
KARAṆĪYA METTA SUTTA

(pemimpin kebaktian)

HANDAMAYAM KARAṆĪYAMETTASUTTAM BHAṆĀMA SE

(bersama-sama)

KARAṆĪYAMATTHAKUSALENA
YANTAṀ SANTAṀ PADAṀ ABHISAMECCA
SAKKO UJŪ CA SUHJŪ CA
SUVACO CASSA MUDU ANATIMĀNĪ

SANTUSSAKO CA SUBHARO CA
APPAKICCO CA SALLAHUKAVUTTI
SANTINDRIYO CA NIPAKO CA
APPAGABBHO KULESU ANANUGIDDHO

NA CA KHUDDAM SAMĀCARE KIŃCI
YENA VIŃŃŪ PARE UPAVADEYYUM
SUKHINO VĀ KHEMINO HONTU
SABBE SATTĀ BHAVANTU SUKHITATTĀ

YE KECI PĀṆABHŪTATTHI
TASĀ VĀ THĀVARĀ VĀ ANAVASESĀ
DĪGHĀ VĀ YE MAHANTĀ VĀ
MAJJHIMĀ RASSAKĀ ANUKATHŪLA

DIṬṬHĀ VĀ YE VA ADIṬṬHĀ
YE CA DŪRE VASANTI AVIDŪRE
BHŪTĀ VĀ SAMBHAVESĪ VĀ
SABBE SATTĀ BHAVANTU SUKHITATTĀ

NA PARO PARAM NIKUBBETHA
NĀTIMAÑÑETHA KATTHACI NAM KAÑCI
BYĀROSANĀ PAṬIGHASAÑÑĀ
NĀÑÑAMAÑÑASSA DUKKHAMICCHEYYA

MĀTĀ YATHĀ NIYAM PUTTAM
ĀYUSĀ EKAPUTTAMANURAKKHE
EVAMPI SABBABHŪTESU
MĀNASAMBHĀVAYE APARIMĀṆAM

METTAÑCA SABBALOKASMIṀ
MĀNASAMBHĀVAYE APARIMĀṆAM
UDDHAM ADHO CA TIRIYAÑCA
ASAMBHĀDHAM AVERAM ASAPATTAM

TIṬṬHAÑCARAM NISINNO VĀ
SAYĀNO VĀ YĀVATASSA VIGATAMIDDHO
ETAM SATIṀ ADHIṬṬHEYA
BRAHMAMETAṀ VIHĀRAM IDHAMĀHU

DIṬṬHIÑCA ANUPAGAMMA
SĪLAVĀ DASSANENA SAMPANNO
KĀMESU VINEYYA GEDHAM
NA HI JĀTU GABBHASEYYAM PUNARETĪ 'TI

**SUTTA TENTANG KASIH SAYANG YANG HARUS
DIKEMBANGKAN**

(pemimpin kebaktian)

Marilah kita mengucapkan Sutta Tentang Kasih Sayang Yang Harus
Dikembangkan.

(bersama-sama)

Iniilah yang harus dikerjakan oleh mereka yang tangkas dalam
kebaikan. Untuk mencapai ketenangan,
Ia harus mampu, jujur, sungguh jujur,
Rendah hati, lemah lembut, tiada sombong.

Merasa puas, mudah disokong/dilayani
Tiada sibuk, sederhana hidupnya
Tenang inderanya, berhati-hati
Tahu malu, tak melekat pada keluarga.

Tidak berbuat kesalahan walaupun kecil yang dapat dicela oleh Para
Bijaksana.
Hendaklah ia berpikir:
Semoga semua makhluk berbahagia dan tentram,
Semoga semua makhluk berbahagia.

Makhluk hidup apa pun juga
Yang lemah dan kuat tanpa kecuali
Yang panjang atau besar
Yang sedang, pendek, kecil atau gemuk.

Yang tampak atau tak tampak
Yang jauh atau pun dekat
Yang terlahir atau yang akan lahir
Semoga semua makhluk berbahagia.

Jangan menipu orang lain
Atau menghina siapa saja
Jangan karena marah dan benci
Mengharapkan orang lain celaka.

Bagaikan seorang ibu yang mempertaruhkan jiwanya
Melindungi anaknya yang tunggal,
Demikianlah terhadap semua makhluk,
Dipancarkannya pikiran (kasih sayangnya) tanpa batas.

Kasih sayangnya ke segenap alam semesta
Dipancarkannya pikirannya itu tanpa batas
Ke atas, ke bawah dan ke sekeliling
Tanpa rintangan, tanpa benci dan permusuhan.

Selagi berdiri, berjalan atau duduk
Atau berbaring, selagi tiada lelap
Ia tekun mengembangkan kesadaran ini
Yang dikatakan: Berdiam dalam Brahma.

Tidak berpegang pada pandangan salah (tentang atta/aku)
Dengan Sila dan penglihatan yang sempurna
Hingga bersih dari nafsu indera
Ia tak akan lahir dalam rahim manapun juga.

DISCOURSE ON LOVING-KINDNESS

He who is skilled in his good
And who wished to attain that state of calm should act this:
He should be able, upright, perfectly, upright,
Obedient, gentle and humble.

Contented, easily supportable,
With few duties, of light livelihood,
Controlled in senses, discreet, not impudent,
Not be greedily attached to families.

He should not commit any slight wrong
Such that other wise men might censure him.
May all beings be happy and secure;
May their hearts be wholesome!

Whatsoever living beings there be;
Feeble or strong, long, stout or medium,
Short, small or large,
Seen or unseen.

Those dwelling far or near,
Those who are born
And those who are to be born.
May all beings, without exception, be happy minded!

Let not one deceive another
Nor despise any person whatsoever in any place.
In anger or ill-will,
Let him not wish any harm to another.

Just as a mother would protect her only child,
At the risk of her own life,
Even so let him cultivate a boundless heart
Towards all beings.

Let thoughts of boundless love pervade the whole world:
Above, below and across
Without any obstruction,
Without any hatred, without any enmity.

Whether he stands, walks, sits or lies down,
As long as he is awake,
He should develop this mindfulness.
This, they say, is the Highest Conduct here.

Not falling into Error,
Virtuous, and endowed with insight,
He discards attachment to sensuous desires.
Of a truth, he does not come again for conception in a womb.

BAB SIH KATRESNAN

(pemimpin kebaktian)

Sumangga maos bab sih katrenan.

(bersama-sama)

Sapa bae kang wasis ing kautaman
kepengin gayuh katentremaning batine
prayoga teguh atine, jujur bener bener jujur,
andap asor apadene sumeh.

Linimputan ing rasa marem, gampang ladenane
satitik kabutuhane lan prasaja uripe,
kinendalen panca indriyane ora tinggal kasusilan
lan ora binanda dening sanak keluargane.

Sayogane ora gawe kesalahan nadyan mung setitik
kang bisa cinacad dening para wicaksana
lan tansah asung puja
muga-muga sakabehing mahluk pada tansah basuki lan raharja.

Sakabehing mahluk asipat apa bae
kang ringking utawa rosa,
kang duwur, sedeng utawa cendek,
kang lemu utawa kuru.

Kang katon utawa ora katon,
kang cedak utawa adoh,
kang wis lahir utawa kang bakal kalahirake
muga-muga kabeh pada rahayu begja.

Aja seneng apus apus
lan ngremehake liyan
apadene gawe kasangsarane mahluk
sebab saka kanepson utawa serik.

Kaya dene biyung kang ngayomi anake sawiji
nadyan kudu ngorbanake jiwa ragane
samono uga sayogane sadengah sapa bae
ngetrapake sih katresnan marang sakabehing ngaurip.

Muga-muga pikiran kang kebak rasa tresna asih,
anglimputana jagad raya,
tan ana rubeda sawiji apa,
kalis saka geting lan memungsuhan.

Salagine ngadeg, lumaku, lungguh utawa turon,
kudu tansah eling lan waspada
mupuk kawigaten lan pengerten
iku kang sinebut urip kang mulya.

Ora kablinger marang pangerten kang salah
tansah ngngenake kautaman lan kawicaksanan
sakwise bisa uwal saka pakaremaning indriyane
ora bakal kalahirake maneh.
