



Luang Por Jamnian Seelasettho



Biografi Ringkas

Penghormatan kepada Guru

Luang Por Jamnian Silasettho

1936 – 2026

Biografi Ringkas



Catatan dalam Romanisasi

Dalam edisi ini, nama kebiksuhan Luang Por ditulis sebagai Silasettho (Pali: *Sīlasetṭho*), sesuai dengan standar romanisasi bahasa Pali yang diterima oleh para ahli dan digunakan secara luas. Penulisan ini berbeda dari ejaan “Seelasettho” yang terdapat dalam buku-buku lain mengenai Luang Por yang diterbitkan sebelumnya. Nama kebiksuhan para biksu lainnya dalam buku ini juga ditulis menggunakan romanisasi bahasa Pali.

Terbitan pertama 2026 (B.E. 2569)

Diterbitkan oleh Wat Tham Suea, Provinsi Krabi, Thailand



Luang Por Jamnian Silasettho







Penghormatan kepada Tiga Permata



Buku ini dengan rendah hati dipersembahkan

sebagai penghormatan kepada Yang Mulia

Luang Por Jamnian Silasettho

pelita penerang jalan Dharma

bagi para murid di seluruh dunia



Para Murid







Kata Pengantar

Tim penyunting, yang terdiri atas para murid Yang Mulia Luang Por Jamnian Silasettho di Amerika Serikat dan Taiwan, telah menerima kebaikan hati Phra Thammawachira-phutthakhom (Chao Khun Chai Purindako) untuk menerbitkan biografi ringkas Yang Mulia Luang Por, yang bagaikan pelita penerang jalan darma bagi para murid, baik biarawan maupun umat awam, di Thailand maupun di luar negeri. Buku ini dipersembahkan sebagai dana darma bagi umat Buddha dan semua pencari darma di seluruh dunia.

Biografi ini diterbitkan dalam empat bahasa, yaitu bahasa Thai, Inggris, Mandarin, dan Indonesia. Isinya disusun dari dua sumber: buku catatan kronologis kehidupan Luang Por yang telah disusun dan diterbitkan oleh Profesor Lin Chung-An dari Taiwan, serta naskah draf biografi yang Tsai Tse-Sheng dan timnya merevisi, memperluas, dan melengkapi kronologi tersebut agar lebih lengkap.

Yang Mulia Luang Por adalah seorang sesepuh agung yang mendedikasikan raga dan hidupnya bagi Tiga Permata.. Selama puluhan tahun, hingga akhir hayatnya. Beliau membagikan inti ajaran Buddha kepada masyarakat Thailand dan dunia. Ajaran beliau sederhana namun mendalam, dan sungguh dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Bertepatan dengan wafatnya beliau pada tanggal 18 Agustus 2026, para muridnya secara takzim mengenang kebaikan beliau yang tiada tara, serta menyampaikan rasa duka mendalam yang disertai dengan kasih sayang, rasa hormat, dan rasa terima kasih yang setulus-tulusnya.

Apabila buku *Luang Por Jamnian Silasettho: Biografi Ringkas* ini membawa manfaat dan kemajuan dalam bentuk apa pun, tim penyunting dengan rendah hati mempersembahkan jasa kebajikan itu sebagai penghormatan kepada Yang Mulia Luang Por Jamnian Silasettho, sosok yang akan senantiasa bersemayam di hati para muridnya.

Tim Penyunting

Phra Wutthichai Vuddhinano

Phra Chaiyut Jayadharo, Ph.D.

Prof. Lin Chung-An

Biksuni Da Can

Tsai Tse-Sheng dan tim

Sukanya Kanthawatana, M.D., Ph.D.

Kris Iskandar, Ph.D.



Daftar Isi

Bagian 1 • Biografi

Bab 1	Kelahiran dan Silsilah Keluarga	12
Bab 2	Awal Kehidupan	14
Bab 3	Penahbisan dan Latihan Gigih	18
Bab 4	Welas Asih di Tengah Konflik	22
Bab 5	Berdirinya Wat Tham Suea	28
Bab 6	Darma Tanpa Batas Negara	31
Bab 7	Ziarah dan Relik Buddha	36
Bab 8	Menyebarkan Darma ke Seluruh Dunia	39
Bab 9	Tahun-Tahun Terakhir	49
	Peristiwa-Peristiwa Penting	52
	Perjalanan Darma Mengelilingi Dunia	54
	“Au-ae, Au-aa, Metta, Buddho”	59

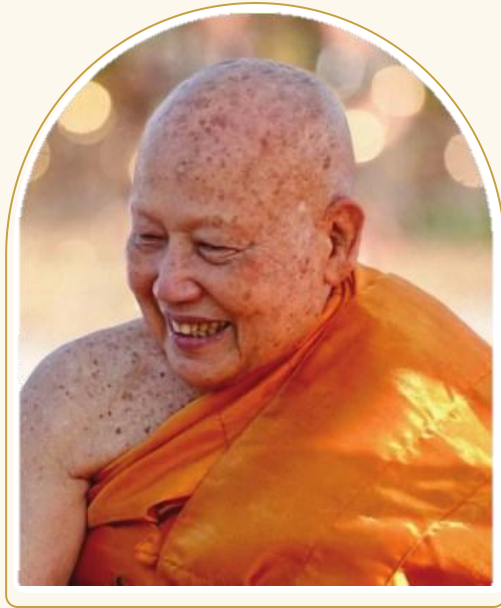
Bagian 2 • Penutup

	Kenangan dan Nasihat Darma	60
Bab 1	Meditasi di Hutan Belantara dan Ujian Hidup dan Mati	61
Bab 2	Menerima Amanat Terakhir dan Membangun Wihara dengan Tenang	65
Bab 3	Hidup Sederhana, Meredakan Sakit dengan Kekuatan Batin	69



Bagian 1 · Biografi

Luang Por Jamnian Silasettho



1936 – 2026

Biografi Ringkas



Bab 1

Kelahiran dan Silsilah Keluarga

Luang Por Jamnian Silasettho adalah seorang sesepuh agung dari Thailand selatan yang dihormati oleh para murid dan umat yang berbakti. Beliau lahir pada tanggal 1 Mei 1936 di Ban Pak Nakhon, Kecamatan Tha Rai, Distrik Mueang, Provinsi Nakhon Si Tham-marath. Ayahnya bernama Phet Chonsakhon, dan ibunya bernama Ta Sae-Phu.

Kakek beliau dari pihak ayah, Yantra Chakara, lahir dalam keluarga Brahmana ahli astrologi di Nepal. Nenek dari pihak ayah, Pheng, berasal dari keluarga ahli astrologi di Thailand. Kakek dari pihak ibu, Yi, adalah seorang Tionghoa dari Pulau Hainan yang berhati welas asih dan tekun mempraktikkan dharma, sedangkan nenek dari pihak ibu, Phrom Lim, adalah seorang Kristen dari Laos. Dengan demikian, Luang Por memiliki leluhur dari empat bangsa: Nepal, Thai, Tionghoa, dan Laos.

Ayah beliau adalah seorang tabib tradisional di pedesaan. Baik ayah maupun ibunya sama-sama tekun berlatih meditasi dalam ajaran Buddha.

Mereka dikaruniai tujuh orang anak, yaitu:

- 1 Phra Mani, lahir 1930, bermukim sebagai biksu di Malaysia (telah wafat)

- 2 Ibu Jamrat

- 3 Ibu Jampi, pernah menjadi maechi di Wat Tham Suea

- 4 Phra Jamnong, lahir 1934 (telah wafat)

- 5 Luang Por Jamnian Silasettho, yang lahir pada tahun 1936 dan kemudian mendirikan Wat Tham Suea (Wihara Goa Macan) di Provinsi Krabi**

- 6 Ibu Jamnan

- 7 Jamroen, anak laki-laki yang meninggal pada usia 14 hari





Bab 2

Awal Kehidupan

Luang Por Jamnian telah dilatih bermeditasi sejak usia tiga atau empat tahun, karena ayahnya pernah menjadi biksu pengembara (*dhutanga*) selama 12 masa vassa sebelum melepas jubah dan berumah tangga. Ayahnya mahir dalam astrologi dan mampu memadukan meditasi dengan ramalan nasib secara jitu, serta pandai merawat orang yang diyakini terkena ilmu hitam. Orang sakit berdatangan untuk berobat dengan ramuan herbal, sehingga reputasinya pun tersebar luas.

Ketika memeriksa horoskop putranya ini, sang ayah mengetahui bahwa anak itu telah menghimpun jasa kebajikan (*pāramī*) di kehidupan-kehidupan lampau dan kelak ia akan menjadi pemimpin dan sumber kekuatan penting bagi agama Buddha, dan tak seorang pun dapat mencelakainya. Namun, ia harus waspada: jika bergaul dengan orang jahat, ia bisa menjadi perampok sakti yang sanggup membunuh dan sulit ditangkap.

Karena itu, Luang Por digembleng dengan keras sejak kecil. Karena rumah keluarga itu terletak di tepi kanal dekat laut dan mereka sering bepergian melalui jalur air, ia mulai belajar berenang saat baru berusia satu tahun. Ayahnya melemparkannya ke dalam air dengan dua buah kelapa

sebagai pegangan, lalu membiarkannya berjuang sendiri untuk kembali ke tepian. Dalam beberapa hari, ia sudah bisa berenang.

Untuk menumbuhkan keberanian, ayahnya menyuruhnya turun ke kanal yang dihuni buaya dan ke laut yang didiami hiu macan. Beliau juga dilatih memusatkan batin pada meditasi *kasiṇa* dan menatap matahari, serta diwarisi ilmu ayahnya semasa menjadi biksu pengembara: mantra pelindung, astrologi, dan pengobatan herbal tradisional.

◆ 1941

Pada tahun 1941, pada usia lima tahun, beliau bermeditasi sepanjang malam hingga batinnya hening dan terang, serta merasakan sukacita mendalam dalam *jhāna*. Sejak saat itu, beliau gemar bermeditasi dan sering kali menyelinap pergi untuk bermeditasi di pemakaman.

◆ 1942

Pada tahun 1942, ketika berusia enam tahun empat bulan, ibunya meninggal dunia tujuh hari setelah melahirkan anak bungsunya. Ayahnya sangat berduka hingga batinnya terguncang, oleh karena itu Luang Por menyarankan agar sang ayah mencari ibu tiri untuk membantu mengurus rumah tangga. Ibu tirinya mengajarnya membaca dan menulis; berkat ketekunannya, hanya dalam 14 hari beliau sudah bisa membaca, menulis, dan berhitung.

Beliau mempelajari mantra perlindungan diri dari Ta On (Kakek On), ayah ibu tirinya, dan mulai mempelajari *paritta* dari ayahnya sendiri.

Menjelang usia tujuh tahun, beliau ingin menjadi samanera agar memiliki lebih banyak waktu untuk bermeditasi, merasakan cahaya dan kebahagiaan batin, serta terbebas dari duka akibat kehilangan ibunya. Namun, ayahnya tidak mengizinkan karena ingin beliau membantu keluarga dahulu.

Sejak usia delapan tahun, beliau mengambil alih tanggung jawab ayahnya: membaca horoskop, mengobati penyakit dengan tanaman obat, membantu mereka yang diyakini terkena ilmu hitam, menangkap ikan, serta mencari penghasilan dengan mengantarkan uang ke bank—semuanya demi menopang keluarga dan kerabatnya.

Pada saat yang sama, beliau mempelajari “Lima darma Pemurni Batin” dari seorang biksu pengembara untuk meluhurkan batin dan hidupnya, serta ajaran “Empat Prinsip Cinta Kasih” dari Ta On, seorang praktisi darma awam, dan bertekad menjalankan ajaran-ajaran tersebut sepanjang sisa hidupnya.

Pada usia sembilan tahun, beliau mulai mempelajari Tipitaka di Wat Phra Mahathat Woramahawihan, Provinsi Nakhon Si Thammarat, yang berjarak sekitar 15 kilometer dari rumah beliau; pulang-pergi sekitar 30 kilometer.¹

1. Edisi bahasa Mandarin yang telah diterbitkan menyebut jarak sekitar 20 kilometer, yang dicatat dari penuturan Luang Por.

Kadang-kadang beliau menumpang mobil atau perahu, tetapi lebih sering berlari. Kemudian beliau juga belajar di Wat Nari Pradit dekat rumah, yang memiliki koleksi Tipitaka lengkap, dan terus mempelajari Tipitaka secara mandiri selama sekitar 12 tahun hingga beliau cukup umur untuk ditahbiskan.

Sejak usia tujuh tahun, beliau menangkap buaya untuk dijual² demi membantu keluarga. Baru sekitar usia sepuluh tahun beliau berhenti, setelah diperingatkan oleh orang-orang tua bahwa perbuatan itu menimbulkan karma buruk. Setelah itu beliau melaut sebagai nelayan. Pada usia 18 tahun beliau telah memiliki dua perahu dengan sekitar 20 awak. Pada masa ini beliau juga mulai tertarik pada sains. Beliau pernah digigit ular laut pada usia 17 tahun, dan jarinya pernah digigit seekor monyet kecil pada usia 18 tahun.

Luang Por pernah berjanji kepada ayahnya untuk menunggu hingga sang ayah wafat sebelum ditahbiskan. Pada tahun 1957, ketika beliau berusia 21 tahun, ayahnya, yang kesehatannya telah merosot sejak 1956, meninggal dunia. Setelah pemakaman, beliau bertekad bulat untuk ditahbiskan. Beliau berkata kepada kakak laki-lakinya, “Harta dan tanah mana pun yang engkau inginkan, ambillah. Sisanya bagikan seluruhnya kepada orang miskin. Aku tidak akan membawa uang sepeser pun.” Lalu beliau menyatakan:

*“Aku tidak akan lagi hidup berumah tangga.
Aku akan ditahbiskan dan tak akan pernah melepas jubah.”*

2. Edisi bahasa Mandarin yang telah diterbitkan menyebut bahwa beliau menangkap “belut” untuk dijual, bukan “buaya”.



Bab 3

Penahbisan dan Latihan Gigh



◆ 1957

Pada tanggal 2 Juli 1957, hanya dua minggu setelah ayahnya wafat, Luang Por Jamnian ditahbiskan sebagai biksu di *uposatha* (aula penahbisan) Wat Nari Pradit, Kecamatan Tha Rai, Distrik Mueang, Provinsi Nakhon Si Thammarat, dengan Phra Khru Kadoem dari Wat Buranaram sebagai pembimbing penahbisan

dan Phra Khru Praditsuwannawat, kepala wihara Wat Nari Pradit, sebagai guru penahbisannya. Beliau ingin pergi berkelana (*dhutanga*) sejak hari pertama menjadi biksu, tetapi kepala wihara tidak mengizinkan, sehingga beliau berjanji untuk tinggal melayani kepala wihara itu selama tujuh tahun. Selama masa itu beliau menjalankan kewajiban biksu dengan ketat dan lulus ujian darma tingkat dasar (*Nak Tham Tri*) pada masa vassa pertamanya. Pada siang hari beliau mengajar para samanera dan menyambut umat awam; pada malam hari beliau pergi bermeditasi seorang diri di pemakaman. Beliau mempelajari berbagai metode meditasi dari guru-guru yang telah maju dalam prakteknya, termasuk pengamatan kembang-kempisnya perut, pembedaan nama dan rupa, metode Dhammakaya, dan pengulangan kata *Buddho*.

Pada masa vassa keempat, beliau juga mempelajari *kasiṇa* tanah dan *kasiṇa* angin dari Luang Por Daeng Dhammajoto, mantan kepala wihara Wat Choeng Khao, Distrik Bacho, Provinsi Narathiwat, seorang biksu hutan pengembara yang termasyhur karena keahliannya atas *kasiṇa*. Luang Por Daeng tidak pernah lama menetap di satu tempat; kadang beliau muncul tiba-tiba, kadang lenyap begitu pandangan orang dialihkan sejenak.

◆ 1964

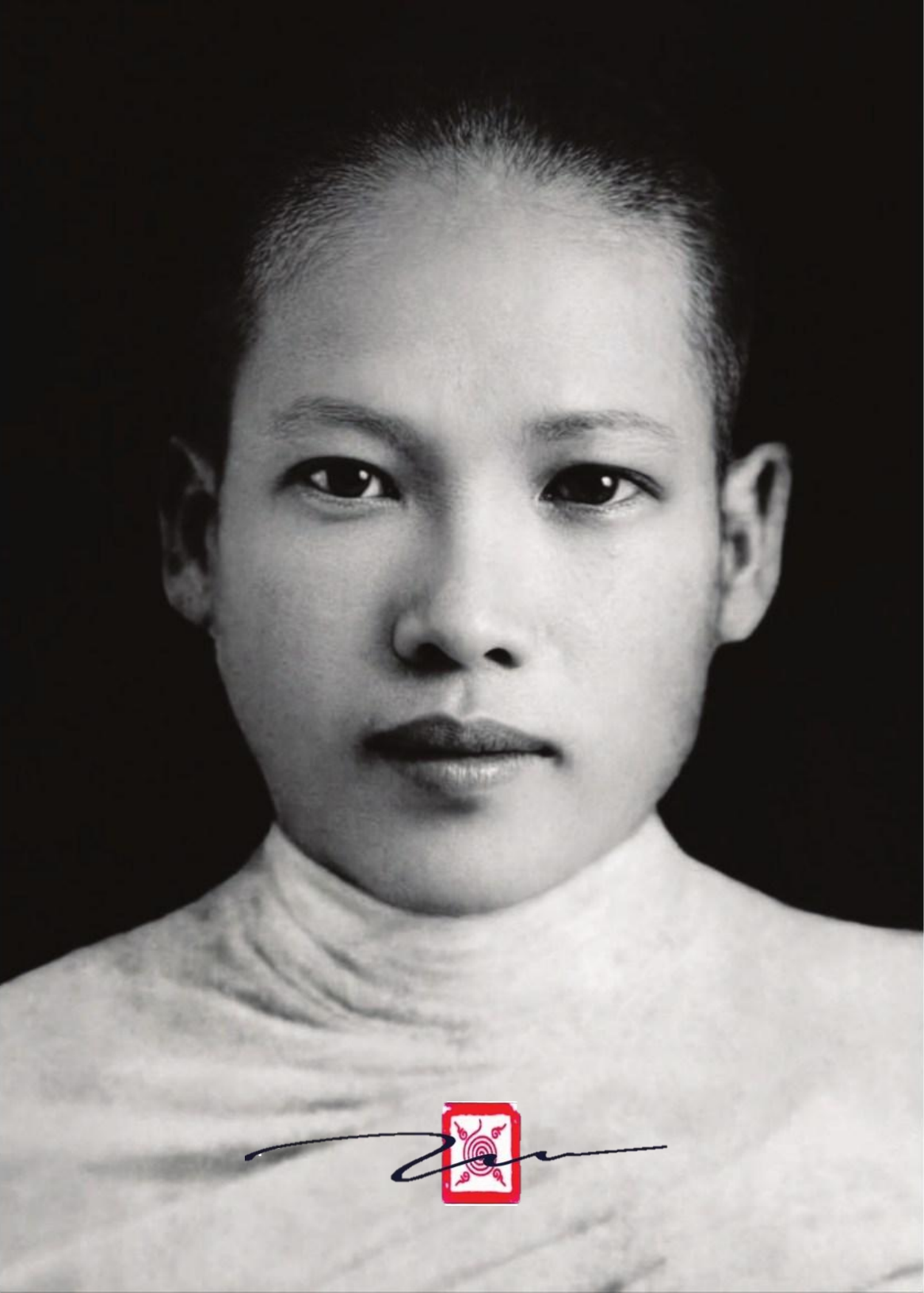
Pada tahun 1964, ketika berusia 28 tahun, setelah genap tujuh tahun di Wat Nari Pradit sesuai janjinya, Luang Por pergi ke Wat Chai Na, Provinsi Nakhon Si Thammarat, untuk berlatih vipassana di bawah bimbingan Phra Ajahn Paen Dhamadharo (1913–2005), seorang guru vipassana besar

dalam tradisi Theravada. Sebelum memulai latihan, Ajahn Paen meminta Luang Por meninggalkan seluruh ilmu gaib, pengobatan, dan astrologi yang dipelajarinya sejak kecil, agar sepenuhnya tertuju pada pengembangan vipassana. Luang Por menyanggupi dan mematuhi. Ajahn Paen mengajarkan Empat Landasan Perhatian (*Satipaṭṭhāna*) berdasarkan Mahāsatipaṭṭhāna Sutta secara terperinci, dan menjelaskan Jalan Mulia Berunsur Delapan dengan kedalaman yang mengagumkan.

Pada masa vassa pertamanya di Wat Chai Na, Luang Por mencapai kemajuan penting dalam latihan, yaitu menemukan “Jalan Tengah”. Ajahn Paen melihat bahwa Luang Por berlatih dengan sungguh-sungguh dan memahami ajaran secara mendalam. Ketika Ajahn Paen harus kembali untuk membangun Wat Sai Ngam Thammaram di Provinsi Suphan Buri, beliau menugaskan Luang Por menggantikan dirinya sebagai guru vipassana untuk membimbing para biksu, samanera, dan maechi di Wat Chai Na.

◆ 1966

Sekitar tahun 1966, ketika berusia 30 tahun dan masih menetap di Wat Chai Na, Luang Por berikrar untuk tidak berbaring dan tidak menyandarkan tubuh selama tiga tahun, untuk menebus kelalaiannya ketika tertidur sehingga melewatkan kesempatan memberi berkah kepada umat yang datang berpamitan, dan untuk mengabdikan seluruh waktunya melayani orang lain. Ikrar itu kemudian diperpanjang menjadi tujuh tahun, lalu sembilan tahun.





Bab 4

Welas Asih di Tengah Konflik

◆ 1966

Pada tahun 1966, ketika Luang Por Jamnian berusia 30 tahun, konflik politik pecah di Thailand selatan, terutama di Provinsi Surat Thani, yang menjadi basis penting gerakan pemberontak komunis. Beliau sendiri beberapa kali menjadi sasaran percobaan pembunuhan. Pada bulan November tahun itu, beliau pindah dari Wat Chai Na di Provinsi Nakhon Si Thammarat ke Wat Sukhonthawat, Distrik Ban Na San, Provinsi Surat Thani, atas undangan Phra Samu Sombat Pabhassaro, wakil kepala wihara, untuk membantu penduduk desa yang hidup di bawah ancaman. Sebagian dibunuh oleh aparat, sebagian lagi oleh pihak pemberontak; pada hari-hari tertentu terjadi baku tembak yang menelan banyak korban jiwa.

Beliau berusaha dengan segala cara melindungi penduduk agar tidak dibunuh secara tidak adil, dan menunjukkan jalan yang benar kepada mereka yang tersesat karena salah paham.



Sebelum pindah ke Wat Sukhonthawat, sekitar bulan Juni 1966, beliau menghadap kepada Por Than Khelai Wajasit (1876–1970), seorang biksu sepuh yang sangat dihormati, di Wat Chan Di, Provinsi Nakhon Si Thammarat, untuk memohon pelajaran tentang cara pemberkatan adiduniawi (*lokuttara*) yang kekuatannya tidak akan pernah pudar. Setelah menerima pewarisan ilmu itu secara lengkap, Luang Por untuk pertama kalinya membuat benda-benda suci demi menyelamatkan nyawa orang, dan membagikannya kepada lebih dari 500 umat di Wat Chai Na.

Setelah menetap di Wat Sukhonthawat, beliau memasukkan foto kecil hitam putih dirinya ke dalam bingkai plastik, lalu memberkatinya persis seperti yang diajarkan Por Than Khelai. Kemudian beliau membagikannya kepada orang-orang di daerah

berbahaya dari semua sisi tanpa membeda-bedakan, pemberontak, polisi, maupun tentara. Kelompok pertama sebanyak 2.000 buah dibagikan kepada perempuan dan anak-anak sebagai jaminan keselamatan dan penguat semangat. Semua yang menerimanya selamat tanpa cedera.



Benda suci seri ini pun dikenal sebagai seri “Jaminan”

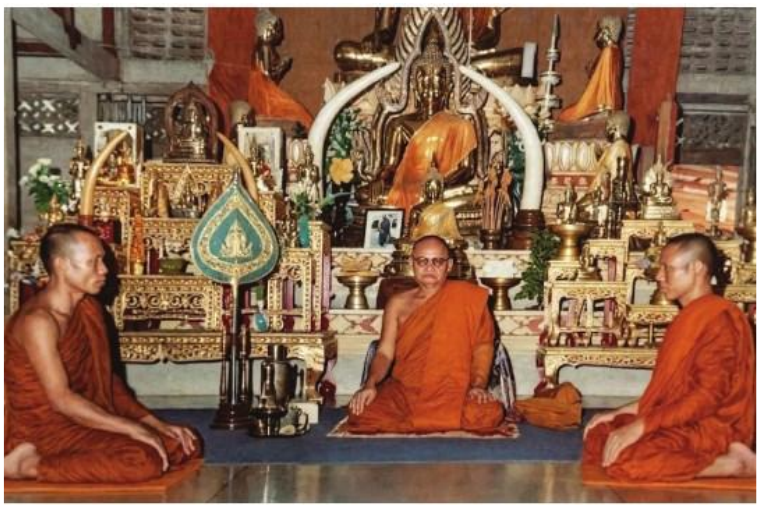
◆ 1969–1974

Antara tahun 1969 dan 1974, setelah usainya masa vassa, Luang Por pergi berkelana (*dhutanga*) sebanyak enam kali ke berbagai tempat di sejumlah provinsi di Thailand utara dan timur laut, hingga sejauh Provinsi Chiang Rai, dan memberi hormat kepada hampir 200 guru. Selain itu, sesekali ia juga mengunjungi Biku Buddhadasa (1906–1993) di Suan Mookhaphalaram, Surat Thani—sosok yang pertama kali beliau temui pada tahun 1965..

◆ 1970

Pada bulan Maret 1970, ketika berusia 34 tahun, Luang Por bersama Phra Samu Sombat Pabhassaro memimpin rombongan bhikkhu dan umat awam ke Wat Nong Pah Pong, Provinsi Ubon Ratchathani, untuk memberi hormat kepada Luang Por

Chah Subhaddo (1918–1992), dan tinggal di sana selama tiga hari dua malam. Belian sangat terkesan oleh cara praktik Luang Por Chah, yang seimbang dalam darma maupun Vinaya. Ketika beliau memohon izin untuk membawa para biksu, samanera, dan maechi berlatih di sana, Luang Por Chah justru menyarankan agar beliau kembali ke wilayah Selatan untuk melanjutkan upayanya meredakan konflik antara para pemberontak beserta pendukungnya dengan pihak pemerintah, terutama di Provinsi Nakhon Si Thammarat. Maka beliau pun kembali ke Wat Su-khonthawat.



Phra Heet Bhuripanno, salah seorang murid Luang Por (telah wafat), memohon agar beliau tetap tinggal sebagai tempat bernaung bagi masyarakat di wilayah Selatan. Hal ini selaras dengan perkataan Por Than Khlai ketika Mae Chee Im Viraso bertanya, “Jika kelak Por Than telah tiada, kepada siapa saya harus bernaung?”

Por Than menjawab, “Setelah aku tiada, masih ada seorang biksu muda yang kebajikannya lebih besar daripadaku, yaitu Ajahn Jamnian, yang akan menjadi tempat bernaung bagi masyarakat selatan.”

◆ 1971

Pada tahun 1971, meskipun Luang Por telah berusia 35 tahun, tubuhnya yang kurus membuat orang sering mengiranya seorang samanera. Beberapa orang lalu menyarankan agar beliau menambah berat badan supaya tampak lebih dewasa.



Luang Por pun memutuskan untuk mengubah penampilannya. Beliau beralih dari makanan sederhana ala biksu hutan ke makanan tinggi lemak, sambil memusatkan batin pada kata “gemuk”. Dalam waktu hanya 30 hari, berat badannya bertambah dari 45 kilogram menjadi 60 kilogram.³

◆ 1972

Pada tahun 1972, ketika Luang Por berusia 36 tahun, Biksu Buddhadasa menyarankan Jack Kornfield untuk menemui Luang Por di Wat Sukhonthawat. Kornfield kemudian menuliskan kisah beliau dalam buku *Living Buddhist Masters* (1977), yang belakangan diterbitkan ulang dengan judul *Living Dharma*. Dalam buku itu Luang Por diakui sebagai salah satu dari dua belas guru vipassana kontemporer terkemuka dari Thailand dan Myanmar, dan merupakan yang termuda di antara mereka.

Selama hampir sepuluh tahun, dari 1966 hingga 1975, Luang Por membantu meredakan konflik dalam negeri. Dalam kurun 1966–1969 saja, sekitar 20.000 pemberontak dan pendukungnya di sekitar Wat Sukhonthawat meletakkan senjata dan kembali ke tengah masyarakat. Pada akhirnya, beliau berhasil membujuk para pemberontak dan pendukung mereka di wilayah lain di Selatan untuk meletakkan senjata dan menerima amnesti dari pemerintah Thailand.

3. Edisi bahasa Mandarin yang telah diterbitkan tidak memuat kisah perubahan penampilan dengan menambah berat badan ini.



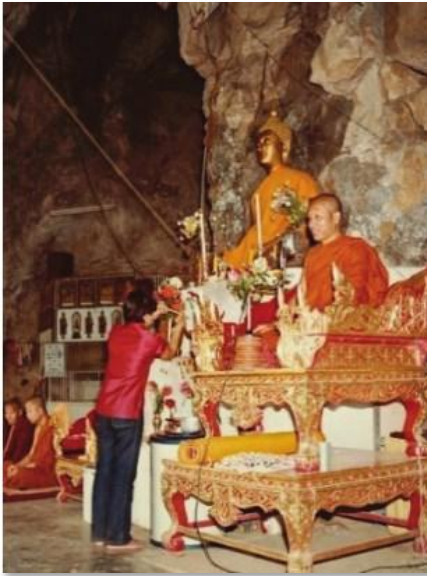
Bab 5

Berdirinya Wat Tham Suea

◆ 1975

Pada tahun 1975, ketika berusia 39 tahun dan sedang mencari tempat baru untuk berlatih dharma, Luang Por Jamnian mendapat penglihatan batin (*nimitta*) yang jelas tentang suatu tempat di Provinsi Krabi yang dikelilingi pegunungan, dengan sebuah gua bernama Tham Suea (Gua Harimau) dan beberapa gua lainnya. Beliau merasa sangat terikat pada tempat itu, se-olah-olah pernah mengenalnya. Beliau lalu menugaskan Phra Heet mencari lokasi bagi komunitas wihara, dan salah satu tempat yang ditemukannya adalah Tham Suea.





Setibanya di Tham Suea, Luang Por mendapati tempat itu persis seperti yang dilihatnya dalam penglihatan batin. Pada 25 Mei 1975, beliau membawa rombongan 53 bhikkhu dan samanera serta 56 maechi dari Wat Sukhonthawat untuk mendirikan pusat latihan meditasi vipassana disana. Pada awalnya, Bapak Pring Amonkul mempersembahkan tanah seluas

8 rai (sekitar 1,3 hektar), yang kemudian bertambah menjadi lebih dari 200 rai (sekitar 32 hektar). Sedikit demi sedikit dibangunlah *kuṭi*, tempat tinggal para biksu, sarana latihan dharma, dan bangunan keagamaan, hingga sepuluh tahun kemudian, pada tahun 1985, tempat itu secara resmi ditetapkan sebagai wihara.

◆ 1976

Pada bulan Mei 1976, diusia 40 tahun, beliau mulai membangun tangga beton dan batu untuk menggantikan tangga kayu lama yang menuju kelembah di dalam Wat Tham Suea; pembangunan tersebut rampung hanya dalam waktu tiga bulan. Adapun tangga menuju puncak gunung sebanyak 1.237 anak tangga dibangun kemudian, di bawah pimpinan Phra Ajahn Witoon Acarasubho,⁴ salah seorang murid utama Luang Por



-
4. Edisi bahasa Mandarin yang telah diterbitkan menggunakan nama “Phra Ajahn Witoon Punnam”.

**Bab 6****Darma Tanpa Batas Negara**

◆ 1976

Pada bulan Oktober 1976, setelah masa vassa berakhir, Luang Por Jamnian untuk pertama kalinya pergi ke luar negeri, yaitu ke Malaysia, atas undangan Phra Ajahn Thong Mengsam (telah wafat), kepala wihara Wat Tham Ratsami (光炽岩), seorang biksu Thai keturunan Tionghoa, untuk memimpin upacara pemancaran cinta kasih bagi arwah para korban tanah longsor di Ipoh.

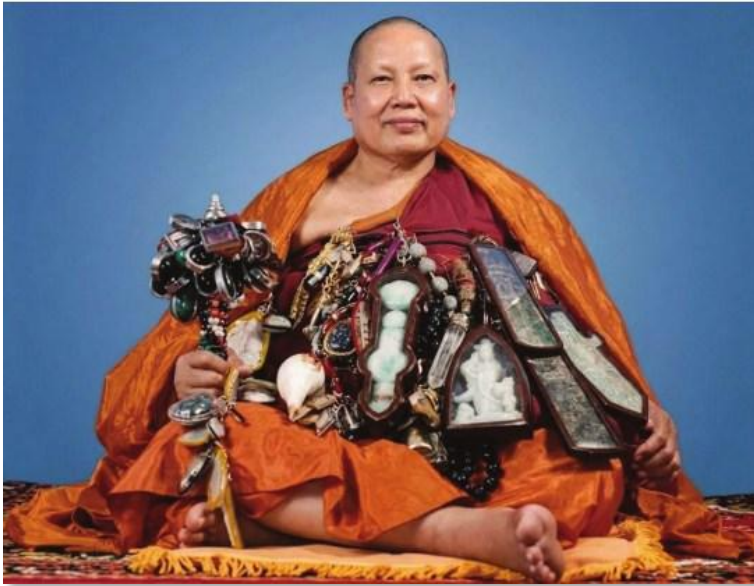


Kemudian, pada 22 Oktober tahun yang sama, selama berada disana, beliau bertemu dengan Yang Mulia Gyalwa Karmapa ke-16, Rangjung Rigpe Dorje (1924–1981), di Wat Tham Ratsami. Pertemuan itu membantu beliau melihat keterkaitan antara sebab-musabab di masa lalu dan tugas penyebaran darma di masa depan. Setelah itu, Luang Por diundang untuk mengajarkan darma di Malaysia secara rutin setiap tahun.

Luang Por bepergian secara luas untuk menjalankan tugas keagamaan, membimbing dan mengajarkan praktik darma di berbagai wihara dan pusat latihan, termasuk di instansi pemerintahan yang mengundangnya.

◆ 1975

Sekitar tahun 1975, ketika berusia 39 tahun, orang-orang mulai menyebut beliau seorang arahat. Karena itu, beliau memasukkan benda-benda suci ke dalam kantong kain bahunya dan menggantungkannya disekeliling tubuh; bersama barang keperluan sehari-hari, beratnya sekitar 60 kilogram. Tujuan-nya agar orang melepaskan kemelekatan pada citra seorang arahat. Penampilan ini sejak itu menjadi ciri khas beliau.



◆ 1978

Pada tahun 1978, diusia 42 tahun, beliau pergi ke Kuala Lumpur, Malaysia, atas undangan Phra Ajahn Thong dari Wat Sai Khao, untuk memimpin upacara pelimpahan jasa bagi para korban bencana di sebuah pasar swalayan, sekaligus membabarkan darma.

◆ 1988

Pada tahun 1988, saat berusia 52 tahun, para pendukung awam sebuah wihara Thailand di Alaska mengundangnya ke Amerika Serikat untuk memberikan saran mengenai urusan dan pengelolaan wihara tersebut. Kemudian beliau juga diundang ke Badan Penerbangan dan Antariksa Amerika Serikat (NASA) di

Houston, Texas, untuk membantu menangani masalah yang konon berkaitan dengan “energi yang tidak lazim”.



◆ 1994

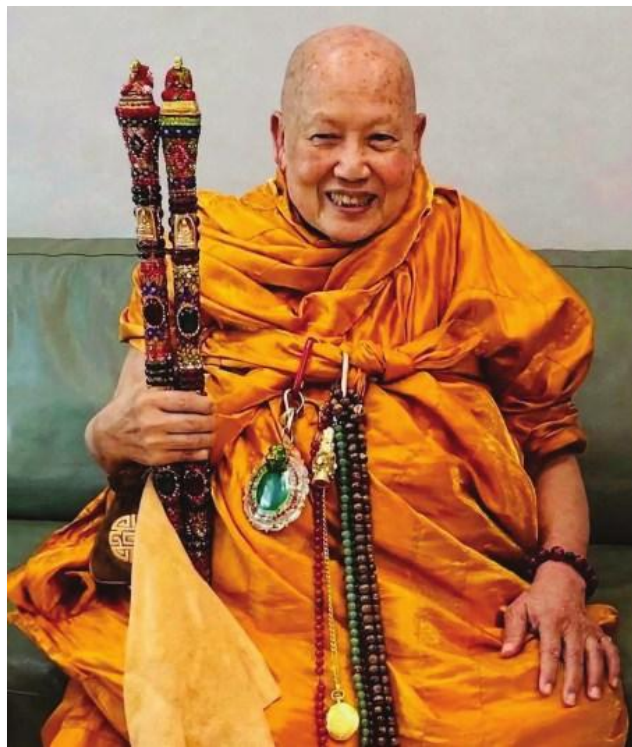
Pada bulan Juli 1994, di usia 58 tahun, beliau diundang oleh Jack Kornfield untuk mengajar di Spirit Rock Meditation Center di California untuk pertama kalinya, dengan memimpin sesi latihan selama satu hari penuh. Dari tahun 1995 hingga 2007, beliau kembali ke pusat tersebut setiap bulan Juli untuk memimpin sesi meditasi vipassana (pandangan terang) selama satu hari penuh.

◆ 1995–2003

Dalam kurun 1995–2003, beliau mengunjungi Denmark, Swedia, Swiss, Jerman, dan Perancis untuk menjalin persahabatan dalam darma.

◆ 1996

Pada tahun 1996, ketika genap berusia 60 tahun, setelah membawa benda-benda suci di tubuhnya selama sekitar 21 tahun, beliau mengurangi bebannya hingga separuh, dari sekitar 60 kilogram menjadi sekitar 30 kilogram.





Bab 7

Ziarah dan Relik Buddha

◆ 2005

Pada tahun 2005, ketika berusia 69 tahun, Luang Por Jamnian pergi ke Nalanda, India, untuk mendukung Phra Ajahn Witoon Acarasubho dalam membangun jalan menuju arca Buddha Hitam. Tahun berikutnya beliau kembali untuk memimpin upacara pengucapan tekad (*adhiṭṭhāna*) di hadapan arca Buddha Hitam itu.





Sekitar masa itu pula beliau berkenalan dengan Ruth Denison (1922–2015), seorang guru meditasi ternama di California Selatan. Beliau mengagumi praktik yang dijalankan Ruth dan dengan welas asih menerimanya sebagai murid darma atas permintaan Ruth sendiri. Dalam ceramah-ceramah darma, Luang Por kerap menyebut Ruth sebagai contoh baik dari seseorang yang mencapai pembebasan melalui pemahaman darma.

◆ 2007

Pada tahun 2007, ketika Luang Por berusia 71 tahun, utusan beliau pergi ke Taiwan; Phra Krerkpong Tejadhammo dan Phra Ajahn Ngam Ratananano berkoordinasi dengan Phra Duangjai Pannadharo dari Wat Zhongli Yanwararam.

◆ 2007–2008

Pada tahun 2007–2008, Luang Por mengupayakan agar relik Buddha disemayamkan di chedi Wat Tham Suea, dan sebagian lainnya ditempatkan di Taman Buddha (Buddha Park) di Ravangla, negara bagian Sikkim, India. Pada kesempatan itu beliau turut menyumbangkan dana sebesar 2 juta baht untuk pembangunan situs suci tersebut. Semua ini merupakan bagian dari proyek pertukaran relik Buddha di antara dua belas negara: India, Sri Lanka, Bhutan, Myanmar, Laos, Kamboja, Vietnam, Malaysia, Indonesia, Tiongkok, Taiwan, dan Korea Selatan.





Bab 8

Menyebarkan Dharma ke Seluruh Dunia

◆ 2009

Pada bulan Mei 2009, di usia 73 tahun, Luang Por Jamnian pergi mengajar di Taiwan untuk pertama kalinya, atas undangan Phra Prasert Nanaviro, seorang biksu asal Thailand yang berada di Lotus Pond Dhamma Hall di Keelung. Mulai dari saat itu, Profesor Lin Chung-An mengoordinasikan undangan-undangan tersebut, dan Luang Por terus kembali untuk mengajar di Taiwan setiap tahun hingga Juli 2018. Setelah itu, beliau berhenti bepergian, tidak lama sebelum pandemi COVID-19 dimulai pada tahun 2019.







Sebelumnya, pada tahun 2005, saat berusia 69 tahun, setelah menetap di Wat Tham Suea sekitar 30 tahun, beliau meninggalkan Wat Tham Suea agar dapat bebas berkelana menyebarkan dharma. Beliau menugaskan Phra Kasemsuk Khemasukho untuk menerima semua undangan; dekat atau jauh, acara kecil atau besar, di dalam mau-pun diluar

negeri, semuanya beliau sambut. Kemudian, pada tahun 2007, beliau pindah sementara ke Wat Sukhonthawat sekitar dua tahun, dan pada tahun 2010, ketika berusia 74 tahun, beliau pindah menjalani masa vassa di Wat Khao Lao, Kecamatan Wang Manao, Distrik Pak Tho,5 Provinsi Ratchaburi. Beliau tetap mengajarkan vipassana di daerah sekitarnya, termasuk di Samnak Song Rangsi Matchima, Distrik Muak Lek, Provinsi Saraburi, tempat tinggal beliau setelah meninggalkan Wat Tham Suea.

◆ 2012

Pada pertengahan tahun 2012, Luang Por pergi mengajarkan meditasi vipassana kepada para murid dan peminat lainnya di negara bagian Washington, Amerika Serikat.



-
5. Edisi bahasa Mandarin yang telah diterbitkan menyebut bahwa Wat Khao Lao terletak di Kanchanaburi.

Pada akhir tahun yang sama, beliau untuk pertama kalinya turut memabarkan darma di bawah Pohon Bodhi suci di Bodh Gaya, India.

Setelah itu beliau kembali ke Bodh Gaya beberapa kali selama Upacara Pembacaan Tipitaka Internasional yang diadakan setiap tahun, untuk memabarkan darma dan melantunkan “Sembilan Bait Yantra” di bawah Pohon Bodhi suci guna menyingkirkan rintangan.

Ceramah terakhir beliau di Bodh Gaya berlangsung pada tahun 2018. Saat itu beliau tidak dapat pergi ke India, sehingga memabarkan darma dari Thailand melalui telepon.





◆ 2013–2015

Dari tahun 2013 hingga 2015, Luang Por pergi ke Amerika Serikat setahun sekali untuk mengajarkan meditasi vipassana di negara bagian Washington, Oregon, dan California.





◆ 2016

Pada tahun 2016, ketika berusia 80 tahun, beliau pergi ke Moskow dan St. Petersburg, Rusia, untuk menyebarkan dharma.



Pada akhir tahun yang sama, beliau pergi membabarkan dharma di Australia, dan kembali lagi ke sana pada tahun 2017.



Pada masa itu, selain pergi menyebarkan dharma ke Malaysia dan Taiwan setiap tahun, beliau juga menerima undangan untuk mengajarkan dharma dan meditasi di Singapura dan Indonesia.







Bab 9

Tahun-Tahun Terakhir

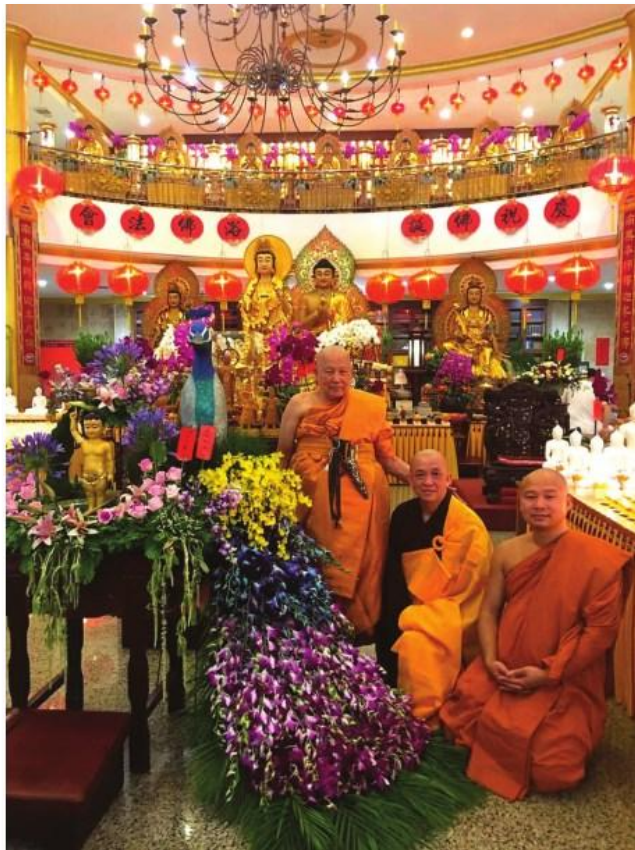
◆ 2018

Pada bulan Juni 2018, ketika berusia 82 tahun, setelah memimpin latihan darma intensif selama 11 hari di Taiwan, Luang Por Jamnian memberi tahu para murid bahwa tahun depan beliau tidak akan datang lagi, karena perlu beristirahat dan memulihkan kesehatannya.



◆ 2019

Pada tahun 2019, ketika berusia 83 tahun, Luang Por mening-galkan Wat Khao Lao untuk menjalani masa vassa dan menerima perawatan kesehatan di sebuah wihara Mahayana di Kuala Lumpur, Malaysia. Pada masa ini beliau masih sesekali membabarkan darma kepada para murid di berbagai negara melalui Zoom; sesi terakhir berlangsung pada tahun 2021.



Luang Por Jamnian Silasettho



1936 – 2026

Luang Por Jamnian Silasettho wafat pada 18 Agustus 2026 di Malaysia, dalam usia 90 tahun dan 69 masa vassa. Kepergian beliau berarti hilangnya seorang mahathera yang luhur, yang dihormati dan diteladani oleh para murid, serta salah seorang guru vipassana terkemuka di Thailand selatan. Para murid dan umat, baik di dalam maupun di luar negeri, berduka sedalam-dalamnya.



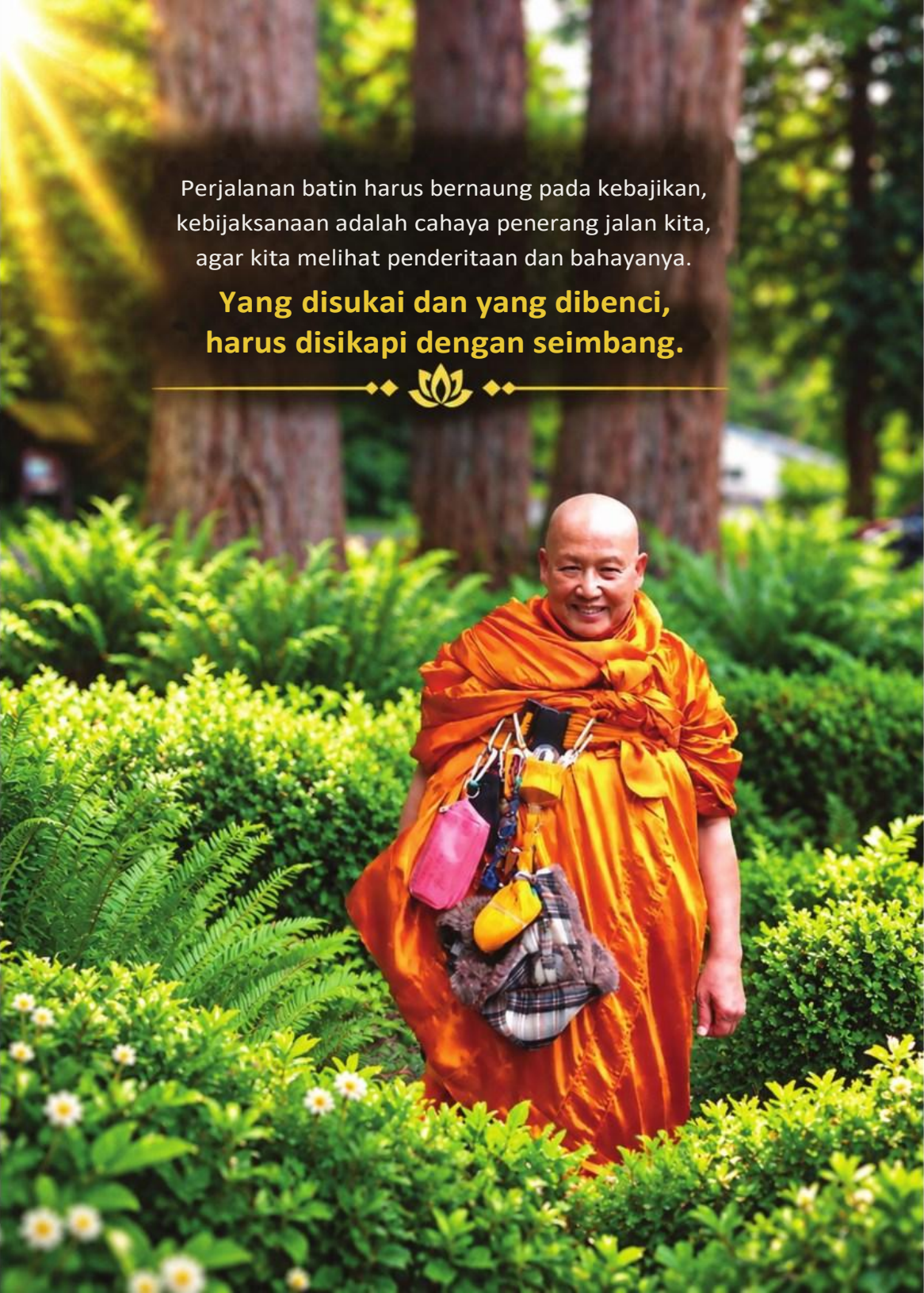
Luang Por Jamnian Silasettho · 1936 – 2026

Peristiwa-Peristiwa Penting

- 1936** ○ **Kelahiran** 1 Mei, di Ban Pak Nakhon, Kec. Tha Rai, Distrik Mueang, Provinsi Nakhon Si Thammarat
- 1941** ○ **Kebahagiaaan samadhi** usia 5 tahun, bermeditasi sepanjang malam hingga batin hening dan terang
- 1942** ○ **Kehilangan ibu** usia 6 tahun, ibunda wafat setelah melahirkan anak bungsu
- 1957** ○ **Penahbisan** 2 Juli, di Wat Nari Pradit, Provinsi Nakhon Si Thammarat, pada usia 21 tahun
- 1964** ○ **Berlatih vipassana** di bawah bimbingan Phra Ajahn Paen Dhammadaro di Wat Chai Na
- 1966** ○ **Wat Sukhonthawat** pindah untuk menolong penduduk di tengah konflik, Provinsi Surat Thani
- 1970** ○ **Menghadap Luang Por Chah** di Wat Nong Pah Pong, Provinsi Ubon Ratchathani
- 1972** ○ **Pengakuan internasional** diakui sebagai guru vipassana kontemporer dalam buku *Living Buddhist Masters*
- 1975** ○ **Mendirikan Tham Suea** 25 Mei, mendirikan pusat latihan vipassana di Provinsi Krabi
- 1976** ○ **Darma ke mancanegara** perjalanan pertama ke luar negeri, ke Malaysia
- 1985** ○ **Menjadi wihara** Tham Suea resmi ditetapkan sebagai wihara
- 1988** ○ **Amerika Serikat** diundang ke Alaska dan ke NASA di Houston
- 1994** ○ **Spirit Rock** ceramah pertama di Spirit Rock Meditation Center, California
- 2005** ○ **Meninggalkan Tham Suea** agar bebas berkelana menyebarkan darma
- 2007** ○ **Relik Buddha** disemayamkan di chedi Wat Tham Suea; sebagian ditempatkan di Sikkim, India
- 2009** ○ **Taiwan** mulai membabarkan darma di sana setiap tahun
- 2010** ○ **Wat Khao Lao** pindah menjalani vassa di Distrik Pak Tho, Provinsi Ratchaburi
- 2012** ○ **Bodh Gaya** membabarkan darma di bawah Pohon Bodhi untuk pertama kalinya
- 2016** ○ **Rusia · Australia** menyebarkan darma di Moskow, St. Petersburg, dan Australia
- 2019** ○ **Tahun-tahun terakhir** menjalani vassa dan perawatan kesehatan di Kuala Lumpur, Malaysia
- 2026** ● **Wafat** 18 Agustus, di Malaysia, dalam usia 90 tahun, 69 vassa

Perjalanan batin harus bernaung pada kebajikan,
kebijaksanaan adalah cahaya penerang jalan kita,
agar kita melihat penderitaan dan bahayanya.

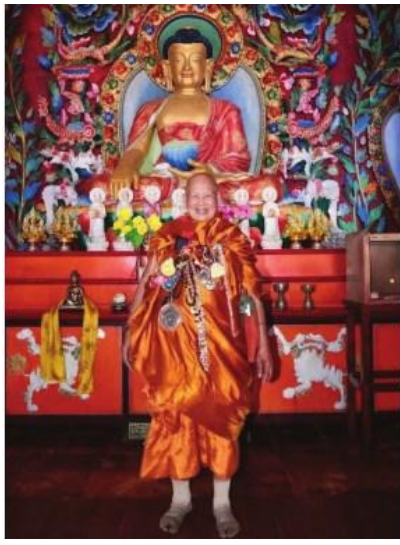
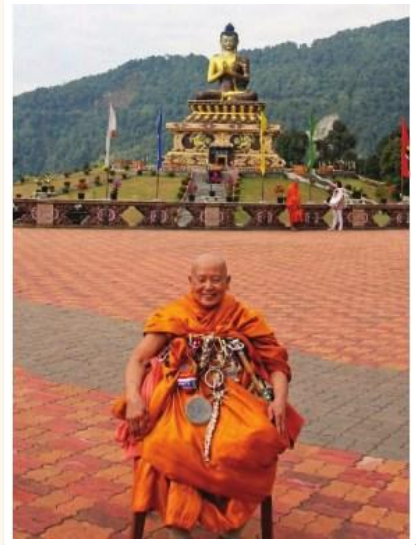
**Yang disukai dan yang dibenci,
harus disikapi dengan seimbang.**



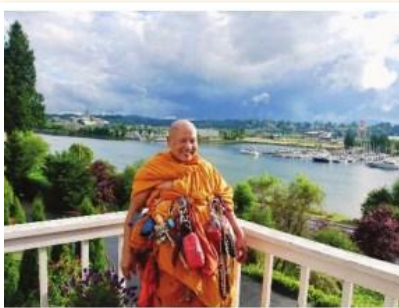
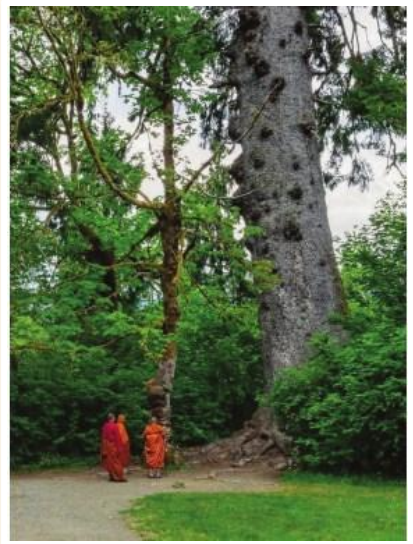
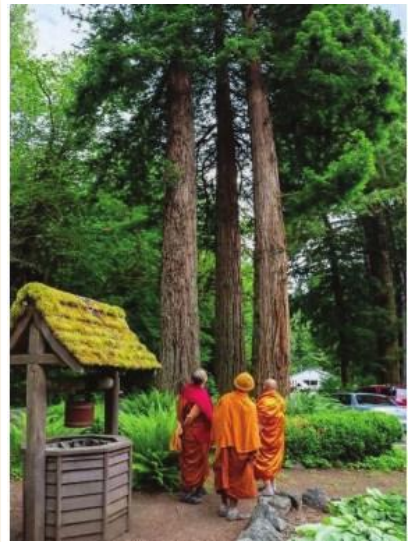
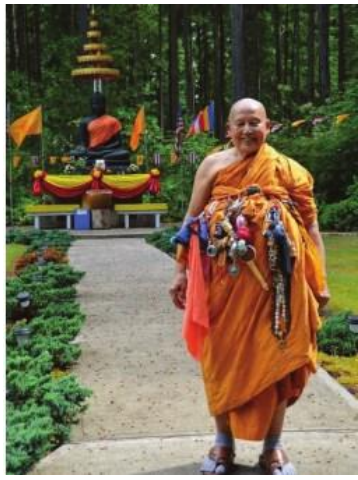


Perjalanan Darma Mengelilingi Dunia





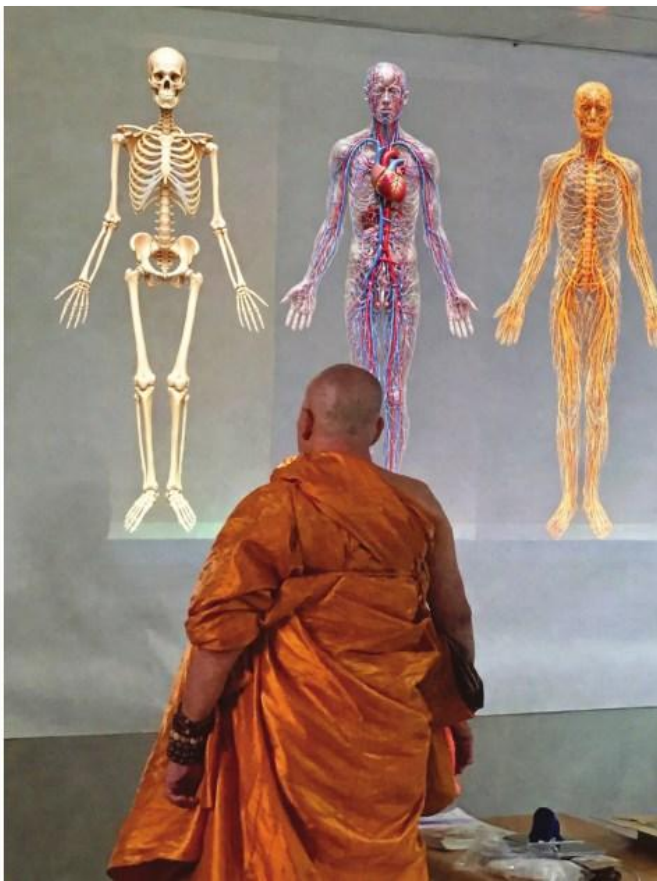






Bagi yang ingin mempelajari ajaran Luang Por Jamnian Silasettho,
informasi lebih lanjut tersedia di situs web

Jamnian.org





Bait cinta kasih yang diwariskan oleh Luang Por Jamnian

“Au-ae, Au-aa, Metta, Buddho”

Au-ae	suara tangis bayi perempuan, yang membangkitkan cinta kasih dan welas asih
Au-aa	suara tangis bayi laki-laki, yang membangkitkan cinta kasih dan welas asih
Metta	cinta kasih dan niat baik tanpa membedakan
Buddho	Sang Buddha, yang penuh dengan kualitas “Yang Mengetahui, Yang Terjaga, Yang Berbahagia”

Makna keseluruhan bait ini adalah menghadirkan batin Sang Buddha ke dalam batin kita sendiri, untuk memancarkan cinta kasih kepada semua makhluk seolah-olah mereka adalah anak-anak kita sendiri.

Bait cinta kasih ini diwariskan kepada Luang Por oleh Ta On, ayah ibu tirinya. Melantunkannya akan menumbuhkan cinta kasih dan welas asih, serta mendatangkan berkah bagi diri sendiri dan orang lain. Namun, kunci yang membuat bait ini sakral dan berdaya adalah batin si pelantun harus dipenuhi niat baik dan cinta kasih kepada semua makhluk. Jika muncul kemarahan terhadap siapa pun, kekuatan bait itu akan seketika melemah.

Bagian 2 · Penutup

Kenangan dan Nasihat Darma



Phra Thammawachiraphutthakhom (Chao Khun Chai Purindako)

Wakil Pemimpin Sangha Wilayah 17

Kepala Wat Mahathat Wachiramongkhon, Wihara Kerajaan, Provinsi Krabi

Pelaksana Tugas Kepala Wat Tham Suea, Provinsi Krabi



Jejak Dharma

Bab 1

Meditasi di Hutan Belantara dan Ujian Hidup dan Mati

“Kesunyian yang mendalam dan kesulitan di jalan latihan memungkinkan kita melihat kebenaran batin kita sendiri dengan jelas.”

Saya pernah berlatih dharma seorang diri jauh di dalam hutan di Provinsi Phang Nga selama satu tahun penuh, dengan hanya seorang umat yang datang mempersembahkan makanan. Sepanjang tahun itu saya sama sekali tidak keluar berpindapata. Saya melepaskan semua kekhawatiran duniawi dan sepenuhnya memusatkan diri pada meditasi. Kemudian Luang Por Jamnian mendaki gunung untuk menjenguk saya. Pada malam hari, Luang Por beristirahat bersama saya di atas balai-balai bambu yang sederhana, dan tak henti-hentinya mewariskan metode meditasi yang mendalam kepada saya.

Pada waktu itu Luang Por menggembleng saya dengan sangat keras. Beliau menegaskan bahwa saya harus mampu memasuki samadhi dalam “posisi berdiri”. Bermeditasi sambil berdiri adalah postur yang paling sulit dibandingkan duduk atau berbaring, karena saat berdiri batin sukar terpusat dan mudah goyah. Namun, pada hari Luang Por memberi petunjuk itu juga, saya berhasil memasuki samadhi dalam posisi berdiri. Ketika melihat bahwa saya telah mahir, beliau berkata, “Jika setelah ini kamu ingin belajar di tempat lain, aku tidak akan melarangmu lagi.”

Beliau mewariskan segalanya tanpa menyembunyikan apa pun: perhatian penuh, konsentrasi, kebijaksanaan, pengetahuan dan penglihatan (*ñāṇadassana*) yang membawa realisasi, serta cara mengarahkan batin untuk merenungkan berbagai fenomena.

Luang Por berjalan sangat cepat dan sering naik-turun gunung pada senja dan malam hari, sementara saya tetap di dalam hutan, berlatih dan meninjau ajaran beliau dalam keheningan.

Selama tinggal di dalam hutan itu, saya pernah berikrar berdiam diri selama setahun, tidak berbicara dengan siapa pun. Pada masa itu saya jatuh sakit parah. Begitu Luang Por mendengarnya, beliau bergegas mendaki gunung untuk merawat saya dan memabarkan darma. Saya memohon agar beliau menguraikan *bojjhaṅga* (faktor-faktor pencerahan), khususnya *sati-sambojjhaṅga* (perhatian penuh sebagai faktor pencerahan), karena itulah ajaran yang paling saya sukai.

Selagi Luang Por memabarkan darma, batin saya menyerap arusnya; penyakit saya langsung mereda dan pulih tanpa sebutir obat pun. Meski berbicara dengan Luang Por melanggar ikrar diam, beliau menenangkan saya: itu demi mendengarkan darma, dan saya pun telah sembuh, jadi tak perlu cemas lagi.

Di antara hari-hari dan malam-malam latihan keras di pegunungan dan hutan itu, salah satu ujian hidup dan mati yang paling mencekam terjadi ketika saya sedang bermeditasi di sebuah gua yang dihuni ular piton raksasa. Hari itu seekor piton yang sangat besar perlahan merayap keluar. Seandainya ia ingin memangsa saya, dengan mudah ia dapat menelan saya bulat-bulat. Ia merayap ke hadapan saya sambil menjulur-julurkan lidahnya, lalu melata melintasi tubuh saya. Tubuhnya yang berat dan dingin menindih kedua kaki saya yang sedang bersila.

Dalam sepersekian detik antara hidup dan mati itu, keringat dingin membasahi sekujur tubuh. Namun, saya segera memulihkan perhatian penuh dan meneguhkan tekad:

*“Masuklah ke dalam samadhi sekarang, relakan hidup ini.
Jika harus mati saat ini, biarlah mati.”*

Pada saat itu saya memutuskan semua kemelekatan dan ketakutan akan kematian, melepaskan tubuh ini sepenuhnya, lalu dengan kekuatan perhatian penuh, konsentrasi, dan kebijaksanaan, saya menarik batin keluar dari tubuh dengan tegas. Manusia takut mati karena melekat erat pada diri yang tersusun atas lima kelompok kehidupan (khandha) ini sebagai “aku”. Asalkan ketakutan akan kematian dapat diputus, tidak ada lagi sesuatu pun di dunia ini yang dapat mengguncangkan batin.

Ular piton itu melingkar-lingkar di sekeliling tubuh saya cukup lama sebelum perlahan pergi, seakan-akan datang untuk menguji keteguhan hati seorang praktisi, atau mungkin ia adalah makhluk suci penjaga tempat itu.

*“Ketika kemelekatan pada tubuh telah dilepaskan,
gerbang hidup dan mati hanyalah seembus angin lalu.”*





Jejak Dharma

Bab 2

Menerima Amanat Terakhir Luang Por dan Membangun Wihara dengan Tenang

Wat Tham Suea didirikan pada tahun 1975. Saat itu saya masih samanera yang hampir berusia 18 tahun, dan saya mendampingi Luang Por Jamnian menjalani masa vassa di sini.

Pada dasarnya saya tidak menyukai keramaian. Saya lebih menyukai meditasi dalam kesendirian dan berkelana (dhutanga), sehingga jarang mengikuti Luang Por dalam perjalanan menyebarkan dharma ke berbagai tempat. Namun, selama di wihara, saya selalu melayani Luang Por dari dekat, dan beliau mendidik saya siang dan malam tanpa henti.

Kemudian Luang Por ingin menjauh dari hiruk-pikuk dunia luar dan mencari tempat tenang untuk menyepi, karena hati beliau tertuju terutama pada dharma dan latihan meditasi. Namun, ke mana pun beliau pergi, orang-orang tersentuh oleh cinta kasih dan kewibawaan dharma beliau yang melimpah, dan para murid pun berbondong-bondong datang untuk bernaung di bawah kebajikannya. Seperti kata pepatah, “Di mana ada cinta kasih, di situ orang-orang dengan sendirinya berkumpul.”

Saya pernah berjanji kepada Luang Por, “Silakan Luang Por merasa tenang dan bepergian ke mana pun sesuka hati. Urusan membangun wihara biarlah menjadi tanggung jawab saya.” Saya juga menyampaikan, “Setelah selesai membangun Wat Bang Rieng di Distrik

Thap Put, Provinsi Phang Nga, yang dipersembahkan sebagai jasa kebajikan bagi Raja Rama IX, saya akan kembali membangun satu wihara lagi, yaitu Wat Bang Thong di Provinsi Krabi, sebagai jasa kebajikan bagi Raja Rama X. Phang Nga adalah kampung halaman ibu saya, maka Wat Bang Rieng dibangun untuk membalas budi ibu saya; sedangkan Wat Bang Thong di Krabi dibangun untuk membalas budi ayah saya.”

Pada waktu itu Luang Por berpesan kepada saya dengan sungguh-sungguh:

“Wat Tham Suea adalah tugasmu.

Kamu harus kembali dan menuntaskan wihara ini.”

Luang Por sendiri yang membeli seluruh tanah Wat Tham Suea. Di hadapan komunitas Sangha dan para umat, beliau me-nyatakan dengan jelas bahwa wihara dan tanah ini dipercayakan sepenuhnya kepada saya untuk dipelihara dan dipertanggungjawabkan, serta meminta semua orang memberikan dukungan penuh agar pembangunan wihara berjalan dengan benar dan tertib, dan agar darma sejati tetap lestari.

Semasa hidupnya, meskipun Luang Por bepergian ke banyak tempat dan bahkan pernah menjalani masa vassa di sebuah wihara Mahayana di Malaysia, mengenai penanganan jasad beliau setelah wafat, Luang Por telah berpesan secara lisan dengan jelas: jika saya tiba sebelum beliau wafat atau dalam tujuh hari setelah beliau wafat, seluruh keputusan mengenai jasad beliau sepenuhnya berada di tangan saya. Namun, jika saya tidak dapat tiba tepat waktu, upacara kremasi hendaknya dilaksanakan dalam tujuh hari sesuai kehendak beliau.

Luang Por sangat memahami watak dan bakat setiap muridnya; masing-masing memiliki kemampuan yang berbeda. Saya sendiri adalah orang yang bekerja langsung di lapangan. Selama bertahun-tahun saya

berpegang teguh pada amanat terakhir Luang Por: tanpa kemeriahan, tanpa pamer, perlahan-lahan selangkah demi selangkah, bertekad menyelesaikan setiap wihara yang dipercayakan kepada saya dengan tenang dan mantap.

Ketika Luang Por menyerahkan seluruh perincian dan rencana kerja kepada saya, beliau pernah berkata:

“Seluruh perencanaan harus kamu pimpin. Chedi ini tak akan kuizinkan dibangun oleh orang lain.”

Ketika saya bertanya mengapa beliau begitu mementingkan pembangunan chedi itu, Luang Por menjawab dengan penuh welas asih:

*“Aku bukan biksu pembangun wihara dan chedi.
Tugasku adalah berlatih Dharma dan mengajarkannya.
Adapun tekad untuk menyelesaikan chedi ini,
kutitipkan kepadamu untuk menuntaskannya bagiku.”*





Jejak Dharma

Bab 3

Hidup Sederhana, Meredakan Sakit dengan Kekuatan Batin

Selama 2 tahun 8 bulan sejak saya kembali tinggal di Wat Tham Suea ini, saya tidak memiliki satu pun rekening bank pribadi. Bagi saya, inilah kewajiban dan disiplin dasar yang patut dijaga seorang praktisi.

Jika ada umat yang ingin mempersembahkan dana untuk keperluan pribadi saya, saya sama sekali tidak menerimanya. Setiap baht yang diterima saya gunakan seluruhnya untuk pembangunan wihara dan chedi milik Sangha bersama, dengan bersih dan transparan. Karena tidak membawa uang, ketika sakit saya tidak berobat ke dokter. Saya membiarkan tubuh berjalan sesuai sifat alaminya; apa pun yang terjadi, biarlah terjadi.

Ketika harus hidup sendirian dan tanpa uang, obat yang paling mujarab adalah duduk bermeditasi. Saya mengandalkan ketenangan samadhi untuk memulihkan unsur-unsur tubuh, dan kekuatan perhatian penuh untuk mengurai serta meredakan rasa sakit. Berkali-kali penyakit yang berat perlahan mereda dan pulih dengan sendirinya selama saya merenung dalam samadhi.

Ketika para murid kemudian mengetahuinya, mereka bertanya dengan cemas, “Ajahn, mengapa Ajahn tidak memberi tahu kami bahwa Ajahn sedang sakit?” Saya menjawab bahwa saya tidak memberi tahu karena tidak ingin semua orang khawatir dan kelelahan karena harus

sibuk mengurus saya. Namun, jika ada yang kebetulan mengetahuinya dan bersikeras membawa saya ke rumah sakit, saya pun mengikutinya dan sama sekali tidak menolak dengan keras kepala. Akan tetapi, pada hakikatnya, jika batin tidak terseret oleh perasaan jasmani, tidak ada perlunya bersusah payah mencari pertolongan dari luar.

Ketika seseorang sakit, sebagian besar penderitaan hebat tidak timbul langsung dari luka atau penyakit itu sendiri, melainkan karena batin terlalu erat melekat pada tubuh ini hingga timbul upādāna (kemelekatan). Batin pun terus mengeluh, “Aku sakit sekali... aku menderita sekali...” Padahal sesungguhnya, “aku” inilah yang meraih rasa sakit itu dan menariknya masuk.

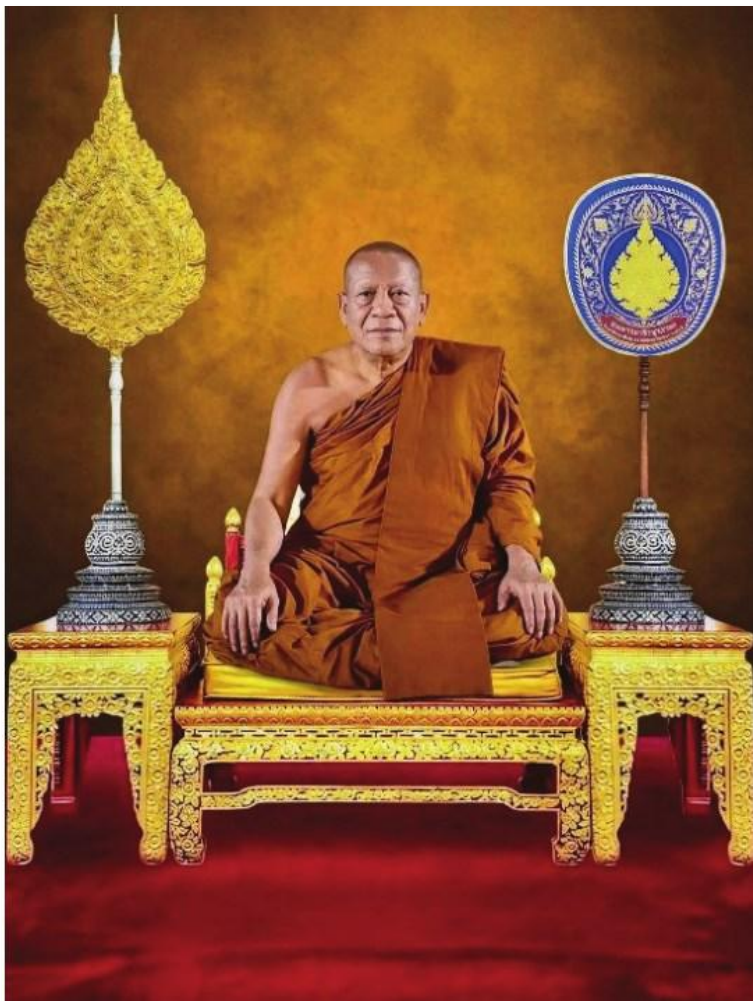
Jika kita dapat menyadari dengan sungguh-sungguh bahwa sejatinya tidak ada “diri” yang bersubstansi untuk menanggung penderitaan itu, cukuplah duduk diam mengamatnya muncul, bertahan, dan lenyap, lalu melepaskannya sepenuhnya. Bila demikian, segala sesuatu akan berlalu, dan rasa sakit pun perlahan mereda dan menjauh dengan sendirinya. Jika usia belum habis dan ajal belum tiba, tubuh akan berangsur pulih secara alami. Namun, jika saat terakhir benar-benar telah tiba, sekeras apa pun berjuang, kita tidak akan dapat bertahan.

Karena itu, mereka yang mempelajari dan mempraktikkan darma janganlah berkecil hati atau putus asa. Jangan biarkan suasana batin negatif menguasai diri. Jalani hidup secara wajar dan terimalah segala yang hadir di hadapan kita apa adanya.

Utang karma lama yang pernah kita ikat, kita lunasi pada waktunya. Meskipun tubuh harus menderita, janganlah membangkang terhadap hukum karma, dan jangan menghalangi kebajikan orang lain. Ketika kebajikan muncul, bantulah hingga terwujud. Ketika tiba saatnya menanggung akibat karma apa pun,

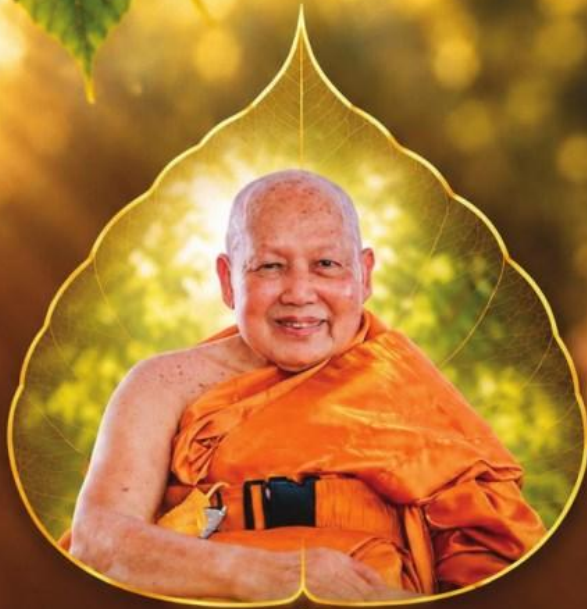
terimalah dengan batin yang tenang. Asalkan utang karma lama dapat dilunasi sepenuhnya dan lima khandha ini terlihat dengan jelas, hakikat sejati kehidupan akan senantiasa murni dan bercahaya dari awal hingga akhir.

Kehidupan pribadi saya sangat sederhana. Saya tidak memiliki uang, makanan dan tempat tinggal pun bersahaja. Namun, membangun wihara adalah hal yang berbeda. Gedung peringatan tempat persemayaman jasad Luang Por Jamnian akan dibangun luas dan lapang serta dilengkapi AC, agar para umat dan peziarah yang datang memberi hormat dan berlatih meditasi dapat duduk dengan nyaman dan membuka hati sepenuhnya untuk menerima darma. Inilah niat dan inti hati saya dalam membangun wihara.



Dari wawancara dengan
Phra Thammawachiraphutthakhom (Chao Khun Chai Purindako)
pada bulan Agustus 2026
di Wat Tham Suea, Provinsi Krabi





Sepenuh Hidup bagi Dhamma

Dari masa kecil di sebuah desa nelayan kecil di Thailand selatan hingga pengabdian mengembara menyebarkan darma ke seluruh dunia, Yang Mulia Luang Por Jamnian Silasettho mencurahkan seluruh hidupnya untuk mempraktikkan dan mengajarkan Dharma mengikuti jejak Sang Buddha.

Biografi ringkas ini menuturkan kisah hidup beliau: sejak gembleran di masa kecil, latihan meditasi yang intensif, upaya penuh welas asih meredakan konflik politik, hingga pendirian Wat Tham Suea di Provinsi Krabi, disertai kisah dan kenangan para murid terdekat yang mencerminkan kehangatan, keteguhan, dan tekad beliau yang kokoh untuk menolong sesama.

Kehidupan beliau adalah kesaksian indah bahwa rasa syukur, ketekunan, kebijaksanaan, dan cinta kasih mampu mengubah kesulitan menjadi jalan menuju pembebasan, dan terus menjadi inspirasi bagi mereka yang mencari kedamaian di dalam batin.