

TRANSFORMASI KESADARAN MELALUI YOGA AKSARA

Oleh

I Gede Agus Suparta

STAHN Mpu Kuturan Singaraja

E-mail: agussuparta@gmail.com

ABSTRACT

Literal yoga is a mental practice that is carried out through meditation involving the Onkara script. Literary yoga is a way to train the mind and transform consciousness. Ongkara in thought works as a bhija-mantra to build human consciousness at one point. Train the mind to stay focused on one object, and complete the activity of the mind like an ape constantly jumping from one object to another. Helps to release the attachment of mind awareness to its object, both material (all things that can be perceived by the senses) and mental (related to memory, emotion, perception, imagination). When a person is separated from the bondage of his objects, he will realize himself as his Paramasu and is also symbolized as Ongkara. As a result of practice, the script belongs to Siddhi. Siddhi is a manifestation of the transformation of personal consciousness to the Supreme consciousness, Siddhi is also a transformation of buddhi which is rajas-tamas into animal. The transformation of buddhi is more dominant in everyday life or attitudes with noble and wise characters which can later be used as role models and guidelines, guiding humans in living daily lives towards a peaceful, happy, physical and spiritual life, one form of siddhi development is astasiddhi.

Keywords: *literal yoga, meditation, siddhi*

I. PENDAHULUAN

Setiap orang di dunia ingin hidupnya lebih berkualitas secara fisik, psikologis dan spiritual. Beragam cara yang umat manusia jalankan demi diperolehnya kesehatan jiwa pribadinya, dalam artian sehat secara fisik, mental atau psikologis, spiritualnya dan bahkan kesehatan dalam melakukan interaksi sosialnya dengan masyarakat. Menurut undang-undang No. 18 tahun 2014 pengertian kesehatan jiwa adalah kondisi

dimana seseorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi untuk komunitasnya (Kemenkumham, 2014). Dalam kondisi hidup dengan ritme yang serba cepat, menjadi sulit bagi kita untuk mengambil waktu khusus menenangkan pikiran,

kehidupan yang kompetitif yang penuh dengan tantangan, menyebabkan kehidupan masyarakat modern saat ini sangat sulit untuk dapat menikmati hidup, karena pikiran terlalu fokus pada hal-hal yang telah di targetkan, sehingga kondisi seperti ini memicu masyarakat menjadi stres karena fokus di kehidupan menjadi human doing. Pikiran dipenuhi dengan aktifitas-aktifitas pemicu stress, daya pikir mulai melemah, begitu sebaliknya tubuhpun kian ikut melemah, didukung dengan kondisi yang tidak kondusif menyebabkan kondisi kian semakin tambah memburuk.

Mengantisipasi terjadinya kondisi seperti itu, tidak sedikit dari masyarakat modern mulai kembali mengambil jalan spiritual guna menenangkan pikiran, menuju transformasi pikiran, kesadaran dan transformasi buddhi tamas-rajas menuju satwika. Latihan yoga menjadi salah satu alternatif yang kini mulai banyak ditekuni

kembali oleh beberapa kalangan orang tertentu. Yoga yang berkembang di nusantara yaitu yoga aksara atau yoga sastra juga salah satu yoga yang dianggap untuk dilakukan dikalangan orang-orang yang kini menggeluti jalan spiritual. Berlatih yoga merupakan syarat mutlak bila manusia ingin sehat lahir dan batin. Hyang Widhi menganjurkan umat manusia agar menjadi yogi, karena besar sekali manfaatnya bagi kehidupan manusia tidak hanya fisik, mental, pikiran dan bahkan manfaatnya dapat dirasakan secara spiritual. Latihan yoga dapat melatih manusia untuk menjadi human being, yaitu dapat menyadari diri sendiri, menikmati kehidupan dengan sepenuhnya, bahagia dan sejahtera.

Yoga merupakan salah satu dari enam ajaran dalam filsafat Hindu yang menyangkut aktivitas meditasi dimana seseorang belajar untuk memusatkan pikiran untuk mengendalikan panca indera dan tubuhnya secara keseluruhan, dengan tujuan untuk mencapai penyatuan dengan Sang Pencipta. Yoga telah dipraktekkan selama lebih dari 5000 tahun, dan selain untuk digunakan sebagai kepentingan spiritual, yoga dimanfaatkan juga sebagai salah satu alternatif pengobatan (Suamba, 2003:7).

Yoga berasal dari akar kata Sanskerta yuj yang artinya menyatukan diri dengan Tuhan. Di dalam Rgveda, yoga disimbolkan dengan tapas yang lebih fokus pada suatu pengendalian indriya (Somvir, 2010:3). Yoga dalam Kamus Jawa Kuna Indonesia berarti pengerahan tenaga, usaha keras, metode atau praktik pemusatan pikiran atau tapa (mengontrol indera, menahan naik turunnya/ketidak tetapan pikiran, memperoleh suatu kekuatan supernatural, mencapai kesatuan dengan dewa atau kelepasan (Zoetmulder dan S.O Robson, 2006:1492).

Secara umum yoga dikenal merupakan suatu aktifitas yang memusatkan pada gerakan-gerakan aerobik yang dapat membantu meningkatkan kondisi spiritual seseorang. Yoga menjadi salah satu pilihan manusia untuk meningkatkan kondisi spiritualnya dalam hal transformasi pikiran

dan kesadarannya, tidaklah heran di tengah-tengah situasi dan kondisi sehari-hari yang kian banyak menimbulkan situasi yang membuat seseorang merasa tertekan hingga akhirnya berdampak pada ketegangan pikiran, gelisah hingga akhirnya stress, latihan yoga menjadi salah satu alternatif transformasi pikiran dan kesadaran seseorang. Latihan yoga dalam hal ini merupakan latihan olah batin, bukan olah fisik seperti gerakan-gerakan aerobik yoga pada umumnya. Yoga yang digunakan dalam mengolah pikiran menjadi tenang, melatih manusia untuk menjadi human being, melatih diri mencapai transformasi kesadaran, yaitu dapat menyadari tentang hakikat diri sendiri, menikmati kehidupan dengan sepenuhnya, sejahtera, damai, bahagia lahir dan batin adalah latihan yoga aksara, yoga aksara ini dapat diaplikasikan melalui aktivitas meditasi aksara atau mantra, tujuan utama dilaksanakannya yoga aksara ini tidaklah lain untuk menumbuhkan kembangkan kesadaran-kesadaran ilahi dan menumbuhkan karakter-karakter satwam di dalam diri, sampai akhirnya mampu mengkondisikan kesadaran personal menuju kesadaran Agung.

II. METODE

Metode merupakan suatu cara atau teknis yang dilakukan dalam proses penelitian dengan tujuan untuk menghasilkan ketepatan guna suatu data yang diperoleh dalam suatu penelitian. Hasil tulisan dalam penelitian ini merupakan hasil penelitian kualitatif. Tayler (dalam Kaelan, 2010: 5) menjelaskan bahwa jenis penelitian kualitatif merupakan suatu prosedur dalam penelitian yang menghasilkan penelitian yang bersifat deskriptif berupa kata-kata (bisa lisan untuk penelitian agama, sosial, budaya, dan filsafat), catatan-catatan yang berkaitan dengan makna, nilai serta pengertian. Tulisan dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif yang bersifat diskriptif dengan tujuan data yang telah diperoleh melalui hasil penelitian dapat diskripsikan melalui

kata-kata dan ragam bahasa terkait dengan masalah yang diangkat yaitu transformasi kesadaran melalui yoga aksara.

III. PEMBAHASAN

3.1 Transformasi Kesadaran Melalui Yoga Aksara

Mewujudkan suatu karakter religius didalam diri, mencapai kesadaran kosmis memang diperlukan, namun langkah konkret berikutnya adalah yang lebih penting, yaitu bagaimana melakukan proses transformasi kesadaran diri tersebut untuk mencapai atau bergerak menuju pada idealisme karakter tersebut. Transformasi kesadaran diri dapat diperoleh dengan beberapa cara yang tentunya melalui jalan spiritual, salah satunya dapat dilakukan dengan jalan yoga aksara.

Yoga yang umum dan sering kali dilakukan di kalangan masyarakat luas beragam banyaknya sesuai dengan fungsi dan tujuan yang hendak dicapai oleh para penekun yoga. Yoga tidak harus dilakukan oleh orang-orang tertentu saja, melainkan dapat dipraktikkan oleh seluruh lapisan masyarakat, karena kunci utama seseorang dalam melakukan yoga adalah niat, karena tanpa ada niat yang kuat bahkan jika pelaksanaannya dilakukan dengan terpaksa pengkondisian pikiran guna mentransformasikan pikiran tersebut menuju satwik dan melampauinya mencapai kesadaran kosmik akan menjadi terhambat.

Yoga dalam teks-teks Nusantara ditempatkan sebagai olah batin, bukan olah tubuh. Beryoga adalah istilah lain untuk bermeditasi. Jika yoga yang dilakukan merupakan olah batin dengan “duduk bermeditasi”, maka sila lebih menekankan pada bagaimana pikiran, perkataan dan perbuatan dikondisikan dalam keseharian (Yudiantara. 2019:83).

Beryoga dalam hal ini merupakan sebuah aktivitas meditasi untuk meningkatkan pengembangan pribadi seseorang secara total. Meditasi sebagai olah batin dapat dirumuskan bahwa meditasi merupakan suatu aktivitas untuk melihat ke dalam diri sendiri, Mengamati, refleksi

kesadaran diri sendiri, melepaskan diri dari pikiran atau perasaan yang berubah-ubah, membebaskan keinginan duniawi sehingga menemui jati dirinya yang murni atau asli (Sang Kesadaran Agung).

Beberapa meditasi yang dilakukan untuk dapat mentransformasikan suatu kesadaran pikiran dapat dilakukan melalui yoga aksara seperti Meditasi Dasaksara, Meditasi pacabrahma dan pancaksara, Meditasi triaksara, Meditasi dwiaksara, dan Meditasi Ongkara, keseluruhan meditasi tersebut merupakan bagian-bagian dari pelaksanaan meditasi atau yoga aksara. Adapun salah satu yoga aksara yang banyak diterapkan oleh penekun yoga adalah meditasi Ongkara. Meditasi ongkara merupakan meditasi akhir yang dilakukan dalam yoga aksara, seperti yang dijelaskan dalam Yudiantara (2016: 207) bahwa dalam ajaran Dasa Aksara semua aksara hanacaraka yang jumlahnya 20 akan disarikan dalam 10 aksara, lalu sepuluh aksara tersebut tersarikan lagi menjadi panca brahma (sa, ba, ta, a, i), kemudian tersarikan menjadi triaksara, yaitu ang, ung, dan mang, menjadi dwiaksara (ang, ah) dan kemudian menunggal menjadi Ongkara.

Aksara Sa ditempatkan di jantung, Ba di hati, Ta di lambung, A di empedu, I di dasar hati, Na di paru-paru, Ma di usus halus, Si di ginjal, Wa di kerongkongan dan Ya ditempatkan di ujung hati (Yudiantara, 2016: 209-210). Sejumlah aksara inilah kemudian diputar penempatannya dalam organ dalam, saat praktik yoga dengan asana ‘sikap badan’ tertentu. Teknik khusus pelatihannya juga dikombinasikan dengan olah nafas (pranayama) dan aspek astantga yoga lainnya. Selengkapnya delapan tahapan praktik yoga tersebut, yakni: yama, niyama, asana, pranayama, pratyahara, dharana, dhyana, dan semadhi (Tim Penyusun, 2012: 24). Yoga aksara dalam hal ini dapat berupa aktifitas meditasi sebagai jalan untuk mengolah batin. Meditasi yang dilakukan dalam hal ini bukan semata-mata hanya duduk bersila dalam ketenangan, melainkan meditasi yang dilakukan dengan melibatkan sejumlah aksara-aksara suci,

salah satu aksara mistik yang sering digunakan dalam meditasi aksara ini berupa aksara Ongkara. Menurut Sandika (2019:241) menjelaskan bahwa meditasi nunggal Ongkara bisa dibilang merupakan puncak penyatuan mistik yang terlahir dari penyatuan dasaksara, pancaksara, triaksara, dan dwiaksara...Ongkara adalah mantra mistik sebagai simbol bhuana alit dan bhuana agung, ia merupakan suku kata gaib yang sering dijadikan perantara sakral dalam praktik tantra.

Meditasi ongkara ini merupakan hasil dari dilakukannya sebuah peringkasan atau panglukaan dasaksara, dalam artinya meringkas dasaksara tersebut menjadi lima aksara suci, lima aksara menjadi tiga aksara, kemudian yang tiga tersebut dijadikan dua aksara, dan yang terakhir kedua aksara tersebut diringkas menjadi satu aksara yaitu ongkara. Meringkas dasaksara ini dapat dilakukan melalui latihan yoga setiap hari dengan jalan melakukan meditasi sambil membayangkan dan mengafirmasi keseluruhan aksara suci tersebut kedalam tubuh.

Mantra dalam meditasi sebagai latihan kesadaran berfungsi sebagai bhija-mantra. Bhija mantra memiliki dua fungsi sebagai bahasa simbol dan sebagai bahasa verbal, dalam hal ini mantra sebagai bhija mantra salah satunya adalah penggunaan mantra Ongkara dalam pelaksanaan meditasi sebagai pembebas kesadaran manusia dari objek yang membelenggunya, mentransformasikan kedalam kesadaran Agung. Dalam meditasi mantra sebagai salah satu media transformasi kesadaran dibutuhkan yang namanya suatu objek untuk mengendalikan kesadaran seseorang dalam proses meditasi. Sudah menjadi kecenderungan pikiran bagaikan seekor monyet yang suka melompat dan terus melompat dari satu objek ke objek yang lainnya, dalam setiap lompatan tersebut banyak peristiwa antara suka dan duka yang dirasakan oleh kesadaran manusia tergantung dengan objek-objek yang ditemuminya. Disinilah peran sebuah meditasi aksara dibutuhkan untuk

membantu kesadaran terbebas dari belenggu objek yang mengikatnya, dan mengupayakan agar pikiran tidak terus melompat bagaikan monyet, dibutuhkan satu objek tertentu untuk mengikatnya, objek yang dapat digunakan untuk menghentikan lompatan pikiran itu adalah penggunaan mantra dalam suatu meditasi. Salah satu mantra yang dapat digunakan adalah mantra Ongkara untuk memfokuskan kesadaran pikiran tersebut pada satu objek saja.

Dalam mengkondisikan kesadaran dari yang sebelumnya penuh dinamika triguna sampai menjadi kondisi meditatif diperlukan proses, dan proses tersebut adalah meditasi mantra dengan mendayagunakan Ongkara. Jika pikiran melompat kesana kemari, tentu seluruh indrapun akan mengikuti, dan akhirnya bukan bhata yang menjadi kondisi kesadaran namun ahangkara beserta gejolaknya. Ongkara adalah bhijamantra yang kemudian akan memusatkan kesadaran pada satu titik (ekacita). Lama kelamaan, maka kesadaran yang sudah mengendarai perahu yang bernama Ongkara ini akan mengalami transformasi; mulai dari berubah karakteristiknya menjadi bercirikan satwika, sampai mengalami kondisi transendental menembus dimensi-dimensi kesadaran yang berbeda (Yudiantara, 2018:123)

Lanjut Yudiantara kembali menjelaskan (2018:100-101) bahwa mantra adalah salah satu media meditasi yang sudah teruji mampu mengendalikan pikiran dan kesadran kita, membuatnya lebih terarah, terfokus dengan kualitas perhatian yang lebih baik. Mantra akan semakin kuat pengaruhnya terhadap kita melalui latihan terus menerus. Tahap dimana mantra yang diucapkan sudah mendatangkan dampak yang diharapkan ini adalah tahap mantra-siddhi. Dalam perspektif neorogis, mantra bisa bekerja di permukaan kesadaran, juga bias menyentuh tataran yang lebih mendalam. Di tataran pertama, meditasi mantra akan mengembalikan pikiran yang suka mengembara dalam satu fokus yang kemudian akan secara berkala membuat

pikiran menjadi lebih fokus dan tenang. Hal ini sudah dibuktikan secara kasat mata dengan melihat bagaimana mantra secara langsung mempengaruhi otak melalui magnetic resonance imaging (MRI). Kemudian di tataran yang lebih mendalam, saat meditasi mantra dilatih secara terus-menerus maka lama-kelamaan akan menjadi bagian otomatis kita, membuat jalinan neurotransmitter semakin kuat sehingga saat kita sedang mengalami ketakutan dan kecemasan berlebih, mengalami stress karena aktifitas pikiran yang terlampau liar atau dalam kondisi-kondisi sejenis, kita secara otomatis akan kembali menjangkarkan perahu kesadaran dalam mantra sehingga perahu kesadaran kita tidak terombang-ambing dan terbawa arus.

Ongkara merupakan mantra yang digunakan dalam meditasi yang sangat akurat untuk dapat mempengaruhi kesadaran pemikiran manusia. Ongkara sebagai sabda dalam pelaksanaan meditasi ia berperan sebagai kendaraan, ibarat sebagai perahu yang mampu menyebrangi manusia menuju ketiadaan alam sunya, untuk menuju kesadaran Agung, maka pikiranlah yang perlu dilatih melalui meditasi Ongkara yang dapat mengarahkan pikiran untuk tertuju pada satu objek dan menghentikan aktivitas pikiran yang terus mengalami pelompatan pada banyak objek. Dengan mengikatnya dengan satu objek yaitu mantra dapat membuat lompatan pikiran itu terhenti. Melakukan meditasi dengan mengucapkan Ongkara secara berulang-ulang dapat mengkondisikan kesadaran pikiran seseorang dan dapat menjadi obat untuk keruwetan atau stresnya pikiran dan sekaligus melalui meditasi ongkara yang dilakukan dengan cara mengulang-ulang Ongkara dapat merubah kualitas kehidupan seseorang menjadi lebih baik. Yudiantara (2018:93) menjelaskan dalam lontar Sang Hyang Mahajnana 74 tentang peranan Ongkara dalam meditasi sebagai berikut.

Makweh Sang hyang inajaraken, hana omkara ngaranira, sira parahu sabhawanta, ikang sagara kaharan tasikta, sang hyang omkara pwa sira

parahwanta, yatanyanhentasan ikang papamagong, hlas pwa datangripada bhata, lawansayogya kita, hentyakenta parahunta, apan tan anaprayojananta, an huwus lpas, prayojananta, samangkana juga paknaya.

Terjemahannya:

Sangatlah banyak beliau di ajarkan, ada yang di sebut Ongkara, beliau adalah sebagai perahu dalam mengarungi, melintasi lautan yang sangat luas tak bertepi, sang Hyang Ongkaralah sebagai perahunya, yang akan dapat melintasi lautan penderitaan yang luas, maka tidak akan ada halangan engkau datang menuju Bhatara, kemudian sudah sepatutnyalah engkau mengendalikan atau menghentikan perahumu, apabila engkau tidak memiliki tujuannya, jika engkau sudah memiliki tujuan yang pasti maka sepatutnyalah engkau laksanakan.

Penjabaran seloka tersebut menegaskan bahwa Ongkara ditempatkan sebagai sebuah kendaraan untuk membantu manusia menuju Hyang Agung. Kendaraan yang membantu menyebrangi kita dari lautan penderitaan yang disebabkan oleh keretikan kesadaran pikiran terhadap objeknya baik material (semua hal yang dapat dipersepsikan oleh indera) maupun mental (yang berkaitan dengan memori, emosi, persepsi, imajinasi). Saat seseorang terpisah dari ikatan belenggu objek-objeknya, maka ia akan menyadari hakikat diri sebagai Paramasunya dan juga disimbolkan sebagai Ongkara.

Pikiran manusia akan mengalami suatu kontraksi ketika mendengarkan sebuah getaran suara berupa mantra Ongkara. Pikiran (citta) memiliki pengaruh yang sangat besar bagi perkembangan kesadaran spiritual seseorang, karena pikiran seseorang dapat mengalami neraka, dan dengan pikiran pula seseorang bisa mengalami surga bahkan bisa mengantarkan seseorang menuju moksa. Kebiasaan pikiran

yang seperti monyet suka melompat keberbagai tempat, kadang melompat pada objek masa lalu, kemudian dengan sekejap bisa melompat, berfantasi dan berimajinasi pada hal-hal yang tidak jelas mengenai masa depan, implikasinya daya pikirpun mulai melemah, pikiran mulai terasa tidak karuan, pikiran tiba-tiba menjadi mumet, tubuh menjadi lemas, dan dengan didukungnya oleh suasana hati yang kurang bagus, maka pikiran dan tubuh akhirnya merespon yang tidak baik pula dan menyebabkan pikiran menjadi stress yang akhirnya membuat diri menjadi semaki buruk bahkan merasa bahwa kehidupan ini adalah neraka.

Meditasi mantra menjadi solusi terbaik untuk mengontrol pikiran bercirikan satvika, hingga menuju pada transformasi kesadaran Agung. Meditasi Ongkara dapat dilakukan dengan cara mengatur cara duduk dengan sukasana (senyamannya) dan dengan mengatur prana (napas) dengan baik tujuannya untuk membangun ketenangan dalam diri, tanpa memaksakan diri untuk melakukan sikap asana tertentu, karena jika dipaksakan akan ada indikasi yang membuat diri tidak nyaman yang pada akhirnya dapat mempengaruhi pemikiran kita menjadi tidak nyaman pula, seperti yang dijelaskan oleh Sandika (2019:212) tentang cara melakukan meditasi aksara yaitu, pertama-tama, duduklah dengan sukasana (senyamannya). Jangan memaksakan sikap atau asana tertentu sebab itu akan menjadikan diri tegang dan tidak nyaman. Usahakan duduk bersila, kaki kanan diatas paha dan tulang punggung tegak lurus agar aliran prana pada saluran trinadi tidak tersumbat. Usahakan pula agar tidak terlalu tegang dan bernapaslah sewajarnya. Artinya, jangan berusaha mengatur keluar-masuknya aliran napas. Setelah beberapa saat, ketika dirasa cukup, tangkupkanlah kedua tangan dan gosokkan hingga panas terasa ditelapak tangan, lalu usapkan kewajah. Berikutnya usapkan keseluruhan tubuh sembari menyadari bahwa anda berada disini, ditempat ini, dan dikehidupan ini. Kemudian letakkan kedua tangan di atas paha dengan telapak tangan menengadahkan keangkasa. Tak lama berselang

pejamkan mata perlahan-lahan hingga sepenuhnya tertutup rapat. Usahakan untuk mengendurkan wajah atau bersikap rileks dan tersenyum, nyatakan bahwa anda bahagia.

Setelah mata terpejam, ucapkan aksara Ong perlahan-lahan diiringi hembusan napas. Kemudian tarik dan hembuskan napas seraya melafalkan Ong sebanyak 9 atau 21 kali. Setelah itu anda akan merasakan sensasi panas pada perut, dada dan tulang punggung. Amati aliran napas dan tetaplah bernapas secara alami. Selanjutnya, mulailah mengafirmasi aksara Ongkara (Sandika, 2019:245)

Bertitik tolak dari pandangan tersebut diatas bahwasanya Ongkara dapat dilakukan dengan cara mengatur sikap duduk sukasana dan prana (nafas) dengan baik, dan senyaman mungkin dengan tujuan melatih tubuh menjadi rileks, dan mengkondisikan pikiran (citta) berwarna satwam dan melampaui satwam itu sendiri. Dengan pengkondisian yang seimbang antara tubuh, napas dan pikiran, maka secara perlahan-lahan mantra Ongkara dapat dilantunkan berulang-ulang sebanyak 9 maupun 21 kali. Meditasi ini dapat dilakukan terus berkali-kali hingga manfaatnya dalam mengelola kesadaran pikiran dapat dirasakan oleh para penekun yoga aksara tersebut.

3.2 Siddhi Sebagai Wujud Transformasi Kesadaran

Siddhi merupakan wujud dari transformasi kesadaran personal menuju kesadaran Agung, dan sebagai wujud transformasi dari buddhi yang awalnya bersifat rajas-tamas menjadi satwam. Cara pandang seseorang yang setengah-setengah mengenai siddhi menyebabkan pemahaman akan pengertian siddhi hanya sebatas sebuah kekuatan atau kesaktian yang notabnya bersifat dualisme, bahkan penilainnya justru lebih kearah negatif. Siddhi secara umum dikenal sebagai wujud kesaktian. Kesaktian itu sendiri sering kali dikaitkan dengan ilmu kebaikan dan keburukan, baik dalam artian melalui kesaktian seseorang mampu menolong orang lain melalui usaha atau

pengobatan, sedangkan sebaliknya dengan kesaktian seseorang mampu menyakiti orang lain dengan beragam ilmu kawisesaan yang dimiliki. Siddhi sesungguhnya tidak semata-mata hanya sebatas kekuatan atau kesaktian semata, siddhi merupakan kemampuan yang dimiliki manusia secara total dalam menjalankan ajaran-ajaran kerohanian dalam kehidupan sehari-harinya yang memberikan tuntunan kepada manusia dalam mencapai taraf hidup yang lebih baik, yang sempurna dan bahagia lahir dan batin.

Kata siddhi berarti pencapaian, keberhasilan, penguasaan kemampuan supernatural atau kemampuan magis tertentu (Yudiantara. 2019:204). Siddhi adalah penanda semakin meluasnya kesadaran personal akan hakikat diri. Maksudnya, mengalami aspek-aspek diri yang lebih mendalam, lebih halus dan lebih berdaya. Siddhi secara umum biasa dibagi menjadi dua yaitu siddhi yang berguna untuk menjalani kehidupan sehari-hari, dan siddhi yang lebih tinggi berupa pengalaman transenden terhadap siwatattwa. Singkatnya, penjabaran mengenai siddhi tidak hanya berkisar tentang berbagai kemampuan supranatural atau berbagai jenis “kesaktian”. Lebih luas dari berbagai kemampuan yang bisa dimanfaatkan dalam kehidupan duniawi, bahkan pencerahan spiritualpun merupakan bentuk siddhi. Semakin maju perkembangan spiritual seseorang, semakin tinggi ke-siddhi-an yang didapat (Yudiantara. 2019:84-85).

Siddhi adalah mengalami diri dan kehidupan secara lebih luas, secara lebih bebas. Bebas dari batasan fisik, bebas dari batasan mental, dan bahkan pada gilirannya bebas dari Batasan kosmik. Seseorang yang hidupnya bebas, bisa memilih hendak mengalami kehidupan dengan cara bagaimana. Bukan malah selalu terjebak dalam situasi dan kondisi yang membuatnya menderita. Kondisi yang memenjarakan, dan dengan bersusah payah berusaha ditinggalkan namun tidak bisa. Dengan demikian, siddhi juga berarti kebahagiaan, dan seseorang siddha adalah seorang yang

bahagia, bebas derita
(Yudiantara, 2019:215).

Bertitik tolak dari pandangan tersebut diatas bahwa siddhi merupakan totalitas kemampuan yang diperoleh seseorang melalui latihan spiritual yang ketat (sadhana) yang biasanya dilalui melalui proses yoga atau meditasi aksara, proses ini melibatkan adanya transformasi kesadaran personal menjadi kesadaran Agung. Dalam transformasi ini manusia akan mulai menyadari diri pribadinya merupakan Paramasiwa itu sendiri. Sang kesadaran personal sejatinya adalah Sang Kesadaran Agung. Untuk menuju dan merealisasikan kesadaran Agung tersebut dibutuhkan suatu media penghubung spiritual melalui meditasi aksara. Batasan-batasan personal lambat laun mulai mengalami pelepasan dan keagungan sedikit demi sedikit akan mulai dialami, hingga mencapai suatu pelepasan kesadaran personal yang dibelenggu oleh objek-objek indria, terbebas dari situasi dan kondisi yang menyebabkan manusia mengalami keduakaan. Bukti pelepasan inilah yang dapat dikatakan sebagai suatu siddhi. Karena siddhi bukan suatu pencapaian moksa, maka pencapaian siddhi dalam hal ini selain sebagai transformasi kesadaran menuju kesadaran Agung, siddhi juga merupakan transformasi buddhi yang awalnya bersifat rajas-tamas menjadi satwam. Transformasi buddhi ini lebih dominan pada pencapaian sila atau sikap dengan karakter-karakter mulia dan bijaksana yang nantinya dapat dijadikan panutan dan pedoman, menuntun manusia dalam menjalani kehidupannya sehari-hari menuju kehidupan yang damai, bahagia, lahir dan batin.

IV. PENUTUP

Melatih pikiran dan melakukan transformasi kesadaran dapat dilakukan dengan cara yoga aksara, yoga aksara dalam hal ini dapat berupa aktifitas meditasi sebagai jalan untuk mengolah batin dengan melibatkan sejumlah aksara-aksara suci, salah satunya adalah Ongkara. Ongkara sebagai mantra dalam meditasi berfungsi

sebagai bhija-mantra untuk memusatkan kesadaran manusia berada pada satu titik (ekacita). Mantra Ongkara berfungsi sebagai objek untuk melatih pikiran tetap fokus pada satu objek, dan menghentikan aktivitas pikiran yang bagaikan kera terus melompat-lompat pada suatu objek ke objek yang lainnya. Meditasi ini ibarat kendaraan yang membantu menyebrangkan kita dari lautan penderitaan yang disebabkan oleh keterikatan kesadaran pikiran terhadap objeknya baik material (semua hal yang dapat dipersepsikan oleh indera) maupun mental (yang berkaitan dengan memori, emosi, persepsi, imajenasi). Saat seseorang terpisah dari ikatan belenggu objek-objeknya, maka ia akan menyadari hakikat diri sebagai Paramasunya dan juga disimbolkan sebagai Ongkara. Sebagai hasil dari latihan meditasi aksara adalah pencapaian Siddhi.

Siddhi merupakan wujud dari transformasi kesadaran personal menuju kesadaran Agung, Siddhi bukanlah tentang kesaktian semata yang memiliki unsur dualisme antara baik dan buruk. siddhi merupakan totalitas kemampuan yang diperoleh seseorang melalui latihan spriritual yang ketat (sadhana) yang dilalui melalui proses yoga atau meditasi aksara, namun siddhi bukanlah pencapaian moksa, pencapaian siddhi dalam hal ini selain sebagai transformasi kesadaran menuju kesadaran Agung, siddhi juga merupakan transformasi buddhi yang awalnya bersifat rajas-tamas menjadi satwam. Transformasi buddhi lebih dominan pada pencapaian sila atau sikap dengan karakter-karakter mulia dan bijaksana yang nantinya dapat dijadikan panutan dan pedoman, menuntun manusia dalam menjalani kehidupannya sehari-hari menuju kehidupan yang damai, bahagia, lahir dan bhatin, salah satu bentuk pencapaian siddhi adalah astasiddhi.

DAFTAR PUSTAKA

Kaelan. (2010). Metode Penelitian Agama Kualitatif Interdisipliner. Yogyakarta: Paradigma.

Kemenkumham. 2014. Undang-Undang Republik Indonesia No. 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa disertai Penjelasannya. Jakarta : Kemenkumham RI.

Sandika, I.K. (2019). Tantra Ilmu Kuno Nusantara. Banten: Javanika.

Suamba, P. (2003). Dasar-Dasar Filsafat India. Denpasar: PT. Mabhakti.

Somvir. (2010). Mari Beryoga. Denpasar: Bali India Foundation.

Tim Penyusun. (2012). Yoga. Denpasar: Dirjen Bimas Hindu Kementrian Agama RI.

Yudiantara, P. (2016). Sakti Sidhi Ngucap Eksplorasi dan Aplikasi Ilmu Leak Kandapat & Dasa Aksara Untuk Ilmu Modern. Denpasar: BaliWisdom.

Yudiantara, P. (2018). Meditasi Tantra Warisan Leluhur Nusantara untuk Manusia Modern. Denpasar: BaliWisdom.

Yudiantara, P. (2019). Ilmu Tantra Bali Memetakan Ajaran Spriritual Para Leluhur. Denpasar: BaliWisdom.

Yudiantara, P. (2019). Ilmu Tantra Bali Teori dan Praktik transformasi Kesadaran. Denpasar: BaliWisdom.

Yudiantara, P. (2019). Ilmu Tantra Bali Aktualisasi Ajaran Leluhur Di Jaman Modern. Denpasar: BaliWisdom.

Zoetmulder, P.J dan S.O.R. (2006). Kamus Jawa Kuna Indonesia. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.