

## Uposatha-sīla

Secara etimologis, ada yang mengatakan kata uposatha berasal dari kata *upavasatha* --- di mana *ava* luluh menjadi *o* --- yang memiliki makna berdiam dalam, berdiam dekat, mengamalkan, menjaga, merawat. Kadang-kadang *uposatha* juga disebut sebagai *posatha*. Kata puasa dalam Bahasa Indonesia diduga berasal dari akar kata yang sama juga.

Sistem penanggalan di India kuno (Myanmar pun demikian) membagi sebulan menjadi dua bagian (*pakkha*, paksa) : (1) *sukka-pakkha* (Jawa Kuno, suklapaksa) : paruh terang (hari setelah bulan gelap dihitung sebagai hari ke-1, sampai dengan hari saat bulan purnama); (2) *kāla/kaṇha-pakkha* (Jawa Kuno, kresnapaksa) : paruh gelap/susut (hari setelah bulan purnama dihitung sebagai hari ke-1, sampai dengan hari saat bulan gelap). Dalam kitab Pali dikatakan bahwa hari uposatha jatuh pada hari ke-8 dan ke-14 atau ke-15 dari paruh terang atau paruh gelap (*cātuddasi pañcadasī aṭṭhamī ca pakkhassa*). Kalau paruh bulan (*pakkha*, paksa) tersebut memiliki 15 hari maka yang dipakai adalah hari ke-15, tetapi bila hanya memiliki 14 hari maka yang dipakai adalah hari ke-14. Jadi, dalam satu bulan ada empat hari uposatha. (Berbeda dengan sistem Mahayana yang sebulan memiliki enam hari uposatha, 8-14-15 atau 8-13-14.)

*Uposatha-sīla* adalah sila yang dilaksanakan pada hari uposatha, biasanya merujuk ke *aṭṭha-sīla* (A. 4:248-250; A. 4:250-5; A. 4:255-8; A. 1:205-215) tetapi kadang-kadang juga merujuk ke *nava-sīla* (A. 4:387). Bila diamalkan di hari biasa (bukan hari uposatha), maka cukup disebut menjalankan *aṭṭha-sīla* (*aṭṭhaṅgika-sīla*) saja.

Berikut ini adalah *aṭṭha-sīla*:

1. *Pāṇātipātā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.*
  2. *Adinnādānā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.*
  3. *Abrahmacariyā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.*
  4. *Musāvādā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.*
  5. *Surāmerayamajjapamādaṭṭhānā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.*
  6. *Vikālabhojanā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.*
  7. *Naccaḡita-vādita-visūkadassana-mālāgandha-vilepana-dhāraṇa-mañḍana-vibhūsanatṭhānā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.*
  8. *Uccāsayana-mahāsayanā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.*
- 
1. Saya mengambil peraturan latihan menghindari pembunuhan makhluk hidup.
  2. Saya mengambil peraturan latihan menghindari pengambilan sesuatu yang tidak diberikan.
  3. Saya mengambil peraturan latihan menghindari kehidupan tidak suci.
  4. Saya mengambil peraturan latihan menghindari ucapan bohong.
  5. Saya mengambil peraturan latihan menghindari minuman beralkohol, minuman hasil fermentasi yang memabukkan yang mengondisikan kelengahan.
  6. Saya mengambil peraturan latihan menghindari makan pada waktu yang salah.
  7. Saya mengambil peraturan latihan menghindari menonton hiburan tari-tarian, nyanyian, dan musik; [menghindari] pengenaaan untaiaan bunga, wangi-wangian, urapan kosmetik, perhiasan, dan dandanan.
  8. Saya mengambil peraturan latihan menghindari pembaringan yang tinggi dan besar.

Sila ke-1, 2,4, dan 5 sama seperti Pancasila Buddhis. Yang berbeda hanyalah sila ke-3, 6,7, dan 8.

Dua unsur pokok sila ke-3 menurut *Kaṅkhāvitarāṇī* dan Ulasan *Brahmajāla-sutta* :

1. *sevanacitttaṃ* : niat untuk berhubungan seksual
2. *maggena maggappaṭipādanaṃ* : kontak seksual melalui salah satu lubang (alat kelamin, anus atau mulut)

Empat unsur pokok sila ke-3 menurut Ulasan *Khuddakapāṭha* :

1. *ajjhācaraṇīya-vatthu* : dasar atau jalur untuk perbuatan salah
2. *tattha-sevanacitttaṃ* : niat untuk melakukan hubungan seksual melalui salah satu dari jalur yang disebutkan di atas
3. *sevanappayogo* : usaha untuk berhubungan seksual
4. *sādiyaṇaṃ* : perasaan senang

Empat unsur pokok sila ke-6 :

1. *vikālo* : waktu dari tengah hari hingga subuh keesokan harinya
2. *yāvakālikaṃ* : makanan atau sesuatu yang dianggap makanan
3. *ajjhoharaṇappayogo* : usaha untuk makan
4. *tena ajjhoharaṇaṃ* : tertelannya makanan itu melalui usaha tersebut

Empat jenis makanan atau minuman (bagi seorang pabbajita) :

1. *yāva-kālika* (sebatas waktu)  
→ semua jenis makanan *bhojana* (makanan utama yang kadang-kadang diterjemahkan sebagai makanan lunak) dan *khādanīya* (makanan pendamping yang kadang-kadang diterjemahkan sebagai makanan keras. Susu masuk dalam golongan ini).
2. *yāma-kālika* (sebatas semalam)  
→ jus buah-buahan (dengan ukuran maksimal sebesar kepalan tangan), jus tebu, jus akar teratai (semuanya sudah disaring alias bebas dari ampas).
3. *sattāha-kālika* (sebatas tujuh hari)  
→ 5 jenis obat-obatan yaitu gi (*sappi*), mentega segar (*navanīta*), minyak (*tela*), madu (*madhu*), dan air gula (*phāṇita*).
4. *yāva-jīvika* (seumur hidup)  
→ semua bahan yang tidak termasuk dalam kategori di atas, dimasukkan dalam kategori ini (misalnya akar-akaran, dedaunan yang sudah dikeringkan, serta obat-obatan herbal lainnya).

Bagi mereka yang mengambil sila “menghindari makan pada waktu yang salah”, jenis makanan atau minuman pertama hanya boleh disantap antara waktu terang tanah (garis tangan mulai tampak pada jarak seperentangan tangan, atau hijau daun mulai tampak) dan tengah hari (waktu di mana matahari mencapai titik kulminasi tertinggi). Jenis yang kedua (minuman jus tanpa ampas) boleh diminum sepanjang hari. Sedangkan yang ketiga (lima jenis obat-obatan) boleh diminum sepanjang hari. Di Thailand keju dianggap sebagai mentega segar (*navanīta*), sesungguhnya bukan. Jenis yang keempat adalah air rebusan dari akar-akaran, dedaunan, kulit pohon, obat atau sari herbal lainnya yang telah dikeringkan boleh diminum sepanjang hari (termasuk obat-obatan kimiawi atau vitamin lainnya).

Bagi para bhikkhu (mereka yang sudah diupasampada), selain berlaku ketentuan di atas juga ada tambahan batasan lain. Jenis yang pertama hanya boleh disimpan sampai tengah hari. Setelah itu harus dilepas (dibuang atau diberikan ke umat yang belum diupasampada). Jenis

yang kedua hanya boleh disimpan semalam. Jenis yang ketiga hanya boleh disimpan selama 7 hari. Jenis keempat boleh disimpan seumur hidup.

Bagian I dari sila ke-7 memiliki tiga unsur pokok :

1. *naccādīni* : hiburan seperti nyanyian, tarian, dsb
2. *dassanattāya gamaṇaṃ* : pergi menonton
3. *dassanaṃ* : menonton atau mendengarkan

Bagian II dari sila ke-7 memiliki tiga unsur pokok :

1. *mālādīnaṃ aññataratā* : hiasan untuk memperindah diri seperti bunga, parfum dan sebagainya
2. *anuññātakāraṇā bhāvo* : kecuali sedang sakit, penggunaan benda-benda demikian tidak diizinkan
3. *alaṃkata-bhāvo* : menggunakan hiasan dengan niat untuk mempercantik diri

Tiga unsur pokok sila ke-8 :

1. *uccāsayana-mahāsayanaṃ* : tempat tidur tinggi<sup>1</sup> atau besar
2. *uccāsayana-mahāsayana-saññitā* : menyadari bahwa itu adalah tempat tidur yang tinggi atau besar
3. *abhinisīdanaṃ vā abhinipajjanaṃ vā* : duduk atau berbaring di tempat tidur tersebut

Dalam *Atthakathā* ada diuraikan 19 ciri kriteria “besar/mewah” :

1. Tempat duduk/tidur yang dihiasi dengan gambar binatang buas seperti harimau, buaya dan sebagainya.
2. Kulit binatang dengan bulu-bulu panjang (melebihi 4 inci).
3. Penutup yang terbuat dari wol, penuh dengan sulaman yang rumit (tidak sederhana).
4. Penutup yang terbuat dari wol dengan desain yang rumit.
5. Penutup yang terbuat dari wol dengan gambar-gambar bunga.
6. Penutup yang terbuat dari wol dengan gambar-gambar rumit dari berbagai jenis hewan.
7. Penutup yang terbuat dari wol, dengan bulu-bulu di kedua sisi.
8. Penutup yang terbuat dari wol, dengan bulu-bulu di satu sisi.
9. Penutup yang terbuat dari kulit harimau.
10. Kain penutup berwarna merah.
11. Pengalas dari kulit gajah.
12. Pengalas dari kulit kuda.
13. Pengalas kereta kuda.
14. Penutup yang ditunen dari benang emas dan sutra lalu dilipit (dijahit-pinggir) dengan benang emas.
15. Penutup tenunan sutra dan dilipit dengan benang emas.
16. Penutup dari wol yang cukup luas bagi 16 penari untuk menari di atasnya.
17. Penutup yang terbuat dari kulit musang kesturi.
18. Tempat tidur dengan bantal merah pada kedua ujungnya.
19. Matras yang diisi dengan kapuk saja.

---

<sup>1</sup> Tidak boleh lebih dari 8 *sugata-aṅgula*, 8 jari Buddha. Menurut *Atthakathā*, satu jari Buddha adalah seukuran dengan tiga jari manusia biasa, karena itu 8 jari Buddha seukuran satu hasta + satu kepalan tangan. Menurut *Nāṇavara Thera* 8 *sugata-aṅgula* seukuran kira-kira 20 inci modern. Menurut Bhikkhu Thanissaro satu *sugata-aṅgula* adalah 2,08cm (beliau tidak sependapat dengan *Atthakathā* bahwa Sang Buddha berperawakan raksasa oleh karena itu satu *sugata-aṅgula* tetap dianggap seukuran jari manusia biasa).

Selain itu, istilah “besar” atau “luas” bisa juga merujuk pada tempat tidur yang cukup besar untuk dua orang atau lebih.

Isi matras/tilam yang diperkenankan adalah :

1. Matras/tilam yang diisi dengan wol atau bulu dari binatang berkaki dua atau empat namun bukan rambut manusia.
2. Matras/tilam yang diisi dengan kain.
3. Matras/tilam yang diisi dengan kulit pohon.
4. Matras/tilam yang diisi dengan rumput.
5. Matras/tilam yang diisi dengan daun, kecuali daun kamper (kapur singkel, sintok, *Borneo camphor*, *Dryobalanops aromatica* Gaertn.). Jika daun kamper dicampur dengan dedaunan lain diperbolehkan.

*Uposatha-sīla* atau *aṭṭha-sīla* biasanya diambil pada pagi hari sebelum makan pagi. Boleh mengambilnya dari seorang bhikkhu atau orang yang memahami seluk-beluk *dasasīla*. Kalau tidak memungkinkan maka boleh ber-*adhithhana* sendiri dengan mengucapkan satu per satu *sīla* atau cukup ber-*adhithhana*, “Hari ini saya akan menjalankan *uposatha-sīla* (atau *aṭṭha-sīla*).”

*Uposatha-sīla* atau *aṭṭha-sīla* hanya berlaku/berusia sehari. Oleh karena itu bila mau menjalankannya lagi pada keesokan harinya maka harus mengambil kembali *sīla* tersebut. Bila terjadi pelanggaran terhadap *sīla*, seyogianya minta *sīla* kembali atau ber-*adhithhana* kembali.

Satuan	Besaran	Thailand	BMC <sup>2</sup>
1 <i>aṅgula</i>		2,08 cm <sup>3</sup>	2,08 cm
1 <i>vidatthi</i>	12 <i>aṅgula</i>	25 cm	25 cm
1 <i>hattha (ratana)</i>	2 <i>vidatthi</i>	50 cm	50 cm
1 <i>hatthapāsa</i>	2½ <i>hattha</i>		125 cm
1 <i>yuga</i>	9 <i>vidatthi</i>		
1 <i>yaṭṭhi</i>	7 <i>hattha</i>		
1 <i>abbhantara</i>			14 m
1 <i>usabha</i>	20 <i>yaṭṭhi</i>	54,7 yards	
1 <i>gāvuta</i>	80 <i>usabha</i>	2,48 mil	
1 <i>yojana</i>	4 <i>gāvuta</i>	9,92 mil	16 km

Pali	Inggris	Indonesia
<i>aṅgula</i>	fingerbreadth	(lebar) jari
<i>vidatthi</i>	span	jengkal
<i>hattha</i>	cubit	hasta
<i>yaṭṭhi</i>	stick	galah
<i>abbhantara</i>	---	abbhantara
<i>usabha</i>	---	usabha
<i>gāvuta</i>	---	gawuta
<i>yojana</i>	league	yojana

<sup>2</sup> Bhikkhu Thanissaro, “Buddhist Monastic Code”, Vol. I.

<sup>3</sup> 1½ Siamese inches

<i>Utu</i>	<b>Pali</b>	<b>Sansekerta</b>	<b>Roman</b>
<i>Gimha</i> (Panas)	<i>Citta/Citra</i>	<i>Caitra</i>	Mar./April
	<i>Vesākha</i>	<i>Vaiśakha</i>	April/May
	<i>Jeṭṭha</i>	<i>Jyaiṣṭha</i>	May/June
	<i>Āsāḷha</i>	<i>Āṣāḍha</i>	June/July
<i>Vassāna</i> (Hujan)	<i>Sāvāṇa</i>	<i>Śrāvāna</i>	July/Aug.
	<i>Poṭṭhapāda</i> ( <i>Bhaddara</i> )	<i>Bhadrapāda</i> ( <i>Prauṣṭhapada</i> )	Aug./Sep.
	<i>Assayuja</i> ( <i>Pubba-kattikā</i> )	<i>Aśvina</i> ( <i>Āśvayuja</i> )	Sep./Oct.
	<i>Kattikā</i> ( <i>Pacchima-kattikā</i> )	<i>Kārttika</i>	Oct./Nov.
<i>Hemanta</i> (Dingin)	<i>Maggasira/Māgasira</i>	<i>Mārgaśirṣa</i>	Nov./Dec.
	<i>Phussa</i>	<i>Pauṣa</i>	Dec./Jan.
	<i>Māgha</i>	<i>Māgha</i>	Jan./Feb.
	<i>Phagguṇa</i>	<i>Phālgūṇa</i>	Feb./Mar.

Menurut Buddhaghosa, setahun hanya ada enam kali *cātuddasī* yaitu pada *pakkha* yang ketiga dan ketujuh dari setiap musim. Oleh karena itu sisa 18 *pakkha* adalah *pañṇarasī*. *Cātuddasī* ini pun hanya terjadi pada bulan gelap. Bulan purnama selalu *pañṇarasī*. *Aṭṭhamī* selalu hari kedelapan dari setiap paruh bulan (*pakkha* atau *addhamāsa*).

Di Thailand, dalam jangka waktu 19 tahun ada tujuh *adhikamāsa* (bulan tambahan; jadi setahun ada 13 bulan).

<i>candavāra</i>	Senin
<i>kujavāra</i>	Selasa
<i>budhavāra</i>	Rabu
<i>guruvāra</i>	Kamis
<i>sukkavāra</i>	Jumat
<i>sorivāra</i>	Sabtu
<i>ravivāra</i>	Minggu