamaṇabrāhmaṇiyā pajāya sadevamanussāya 'anuttaraṃ sammāsambodhiṃ abhisambuddho'ti paccaññāsiṃ.

"Para *bhikkhu*, tetapi ketika pengetahuan Saya tentang realitas dan pandangan terang mengenai Empat Kebenaran Mulia dalam tiga hal dan dua belas Jalan menjadi sepenuhnya jelas bagi Saya, Saya menyatakan kepada dunia dengan para dewa, māra, dan brahmā; kepada kumpulan makhluk dengan para petapa, brahmāṇa, raja, dan orang-orang bahwa Saya telah memahami, mencapai, dan merealisasi dengan usaha sendiri, pencerahan sempurna tertinggi yang tiada tandingan, dengan kata lain, tingkat ke-Buddha-an terunggul yang tercerahkan sempurna."

Ketika Beliau menyatakan bait di atas bahwa hanya ketika *yathābhūta ñāṇa* (pengetahuan untuk melihat kenyataan sebagaimana adanya) Beliau

telah sepenuhnya jelas dalam dua belas Jalan yang berasal dari tiga *ñāṇa* dari *sacca, kicca,* dan *kata,* yang berkaitan dengan masing-masing dari Empat Kebenaran Mulia, maka Beliau mengakui pencapaian dan realisasi dari pencerahan sempurna tertinggi, tiada banding, tingkat ke-Buddha-an terunggul yang tercerahkan dengan sempurna.

Pernyataan ini tidak hanya dibuat di wilayah itu, bagian tertentu dari dunia, tetapi di seluruh alam semesta, di hadapan para dewa yang berkuasa dengan kecerdasan tinggi, dengan para māra yang memusuhi Ajaran yang benar, dan dengan para brahmā yang lebih berkuasa dan lebih cerdas. Hal itu dinyatakan juga untuk seluruh alam manusia, dengan para petapa terpelajar dan brahmana, dengan para raja dan semua makhluk.

Pernyataan ini merupakan sebuah undangan terbuka untuk para dewa, māra, atau brahmā yang masih ragu, atau para petapa, brahmana, raja, atau umat awam bijaksana yang masih ragu untuk menyelidiki, meneliti pengakuan Beliau dan sebagai sebuah jaminan untuk memberikan jawaban memuaskan bagi semua pertanyaan pencarian. Ini jelas merupakan sebuah pernyataan yang berani, serius, tidak dibuat dengan terburu-buru atau dengan impulsif tanpa verifikasi yang sah. Hanya setelah Beliau meneliti dan meyakini diri sendiri melalui retrospeksi bahwa Beliau benar-benar telah mencapai tingkat ke-Buddha-an.

PERNYATAAN KESIMPULAN

Ñāṇañca pana me dassanaṃ udapādi: 'akuppā me vimutti, ayamantimā jāti, natthi dāni punabbhavo'"ti.

"Sesungguhnya, pengetahuan dan pandangan terang muncul dalam diri Saya; pembebasan Saya bersifat hakiki, kebebasan Saya dari kotoran batin dicapai dengan cara *arahattamagga* dan *phala,* tidak hanya *vikkhambhana,* menjauhkan diri dari *kilesa* dengan *rūpa jhāna*

dan *arūpa jhāna.* Itu adalah pelenyapan *kilesa* yang tanpa sisa, tanpa akar, sebuah pembebasan yang menimbulkan ketenangan sepenuhnya. (Oleh karena itu, Beliau mengetahui dengan refleksi bahwa pembebasannya hakiki, tidak bisa dihancurkan.) Ini merupakan kehidupan terakhir; sekarang tidak ada lagi kelahiran kembali bagi-Ku. Oh, para *bhikkhu*, pengetahuan dan pandangan terang demikian telah muncul dalam diri Saya", Beliau menyimpulkan.

Dalam pernyataan kesimpulan ini, kata-kata "Pembebasan Saya bersifat hakiki" berarti pembebasan Beliau tidak seperti yang dicapai dengan jasa kebajikan dari *rūpa jhāna* dan *arūpa jhāna* yang bisa dihancurkan lagi. Seseorang yang telah mencapai tingkat *rūpa jhāna* dan *arūpa jhāna* sudah terbebas dari *kilesa* seperti *kāmacchanda* (keinginan sensual), *byāpāda* (kemauan jahat), dan lain-lain. *Kilesa* ini tetap tenang, mengendap dalam dirinya. Namun, ketika pencapaian *jhāna*-nya merosot, keinginan sensual, kemauan jahat, dan lain-lain, akan muncul lagi. *Jhāna* ini hanya menyingkirkan *kilesa* sementara (*vikkhambhana).*

Pembebasan yang dimenangkan oleh Buddha merupakan *samuccheda vimutti,* yang menyingkirkan *kilesa* sepenuhnya tanpa sisa dan *paṭippassaddhi vimutti,* yang sekali lagi menenangkan dan meredakan potensi dari kotoran batin ini. *Samuccheda vimutti* merupakan pembebasan dengan *arahattamagga ñāṇa,* yang melenyapkan tanpa sisa semua *kilesa,* sedangkan *paṭippassaddhi vimutti* merupakan pembebasan dengan cara *arahattaphala ñāṇa,* yang sekali lagi menenangkan potensi semua *kilesa.* Pembebasan ini tetap kukuh dan tidak dapat dihancurkan. Dengan demikian, Begawan menyatakan, "Pembebasan Saya bersifat hakiki".

Setelah melenyapkan *taṇhā* (dengan kata lain disebut *samudayasacca*), dengan cara *arahattamagga,* Begawan terbebas dari *taṇhā* yang bisa menimbulkan kelahiran kembali. Bagi mereka yang masih dicengkeram oleh *taṇhā,* setelah meninggal dari satu kehidupan, mereka

akan terlahir kembali ke yang berikutnya, mencengkeram pada objek, salah satu pertanda (*kamma, kamma nimitta, gati nimitta*) yang muncul dalam diri mereka menjelang kematian. Akan selalu ada kelahiran kembali, sebuah kehidupan baru, untuk mereka yang masih belum meniadakan *taṇhā.*

Bodhisatta juga telah melalui banyak lingkaran kelahiran kembali dalam kehidupan yang berturut-turut. Dengan demikian, pada awal ke-Buddha-an, Begawan telah mengatakan, "Mencari dengan sia-sia – pembuat rumah *taṇhā* telah berulang kali membangun dan mendirikan rumah dari kehidupan baru ini, *khandha*, karena Saya tidak dilengkapi dengan pandangan benar dari *arahattamagga ñāṇa* (*anekajātisaṃsāraṃ sandhāvissaṃ*) – Saya telah melalui banyak siklus kelahiran kembali, lingkaran kehidupan. Sekarang, dengan pencapaian *sabbaññuta ñāṇa* bersamaan dengan *arahatta ñāṇa*, Saya telah menemukanmu. Oh, sang pembuat, *taṇhā*, kamu tidak akan pernah membangun rumah ini lagi, wahai, *khandha*".

Dengan cara ini, Buddha telah menceritakan peristiwa dari retrospeksi-Nya. Meskipun kehidupan baru tidak mungkin lagi bagi Begawan karena ketiadaan *taṇhā,* Beliau masih harus menjalani kehidupan sekarang yang telah dibawa oleh *taṇhā* sebelumnya. Dengan retrospeksi pandangan terang, Beliau berkata, "Ini adalah kehidupan-Ku yang terakhir. Sekarang tidak ada lagi kelahiran kembali bagi-Ku". Ini merupakan kata-kata kesimpulan dari *Dhammacakkappavattana Sutta*.

HAL-HAL UNTUK DIJADIKAN PERTIMBANGAN

Pembelajaran saksama tentang *Dhammacakkappavattana Sutta* dimulai dari kata-kata '*Dveme, bhikkhave, antā pabbajitena na sevitabbā'* dan diakhiri dengan kata-kata '*ayamantimā jāti, natthi dāni punabbhavo'ti'*, mengungkapkan bahwa hal itu berhubungan dengan Jalan yang dilalui oleh Begawan, *Dhamma* yang telah Beliau temukan, dan bagaimana Beliau

yang mungkin memeriksa dan menyelidiki-Nya, Beliau berkata, "Saya belum menyatakan kepada dunia, kepada para dewa, māra, dan brahmā serta kepada kumpulan manusia dengan petapa dan brahmāṇa, raja dan orang-orang bahwa Saya telah mencapai tingkat ke-Buddha-an."

Dengan pernyataan ini Buddha memberitahukan, selama Beliau belum menjadi seorang Buddha sejati, Begawan tidak akan mengakui ke-Buddha-an. Oleh karena itu, Beliau tidak mengakui. Namun, ketika waktunya telah tiba untuk menyatakan tingkat ke-Buddha-an, Beliau pun menyatakannya dan inilah pernyataan Beliau.

PENGAKUAN TENTANG TINGKAT KE-BUDDHA-AN

Yato ca kho me, bhikkhave, imesu catūsu ariyasaccesu evaṃ tiparivaṭṭaṃ dvādasākāraṃ yathābhūtaṃ ñāṇadassanaṃ suvisuddhaṃ ahosi, athāhaṃ, bhikkhave, sadevake loke samārake sabrahmāke sassamaṇabrāhmaṇiyā pajāya sadevamanussāya 'anuttaraṃ sammāsambodhiṃ abhisambuddho'ti paccaññāsiṃ.

"Para *bhikkhu*, tetapi ketika pengetahuan Saya tentang realitas dan pandangan terang mengenai Empat Kebenaran Mulia dalam tiga hal dan dua belas Jalan menjadi sepenuhnya jelas bagi Saya, Saya menyatakan kepada dunia dengan para dewa, māra, dan brahmā; kepada kumpulan makhluk dengan para petapa, brahmāṇa, raja, dan orang-orang bahwa Saya telah memahami, mencapai, dan merealisasi dengan usaha sendiri, pencerahan sempurna tertinggi yang tiada tandingan, dengan kata lain, tingkat ke-Buddha-an terunggul yang tercerahkan sempurna."

Ketika Beliau menyatakan bait di atas bahwa hanya ketika *yathābhūta ñāṇa* (pengetahuan untuk melihat kenyataan sebagaimana adanya) Beliau

telah sepenuhnya jelas dalam dua belas Jalan yang berasal dari tiga *ñāṇa* dari *sacca, kicca,* dan *kata,* yang berkaitan dengan masing-masing dari Empat Kebenaran Mulia, maka Beliau mengakui pencapaian dan realisasi dari pencerahan sempurna tertinggi, tiada banding, tingkat ke-Buddha-an terunggul yang tercerahkan dengan sempurna.

Pernyataan ini tidak hanya dibuat di wilayah itu, bagian tertentu dari dunia, tetapi di seluruh alam semesta, di hadapan para dewa yang berkuasa dengan kecerdasan tinggi, dengan para māra yang memusuhi Ajaran yang benar, dan dengan para brahmā yang lebih berkuasa dan lebih cerdas. Hal itu dinyatakan juga untuk seluruh alam manusia, dengan para petapa terpelajar dan brahmana, dengan para raja dan semua makhluk.

Pernyataan ini merupakan sebuah undangan terbuka untuk para dewa, māra, atau brahmā yang masih ragu, atau para petapa, brahmana, raja, atau umat awam bijaksana yang masih ragu untuk menyelidiki, meneliti pengakuan Beliau dan sebagai sebuah jaminan untuk memberikan jawaban memuaskan bagi semua pertanyaan pencarian. Ini jelas merupakan sebuah pernyataan yang berani, serius, tidak dibuat dengan terburu-buru atau dengan impulsif tanpa verifikasi yang sah. Hanya setelah Beliau meneliti dan meyakini diri sendiri melalui retrospeksi bahwa Beliau benar-benar telah mencapai tingkat ke-Buddha-an.

PERNYATAAN KESIMPULAN

Ñāṇañca pana me dassanaṃ udapādi: 'akuppā me vimutti, ayamantimā jāti, natthi dāni punabbhavo'"ti.

"Sesungguhnya, pengetahuan dan pandangan terang muncul dalam diri Saya; pembebasan Saya bersifat hakiki, kebebasan Saya dari kotoran batin dicapai dengan cara *arahattamagga* dan *phala,* tidak hanya *vikkhambhana,* menjauhkan diri dari *kilesa* dengan *rūpa jhāna*

dan *arūpa jhāna.* Itu adalah pelenyapan *kilesa* yang tanpa sisa, tanpa akar, sebuah pembebasan yang menimbulkan ketenangan sepenuhnya. (Oleh karena itu, Beliau mengetahui dengan refleksi bahwa pembebasannya hakiki, tidak bisa dihancurkan.) Ini merupakan kehidupan terakhir; sekarang tidak ada lagi kelahiran kembali bagi-Ku. Oh, para *bhikkhu*, pengetahuan dan pandangan terang demikian telah muncul dalam diri Saya", Beliau menyimpulkan.

Dalam pernyataan kesimpulan ini, kata-kata "Pembebasan Saya bersifat hakiki" berarti pembebasan Beliau tidak seperti yang dicapai dengan jasa kebajikan dari *rūpa jhāna* dan *arūpa jhāna* yang bisa dihancurkan lagi. Seseorang yang telah mencapai tingkat *rūpa jhāna* dan *arūpa jhāna* sudah terbebas dari *kilesa* seperti *kāmacchanda* (keinginan sensual), *byāpāda* (kemauan jahat), dan lain-lain. *Kilesa* ini tetap tenang, mengendap dalam dirinya. Namun, ketika pencapaian *jhāna*-nya merosot, keinginan sensual, kemauan jahat, dan lain-lain, akan muncul lagi. *Jhāna* ini hanya menyingkirkan *kilesa* sementara (*vikkhambhana).*

Pembebasan yang dimenangkan oleh Buddha merupakan *samuccheda vimutti*, yang menyingkirkan *kilesa* sepenuhnya tanpa sisa dan *paṭippassaddhi vimutti*, yang sekali lagi menenangkan dan meredakan potensi dari kotoran batin ini. *Samuccheda vimutti* merupakan pembebasan dengan *arahattamagga ñāṇa,* yang melenyapkan tanpa sisa semua *kilesa,* sedangkan *paṭippassaddhi vimutti* merupakan pembebasan dengan cara *arahattaphala ñāṇa,* yang sekali lagi menenangkan potensi semua *kilesa.* Pembebasan ini tetap kukuh dan tidak dapat dihancurkan. Dengan demikian, Begawan menyatakan, "Pembebasan Saya bersifat hakiki".

Setelah melenyapkan *taṇhā* (dengan kata lain disebut *samudayasacca*), dengan cara *arahattamagga,* Begawan terbebas dari *taṇhā* yang bisa menimbulkan kelahiran kembali. Bagi mereka yang masih dicengkeram oleh *taṇhā,* setelah meninggal dari satu kehidupan, mereka

akan terlahir kembali ke yang berikutnya, mencengkeram pada objek, salah satu pertanda (*kamma, kamma nimitta, gati nimitta*) yang muncul dalam diri mereka menjelang kematian. Akan selalu ada kelahiran kembali, sebuah kehidupan baru, untuk mereka yang masih belum meniadakan *taṇhā.*

Bodhisatta juga telah melalui banyak lingkaran kelahiran kembali dalam kehidupan yang berturut-turut. Dengan demikian, pada awal ke-Buddha-an, Begawan telah mengatakan, "Mencari dengan sia-sia – pembuat rumah *taṇhā* telah berulang kali membangun dan mendirikan rumah dari kehidupan baru ini, *khandha*, karena Saya tidak dilengkapi dengan pandangan benar dari *arahattamagga ñāṇa* (*anekajātisaṃsāraṃ sandhāvissaṃ*) – Saya telah melalui banyak siklus kelahiran kembali, lingkaran kehidupan. Sekarang, dengan pencapaian *sabbaññuta ñāṇa* bersamaan dengan *arahatta ñāṇa*, Saya telah menemukanmu. Oh, sang pembuat, *taṇhā*, kamu tidak akan pernah membangun rumah ini lagi, wahai, *khandha*".

Dengan cara ini, Buddha telah menceritakan peristiwa dari retrospeksi-Nya. Meskipun kehidupan baru tidak mungkin lagi bagi Begawan karena ketiadaan *taṇhā,* Beliau masih harus menjalani kehidupan sekarang yang telah dibawa oleh *taṇhā* sebelumnya. Dengan retrospeksi pandangan terang, Beliau berkata, "Ini adalah kehidupan-Ku yang terakhir. Sekarang tidak ada lagi kelahiran kembali bagi-Ku". Ini merupakan kata-kata kesimpulan dari *Dhammacakkappavattana Sutta*.

HAL-HAL UNTUK DIJADIKAN PERTIMBANGAN

Pembelajaran saksama tentang *Dhammacakkappavattana Sutta* dimulai dari kata-kata '*Dveme, bhikkhave, antā pabbajitena na sevitabbā'* dan diakhiri dengan kata-kata '*ayamantimā jāti, natthi dāni punabbhavo'ti'*, mengungkapkan bahwa hal itu berhubungan dengan Jalan yang dilalui oleh Begawan, *Dhamma* yang telah Beliau temukan, dan bagaimana Beliau

menemukan mereka. Sedikit detail dari penjelasan Jalan tersebut, hanya sedikit singgungan yang ditemukan berkaitan dengan hal itu; hanya kalimat pembuka, "Tidak seharusnya terlibat dalam dua hal ekstrem" yang menyampaikan beberapa jenis petunjuk praktis untuk diikuti. Oleh karena itu, hal tersebut merupakan suatu hal untuk dipertimbangkan; bagaimana murid-murid terdahulu mencapai pengetahuan yang lebih tinggi tentang Jalan dan Buah pengetahuan, dengan metode praktis dan cara yang mana mereka mencapai tujuan. Hal tersebut akan kita bahas sekarang.

PENGETAHUAN YANG LEBIH TINGGI UNTUK PARA PENDENGAR *DHAMMA*

Dalam khotbah-khotbah yang diajarkan oleh Buddha, meskipun tidak ada petunjuk yang secara langsung mengatakan, "Berlatihlah dengan cara ini; ingatlah cara ini", hal ini dapat dianggap bahwa mereka mengandung nasihat dan bimbingan, seperti apa yang harus diikuti dan apa yang harus dihindari. Menurut para *ariya* terdahulu, "Setiap kata dari Buddha mengandung sebuah perintah". Sebagai contoh:

Asevanā ca bālānaṃ, paṇḍitānañca sevanā;
Pūjā ca pūjaneyyānaṃ, etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

Bait dalam *Maṅgala Sutta* di atas hanya memberikan pernyataan dari tiga berkah, yaitu "Tidak bergaul dengan orang-orang dungu, bergaul dengan para bijaksana, menghormati yang patut dihormat, inilah berkah utama". Dalam bait ini, tidak ada nasihat yang mengatakan dengan siapa seharusnya seseorang tidak bergaul, bergaul, atau menghormat. Namun, hal ini seharusnya dianggap sebagai sebuah nasihat. Sama halnya, kita tidak menemukan nasihat atau perintah langsung apa pun dalam *Dhammacakkappavattana Sutta*. Begawan hanya mengatakannya dengan sederhana, "Dengan menghindari dua praktik ekstrem, Saya telah menemukan Jalan Tengah". Hal ini seharusnya dianggap mengandung arti,

"Seperti Saya, kamu juga semestinya menghindari dua hal ekstrem dan mengikuti praktik dari Jalan Tengah."

Dalam pernyataan, "Jalan Tengah menuntun ke pandangan terang, dan lain-lain", harus dianggap mengisyaratkan, "Jika kamu mengembangkan Jalan Tengah, pandangan terang akan muncul dalam dirimu juga; pengetahuan lebih tinggi akan datang kepadamu, kamu akan memperoleh manfaat hingga merealisasi *Nibbāna*". Pemberian pernyataan tentang Jalan Mulia Berunsur Delapan seharusnya dianggap sebagai pemberian petunjuk untuk pelaksanaan Jalan *sīla, samādhi,* dan *magga.*

Kemudian, definisi dari *dukkhasacca* harus dianggap sebagai petunjuk untuk berusaha memahami *dukkhasacca* secara menyeluruh. Sama halnya, harus dipahami bahwa apa yang diajarkan sebagai *samudayasacca* merupakan petunjuk untuk melenyapkannya; begitu juga dengan petunjuk *nirodhasacca* dan *maggasacca,* untuk mengembangkan *maggasacca* itu sendiri dan merealisasi *nirodhasacca.*

Setelah itu, ajaran dari empat *saccañāṇa* harus dianggap sebagai sebuah nasihat untuk berjuang demi mencapai empat *saccañāṇa* yang berkaitan dengan Empat Kebenaran Mulia. Ketika Begawan mengajarkan empat *kiccañāṇa,* ini merupakan petunjuk untuk memahami kebenaran yang dinamakan penderitaan dengan merenungi fenomena dari *anicca,* dan lain-lain. Ini sudah sangat jelas.

Ketika Beliau menjelaskannya sebagai *Dhamma* yang harus dipahami sepenuhnya dan dengan benar, itu berarti usaha seharusnya dilakukan untuk mencapai pemahaman tentang *dukkhasacca* dengan sepenuhnya dan dengan benar. Sebelumnya, telah dijelaskan bahwa *dukkhasacca* terdiri dari *jāti,* dan lain-lain, hingga *upādānakkhandha* yang muncul dalam diri seseorang ketika sedang melihat, mendengar, dan lain-lain. Dengan demikian, bisa dipahami bahwa itu berarti perenungan tentang sifat dari *anicca* dengan mengamati setiap kejadian dari melihat, mendengar, dan lain-lain.

"*Maggasacca* merupakan Jalan untuk dikembangkan", ini berarti pengembangan dengan mengamati setiap fenomena melihat, mendengar, dan lain-lain. Sama halnya, "*samudaya* harus dilenyapkan", berarti nafsu keinginan harus dihilangkan dengan merenungkan kebenaran yang dinamakan penderitaan. "*Nirodhasacca* seharusnya direalisasi'', berarti setelah memahami sepenuhnya kebenaran yang dinamakan penderitaan, melalui perenungan dan pengembangan *vipassanā magga,* akhirnya *nirodhasacca* akan terealisasi.

Ketika Buddha memberitahu lima petapa tentang bagaimana Beliau mengetahui apa yang seharusnya diketahui dengan mengembangkan Jalan Tengah, pendengar-Nya dapat memahami bahwa mereka juga akan mengetahui apa yang seharusnya diketahui dengan mengembangkan Jalan Tengah. Bagaikan seseorang menceritakan kembali bagaimana dia sembuh dari penyakit yang dia derita dengan memakan obat efektif tertentu. Orang dengan penyakit yang sama akan menyadari bahwa mereka juga bisa menyembuhkan penyakitnya dengan obat yang sama.

Para pendengar Buddha pada waktu itu terdiri dari orang-orang yang telah memiliki *pāramī* untuk mencapai pengetahuan yang lebih tinggi dengan mendengarkan khotbah pertama Buddha. Mereka berada dalam kondisi yang mendukung untuk memahami apa yang Beliau maksud. Oleh karena itu, bisa dikatakan mereka merenungkan kebenaran yang dinamakan penderitaan pada momen kejadian, mengembangkan *vipassanā ñāṇa* dalam tahap yang berurutan, dan akhirnya merealisasi *Nibbāna* dengan Jalan Empat *Ariyamagga.*

Tidak perlu diragukan lagi, orang-orang baik yang menjadi pendengar ini, dengan merenungkan kebenaran yang dinamakan penderitaan, dengan mengamati fenomena dari muncul dan lenyapnya, dapat menyadari Empat Kebenaran Mulia yang seharusnya diketahui, dan merealisasi pengetahuan lebih tinggi tentang Jalan dan Buah *ariya.*

Memahami khotbah dengan cara yang telah dijelaskan, salah satu pendengar khotbah pertama dari Begawan, Yang Mulia Koṇḍañña, mengamati semua fenomena dari mendengar; mengetahui; perasaan dan

menyenangkan; merasa gembira; menyentuh; melihat yang muncul dalam dirinya pada saat kemunculannya, mengembangkan *vipassanā magga,* dan merealisasi Jalan dan Buah *sotāpatti.* Bagaimana beliau merealisasinya akan menjadi pokok diskusi kita nanti.

Delapan belas *core* (1 *core* = 10 juta) brahmā juga mencapai realisasi yang sama. Sesuai dengan naskah Milinda Pāḷi, dewa *kāmāvacara* yang tidak terhitung jumlahnya juga bermeditasi dengan cara yang sama dan mencapai pengetahuan yang lebih tinggi tentang Jalan dan Buah *ariya.* Karena semua makhluk yang telah berkembang dengan cukup untuk menerima *Dhamma* telah mencapai pengetahuan yang lebih tinggi dan karena Begawan telah membahas semua *Dhamma* yang seharusnya Beliau ajarkan, Begawan menyimpulkan khotbah-Nya dengan kutipan di atas. Deklamator pada Sidang *Saṅgha* Pertama telah mencatat penjelasan dari akhir khotbah dan bagaimana kelompok lima *bhikkhu* merasa bahagia dengan khotbah itu tertulis dalam kata-kata ini.

CATATAN TENTANG *SAṄGHĀYANĀ*, SIDANG *SAṄGHA* PERTAMA

Idamavoca bhagavā. Attamanā pañcavaggiyā bhikkhū bhagavato bhāsitaṃ abhinandunti.

Demikianlah Begawan berkata, dimulai dari '*dveme, bhikkhave, antā pabbajitena na sevitabbā'* dan berakhir dengan *'natthi dāni punabbhavo'ti,* dan kelompok lima *bhikkhu* merasa sangat bahagia, menyambut kata-kata dari Begawan dengan penuh kegembiraan.

Kemudian, para *thera* dari Sidang *Saṅgha* Pertama juga mencatat bagaimana Yang Mulia Koṇḍañña mencapai pengetahuan yang lebih tinggi.

Imasmiñca pana veyyākaraṇasmiṃ bhaññamāne āyasmato koṇḍañña virajaṃ vītamalaṃ dhammacakkhuṃ udapādi: "yaṃ kiñci samudayadhammaṃ sabbaṃ taṃ nirodhadhamman"ti.

"Itu layak untuk diamati dengan cermat bahwa ketika khotbah ini sedang diuraikan atau telah diuraikan, mata *Dhamma* yang bebas dari kotoran, tidak tercela ini, dengan kata lain *sotāpatti maggañāṇa* muncul dalam diri Yang Mulia Koṇḍañña. Segala sesuatu yang bersifat muncul pasti memiliki sifat lenyap."

Secara singkat, catatan ini menyatakan bahwa Yang Mulia Koṇḍañña menjadi seorang *sotāpanna* dengan pencapaian Jalan dan Buah *sotāpatti.* Kapankah hal itu terjadi? Beliau mencapainya ketika Begawan sedang 'menguraikan khotbah'. Ini merupakan terjemahan yang tepat dari bentuk tata bahasa seperti yang diceritakan dalam naskah, yaitu, *bhaññamāne, bhaṇiyamāne.* Subkomentar Sāratthadīpanī menggunakan kata yang sama, tetapi kitab komentar *Paṭisambhidāmagga* lebih condong menggunakan bentuk kata yang telah disempurnakan, bentuk kata masa lalu mendekati bentuk kata masa sekarang, *bhaṇite,* berarti 'setelah diuraikan'. Kita juga mengartikannya dengan 'telah diuraikan'.

BAGAIMANA YANG MULIA KOṆḌAÑÑA MENCAPAI PENGETAHUAN YANG LEBIH TINGGI KETIKA SEDANG MENDENGARKAN KHOTBAH

Yang Mulia Koṇḍañña mungkin telah mengembangkan Jalan Mulia Berunsur Delapan dan mencapai *ariyamagga* dan *phala* ketika Begawan sedang menguraikan Jalan Tengah, saat khotbah masih berlangsung. Ketika beliau juga mendengar tentang Empat Kebenaran Mulia, beliau mungkin telah merenungkannya, mengetahui apa yang seharusnya diketahui, dan mencapai pengetahuan yang lebih tinggi dari *magga* dan *phala.* Khususnya,

ketika beliau mendengar bahwa kebenaran yang dinamakan penderitaan seharusnya dipahami dengan sepenuhnya dan *magga* seharusnya dikembangkan, sangat memungkinkan bahwa beliau telah merenungkan kebenaran yang dinamakan penderitaan (*upādānakkhandha*) dan dengan mengembangkan *vipassanā magga,* mencapai pengetahuan yang lebih tinggi tentang Jalan dan Buah pengetahuan *sotāpatti.*

Untuk perenungan yang dinamakan penderitaan, dengan mengamati suara *Dhamma* pada saat mendengarkan khotbah Buddha, Yang Mulia Koṇḍañña telah mengetahui realitas sebagaimana adanya dan sifat dari *anicca, dukkha,* dan *anatta,* serta dengan Jalan ini mengembangkan Jalan Mulia Berunsur Delapan. Ketika apresiasi mendalam terhadap makna dari khotbah muncul, hal ini mungkin dapat direnungkan. Apresiasi penuh ketaatan terhadap *Dhamma* dan suara yang disampaikan mungkin dapat diamati juga saat hal itu terjadi. Kegembiraan yang muncul setelah apresiasi, sensasi kegembiraan (*pīti*) yang menyertainya juga dapat direnungkan.

Disebutkan dalam naskah Pāḷi bahwa pada saat batin sedang merasa tepat dan siap; halus dan lembut; bebas dari halangan; berbesar hati dan bergembira; penuh keyakinan dan kesetiaan; kemudian mendengarkan khotbah tentang Empat Kebenaran Mulia, banyak yang telah mencapai pengetahuan yang lebih tinggi dengan memenuhi kondisi-kondisi tersebut. Jalan Mulia Berunsur Delapan juga bisa dikembangkan dengan mengamati apa yang sedang terjadi dalam tubuh, sensasi penderitaan atau kesenangan yang dirasakan oleh tubuh, dan dengan merenungkan penghormatan yang tulus kepada Guru Agung Buddha.

Melihat, mendengar, dan lain-lain, yang disebutkan di atas berkaitan dengan *nāma* dan *rūpa* yang sedang muncul, bukan hanya *paññatti,* istilah atau sebutan semata. Mereka merupakan *paramattha dhamma* (kebenaran atau realitas yang hakiki) yang sebenarnya ada, yang sebenarnya terjadi. *Upādānakkhandha* merupakan kebenaran. *Dukkhasacca* yang seharusnya dipahami sepenuhnya juga merupakan sebuah realitas atau kebenaran, *paramattha dhamma.*

Sesuai dengan *Dhamma, dukkhasacca* seharusnya dipahami sepenuhnya, ketika setiap fenomena diamati, *dukkhasacca* akan dipahami sepenuhnya melalui pemahaman sifat dari *anicca, dukkha,* dan *anatta.* Pada setiap kesempatan memahami dengan jalan ini, nafsu keinginan yang mungkin muncul karena pikiran dari *nicca, sukha,* dan *atta,* dapat dihilangkan dan tidak memiliki kesempatan untuk muncul. Dengan demikian, ini merupakan pelenyapan sementara *samudaya.*

Delusi atau ketidaktahuan yang berkaitan dengan objek yang direnungkan, bersama dengan *kilesa, kamma,* dan *vipāka* yang mungkin muncul bersamaan dengannya, hilang dan berakhir juga dalam setiap pengamatan. Ini merupakan pelenyapan sementara yang dicapai dalam setiap pengamatan sebagai hasil kebaikan telah mencapainya. Tentunya, *vipassanā magga* ikut dikembangkan pada setiap momen pengamatan. Dengan Jalan ini, dengan mengamati yang terlihat, terdengar, dan lain-lain, Yang Mulia Koṇḍañña mengembangkan *vipassanā* dan mengetahui Empat Kebenaran Mulia sebagaimana adanya. Beliau juga mencapai Jalan dan Buah pengetahuan *sotāpanna* ketika sedang mendengarkan khotbah tentang *Dhammacakka*. Dengan kata lain, beliau menjadi seorang *sotāpanna* dengan merealisasi *sotāpatti magga* dan *phala* tepat di akhir khotbah.

BAGAIMANA *MAGGAÑĀṆA* TERBEBAS DARI KOTORAN DAN TIDAK TERCELA

Sotāpanna ñaṇa yang dicapai oleh Yang Mulia Koṇḍañña dipuji dalam *sutta* sebagai bebas dari kotoran dan tidak tercela. Akan bermanfaat untuk mempertimbangkan bagaimana s*otāpanna ñaṇa* ini bebas dari kotoran dan tidak tercela. Subkomentar *Sāratthadīpanī* menyatakan, hal ini terbebas dari kotoran, terbebas dari debu dan kotoran dari *rāga* (nafsu) yang akan menuntun ke alam rendah; tidak tercela, terbebas dari kotoran batin *diṭṭhi* dan *vicikicchā.* Ini merupakan deskripsi kiasan dari *kilesa* yang dihilangkan dengan *sotāpatti magga.* Namun, kitab komentar *Paṭisambhidāmagga* mempertimbangkan debu dan kotoran batin sebagai *rāga,* dan lain-lain.

Nafsu (*rāga*) cenderung menyembunyikan, menutupi; oleh karena itu, disamakan dengan debu. Sekali lagi, nafsu disamakan dengan kotoran atau kotoran batin karena mereka menimbulkan penghancuran.

Pertimbangan lain muncul. Apakah 'terbebas dari debu dan kotoran batin' berarti (a) munculnya mata *Dhamma* (*maggañāṇa*), yang tidak disertai dengan debu dan kotoran batin; atau (b) tidak menghalangi atau mengganggu *maggañāṇa* sehingga *Nibbāna* tidak dapat terlihat? Namun, *magga* tidak berkaitan dengan *kilesa.* Dengan demikian, sudah jelas bahwa di sini tidak ada rujukan pada tidak adanya keikutsertaan debu dan kotoran batin. Dengan demikian, 'terbebas dari debu dan kotoran batin' seharusnya dipahami dalam kata 'tidak menghalangi atau mengganggu *maggañāṇa* sehingga *Nibbāna* tidak dapat terlihat'.

Inilah proses bagaimana rintangan diatasi. Meskipun telah melatih meditasi *vipassanā*, *Nibbāna* belum terlihat melalui cara *sotāpanna ñāṇa* karena *diṭṭhi* dan *vicikicchā* (yang seharusnya dihilangkan dengan *sotāpatti magga*) dan *rāga* (yang menuntun ke alam rendah) masih ada. Layaknya, terganggunya penglihatan karena menderita katarak. Ketika *vipassanā ñāṇa* menguat dan berkembang sepenuhnya; *diṭṭhi, vicikicchā,* dan *rāga* yang akan menuntun ke alam rendah akan melemah. Mereka tidak bisa lagi menghalangi dan menyembunyikan *Nibbāna*. Sama seperti lapisan katarak yang menjadi lebih tipis dan tidak bisa lagi menutupi pandangan mata sepenuhnya. Kemudian, *sotāpanna maggañāṇa* pun dapat melihat dan merealisasi *Nibbāna.* Kemampuan untuk melihat dan merealisasi *Nibbāna* tersebut dijelaskan sebagai 'terbebas dari kotoran (*virāga*)*;* bebas dari cela (*vītamala*)*'. Maggañāṇa* hanya melenyapkan yang tersisa setelah *vipassanā* melakukan yang terbaik untuk melenyapkan.

Penafsiran di atas sesuai dengan deskripsi kiasan tentang 'mata *Dhamma*' dan dengan penjelasan terperinci dalam Visuddhimagga dan Mahā Ṭika yang menyatakan bahwa *maggañāṇa* adiduniawi hanya melenyapkan tanpa sisa *kilesa* yang telah dilemahkan sepenuhnya oleh *vipassanā ñāṇa.*

MAGGAÑĀṆA YANG BERKEMBANG DARI *VIPASSANA ÑĀṆA*

Harus diperhatikan bahwa *maggañāṇa* adiduniawi tidak berasal dari mana pun. Ketika kesadaran berurutan muncul dari kesadaran sebelumnya, *maggañāṇa* telah muncul dari *vipassanā ñāṇa.* Dengan demikian, kotoran batin seperti *diṭṭhi, vicikicchā,* dan lain-lain, yang telah dilemahkan oleh kekuatan *vipassanā ñāṇa,* tidak dapat lagi menyembunyikan *Nibbāna* dari pandangan. 'Dengan menjadi terbebas dari kotoran dan tidak tercela' berarti ketidakmampuan *rāga,* dan lain-lain, untuk menyembunyikan *Nibbāna* lagi.

Brahmāyu Sutta dari *Majjhimapaṇṇāsa* menjelaskan tiga *magga* yang lebih rendah sebagai mata *Dhamma*. Dalam *Cūḷarāhulovāda Sutta* dari *Uparipaṇṇāsa*, empat Jalan dan Buah pengetahuan dijelaskan sebagai mata *Dhamma*. Dengan demikian, ketika pencapaian yang lebih tinggi ini dinyatakan terbebas dari kotoran dan tidak tercela, hal itu berarti, *kama, raga,* dan *vyapada* telah dilemahkan dengan jasa kebajikan dari *vipassanā ñāṇa* sehingga mereka tidak dapat lagi menyembunyikan *Nibbāna* dari pandangan. Untuk memudahkan pemahaman, *ariyamagga ñāṇa* tidak muncul dari mana saja, tetapi hanya berkembang dari *vipassanā ñāṇa* dengan kebajikan yang mencukupi, *pakatupanissaya.*

Kemudian muncul pertanyaan, bagaimana *Dhamma-cakkhu* (*sotāpatti maggañāṇa*) ini muncul? *Ñāṇa* ini muncul dengan melihat bahwa 'segala sesuatu yang memiliki sifat muncul pasti memiliki sifat lenyap'. Terdapat dua metode untuk melihat dengan cara ini. Pada saat mengembangkan *udayabbaya ñāṇa* (melihat fenomena dari kemunculan dan penghancuran seketika), realisasi muncul; apa yang muncul akan mengalami penghancuran. Ini merupakan persepsi dengan cara *vipassanā ñāṇa.*

Ketika *saṅkhārupekkhā ñāṇa* telah sepenuhnya terbentuk, saat mengamati proses berkesinambungan dari penghancuran *rūpa* dan *nāma,* sebuah tingkatan telah dicapai ketika (kegiatan yang diikuti kehendak dari) *nāma, rūpa,* dan *saṅkhāra* muncul untuk dihancurkan dalam sebuah kondisi pelenyapan sepenuhnya. Ini merupakan melihat kebahagiaan dari ketenangan *Nibbāna* dengan merealisasinya dengan sungguh-sungguh,

setelah semua fenomena dari kemunculan yang terus menerus akhirnya menuju pelenyapan sepenuhnya. Ini merupakan persepsi dengan jalan *ariyamagga ñāṇa.*

Mata *Dhamma* (*sotāpatti ñāṇa*) dikembangkan dengan metode kedua. Karena alasan ini, pencapaian *sotāpatti magga* ditunjukkan dengan jelas setelah semua kegiatan yang diikuti kehendak dari *nāma* dan *rūpa* dihancurkan dalam sebuah pelenyapan total. Sekali merealisasi melalui *sotāpanna ñāṇa,* pengetahuan yang melihat bahwa 'segala sesuatu yang muncul akan dilenyapkan' tetap kuat, tidak tergoyahkan. Oleh karena itu, *Cūḷarāhulovāda Sutta* menjelaskan realisasi dari empat *maggañāṇa* dengan kata-kata yang sama. 'Mata *Dhamma* yang terbebas dari kotoran, tidak tercela muncul, segala sesuatu yang memiliki sifat muncul pasti memiliki sifat lenyap'. Semua *nāma* dan *rūpa* berhenti ketika *Nibbāna* menjadi objek dari *maggañāṇa.*

Kitab komentar *Cūḷaniddesa* menyatakan, "Dengan Jalan dari *sotāpatti magga,* lima kesadaran *akusala* ini akan lenyap: empat kesadaran yang berkaitan dengan pandangan salah (*diṭṭhigata sampayuttā*) dan satu kesadaran yang disertai dengan keraguan (*vicikicchāsahagata*)". Ada satu orang yang berkeliling, mengajar dan menulis, mencoba untuk menyanggah pernyataan 'pada saat munculnya Jalan dan Buah pengetahuan *sotāpatti,* semua *nāma* dan *rūpa saṅkhāra* terlihat sudah lenyap'. Dia menganut pandangan bahwa Jalan dan Buah pengetahuan *sotāpatti* hanya memiliki objek pelenyapan dari kesadaran lima *akusala* yang ditimbulkan oleh *sotāpatti magga.* Ini adalah sebuah pandangan yang sangat keliru untuk alasan sederhana; *Nibbāna* bukanlah pelenyapan sebagian dari *akusala* maupun pelenyapan dalam bagian *nāma rūpa dhamma.*

Pada kenyataannya, *Nibbāna* berarti pelenyapan sepenuhnya dari tiga *vatta,* yaitu *kilesa, kamma,* dan *vipāka;* pelenyapan sepenuhnya dari semua *nāma rūpa saṅkhāra,* semua hal yang bercampur. Dengan demikian, untuk pertanyaan 'Apa yang dimiliki *ariyamagga* sebagai objeknya?' Jawabannya

adalah *Nibbāna,* seperti yang baru dijelaskan. *Nibbāna* merupakan pelenyapan sepenuhnya dari semua hal berkondisi *nāma* dan *rūpa.* Oleh karena itu, pernyataan tegas 'pada saat pencapaian Jalan dan Buah pengetahuan *sotāpatti,* seseorang hanya melihat pelenyapan objek indra yang diketahui bersamaan dengan batin yang mengetahui' merupakan sebuah pernyataan nyata dari yang seharusnya diamati.

Sebuah pembelajaran yang saksama dari *Ajita Sutta* dalam *Paccorohaṇi Vagga* di mana penjelasan terperinci diberikan dalam kitab komentar naskah Pāḷi *Cūḷaniddesa*, akan mengungkapkan pernyataan, 'Di dalam kedamaian *Nibbāna,* semua *nāma* dan *rūpa* akan berakhir'. Selanjutnya, jika ditanya, 'Apakah *Nibbāna*, yang merupakan objek dari *sotāpatti magga,* merupakan *Nibbāna* yang sama dengan objek dari *magga* yang lebih tinggi?' Jawabannya, 'Ya, sama, tidak ada perbedaan'. Jika *sotāpatti magga* harus memiliki kesadaran lima *akusala* sebagai objeknya dan *magga* lain menggunakan pelenyapan kesadaran masing-masing yang telah mereka hilangkan sebagai objeknya, apakah objek dari empat *magga* merupakan empat *Nibbāna* yang berbeda? Bagaimanapun, tidak ada perbedaan demikian. Oleh karena itu, sudah jelas bahwa empat *magga* memiliki *Nibbāna* sebagai objeknya.

Berdasarkan alasan-alasan yang telah kita nyatakan di atas, merupakan pandangan yang benar-benar keliru untuk menganut '*sotāpatti magga* hanya harus memiliki pelenyapan kesadaran lima *akusala* sebagai objeknya'. Kita telah menyimpang dari khotbah utama untuk memberikan beberapa komentar kritis tentang pernyataan-pernyataan salah tertentu. Sekarang, kita akan kembali pada topik semula, dengan menceritakan arti dari naskah Pāḷi: "Ketika khotbah ini diuraikan atau telah diuraikan, mata *Dhamma* yang terbebas dari kotoran, tidak tercela, dengan kata lain *sotāpatti maggañāṇa,* muncul dalam diri Yang Mulia Koṇḍañña bahwa 'segala sesuatu yang memiliki sifat muncul pasti memiliki sifat lenyap'".

APAKAH *MAGGAÑĀṆA* TIDAK DAPAT DICAPAI DENGAN PENGETAHUAN DARI KHOTBAH?

Di sini terdapat beberapa pendapat. Apakah itu bukan sebuah kebenaran bahwa dalam bait yang baru dikutip di atas, tidak disebutkan bahwa Yang Mulia Koṇḍañña terlibat dalam praktik *vipassanā?* Di sana hanya disebutkan bahwa mata *Dhamma* atau *sotāpatti magga* dikembangkan ketika Begawan sedang menguraikan *Dhamma* atau baru saja menyelesaikan uraian *Dhamma*. Mungkinkah *sotāpatti maggañāṇa* dikembangkan melalui pengetahuan dan kebahagiaan dalam khotbah? Dalam kasus ini, penjelasan mengenai bagaimana Yang Mulia Koṇḍañña melibatkan dirinya dalam praktik meditasi *vipassanā* benar-benar tidak dibutuhkan. Inilah yang perlu dibahas.

Sebenarnya, penjelasannya sederhana. Dalam *Dhammacakkappavattana Sutta* sendiri, sudah jelas dinyatakan bahwa Jalan Mulia Berunsur Delapan seharusnya dikembangkan. Sebagai tambahan, penjelasan terperinci kitab komentar tentang *sammādiṭṭhi* menyatakan bahwa *dukkhasacca* dan *samudayasacca* seharusnya dipahami dengan merenungkannya. Terdapat juga pernyataan bahwa *ariyamagga ñāṇa* dikembangkan hanya ketika *pubbabhāga magga* (*vipassanā magga*) telah sepenuhnya tercapai. Sudah dinyatakan juga bahwa tanpa perenungan tentang salah satu dari empat subjek meditasi, yaitu jasmani, sensasi, batin, dan *dhamma*, baik *vipassanā paññā* maupun *magga paññā* tidak dapat tercapai (mengacu pada bab tiga dari khotbah ini). Naskah Pāḷi juga menyatakan dengan jelas bahwa *sammāsati magga* hanya muncul dengan mengembangkan kesadaran empat unsur.

Berdasarkan alasan-alasan ini, maka tidak akan ada kemunculan *ariyamagga* sebelum *vipassanā magga* berkembang. Penjelasan ini diberikan untuk memudahkan pemahaman bagaimana *vipassanā* dapat dikembangkan ketika mendengarkan khotbah. Oleh karena itu, harus dipahami, dengan menggunakan salah satu metode meditasi, seperti yang dijelaskan di atas, Yang Mulia Koṇḍañña telah mencapai *sotāpatti magga* dan *phala* seketika itu juga.

Setelah menjelaskan bagaimana Yang Mulia Koṇḍañña mencapai *sotāpatti maggañāṇa,* para *thera* dari Sidang *Saṅgha* Pertama melanjutkan untuk menjelaskan cara *Dhammacakkappavattana Sutta* diakui.

PENGAKUAN OLEH PARA DEWA DAN BRAHMĀ

Pavattite ca pana bhagavatā dhammacakke bhummā devā saddamanussāvesuṃ: "etaṃ bhagavatā bārāṇasiyaṃ isipatane migadāye anuttaraṃ dhammacakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci vā lokasmin"ti.

Yang perlu diamati secara khusus adalah ketika Begawan telah mulai menggerakkan Roda *Dhamma* (sesuai dengan kitab komentar, Roda *Dhamma* berarti *paṭivedha ñāṇa,* penembusan pandangan terang dan pengetahuan tentang apa dan bagaimana menyebarkan *Dhamma* (*desana ñāṇa*); dengan mengajarkan *Dhammacakkappavattana Sutta*, hal itu berarti memulai pergerakan Roda *Dhamma*). Dengan kata lain, ketika Begawan telah membabarkan khotbah *Dhammacakkappavattana Sutta*, para *deva bhūma* (dewa yang terikat dengan bumi), mengakui dengan berkata,

> "Roda *Dhamma* yang tiada banding telah mulai digerakkan (khotbah yang tiada tandingan *Dhammacakkappavattana Sutta* telah dibabarkan) oleh Begawan di Isipatana, Taman Rusa di kota Bārānasī; sebuah gerakan di mana tidak ada petapa maupun brahmā, dewa, māra, atau makhluk lain dari dunia mana pun yang bisa memutarbalikkan atau menolaknya."

Setelah pengakuan ini terdengar hingga ke alam dewa; para dewa di Cātumahārājika dan para dewa di alam yang lebih tinggi dari Tāvatiṃsa, Yāma, Tusita, Nimmānarati, Paranimmitavasavattī, dan alam Brahmā, semua mengakui dengan berkata,

"Roda *Dhamma* yang tiada banding telah mulai digerakkan (khotbah yang tiada tandingan *Dhammacakkappavattana Sutta* telah dibabarkan) oleh Begawan di Isipatana, Taman Rusa di kota Bārānasī; sebuah gerakan di mana tidak ada petapa maupun *brahmā*, dewa, māra, atau makhluk lain dari dunia mana pun yang bisa memutarbalikkan atau menolaknya."

Itiha tena khaṇena tena layena tena muhuttena yāva brahmālokā saddo abbhuggacchi.

"Demikianlah, dalam sekejap, seketika, suara pengakuan itu terdengar sampai ke alam brahmā."

GEMPA BUMI DAN PENAMPAKAN CAHAYA TERANG

Ayañca dasasahassilokadhātu saṅkampi sampakampi sampavedhi, appamāṇo ca uḷāro obhāso loke pāturahosi atikkamma devānaṃ devānubhāvanti.

"Seluruh alam semesta dari ribuan dunia bergetar dalam gerakan ke atas, bergoyang dalam gerakan ke atas dan ke bawah, dan bergetar dalam empat arah. Cahaya agung yang tak terukur, disebabkan oleh *desanā* (Ajaran) yang hebat, bahkan melampaui cahaya agung, istimewa dari para dewa yang muncul di bumi."

UNGKAPAN SUKACITA OLEH BEGAWAN

Atha kho bhagavā imaṃ udānaṃ udānesi: "aññāsi vata bho, koṇḍañño, aññāsi vata bho, koṇḍañño"ti. Iti hidaṃ āyasmato koṇḍaññassa "aññāsikoṇḍañño" tveva nāmaṃ ahosīti.

Kemudian, sesaat setelah membabarkan khotbah, setelah mata *Dhamma* atau *sotāpatti maggañāṇa* muncul dalam diri Yang Mulia Koṇḍañña, Begawan membuat ungkapan sukacita ini.

"Oh, Koṇḍañña telah memahami. Koṇḍañña telah benar-benar memahami. Demikianlah, ungkapan sukacita ini karena Koṇḍañña telah memenangkan nama 'Aññā Koṇḍañña', seseorang yang telah memahami. Di sinilah akhir dari khotbah tentang *Dhammacakkappavattana Sutta*."

Bagian penutup yang dibacakan di atas menandai berakhirnya *Dhammacakkappavattana Sutta* seperti yang tercatat dalam kanon Pāḷi *Mahā Vaggasaṃyutta*. Melihat kembali pada kesimpulan khotbah, Begawan melihat bahwa Yang Mulia Koṇḍañña telah mencapai pengetahuan dari *sotāpatti magga* dan *phala*. Dengan penuh sukacita Begawan mengungkapkan, "Sesungguhnya, Koṇḍañña telah memahami, Koṇḍañña telah memahami". Ini mengacu pada ungkapan bahwa Yang Mulia Koṇḍañña dikenal sebagai 'Aññā Koṇḍañña'.

Menurut naskah Pāḷi *Saṃyutta*, *Dhammacakkappavattana Sutta* berakhir di sini, tetapi naskah Pāḷi *Vinaya* juga membahas peristiwa terbentuknya *Saṅgha*. Kita akan menceritakan peristiwa ini sekarang.

PERMOHONAN YANG MULIA AÑÑĀ KOṆḌAÑÑA UNTUK PENAHBISAN

Atha Atha kho āyasmā aññāsikoṇḍañño diṭṭhadhammo pattadhammo viditadhammo pariyogāḷhadhammo tiṇṇavicikiccho vigatakathaṃkatho vesārajjappatto aparappaccayo satthusāsane bhagavantaṃ etadavoca—"labheyyāhaṃ, bhante, bhagavato santike pabbajjaṃ, labheyyaṃ upasampadan"ti.

Setelah Begawan membuat ungkapan sukacita, Petapa Koṇḍañña membuat permohonan berikut, "Yang Mulia (*Bhante*), semoga saya bisa menjalani kehidupan petapa sebagai seorang pemula di hadapan Buddha;

semoga saya menerima penahbisan masuk ke dalam anggota *Saṅgha* (*upasampadam*)."

TIDAK MUDAH UNTUK MELEPASKAN KEPERCAYAAN TRADISIONAL SESEORANG

Petapa Koṇḍañña sebelumnya pasti telah menganut beberapa kepercayaan tradisional. Untuk dapat melepaskan kepercayaan lama ini dan memohon penahbisan menjadi anggota *Saṅgha* tidak mungkin terjadi hanya dengan keyakinan biasa. Pada zaman sekarang, bukan hal mudah bagi seseorang yang berkeyakinan lain untuk bergabung dengan anggota *Saṅgha* setelah menerima Buddhisme. Bahkan, bagi beberapa orang, jangankan untuk berjubah kuning, untuk berlindung kepada Tiga Permata dan menjalankan *sīla* sebagai tujuan dari praktik meditasi sudah merupakan sebuah tugas yang sulit.

Selain Koṇḍañña, empat petapa lain masih terlihat ragu untuk bergabung dalam *Saṅgha*. Lalu, mengapa Koṇḍañña memohon untuk bergabung dengan *Saṅgha*? Jawabannya, Koṇḍañña telah memiliki kebajikan dan kualitas yang dijelaskan dengan istilah seperti *diṭṭhadhamma,* dan lain-lain.

Dipenuhi dengan kebajikan seperti *diṭṭhadhamma,* dan lain-lain, Koṇḍañña membuat permohonan setelah melihat *Dhamma* (*diṭṭhadhamma*). Beliau telah melihat *nirodhasacca* dari Empat Kebenaran Mulia, beliau telah merealisasi *Nibbāna*. Setelah melihat ketenangan *Nibbāna*, beliau melihat kemunculan dan pelenyapan secara terus menerus dari *nāma* dan *rūpa* terkondisi sebagai penderitaan yang hebat. Beliau juga melihat bahwa nafsu-kehausan yang menikmatinya merupakan penyebab sebenarnya dari penderitaan.

Pada waktu yang bersamaan, beliau merealisasi bahwa *maggasacca* terdiri dari *sammādiṭṭhi,* dan lain-lain, merupakan Jalan yang akan menuntun ke ketenangan *Nibbāna*. Setelah merealisasi Empat Kebenaran Mulia dengan

usaha sendiri, keyakinan kuat bahwa Buddha sendiri juga telah merealisasi Empat Kebenaran Mulia pun muncul. Keyakinan tersebut dikenal sebagai *aveccappasāda ñāṇa* (pengetahuan yang muncul dari keyakinan penuh). Hal itu ibarat keyakinan seorang pasien kepada dokternya, yang perawatannya telah menyembuhkan pasien dengan efektif dari penyakit. Oleh karena itu, setelah melihat Empat Kebenaran Mulia seperti yang diuraikan oleh Guru Agung Buddha, Koṇḍañña pun membuat permohonan untuk menjadi seorang *bhikkhu*.

Diṭṭhadhamma (telah melihat kebenaran) untuk mengindikasikan bahwa hal itu berarti melihat dengan mata pengetahuan dan bukan dengan mata fisik. Hal ini telah dibenarkan dan diperiksa dengan *pattadhamma* (telah tiba, mencapai, sampai) yang berarti 'telah sampai melalui pengetahuan dan bukan dengan cara lain apa pun'. Hal ini dibenarkan lagi dengan *viditadhamma* (telah mengetahui dengan jelas). Untuk meyakinkan bahwa pengetahuan demikian bukan hanya sebagian atau sejumlah kecil, melainkan sepenuhnya, kata pembenaran *pariyogāḷhadhamma* disebutkan, yang berarti 'menggali ke dalam, menembus ke dalam', menyampaikan bahwa beliau telah menembus sepenuhnya semua aspek dari *Dhamma*. Semua kata-kata ini merefleksikan keragaman kosakata bahasa Pāḷi pada waktu itu.

Sangatlah penting untuk melihat, mengetahui dengan pengetahuan sendiri, Empat Kebenaran Mulia. Tanpa mengetahui kebenaran sejati, hanya pengakuan tentang keyakinan pada Buddha tidak akan menghilangkan semua keraguan tentang Buddha, *Dhamma,* dan *Saṅgha*. Perasaan was-was terhadap Buddha, *Dhamma,* dan *Saṅgha* dapat muncul dalam keadaan tertentu. Keraguan dapat muncul berkaitan dengan praktik *sīla, samādhi,* dan *paññā* yang dilakukan seseorang. Dengan mengetahui yang harus diketahui dengan usaha sendiri, seseorang dapat terbebas dari keraguan sampai batas tertentu.

Yogī yang mempraktikkan pengamatan pada setiap kejadian melihat, mendengar, bertemu, mengetahui, dan lain-lain, mengetahui kapan kekuatan

konsentrasi menjadi lebih kuat; mengetahui objek yang diamati (*rūpa)* terpisah dari batin yang mengetahui (*nāma).* Kemudian, dia mengetahui melalui pengalamannya sendiri bahwa proses melihat terjadi karena ada objek dan mata; ada tindakan berjalan karena ada keinginan untuk berjalan. Karena dia gagal untuk mengamati objek, dia menyalahpahaminya sebagai sesuatu yang menyenangkan; berpikir bahwa itu menyenangkan, dia menikmatinya.

Karena kesenangan itu, dia menginginkannya. Untuk memenuhi nafsu keinginannya, dia akan berjuang keras dengan tindakan yang sesuai. Semua hal ini menjadi pengetahuannya sendiri melalui pengalaman pribadi. Dia juga mengetahui bahwa dia menghadapi kesulitan dan situasi buruk karena *kamma* buruk; menikmati hal-hal menyenangkan karena *kamma* baik. Ketika pengetahuannya tumbuh sampai batas ini, dia dapat terbebas dari keraguan seperti apakah ada jiwa, wujud hidup, atau pencipta.

Ketika melanjutkan latihannya, dia melihat objek *nāma-rūpa* muncul dan lenyap, bahkan saat dia sedang mengamatinya. Dia menjadi yakin, sambil melanjutkan pengamatan dari sifat ketidakkekalan, penderitaan menakutkan, dan tanpa diri, tidak dapat dikendalikan. Persepsi tunggal ini menguatkan keyakinannya bahwa 'Guru Agung Buddha yang telah membabarkan khotbah ini pasti telah merealisasi kebenaran ini dengan usaha-Nya sendiri. Beliau pasti seorang Buddha sejati, ajaran Beliau pasti benar, dan para anggota *Saṅgha* yang mempraktikkan ajarannya merupakan *Saṅgha* sejati yang terlibat dalam praktik yang benar'.

Kemudian, sampailah pada tahap di mana semua *nāma* dan *rūpa* yang terkondisi melebur dalam satu tahapan dari pelenyapan sepenuhnya. Ini merupakan realisasi ketenangan *Nibbāna* dengan usaha sendiri, dengan kata lain *nirodhasacca.* Secara bersamaan, tiga kebenaran lainnya direalisasi dengan kebaikan telah menyelesaikan tugas untuk memahami *dukkha,* melenyapkan *samudaya,* dan mengembangkan *magga* dalam diri seseorang. Dengan mengetahui Empat Kebenaran Mulia sebagaimana adanya, kepercayaan dan keyakinannya terhadap Buddha, *Dhamma,* dan *Saṅgha*

mengakar kuat, tidak tergoyahkan. Keyakinannya dalam praktik *sīla, samādhi,* dan *paññā* juga menjadi lebih kuat. Dengan akar kuat dari kepercayaan dan keyakinan, *vicikiccha* (keraguan) akan diatasi dengan baik.

Yang Mulia Koṇḍañña telah melihat Empat Kebenaran Mulia dengan sendirinya dan telah meninggalkan semua ketidakpastian (*tiṇṇavicikiccho*). Karena alasan ini juga, beliau membuat permohonan kepada Buddha untuk penahbisan. Ketika beliau terbebas dari keraguan dan kecurigaan, beliau menjadi terbebas dari keraguan, ketidaktegasan, kebimbangan (*vigatakathaṅkatho*) yang bersinonim dengan *tiṇṇavicikiccho.* Beliau telah membuat permohonan karena alasan ini juga.

Lebih lanjut, beliau membuat permohonan kepada Buddha karena beliau telah memperoleh keyakinan yang kuat terhadap ajaran *vesārajjappatto* (keyakinan yang muncul dari pengetahuan tentang kebenaran) dan juga karena beliau telah cukup independen dari yang lain (*aparappaccayo*) dalam hal ajaran para guru setelah mencapai pengetahuan dengan usaha sendiri tentang hal tersebut.

Kebanyakan pengikut dari beragam kepercayaan di dunia bergantung pada orang lain untuk urusan kepercayaan mereka, tidak mencari tahu sendiri tentang kepercayaan tersebut. Beberapa memuja dewa pohon, hutan, dan gunung karena praktik itu telah diturunkan dari generasi ke generasi oleh nenek moyang keluarga. Tidak ada seorang pun yang pernah melihat maupun bertemu makhluk demikian. Beberapa memuja raja para dewa, brahmā, atau dewa di surga. Namun, tidak ada seorang pun yang memiliki pengetahuan pribadi tentang objek-objek pemujaan ini. Orang-orang memercayai apa yang diberitahukan kepada mereka oleh orang tua, guru, dan lain-lain.

Sebagian umat Buddhis pun demikian. Sebelum mencapai apa yang seharusnya diketahui, mereka bergantung pada orang yang lebih dewasa untuk urusan kepercayaan mereka. Ketika beberapa pengetahuan telah

dicapai dengan usaha sendiri, melalui Jalan praktik meditasi konsentrasi atau meditasi *vipassanā*, kepercayaan diri akan diperoleh sampai batas tertentu. Ketika telah sampai pada tahap pencapaian *jhāna,* Jalan, dan Buah pengetahuan; seseorang akan memiliki pengetahuan tentang pencapaian ini dan keyakinan mereka tidak akan lagi bergantung pada orang lain.

CITTA SI PRIA KAYA DAN NĀṬAPUTTA

Pada zaman Buddha, hiduplah seorang pria kaya bernama Citta, yang telah mencapai tingkat *anāgāmi.* Suatu hari, dia kebetulan tiba di tempat Nāṭaputta, pemimpin dari sekte Niganṭha. Nāṭaputta dipuja sebagai dewa tertinggi oleh pengikut kaum Jain dan juga dikenal sebagai Mahāvīra. Dia cukup terkenal sebelum Petapa Gotama menjadi Buddha.

Nāṭaputta memanggil Citta si pria kaya, "Anakku, gurumu Gotama dikatakan telah mengajarkan bahwa ada *jhāna samādhi* yang bebas dari *vitakka* dan *vicāra*. Apakah kamu memercayai hal itu?" Citta menjawab, "Saya mengakui bahwa ada *jhāna samādhi* yang bebas dari *vitakka* dan *vicāra*, bukan karena keyakinan saya terhadap Buddha Gotama."

Guru besar Nāṭaputta membuat penafsiran yang salah atas jawaban ini. Dia berpikir Citta telah menjawab bahwa dia tidak memiliki keyakinan terhadap Buddha. Nāṭaputta pun memberitahu para pengikutnya, "Lihatlah, Oh murid-murid, pria kaya Citta ini sangat terus terang dan jujur. Apa yang tidak dia percayai, dia katakan dia tidak percaya. Baiklah, hal ini benar-benar luar biasa. Itu tidaklah mungkin, hanya seperti mencoba untuk menangkap udara dengan sebuah jaring, atau untuk menahan aliran air sungai Gangga yang deras dengan kepalan atau telapak tangan. Tidaklah mungkin untuk terbebas dari *vitakka* dan *vicāra*".

Saat mendengar penafsiran salah ini, Citta bertanya kepada guru besar Nāṭaputta, "Yang manakah yang lebih mulia, mengetahui atau memercayai?" Nāṭaputta menjawab, "Tentu saja mengetahui lebih mulia daripada memercayai".

Citta kemudian membalas, "Saya bisa mencapai kapan saja jika saya menginginkan *jhāna* pertama dengan *vitakka* dan *vicāra*; *jhāna* kedua yang bebas dari *vitakka* dan *vicāra*; juga *jhāna* ketiga yang bebas dari *piti;* dan *jhāna* keempat yang tanpa *sukha*. Dalam hal mengatakan 'ada *jhāna samādhi* yang tidak disertai dengan *vitakka* dan *vicāra'* ketika saya sedang mengalami sendiri *jhāna samādhi* yang tidak disertai dengan *vitakka* dan *vicāra*, apakah perlu bagi saya untuk bergantung pada orang mulia, *samaṅa* lainnya untuk keyakinan saya?".

Dalam cerita ini, Citta yang telah mengalami sendiri *jhāna samādhi* yang tidak disertai dengan *vitakka* dan *vicāra,* tidak perlu bergantung pada orang lain untuk memercayai keyakinan ini. Sama halnya, Yang Mulia Koṇḍañña, yang memiliki pengalaman pribadi tentang Empat Kebenaran Mulia, tidak lagi bergantung pada orang lain dalam hal ajaran Buddha tentang Jalan Mulia Berunsur Delapan dan *sīla, samādhi,* dan *paññā.* Dengan mengetahuinya secara pribadi, tanpa bergantung pada orang lain, beliau memohon kepada Buddha untuk ditahbiskan dalam *Saṅgha*. Bait ini begitu menginspirasi dan menstimulasi begitu banyak pengabdian sehingga akan diceritakan sekali lagi dengan lebih lengkap.

MENGEMBANGKAN RENUNGAN INSPIRASI

Ketika Begawan telah membuat ungkapan sukacita, Yang Mulia Koṇḍañña, telah melihat *Dhamma*, yaitu Empat Kebenaran Mulia; telah memperoleh, mencapai Empat Kebenaran Mulia; telah memahami dengan jelas Empat Kebenaran Mulia; telah menembus Empat Kebenaran Mulia, meninggalkan ketidakpastian; telah mengatasi semua keraguan, terbebas dari keraguan, ketidaktegasan; telah memperoleh keberanian tentang keyakinan yang berkaitan dengan Ajaran Buddha (tidak takut untuk menghadapi pertanyaan seperti bagaimana seseorang telah memiliki keyakinan teguh); telah memiliki pengalaman pribadi tentang *Dhamma*, tidak bergantung pada orang lain yang berkaitan dengan Ajaran; memohon kepada Buddha untuk bergabung sebagai seorang *bhikkhu*, di hadapan Buddha.

Catatan dari para *thera* dalam Sidang *Saṅgha* Pertama ini menjelaskan permohonan Yang Mulia Koṇḍañña, memberikan perincian tentang kualifikasi dan pencapaiannya untuk menetapkan kelayakannya dalam penahbisan sebagai anggota *Saṅgha*, mengembangkan renungan inspirasi para pembaca. Semakin seseorang mengetahui *Dhamma*, semakin bersemangat seseorang merasakan renungan inspirasi ini.

Ketika Yang Mulia Koṇḍañña membuat permohonan dengan cara di atas, Buddha mengizinkannya bergabung dalam *Saṅgha* dengan kata-kata berikut.

PENAHBISAN DENGAN "*EHI BHIKKHU*"

"Ehi bhikkhū"ti bhagavā avoca—"svākkhāto dhammo, cara brahmācariyaṃ sammā dukkhassa antakiriyāyā"ti. Sāva tassa āyasmato upasampadā ahosi."

Pertama, Begawan berkata, "Kemarilah, *bhikkhu*, bergabung dalam *Saṅgha*". Kemudian Beliau melanjutkan, "Yang diajarkan dengan baik adalah *Dhamma*. Datang dan latihlah kehidupan suci dengan *sīla, samādhi,* dan *paññā*, demi pelenyapan penderitaan sepenuhnya." Ajakan oleh Begawan, dengan perkataan, "Kemarilah, *bhikkhu*", merupakan tindakan penahbisan, dengan demikian Koṇḍañña menjadi seorang *bhikkhu* dalam *Saṅgha*.

Pada saat itu, Yang Mulia Koṇḍañña sudah merupakan seorang petapa, seorang *samaṇa,* tetapi bukan anggota *Saṅgha*. Oleh karena itu, beliau memohon penahbisan untuk menjadi anggota *Saṅgha* dari Begawan, yang mengizinkan dengan berkata '*Ehi bhikkhu'*. Ini merupakan pengakuan oleh Begawan tentang masuknya Koṇḍañña dalam anggota *Saṅgha*. Dengan demikian, Yang Mulia *Aññāsikoṇḍañña* telah menjadi seorang murid Buddha sebagai seorang anggota *Saṅgha*.

MEREKA YANG MENCAPAI PENGETAHUAN YANG LEBIH TINGGI DENGAN MENDENGARKAN KHOTBAH PERTAMA

Pada waktu membabarkan *Dhammacakkappavattana Sutta*, hanya ada lima orang dari alam manusia, kelompok lima petapa, yang mendengarkan khotbah pertama. Dari mereka, hanya satu orang saja, yaitu Yang Mulia Koṇḍañña, yang mencapai pengetahuan yang lebih tinggi. Namun, disebutkan dalam naskah Pāḷi *Milindapañha* bahwa delapan belas *core* (1 *core* = 10 juta) brahmā dan dewa *kāmāvacara* yang tidak terhitung jumlah mencapai pengetahuan yang lebih tinggi pada saat itu juga.

Pada waktu itu, hanya Yang Mulia Koṇḍañña yang bergabung dalam *Saṅgha* dan menjadi seorang murid, *samaṇa* dari Buddha. Empat lainnya, yaitu Vappa, Bhaddiya, Mahānāma, dan Assaji belum melakukan hal itu. Keraguan mereka mungkin disebabkan oleh kenyataan bahwa mereka belum sepenuhnya mengetahui *Dhamma* secara pribadi, seperti Yang Mulia Koṇḍañña. Mereka masih kekurangan keberanian untuk yakin dengan Ajaran Buddha. Namun, dengan kebajikan mendengarkan khotbah *Dhammacakkappavattana Sutta*, mereka telah mengembangkan *saddhā* (keyakinan terhadap ajaran). Oleh karena itu, sejak mendengarkan khotbah, keempat orang ini terlibat dalam praktik meditasi di bawah bimbingan Begawan. Kanon Pāḷi *Vinaya* memberikan penjelasan berikut tentang bagaimana mereka melatih meditasi dan bagaimana mereka mulai melihat dan merealisasi *Dhamma*.

PENGETAHUAN LEBIH TINGGI HANYA DAPAT DICAPAI SETELAH PRAKTIK YANG BENAR

Setelah Yang Mulia Koṇḍañña menjadi *bhikkhu*, Begawan memberikan bimbingan dan petunjuk tentang praktik *Dhamma* kepada empat petapa lainnya. Dengan bimbingan dan panduan Begawan, mata *Dhamma* yang terbebas dari kotoran, tidak tercela, muncul dalam diri Vappa dan Bhaddiya, 'bahwa segala sesuatu yang memiliki sifat muncul pasti memiliki sifat lenyap'.

Ketika mata *Dhamma* terbuka dan mereka menjadi *sotāpana,* Vappa dan Bhaddiya memohon kepada Begawan untuk ditahbiskan menjadi anggota *Saṅgha*. Begawan menerima mereka dalam *Saṅgha* dengan berkata "*Ehi bhikkhu...*"

BIMBINGAN DAN PRAKTIK SISTEMATIS PADA PERIODE AWAL *SĀSANA*

Naskah Pāḷi *Mahāvagga*, berlanjut.

Setelah Yang Mulia Vappa dan Bhaddiya diterima dalam *Saṅgha* dengan penahbisan '*Ehi bhikkhu'*, Begawan selanjutnya memberikan petunjuk tentang *Dhamma* dan bimbingan kepada Mahānāma dan Assaji, tanpa ber-*piṇḍapāta* terlebih dahulu. Tiga *bhikkhu* lainnya pergi ber-*piṇḍapāta* untuk menyiapkan makanan bagi enam orang, termasuk Begawan. Setelah dibimbing dan dipandu oleh Begawan, mata *Dhamma* yang terbebas dari kotoran dan tidak tercela muncul dalam diri Yang Mulia Mahānāma dan Assaji; 'segala sesuatu yang memiliki sifat muncul, pasti memiliki sifat lenyap'.

Alhasil, Yang Mulia Mahānāma dan Assaji, telah melihat *Dhamma*; telah mencapai, telah memahami dengan jelas; telah menembus *Dhamma*, meninggalkan ketidakpastian; mengatasi semua keraguan, terbebas dari keraguan, ketidaktegasan; telah memperoleh keberanian tentang keyakinan pada Ajaran Buddha; telah memiliki pengalaman pribadi tentang *Dhamma*; tidak bergantung pada orang lain yang berkaitan dengan ajaran, serta membuat permohonan berikut kepada Begawan.

"Yang Mulia (*Bhante*), semoga kami bisa menjalani kehidupan petapa sebagai para pemula di hadapan Buddha; semoga saya menerima penahbisan (penerimaan sebagai *bhikkhu*, *upasampadam*)." Begawan menjawab, "Kemarilah, para *bhikkhu*. Yang diajarkan dengan baik adalah *Dhamma*. Datang dan latihlah kehidupan suci demi pelenyapan sepenuhnya penderitaan". Ajakan oleh Begawan ini merupakan tindakan

penahbisan. Dengan demikian, Yang Mulia Mahānāma dan Assaji menjadi *bhikkhu* dalam *Saṅgha*.

Dalam naskah Pāḷi *Vinaya*, *Mahāvagga*, disebutkan bahwa empat *bhikkhu* mencapai pengetahuan yang lebih tinggi dalam dua kelompok dengan masing-masing berisi dua *bhikkhu*, sementara dalam kitab komentar menyatakan bahwa mereka mencapai pengetahuan lebih tinggi satu persatu, yang dinyatakan sebagai berikut, 'Harus dipahami bahwa mata *Dhamma* muncul dalam diri Yang Mulia Vappa pada hari *Waning* pertama di bulan Wāso, dalam diri Yang Mulia Bhaddiya pada hari *Waning* kedua, dalam diri Yang Mulia Mahānāma pada hari *Waning* ketiga, dan dalam diri Yang Mulia Assaji pada hari *Waning* keempat, secara berurutan'.

Harus diperhatikan, selama ini Begawan terus berdiam di wihara tanpa keluar untuk *piṇḍapāta*, senantiasa siap memberikan bantuan kepada empat *bhikkhu* untuk menghilangkan kotoran batin (rintangan) dan halangan (kesulitan) yang mungkin muncul dalam diri mereka dalam praktik meditasi. Setiap kali kotoran batin (rintangan) muncul dalam diri para *bhikkhu*, Buddha membantu mereka menembus ruang dan melenyapkannya. Pada hari *Waning* kelima di bulan Wāso, Begawan mengumpulkan kelompok lima *bhikkhu* dan membimbing mereka dengan membabarkan khotbah tentang *Anattalakkhaṇa Sutta*.

Dalam penjelasan kitab komentar di atas, pernyataan tentang perjalanan Begawan menembus ruang untuk melenyapkan kotoran batin (rintangan) mengungkapkan dukungan yang diperlukan oleh para *bhikkhu* yang bermeditasi. Pada zaman sekarang pun, akan bermanfaat jika guru meditasi dapat secara terus-menerus berada di dekat para *yogī* dan memberikan bimbingan.

Pāsarāsi Sutta dari *Mūlapaṇṇāsa* memberikan penjelasan berikut tentang hal ini. "Para *bhikkhu*, ketika Saya memberikan petunjuk kepada dua *bhikkhu*, tiga *bhikkhu* lainnya pergi ber-*piṇḍapāta*. Kelompok kami berenam

hidup dengan makanan yang dibawa pulang oleh tiga *bhikkhu* tersebut. Ketika Saya memberikan petunjuk kepada tiga *bhikkhu*, dua *bhikkhu* pergi untuk ber-*piṇḍapāta*. Kelompok kami berenam hidup dengan makanan yang dibawa pulang oleh dua *bhikkhu* tersebut.

Kemudian, setelah dipandu dan dibimbing oleh Saya, kelompok lima *bhikkhu* telah berhasil memunculkan dalam diri mereka sifat dari kemunculan kehidupan baru; dan melihat bahaya dan penderitaan dalam kelahiran kembali; mencari dan berjuang keras untuk mencapai *Nibbāna* yang terunggul, termulia, bebas dari kelahiran kembali; dan dengan demikian telah mencapai *Nibbāna* terunggul, yang terbebas dari kelahiran kembali, terbebas dari *yoga*, pelekatan terhadap kelahiran kembali". Dengan jalan ini, Begawan menyatakan bahwa lima *bhikkhu* telah mencapai *arahattaphala.*

Kitab komentar dari *sutta* ini juga menyatakan, 'Begawan berdiam di wihara senantiasa siap untuk membantu Yang Mulia Vappa, dan yang lainnya, dalam melenyapkan kotoran batin yang muncul dalam praktik meditasi mereka. Kapan pun kotoran dan halangan muncul dalam diri mereka, para *bhikkhu* mendatangi Begawan dan menanyakan kepada Beliau (memberitahukan Beliau tentang kesulitan mereka). Begawan sendiri juga pergi ke tempat di mana para *bhikkhu* sedang duduk bermeditasi dan menghilangkan kotoran-kotoran batin ini.

Dengan demikian, tanpa pergi ber-*piṇḍapāta*, hidup dengan dana makanan yang dibawa pulang oleh *bhikkhu* lainnya, dan mengikuti petunjuk yang diberikan oleh Begawan, para *bhikkhu* melanjutkan meditasi. Dari kelima *bhikkhu* ini, Yang Mulia Vappa menjadi *sotāpanna* pada hari *Waning* pertama di bulan Wāso, Yang Mulia Bhaddiya pada hari kedua, Yang Mulia Mahānāma pada hari ketiga, dan Yang Mulia Assaji pada hari *Waning* keempat di bulan Wāso. Lima *bhikkhu* dikumpulkan menjadi satu kelompok dan *Anattalakkhaṇa Sutta* diajarkan kepada mereka oleh Begawan. Pada akhir dari khotbah tentang *sutta* tersebut, semua lima *bhikkhu* mencapai tingkat kesucian *arahat*.

HANYA MENDENGARKAN KHOTBAH TIDAKLAH CUKUP, PRAKTIK YANG BENAR JUGA DIPERLUKAN

Sesuai dengan naskah Pāḷi *Vinaya* dan *Sutta*, pencapaian dijelaskan dalam dua kelompok dengan masing-masing dua *bhikkhu*, sedangkan kitab komentar memberikan penjelasan yang terperinci tentang bagaimana tiap-tiap *bhikkhu* mencapai tingkat *sotāpanna* dalam hari yang berbeda. Ini merupakan satu-satunya perbedaan antara versi naskah Pāḷi dan versi kitab komentar. Hal ini berarti, bukan hanya dari mendengarkan khotbah, tetapi hanya setelah praktik yang benar maka mereka mencapai *sotāpanna.* Mereka tidak keluar untuk ber-*piṇḍapāta,* tetapi berjuang siang dan malam tanpa henti. Guru Agung Buddha sendiri menetap sepanjang waktu di wihara, senantiasa siap untuk memberi petunjuk dan membantu mereka. Pernyataan ini ditemukan dalam semua versi.

Berdasarkan penjelasan di atas, sudah sangat jelas bahwa Yang Mulia Vappa mulai berjuang pada malam hari bulan purnama di bulan Wāso dan mencapai *sotāpanna* pada hari *Waning* pertama karena telah berjuang sesuai dengan petunjuk dan bimbingan dari Begawan, bukan hanya dengan mendengarkan khotbah. Yang Mulia Bhaddiya harus berjuang sekitar dua hari dan mencapai *sotāpanna* pada hari *Waning* kedua; Yang Mulia Mahānāma sekitar dua hari dan mencapai *sotāpanna* pada hari *Waning* ketiga; Yang Mulia Assaji harus berjuang sekitar empat hari untuk mencapai *sotāpanna* pada hari *Waning* keempat di bulan Wāso. Mereka semua telah berusaha keras untuk pencapaian *sotāpanna;* bukan hanya dengan mendengarkan khotbah, tetapi juga dengan berjuang keras di bawah pengawasan ketat dan bimbingan oleh Begawan sendiri.

Yang Mulia *Bhikkhu* dari kelompok lima petapa, yaitu Yang Mulia Vappa, dan lain-lain, bukanlah manusia biasa. Dikatakan bahwa mereka merupakan peramal kerajaan yang telah meramalkan masa depan *Bodhisatta* pada waktu kelahiran Beliau. Namun, beberapa kitab komentar mengatakan bahwa mereka merupakan putra dari para peramal kerajaan. Mereka merupakan manusia luar biasa yang telah meninggalkan kehidupan

duniawi dan menjadi petapa ketika *Bodhisatta* masih remaja. Mereka juga diberkati dengan kecerdasan luar biasa sehingga mampu memahami ajaran Buddha dengan mudah.

Jika *sotāpanna* dapat dicapai hanya dengan mendengarkan *Dhamma*, mereka seharusnya dapat mencapainya tanpa harus berjuang keras selama berhari-hari. Guru Agung Buddha tidak perlu mendesak mereka untuk berusaha dengan sungguh-sungguh; Beliau hanya perlu mengajarkan mereka sekali untuk menjadi *sotāpanna* dan, jika perlu, mengulang ajaran untuk dua atau tiga kali. Sebaliknya, Beliau mengharuskan mereka untuk tidak hanya mendengarkan *Dhamma,* tetapi juga mempraktikkan meditasi dengan keras. Alasan Beliau melakukan hal tersebut sudah jelas; setelah merefleksi, Beliau mengetahui bahwa mereka termasuk kelompok manusia *neyya* (yang perlu dilatih di bawah bimbingan).

Pernyataan tegas yang dibuat pada masa sekarang adalah 'bukan hanya meditasi konsentrasi maupun meditasi *vipassanā* yang diperlukan untuk mencapai tingkat *sotāpanna;* menghargai dan memahami apa yang diajarkan oleh guru sudah cukup untuk mencapai tingkat ini'. Pernyataan tegas ini hanya berfungsi untuk mencegah dan menghalangi praktik meditasi *samatha* dan *vipassanā*. Pertama-tama, harus diperhatikan bahwa pandangan ini tidak berdasar dan menyebabkan kerugian besar dan bahaya dalam penyebaran *Paṭipatti Sāsanā*. Harus diperhatikan dengan tegas bahwa penganut dan pengikut pandangan demikian hanya mencoba mencari jalan cepat menuju *Nibbāna*.

BAGAIMANA YANG MULIA VAPPA, DAN YANG LAINNYA, BERJUANG KERAS UNTUK MENCAPAI PENCERAHAN

Yang Mulia Vappa, dan yang lainnya, berjuang keras untuk mencapai pencerahan dengan mengembangkan Jalan Mulia Berunsur Delapan dalam diri mereka, seperti yang diajarkan dalam *Dhammacakkappavattana Sutta*. Setelah Jalan Mulia Berunsur Delapan dikembangkan, seperti yang

dijelaskan sebelumnya, dengan mengamati fenomena melihat, mendengar, dan lain-lain, yang muncul secara terus-menerus dalam diri seseorang, seseorang dapat memahami kebenaran yang dinamakan penderitaan (*upādānakkhandha*) dengan sepenuhnya dan dengan benar.

Yogī, yang pertama kali, dengan tanpa henti mengamati kemunculan dari *nāma* dan *rūpa,* ketika hal itu terjadi, mungkin merasa terganggu dengan pikiran yang mengembara dan berimajinasi. Khususnya, bagi yang pernah mempelajari dan dibimbing, kecurigaan dan keraguan mungkin muncul. Untuk beberapa orang, kesakitan yang tidak tertahankan akan berkembang dalam tubuh mereka. Objek dari penglihatan yang aneh dan tanda-tanda dapat mengalihkan perhatian mereka, memandang diri mereka lebih tinggi dari lainnya (dengan kesimpulan yang salah terhadap pencapaian mereka). Beberapa orang mungkin mendengar suara bisikan di telinga mereka atau mengalami penurunan semangat karena kemalasan dan kelambanan. Kemajuan juga bisa terhambat karena ketidakseimbangan antara *saddhā* dan *paññā* (keyakinan dan kebijaksanaan), atau antara *samādhi* dan *viriya* (konsentrasi dan usaha). Tanpa adanya usaha yang terkonsentrasi, *samādhi ñāṇa* (batin yang terkonsentrasi) tidak dapat berkembang.

Pada tingkat *udayabbaya ñāṇa,* ketika fenomena aneh seperti cahaya, *pīti, sukha,* dan kesadaran yang sangat intens muncul, umumnya, *yogī* mungkin memiliki pendapat sendiri tentang pencapaiannya. Ketika gangguan, kotoran batin, dan kesulitan seperti itu muncul dalam kegiatan meditasi; menjadi penting bagi guru meditasi untuk memberikan bimbingan dan bantuan untuk menghilangkannya. Tanpa kehadiran seorang guru untuk membimbing dan membantunya, usaha *yogī* pada meditasi mungkin menjadi sia-sia. Inilah alasan mengapa Begawan senantiasa menunggu, tanpa pergi ber-*piṇḍapāta,* demi memberikan bimbingan kepada Yang Mulia Vappa, dan *bhikkhu* lainnya yang sedang berlatih meditasi.

Dengan bimbingan dan bantuan tersebut, Yang Mulia Vappa mencapai *sotāpatti magga* dan *phala* setelah berusaha kira-kira selama satu hari. Ketika beliau mencapai realisasi lebih lanjut tentang Empat Kebenaran

Mulia, beliau menjadi mapan dalam jasa kebajikan dan pembenaran dalam *diṭṭhadhamma,* dan lain-lain. Mengetahui kebenaran dengan usaha sendiri, semua keraguan tentang Ajaran akan lenyap. Akan muncul keyakinan, dan beliau akan siap untuk menghadapi segala pertanyaan yang berkaitan dengan Ajaran. Setelah mendapatkan kelayakannya tersebut, beliau memohon kepada Begawan untuk ditahbiskan ke dalam *Saṅgha*. Guru Agung Buddha menyetujui permohonan beliau dengan kata-kata sambutan '*Ehi bhikkhu'.*

Yang Mulia Bhaddiya, Mahānāma, dan Assaji juga mencapai *sotāpatti magga* dan *phala;* telah meninggalkan ketidakpastian, memperoleh keyakinan dalam *Dhamma*; secara berurutan, memohon pada hari *Waning* kedua, ketiga, dan keempat di bulan Wāso untuk ditahbiskan ke dalam *Saṅgha.* Kemudian, Guru Agung Buddha menabhiskan mereka dengan berkata, '*Ehi bhikkhu'.* Pada hari *Waning* kelima di bulan Wāso, Begawan mengumpulkan kelompok lima *bhikkhu* dan mengajarkan *Anattalakkhaṇa Sutta*. Pada waktu itu, ketika mendengarkan khotbah, kelima *bhikkhu* merenungkan *upādānakkhandha* dan mengembangkan *vipassanā magga;* dengan kebajikan tersebut, mereka semua mencapai tingkat kesucian *arahat*.

ENAM *ARAHAT* TERMASUK BEGAWAN

Tena kho pana samayena cha loke arahanto hon'ti.

Demikian, tercatatlah oleh penyusun dari Sidang *Saṅgha* Pertama dalam kanon Pāḷi *Vinaya, Mahāvagga*. 'Pada waktu itu, setelah *Anattalakkhaṇa Sutta* dibabarkan, terdapat enam *Arahat,* termasuk Begawan, di dunia ini. Sebuah peristiwa yang sungguh indah, tidak pernah terjadi sebelumnya'.

Marilah kita mengakhiri khotbah tentang *Dhammacakkappavattana Sutta* dengan mengisi batin kita bersama para Yang Mulia yang sudah Tercerahkan ini, enam *Arahat*, dan memberi penghormatan, "Kami, para murid Buddha, membungkuk dengan kedua tangan dirangkapkan untuk memberi penghormatan dan pemujaan dengan rasa hormat yang mendalam kepada Guru Agung Buddha, bersama dengan kelompok lima *Bhikkhu Arahat* yang telah melenyapkan *kilesa*, telah sepenuhnya menjadi Yang Tercerahkan, dua ribu lima ratus lima puluh satu tahun lalu pada hari *Waning* kelima di bulan Wāso, di Taman Rusa, dekat Bārānasī".

DOA PENUTUP YANG MULIA

Semoga Anda semua yang hadir di sini dalam keadaan baik, dengan kebajikan memberikan perhatian penuh hormat kepada 'Khotbah Utama tentang Pemutaran Roda *Dhamma*', dengan kata lain disebut *Dhammacakkappavattana Sutta*, yang telah dibabarkan dengan penjelasan terperinci dan lengkap dalam delapan bagian, dalam delapan kesempatan; dari hari bulan baru di bulan Tawthalin hingga hari bulan penuh di bulan Hnaung Tagu di tahun 1324, Tahun Myanmar; mampu menghindari jalan ekstrem dari keterlibatan dalam kesenangan sensual dan juga jalan penyiksaan diri yang sangat keras. Dan dengan mengembangkan Jalan Tengah, dengan kata lain disebut Jalan Mulia Berunsur Delapan, semoga Anda semua menjadi tercerahkan dalam *pariññapaṭivedha*, *pariññābhisamaya* (memahami kebenaran yang dinamakan penderitaan dengan sepenuhnya dan benar), dalam *pahānapaṭivedha*, *pahānabhisamaya* (melenyapkan sebab-sebab penderitaan), dalam *sacchikiriyapaṭivedha*, *sacchikiriyabhisamaya* (merealisasi kebenaran yang dinamakan akhir penderitaan), dan dalam *bhāvānapaṭivedha*, *bhāvanābhisamaya* (mengembangkan *maggasacca* dalam diri) dan segera mencapai *Nibbāna*, akhir dari semua penderitaan.

Sādhu! Sādhu! Sādhu!

NAMA HARUM DONATUR DHAMMADĀTĀ

N a m a	Jumlah	N a m a	Jumlah
Sugandha Widjaja	20	Louw She Cok	3
Suyati Tandana	20	Magdalena	3
Aryo Prawira	10	Oey Mulyadi	3
Grace Kandoly	10	Sandra Juda Widjaja	3
Chandra Lesmana	8	Susanto SE	3
Budiman Butopo & Kel.	5	Agil	2
Indra Alirusin	5	Bobby	2
Juliana Thamrin	5	Elianti	2
Juliani	5	Gren & Ianpin Family	2
Mariana Santy Yonata	5	Hasan Go & Kel.	2
Nurlia	5	Heryanto Ang	2
Rosmawaty Sukiatto	5	Jonika Permatasari	2
Sujanto	5	Lie Na	2
Tanti Sri Mayastuti S	5	Meta Sari	2
Tji Wan Halim	5	Mutia Dewi Ali	2
Untung	5	Oei Yenny Winarto	2
Yohendy Skom. & Kel.	5	Rosalina	2
Linda Chaisya	4	Rosmawati Wijaya	2
Pranoto Djojohadi K	4	Su Tjhan Fu	2
Rita	4	Suleman	2
Robby Sidharta	4	Tan Gek Lian	2
Sutanni	4	Yulia Suanda	2
Yulia SanSan	4	Agustina	1
Alwi Susanto	3	Alwi Wirianata	1
Chandra Susanto	3	Anthony Lauw	1
Farini	3	Damayanti	1
Henny Setiawan	3	Daniel Wijaya Kusuma	1
Iswandy	3	David Sungahandra	1
Jono Effendi	3	Dewi Sisilia Kulimno	1
Lina Melani Tan	3	Dickinson Siddharta	1

NAMA HARUM DONATUR DHAMMADĀTĀ

N a m a	Jumlah	N a m a	Jumlah
Donna	1	Paulina	1
Ernawati	1	Prita Natalia	1
Farida	1	Priyanka Ang	1
Feronica Laksana	1	Rickie Guntoro	1
Gerraldo Silakumaro Candra	1	Riki Setiawan	1
Gouw Tjeng Sun	1	Rosna Chandra	1
Halim Wijaya	1	Sen Yung	1
Hartawan Setiawan	1	Setiawan Husen	1
Hendry Ang	1	Shelley Siawira	1
Herlina	1	Shirley Ayu Widyaningsih	1
Ik Foeng Mansur	1	Siska Herawati	1
Indra Anggono	1	Stella Angela	1
Indra Susanto	1	Susie Hartati	1
Ir. Yuliani	1	Sutrisno	1
Irawati Ignatius	1	T Marianty Moerdani	1
Julita	1	Tamil Selvan	1
Kurniawati	1	Thomas Budiman	1
Lenny Kamadjaya	1	Tjong Mulyani Sari Dede	1
Lidya Winata	1	Vera Setiawan	1
Lili Pratiwi	1	Victoria Vitanto	1
Lim Lina Herawati	1	Viliawati Rusli	1
Liong JeFing	1	Winda Jeania Purnama	1
Mariana Halim	1	Winda Septiana	1
Mayati	1	Yanni	1
Meliana	1	Yensiska	1
Melissa Adiwinata	1	Yessica Sugianto	1
Novi Aprilita Tan	1	Yuliasan	1
Novie Wednesdayanti	1	Yunita Hadi Chandra	1
Olivia Djoharsjah	1	Yus Wadi	1
Paramita Ang	1	Yushitaka Erina	1

DANA BUKU DHAMMACAKKAPPAVATTANA SUTTA

N a m a	Jumlah	N a m a	Jumlah
Tjie Kim Giok	30	Kel. Lim Hok Kun - Cindy Lestari	5
Kartini	20	Kosasih & Rosaline	5
Keluarga Eddy, Celine Yansen, Catharine Hadiwijono	20	Sapta Ariya Nugraha	5
		Toni Wilbert	5
Pelimpahan Jasa a.n. Alm. Ku Kam Sen	20	Bahar & Keluarga	4
		Drg. Merrys Mayadevi	4
Pelimpahan Jasa a.n. Almh. Bong Chun Lie	20	Johnny Chandra	4
		Pelimpahan Jasa a.n.	4
Suyati Tandana	20	Alm. Angelyne Florencia Rizaldi	
Sandra Terta	15	Clesia Margaretha, Aurelia,	3
Suprianto	15	Aileen Vimala	
Andrew Christian Johanes	10	Desy	3
Benny, Frida, Mira	10	Elianti	3
Doni Tanutama	10	Lenny Rovelensia	3
Haryo Suparmun	10	Merry Sumah Tan	3
Irwan Sutejo	10	Pelimpahan Jasa a.n. Almh. Suanty Sarikho	3
Is Is	10		
Pelimpahan Jasa a.n. Alm. Cuang Sang Yen	10	Riani Dewi Utama S	3
		Setiaman ST	3
NN	8	Steven	3
Linda Purwanti	7	Yoharto	3
Welly Suhardi Tjhai	7	Yus Wadi	3
David Tanuwidjaja	6	Ayu Priyanto	2
Liaw Kong Min	6	Boby Maksum	2
Pelimpahan Jasa a.n. Alm. Lie Cin Khu	6	Citra	2
		Cung Mi Kiun	2
Waslin	6	David Pangputra	2
Andri Ciputera	5	Deiki Irawan & Kel.	2
Andy Syahputra	5	Edy Agus	2
Anita Hasan & Kel.	5	Ewi Lettan	2

DANA BUKU DHAMMACAKKAPPAVATTANA SUTTA

N a m a	Jumlah	N a m a	Jumlah
Febry Sintoso	2	Wangto Ratta Halim	2
Gapang & Leluhur	2	Winti Kosasih	2
Haris Surony	2	Adi Kurniawan	1
Hartono Suwandi	2	Ang Eng Suan	1
Helin Adhyap	2	Angela	1
Heri Yandi	2	Anggraria & Keluarga	1
Iwan Indra	2	Atyun Riyandi	1
Keira Cleantha &	2	Brilly, Adeline, Yuheriwan	1
Gwyneth Claeantha		Chandra Wijaya	1
Megawati	2	Chen Mei Wen	1
Melany	2	Christian Hadiwija	1
Mely Susan Gunawan	2	Christine Tjen	1
Nani Sarikho	2	Dannie S	1
Ong Linda	2	Darwin Halim	1
Pamela Angela	2	Daryanto	1
Paul Ony	2	Djimie	1
Pelimpahan Jasa a.n.	2	Djoeng Lew, Cuculia, Nathan	1
Alm. Nyanasutta		Dwi Afrilina	1
Ray Dewi Rejeki	2	Farida	1
Reinie	2	Fensca Marcviola	1
Rina, Agus & Keluarga	2	Group Angela	1
Rusdi, Monic, Keilyn	2	Handy Wijaya & Keluarga	1
Rustandi	2	Hendrawan Gozali	1
Setiawan Husen	2	Hendry Kuswandi & Keluarga	1
Sokimman	2	Herawan Tanu	1
Sugiarto	2	Herman Nie Nie	1
Suhanpin	2	Hormein	1
Surita Dendy	2	Indrajanty	1
Surya	2	Irene Lie	1
Tan Lie	2	J. Harman & A Ing	1

DANA BUKU DHAMMACAKKAPPAVATTANA SUTTA

N a m a	Jumlah	N a m a	Jumlah
Jemmy Santoso	1	Pelimpahan Jasa a.n.	1
Jessyln Tanaka	1	Alm. Bambang Yulianto	
Jogie Chandra	1	Pelimpahan Jasa a.n.	1
Johan Pukori	1	Alm. Lo A Jung	
Keluarga Chandra. S & Any	1	Pelimpahan Jasa a.n.	1
Keluarga Eko Purnomo &	1	Alm. Para Leluhur Kel. Khoe	
Semua Makhluk		& Kel. Ong	
Keluarga Husin &	1	Pelimpahan Jasa a.n.	1
Semua Makhluk		Alm. R. Soebardjat	
Keluarga Maslie	1	Pelimpahan Jasa a.n.	1
Keng Tjai & Tio Lie Eng	1	Alm. Reneeze Jizzelle Kuswandi	
Khantidhira Winona	1	Pelimpahan Jasa a.n.	1
Khristian Swandy C	1	Alm. Tan Ben Nio	
Leopordo Setiadi	1	Pelimpahan Jasa a.n.	1
Liaw Djai Yen	1	Alm. Tan Kun Liong	
Lily Angrani	1	Pelimpahan Jasa a.n.	1
Liong Po Tjie dan Luna	1	Alm. Yap Hoo Seng	
Marlina Moeljadi	1	Pelimpahan Jasa a.n.	1
Martin Lai & Kel.	1	Alm. RR. Banundari	
Meidina & Kel.	1	Pelimpahan Jasa a.n.	1
Melissa	1	Alm. Shirley Burhanudin	
Melvi	1	Priscillia Kwong	1
Mery	1	Ricky Salim	1
Meta Sari	1	Ririn Suryani	1
Meychel	1	Rizaldie Ramali	1
Nanang Liaw	1	RR. Sri Redjeki	1
Nicole Alexa	1	Rudi	1
Njo Kheng Hong	1	Ruly Kuswandi & Keluarga	1
NN Binjai	1	Sarin Tjandra	1
Pelimpahan Jasa a.n	1	Selly	1
Alm. Tan Siu Hua			

DANA BUKU DHAMMACAKKAPPAVATTANA SUTTA

N a m a	Jumlah	N a m a	Jumlah
Semua Makhluk Samsara	1	Suhinli	1
Semua Makhluk tak terhingga	1	Susan Herti	1
tak terbatas	1	Sutanto	1
Shanty Novia		Tjhin Kim Thin & Owen	1
Sohina & Lim So hun	1	Toni	1
Sonavia Tanius	1	Tony Santoso	1
Sri Yanti Anthonio	1	William, Winnie dan	1
Sugiarto Phing	1	Wilbert Louis Jang	

Dhammacakkappavattana Sutta merupakan buku ketujuh yang juga merupakan bagian yang paling "dalam" dari Abhidhamma Piṭaka, banyak yang merasa inilah bagian yang terberat dalam mempelajari Abhidhamma Piṭaka, namun Sayalay Susīlā selalu dapat memilih kata-kata yang ringan, disertai contoh-contoh dalam kehidupan sehari-hari membuat Dhamma yang "berat" dan "dalam" ini menjadi suatu bacaan yang "enak" dibaca, mudah dicerna, tidak kering dan membosankan.

Selain contoh-contoh dalam kehidupan sehari-hari, juga terdapat cerita-cerita dalam Sutta, karena itu pembaca dapat memperoleh dua pengetahuan sekaligus, Abhidhamma dan Sutta.

Buku ini bertujuan agar pembaca dapat lebih memahami proses kemunculan fenomena, bahwa tidak ada sesuatu yang abadi atau tidak terdapat seorang tuan sebagai penguasa, tidak adanya makhluk hidup, tidak adanya Anda, saya, maupun dia, yang ada hanyalah proses dari reaksi antara batin dan jasmani, semuanya hanyalah fenomena yang tidak kekal dan tanpa diri.

Buku yang mencerminkan pengetahuan Buddha— Guru Agung yang sedalam samudra, sangat direkomendasikan bagi mereka yang mencari kebenaran di dalam Dhamma. Selain contoh-contoh dalam kehidupan sehari-hari, juga terdapat cerita-cerita dalam Sutta, karena itu pembaca dapat memperoleh dua pengetahuan sekaligus, Abhidhamma dan Sutta.

Buku ini bertujuan agar pembaca dapat lebih memahami proses kemunculan fenomena, bahwa tidak ada sesuatu yang abadi atau tidak terdapat seorang tuan sebagai penguasa, tidak adanya makhluk hidup, tidak adanya Anda, saya, maupun dia, yang ada hanyalah proses dari reaksi antara batin dan jasmani, semuanya hanyalah fenomena yang tidak kekal dan tanpa diri.

Buku yang mencerminkan pengetahuan Buddha— Guru Agung yang sedalam samudra, sangat direkomendasikan bagi mereka yang mencari kebenaran di dalam Dhamma. Selain contoh-contoh dalam kehidupan sehari-hari, juga terdapat cerita-cerita dalam Sutta, karena itu pembaca dapat memperoleh dua pengetahuan sekaligus, Abhidhamma dan Sutta.

Dhammavihārī Buddhist Studies
www.dhammavihari.or.id