



## PEMAHAMAN AJARAN TAT TWAM ASI SEBAGAI PEDOMAN DALAM UPAYA PENINGKATAN MAWAS DIRI DI ERA PANDEMI COVID-19

Oleh

Ni Nyoman Suastini<sup>1</sup>, I Ketut Budi Rach Suarjaya<sup>2</sup>

<sup>1)2)</sup>Universitas Hindu Negeri I Gusti Bagus Sugriwa Denpasar  
[ninyomansuastini62@yahoo.com](mailto:ninyomansuastini62@yahoo.com)<sup>1</sup>, [budirasu@yahoo.co.id](mailto:budirasu@yahoo.co.id)<sup>2</sup>

diterima 7 Juli 2021, direvisi 18 Agustus 2021, diterbitkan 31 Agustus 2021

### *Abstrak*

*Peran Tat Twam Asi sangatlah penting bagi kehidupan yang harmonis dan damai. Dari lingkup yang paling kecil dalam sebuah keluarga hingga lingkup yang lebih besar, yaitu dalam sebuah negara, bahkan di dunia. Kehidupan yang damai tidak mungkin dapat diwujudkan tanpa adanya toleransi yaitu sikap saling menghormati, menghargai, memahami, maupun saling menerima adanya perbedaan yang ada. Karena perbedaan adalah sebuah keniscayaan yang tidak dapat kita hindari. Susastra Suci Weda mengajarkan tentang sebuah nilai yang dapat kita terapkan dalam kehidupan sehari-hari sebagai upaya mewujudkan kehidupan yang rukun dan damai. Sebuah nilai luhur yang harus dilestarikan dan patut kita tumbuh suburkan dalam sikap hidup keseharian kita. Ajaran Tat Twan Asi merupakan dasar dari Tata Susila Hindu di dalam usaha untuk mencapai perbaikan moral. Susila adalah tingkah laku yang baik dan mulia untuk membina hubungan yang selaras dan seimbang serta rukun di antara sesama. Sebagai landasan dalam membina hubungan yang selaras, maka kita dapat mengimplementasikan ajaran Tat Twan Asi ini dengan dengan beberapa cara: 1) Melakukan perbuatan yang sesuai dengan ajaran agama maupun norma yang berlaku dalam masyarakat yang timbul dari hati kita sendiri (bukan merupakan paksaan). 2) Bertanggung jawab atas segala tindakan yang kita lakukan. 3) Lebih mendahulukan kepentingan bersama dari pada kepentingan pribadi.*

**Kata kunci :** *Tat Twam Asi, Susila*

### **I. PENDAHULUAN**

Agama memiliki peran yang amat penting dalam kehidupan umat manusia. Agama menjadi pemandu dalam upaya untuk

mewujudkan suatu kehidupan yang bermakna, damai dan bermartabat. Menyadari peran agama amat penting bagi kehidupan umat manusia maka internalisasi agama

dalam kehidupan setiap pribadi menjadi sebuah keniscayaan, yang ditempuh melalui pendidikan baik pendidikan di lingkungan keluarga, di lembaga pendidikan formal maupun nonformal serta masyarakat.

Pendidikan Agama dimaksudkan untuk membentuk manusia yang beriman, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berakhlak mulia serta untuk meningkatkan potensi spiritual masing-masing individu. Akhlak mulia yang dimaksud mencakup etika, budi pekerti, dan moral sebagai perwujudan dari Agama. Peningkatan potensi spritual mencakup pengenalan, pemahaman, dan penanaman nilai-nilai keagamaan, serta pengamalan nilai-nilai tersebut dalam kehidupan individual ataupun kolektif kemasyarakatan. Peningkatan potensi spritual tersebut pada akhirnya bertujuan pada optimalisasi berbagai potensi yang dimiliki manusia yang aktualisasinya mencerminkan harkat dan martabatnya sebagai makhluk Tuhan (Lilik & Mertayasa, 2019).

Dalam ajaran Agama Hindu dikenal dengan tiga kerangka dasar yang sangat diyakini sebagai pedoman hidup umat-Nya, di mana bagian yang satu dengan lainnya saling mengisi menjadi satu kesatuan yang bulat, sehingga dapat dihayati, dan diamalkan untuk mencapai tujuan yang disebut Moksa. Tiga kerangka dasarnya, yaitu: (1) tattwa, (2) susila, dan (3) upacara. Ketiganya secara sistematis merupakan satu kesatuan yang saling memberi fungsi atas sistem agama Hindu secara keseluruhan. Tattwa adalah aspek pengetahuan agama atau ajaran-ajaran agama yang harus dimengerti dan dipahami oleh masyarakat terhadap aktivitas keagamaan yang dilaksanakan. Susila adalah aspek pembentukan sikap keagamaan yang menuju pada sikap dan perilaku yang baik sehingga manusia memiliki kebajikan dan kebijaksanaan, *wiweka jnana*, sedangkan Upacara adalah tata cara pelaksanaan ajaran agama yang diwujudkan dalam tradisi *upacara* sebagai wujud simbolis komunikasi manusia dengan Tuhannya.

Ketiganya tidak dapat berdiri sendiri, tetapi merupakan suatu kesatuan yang harus dimiliki dan dilaksanakan oleh umat Hindu.

Jika filsafat agama saja yang diketahui tanpa melaksanakan ajaran-ajaran susila dan upacara, tidaklah sempurna. Demikian juga jika hanya melaksanakan upacara saja tanpa tanpa dasar-dasar filsafat dan etika, percuma pulalah upacara-upacara itu. Jadi ketiga hal itu tidak dapat dipisah-pisahkan, sebagai halnya kepala, hati, dan kaki yang tak dapat dipisahkan untuk membentuk manusia sempurna. Tattwa sebagai kepala, Susila sebagai hati, dan upacara sebagai tangan kaki agama. Dapat juga diandaikan sebagai sebuah telur; sarinya ialah tattwa, putih telornya sebagai susila, dan kulitnya adalah upacara. Telor ini tidak sempurna dan akan busuk jika salah satu dari bagian tersebut tidak ada atau lengkap.

Di era pandemi yang tak kunjung berakhir ini sangatlah perlu bagi seluruh umat manusia pada umumnya dan umat Hindu khususnya untuk memahami akan pentingnya rasa saling mengasihi antara sesama makhluk hidup. Kehidupan yang harmonis dan damai tentu menjadi impian dan juga harapan bagi semua orang. Dari lingkup yang paling kecil dalam sebuah keluarga hingga lingkup yang lebih besar, yaitu dalam sebuah negara, bahkan di dunia. Kehidupan yang damai tidak mungkin dapat diwujudkan tanpa adanya toleransi yaitu sikap saling menghormati, menghargai, memahami, maupun saling menerima adanya perbedaan yang ada. Karena perbedaan adalah sebuah keniscayaan yang tidak dapat kita hindari.

Susastra Suci Weda mengajarkan tentang sebuah nilai yang dapat kita terapkan dalam kehidupan sehari-hari sebagai upaya mewujudkan kehidupan yang rukun dan damai. Sebuah nilai luhur yang harus dilestarikan dan patut kita tumbuh suburkan dalam sikap hidup keseharian kita. Dalam *Chandhogya Upanishad VI.8.7* tersurat sebuah *Maha Vakya* atau semboyan utama yaitu *Tat Twam Asi* yang merupakan nilai yang sangat luhur, yang dapat kita gunakan sebagai pedoman dalam upaya peningkatan mawas diri sehingga dapat terwujud sebuah kehidupan yang rukun dan damai. *Tat Twam Asi* mengandung arti bahwa 'itu adalah engkau, engkau adalah dia'. Kata

'itu' bermakna sebagai *Brahman* atau Sumber segala kehidupan. Sedangkan kata 'engkau' adalah merupakan *Atman* atau jiwa yang menghidupi semua makhluk. Dengan demikian dapat kita maknai bahwa jiwa yang bersemayam dalam setiap manusia adalah berasal dari sumber yang sama yaitu *Brahman* atau Tuhan sendiri. Ajaran *Tat Twam Asi* merupakan pedoman hidup yang harus diimplementasikan terlebih disaat seperti sekarang ini. *Tat Twam Asi* sebagai landasan dalam membina hubungan yang selaras, seimbang, rukun dan harmonis.

## II. PEMBAHASAN

### 2.1 *Tat Twam Asi* Sebagai Landasan Kesamaan Martabat

*Tat Twam Asi* adalah ajaran kesusilaan tanpa batas yang merupakan filsafat Agama Hindu. Ajaran *Tat Twam Asi* ini dinyatakan identik dengan sila keprimanusiaan dalam **Pancasila**. Dinyatakan pula bahwa jika di cermati secara sungguh – sungguh, konsepsi sila perikemanusiaan dalam pancasila merupakan realisasi dari ajaran *Tat Twam Asi* yang terdapat dalam Kitab Suci Weda. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa mengkhayati dan mengamalkan Ajaran Pancasila sama artinya dengan melaksanakan ajaran Weda, karena maksud yang terkandung dalam *Tat Twam Asi* yakni “Ia adalah kamu, saya adalah kamu dan semua makhluk adalah sama.” Karena itu jika kita menolong orang lain, maka itu berarti bahwa kita menolong diri kita sendiri (*Sudirga dkk., 2004 : 106 – 107*). Selanjutnya dijelaskan pula bahwa *Tat Twam Asi* merupakan ajaran moral yang bernafaskan Agama Hindu, yang wujud nyatanya dapat dilihat dari kehidupan masyarakat sehari – hari, serta perilaku keseharian dari padanya. Ajaran *Tat Twam Asi* dapat dilaksanakan dalam kehidupan sehari – hari secara sungguh – sungguh dan menyeluruh, maka kehidupan masyarakat akan menjadi sangat harmonis, saling menolong, saling menghargai dan saling menghormati, sehingga keadaan umat manusia akan menjadi aman dan damai.

Karena itu ajaran *Tat Twam Asi* perlu dijadikan pedoman dalam melaksanakan hidup sehari – hari.

Sementara menurut Sukartha dkk. ( 2002 : 67 ), *Tat Twam Asi* berasal dari bahasa Sansekerta yang tertuang dalam Chandogya Upanisad. Dijelaskan bahwa kata *Tat* berarti “Itu” atau “Dia” *Twam* Berarti “Engkau” atau “Kamu” dan *Asi* berarti “Adalah” jadi *tat Twam Asi* diartikan menjadi *Dia Adalah Kamu*. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat dari Chandogya Upanisad mengenai *Tat Twam Asi*

*Sa ya eso'nima aitam atmyam  
idam sarwam, tat sasatyam,  
sa atma;tat twam  
asi,svetaketu iti bhuya eva  
ma,bhagavan,vijnapayatv  
iti,tatha,saumya,iti hovaca.*

*Chandogya Upanisad VI.8.7*

Artinya :

*“Yang itu adalah sari paling halus atau akar dari semuanya,seluruh alam semesta menjadikanya sebagai atmanya,itulah kebenaran. Itulah Atman Tat Twam Asi,”Svetaketu. “mohonlah junjunganku, ajarkanlah kepada hamba lebih jauh lagi.” “baik-baiklah anakku” kata beliau*

**Tat Twam Asi** Berarti “**Itu Adalah Kamu**” naskah tersebut menekankan sisi keutuhan dari jiwa manusia, untuk membedakan antara atman yang merupakan inti dengan kejadian- kejadian,dengan apa hal ini sering dikacaukan dan dengan apa hal ini terikat. Dia yang hanya mengerti apa yang ada dalam tubuh dan pikiran,hanya mengerti apa yang mungkin adalah menjadi miliknya, tetapi bukan dirinya sendiri. Ungkapan “**Kamu adalah Aku**” diterapkan pada makhluk yang didalam,antah purusa dan tidak kepada jiwa empiris dengan nama dan

keturunan keluarganya “Apa Aku ini, begitu juga Dia, begitu juga Aku.”

Dijelaskan pula mengenai Jabala Upanisad yang berbunyi “Twam va aham asmi bhagavo devante aham va twam asi” Aku adalah Engkau, wahai Tuhan Yang Maha Agung dan Engkau Adalah Aku. Pernyataan ini menyimpulkan bahwa Tat Twam Asi sebagai penegasan bahwa jaran tuhan adalah sama baiknya pada alam semesta maupun individu. Ini berarti bahwa tuhan yang memiliki Atman Individu sebagai tubuhnya. Asas ketuhanan sama untuk keduanya.

## 2.2 Ajaran Kesamaan Martabat Manusia

Dari uraian diatas jelaslah bahwa Tat Twam Asi Berarti “**Dia itu adalah Kamu**” dengan kata lain dapat diartikan “**Aku adalah kamu**” atau “**Kamu adalah Aku**” dapat pula diartikan bahwa “**Jiwaku adalah Jiwamu**” inilah oleh Puja dijadikan ajaran kesamaan manusia. Atau lebih tepatnya Ajaran Kesamaan Derajat Manusia, Maksudnya bahwa manusia dilahirkan dengan derajat atau martabay yang sama. Karena itu manusia harus saling mencintai, saling menghargai. Cinta kasih antar sesama manusia ciptaan tuhan adalah sangat penting. Asas kesamaan martabat manusia ini perlu dipahami oleh umat manusia khususnya umat hindu. Bahwa kita diciptakan oleh Tuhan dengan derajat dan martabat yang sama.

Penjelasan diatas diharapkan dapat menyadarkan semua umat Hindu, betapa pentingnya menghayati, memahami pengertian dan mengamalkan ajaran Tat Twam Asi. Sebagai ajaran kesamaan martabat manusia, seperti sudah disinggung diatas Tat Twam Asi berarti juga “Jiwaku sama dengan Jiwamu” atau “Jiwamu sama dengan Jiwaku” pernyataan ini barangkali sulit dimengerti. Secara fisik manusia itu memang berbeda. Tetapi atman yang ada pada diri manusia sebagai percikan sinar suci Tuhan Hyang Maha Esa adalah atman yang sama pada orang lain. Tuhan itu satu, Maha Esa. Tetapi percikan sinar sucinya berupa atman ada dimana – mana, ada di semua tubuh manusia, seperti sinar matahari yang menyebar keseluruh jagat raya. Jadi atman yang ada

dalam diriku sama saja dengan atman yang ada dalam dirimu. Karena itu kita ini, umat manusia ini semua sesungguhnya adalah keluarag besar dunia, yang selalu harus hidup rukun, aman tentram dan damai, walaupun ada perbedaan pendapat, perselisihan dan percekocokan itulah pertanda bahwa mereka belum menghayati ajaran Tat Twam Asi, yang pada hakekatnya merupakan pedoman dasar untuk masyarakat Hindu bisa hidup harmonis, tolong menolong, saling menghormati, saling menghargai satu dengan yang lainnya.

## 2.3 Tat Twam Asi Dalam Kitab Suci Weda

Tat Twam Asi pada dasarnya adalah Ajaran Cinta Kasih Terhadap Sesama Makluk Ciptaan Tuhan. Dengan pengertian “Saya adalah Kamu” atau “Kamu adalah Saya,” “Jiwamu adalah Jiwaku” dan “Jiwaku adalah Jiwamu” maka ajaran Tat Twam Asi merupakan ajaran persahabatan dan ajaran persahabatn atau persaudaraan yang harmonis diantara keluarga besar dunia dengan tujuan dapat tercapainya kerukunan dan ketertiban dalam masyarakat. Tat Twam Asi adalah ajaran kesamaan martabat manusia.

Dalam Kitab Suci Weda banyak sekali terkandung nilai – nilai Tat Twam Asi. Diantaranya adalah sebagai berikut :

### 1. Kebijakan atau Kemurahan Hati

Tuhan memberikan petunjuk kepada manusia agar selalu bermurah hati dan suka menolong, disamping dermawan. Orang yang dermawan akan memperoleh kemuliaan

*Ucca divi daksinavanto asthur  
Ye asvadah saha te suryena  
Rgveda X.107.2*

Artinya :

Orang – orang dermawan akan menghuni tempat yang tinggi di sorga.

*Daksinavanto amrtam bhajante  
Daksinavantah pra tiranta ayuh  
Rgveda I.125.6*

Artinya :

Orang – orang yang bermurah hati akan mencapai keabadian Mereka memperpanjang hidupnya

## 2. **Keluhuran Budi :**

Keluhuran budi hanya bisa tercipta dengan perbuatan baik dan mulia. Dengan menolong orang miskin dan membantu dalam pendidikan bagi anak – anak yang tidak mampu, dapat dapat mengembangkan keluhuran budi.

*Daksinaswam daksina gam dadati  
Daksina candram uta yad hirayam  
Daksina annam vanute yo n atma  
Daksinam varama krnute vijanam*

*Rgveda*

*X.107.7*

*Artinya :*

Dana punia sebagai persembahan tulus ikhlas  
Akan memberikan imbalan yang melimpah  
Jiwa kita mengetahui hal itu dengan baik  
Pakailah kemurahan hati sebagai pelindung.

## 3. **Kebijakan Jalan yang Benar**

Manusia hendanya selalu mengikuti jalan yang benar, jalan kebajikan. Siapa saja yang berjalan di jalan yang benar dipastikan akan memperoleh kemakmuran, jasa dan kebajikan. Untuk itu dekatkanlah diri kepada Tuhan agar selalu memperoleh bimbingan Nya. Dengan meyakini jalan kebenaran, maka kebajikanya akan melenyapkan kesusahan.

*Svasti pantham anu carema  
Surya candramasav iva  
Punar dadataghnata  
Janata sam gamemahi*

*Rgveda V.51.15*

*Artinya :*

Mari berjalan pada jalan yang benar

Seperti jalannya matahari dan bulan

Bergaullah dengan orang – orang yang murah hati

Dan orang yang berpengetahuan tinggi.

## 4. **Keserasian Jalan Menuju Kerukunan**

Dengan keserasian hidup, kemakmuran dan persatuan akan dapat dicapai keserasian hendaknya dirintis dalam lingkungan keluarga, kemudian kedalam masyarakat sekitar. Keserasian menjadikan kita hidup rukun dan damai.

*Sam vo manamsi sam vrata*

*Sam akutir namamasi*

*Ami ye vivrata sthana*

*Tan vah dam samayamasi*

*Atharvaveda III.8.5*

*Artinya :*

*Tuhan menyatukan fikiran, tindakan dan gagasan*

*Tuhan mengantarkan penjahat kejalan yang benar*

*Agar semuanya menjadi selaras dan sejahtera*

## 2.4 **Tat Twam Asi Dalam Kitab Manawa Dharmasastra**

Untuk dapat melaksanakan ajaran Tat Twam Asi dengan baik, pengendalian memegang peranan yang sangat penting. Pengendalian dalam hal ini dimaksudkan sebagai usaha untuk membebaskan diri dari masalah – masalah keduniawian. Hanya dengan pengendalian diri kita dapat bersahabat dengan baik dengan siapa saja. Kendalikanlah fikiran, perkataan dan perbuatan itu dengan baik, maka segala keinginan dapat tercapai, terutama dalam memelihara pertemanan dengan sesama.

Kitab Manawa Dharmasastra mengatakan :

*Indrayanam parangsanggena*

*Dosamrccatysamcayam  
Samniyamya tu tnyewa  
Tatah siddhim niyacchati  
Manawa dharmasastra II.93*

Artinya :  
Karena keterikan dengan  
keduaniawian  
Manusia tanpa ragu pasti berbuat  
dosa

Tetapi jika mampu mengendalikan  
diri

Ia akan berhasil dengan segala  
tujuannya

*Indriyasamyamasya sarwe  
purusartha*

*Hekutam darcaiyati*

*Wace krtwendriya gramam*

*Samyamya ca manasthatha*

*Sarwam samsa dhayed artha*

*Na ksinwanyogatastanun*

*Manawa Dharmasastra II.100*

Artinya :

Jika semua indria telah dikendalikan  
Seperti juga fikiran sudah terkendali  
Maka semua yang diinginkan akan  
tercapai

Tanpa perlu melaksanakan yoga

Dalam memelihara persaudaraan dan  
kasih sayang sesama manusia sesuai  
dengan ajaran Tat Twam Asi, maka  
umat manusia perlu menyesuaikan  
perkataan dan fikirannya. Apa yang kita  
fikirkan itu semestinya yang kita  
dikatakan. Dan fikiran itu tentunya  
hanya mengenai hal – hal yang baik –  
baik saja. Hanya dengan demikian  
kita dapat memelihara persaudaraan  
kita itu dengan baik.

Yang dijelaskan dalam Manawa  
Dharmasastra

*Wayasah karmano'rthasya*

*Crutasyabhijanasya ca*

*Wesawag buddhi sarupyam*

*Acaran wicarediha*

*Manawa Dharmasastra IV.18*

Artinya :

Berjalan Didunia ini hendaknya  
menyesuaikan

Pakaian, kata – kata, serta fikiran  
agar sesuai

Sesuai dengan kedudukan dan  
kekayaanya

Sesuai pelajaran suci dan  
kewangsaanya

## 2.5 Tat Twam Asi Dalam Kitab Sarasmucaya

Seperti dalam kitab – kitab Suci Hindu  
lainya, dalam Kitab Sarasmucayapun dapat  
ditemukan adanya Sloka – Sloka yang pada  
hakekatnya mendukung pelaksanaan ajaran  
Tat Twam Asi.

### 1. Jangan Menyimpang Dari Ajaran Dharma

Terhadap semua orang yang  
sesungguhnya adalah saudara kita juga,  
hendaknya kita tidak berfikir, berkata  
ataupun berbuat yang tidak baik, apalagi  
yang dapat menyakiti atau menyebabkan  
kesusahan dan sakit hati orang lain.  
Dinyatakan pula bahwa orang yang jujur  
dan selalu berkata benar akan berhasil  
mengendalikan keinginannya. Selalu  
melaksanakan ajaran Dharma. Hal  
ini dinyatakan dalam Sloka-Sloka

*Sloka 41*

*Na tata parasya sandadhayat*

*Pratikulam yadatmanah*

*Esa samksepato dharmam*

*Kamadanyat prawartate*

Artinya :

Berbuatan.kata-kata dan fikiran yang tak  
enak

Bahklan menimbulkan kesusahan dan  
sakit hati

Yang seperti itu jangan dilakukan kepada  
orang lain

Itulah dharama namanya, jangan  
menyimpang

*Sloka 42*

*Ye tu cista suniyatah*

*Satyarjawaparanah*

*Dharmyam panthamarudhas*

*Tesam prttam samacara*

Artinya :

Orang bijaksana, jujur, berkata-kata benar  
Berhasil mengalahkan hawa napsunya  
Tulus ikhlas lahir batin, dharmalah  
magnanya  
Jika dapat mengikutinya itulah dharma  
prawrtti

## 2. Kendalikan pikiran, perkataan dan perbuatan

Untuk berfikir, berkata dan berbuat baik terhadap semua manusia yang sebenarnya merupakan saudara kita juga, maka kita perlu melaksanakan pengendalian diri. Meliputi sepuluh pengendalian indria, tiga pengendalian fikiran, empat pengendalian perkataan, dan tiga pengendalian fikiran. Tiga pengendalian fikiran meliputi tidak menginginkan dan dengki atas milik orang lain, tidak marah kepada semua makhluk, percaya atas kebenaran ajaran Karma Phala. Sedangkan empat pengendalian perkataan mencakup tidak boleh berkata jahat, tidak boleh berkata kasar atau menghardik, tidak boleh memfitnah dan tidak boleh berbohong. Membunuh, mencuri dan berzina adalah tiga perbuatan yang tidak patut dilakukan. Sloka – Sloka dibawah ini menyatakan :

Sloka 73

*Mansa triwidham caiwa  
Waca caiwa caturwinham  
Kayena triwidham capi  
Dacakarma pathaccaret*

Artinya :

Sepuluh pengendalian indria harus dijalankan  
Pengendalian fikiran tiga banyaknya  
Pengendalian perkataan empat banyaknya  
Pengendalian perbuatan tiga banyaknya

Sloka 77

*Kayena manasa waca  
Yad abhiksanam nisewyate  
Tadewapaharatyenam tasmata  
Kalyanam acaret*

Artinya :

Inilah yang menyebabkan orang dikenal  
Pikiranya, tingkahlakunya, dan ucapannya  
Hal itulah yang perlu diperhatikan  
manusia  
Biasakan berfikir, berbuat dan berkata  
yang baik

## 3. Tinggalkan Sifat Dengki dan Irihati

Yang perlu dilakukan dalam menjaga hubungan kita tidak boleh dengki, irihati dan menginginkan milik orang lain. Sebab ini merupakan sifat yang harus dibuang jauh – jauh. Yang perlu dilakukan adalah menjaga cinta kasih kepada semua makhluk, disamping perlu juga menjaga pengendalian diri agar tidak melanggar larangan Ajaran Agama.

Sloka 88

Dalam sloka dibawah ini dijelaskan :

*Abhidhyaluh paraswesu neha  
Namuutra nandati  
Tasmadabhidhya santyajya  
Sarwadabhipsata sukhama*

Artinya :

Dengki dan menginginkan milik orang lain  
Orang demikian tidak akan mendapatkan kebahagiaan  
Tinggalkan sifat – sifat buruk seperti itu  
Jika menginginkan kebahagiaan abadi

Sloka 89

*Sada samahitam citta nara  
Bhutesu dharayet  
Nabhidhyayenne sprhayenna  
Baddham cintayed asat*

Artinya :

Inilah yang patut diperbuat orang  
Cinta kasih kepada semua makhluk  
Jangan dengki dan menginginkan barang orang  
Jangan berangan – angan buruk seperti itu

## 4. Kesabaran Adalah Kekayaan Yang Utama

Dalam membina hubungan dengan siapapun, maka kesabaran adalah yang

paling utama. Dengan hati yang sabar maka kemarahan dan pertengkaran akan dapat dihindarkan. Sloka – Sloka dibawah ini menyatakan :

Sloka 93

*Natah crimatta kincidayat  
Pathyatara tatha  
Prabhawisnorytha tata ksama  
Sarwatra sarpwada*

Artinya :

Kesabaran itu kekayaan yang paling utama  
Bagi orang mampu mengatasi nafsu  
Tidak ada yang melebihi kemulianya  
Sebagai landasan tercapainya keinginan

Sloka 95

*Yah samutpatitam krodham  
Ksamaya iwa nirasyati  
Yathoragastwacam jirnam sa  
Wai purusa ucyate*

Artinya :

Jika ada yang meninggalkan kemarahan  
Yang dilandasi hati yang sabar  
Itulah orang yang berbudi luhur  
Yang patut disebut manusia sejati

## 2.6 Tat Twam Asi Dalam Kitab Slokantara

Kitab Slokantara juga berisi nilai – nilai bagaimana sebaiknya manusia harus bersikap untuk menciptakan rasa kasih sayang terhadap sesama. Tat Twam Asi sebagai ajaran kesamaan manusia menyatakan bahwa semua umat manusia itu pada dasarnya adalah bersaudara, karena semua atman kita bersumber dari satu, sumber yang sama yakni Tuhan Yang Maha Esa. Berikut ini adalah beberapa sloka Kitab Slokantara :

### 1. Kebenaran Kewajiban Suci Tertinggi :

Menciptakan rasa kasih sayang kepada sesama manusia, tentu harus didasarkan kepada Ajaran Dharma atau Ajaran Agama. Diantara berbagai ajaran Dharma, maka

kebenaran ( satya ) menempati posisi yang tertinggi. Tidak ada yang menyamai ketinggian kebenaran. Kebenaran adalah yang paling utama, seperti dinyatakan dalam Kitab Slokantara :

Sloka I

*Brahmano wa manusyanam  
Adutyo wapi tejasam  
Siro wa sarwagatresu  
Dharmesu satyam uttamam*

Artinya :

Seperti Brahmana diantara manusia  
Matahari diantara sumber cahaya  
Kepala diantara anggota badan  
Demikianlah kebenaran paling utama

### 2. Kebenaran Sumber Menuju Kesempurnaan Hidup

Ajaran Dharma juga menyatakan bahwa kebenaran adalah hukum hidup manusia. Karena itu kebenaran dikatakan sebagai sumber dan jalan menuju kesempurnaan hidup. Kembalikanlah kekuatan anda dibawah kekuasaan kebenaran. Simaklah Sloka Kitab slokantara berikut :

Sloka 3

*Nasti satyat paro dharmo  
Nanrtat patakam param  
Triloke ca hi dharma syat  
Tasmat satyam na lopayet*

Artinya :

Tiada dharma yang lebih tinggi dari kebenaran  
Tiada dosa yang lebih rendah dari dusta  
Dharma harus dilaksanakan  
Kebenaran hendaknya tidak dilanggar.

### 3. Hanya Kebenaran Yang Langgeng

kasih sayang itu? didunia ini sesungguhnya tidak ada. Mengapa kebenaran menjadi landasan untuk mencapai yang langgeng kecuali kebenaran. Kekayaan tidak langgeng, keremajaan dan cinta kasihpun tidak kekal. Yang kekal adalah perbuatan atau karma

yang baik dan yang buruk karena itu manusia hendaknya selalu berpegang kepada kesusilaan atau perbuatan yang baik, berpegang kepada kebenaran itu. Kitab Slokantara menyatakan. Kitab Slokantara menyatakan:

Sloka 4

*Anityam yauwanam  
Rupamanityo drawyasamcayah  
Anityah priyasamyogastasmad  
Dharmam samacaret*

Artinya :

Keremajaan dan Kecantikan itu tidak kekal  
Kekayaan itu juga tidak langgeng  
Hubungan dengan kekasihpun tidak kekal  
Carilah kebenaran karena itulah yang langgeng

#### 4. Berusahalah Berbuat Baik :

Untuk memelihara persaudaraan dan perhabatan dalam pengertian saling menghargai, saling menghormati dan saling menolong, sesuai ajaran Kesamaan, manusia hendaknya menghindarkan diri dari perbuatan yang tidak baik, dari perilaku yang mengantarkannya ke Neraka. Semua manusi hendaknya harus berbuat baik untuk mengantarkan ke Sorga. Perhatikanlah Sloka Kitab Slokantara sebagai berikut :

Sloka 5

*Trnakusamuditanam kancanaih mrganam  
Phalatarumuditanam ratnabhirwanaram  
Asurabhimmuditanam naranamtu priyam  
taswisesam*

Artinya :

Kijang perlu rumput muda, bukan emas  
Kera perlu buah-buahan, bukan mutiara  
Babi perlu makanan busuk, bukan bunga  
Bagi manusia berbuat baiklah yang utama

Sloka 16

*Gawasananam sa girah sronoti  
Aham tu rajam muninam sronomi*

*Pratyaksamentad bhawatapi drestham  
Samsargaja dosaguna bhawanti*

Artinya :

Dia dengar nasehat pemakan daging sapi  
Hamba mendengarkan nasehat orang suci  
Baik atau buruk sifat kelakuan manusia  
Jelas ditentukan oleh pergaulanya

Sloka XIII.1

*Muhurtamapi jivecca  
Narah suklena karmana  
Na kalpamapi kastena  
Loka dvaya virodhina*

Artinya :

Walau menikmati hidup hanya sesaat  
Tetapi kalau dipakai untuk berbuat baik  
Itu masih lebih baik dari pada  
Hidup lama tetapi menderita terus

## 2.7 Tat Twam Asi Dalam Kitab Niti Sastra

Mencari nilai – nilai kasih sayang ajaran Tat Twam Asi dalam Kitab-Kitab Suci Agama Hindu tidaklah sulit. Semua kitab Suci Hindu pada hakekatnya adalah sumber ajaran kasih sayang, sumber ajaran kesamaan manusia dan sumber ajaran persamaan derajat. Kitab Niti Sastra dibawah ini juga mengandung nilai-nilai ajaran persamaan derajat yaitu :

### 1. Janganlah Iri Hati

Disebutkan dalam Sloka Kitab Niti Sastra

Sloka V.6

*Mukhanam pandita dvesya  
Adhananam mahadhanah  
Durbhaganam ca subhagah  
Kulatanam ulanganah*

Artinya :

Orang bodoh irihati kepada orang bijaksana  
Orang miskin irihati kepada orang kaya  
Janda irihati kepada wanita yang ad suaminya  
Wanita jahat irihati kepada wanita berbudi luhur

## 2. Sebelum Berbuat Fikirkanlah Akibatnya

Berbicara atau berbuat kepada atau dengan saudara dan siapapun jugamemang tidak sulit, tetapi jangalah berbuat dan berbicara sembarangan. Fikirkanlah dulu dengan baik apa akibat dari yang akan dibuat atau dibicarakan. Kitab Niti Sastra dibawah ini menyatakan :

Sloka X.2

*Dr̥siputam nyasetpadam  
Vastra putam pibejjalam  
Sastra putam vaded vakyam  
Manah putam samacaret*

Artinya :

Lihat dulu dengan teliti baru berjalan  
Jika minum air, saringlah dulu  
Mengerti dulu Kitab Suci, baru bicara  
Fikirkan dulu matang – matang baru berbuat

## 3. Perbanyaknyalah Perbuatan Dharma dan Kebenaran

Sebagai manusia yang memahami Asas Kesamaan, kita harus selalu mengikuti ajaran Agama dengan berpegang kepada kebenaran. Manusia itu umurnya pendek, karena itu berbuat baiklah selalu sebagai bekal untuk menuju kematian. Demikain dinyatakan dalam Sloka Kitab Niti Sastra dibawah ini :

Sloka XII.12

*Anityani sarirani  
Vibhavo naiva sasvatah  
Nityam sannihito mrtyuh  
Kartavyo dharma samgrahah*

Artinya :

Badan ini tidak kekal  
Kekayaan juga tidak kekal  
Seangkan kematian amat dekat  
Perbanyaklah kegiatan Dharma / Kebenaran

## 4. Kendalikanlah Pikiran :

Kalau kita ingin bersahabat atau bersudara dengan baik untuk dapat mengikuti Ajaran Kesamaan atau Tat Twam Asi, maka kendalikanlah pikiran itu, sedab fikiran dapat menyebabkan orang menjadi baik atau sengsara. Pikiran dapat Mengakibatkan orang terikat akan sesuatu. Sebaliknya jika pikiran tidak terikat dengan keduniawian, maka moksa atau pembebasan adalah Phalanya.dinyatakan dalam Kitab Niti Sastra berikut ini :

Sloka XIII.12

*Bandhaya visayad sanggo  
Muktau nirvisayam manah  
Mukatu nirvisayam manah  
Mana eva manusyanam  
Karanam bandha moksayoh*

Artinya :

Pikiran terikat kepuasan penyebab keterikatan  
Pikiran tak terikat kepuasan penyebab pembebasan  
Pikiranlah menyebabkan manusi itu terikat  
Pikiran pula menyebabkan mencapai pembebasan

Sloka XIII.18

*Karmayattam phalam pumsam  
Buddhih karmanusarini  
Tathapi sudhisycaryah  
Suvicaryaiva kurvate*

Artinya :

Orang menikmati hasil dari perbuatannya  
Kecerdasan diperoleh dari perbuatan terdahulu  
Karena itulah para acarya atau guru – guru suci  
Melakukan Sesutu setelah difikir matang – matang

Sloka XIV.12

*Sa jivati guna yasya*

*Yasyah dharmah sa jivati  
Guna dharma vihinsya  
Jivitam nisprayojanam*

Artinya :

Yang memiliki sifat baik, dia hidup  
Yang melaksanakan ajaran Dharma,  
dia hidup  
Yang tidak memiliki sifat baik, tidak  
bertindak  
Berdasarkan dharma, hidup tidak  
berguna

## 2.8 Tat Twam Asi Sebagai Pedoman Dalam Upaya Peningkatan Mawas Diri

Seperti yang telah dijabarkan diberbagai kitab suci agama Hindu, peran Tat Twam Asi sangatlah penting bagi kehidupan yang harmonis dan damai. Dari lingkup yang paling kecil dalam sebuah keluarga hingga lingkup yang lebih besar, yaitu dalam sebuah negara, bahkan di dunia. Kehidupan yang damai tidak mungkin dapat diwujudkan tanpa adanya toleransi yaitu sikap saling menghormati, menghargai, memahami, maupun saling menerima adanya perbedaan yang ada. Karena perbedaan adalah sebuah keniscayaan yang tidak dapat kita hindari.

Susastra Suci Weda mengajarkan tentang sebuah nilai yang dapat kita terapkan dalam kehidupan sehari-hari sebagai upaya mewujudkan kehidupan yang rukun dan damai. Sebuah nilai luhur yang harus dilestarikan dan patut kita tumbuh suburkan dalam sikap hidup keseharian kita.

Dalam *Chandhogyia Upanishad VI.8.7* tersurat sebuah *Maha Vakya* atau semboyan utama yaitu *Tat Twam Asi* yang merupakan nilai yang sangat luhur, yang dapat kita gunakan sebagai pedoman dalam membangun sebuah kehidupan yang rukun dan damai. *Tat Twam Asi* mengandung arti bahwa 'itu adalah engkau, engkau adalah dia'. Kata 'itu' bermakna sebagai *Brahman* atau Sumber segala kehidupan. Sedangkan kata 'engkau' adalah merupakan *Atman* atau jiwa yang menghidupi semua makhluk. Dengan demikian dapat kita maknai bahwa jiwa yang bersemayam dalam setiap manusia adalah

berasal dari sumber yang sama yaitu *Brahman* atau Tuhan sendiri.

Ajaran *Tat Twam Asi* merupakan dasar dari Tata Susila Hindu di dalam usaha untuk mencapai perbaikan moral. Susila adalah tingkah laku yang baik dan mulia untuk membina hubungan yang selaras dan seimbang serta rukun di antara sesama.

Sebagai landasan dalam membina hubungan yang selaras, maka kita dapat mengimplementasikan ajaran *Tat Twam Asi* ini dengan dengan beberapa cara: 1) Melakukan perbuatan yang sesuai dengan ajaran agama maupun norma yang berlaku dalam masyarakat yang timbul dari hati kita sendiri (bukan merupakan paksaan). 2) Bertanggung jawab atas segala tindakan yang kita lakukan. 3) Lebih mendahulukan kepentingan bersama dari pada kepentingan pribadi.

## III. KESIMPULAN

*Tat Twam Asi* adalah ajaran kesusilaan tanpa batas yang merupakan filsafat Agama Hindu. Ajaran *Tat twam Asi* ini dinyatakan identik dengan sila keprimusiaan dalam **Pancasila**. Dinyatakan pula bahwa jika di cermati secara sungguh – sungguh, konsepsi sila perikemanusiaan dalam pancasila merupakan realisasi dari ajaran *Tat Twam Asi* yang terdapat dalam Kitab Suci Weda. Pentingnya ajaran *Tat Twam Asi* dalam kehidupan bermasyarakat, yaitu untuk menjaga hubungan antar saudara, keluarga dan lingkungan masyarakat. Betapa pentingnya Ajaran *Tat Twam Asi* dalam kehidupan kita untuk mencapai keharmonisan serta kedamaian

Kebahagiaan sejati adalah kebahagiaan yang sesuai hati nurani. Jadi berbahagialah orang yang mempunyai Suputra, karena putra yang berbudi luhur lebih mulia dari pada melaksanakan 100 yajna. Selalu mengingatkan diri kita agar menjadi orang waras, menghindari kejahatan dan meningkatkan kesadaran diri pribadi menjadi manusia yang selalu melaksanakan subha karma agar memperoleh kehidupan yang baik. Dan menghindari amarah karena amarah sungguh hina derajatnya, sangat merugikan

diri sendiri, patut diatasi dengan pengendalian diri sebaik-baiknya, serta dengan menerapkan konsep kasih sayang sedalam-dalamnya ( *tat twam asi* ).Utamakanlah kejujuran dan berbahagialah selalu. Ingatlah bahwa jujur ( *Arjawa* ) adalah salah satu tuntunan susila untuk hidup bahagia, termasuk dalam Dasa Yama Bratha ( 10 macam pengendalian diri ) dan, kesabaran ini sangat perlu dicermati , dihayati dan diterapkan sebagaimana mestinya sehingga menjadi salah satu sifat unggulan yang akan mempengaruhi untuk mencapai kebahagiaan hidup.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Lilik, & Mertayasa, I. K. (2019). Esensi Tri Hita Karana Perspektif Pendidikan Agama Hindu. *Bawi Ayah: Jurnal Pendidikan Agama Dan Budaya Hindu*, 10(2), 60–80.
- Mertayasa, I. K. (2020b). *Tat Twam Asi : Landasan Moral Untuk Saling Asah , Asih Dan Asuh*. In *Beragama Dalam Damai* (pp. 85–100). Jayapangus Press Books.