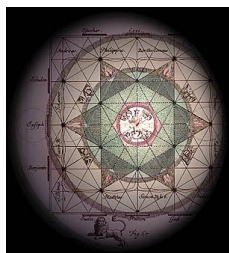
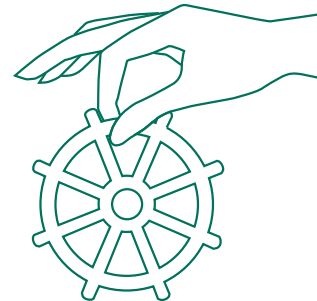


Buletin Maya Indonesia

# Dharma Maṅgala

d a s s a n a , p a t i p a d a , v i m u t t a

Pergilah, oh... para bhikkhu, menyebarkan demi manfaat orang banyak, demi kebahagiaan orang banyak, demi cinta kasih pada dunia ini, demi kesejahteraan dan kebahagiaan para dewa dan manusia. Hendaklah kalian tidak pergi berduaan ke tempat yang sama. Ajarkanlah Dhamma yang indah pada awalnya, indah pada tengahnya dan indah pada akhirnya...



## AGAMA BUDDHA DAN ILMU PENGETAHUAN

Oleh : GERALD DU PRE

Banyak umat Buddha yang percaya bahwa Agama Buddha itu didalam membicarakan tata kasunyataan, membahasnya secara tertentu, sedang ilmu pengetahuan (= science) itu didalam membicarakan tata kasunyataan, membahasnya secara tertentu, lainnya lagi. Beberapa orang didalam membicarakan keduanya menyimpulkan lebih lanjut, dengan mengatakan bahwa Agama Buddha dan ilmu pengetahuan itu bertentangan, satu terhadap yang lainnya. Untuk sebagian dari mereka, para sarjana, apabila diminta memikirkan semua aspek dari Agama Buddha, mengatakan bahwa memikirkan hal yang demikian itu, merupakan hal yang nonsense.

Saya fikir, keduanya, baik umat Buddha, maupun para sarjana, mengalami salah pengertian, mengenai pandangannya, yang satu terhadap yang lainnya. Jika saya diminta untuk mendefinisikan keduanya, yaitu ilmu pengetahuan dan Agama Buddha, maka pertama-tama, saya akan menunjukkan terlebih dahulu bahwa Agama Buddha itu juga adalah suatu ilmu pengetahuan. Saya percaya bahwa apabila hal ini diketahui, Agama Buddha akan memperoleh kedudukan yang sangat penting, dan mempunyai pengaruh yang besar di Dunia Barat, karena memang Agama Buddha memiliki persyaratan untuk layak menerima kedudukan yang demikian.

Kita semua ini, umat Buddha dan para sarjana, di Dunia Timur dan di Dunia Barat, adalah sama-sama manusia biasa, memiliki indria penerima yang sama, mempunyai anggota-anggota tubuh yang sama, dan memiliki system

syaraf sentral yang sama, dan dahulu juga pernah sama-sama menjadi anak. Selagi masih kanak-kanak, kita telah belajar dengan semua peralatan yang dapat kita peroleh. Kita telah mempergunakan indria-indria penerima kita, untuk memperoleh informasi-informasi dari dunia, termasuk juga mengenai tubuh-tubuh kita sendiri. Kita melihat dan mendengar, merasakan, mencicip, dan mencium sesuatu. Kita telah melakukan aksi-aksi didalam dunia kita, untuk mengadakan eksplorasi, mengadakan eksperimen-eksperimen dan menemukan sesuatu, serta telah mengadakan observasi terhadap hasil-hasil aksi-aksi kita itu. Akhirnya, kita telah belajar berbicara dan berhitung. Kita telah belajar memberi deskripsi atas yang kita persepsi didalam symbol-symbol, - yang menyangkut dunia-dunia, angka-angka, dan diagram-diagram-, serta kita telah mengaplikasikannya didalam landasan logika terhadap symbol-symbol tersebut dan mengkonstruksikannya didalam kepala kita sebagai suatu model symbolis dari alam semesta, termasuk diri kita sendiri.

Ilmu pengetahuan (= science) itu secara aksaranya, berarti pengetahuan (= knowledge). Secara sederhana, ilmu pengetahuan itu dapat kita terangkan sebagai pengetahuan tentang kasunyataan (= truth) yang berisi pemahaman terhadap alam semesta, yang haruslah dapat kita definisikan seteliti dan sepeoleh mungkin, serta yang kita capai pemahamannya itu melalui penggunaan indria-indria penerima kita, anggota-anggota tubuh kita, serta otak kita, secara serempak. Itu adalah pengenalan atau pemahaman kita yang menyangkut penggunaan semua kemampuan manusia, dan usaha-usaha sebijaksana dan seteliti mungkin, yang telah kita fikirkan semendalam-mendalamnya terhadap semua bukti-bukti yang dapat kita kumpulkan, mengenai alam semesta dan isinya, termasuk diri kita.

Didalam prakteknya, itu menyangkut sejumlah besar hasil observasi banyak orang, yang dilakukan secara teliti, setapak demi setapak, mengenai keseluruhan alam semesta, dengan eksperimen-eksperimen dan dengan mengobservasi hasil-hasilnya, disertai kegiatan mendeskripsi apa yang telah diobservasi, yang dilakukan secara hati-hati, dengan penggunaan metode terpilih, dengan menggunakan symbol-symbol yang telah distandardisasi, yang disusun dan diatur dengan logika yang sangat ketat. Para sarjana itu merupakan putera-putera masa yang akan datang.

Beberapa orang pada semua periode sejarah telah melakukan observasi-observasi yang sangat teliti, telah menemukan penemuan-penemuan, sebagai hasil dari penggunaan akal secara brilian. Ilmu pengetahuan adalah penggabungan bersama-sama atas semua observasi-observasi, penemuan-penemuan, deskripsi-deskripsi, dan analisa-analisa, yang demikian itu, dan senantiasa secara terus menerus mengumpulkan hasil-hasil penyelidikannya, menjadi makin banyak lagi, serta mengaturnya untuk saling

berhubungan yang satu dengan yang lainnya, untuk dapat mencipta pemahaman yang paling baik atas alam semesta, yang dapat dicapai oleh manusia.

Oleh karena itu, prasangka yang buruk terhadap ilmu pengetahuan kita merupakan sikap yang tak memiliki dasar yang kuat, karena berarti berprasangka buruk terhadap semua isi pengertian-pengertian manusia. Ilmu pengetahuan, itu menurut definisinya, tidak dapat memisahkan, atau melalaikan, sesuatu bukti, dan tidak dapat melalaikan penggunaan metode-metode yang telah dimiliki oleh manusia. Itu tidak merupakan pandangan yang sempit terhadap alam semesta, serta juga tidak menggunakan metode yang sempit. Apabila kita dapat merasa gembira dan merasa sangat tenteram, dengan memiliki ilmu pengetahuan itu, maka itu berarti ilmu pengetahuan telah dapat memberikan sumbangannya, seperti yang diharapkan oleh para sarjana; dan ini menjadi tantangan bagi para sarjana untuk memberikan bukti-buktinya.

Pada umumnya, Religi-Religi, atau Agama-Agama, itu berkeadaan berbeda dari ilmu pengetahuan, didalam hal bahwa Agama itu mempercayai terdapatnya sesuatu, sejenis pengetahuan, yang diluar kemampuan manusia untuk mengalaminya. Philosophi, atau ilmu filsafat, itu umumnya, hanya mempergunakan beberapa bukti, - yaitu yang dapat dicapai melalui intellect -, dan tidak memperhatikan penggunaan observasi-observasi dan eksperimen-eksperimen. Para penganut Religi-Religi dan philosophi-philosophi yang demikian itu, kalau berbicara atau mencari berbagai jenis dan tingkatan kasunyataan (= truth), sikapnya menentang kasunyataan yang didapat oleh para sarjana.

Kita ketahui, dan yang barangkali para sarjana tidak mengetahuinya, bahwa Agama Buddha itu bukan merupakan Religi atau philosophi, yang sifatnya seperti Religi atau philosophi yang lain-lainnya. Agama Buddha itu tidak seperti disiplin akademis, yang hanya menggunakan kata-kata dan lambang-lambang, yang dicantumkan pada lembaran kertas kerjanya saja. Dan didalam Buddhisme, Sang Buddha itu tidak didewa-dewakan oleh para penganutnya. Ajaran Sang Buddha bukan berasal dari sumber yang sifatnya ekstrasensoris. Walaupun sangat luar biasa kehebatannya, Sang Buddha adalah tetap manusia biasa, dan kemampuannya juga adalah merupakan hasil belajarnya, yang dengan mempergunakan semua yang didapat beliau gunakan : indria-indria reseptornya, anggota-anggota tubuhnya, dan otaknya.

Selanjutnya, kami dapat mengatakan dengan sejelas-jelasnya, bahwa Buddhisme itu membicarakan pengetahuan yang sama, seperti yang dibicarakan oleh ilmu pengetahuan, - ialah pengetahuan yang dapat didekati oleh manusia.

Pangeran Siddhartha, yang kemudian mencapai tingkat Buddha itu, dibesarkan didalam tradisi Hindu, yang banyak membicarakan tentang pengalaman manusia, - yaitu kehidupan didalam mana manusia mengalami segala sesuatu : sensasi-sensasi, persepsi-persepsi, ingatan-ingatan, emosi-emosi dan lambang-lambang. Orang Hindu itu telah mengadakan observasi bahwa pengalaman manusia itu, secara normal, berada didalam keadaan disorganisasi, mengalami kekacauan jiwa, yang tak henti-hentinya, dari keragu-raguan, ketakutan-ketakutan, waswas, menyesal, teror-teror, dan keinginan-keinginan yang menyala-nyala, yang diluar pengontrolan diri. Walaupun hal-hal yang demikian itu, semuanya dialami secara umum oleh semua manusia, didalam tingkatan, yang sukar ditentukan rendah-tingginya, orang Hindu melihatnya sebagai suatu keadaan semacam sakit, dan lalu mereka memperkembangkan tehnik-tehnik penenangan, yang mirip-mirip dengan yang akhir-akhir ini oleh Dunia Barat mencarinya dalam penggunaan obat-obat penenang.

Walaupun Pangeran Siddhartha, yang hidup didalam kemewahan, dilindungi keamanannya secara ketat, dan dalam keadaan serba kecukupan segala-galanya, namun beliau dapat menyadari sepenuhnya akan pengalaman tentang disorganisasi kepribadian, atau sakitnya jiwa, pada diri kebanyakan orang, yaitu dengan adanya perasaan-perasaan ketidak-puasan dan ketidak-tenangan. Kemudian beliau memutuskan untuk memberikan kesembuhannya secara tuntas.

Pokok pembicaraannya, oleh karena itu, adalah pengalaman, dan tujuannya adalah, dua hal, yaitu memahaminya, serta menyembuhkan penyakit-penyakit yang secara umum diderita semua manusia, yang diistilahkan dengan istilah dukkha.

Kita memiliki sejumlah besar ingatan-ingatan tentang perjuangannya, untuk memahami dan untuk mengubah pengalaman-pengalamannya. Beliau tidak melalaikan informasi-informasi yang ada, tetapi mengumpulkan semua informasi itu untuk beliau cari keterangannya, dengan jalan mengadakan analisa yang logis. Pangeran Siddhartha juga tidak menolak metode-metode yang ada, dan mencoba metode-metode itu, hingga terbukti bahwa metode-metode itu tidak benar, atau tidak baik. Beliau selalu mengobservasi pengalaman beliau sendiri, dengan keadaan tidak terikat dan dengan kejujuran yang ketat, tidak memanjakan diri. Akhirnya, setelah mencoba-coba segala sesuatu, beliau menemukan jalan, yang tepat, dan dapat menyembuhkan pengalamannya, yang dinamai dukkha itu.

Beliau lalu mendirikan diatas semua yang dihadapi dengan ditemukannya itu, suatu teori yang logis, dan yang diutarakan secara teliti. Sang Buddha telah mewariskan semua teori dan metode-metodenya kepada para

pengikut beliau, didalam bahasa yang mudah dimengerti, tanpa ada sesuatu yang tidak diberikan, atau disembunyi-semunyikannya.

Sudah selama dua setengah ribu tahun, karya Sang Buddha telah ditest dan diperkembangkan oleh banyak manusia-manusia yang brilliant, dan didalam waktu tersebut, sudah ribuan orang yang berhasil didalam mengubah pengalaman-pengalaman mereka, sesuai dengan yang dikatakan oleh Sang Buddha.

Karena metode ini, karena sikap mentalnya yang berpijak dibumi yang nyata, karena jiwa yang bebas menanyakan segala sesuatu, yang digabungkannya dengan teorinya yang logis, dengan observasinya yang tajam dan teliti, serta dengan aplikasinya yang praktis, yang menyebabkan Buddhisme di masa-masa yang lampau, begitu sukar untuk diklasifikasi. Atas dasar keterangan yang jelas mengenai definisinya yang demikian itu, maka dapatlah kita lihat dan fahami bahwa Buddhisme itu memiliki ciri-ciri yang sama seperti ciri yang dimiliki oleh ilmu pengetahuan. Saya tidak melihat alasan-alasan, dan saya heran, mengapa Buddhisme itu tidak diistilahkan sebagai ilmu pengetahuan. Buddhisme itu, bagi saya, merupakan Agama yang sifatnya tidak seperti Agama-Agama lainnya, pun juga merupakan suatu filosofi, yang memiliki sifat-sifat tersendiri; bagi saya, Buddhisme itu seakan-akan merupakan suatu ilmu pengetahuan.

Karena materi kasarnya bagi studi dan therapy-nya adalah pengalaman, Buddhisme itu dapat diistilahkan sebagai ilmu pengetahuan tentang pengalaman.

Yunani Kuno, lama setelah munculnya Hinduisme, mulai tertarik perhatiannya kepada psyche, yang mereka lihat sebagai suatu essensi, roh (= soul) atau semangat (= spirit), yang membuat benda-benda itu hidup. Pada abad ketujuh belas Masehi, di Inggris, istilah psyche memperoleh tambahan arti, yaitu sebagai jiwa (= mind). Kemudian, didalam abad yang sama, muncul untuk pertama kalinya, istilah psychology, suatu gabungan perkataan psycho-dan-logy, yang berarti studi tentang roh atau jiwa manusia (the study of the human soul or mind).

Psychology ini tetap merupakan gabungan antara religi dan philosophy, sampai abad ke-sembilan belas. Lalu itu mulai menjadi ilmu pengetahuan, dengan meninggalkan konsep roh (= soul), dan bahkan lalu juga meninggalkan konsep jiwa (= mind), untuk akhirnya mengkonsentrasikan perhatiannya pada studi tentang pengalaman. Orang-orang seperti Wundt, dan kemudian Freud dan para penganutnya, mengambil pengalaman sebagai subject penyelidikannya, dan mempelajarinya dengan metode introspeksi.

Oleh karena itu, ilmu pengetahuan tentang pengalaman, lalu tersusun kembali secara keseluruhan. Adalah menarik

untuk diketahui bahwa saat itu lalu mungkin merupakan sejarah barunya dari psychology, yaitu karena kena pengaruh dari Dunia Timur, atau barangkali karena kena pengaruh filsafat pada ketika itu, psychology sebagian mengalami perubahan dari studi terhadap roh, menjadi ilmu pengetahuan introspective tentang pengalaman.

Selama masa abad sekarang ini, psychology telah meluas dan mencakup juga studi tentang tingkah-laku, sehingga sekarang ini telah diterima secara umum bahwa psychology telah menjadi ilmu pengetahuan tentang pengalaman dan tingkah-laku (the science of experience and behaviour). Namun psychology masih terlekat oleh nama yang kurang baik, yaitu faktanya, berdasarkan arti aksaranya, psychology itu berarti suatu studi tentang roh atau jiwa (study of soul or spirit).

Psychology itu tidak hanya studi tentang pengalaman dan tingkah-laku saja, tetapi, seperti Buddhisme, juga berusaha untuk mengubah pengalaman dan tingkah-laku. Ahli ilmu jiwa, sangat menyadari bahwa ilmu pengetahuan psychology itu, lebih dari pada hanya merupakan ilmu pengetahuan yang biasa, seperti Buddhisme, haruslah dapat memunculkan suatu cara kehidupan yang baru, suatu filsafat kehidupan yang baru, nilai-nilai yang baru, dan kode tingkah-laku, yang baru.

Buddhisme dan psychology yang introspective, itu lalu, meliputi tepat sama dalam satu landasan, dan secara sama dan tepat, juga memiliki aktualitas atau scope yang potensial, yang sama. Kiranya orang tidak perlu khawatir, bahwa Buddhisme itu akan dijadikan bagian dari psychology, atau diterangkan berdasarkan teori-teori psychologis.

Diterimanya Buddhisme sebagai ilmu pengetahuan tentang pengalaman, itu menyebabkan diperlukannya penulisan kembali dan pemikiran ulang keseluruhan sejarah dan garis arah perkembangan psychology. Nama psychology pun, terasa kuno, dan perlu diganti, tanpa akan banyak yang menentangnya.

Perlulah untuk diketahui bahwa orang-orang Hindu-lah, bukan orang-orang Yunani, yang telah meletakkan dasar untuk studi tentang pengalaman. Pula, perlu untuk diketahui bahwa Buddhisme-lah, bukan psychology, yang merupakan ilmu pengetahuan tentang pengalaman, dan Pangeran Siddhartha-lah, yang menjadi pendiri dan Bapak dari ilmu pengetahuan tersebut, bukan Wundt atau Freud. Penemuan Pangeran Siddhartha tentang cara penyembuhan yang radikal, untuk menyembuhkan disorganisasi mental, atau penyakit-penyakit jiwa, adalah cukup sempurna dan lengkap, bahkan tanpa ditambah dengan sumbangan cara-cara penyembuhan yang lainnya pun, mampu menyembuhkan kepribadian yang mengalami disorganisasi, sehingga beliau benar-benar merupakan tokoh paling besar di bidang ilmu pengetahuan, dan tampaknya merupakan tokoh paling

besar yang belum adaandingannya. Apakah Buddhisme itu secara historis, bertanggung-jawab atas munculnya psychology yang ilmiah, atau tidak, itu tidak mengubah fakta, bahwa psychology hanya merupakan perluasan masa belakangan, dari Buddhisme.

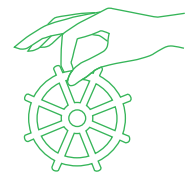
Apabila hal-hal tersebut diatas, telah diketahui, Buddhisme tentu memperoleh kedudukan yang sangat penting di Dunia Barat, dan ilmu pengetahuan Dunia Barat tentu akan memperoleh teori dan therapy tentang pengalaman, yang jelas, pada suatu waktu, tampak masih sedikit yang dimilikinya itu.




---

Sumber : [www.samaggi-phala.or.id](http://www.samaggi-phala.or.id)

#### Petunjuk berlangganan :



- Dapat mengirim email kosong ke :  
[Dharma\\_mangala-subscribe@yahoo.com](mailto:Dharma_mangala-subscribe@yahoo.com)
- Atau dapat langsung join melalui web :  
[http://groups.yahoo.com/group/Dharma\\_mangala](http://groups.yahoo.com/group/Dharma_mangala)
- Atau di perpustakaan on line yang menyediakan banyak ebook menarik:  
<http://www.DhammaCitta.org>

Surat-menyurat, kritik atau saran, dapat ditujukan ke alamat redaksi : [dharmamangala@yahoo.com](mailto:dharmamangala@yahoo.com).

Redaksi menerima sumbangan naskah atau cerita yang berhubungan dengan ajaran Sang Buddha Gotama. Redaksi akan menyeleksi naskah, mengedit tanpa merubah maksud dan tujuan naskah tersebut.

Semua artikel dapat diperbanyak tanpa ijin, namun harus mencantumkan sumbernya.



# Meditasi Vipassana

Metode Mahasi Sayadaw

### III.2. PERTAHANKAN POSISI DUDUK

Seorang yogi yang telah duduk selama 45 menit mungkin merasakan sakit. Barangkali ia ingin merubah posisi duduk. Dari petunjuk sebelumnya para yogi disarankan tidak merubah posisi duduknya. Sebaliknya ia bangkit dari posisi duduk dan mulai melakukan meditasi jalan.

Hal di atas baik dilakukan bila ia telah cukup lama duduk, taruhlah sekita 30 menit tanpa merubah posisi. Bila yogi ini tak ingin bermeditasi jalan ia dapat melepaskan diri dari rasa sakit dengan merenungkan sifat-sifat Sang Buddha. Ini disebut Buddhanusati Bhavana.

Buddhanusati Bhavana adalah meditasi dengan melakukan perenungan atas sifat-sifat luhur Sang Buddha. Ini merupakan salah satu objek dalam meditasi Samatha. Dengan melakukan hal ini seorang yogi merasa seolah-olah rasa sakitnya lenyap.

Sesungguhnya rasa sakit tersebut tidak lenyap. Prosesnya adalah demikian; ketika pikiran menyatu dalam perenungan sifat-sifat luhur Sang Buddha pikiran tidak lain menyadari adanya rasa sakit. Karena itu yogi ini menganggap rasa sakitnya telah lenyap. Ini adalah salah satu cara menghindari rasa sakit. Teknik ini diajarkan oleh Sang Buddha seperti yang tertulis dalam Sutta Bhikkhunupassaya.

Kembali ke praktek meditasi, bila banyak mengalami kekacauan, muncul perasaan tertekan. Akibatnya timbul kemalasan, enggan, khawatir berlebihan serta pecahnya konsentrasi. Dalam keadaan demikian sulit mengharapkan kemajuan. Pada kondisi ini adalah baik untuk merubah meditasi dari vipassana ke samatha untuk sementara waktu.

Setelah berubah ke samatha kita bisa memilih obyek yang disukai seperti melakukan meditasi cinta kasih atau yang lainnya. Saat pikiran terkonsentrasi dengan baik pada objek muncul ketenangan dan kebahagiaan. Tak lama pikiran menjadi jernih kembali. Kekacauan yang mengganggu sudah tersingkirkan.

Sewaktu ketenangan semacam ini sudah tercapai kita bisa kembali bermeditasi vipassana. Kita kembali mengamati proses.



## BAB IV

## KEMAJUAN VIPASSANA BHAVANA

## IV.1. KEMAJUAN Pada KONSENTRASI Dan KESADARAN

Ada tingkat kemajuan batin yang disebut *paccaya pariggahana*, pengetahuan akan sebab. Pada tahap ini kita menyadari karakteristik proses jasmani dan batin secara lebih khusus dan apa yang menjadi penyebabnya. Tahap kemampuan batin di atas juga diberi nama lain "tahap pemurnian". Karena kita secara langsung mampu melihat setiap fenomena yang muncul beserta sebab dan akibatnya. Hal ini memunculkan kemampuan untuk mengikis keragu-raguan.

Semakin trampil kita dalam proses ini, konsentrasi semakin tajam dan kesadaran semakin kuat. Akibatnya kita mampu melihat secara keseluruhan karakteristik proses mental dan jasmani. Sementara pada dua tingkat sebelumnya kita baru menyadari proses jasmani dan batin serta penyebabnya. Meski penglihatan kita semakin jelas dan tajam muncul kembali rasa sakit jasmani seperti rasa kaku, kejang atau kesemutan. Kemunculan rasa sakit ini membuat kita cukup menderita apalagi setelah melewati beberapa proses yang menyenangkan.

Pada tahap ini cobalah lakukan pencatatan dengan lebih intensif. Jika mungkin "masuk" ke pusat rasa sakit. Maka lambat laun rasa sakit itu menghilang. Sebelum rasa sakit itu belum benar-benar menghilang, muncul rasa sakit yang baru di tempat lain. Lakukan hal yang sama, amati dan catat dengan cermat. Sebelum rasa sakit yang kedua ini benar-benar pergi muncul ketidaknyamanan, katakanlah rasa gatal, di tempat yang lain lagi. Lakukan hal yang sama, amati dan catat secermat dan seteliti mungkin.

Lama-lama muncul pengetahuan batin. Pengetahuan yang muncul di tingkat ini dinamakan *sammasana nana*. Ini adalah pengetahuan yang memunculkan pengertian akan ketiga corak kehidupan duniawi yakni *anicca*, *dukkha* dan *anatta*.

Kembali ke rasa sakit. Ketika secara jelas kita melihat pecah, lenyap atau terdisintegrasinya rasa sakit kemudian muncul rasa sakit yang baru. Rasa sakit yang baru inipun pecah, menghilang atau lenyap. Begitu berulang-ulang. Kita sadar bahwa rasa sakit adalah subyek dari ketidakkekalan.

Selanjutnya kita menyadari ketidakkekalan yang berlangsung pada proses-proses jasmani dan batin. Disini muncullah kesadaran akan adanya *dukkha*, penderitaan. Namun saat kita melihat dengan jelas muncul dan lenyapnya sensasi yang tak mengenakkan di atas, kemudian kita catat, amati dengan cermat. Timbul kesadaran berupa segala sesuatu yang timbul akan lenyap. Hal ini akan memunculkan pengetahuan batin bahwa tak ada segala

sesuatu yang kekal. Timbullah pengetahuan batin berupa lenyapnya konsep akan adanya *atta* (diri), *ego* atau jiwa yang kekal. Apa yang benar-benar ada hanyalah proses perubahan jasmani-batin yang susul-menyusul, muncul dan lenyap. Meski muncul rasa sakit pada tahap ini kita lebih sabar menghadapinya. Terlebih ketika kita menyadari rasa sakit memiliki ketiga corak kehidupan yakni *anicca*, *dukkha* dan *anatta*, kita mencatatnya lebih cermat, rasa sakit itu pelan-pelan menghilang. Di akhir tahap ini (tahap ke tiga) rasa sakit itu benar-benar menghilang.

Setelah tahap ini terlewati pikiran menjadi lebih segar dan bertenaga. Karena tak ada lagi rasa sakit yang dominan kita bisa mengkonsentrasikan pikiran untuk mengamati proses jasmani dan batin tepat pada saat munculnya. Akibatnya konsentrasi semakin tajam dan kesadaran pun semakin kuat.

Dengan konsentrasi dan kesadaran seperti ini kita mampu melihat kemunculan segala sesuatu pada batin dan jasmani secara lebih jelas. Pada saat inilah kita memasuki tahap pengetahuan batin yang keempat yakni *nama-rupa nana*. Tahap keempat ini tercapai setelah kita melewati proses kesakitan yang sangat sulit. Tak heran bila setelah ini kita menjadi lebih bertenaga, tenang dan bahagia. Setelah itu sampailah kita pada tahap dimana semua pengalaman meditasi rasanya serba baik. Tahap pengalaman yang serba baik pun menjadi perangkap tersendiri bagi para yogi. Maklum saja secara alamiah kita selalu berpihak pada kesenangan.

Tak heran bila kita senang berada di tahap ini. Hal inilah yang menyebabkan beberapa yogi tak mampu meraih tahap pengetahuan yang lebih tinggi. Pesan penting yang harus disampaikan seorang guru adalah berusaha sebaik mungkin, sehingga kita tak mudah terperangkap pada pengalaman, yang baik maupun yang buruk. Bila terus mengembangkan kewaspadaan kita mampu "melihat" muncul dan lenyapnya segala sesuatu; ketidakkekalan dari fenomena batin dan jasmani.

## IV.2. PERKEMBANGAN PENGETAHUAN BATIN

Ketika seorang yogi mampu melihat ketiga karakteristik duniawi yang berlangsung pada jasmani dan batin berarti ia benar-benar berada pada *sammasana nana*. Pengetahuan batin ini adalah pengetahuan yang memunculkan pengertian akan ketiga karakteristik duniawi di atas.

Pada tahap ini konsentrasi kita menjadi sangat tajam. Karena ketajaman konsentrasi ini kita mampu melihat beragam ketidaknyamanan tubuh, *kayika dukkha*, seperti rasa neg, tubuh kaku, kram, kesemutan, dll. Pada saat melakukan meditasi jalan mungkin kita lakukan dengan sangat lambat. Meski lambat dan lembut kita

mampu melihat awal, pada pertengahan dan akhir dari kemunculan suatu objek. Saat rasa sakit muncul kita mampu melihat pula pada awal, pertengahan dan akhir dari kemunculan rasa sakit itu. Bisa dikatakan rasa sakit itu muncul dan lenyap di luar kehendak kita. Meski kita menghendaki rasa sakit itu pergi, tak muncul lagi, rasa sakit itu benar-benar muncul dan lenyap diluar kehendak kita. Jadi rasa sakit itu tunduk pada hukumnya sendiri, yakni hukum anatta. Segala sesuatu tunduk pada hukum ketidakkekalan, pada hukum ketanpaintian.

Pengetahuan batin di atas yakni pacceka nana muncul. Ini adalah pengetahuan menyeluruh atas ketiga karakteristik duniawi. Pacceka nana adalah bentuk lain Sammasana nana, yakni pengetahuan batin dari merefleksi pengalaman melihat muncul dan lenyapnya fenomena jasmani dan batin yang terjadi saat ini.

Ketika kita melihat secara jelas dan langsung fenomena muncul dan lenyapnya objek-objek jasmani dan batin muncul refleksi yang mengacu pada ketiga karakteristik duniawi yakni anicca, dukkha dan anatta. Timbul perenungan demikian, karakter alamiah dari nama dan rupa (batin dan jasmani) adalah anicca, dukkha dan anatta. Sehingga objek-objek yang belum sempat teramati pun memiliki ketiga corak duniawi ini.

Semua proses-proses jasmani dan batin di masa lalu, masa kini dan masa yang akan datang, jauh atau dekat, internal maupun eksternal, kasar atau halus tunduk pada ketiga hukum duniawi itu. Pengetahuan batin ini dinamakan anumana nana atau neyya nana.

#### IV.3. PERANGKAP SENSASI CAHAYA

Setelah kita mampu melihat ke dalam bahwa segala fenomena jasmani dan batin tunduk pada ketiga karakteristik alam konsentrasi semakin menguat. Rasa sakit pun semakin berkurang. Kita semakin mampu melihat dan mencatat berbagai bentuk sensasi rasa sakit. Kita semakin mampu melihat dan mencatat berbagai bentuk sensasi rasa sakit. Kita mampu melihat dan mencatat apapun objek yang muncul melalui keenam pintu panca indera. Dalam hal ini seolah-olah daya upaya kita terlihat konstan, tak terlalu bergiat pun tak terlalu santai, tak terlalu kuat atau pun lemah. Upaya semacam ini secara otomatis muncul menolong kesadaran untuk siap mencatat setiap objek yang muncul pada saat itu juga. Keadaan ini memunculkan perasaan bahagia. Pada tahap ini cukup sering terlihat pengalaman munculnya cahaya-cahaya atau sinar-sinar. Sinar-sinar ini kadang terang benderang seperti sorot lampu senter atau lampu mobil di malam hari. Yang perlu dicatat adalah semua sensasi ini tak akan berlangsung selamanya.

Kembali ke sensasi cahaya. Ketika sensasi cahaya ini

datang kita mencatatnya. Tak lama kemudian proses ini pun lewat. Hanya ada beberapa sinar yang bisa bertahan antara sepuluh sampai dua puluh detik. Tak ada yang lebih lama dari ini. Hanya saja sensasi sinar-sinar ini mendatangkan “perangkap” tersendiri bagi beberapa yogi yakni munculnya perasaan nikmat, takjub atau terpesona. Bila seorang yogi terlambat, lalai mencatatnya sensasi cahaya atau sinar-sinar ini akan muncul lebih sering dan lebih terang.

Bagaimana pun indahya sensasi ini akan berakhir pula suatu saat. Yang perlu kita lakukan hanyalah mencatat sensasi ini dalam batin dengan menyebut, “melihat ... melihat”. Jika kita lakukan pencatatan seperti itu cahaya ini kemudian lenyap. Tak lama cahaya atau sinar yang baru muncul lagi. Lakukan hal yang sama, catat lagi, “melihat ... melihat”. Demikian seterusnya.

Perlu dicatat, kita tetap berada pada perangkap cahaya bila kita melakukan pencatatan tapi bawah sadar kita “berkeras” terus menikmati sensasi ini. Saya (penceramah, D.V.P) akan menceritakan tentang seorang yogi perempuan berusia antara dua puluh sampai tiga puluh tahun. Yogi ini melihat sinar-sinar muncul ketika ia sedang bermeditasi. Herannya cahaya-cahaya ini muncul semakin terang dari waktu ke waktu. Yogi perempuan ini sangat menikmati munculnya sinar-sinar ini. Meski demikian ia berusaha keras mencatat setiap sinar yang muncul.

Jadi ketika seberkas sinar muncul ia mencatat, “melihat ... melihat”. Tak lama sinar itu lenyap. Tapi hanya sebentar. Sinar yang baru muncul lagi. Ia kembali mencatat seperti tadi. Sinar yang baru ini pun lenyap. Meski demikian bawah sadarnya sangat menikmati pengalaman ini. Bila saat wawancara tiba ia menjadi sangat malu karena terus-menerus menceritakan pengalaman yang sama. Ia bercerita demikian, ketika sinar-sinar ini muncul ia merasa seperti masuk ke dalam koper. Ia merasa masuk ke dalam perangkap yang menyesakkan, benar-benar tak berdaya untuk keluar dari sana.

Yogi perempuan ini terperangkap dalam pengalaman ini sehingga ia membutuhkan dua puluh hari untuk benar-benar keluar dari perangkap yang mengasyikkan ini. Pengalaman ini dinamakan nikanti. Nikanti artinya kekotoran batin yang sangat halus. Kerinduan atau rasa kangen termasuk ke dalam nikanti. Lihatlah bagaimana kekotoran batin yang sangat halus ini diam-diam telah menyusup ke dalam pikiran kita, mencuri kesadaran kita. Nikanti termasuk ke dalam sepuluh kekotoran batin. Sesuatu yang justru sangat berbahaya karena halusnyanya.

Pada masa kehidupan Sang Buddha ada seorang bhikkhu yang bermeditasi samatha sampai memperoleh tingkat konsentrasi yang tinggi. Ketika sampai ke jhana (tingkat konsentrasi) yang tinggi ia merubah meditasinya dari

samatha ke vipassana.

Bhikkhu ini tekun berlatih dan rajin mencatat setiap proses apapun yang muncul. Sampailah ia pada nana kedua dalam vipassana. Sayangnya setelah itu bhikkhu ini tak mampu meraih pengetahuan batin yang lebih tinggi karena keterikatannya pada jhana. Ia memiliki salah satu nikanti, ya itu tadi, keterikatan yang sangat halus akibat terkonsentrasinya pikiran pada jhana-jhana. Bhikkhu ini hanya mampu mondar-mandir dari nana satu sampai kedua. Begitu terus bolak-balik. Ia benar-benar terperangkap pada konsentrasinya yang tinggi. Sang Buddha menyebut pengalaman ini sebagai Dhamma raga, dhamma nandi. Artinya kenikmatan yang timbul akibat meraih dhamma. Dhamma yang dimaksud disini adalah jhana-jhana. Baik Dhamma raga maupun Dhamma Nandi adalah nikanti.

Bhikkhu ini sendiri tak menyadari ia masuk dalam perangkap nikanti. Sang Buddha yang memberitahu Bhikkhu Ananda alasan kenapa bhikkhu itu tak mampu meraih kearahatan.

#### IV.4. UDAYABHAYA NANA

Ketika kita mampu melewati perangkap nikanti (yang umumnya terjadi di nana kedua) kita akan memasuki kondisi “sangat buruk” tapi penuh pengalaman batin. Keadaan ini seolah-olah “buruk” tapi menjadi sebuah pengalaman yang baik di awal pencapaian nana keempat (Udayabhaya nana : kemampuan melihat muncul dan lenyapnya fenomena jasmani dan batin).

Tentu tahap keempat ini bisa kita masuki setelah kita berada para proses yang sangat sulit, yang sangat “sakit” yakni tahapan pengetahuan batin kedua. Sekali lagi pikiran menjadi sangat tangkas dan mudah dikendalikan. Seluruh tubuh terasa nyaman dan ringan. Perasaan pun bahagia. Karena kondisi yang nyaman ini lah seorang yogi bisa terperangkap atau terikat dengan hal ini. Keadaan ini dinamakan upakilesa.

Upakilesa bisa diterjemahkan sebagai hal-hal yang buruk. Jadi pengalaman yang menyenangkan di atas pun bisa masuk ke dalam “hal yang buruk” dalam dhamma. Pengalaman yang menyenangkan ini banyak mengotori pengertian kita, kebijaksanaan kita. Karena “kenikmatannya” ia membuat kita tak mampu meraih tingkat kemajuan batin yang lebih tinggi. Nyanaponika Thera menterjemahkan upakilesa sebagai korupsi, sesuatu yang bersifat jahat dan buruk, mengikis kebijaksanaan kita sedikit demi sedikit. Ia, upakilesa adalah salah satu dari sepuluh kilesa (kekotoran batin) dalam vipassana.

Dalam kasus di atas secepatnya kita memberitahu guru pembimbing bahwa kita memiliki kendala ini. Sehingga beliau bisa memberikan beberapa petunjuk yang akan

membuat kita mampu keluar dari perangkap ini. Apa yang seharusnya kita lakukan adalah terus mengawasi, melihat apapun proses yang timbul pada latihan kita dan mencatatnya seteliti mungkin.

Dengan cara semacam di atas lah kita mampu keluar dari perangkap “proses yang menyenangkan” ini. Biasanya setelah itu muncul perasaan-perasaan yang tak menyenangkan seperti rasa tak bahagia, bosan dan gelisah. Meski demikian pikiran tetap terkonsentrasi dengan baik bahkan semakin tajam. Pun pengetahuan semakin banyak diperoleh.

Dalam kondisi ini proses apapun yang muncul mampu kita lihat dan catat. Setelah dicatat dalam sekejap proses ini lenyap. Setelah itu kita mencatat lagi proses yang muncul kemudian. Proses terakhir ini, yang sempat kita lihat dan catat pun lenyap pula. Dari pengalaman-pengalaman ini muncul kesimpulan, “apapun yang muncul pasti akan lewat/lenyap juga”.

Dalam hal meditasi jalan, ketika kita mencatat gerakan mengangkat, ...“angkat ... angkat ...angkat”. Gerakan pertama dari mengangkat yang sempat tercatat tak lama kemudian lenyap. Kemudian muncul gerakan baru. Ketika gerakan yang baru ini kita catat lagi, gerakan ini pun lenyap juga. Dengan cara ini terlihat banyak gerakan kaki muncul dan lenyap begitu gerakan ini muncul. Disini kita dihadapkan langsung pada muncul dan lenyapnya fenomena jasmani. Demikian juga yang terjadi pada objek pikiran. Ketika suatu bentuk pikiran muncul kita mencatat, “berpikir ... berpikir... berpikir ...”. Maka bentuk pikiran ini akan lenyap. Kemudian muncul lagi bentuk pikiran yang lain. Kita melakukan hal yang sama dengan mencatatnya, “berpikir ... berpikir ... berpikir ...”. Maka bentuk pikiran yang baru ini pun lenyap. Dari pengalaman ini muncul kesimpulan di dalam diri, O... ternyata pikiran adalah subjek dari ketidakkekalan. Tak ada satu pun bentuk pikiran yang kekal. Mereka akan muncul kemudian lenyap”.

Meski demikian sulit melihat bentuk-bentuk pikiran dalam tiga karakteristik alam (bersifat anicca, dukkha dan anatta) kecuali kemunculan dan kelenyapan bentuk-bentuk pikiran itu. Faktanya jauh lebih mudah melihat tiga karakteristik almiah dari proses-proses jasmani seperti mengangkat, meletakkan mendorong, menjatuhkan pada meditasi jalan, dan lain-lain dibanding pengalaman melihat proses batin. (Bersambung)



Edisi Kedua, Cetakan Pertama, Akhir Oktober 2002.

Alih Bahasa :Chandasili Nunuk Y. Kusmiana

Samuel B. Harsojo;

Editor :Thitaketuko Thera



Demikian yang telah saya dengar pada suatu ketika, Buddha berdiam di kota Sravasti, biara Jetavana di Taman Anathapindika. Setelah kematian Raja Prasenajit, anak laki-lakinya Vaidurya mewarisi tahtanya. Karena raja-raja kecil tidak berkenan mengikuti Dharma, tak terhitung makhluk hidup dibunuh dan diinjak oleh gajah. Banyak wanita dari kasta tinggi melihat hal ini kemudian melepaskan kehidupan duniawi dan menjadi bhikkhuni. Beberapa dari wanita itu berasal dari suku Sakya dan keluarga kerajaan, dan mereka sangat manis dan cantik. Ketika 500 wanita seperti ini melepaskan keinginan dan kebahagiaan dan bergabung dengan Sangha, semua orang di negeri itu berbahagia dan menyediakan kebutuhan-kebutuhan mereka.

Kelompok bhikkhuni suatu saat saling berkata, "Meskipun kita telah mengambil sumpah, kita belum merasakan Dharma, belum melepaskan kemelekatan, dendam, dan ketidaktahuan, dan ini adalah suatu kesalahan. Marilah kita pergi ke bhikkhuni Prajapati, bersujud, dan berkata, "Kakak, ketika kami ditahbiskan kami tidak merasakan nektar Dharma. Kami mohon kepadamu untuk memberikannya kepada kami."

Bhikkhuni Prajapati memberitahu mereka, "Kalian semua dari kasta tinggi dan memiliki tujuh kekayaan, gajah, kuda, menteri, pelayan pria dan wanita, tanah dan harta benda. Mengapa kalian tidak bisa melepaskannya, seperti saya, memisahkan diri dari kesenangan dan hidup sesuai ajaran Dhamma? Kalian juga boleh kembali ke rumah kalian, menikmati diri dengan suami dan anak-anak, dan bahagia sepanjang hidup."

Mendengar hal ini, para wanita menangis dan kembali. Mereka kemudian pergi menghadap seorang bhikkhuni yang bernama Utpala, bersujud padanya, menanyakan kesehatannya, dan berkata, "Kakak, meskipun kami telah menolak dunia dan menjadi bhikkhuni, kami masih diliputi oleh keinginan dan kesenangan dan tidak dapat membebaskan diri dari kekotoran batin. Kami memohon padamu kakak, ajarilah kami Dharma Sempurna."

Bhikkhuni Utpala berkata, "Tanyalah apa yang kalian inginkan di masa lampau, masa kini, atau masa depan, dan saya akan memberitahumu."

Para bhikkhuni itu berkata, "Kakak, tinggalkan masa lalu dan masa depan untuk sementara, kami mohon engkau mengajarkan kami Dharma sekarang dan hilangkanlah keragu-raguan kami."

Utpala berkata, "Kemelekatan seperti api. Bahkan sungai-sungai dan gunung-gunung dapat dilahapnya dan akhirnya membakar semuanya seperti rumput. Dengan kekuatan kemelekatan, seseorang menyakiti yang lain, dan oleh karena itu terlahir di tiga alam rendah dan kemudian tidak bisa mencapai pembebasan.

Ketika seorang wanita menikah, dia benar-benar tunduk pada penderitaan. Jika ia berpisah dari suaminya, itu adalah kesedihan. Lahir, sakit, usia tua, kematian, hukuman dari raja -semuanya adalah penderitaan yang sangat besar. Untuk orang yang telah menikah hanya ada sedikit kebahagiaan dan banyak kesedihan."



Utpala,

Sang Bhikkhuni

Bhikkhuni itu melanjutkan, "Orang tuaku hidup serba sederhana, meskipun mereka memiliki kasta yang tinggi. Mereka menikahkanku dengan seorang yang bijaksana, cerdas, seseorang yang telah banyak tahu, dan seorang anak laki-laki lahir. Kemudian, ketika orang tua suamiku telah meninggal, saya kembali mengandung. Ketika waktu untuk melahirkan telah tiba, saya memberitahu suamiku bahwa saya ingin kembali ke rumah orang tuaku dan melahirkan disana. Suamiku setuju, dan kami bertiga pergi kesana. Ketika kami tiba di Pusat Propinsi, kesakitanku datang, saya menjadi sakit, berbaring di bawah di pohon dan melahirkan di tengah malam. Suamiku tidur di tempat yang tidak terlalu jauh. Malam itu suamiku digigit seekor ular berbisa dan tidak bisa meminta tolong. Keesokan harinya saya menemukan dia telah meninggal, tubuhnya mulai membusuk. Saya tidak sadarkan diri, tetapi anak laki-lakiku, melihat ayahnya terbaring meninggal, mulai berteriak. Teriakannya menyadarkanku.

Saya bangun, menggendong anakku yang lebih tua di belakangku, membawa bayi di depan dadaku dan, terisak saya sekarang tidak bisa bergantung lagi pada suami. Kami melewati sebuah tanah yang terencil dan tiba di sungai yang lebar dan dalam. Tidak mampu mengangkat kedua anakku di waktu yang sama, saya meninggalkan anak yang lebih tua di tepi dan membawa bayi melewatinya. Kemudian, ketika saya kembali untuk mengambil anak pertamaku, dia melompat ke air dan ketika dia melihatku, anakku terbawa arus. Ketika saya kembali ke tepi yang lain saya menemukan seekor serigala telah memakan bayiku dan darah bayiku masih berceceran di tanah. Saya mulai berjalan sendiri dan bertemu seorang saudagar di sepanjang perjalanan yang merupakan keluargaku. Dia bertanya kepadaku kemana saya akan pergi dan apakah saya berkelana sendiri.

Ketika saya bertanya tentang orang tuaku, dia berkata, "Rumah orantuamu telah terbakar dan semua orang yang didalamnya meninggal terbakar. Orang tuamu sudah lama tidak ada lagi."

Saya jatuh pingsan mendengar hal ini, tapi saudaraku membangunkanku dan membawaku ke rumahnya, ketika dia memperhatikan saya dengan lembut, seperti saya adalah anaknya sendiri. Saya hidup bahagia untuk sementara waktu, dan kemudian seorang saudagar yang lain memintaku untuk menikahinya.

Saya menikah dengannya dan kami bahagia. Saya mengandung lagi, dan ketika waktu untuk melahirkan tiba, suamiku ada di sebuah perayaan. Saya mengunci pintu dan duduk dalam kesakitan ketika suamiku kembali dalam keadaan mabuk, mengetuk pintu dengan keras, dan karena tidak ada yang membuka pintunya, dia menabraknya, masuk dan mulai memukulku.

Ketika saya berteriak, 'Jangan memukulku! Apakah engkau

tidak bisa melihat bahwa saya akan segera melahirkan?'

Dia menjadi marah. Dia membunuh bayi yang baru saja dilahirkan, menggorengnya dengan minyak, dan memaksaku untuk memakan bayi itu meskipun saya telah melawan bahwa saya tidak bisa memakan daging dari anakku sendiri. Kemudian saya meninggalkannya dan pergi ke Benares. Ketika saya sedang duduk di bawah sebuah pohon di sebuah lapangan di Benares, mereka membawa keluar tubuh seorang istri dari perumah tangga muda.

Ketika perumah tangga duduk terisak karena dia sangat melekat pada istrinya, di melihatku dan mendekatiku sambil berkata, 'Wanita, apakah alasan engkau duduk disini sendirian?'

Saya memberitahunya semua yang telah terjadi dan dia berkata, 'Engkau dan saya akan menjadi suami dan istri.'

Saya menyetujuinya, kami menikah, dan tidak lama setelah itu dia meninggal. Ini adalah adat di tempat itu, ketika seorang pria meninggal, istri dan mayatnya dibuang dan dikuburkan bersama. Sepanjang malam, seorang pencuri datang mencuri harta benda di mayat, dan ketika menggali kuburan, menemukanku dan membawaku. Dia tertangkap ketika mencuri dan dieksekusi atas perintah raja.

Kakak laki-lakinya kemudian menguburkanku bersama dengan mayatnya. Tiga hari kemudian seekor srigala menggali saya keluar dan saya melarikan diri.

Kemudian saya berpikir, 'Karena perbuatan jahat apakah yang telah saya lakukan sehingga saya bertemu banyak bencana tapi terselamatkan? Saya pernah mendengar bahwa seorang anak laki-laki dari suku Sakya telah mencapai Penerangan Sempurna. Dia terkenal dengan nama Buddha dan terkenal mampu mengetahui masa lalu dan masa depan. Saya harus pergi menghadapnya dan Dia akan membebaskanku.

Kemudian saya pergi ke Taman Anathapindika dan dari kejauhan saya melihat Buddha seperti sebuah pohon yang penuh bunga-bunga, seperti bulan penuh diantara banyak bintang.

Buddha, dengan pengetahuan tanpa batas, mengetahui bahwa saya datang untuk diubah, ditingkatkan, dan berkata kepada saya, 'Datanglah' saya merasa rendah dan malu, dan menaruh tangan saya didadaku, duduk di atas tanah. Kemudian Bhagava berkata kepada Ananda, 'Ananda, pakaikanlah wanita ini dengan jubahmu.'

Ananda memberikan saya jubahnya, saya memakainya dan bersujud di kaki Buddha, beranjali, dan berkata, 'Bhagava, dengan welas asih yang besar tahbiskanlah saya.'

Buddha berkata kepada Ananda, 'Ananda, wanita ini akan ditahbiskan menjadi seorang bhikkhuni. Bawalah dia kepada bhikkhuni Prajapati.'

Kemudian bhikkhuni Prajapati mentahbiskan saya dan mengajarkan saya Hukum Empat Kebenaran Mulia, saya dengan segera mempraktikkannya dan mencapai buah dari seorang arahat dan sekarang mengetahui semua hal di masa lalu, sekarang, dan yang akan datang."

Kemudian para bhikkhuni itu bertanya, "Kakak, karena telah melakukan perbuatan apa sehingga engkau memperoleh buah seperti ini?"

Utpala berkata, "Dengarlah baik-baik, semuanya, dan biarkanlah hal ini diingat, dan saya akan menjelaskan. Di masa lampau, ada seorang pria yang kaya raya yang karena dia tidak memiliki anak laki-laki lahir dari istri pertamanya, menikah lagi dan istri keduanya memberinya seorang anak laki-laki. Ayah dan ibunya mencintai dan merawat anak itu dengan penuh kasih sayang.

Istri pertamanya berpikir, 'Meskipun keluargaku berasal dari kasta tinggi, tidak ada anak laki-laki sebagai pewaris keturunan. Ketika anak laki-laki ini dewasa, dia akan diwarisi semua harta benda, tidak akan memberikanku apapun, dan saya akan sengsara.'

Kemudian pikiran dan keinginan jahat muncul dan dia memutuskan untuk membunuh anak itu. Mengambil sebuah jarum, dia menusuk ubun-ubun kepala dan anak ini kemudian meninggal. Karena tidak ada luka, tidak ada yang mengetahui apa yang terjadi tetapi istri keduanya mencurigai istri pertama membunuh bayinya.

Istri pertamanya dengan sungguh-sungguh bersumpah, 'Jika saya telah membunuh anakmu, biarlah suamiku, di semua kehidupan yang akan datang, digigit oleh ular besar. Jika saya memiliki anak laki-laki, biarlah dia ditelan oleh serigala! Biarlah saya dikubur hidup-hidup dan memakan daging anakku sendiri! Biarlah ayah dan ibuku dibakar hidup-hidup di rumah mereka sendiri! Itu adalah saya yang merupakan istri pertama yang bersumpah janji itu pada saat itu, dan sekarang semua karma buruk dari sumpah itu telah terlewati."

Para bhikkhuni kemudian berkata, "Kakak, karena melakukan perbuatan bajik apa yang membuat Buddha menerima dan mentahbiskan engkau, dan sekarang engkau telah mencapai akhir Samsara?"

Utpala berkata, "Di waktu yang lampau, di tanah Benares, terdapat sebuah gunung yang bernama Tempat Pertemuan dari Rshi disana tinggal banyak Pratyekabuddha, Sravaka, dan yang diberkahi oleh kekuatan spiritual. Pada suatu kejadian, seorang Pratyekabuddha yang suci pergi ke kota

untuk berpindapatta, istri dari perumah tangga melihatnya, bermudita, dan mempersembahkan makanan kepadanya. Kemudian Pratyekabuddha itu terbang ke langit, dari tubuhnya mengeluarkan cahaya dan aliran air, dan dia berjalan, duduk, berbaring di langit dan menunjukkan banyak kekuatan.

Istri perumah tangga itu bersumpah, 'Ah, Yang Suci, di kehidupan yang akan datang saya akan menjadi seperti engkau!'

Itu adalah saya yang telah membuat sumpah pada saat itu, dan dengan kekuatan sumpah itu saya sekarang bertemu dengan Buddha dan batinku terbebaskan. Tapi sebelum saya mencapai buah arahat, saya melalui penderitaan seperti saya telah menusukkan jeruji besi merah menyala panas dari ujung kepalaku sampai telapak kakiku."

Ketika 500 bhikkhuni ini mendengar hal ini, mereka mengerti bahwa keinginan dan kesenangan adalah seperti lubang api dan pikiran kemelekatan mereka hilang. Mereka mengerti bahwa penderitaan dari kehidupan pernikahan adalah seperti orang yang dipenjara, dan membuang kehidupan pernikahan semuanya. Ketidakmurnian mereka hilang, dan ketika mereka memasuki Tiga Kali Samadhi, mereka menjadi arahat.

Kemudian para bhikkhuni, secara bersama-sama, berkata kepada bhikkhuni Utpala, "Karena engkau telah mengajarkan Dharma kepada kami, kepada kami yang terikat oleh kemelekatan, kami mencapai akhir lingkaran kelahiran dan kematian. Kami memuji dan berterima kasih. Ketika seseorang mengajarkan Dharma kepada yang lain dan buah telah terealisasikan, dia akan benar-benar menjadi anak laki-laki atau perempuan dari Sang Pemenang."




---

Sumber : Sutra of the Wise and the Foolish [mdomdzangs blun] atau Ocean of Narratives [uliger-un dalai]  
 Penerbit : Library of Tibetan Works & Archives  
 Alih Bahasa Mongolia ke Inggris : Stanley Frye  
 Alih Bahasa Inggris ke Indonesia : Heni [Mahasiswa UI]  
 Editor : Junaidi, Kadam Choeling