

# AJAHN CHAH

*Penderitaan dari Kemelekatan*





**Saat penderitaan muncul, Anda harus melihatnya sebagai penderitaan dan melihat dari mana penderitaan ini muncul. Bisakah Anda melihatnya?**

**Bila kita melihat segala sesuatu dengan cara yang biasa, tidak ada penderitaan. Sebagai contoh, saat kita duduk, kita merasa nyaman. Tapi pada waktu lain, kita ingin membawa sesuatu, maka kita mengangkatnya.**

**Sekarang situasinya sudah berbeda. Berbeda dari saat kita tidak mengangkat benda itu.**

**Cek Kontribusi Dhammadana Anda di <http://bit.ly/2T4s4rh>**

Saat kita mengangkat benda itu,  
kita merasakan ada beban.  
Ada sebabnya kenapa jadi ada beban.

Bagaimana kita bisa merasakan  
ada beban kalau bukan karena  
telah mengangkat benda itu?

Jika kita tidak mengangkatnya, tidak ada  
apa-apa. Jika kita tidak mengangkatnya,  
kita merasa ringan.



Jadi apa sebab dan apa akibatnya?  
Yang perlu dilakukan adalah mengamati  
seperti ini dan Anda menjadi tau.

Tidak perlu pergi belajar terlalu jauh  
ke mana-mana. Jika kita memegang sesuatu,  
itulah sebab dari penderitaan.  
Saat kita melepaskannya, tidak ada penderitaan.



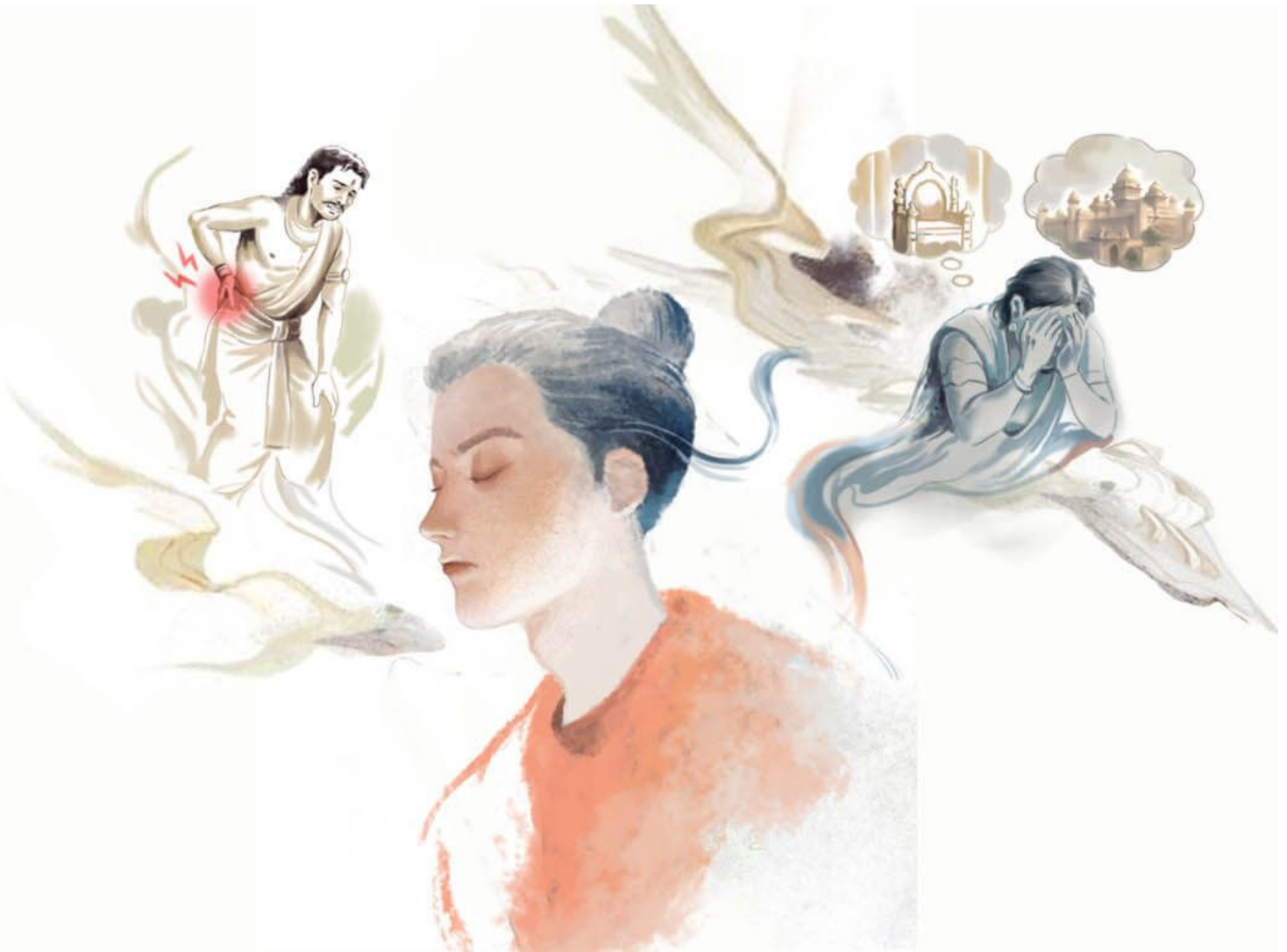


**Begitulah penderitaan.**

**Penderitaan biasa adalah satu hal;  
penderitaan yang lebih besar dan melampaui  
penderitaan biasa adalah sesuatu yang berbeda.**

**Penderitaan biasa yang disebabkan oleh  
tubuh -rasa sakit saat berdiri, rasa sakit  
saat duduk, rasa sakit saat berbaring.  
Ini adalah penderitaan biasa, penderitaan umum  
yang disebabkan oleh tubuh.**

**Cek Kontribusi Dhammadana Anda di <http://bit.ly/2T4s4rh>**



**Buddha mengalami perasaan seperti ini. Beliau merasakan rasa senang seperti ini, rasa sakit seperti ini, namun Beliau menyadari ini merupakan hal yang biasa. Beliau memahami penderitaan biasa adalah sebagaimana adanya. Tidak terlalu menyakitkan.**

**Sebaliknya, Beliau terus mengawasi penderitaan yang hadir, penderitaan lebih besar dan melampaui penderitaan biasa.**

Seperti saat kita sedang sakit dan mendatangi dokter untuk disuntik. Jarum suntik ditancapkan ke kulit menembusi daging.



Terasa sakit, namun itu adalah hal yang biasa.  
Tidak masalah.  
Ini yang umumnya terjadi pada setiap orang.

Penderitaan yang lebih besar dan melampaui penderitaan adalah penderitaan karena upadana, atau memegang (melekat).

Ini seperti mengisi jarum suntik dengan racun dan menancapkan ke dalam tubuh. Rasa sakitnya tidak lagi seperti umumnya; ini bukan sekedar penderitaan biasa. Rasa sakitnya cukup mematikan.



Cek Kontribusi Dhammadana Anda di <http://bit.ly/2T4s4rh>

# Terima kasih atas dukungan Anda semua!

Silakan cek pengkinian Donatur  
terbaru di sini: <http://bit.ly/2T4s4rh>

**BCA 8575757533**

**Yay.Samaggi Sacca Mitta**

 0822 9981 1989  
0857 1105 0205

 samaggistories

