

PODCAST 227: MENGAPA SWAMI SELALU BERKATA, “TUNGGU, TUNGGU, TUNGGU!” APA ARTINYA?

8 Februari 2024

Materi ini diambil dari buku Prof Anil Kumar “Sai- Chology ”, hal.33-39

Ada cerita sederhana dari tradisi Zen dan Sufi: Seorang wanita saleh dan filosofis sedang mengambil air dari sumur dalam dua pot/periuk. Saat dia melakukan ini, kedua pot itu jatuh ke tanah dan pecah berkeping-keping. Airnya tumpah ke tanah. Mendengar ini, wanita itu mulai menari dan bernyanyi. Semua orang mengira ada yang tidak beres dengan dirinya dan dua pot yang pecah membuatnya gila. Kemudian seseorang berani bertanya, “Lihat, kedua periuk itu telah pecah dan ada banyak alasan untuk merasa tidak enak karenanya. Tapi kenapa kamu malah menari dan bernyanyi?”

Biksuni Zen, wanita itu, berkata, “Kedua periuk itu pecah. Bagi saya pot ini diibaratkan, tubuh saya, juga akan pecah. Tubuhku yang bisa diumpamakan dengan pot juga akan hancur. Air sudah mulai mengalir ke segala arah. Selama ini air dikondisikan untuk berada di dalam periuk dan dibatasi di dalam periuk sesuai dengan ukuran periuk. **Kini air mengalir deras ke segala arah. Saat wadah tubuhku pecah, Diri Tertinggi di dalam diriku masuk dengan bebas ke dalam elemen-elemen. Yang Mahatinggi menyatu dengan kosmos. Saya senang, jadi saya menari.**”

Dia membawa air setiap hari. Bagaimana bisa pencerahan terjadi hanya pada saat itu saja? Kejadian-kejadian kerap seperti itu. Dalam pengalaman spiritual, tidak ada peringatan atau isyarat sebelumnya. Tidak ada bel atau pengumuman seperti di stasiun kereta api. Pencerahan spiritual terjadi secara tiba-tiba, seperti yang terjadi pada Guru Nanak dan Santo Kabir serta pada Tulsidas . Bagi mereka semua, pencerahan spiritual terjadi pada saat mereka tidak sadar. Oleh karena itu, kita melihat bahwa menunggu adalah suatu proses dimana kita lupa bahwa kita sedang menunggu. Kita menunggu dan lupa bahwa kita sedang menunggu. . .

Pada tahap ini, dengan pikiran yang tenang, hati (nurani) mulai berfungsi. Hati ini telah menunggu. Begitu pikiran beristirahat setelah sangat lelah, hati mengambil kendali atas semua aktivitas. Dengan hati yang mengambil alih tanggung jawab, kita sangat senang menunggu. Pikiran bersifat ekstrover dan duniawi. (Sedangkan) hati ini (bersifat) tertutup, *nivritthi* . Secara lahiriah, pikiran selalu tergesa-gesa. Namun hati yang introvert justru menyambut baik penantian. Ia tidak terburu-buru karena hati senang berada dalam kebersamaannya sendiri. Hati tidak menginginkan siapa pun dan ingin sendirian. Di sisi lain, pikiran selalu mendambakan ditemani. Namun ketika pikiran berhenti dan menjadi hening, hati menikmati kesunyian sehingga menghasilkan meditasi yang membawa kita ke tataran *samadhi* .

Samadhi mungkin terjadi bila hati menguasai, namun tidak bila pikiran yang berkuasa. Tidak mungkin mengalami *samadhi* dengan pikiran karena pikiran bersifat ganda, terkondisi dan penuh prasangka. Ia (bersifat) egois. Tidaklah disarankan bahwa segala

sesuatu tentang pikiran itu (bersifat) negatif. Memang benar, pikiran berguna dalam kehidupan kita sehari-hari. Pikiran berguna untuk memperoleh ilmu pengetahuan, untuk sains, teknologi dan bisnis. Pikiran berguna dalam politik. Namun untuk hal yang terkait dengan welas asih, demi Kebenaran, keadilan, pengorbanan, kebahagiaan, cinta-kasih, Keilahian, pikiran tak ada gunanya. Di sini, hatilah yang harus memegang kendali .

Aspek kehidupan yang disayangkan saat ini adalah bahwa manusia modern terombang-ambing antara kehidupan duniawi dan spiritualitas. Ketika pukulan (kehidupan) menjadi tidak tertahankan dan masalah keluarga menjadi tidak dapat diatasi, dia akhirnya kembali kepada Tuhan. Dengan demikian, kehidupan kita menjadi seperti sebuah drum, dengan spiritualitas di satu sisi dan dunia di sisi lain dan kita terombang-ambing seperti pendulum di antara keduanya. Ini bukanlah cara untuk hidup. Oleh karena itu, marilah kita memikirkan satu sisi: gunakan pikiran untuk dunia dan hati untuk Tuhan dan spiritualitas.

Langkah tertinggi berada di luar hati – yaitu keadaan Diri (Sejati/Self) atau *Atma* atau Kesadaran. Kita mungkin menyebutnya Jiwa atau Roh. Ketika kita mencapai langkah ketiga Kesadaran (Consciousness), pikiran dan hati tidak menjadi masalah. Pikiran telah dibungkam oleh hati dan begitu Kesadaran mengambil alih, hati juga menjadi sunyi. Kita berada di alam *Atma* atau Kesadaran.

Apa yang terjadi pada tahap ini? Pertama, ketika pikiran berkuasa, segala sesuatunya berpusat pada diri sendiri sehingga membuat hidup kita sengsara. Kita bahagia di pagi hari dan sengsara di malam hari. Ketika kita masuk ke dalam hati, kita menemukan bahwa hati memberi kita nilai-nilai tertentu seperti Kebenaran, pengorbanan, disiplin spiritual, dll. Namun terkadang kita merasa bingung. Kita mendapati bahwa meskipun telah berkorban dan menerapkan kebenaran dan kasih, kita masih merasa hampa. Lalu dilema kita, apakah hati kita benar-benar diuntungkan atau tidak?

Namun, ketika kita selaras dengan Kesadaran kita, kita mendapat pesan: “Semangat yang sama hadir dalam diri setiap orang. Pahami hal ini.” *Atma menasihati* kita, “Di sini tidak ada yang seperti milikku dan milikmu .” Oleh karena itu, ketika kita melanjutkan ke tingkat *Atma* , tidak ada pikiran maupun hati.

Sebuah pertanyaan diajukan kepada Bhagawan, “Di manakah Kesadaran (Consciousness) atau Awareness ini? Kenapa aku tidak melihatnya?”

Udara ada dimana-mana. Tapi apakah kita melihatnya? Tapi, di manakah ia berada? Ada di mana-mana! Bagaimana kita tahu bahwa udara ada dimana-mana? Jawabannya adalah: “Saya hidup dan saya bernapas, sehingga udara ada dimana-mana.” Demikian pula, Kesadaran mungkin tidak terlihat. Namun kenyataan bahwa segala sesuatu berfungsi adalah karena Kesadaran.

Swami memberikan contoh tentang tubuh yang tersusun dari lima unsur. Tetap saja, tubuh berfungsi. Pada dasarnya, tubuh adalah benda yang tidak bergerak namun tetap dapat berfungsi. Mengapa? Itu karena Kesadaran. Kesadaranlah yang mengaktifkan materi inert. Kesadaran ini juga bisa disebut Awareness atau Pencerahan

(Enlightenment). Ia juga disebut Roh atau *Atma* . Kesadaran adalah radiasi yang melewati tubuh kita sebagai getaran dan membuatnya berfungsi.

Dengan getaran ini, tubuh menjadi sadar. Dalam kehidupan kita sehari-hari, kita menyadari banyak hal, seperti menyadari kepribadian kita. Tindakan sadar ini mengacu pada tubuh. Sadar berarti tubuh atau perwujudan.

Keadaan selanjutnya adalah hati nurani. Ini adalah tingkat getaran yang lebih tinggi. Hati nurani adalah getaran. Di atasnya ada Kesadaran (Consciousness), yang merupakan radiasi. Jadi, radiasi, Kesadaran, Jiwa, Diri atau *Atma* adalah yang tertinggi.

Dari tingkat tertinggi *Atma* , Roh, Kesadaran, radiasi, kita turun ke tingkat hati nurani atau getaran, dan berfungsi di tingkat kesadaran terbawah atau materialisasi.

KITA bisa merenungkan semua ini dalam proses penantian. Kalau kita terburu-buru, kita tidak memikirkan hati nurani (conscience). Jika kita tergesa-gesa, kita tidak memikirkan Kesadaran (Consciousness). Kita masuk ke dalam dari materialisasi menuju Kesadaran (Consciousness) selama masa penantian ini. Proses masuknya radiasi ini terjadi selama penantian ini. Kita bisa beralih dari Kesadaran (Consciousness) ke hati nurani (conscience) ke conscious .

Perjalanan dari dalam ke luar ini merupakan tanda ketergesaan. Ini adalah tanda ketergesaan yang tidak semestinya dan tidak perlu. Beralih dari sadar (conscious) ke Kesadaran (Consciousness) adalah proses yang terjadi selama pengalaman penantian yang suci, sakral, dan spiritual. Kemudian penantian itu bermetamorfosis menjadi kontemplasi, konsentrasi dan meditasi. Itu juga berarti berdoa.

Jadi penantian inilah yang disebut tapa brata (penance). *Para yogi* dan orang bijak menunggu dan menunggu Tuhan menampakkan diri dan memberkati mereka. Itu adalah sejenis tapa brata (penance). Menunggu adalah *tapasya* . Itu juga merupakan *dhyana* dan *prarthana* . Meskipun dalam pengertian duniawi, menunggu adalah hal yang negatif, dalam jalur spiritual, menunggu adalah hal yang sangat positif.

Maka marilah kita memahami bahwa proses menantikan Tuhan pada hakikatnya adalah Ketuhanan, dan dengan memahami hal ini, kita bisa menikmati penantian Tuhan. Ketika kita melakukannya, kita mengalami kebahagiaan yang tak terbatas. Ini mungkin terjadi secara tiba-tiba tanpa disadari.

Minggu depan kita akan melanjutkan dengan lebih banyak pesan inspiratif dari literatur Prof. Anil Kumar.

Jai Sai Ram!