

B A B III

TUJUAN HIDUP MENURUT AGAMA HINDU DHARMA

A. Pengertian Tentang Tugas Hidup Menurut Agama Hindu Dharma

Pengertian tentang tugas hidup menurut Hindu Dharma adalah memelihara dan meningkatkan kehidupan spiritual agar selaras dengan kodrat dan hukum kenyataan untuk membimbing umat manusia supaya selalu dalam kehidupan yang harmonis. Yang dikodifikasikan dalam kitab suci Weda yang berisi ajaran kerohanian, ajaran tentang penyatuan atman kepada Brahman, hukum kebenaran dan tata susila merupakan pegangan umat hindu dalam melaksanakan darmanya. Dalam kitab suci Weda ditegaskan bahwa kebenaran rohani hanya terdapat dalam agama, maka dipandang dari sudut kerohanian, weda merupakan rumusan kerohanian, yang berisikan kepercayaan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Weda menunjukkan berbagai jalan untuk mewujudkan peradaban manusia dan cara-cara merealisasikan kehidupan rohani.

Tanpa ajaran agama, manusia tidak akan tahu untuk apa sebenarnya dia hidup ini dan apa pula tujuan, serta bagaimana caranya pula hidup. Jadi agama memberikan

pengetahuan tentang tujuan dan bagaimana caranya hidup.¹

Seperti seseorang yang masuk ke gua yang dalam dan gelap, karena tidak dapat melihat apa yang ada dihadapannya, disamping dia akan lambat bisa bergerak, juga kemungkinan terperosok atau terantuk adalah jauh lebih banyak, ditambah lagi dengan ketakutan, takut dengan gelap, ketakutan itu timbul dari ketidaktahuan.

Demikianlah kitab suci atau agama hendaknya dipegang sebagai obor untuk menerangi jalan di dalam kegelapan, agar kita tahu mana yang patut dan mana yang tidak patut dipijak.

Orang yang beroborkan akan lebih bisa menempuh jalan yang benar, dan bisa lebih cepat berjalan menuju tempat tujuan yaitu kesejahteraan di dunia dan akhirat. Agama juga memberikan keberanian dan serta ketahanan dalam menghadapi hidup karena sinar harapan selalu diberikan oleh obor agama itu tetapi manusia tidak cukup hanya mengetahui melainkan harus menghayati dan mengamalkan agama tersebut.

Tujuan agama Hindu adalah Mokshartham jagadhita yaca iti dharma. Hal ini mengandung makna bahwa tujuan agama atau dharma ialah untuk mencapai Moksa dan jagadhita Moksa atau mukti berarti kebebasan atau kelepasan atma (roh, jiwa) dari perputaran punarbawa (menjelma,

¹Cudamani, Pengantar Agama Hindu, Yayasan Wisma Jarma, Jakarta, 1987, hal. 11

kelahiran manusia ke dunia secara berulang-ulang). Dengan terlepasnya atma dari proses punarbawa, maka atma telah menyatu dengan Brahman (Tuhan, Roh Maha Agung) di akhirat. Hal ini lazim pula disebut manunggaling kaulan Gusti, yakni menyatunya jiwa individual yang menjiwai sebuah badan (kaula) dengan Brahman atau ang Tunggal (Gusti).

Sedangkan jagadhita adalah kesejahteraan, kebahagiaan, kemakmuran, dan keamanan umat manusia, kelestarian serta kedamaian dunia. Dengan demikian jelas terlihat, bahwa tujuan agama Hindu tidak hanya mementingkan masalah kerohanian, tetapi kesejahteraan umat manusia. Atau bisa pula dikatakan bahwa agama Hindu tidak saja bertujuan mewujudkan kebahagiaan di dunia, tetapi kebahagiaan di akhirat.²

Hindu Dharma adalah agama yang bersifat monotheistis, yaitu agama yang berdasarkan kepercayaan kepada satu Tuhan. Tuhan Yang Maha Esa yang sering disebut dengan Sang Hyang Widi Wasa, Sang Hyang jagat karena, karena ialah merupakan pencipta alam semesta. Sesungguhnya Tuhan Yang Maha Esa yang Karena sinar sucinya, fungsinya, ia menciptakan, memelihara dan melebur alam semesta. Barang siapa mengetahui rahasia alam ini dan mengetahui rahasia Tuhan, maka ia akan mencintai Tuhan

²Putu Setia, Suara Kaum Muda, Yayasan Dharma Nusantara, Jakarta, 1993, hal. 85

lebih mendalam dan dengan demikian akan mendapatkan kebahagiaan lahir dan bathin.

Menurut ajaran Hindu bahwa agama itu diturunkan Tuhan ke dunia ini melalui para Rsi bertujuan untuk mencapai parus artha (tujuan hidupnya) dengan cara mengatur tata kehidupan manusia dalam berhubungan dengan sesama manusia, alam sekitarnya dan dengan Tuhannya. Agama Hindu diturunkan ke dunia untuk mewujudkan dan menuntun manusia untuk mencapai tujuan hidupnya.

Tujuan hidup menurut ajaran Hindu adalah untuk mencapai "Catur purusa arha" atau "Catur warga", yaitu yang disebut "Tri warga" antara lain, seperti yang dikemukakan di bawah ini :

1. Dharma

Dharma berasal dari bahasa sansekerta, urat kata "dhar" yang artinya menjunjung, memangku, mengatur, dan menuntun. Dharma berarti hukum yang mengatur dan memelihara alam semesta beserta makhluk semua. Untuk peredaran alam semesta.³

Dharma berarti kewajiban-kewajiban ; termasuk kepadanya tata sopan, aturan orang hidup untuk menepati tata-masyarakat dan tata kesopanan sebagai

³I. B. Oka Funjatmadja, Panca Cradha, Yayasan Dharma sarathi, Jakarta, 1989, hal. 12

imbangan rasa keagamaan.⁴ Kebajikan dan kebenaran, yang menuntun umat manusia untuk mencapai kebahagiaan dan keselamatan.⁵

Dharma dapat diartikan "kodrat", sedangkan untuk kehidupan umat manusia, dharma itu dapat diartikan ajaran-ajaran, kewajiban atau peraturan-peraturan suci yang memelihara dan menuntun manusia untuk mencapai kesempurnaan hidup.⁶

Dharma berarti ajaran-ajaran rohani dan budi pekerti dari agama sebagai kasih sayang terhadap yang papa dan menderitanya, adil, melindungi, rasa bersahabat, mengampuni, simpati terhadap semua dan sebagainya.⁷

Dari beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa Dharma adalah agama yang mengatur kehidupan manusia untuk mencapai kebahagiaan dan kesejahteraan jasmani dan rohani.

Dengan demikian maka tujuan manusia dalam catur purusa artha adalah bahwa manusia hidup adalah untuk melaksanakan dharma (agama) karena hanya dengan dhar -

⁴Muhammad Rifa'i, Perbandingan Agama, Wicaksana, Semarang, tt, hal. 84

⁵Anak Agung Gde Oka Netra, Tuntutan Dasar Agama Hindu, Hanuman Sakti, Jakarta, 1994, hal. 8

⁶I. B. Oka Punjatmadja, Op Cit, hal. 13

⁷I. B. Oka Punjatmadja, Dharma Sastra, Hanuman Sakti, Jakarta, 1993, hal. 4

ma itulah manusia dapat mencapai artha, kama dan Moksa.

2. Artha

Artha adalah hasil usaha yang merupakan harta benda tetapi hasil usaha impian harus didapat dengan cara yang benar, memiliki harta benda ini maka akan menjerumuskan kita, jika tida didasari dengan Dharma dan jika tidak kita amalkan untuk dharma, nerakalah jika ia tenggelam dalam lautan harta bendanya.⁸

Artha adalah benda-benda atau materi yang dapat memenuhi atau memuaskan kebutuhan hidup manusia.⁹

Artha harus tetap diusahakan oleh manusia dengan dharma jalan yang benar, berdasar dan sesuai, tidak bisa melakukan atau melaksanakan dharma tanpa artha, karena orang yang menjalankan adalah orang yang hidup, sedang orang tidak bisa hidup tanpa artha.

Hubungan dharma dengan artha ibarat motor mesin dengan bahan bakarnya, motor tidak bisa jalan tanpa bahan bakar, oleh karena itu bahan bakar diadakan tiopak lain tujuannya adalah untuk menggerakkan motor. Begitu juga dharma dengan artha, dharma diciptakan untuk mengatur mausia daklmamendapatkan

⁸Depag. RI, Upadeca Tentang Ajaran-ajaran agama hindu, Proyek penerangan bimbingan dan dakwah/ khutbah agama Hindu dan Budha, 1981, hal. 53

⁹Anak Agung Gde Oka Netra, Op Cit, hal. 9

artha, dan artha itu sendiri diperlukan manusia agar ia dapat melaksanakan dharma.

3. kama

Kama berarti kenikmatan yaitu mencari kesenangan hidup dan kenikmatannya.¹⁰ Kama ialah keinginan untuk mendapat kesukaan (kenikmatan). Dan sama halnya dengan harta. Kama impian harus didasari dan dijiwai oleh dharma. Dharma malah hendaknya sebagai pendorong dan pengendali kama, karena kama yang tidak berdasarkan penderitaan (suka mewali dukha).¹¹

Kama juga berarti hawa nafsu, keinginan juga berarti kesenangan.¹²

Dapat diterjemahkan dengan kata naluri, nafsu dan keinginan.¹³ Adapun naluri yang sangat kuat mempengaruhi jiwa makhluk hidup terutama pada manusia, yaitu lapar, dahaga dan nafsu birahi (seksual Impulse). Selain daripada yang tiga jenis naluri nafsu atau keinginan ini terdapat juga naluri yang lain. Pada jiwa manusia sebagai takut, marah, senang dan kinginan-keinginan untuk mendapat serba benda, kepuasan

¹⁰Mohammad Rifa'i, Op Cit, hal. 84

¹¹Depag. RI, Upadeca, Op Cit, hal. 54

¹²Anak Agung Gde Oka Netra, Op Cit, hal. 10

¹³I. B. Oka Punjatmadja, Op Cit, hal. 3

duniawi dan sebagainya.

4. Moksa

Moksa berarti suatu istilah untuk menyebutkan kalau roh manusia telah kembali dan menjadi satu dengan Tuhan.¹⁴

Moksa adalah tujuan terakhir dari seluruh umat agama hindu. Dengan menjalankan sembyangan bathin dengan dharma (menetapkan cipta), Dhyana (memusatkan cipta), dan semedhi (mengheningkan cipta), manusia berangsur-angsur akan dapat mencapai tujuan hidupnya yang tertinggi ialah bebas dari segala ikatan keduniawian, untuk bersatunya Atman dengan Brahman.¹⁵

Bahunam janman ante

Jnanwan mam prapadyate

Wasudewah sarwam iti

sa mahatma sudurlabhah

(Bhagawadgita VII: 19)

Orang yang berilmu akan datang kepada-Ku pada akhir abnyak kelahiran karena tahu wasudewa adalah segalanya ; jiwa orang serupa itu, sukar untuk didapat.¹⁶

Moksa adalah kebebasan dari ikatan keduniawian bebas dari karmapala dan samsara. Moksa ialah gambaran dari keadaan pikiran seseorang yang tidak lagi terikat oleh keadaan sehingga bathinnya merasakan

¹⁴Cudamani, Op Cit, hal. 99

¹⁵I. B. Oka Putjatmadja, Op Cit, hal. 83

¹⁶Gde. Pudja M.A. SH, Bhagawadgita (Panca Weda), Maya sari, jakrta, 1985, hal. 179

benar-benar bahagia.

Moksa merupakan tujuan tertinggi dalam agama Hindu, hal yang paling tinggi dan mulia. Moksa merupakan Soddham Bonum dalam tata filsafat Hindu yang berhasil atau tidaknya tergantung pada pengalaman dharma dengan baik, karena moksa itulah tujuan terakhir dari dharma.

Walaupun asramuccaya tidak ada menyebut nama catur purusa artha, tetapi perincian dari catur purusa artha itu, yaitu dharma, artha, kama dan moksa beberapa kali disebut dan diuraikan maknanya dalam beberapa ayat. Hal ini misalnya dapat kita baca pada Sloka I kitab ini sebagai berikut :

Dharma carthe ca kama ca mokse, ca bharatasabha,

Yadihasti tadanyatra yanneshasti na tat kvacit.

Terjemahan :

'Oh engkau bentengnya keluarga bharata, dalam lapangan dharma, artha, kama, dan moksa, sebagaimana tertulis di sini terdapat juga di tempat lain, dan apa yang tidak tercantum di sini tidak akan dijumpai di tempat lain!'

Di dalam agama Hindu terdapat kepercayaan mutlak yang jumlahnya ada lima. Kepercayaan ini di sebut dengan istilah panca cradha.

Panca berarti lima dan cradha artinya kepercayaan. jadi berdasarkan tatwanya, agama ini merupakan panca crada yaitu :

1. Percaya adanya Sang Hyang Widi

(Tuhan Yang Maha Esa)

2. Percaya adanya atma (Roh leluhur)
3. Percaya adanya hukum karmapala
4. percaya adanya samsara (Punarbhawa)
5. Percaya adanya moksa.¹⁸

B. Pengertian Kebahagiaan Menurut Hindu Dharma

Menurut ajaran Hindu kebahagiaan ialah suatu keadaan mental atau rohani dimana tujuan pokok dari kehidupan rohani dapat dicapai dan direalisasikan. Kebahagiaan adalah keadaan bathin dimana keadaan bathin tersebut benar-benar dapat dirasakan setiap manusia.

Adapun pengertian bahagia dalam moksa adalah keadaan seseorang yang tidak lagi terikat oleh keadaan yang berupa keinginan, perasaan takut, benci, tidak puas, dan sebagainya. Selama seseorang masih masih terikat dengan sesuatu, menginginkan atau membenci sesuatu, berarti ia tidak bahagia.

Tegasnya, kebahagiaan adalah kebebasan dari ikatan keduniawian, bebas dari bari karmapala dan samsara, maksudnya seseorang yang ingin mencapai kebahagiaan bathin, maka ia harus bisa melepaskan dirinya dari segala macam keinginan yang bersifat non materi.

Bahagia atau kebahagiaan sangat didambakan. Suasana hati yang bahagia dilambangkan bertemunya orang tua

¹⁸Depag. RI, Upadeca, Op Cit, hal. 12

dengan anak cucu, demikian pula hidup yang berfaedah merupakan sumber kebahagiaan. Mestinya seseorang tidak menderita karena kekurangan uang, sebab kebahagiaan tidak diukur dengan banyaknya memiliki uang. Seseorang merasakan berbnahagiam bila memiliki tenaga (kesehatan). Kekayaan, kerajinan, dan kecemerlangan atau kejernihan hati.

Dalam kitab Rgvea X. 37.7

Visvah Tva sumanasah sucaksasah
 Prajavanto anamiva anagasah
 Udiyantam tva mitramaho divedive
 jyog jivah pranti pasyaema surya

Rgveda X. 37.7

'Sang Hyang surya, semoga kami dalam suasana hati yang berbahagia, dalam pandangan yang bagus, mempunyai anak-cucu yang baik, dalam kesehatan yang bagus, dalam keadaan tanpa dosa, senantiasa menghaturkan persembahan kepadamu, Sang Hang Surya, yang berfaedah untuk semua sahabat, hendaknyalah kami melihat engkau yang terbit terus-menerus'.

Jalani hidup yang berbahagia

Ma'sune bhuma suryasa sandesi,
 bhadram jivanto jaranam asimahi.

Rgveda X. 37.7

'Kami seharusnya tidak pernah menderita kekurangan uang dan kami mestinya mncapai usia tua dan menikmati hidup dengan penuh kebahagiaan'.¹⁹

Semoga kami nikmati kebahagiaan

Asme vo astu-indriyam,

¹⁹ Made Titib, veda Sabda Suci Pedoman Praktis Kehidupan, Paramita, Surabaya, 1996, hal. 370

Asme nrmnam, uta kratur asme,
varcansi santu vah.

yajurveda IX. 22

"Ya para Dewata, semoga tenagamu, kekayaanmu, kerajinan, kecemerlanganmu ada di dalam diri kami".²⁰

Seseorang yang mengalami moksa apabila bebas dari karmapala, maksudnya bebas dari ikatan atau akibat perbuatan buruk yang menyebabkan seseorang yang tidak mencapai kebahagiaan.

kebahagiaan "tan pawali duka" yang dijanjikan moksa tidak ada persamaannya di dunia, oleh karena itu tidak bisa dilukiskan, dan tidak bisa diberikan perbandingannya.²¹ Jelaslah kiranya bahwa moksa itu merupakan hilangnya segala derita, segala dosa sehingga orang kembali dalam keadaannya yang suci nirmala tan pata letah yang artinya (suci murni tiada celanya lagi) dan dalam keadaan itu ia dapat menikmati kenikmatan sempurna, kebahagiaan langgeng.

Apabila atman bersatu kepada Brahman maka tercapailah kebahagiaan yang tertinggi, yang disebut dengan sat (kesadaran), Cit (ketentraman) Ananda (kebahagiaan)²² itulah keadaan setelah bersatunya atman kepada Brahman.

Kebahagiaan Rohani menerima bentuk dari atman,

²⁰Ibid, hal. 371

²¹Cudami, Op Cit, hal 105

²²H. Syamsul Arifin, Hinduesme dan Rudhisme dalam Lintaaan Sejarah Agama, Alpha, 1996, hal. 11

yang disebut dengan istilah *svatman yafathanam*. moksa bersifat kesadaran sejati yang oleh *sankara* disebut *brahman Iva Dasatah*, yang artinya bahwa kodrat kemerdekaan atau kebebasan itu adalah keadaan bersatunya *atman* dan *Brahman*.

C. Cara Mencapai Kebahagiaan

Cara mencapai kebahagiaan merupakan suatu topik yang tiada henti-hentinya dipertanyakan orang, bagaimana hakikatnya dan jalan-jalan yang ditempuh untuk mendapatkannya. Boleh dikatakan seribu satu pandangan dan pendapat mengenai kebahagiaan itu.

Segolongan orang memandang bahwa hakikat kebahagiaan terletak pada kekayaan materiil yang berlimpah-ruah maka berjuanglah mereka memperolehnya menurut anggapannya itu. segolongan pula beranggapan bahwa unsur bahagia itu ditemukan dalam kesempurnaan jasmani. Segolongan pula beranggapan bahwa kebahagiaan itu terletak pada kewibawaan, pangkat dan kedudukan, nama masyhur yang tenar. Golongan *misticisme* juga beranggapan sendiri yang tentunya kebahagiaan itu hanya didapati pada puncak kegiatan mistik. Pendek kata seribu satu pandangan, anggapan, dugaan teori tentang hakekat formula kebahagiaan.

Maka dari itu kebahagiaan tidak akan datang dengan sendirinya, malinkan harus dicapai dengan pengabdian dan

saha yang tekun secara terus menerus serta melalui kelahiran yang berulang-ulang ke dunia. Secara definitif dapat dikatakan bahwa usaha untuk mencapai moksa itu menurut ajaran Hindu ada empat jalan yang sesuai dengan kemampuan kecenderungan dan metalitas kita masing-masing yang disebut dengan "Catur Marga Yoga" adalah :

1. Janana Yoga : menyatukan diri dengan Sang Hyang Widi dengan cara mengabdikan pengetahuan (Jnana).²³ Jnana Yoga adalah jalan pengetahuan. Moksa dicapai melalui pengetahuan tentang Brahman. Pelepasan dicapai melalui realisasi identitas dari roh pribadi dengan roh tertinggi atau Brahman. Penyebab ikatan dan penderitaan adalah awidya atau ketidaktahuan. jiwa kecil, karena ketidaktahuannya secara bodoh menggambarkan dirinya terpisah dari brahman. Awidya bertindak seperti tirai atau layar yang menyelubungi jiwa dari kebenaran yang sesungguhnya, yaitu bersifat Tuhan. Pengetahuan tentang Brahman atau Brahman jnana membuka selubung ini dan membuat jiwa bersandar pada Sat-Cit-Ananda Swarupa (sifat utamanya sebagai keberadaan-kesadaran-kebahagiaan mutlak) dirinya.²⁴

"Gatasangasya muktasya

Jnana wathita cetasa,

²³DR. harun hadiwijoyo, Agama Hindu dan Budha, Bpk Gunung Mulia, Surabaya, 1994, hal. 154

²⁴Sri Swami Sivananda, Intisari ajaran Hindu, Paramita, Surabaya, 1997, hal. 133

Yajñaya caratah karma
samagram prawiliyate"

(Bhagadgita IV : 23)

"Yang bebas, terlepas dai ikatan pikiran, terpusat pada ilmu pengetahuan melaksanakan kerja demi pengabdian segala kerjanya menuju kelepaan".²⁵

2. Bhakti Yoga : menyatukan diri dengan Sang Hyang widi dengan cara melakukuan sujud yang tulus ikhlas (bhakti).²⁶ Bhakti merupakan kasih sayang kepada Tuhan yang merupakan jalan kepatuhan menuju bhakti. Dan disenangi oleh sebagian besar umat manusia. "MENGASIHI DEMI UNTUK KASIH SAYANG ITU SENDIRI" adalah motto dari seorang Bhakti-Yogin. Tuhan adalah pengejawantahan dari kasih sayang, dan kamu akan dapat mencapai-Nya. Tuhan dapat diwujudkan melalui cinta kasih seperti cinta suami istri yang menggelora dan meyerap segalanya. Cinta kepada Tuhan harus selalu diusahakan.²⁷

Mereka yang mencintai Tuhan tak memiliki keinginan ataupun kesedihan. Ia tak pernah membenci makhluk atau benda apa pun, dan tak pernah tertarik dengan objek-objek duniawi. Ia merangkul semuanya dalam dekapan kasih sayangnya.

²⁵G. Pudja MA. SH, Op Cit, hal. 111

²⁶H. Syamsul Arifi, Op Cit, hal. 36

²⁷Sri Swami Sivananda, Op Cit, hal. 129

Bhakti merupakan suatu ilmu spiritual terpenting, karena mereka memiliki rasa cinta kepada Tuhan, sesungguhnya kaya. Tak tujuan yang benar kecuali kasih sayang dari penyembah kepada Tuhan. Nama sifat dan lila Tuhan merupakan hal yang terpenting yang harus diingat. Kaki padma Tuhan merupakan objek meditasi yang terpenting para penyembahnya. Minim madu prema atau cinta kasih Tuhan.²⁸

Jalan kebaktian bersifat wajar dan menyenangkan, serahkan segalanya kepada Tuhan dan nikmati penyerahan diri dalam persatuan yang kekal. Kesampingkan semua pikiran yang bermusuhan dan jauhkan diri dari sifat-sifat iri hati dan dengki. Orang yang tidak menaruh dengki kepada siapapun dan senantiasa menunggalkan cipta, rasa dan karsanya kepada Hyang Widi, ia akan menerima anugrah kebaikan dari Tuhan.

Jalan utama untuk memupuk rasa bhakti kepada Hyang Widi ialah dengan cara rajin menyembah Tuhan dan menyerahkan diri kepadanya. Dalam waswati Tat Twa disebutkan bahwa orang mencurahkan segala kemampuannya dalam kesujudan terhadap Tuhan bisa dipakai sebagai ganti pengetahuan guna mengerti sifat dan kebesaran Tuhan. Untuk lebih meresapkan ajaran kebaktian, maka renungkanlah ajaran berikut :

²⁸ibid, hal, 130

Ajaran di atas jelas menunjukkan kepada kita bahwa jalan bhakti dapat mengantarkan seseorang untuk mencapai kebebasan sejati, yang disebut moksa dan bhakti merupakan jalan termudah untuk menyadari adanya Tuhan dan menyatukan dirinya.

Kemudian bhakti ini harus ditanamkan kepada anak-anak mulai dari keluarga, kemudian ke sekolah dasar sehingga terbentuk insan Tuhan yang taat dan sadar akan kebesaran Tuhan.

3. karma Yoga : menyatukan diri dengan sang hyang Widi dengan cara melakukan perbuatan-perbuatan mulia atau amal-amal (karma) tanpa pamrih.²⁹ Jalan kegiatan yaitu pelayanan tanpa pamrih, yang membawa pencapaian Tuhan melalui kerja tanpa pamrih. Yoga merupakan penolakan akan buah perbuatan.³⁰

Karma yoga mengajarkan bagaimana bekerja demi untuk kerja itu sendiri yaitu tak terikat. Dan bagaimana mempergunakan sebagian besar tenaga kita untuk keuntungan yang terbaik.

Tyaktwa karma phala sangam
nityatripo nirasrayah
karmany abhiprawritto 'pi
nai'wa kimcit karoti sah

(Bhagawadgita IV : 20)
Menjauhkan diri dari keterikatan akan hasil perbuatan

²⁹DR. Harun Hadiwijono, Op Cit, hal. 154

³⁰Sri swami Sivananda, Op Cit, hal. 127

selalu gembira, tidak terikat kepada siapapun juga, walaupun ia tekun terus-menerus bekerja, sesungguhnya ia tidak melakukan apa-apa'.³¹

4. Raja Yoga : jalan yang membawa kepenyatuan dengan Tuhan melalui pengendalian diri dan pengendalian pikiran. Raja Yoga mengajarkan bagaimana mengendalikan indriya-indriya dan wrtti mental atau gejolak pikiran yang muncul dari pikiran, bagaimana mengembangkan konsentrasi, dan bagaimana bergaul dengan Tuhan. Dalam Raja Yoga terdapat disiplin pikiran.³²

'Sparsan kritwa bahir bahyame
caksus cai'wa ntare bruwoh
pranapanau samau kritwa
yah sada mukta ewa sah'

(Bhagawadgita V : 27)

'Menguasai panca indra, perasaan dan pikiran, seorang muni yang berhasrat mencapai pelepasan, membuang jauh nafsu, takut dan murka, mereka akan mencapai pelepasan yang abadi'.³⁴

Dalam melaksanakan Raja yoga terdapat dua sistem yang harus dipenuhi oleh orang yang melaksanakan, yaitu Yama Brata dan Niyama Brata.

Brata atau Wrata adalah pengendalian diri melalui panca indra, pikiran (manodanda), ucapan (wakdanda), dan perbuatan (kayadanda) agar tetap suci lahir bathin. Pengendalian panca indra (brta) itu terdiri dari Yama dan Niyama.

³¹G. Pudja MA. Op Cit, hal. 109

³²Sri swami Sivananda, Op Cit, hal. 131

³⁴G. Pudja MA. SH. Opcit, hal. 138

a. Yama Brata : yaitu pengendalian diri yang harus dilakukan oleh setiap orang dalam usaha untuk meningkatkan kualitas hidup yang lebih baik.

Yama Brta meliputi 10 macam yaitu :

- 1). Anresangsya artinya tidak mementingkan diri sendiri.
- 2). Ksama artinya suka mengampuni dan tahan dalam kehidupan.
- 3). Satya artinya setia dengan ucapan sehingga menyenangkan serta hidup.
- 4). Ahimsa artinya tidak membunuh dan tidak menyiksa, menyakiti.
- 5). Dama artinya dapat menasehati diri sendiri.
- 6). Arjawa artinya jujur dan membela kebenaran.
- 7). Priti artinya cinta kasih sayang terhadap sesama.
- 8). Prasada artinya berfikir dan berhati suci dan tanpa.
- 9). Madurya artinya ramah tamah, sopan santun, lemah lembut..
- 10). Mardawa artinya rendah hati.³⁵

Sepuluh macam tingkah laku dalam Yama Brata tersebut ditujukan untuk keluar, maksudnya untuk mencapai kebahagiaan diri sendiri dan masyarakat dan untuk memelihara keselarasan alam sekitarnya dengan mengekang diri

³⁵Upadeca, Op Cit, hal. 57

sendiri tidak berbuat yang tidak baik terhadap semuanya itu.

b. Niyam Brata yaitu pengendalian rohani agar rohani itu menjadi bersih dan suci, sempurna sehingga dapat memudahkan untuk melakukan semedi dalam memusatkan pikiran dalam rangka menyatu dengan Tuhan.

Niyama Brata tersebut meliputi :

- 1). Sauce artinya kesucian lahir dan Bathin.
- 2). Santosa artinya selalu merasa puas dan bahagia.
- 3). Tapa artinya pengekangan panca indra.
- 4). Swadhaya artinya mempelajari weda secara mandiri.
- 5). Iswara Pradinara artinya selalu tulus ikhlas dalam menyembah Tuhan.³⁶

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa Yama Brata adalah pengendalian diri yang bersifat lahir, sedang Niyama Brata adalah pengendalian diri yang bersifat bathin.

Catur Yoga menurut agama Hindu bukan merupakan suatu urutan yang harus dilakukan oleh pemeluk hindu melainkan disesuaikan dengan watak kepribadian dan kesanggupan seseorang dalam usahanya untuk mencapai kebahagiaan.

Jika seseorang itu kemampuan atas kesanggupannya terletak pada ilmu pengetahuan, maka dalam mencapai

³⁶Ibid, hal. 58

kebahagiaan Jnana Yoga yang dipakai, jika seseorang itu dalam mencapai ketekunan dalam melakukan peribadatan kepada Tuhan, maka bhakti yoga adalah terbaik baginya untuk mencapai moksa. Begitu pula apabila seseorang itu kesanggupannya terletak pada bekerja tanpa pamrih, maka karma yoga adalah jalan yang terbaik baginya untuk mencapai moksa, dan apabila seseorang dalam upaya mencapai moksa hanya bisa dengan cara melakukan tapa brata atau semedi, maka raja yoga itulah jalan yang terbaik baginya untuk mencapai moksa.

Moksa akan bisa dicapai seseorang bukan hanya setelah ia mati, akan tetapi sewaktu ia masih hidup moksa dapat dicapai asalkan seseorang itu sudah bebas dari ikatan-ikatan keduniawian. Moksa yang dicapai sewaktu masih hidup disebut "Jiwan Mukti". Moksa semasih hidup, sebagai halnya prabu janaka dan lain-lain maharsi, yang telah bekerja tanpa pamrih memberi kesejahteraan kepada manusia.

Demikianlah cara-cara yang harus ditempuh umat Hindu untuk mencapai kebahagiaan, akan tetapi apabila cara-cara itu tidak terpelihara dan dijaga dari hal-hal yang dapat merusaknya, maka kebahagiaan tidak akan tercapai sedikitpun.