

## Majjhima Nikāya 112 Chabbisodhana Sutta

# Enam Kemurnian

Demikianlah yang kudengar. Pada suatu ketika Sang Bhagavā sedang menetap Di Sāvattthī di Hutan Jeta, Taman Anāthapiṇḍika. Di sana Beliau memanggil para bhikkhu sebagai berikut: "Para bhikkhu."—"Yang Mulia," mereka menjawab. Sang Bhagavā berkata sebagai berikut:

"Di sini, para bhikkhu, seorang bhikkhu menyatakan pengetahuan akhir sebagai berikut: 'Aku memahami: Kelahiran telah dihancurkan, kehidupan suci telah dijalani, apa yang harus dilakukan telah dilakukan, tidak akan ada lagi penjelmaan menjadi kondisi makhluk apapun.'

"Kata-kata bhikkhu itu tidak perlu disetujui atau tidak disetujui. Dengan tanpa menyetujui atau tidak menyetujui, sebuah pertanyaan harus diajukan: 'Teman, ada empat jenis pengungkapan yang dengan benar dinyatakan oleh Sang Bhagavā yang mengetahui dan melihat, yang sempurna dan tercerahkan sempurna. Apakah empat ini? Seseorang mengatakan yang dilihat seperti apa yang dilihat; ia

mengatakan yang didengar seperti apa yang didengar; ia mengatakan yang dikenali seperti apa yang dikenali; ia mengatakan yang dikenal seperti apa yang dikenal. Ini, Teman, adalah empat jenis pengungkapan yang dengan benar dinyatakan oleh Sang Bhagavā yang mengetahui dan melihat, yang sempurna dan tercerahkan sempurna. Bagaimanakah Yang Mulia mengetahui, bagaimanakah ia melihat, sehubungan dengan keempat jenis pengungkapan ini, sehingga melalui ketidak-melekatan pikirannya terbebaskan dari noda-noda?’

“Para bhikkhu, jika seorang bhikkhu yang adalah seorang dengan noda-noda dihancurkan, yang telah menjalani kehidupan suci, yang telah melakukan apa yang harus dilakukan, telah menurunkan beban, telah mencapai tujuan sejati, telah menghancurkan belenggu-belenggu penjelmaan, dan sepenuhnya terbebaskan melalui pengetahuan akhir, berikut ini adalah cara sewajarnya baginya untuk menjawab.

“Teman-teman, sehubungan dengan yang dilihat aku berdiam tanpa tertarik, tanpa menolak, tanpa bergantung,

terlepas, bebas, terputus, dengan pikiran bebas dari penghalang.

Sehubungan dengan yang didengar tanpa tertarik, tanpa menolak, tanpa bergantung, terlepas, bebas, terputus, dengan pikiran bebas dari penghalang.

Sehubungan dengan yang dikenali tanpa tertarik, tanpa menolak, tanpa bergantung, terlepas, bebas, terputus, dengan pikiran bebas dari penghalang.

Sehubungan dengan yang dikenali aku berdiam tanpa tertarik, tanpa menolak, tanpa bergantung, terlepas, bebas, terputus, dengan pikiran bebas dari penghalang. Adalah dengan mengetahui demikian, dengan melihat demikian, sehubungan dengan keempat jenis pengungkapan ini, maka melalui ketidak-melekatan pikiranku terbebaskan dari noda-noda.'

"Dengan mengatakan 'bagus,' seseorang merasa senang dan gembira mendengar kata-kata bhikkhu itu. Selanjutnya, pertanyaan berikutnya dapat diajukan sebagai berikut:

“Teman, ada kelima kelompok unsur kehidupan yang terpengaruh oleh kemelekatan ini, yang dengan benar dinyatakan oleh Sang Bhagavā yang mengetahui dan melihat, yang sempurna dan tercerahkan sempurna. Apakah lima ini?

Yaitu kelompok unsur bentuk materi yang terpengaruh oleh kemelekatan,

kelompok unsur perasaan yang terpengaruh oleh kemelekatan,

kelompok unsur persepsi yang terpengaruh oleh kemelekatan,

kelompok unsur bentukan-bentukan yang terpengaruh oleh kemelekatan,

dan kelompok unsur kesadaran yang terpengaruh oleh kemelekatan.

Ini, Teman, adalah kelima kelompok unsur kehidupan yang terpengaruh kemelekatan ini, yang dengan benar dinyatakan oleh Sang Bhagavā yang mengetahui dan melihat, yang sempurna dan tercerahkan sempurna.

Bagaimanakah Yang Mulia mengetahui, bagaimanakah ia melihat, sehubungan dengan kelima kelompok unsur kehidupan yang terpengaruh oleh kemelekatan ini, sehingga melalui ketidak-melekatan, pikirannya terbebaskan dari noda-noda?’

“Para bhikkhu, jika seorang bhikkhu yang adalah seorang dengan noda-noda dihancurkan, yang telah menjalani kehidupan suci, yang telah melakukan apa yang harus dilakukan, telah menurunkan beban, telah mencapai tujuan sejati, telah menghancurkan belenggu-belenggu penjelmaan, dan dan sepenuhnya terbebaskan melalui pengetahuan akhir, berikut ini adalah cara sewajarnya baginya untuk menjawab.

“‘Teman-teman, setelah mengetahui bentuk materi adalah rapuh, memudar, dan tidak menyenangkan, dengan hancurnya, memudarnya, lenyapnya, berhentinya, dan lepasnya ketertarikan dan kemelekatan sehubungan dengan bentuk materi, perspektif batin, keterikatan, dan kecenderungan tersembunyi sehubungan dengan bentuk

materi, maka aku telah memahami bahwa pikiranku terbebaskan.

“Teman-teman, setelah mengetahui perasaan, memudar, dan tidak menyenangkan, dengan hancurnya, memudarnya, lenyapnya, berhentinya, dan lepasnya ketertarikan dan kemelekatan sehubungan dengan perasaan, perspektif batin, ketaatan, dan kecenderungan tersembunyi sehubungan dengan kesadaran, maka aku telah memahami bahwa pikiranku terbebaskan.

“Teman-teman, setelah mengetahui persepsi, memudar, dan tidak menyenangkan, dengan hancurnya, memudarnya, lenyapnya, berhentinya, dan lepasnya ketertarikan dan kemelekatan sehubungan dengan persepsi, perspektif batin, ketaatan, dan kecenderungan tersembunyi sehubungan dengan kesadaran, maka aku telah memahami bahwa pikiranku terbebaskan.

“Teman-teman, setelah mengetahui bentuk-bentuk, memudar, dan tidak menyenangkan, dengan hancurnya, memudarnya, lenyapnya, berhentinya, dan lepasnya ketertarikan dan kemelekatan sehubungan dengan

bentukan-bentukan, perspektif batin, ketaatan, dan kecenderungan tersembunyi sehubungan dengan kesadaran, maka aku telah memahami bahwa pikiranku terbebaskan.

“Teman-teman, setelah mengetahui kesadaran adalah rapuh, memudar, dan tidak menyenangkan, dengan hancurnya, memudarnya, lenyapnya, berhentinya, dan lepasnya ketertarikan dan kemelekatan sehubungan dengan kesadaran, perspektif batin, ketaatan, dan kecenderungan tersembunyi sehubungan dengan kesadaran, maka aku telah memahami bahwa pikiranku terbebaskan.

“Adalah dengan mengetahui demikian, melihat demikian, sehubungan dengan kelima kelompok unsur kehidupan yang terpengaruh oleh kemelekatan ini, maka melalui ketidak-melekatan, pikiranku terbebaskan dari noda-noda.’

“Dengan mengatakan ‘bagus,’ seseorang merasa senang dan gembira mendengar kata-kata bhikkhu itu. Selanjutnya, pertanyaan berikutnya dapat diajukan sebagai berikut:

“Teman, ada enam unsur ini yang dengan benar dinyatakan oleh Sang Bhagavā yang mengetahui dan melihat, yang

sempurna dan tercerahkan sempurna. Apakah enam ini? Yaitu unsur tanah, unsur air, unsur api, unsur udara, unsur ruang, dan unsur kesadaran. Ini, Teman, adalah enam unsur yang dengan benar dinyatakan oleh Sang Bhagavā yang mengetahui dan melihat, yang sempurna dan tercerahkan sempurna. Bagaimanakah Yang Mulia mengetahui, bagaimanakah ia melihat, sehubungan dengan keenam unsur ini, sehingga melalui ketidak-melekatan pikirannya terbebaskan dari noda-noda?'

"Para bhikkhu, jika seorang bhikkhu yang adalah seorang dengan noda-noda dihancurkan, yang telah menjalani kehidupan suci, yang telah melakukan apa yang harus dilakukan, telah menurunkan beban, telah mencapai tujuan sejati, telah menghancurkan belenggu-belenggu penjelmaan, dan sepenuhnya terbebaskan melalui pengetahuan akhir, berikut ini adalah cara sewajarnya baginya untuk menjawab.

"Teman-teman, aku telah memperlakukan unsur tanah sebagai bukan-diri, dengan tanpa diri yang berdasarkan pada unsur tanah. Dan dengan hancurnya, memudarnya,



lenyapnya, berhentinya, dan lepasnya ketertarikan dan kemelekatan sehubungan dengan unsur tanah, perspektif batin, keterikatan, dan kecenderungan tersembunyi sehubungan dengan unsur tanah, maka aku telah memahami bahwa pikiranku terbebaskan.

“Teman-teman, aku telah memperlakukan unsur air sebagai bukan-diri, dengan tanpa diri yang berdasarkan pada unsur air. Dan dengan hancurnya, mudarnya, lenyapnya, berhentinya, dan lepasnya ketertarikan dan kemelekatan sehubungan dengan unsur air, perspektif batin, keterikatan, dan kecenderungan tersembunyi sehubungan dengan unsur air, maka aku telah memahami bahwa pikiranku terbebaskan.

“Teman-teman, aku telah memperlakukan unsur api sebagai bukan-diri, dengan tanpa diri yang berdasarkan pada unsur api. Dan dengan hancurnya, mudarnya, lenyapnya, berhentinya, dan lepasnya ketertarikan dan kemelekatan sehubungan dengan unsur api, perspektif batin, keterikatan, dan kecenderungan tersembunyi sehubungan

dengan unsur api, maka aku telah memahami bahwa pikiranku terbebaskan.

“Teman-teman, aku telah memperlakukan unsur udara sebagai bukan-diri, dengan tanpa diri yang berdasarkan pada unsur udara. Dan dengan hancurnya, memudarnya, lenyapnya, berhentinya, dan lepasnya ketertarikan dan kemelekatan sehubungan dengan unsur udara, perspektif batin, keterikatan, dan kecenderungan tersembunyi sehubungan dengan unsur udara, maka aku telah memahami bahwa pikiranku terbebaskan.

“Teman-teman, aku telah memperlakukan unsur ruang sebagai bukan-diri, dengan tanpa diri yang berdasarkan pada unsur ruang. Dan dengan hancurnya, memudarnya, lenyapnya, berhentinya, dan lepasnya ketertarikan dan kemelekatan sehubungan dengan unsur ruang, perspektif batin, keterikatan, dan kecenderungan tersembunyi sehubungan dengan unsur ruang, maka aku telah memahami bahwa pikiranku terbebaskan.

“Teman-teman, aku telah memperlakukan unsur kesadaran sebagai bukan-diri, dengan tanpa diri yang berdasarkan

pada unsur kesadaran. Dan dengan hancurnya, memudarnya, lenyapnya, berhentinya, dan lepasnya ketertarikan dan kemelekatan sehubungan dengan unsur kesadaran, perspektif batin, keterikatan, dan kecenderungan tersembunyi sehubungan dengan unsur kesadaran, maka aku telah memahami bahwa pikiranku terbebaskan.

“Adalah dengan mengetahui demikian, melihat demikian, sehubungan dengan keenam unsur ini, maka melalui ketidak-melekatan batinku terbebaskan dari noda-noda.’

“Dengan mengatakan ‘bagus,’ seseorang merasa senang dan gembira mendengar kata-kata bhikkhu itu. Selanjutnya, pertanyaan berikutnya dapat diajukan sebagai berikut:

“Tetapi, Teman, ada enam landasan internal dan eksternal ini yang dengan benar dinyatakan oleh Sang Bhagavā yang mengetahui dan melihat, yang sempurna dan tercerahkan sempurna. Apakah enam ini?

Yaitu mata dan bentuk-bentuk, telinga dan suara-suara, hidung dan bau-bauan, lidah dan rasa kecapan, badan dan objek-objek sentuhan, pikiran dan objek-objek pikiran.

Ini, Teman, adalah enam landasan internal dan eksternal ini yang dengan benar dinyatakan oleh Sang Bhagavā yang mengetahui dan melihat, yang sempurna dan tercerahkan sempurna. Bagaimanakah Yang Mulia mengetahui, bagaimanakah ia melihat, sehubungan dengan keenam landasan internal dan eksternal ini, sehingga melalui ketidak-melekatan pikirannya terbebaskan dari noda-noda?'

"Para bhikkhu, jika seorang bhikkhu yang adalah seorang dengan noda-noda dihancurkan, yang telah menjalani kehidupan suci, yang telah melakukan apa yang harus dilakukan, telah menurunkan beban, telah mencapai tujuan sejati, telah menghancurkan belenggu-belenggu penjelmaan, dan dengan sepenuhnya terbebaskan melalui pengetahuan akhir, berikut ini adalah cara sewajarnya baginya untuk menjawab.

"Teman-teman, dengan hancurnya, mudarnya, lenyapnya, berhentinya, dan lepasnya ketertarikan dan kemelekatan, dan perspektif batin, keterikatan, dan kecenderungan tersembunyi sehubungan dengan mata, bentuk-bentuk,

kesadaran-mata, dan hal-hal yang dikenali oleh pikiran melalui kesadaran-mata, aku telah memahami bahwa pikiranku terbebaskan.

“Dengan hancurnya, mudarnya, lenyapnya, berhentinya, dan lepasnya ketertarikan dan kemelekatan, dan perspektif batin, keterikatan, dan kecenderungan tersembunyi sehubungan dengan telinga, suara-suara, kesadaran-telinga, dan hal-hal yang dikenali oleh pikiran melalui kesadaran-telinga, aku telah memahami bahwa pikiranku terbebaskan.

“Dengan hancurnya, mudarnya, lenyapnya, berhentinya, dan lepasnya ketertarikan dan kemelekatan, dan perspektif batin, keterikatan, dan kecenderungan tersembunyi sehubungan dengan hidung, bau-bauan, kesadaran-hidung, dan hal-hal yang dikenali oleh pikiran melalui kesadaran-hidung, aku telah memahami bahwa pikiranku terbebaskan.

“Dengan hancurnya, mudarnya, lenyapnya, berhentinya, dan lepasnya ketertarikan dan kemelekatan, dan perspektif batin, keterikatan, dan kecenderungan tersembunyi

sehubungan dengan lidah, rasa kecap, kesadaran-lidah, dan hal-hal yang dikenali oleh pikiran melalui kesadaran-lidah, aku telah memahami bahwa pikiranku terbebaskan.

“Dengan hancurnya, mudanya, lenyapnya, berhentinya, dan lepasnya ketertarikan dan kemelekatan, dan perspektif batin, keterikatan, dan kecenderungan tersembunyi sehubungan dengan badan, objek-objek sentuhan, kesadaran-badan, dan hal-hal yang dikenali oleh pikiran melalui kesadaran-badan, aku telah memahami bahwa pikiranku terbebaskan.

“Dengan hancurnya, mudanya, lenyapnya, berhentinya, dan lepasnya ketertarikan dan kemelekatan, dan perspektif batin, keterikatan, dan kecenderungan tersembunyi sehubungan dengan pikiran, objek-objek pikiran, kesadaran-pikiran, dan hal-hal yang dikenali oleh pikiran melalui kesadaran-pikiran, aku telah memahami bahwa pikiranku terbebaskan.

“Adalah dengan mengetahui demikian, melihat demikian, sehubungan dengan keenam landasan internal dan eksternal

ini, maka melalui ketidak-melekatan pikiranku terbebaskan dari noda-noda.'

"Dengan mengatakan 'bagus,' seseorang merasa senang dan gembira mendengar kata-kata bhikkhu itu. Selanjutnya, pertanyaan berikutnya dapat diajukan sebagai berikut:

"'Tetapi, Teman, bagaimanakah Yang Mulia mengetahui, bagaimanakah ia melihat, agar sehubungan dengan jasmani ini dengan kesadaran dan segala gambaran eksternal, maka pembentukan-aku, pembentukan-milikku, dan kecenderungan tersembunyi pada keangkuhan dilenyapkan dalam dirinya?'

"Para bhikkhu, jika seorang bhikkhu yang adalah seorang dengan noda-noda dihancurkan, yang telah menjalani kehidupan suci, yang telah melakukan apa yang harus dilakukan, telah menurunkan beban, telah mencapai tujuan sejati, telah menghancurkan belenggu-belenggu penjelmaan, dan dan sepenuhnya terbebaskan melalui pengetahuan akhir, berikut ini adalah cara sewajarnya baginya untuk menjawab.

"Teman-teman, sebelumnya ketika aku masih menjalani kehidupan rumah tangga aku bodoh. Kemudian Sang Tathāgata atau siswaNya mengajarkan Dhamma kepadaku. Setelah mendengarkan Dhamma, aku memperoleh keyakinan pada Sang Tathāgata. Dengan memiliki keyakinan itu, aku mempertimbangkan sebagai berikut: "Kehidupan rumah tangga ramai dan berdebu; kehidupan lepas dari keduniawian terbuka lebar. Tidaklah mudah, selagi hidup dalam sebuah keluarga, juga menjalani kehidupan suci yang murni dan sempurna bagaikan kulit kerang yang digosok. Bagaimana jika aku mencukur rambut dan janggutku, mengenakan jubah kuning, dan meninggalkan keduniawian dari kehidupan rumah tangga menuju kehidupan tanpa rumah." Kemudian pada kesempatan lain, dengan meninggalkan harta yang banyak atau sedikit, meninggalkan sanak saudara yang banyak atau sedikit, aku mencukur rambut dan janggutku, mengenakan jubah kuning, dan meninggalkan keduniawian dari kehidupan rumah tangga menuju kehidupan tanpa rumah.

"Setelah meninggalkan keduniawian demikian dan memiliki latihan dan gaya hidup kebhikkhuan, dengan meninggalkan



pembunuhan makhluk-makhluk hidup, aku menghindari pembunuhan makhluk-makhluk hidup; dengan tongkat pemukul dan senjata disingkirkan, berhati-hati, penuh welas asih, aku berdiam dengan berwelas asih kepada semua makhluk hidup.

Dengan meninggalkan perbuatan mengambil apa yang tidak diberikan, aku menghindari perbuatan mengambil apa yang tidak diberikan; hanya mengambil apa yang diberikan, mengharapkan hanya apa yang diberikan, dengan tidak mencuri aku berdiam dalam kemurnian.

Dengan meninggalkan kehidupan tidak selibat, aku menjalani hidup selibat, hidup terpisah, menghindari praktik vulgar hubungan seksual.

"Dengan meninggalkan ucapan salah, aku menghindari ucapan salah; aku mengatakan kebenaran, terikat pada kebenaran, terpercaya dan dapat diandalkan, seorang yang bukan penipu dunia. Dengan menghindari ucapan fitnah, aku menghindari ucapan fitnah; aku tidak mengulangi di tempat lain apa yang telah aku dengar di sini dengan tujuan untuk memecah-belah [orang-orang itu] dari orang-orang ini, juga tidak mengulangi pada orang-orang ini apa yang telah aku dengar di tempat lain dengan tujuan untuk memecah-belah [orang-orang ini] dari

orang-orang itu; demikianlah aku menjadi seorang yang merukunkan mereka yang terpecah-belah, seorang penganjur persahabatan, yang menikmati kerukunan, bergembira dalam kerukunan, senang dalam kerukunan, pengucap kata-kata yang menganjurkan kerukunan.

Dengan meninggalkan ucapan kasar, aku menghindari ucapan kasar; aku mengucapkan kata-kata yang lembut, menyenangkan di telinga, dan indah, ketika masuk dalam batin, sopan, disukai banyak orang dan menyenangkan banyak orang.

Dengan meninggalkan gosip, aku menghindari gosip; aku berbicara pada saat yang tepat, mengatakan apa yang sebenarnya, mengatakan apa yang baik, membicarakan Dhamma dan Disiplin; pada saat yang tepat aku mengucapkan kata-kata yang layak dicatat, yang logis, selayaknya, dan bermanfaat.

"Aku menghindari merusak benih dan tanaman. Aku berlatih makan hanya dalam satu kali sehari, menghindari makan di malam hari dan di luar waktu yang selayaknya.

Aku menghindari menari, menyanyi, musik, dan pertunjukan hiburan. Aku menghindari mengenakan kalung bunga,

mengharumkan dirinya dengan wewangian, dan menghias dirinya dengan salep.

Aku menghindari dipan yang tinggi dan besar. Aku menghindari menerima emas dan perak. Aku menghindari menerima beras mentah. Aku menghindari menerima daging mentah. Aku menghindari menerima perempuan-perempuan dan gadis-gadis. Aku menghindari menerima budak laki-laki dan perempuan. Aku menghindari menerima kambing dan domba. Aku menghindari menerima unggas dan babi. Aku menghindari menerima gajah, sapi, kuda jantan, dan kuda betina. Aku menghindari menerima ladang dan tanah. Aku menghindari menjadi pesuruh dan penyampai pesan. Aku menghindari membeli dan menjual. Aku menghindari timbangan salah, logam palsu, dan ukuran salah. Aku menghindari menerima suap, penipuan, kecurangan, dan muslihat. Aku menghindari melukai, membunuh, mengikat, merampok, menjarah, dan kekerasan.

"Aku menjadi puas dengan jubah untuk melindungi tubuhnya dan makanan persembahan untuk memelihara perutnya, dan ke manapun aku pergi, aku hanya membawa ini bersamanya. Seperti halnya seekor burung, ke manapun aku pergi, aku terbang hanya dengan sayap-sayapnya sebagai beban

satu-satunya, demikian pula, bhikkhu itu menjadi puas dengan jubah untuk melindungi tubuhnya dan makanan persembahan untuk memelihara perutnya, dan ke manapun aku pergi, aku hanya membawa ini bersamanya. Dengan memiliki kelompok moralitas mulia ini, aku mengalami dalam dirinya suatu kebahagiaan yang tanpa noda.

"Ketika melihat suatu bentuk dengan mata, aku tidak menggenggam gambaran dan ciri-cirinya. Karena, jika aku membiarkan indria mata tanpa terkendali, kondisi jahat yang tidak bermanfaat berupa ketamakan dan kesedihan akan dapat menyerangnya, aku berlatih cara pengendaliannya, aku menjaga indraku mata, aku menjalankan pengendalian indraku mata.

Ketika mendengar suatu suara dengan telinga, aku tidak menggenggam gambaran dan ciri-cirinya. Karena, jika aku membiarkan indra telinga tanpa terkendali, kondisi jahat yang tidak bermanfaat berupa ketamakan dan kesedihan akan dapat menyerangnya, aku berlatih cara pengendaliannya, aku menjaga indraku telinga, aku menjalankan pengendalian indraku telinga.

Ketika mencium suatu bau-bauan dengan hidung, aku tidak menggenggam gambaran dan ciri-cirinya. Karena, jika aku membiarkan indra hidung tanpa terkendali, kondisi jahat yang tidak bermanfaat berupa ketamakan dan kesedihan akan dapat menyerangnya, aku berlatih cara pengendaliannya, aku menjaga indraku hidung, aku menjalankan pengendalian indraku hidung.

Ketika mengecap suatu rasa kecapan dengan lidah, aku tidak menggenggam gambaran dan ciri-cirinya. Karena, jika aku membiarkan indria lidah tanpa terkendali, kondisi jahat yang tidak bermanfaat berupa ketamakan dan kesedihan akan dapat menyerangnya, aku berlatih cara pengendaliannya, aku menjaga indraku lidah, aku menjalankan pengendalian indraku lidah.

Ketika menyentuh suatu objek sentuhan dengan badan, aku tidak menggenggam gambaran dan ciri-cirinya. Karena, jika aku membiarkan indra badan tanpa terkendali, kondisi jahat yang tidak bermanfaat berupa ketamakan dan kesedihan akan dapat menyerangnya, aku berlatih cara pengendaliannya, aku menjaga indraku badan, aku menjalankan pengendalian indraku badan.

Ketika mengenali suatu objek-pikiran dengan pikiran, aku tidak menggenggam gambaran dan ciri-cirinya. Karena, jika aku membiarkan indra pikiran tanpa terkendali, kondisi jahat yang tidak bermanfaat berupa ketamakan dan kesedihan akan dapat menyerangnya, aku berlatih cara pengendaliannya, aku menjaga indra pikiran, aku menjalankan pengendalian indra pikiran. Dengan memiliki pengendalian mulaku akan indra-indra ini, aku mengalami dalam dirinya suatu kebahagiaan yang tanpa noda.

"Aku menjadi seorang yang bertindak dengan penuh kewaspadaan ketika berjalan maju maupun mundur; yang bertindak dalam kewaspadaan penuh ketika melihat ke depan maupun ke belakang; yang bertindak dalam kewaspadaan penuh ketika menunduk maupun menegakkan badan; yang bertindak dalam kewaspadaan penuh ketika mengenakan jubahnya dan membawa jubah luar dan mangkuknya; yang bertindak dalam kewaspadaan penuh ketika makan, minum, mengunyah makanan, dan mengecap; yang bertindak dalam kewaspadaan penuh ketika buang air besar maupun buang air kecil; yang bertindak dalam kewaspadaan penuh ketika berjalan, berdiri, duduk, jatuh tertidur, terjaga, berjalan, berbicara, dan berdiam diri.

"Dengan memiliki kelompok moralitas mulia ini, dan pengendalian mulia atas indra-indra ini, dan memiliki perhatian mulia dan kewaspadaan mulia ini, aku mencari tempat tinggal yang terasing: hutan, bawah pohon, gunung, jurang, gua di lereng gunung, tanah pekuburan, hutan belantara, ruang terbuka, tumpukan jerami.

"Setelah kembali dari menerima dana makanan, setelah makan aku duduk bersila, menegakkan badannya, dan menegakkan perhatian di depannya.

Dengan meninggalkan ketamakan akan dunia, aku berdiam dengan pikiran yang bebas dari ketamakan; aku memurnikan pikirannya dari ketamakan.

Dengan meninggalkan permusuhan dan kebencian, aku berdiam dengan pikiran yang bebas dari permusuhan, berwelas asih bagi kesejahteraan semua makhluk hidup; aku memurnikan pikirannya dari permusuhan dan kebencian.

Dengan meninggalkan kelambanan dan ketumpulan, aku berdiam dengan terbebas dari kelambanan dan ketumpulan, seorang yang mempersepsikan cahaya, penuh perhatian dan

penuh kewaspadaan; aku memurnikan pikirannya dari kelambanan dan ketumpulan.

Dengan meninggalkan kegelisahan dan penyesalan, aku berdiam dengan tanpa kegelisahan dengan batin yang damai; aku memurnikan pikirannya dari kegelisahan dan penyesalan.

Dengan meninggalkan keragu-raguan, aku berdiam setelah melampaui keragu-raguan, tanpa kebingungan akan kondisi-kondisi bermanfaat; aku memurnikan pikirannya dari keragu-raguan.

" 'Setelah meninggalkan kelima rintangan ini, ketidak-murnian pikiran yang melemahkan kebijaksanaan, dengan cukup terasing dari kenikmatan indriawi, terasing dari kondisi-kondisi tidak bermanfaat, aku masuk dan berdiam dalam jhāna pertama, yang disertai dengan pemikiran dan pemeriksaan, dengan sukacita dan kenikmatan yang muncul dari keterasingan.

Dengan menenangkan pemikiran dan pemeriksaan, aku masuk dan berdiam dalam jhāna ke dua, yang memiliki keyakinan-diri dan penyatuan pikiran tanpa pemikiran dan pemeriksaan, dengan sukacita dan kenikmatan yang muncul



dari penyatuan pikiran. Dengan meluruhnya sukacita, aku berdiam dalam ketenang-seimbangan, dan penuh perhatian dan penuh kewaspadaan, masih merasakan kenikmatan pada jasmani, aku masuk dan berdiam dalam jhāna ke tiga, yang dikatakan oleh para mulia: 'Ia memiliki kediaman yang menyenangkan yang memiliki ketenang-seimbangan dan penuh perhatian.'

Dengan meninggalkan kenikmatan dan kesakitan, dan dengan pelenyapan sebelumnya kegembiraan dan kesedihan, aku masuk dan berdiam dalam jhāna ke empat, yang memiliki bukan-kesakitan-pun-bukan-kenikmatan dan kemurnian perhatian karena ketenang-seimbangan.

“Ketika pikiranku yang menyatu sedemikian murni, cerah, tanpa noda, bebas dari ketidak-sempurnaan, lunak, lentur, kokoh, dan mencapai kondisi tanpa-gangguan, aku mengarahkannya pada pengetahuan hancurnya noda-noda.

Aku mengetahui secara langsung sebagaimana adanya: “Ini adalah penderitaan”.

Aku mengetahui secara langsung sebagaimana adanya "Ini adalah asal-mula penderitaan".

Aku mengetahui secara langsung sebagaimana adanya "Ini adalah lenyapnya penderitaan".

Aku mengetahui secara langsung sebagaimana adanya "Ini adalah jalan menuju lenyapnya penderitaan."

Aku mengetahui secara langsung sebagaimana adanya "Ini adalah noda-noda".

Aku mengetahui secara langsung sebagaimana adanya "Ini adalah asal-mula noda-noda".

Aku mengetahui secara langsung sebagaimana adanya "Ini adalah lenyapnya noda-noda".

Aku mengetahui secara langsung sebagaimana adanya "Ini adalah jalan menuju lenyapnya noda-noda."

" 'Ketika aku mengetahui dan melihat demikian, pikiranku terbebaskan dari noda keinginan indriawi, dari noda penjelmaan, dan dari noda ketidak-tahuan. Ketika terbebaskan muncullah pengetahuan: "Terbebaskan." Aku

secara langsung mengetahui: " Kelahiran telah dihancurkan, kehidupan suci telah dijalani, apa yang harus dilakukan telah dilakukan, tidak akan ada lagi penjelmaan menjadi kondisi makhluk apapun."

"'Adalah dengan mengetahui demikian, melihat demikian, sehubungan dengan jasmani ini dengan kesadaran dan segala gambaran eksternal, maka pembentukan-aku, pembentukan-milikku, dan kecenderungan tersembunyi pada keangkuhan dilenyapkan dalam diriku.'

"Dengan mengatakan 'bagus,' seseorang merasa senang dan gembira mendengar kata-kata bhikkhu itu. Selanjutnya, ia harus mengatakan kepadanya: 'Suatu keuntungan bagi kami, Teman, suatu keuntungan besar bagi kami, Teman, bahwa kami bertemu seorang teman dalam kehidupan suci seperti Yang Mulia.'"

Itu adalah apa yang dikatakan oleh Sang Bhagavā. Para bhikkhu merasa puas dan gembira mendengar kata-kata Sang Bhagavā.