



E-ISSN: 2722-8576

E-ISSN: 1978-7014

SPHATIKA: JURNAL TEOLOGI

UNIVERSITAS HINDU NEGERI
I GUSTI BAGUS SUGRIWA DENPASAR
VOLUME 12 NOMOR 1, MARET 2021

KONSEP KETUHANAN DALAM UPANIŞAD

I Made Pasek Subawa¹

¹Universitas Hindu Negeri I Gusti Bagus Sugriwa Denpasar

¹imadepaseksubawa@gmail.com

Keywords:

*divinity; sadhana;
upanişad*

Abstract

The teachings of divinity in the upanişads position God as a concept that is personified into various forms of attributes according to the use it has. This shows that God exists and has a duty and function in life. In this situation, a divine identity will emerge, which depends so much on the function it has and depends on how people believe in it, even though in fact God is singular. Man himself is one part in which there is a cause of life which is the smallest part of God, namely the atma. With this atma, humans can actually connect themselves transcendently with God. This can be done if you are able to carry out sadhana diligently and sincerely.

Kata kunci:

Ke-Tuhan-an;
sadhana; upanişad

Abstrak

Ajaran ke-Tuhan-an dalam upanişad memosisikan Tuhan sebagai konsep yang terpersonifikasikan ke dalam berbagai bentuk sifat sesuai dengan guna yang dimilikinya. Hal ini menunjukkan bahwa Tuhan mengada memiliki tugas dan fungsinya dalam kehidupan. Dalam keadaan tersebut akan memunculkan identitas ke-Tuhan-an yang begitu banyak tergantung dari fungsi yang dimilikinya dan tergantung dari bagaimana orang meyakini, walaupun sesungguhnya Tuhan itu adalah tunggal adanya. Manusia sendiri merupakan salah satu bagian yang di dalamnya terdapat penyebab hidup yang merupakan bagian terkecil dari Tuhan, yaitu atma. Dengan adanya atma inilah manusia sesungguhnya dapat menghubungkan diri secara transendensi dengan Tuhan. Hal ini dapat dilakukan bilamana mampu melaksanakan sadhana dengan tekun dan sungguh-sungguh.

PENDAHULUAN

Istilah upaniṣad diambil dari kata *upa* (dekat), *ni* (di bawah), *sad* (duduk); jadi duduk di bawah dan di dekatnya. Sekelompok *śiṣya* (murid) duduk dekat sang guru untuk mempelajari ajaran upaniṣad, mengkaji masalah yang paling hakiki dan menyampaikan kepada para *śiṣya* di dekat mereka. Menurut Śrī Śaṅkara kata upaniṣad diambil dari kata *sad*, melepaskan, mencapai atau menghancurkan dengan *upa* dan *ni* sebagai awalan dan *kvip* sebagai akhiran. Bila pendapatnya diterima maka upaniṣad berarti pengetahuan tentang *brahman* yang mana kebodohan dihilangkan atau dihancurkan. Perbedaan asal kata sama-sama mengartikan bahwa upaniṣad memberikan kepada kita pandangan rohani dan juga falsafah. Ada suatu inti kepastian yang pada dasarnya tidak bisa disampaikan atau dijelaskan kecuali melalui jalan hidup. Hanya dengan usaha individu yang sangat keras seseorang dapat mencapai kebenaran (Titib, 1996).

Sebagai bagian dari *veda*, upaniṣad termasuk dalam *śruti* atau susastra yang diwahyukan. Susastra ini sifatnya kekal atau *sanātana*. Kebenaran-kebenarannya dikatakan dikeluarkan dari nafas Tuhan atau merupakan visi dari orang-orang suci. Susastra ini adalah wejangan para *ṛṣi* yang mengatakan secara penuh pengalaman rohani mereka. Susastra ini dihasilkan bukan oleh indra biasa, kesimpulan pikiran ataupun refleksi, tetapi terlihat oleh para *ṛṣi* sama seperti kita melihat, tetapi tidak bisa menyimpulkan kekayaan warna dari langit musim panas. Para orang suci ini mempunyai mata rohani sebagaimana pula kita mempunyai penglihatan untuk memahami hal yang bersifat badaniah. Para *ṛṣi* ini memiliki “visi langsung” atau seperti kata Yāska: *sākṣāt-kṛta-dharmāṇah*, dan catatan pengalaman-pengalaman mereka biasanya dianggap kenyataan bagi setiap falsafah keagamaan. Kebenaran yang mereka lihat bukanlah semacam laporan introspeksi yang sangat subyektif. Para *ṛṣi* ini menyatakan bahwa pengetahuan yang beliau sampaikan bukanlah sesuatu yang mereka dapatkan untuk diri mereka sendiri. Melainkan untuk disebarluaskan untuk pengetahuan kepada umat manusia.

Upaniṣad merupakan bagian yang menyimpulkan dari *veda* dan kronologis upaniṣad diturunkan pada akhir zaman *veda*. Karena upaniṣad mengandung pembicaraan falsafah yang sulit maka para *śiṣya* memperoleh pengetahuan ini pada akhir masa belajarnya. Bila kita mengucapkan *veda-veda* pada saat upacara agama maka akhir dari upacara ini biasanya diambil dari upaniṣad. Sebab pokok mengapa upaniṣad

dianggap sebagai akhir adalah karena upaniṣad merupakan tujuan pokok dan arti dari ajaran *veda* (Donder, 2015).

Sloka-sloka yang terdapat dalam upaniṣad menceritakan kepada kita tentang kehidupan jiwa yang adalah sama hari kemarin, sekarang dan selamanya. Tetapi pengertian kita tentang kehidupan jiwa, dan lambang-lambang dengan apa kita mengutarakannya telah berubah bersamaan dengan waktu. Semua sistem pemikiran India-kuno menerima otoritas *veda*, tetapi memberikan tafsiran yang berbeda-beda. Kembang rampai tafsiran ini dimungkinkan karena upaniṣad bukanlah hasil daya pikir satu orang atau satu aliran yang mengikuti satu tradisi.

Upaniṣad ini merupakan ajaran dari para *rṣi* yang tertarik akan aspek falsafah yang berbeda-beda, dan karena itu memberikan pemecahan yang berbeda dalam penekanannya. Ada semacam keseimbangan dalam pikiran para *rṣi* yang kemudian dimanfaatkan dalam pengembangan falsafah yang berbeda. Dari khazanah pandangan dan spekulasi berpikir dari beliau-beliau ini, para pemikir berikutnya menggunakan dan mengembangkan sistem falsafah mereka yang merupakan saringan dari induknya. Walaupun upaniṣad tidak dapat menjadi sistem metafisika yang koheren, susastra ini memberikan kepada kita beberapa ajaran dasar yang dapat kita anggap sebagai ajaran-ajaran yang paling pokok dari upaniṣad yang tertua.

Ajaran-ajaran dalam upaniṣad memberikan sebuah refleksi bahwa sloka-sloka yang dirumuskan oleh para *rṣi* merupakan pengungkapan atas rahasia alam semesta yang mesti diketahui oleh manusia. Rahasya inilah yang sesungguhnya perlu diungkap dan dilakukan sebuah analisis untuk dapat diperoleh sebuah makna yang terkandung di dalamnya. Di dalam upaniṣad yang khususnya dalam kajian makalah ini memfokuskan kepada 18 jenis upaniṣad, akan mengkaji aspek-aspek teologis baik dari dimensi ke-Tuhan-an, atman, moksa (kelepasan, dan *sadhana* dalam pencapaian masing-masing jalan tersebut.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode penelitian kepustakaan, teologi Hindu sebagai landasan dalam konsep ketuhanan dalam *Upaniṣad*. Pengumpulan data dilakukan dengan mempelajari kepustakaan terkait yang memunculkan konsep ketuhanan dan teologi. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis isi. Analisis data dapat dilakukan melalui tahapan *display* data, reduksi data, verifikasi data, dan penarikan kesimpulan.

PEMBAHASAN

1. Identitas Tuhan dalam Upaniṣad

Identitas ke-Tuhan-an dalam ajaran upaniṣad sesungguhnya memosisikan Tuhan dalam konteks yang abstrak dan memiliki sifat. Abstrak yang dimaksud di sini bukan berarti tidak ada, akan tetapi adalah *neti-neti* (bukan ini bukan itu), Tuhan dalam keadaan tersebut diyakini ada sebagai yang ilahi dan sumber dari segala sumber yang tidak terbayangkan. Sedangkan dalam arti sifat, sesungguhnya karakteristik ke-Tuhan-an itu telah masuk ke dalam spesifikasi yang memiliki tugas dan fungsinya masing-masing. Sehingga dalam konteks memahami ajaran Ke-Tuhan-an dalam upaniṣad sudah tentu kita harus menganalisis sloka-sloka sebagai bahan acuan tekstual untuk memahami Tuhan itu sendiri.

Analisis tentang identitas Tuhan sebaiknya dimulai dari unsur yang bersifat abstrak ke sifat yang kongkret, di mana menurut Donder (2009) ajaran Teologi Hindu sesungguhnya menempatkan Tuhan sebagai awal, tengah, dan akhir yang selalu meliputi setiap gerak mahluk dan alam semesta, oleh karena itu, Tuhan harus dipahami secara *Nirguna*, *Nir-Saguna*, dan *Saguna*. *Nirguna* artinya Tuhan yang abstrak dan belum memiliki sifat, *Nir-Saguna* artinya Tuhan yang abstrak namun diberikan identitas simbol namun belum kongkret (*Acintya*) dan *Saguna*, artinya Tuhan yang sudah memiliki sifat dan diberikan simbol (*nyasa*) sesuai dengan tugas dan fungsinya. Jadi apa yang dijelaskan Donder tersebut menekankan bahwa Tuhan secara strukturasi diposisikan sebagai sebuah pola yang terstruktur dan berjenjang sesuai dengan tingkat kesadaran manusia dalam memahami Tuhan itu sendiri.

Dalam konsep *Nirguna*, sesungguhnya Tuhan bukanlah tidak memiliki nama, akan tetapi sesungguhnya dalam sloka-sloka Upaniṣad disebutkan identitas Tuhan sebagai “TAT” yang memiliki pengertian “ITU”. Seperti yang disebutkan dalam pustaka Paingala Upaniṣad III. 2 sebagai berikut.

Sa hovāca yājñavalkyas tat tvam asi, tvam tad asi, tvam brahmāspadam brahmāsmity anusandhānam kuryāt,...

Terjemahannya:

Yājñavalkya menjawab: Seseorang semestinya *samādhi* dengan pikiran “Itu adalah Engkau, Engkau adalah tempat *brahman*, aku adalah *brahman*”.

Uraian sloka tersebut di atas menunjukkan bahwa yang dimaksud dengan kata “itu” adalah sebagai awal atas kepribadian Tuhan yang tidak bisa dimengerti, abstrak,

yang mempunyai sifat-sifat maha tahu, memiliki kekuatan *maya*, kesadaran dan sukacita (*ānanda*) dan sumber dari alam semesta yang tidak bisa dikatakan dibandingkan dengan apapun dan berada di atas segala-galanya. Sedangkan kata “*engkau*” adalah yang dipengaruhi oleh indriya yang di dalam, yang ditopang oleh gagasan “ke-Aku-an”. Sehingga dengan melepaskan kekuatan *maya* dan kebodohan yang membungkus (keduanya) yaitu Yang Maha Tinggi dan *jiva* individu, apa yang diartikan oleh “*itu*” dan “*engkau*” menjadi *brahman* yang tiada berbeda dari *ātman*.

Identitas Tuhan sebagai maha segalanya yang merujuk pada ‘ITU’ sebagai konsep mendengar atau *śabda*. Perhatian khusus terhadap arti dari apa yang didengar adalah suatu refleksi. Pemusatan dari pikiran dengan perhatian penuh kepada satu objek yang diperoleh melalui pandangan dan refleksi oleh para yogi adalah melalui *samādhi*. Oleh karena itu, “*itu*” sebagai sumber ke-Tuhan-an yang merefleksikan bahwa Tuhan ada dalam setiap unsur di alam semesta ini sesungguhnya merupakan penggambaran yang diwujudkan oleh para *Rsi* untuk lebih mudah dalam memberikan tuntunan kepada murid-muridnya. Dengan unsur awal “*TAT*” kemudian digambarkan selanjutnya dalam *svarūpa*-Nya atau sifat dasar-Nya dikatakan sebagai *sat* atau wujud, *cit* atau kesadaran dan *ānanda* atau sukacita.

Munculnya pengaruh *sat*, *cit*, dan *ānanda* sebagai wujud awal dalam bentuk kemanunggalan-Nya yang tidak berbeda, maka dalam konteks ini Tuhan telah memunculkan daya kreatif terhadap alam sebagai sebuah keberadaan-Nya. Sehingga yang Mutlak telah bergerak keluar dari keanggunan awal-Nya (*Nirguna/TAT*) dan menjadi keinginan-pengetahuan (*Saguna*). Adanya proses tersebut merupakan azas yang menentukan semua gerak (kerjanya) sebagai Penguasa dan Pencipta. Sedangkan yang mutlak (*Nirguna*) adalah secara potensial tanpa ruang dan tanpa waktu, dan Tuhan diposisikan adalah kesadaran diri yang agung, yang memahami semua kemungkinan.

Dengan memahami Tuhan dalam konsep *Nirguna* sebagai *TAT/itu* yang *neti-neti* dan kemudian berpengaruh pada gerak *sat*, *cit*, dan *ānanda*, maka selanjutnya gerak itu memunculkan sebuah penggambaran sebagai *Nir-Saguna* yang tentunya juga masih abstrak namun sudah berwujud yang dipersonifikasikan ke dalam bentuk simbolisasi *Acintya*. Secara pemaknaan “*A*” artinya tidak, dan “*Cintya*” artinya pikiran, sehingga *Acintya* artinya tidak terpikirkan. Namun, tidak terpikirkan tersebut telah diberikan sebuah simbol abstrak “*OM*”, oleh karena itu, simbolisasi “*OM*” sendiri tidak dikategorikan sebagai *Nirguna* dan *Saguna*, istilah itu berada antara, sehingga dimasukkan ke dalam konsep *Nir-Saguna*.

Adanya konsep transformasi unsur Ke-Tuhan-an dalam siklus teologis dalam pustaka Upaniṣad tersebut di atas telah memberikan gambaran terhadap bagaimana sesungguhnya posisi Tuhan dalam alam semesta sebagai yang mutlak, sehingga selanjutnya lebih mudah dapat dipahami dalam siklus penciptaan sesuai konteks *Saguna*. Identitas Tuhan dalam posisi *saguna* sesungguhnya sudah terspesifikasikan ke dalam kategori tersendiri sesuai dengan tugas dan fungsinya. Namun, dalam pustaka upaniṣad unsur *saguna* sebagai penciptaan awal istilah Tuhan itu adalah *Brahman*. *Brahman* berasal dari akar kata “*br̥h*” yang artinya ‘berkembang, timbul ke mana-mana’. Menurut Śrī Śaṅkara, *brahman* berasal dari akar kata *br̥hati*, melampaui, *atiśayana*, yang artinya keabadian, murni. Menurut Madhva, *brahman* adalah wujud di mana seluruh sifatnya ada dalam kesempurnaan, *br̥hanto hy asmin guṇāḥ*.

Kemahakuasaan Tuhan sebagai *Brahman* secara jelas dituangkan dalam pustaka upaniṣad terutama dalam Chandogya Upaniṣad. III.14.1 sebagai berikut.

sarvam khalv idam̐ brahma, tajjalān iti, śānta upāsita; atha khalu kratumayaḥ puruṣaḥ, yathā-kratur asminl loke puruṣo bhavati tathetaḥ pretya bhavati, sa kratum̐ kurvita.

Terjemahannya:

Sesungguhnya seluruh jagat ini adalah *brahman*, dari mana dia datang ke mana-mana, tanpa siapa dia akan dihancurkan dan dimana dia bernafas. Dalam ketenangan seseorang semestinya *samādhi* atas hal ini. Sekarang sesungguhnya seseorang berada di dunia karena suatu tujuan. Sesuai dengan tujuan yang dimiliki seseorang dalam dunia ini, demikian juga dia meninggalkannya Karena itu biarkanlah seseorang merangkai tujuan untuk dirinya.

Kutipan sloka tersebut di atas jelas menunjukkan bahwa *Brahman* meliputi seluruh alam semesta ini. Oleh karena itu, *Brahman* sebagai sesensi yang tertinggi merupakan unsur penciptaan awal dari alam semesta ini. Tidak ada yang mendahului *Brahman* dalam penciptaan, sehingga dalam pustaka Upaniṣad ini, *Brahman* dikategorikan sebagai dewa tertinggi yang mewakili Tuhan dalam siklus penciptaan.

Jika dalam Chandogya Upaniṣad *Brahman* merupakan seluruh jagat ini, di dalam Brihadaranyaka Upaniṣad I. 4. 10-11, disebutkan bahwa *Brahman* merupakan permulaan dari segalanya, adapun slokanya sebagai berikut.

brahma vā idam̐ agra āsīt; tad ātmānam evāvet, aham brahmāsmīti: tasmāt tat sarvām abhavat, tad yo yo devānām pratyabudhyata, sa eva tad sarvām abhavat, tathā ṛṣiṇām, tathā manuṣyāṇām.

(Brihadaranyaka Up. I. 4. 10)

Terjemahannya:

Brahman sesungguhnya adalah yang ada pada permulaan. Itu hanya tahu dirinya sebagai. “Akulah ‘*brahman*’” Karena itu dia menjadi segalanya. Siapa pun

diantara para dewata yang menyadari hal ini, dia juga akan menjadi hal itu. Begitu juga dalam hal para Rṣi dan juga manusia.

brahma vā idam agra āsīt, ekam eva; tad ekam san na vyabhavat. tac chreyo rūpa.
(Brihadaranyaka Up. I. 4.11)

Terjemahannya:

Sesungguhnya pada permulaannya, dunia ini adalah *brahman*, sendiri saja. Karena satu tidaklah berkembang. Dia kemudian menciptakan bentuk yang sangat indah.

Di dalam siklus penciptaan atau awal alam semesta ini diciptakan sesungguhnya Tuhan mengada dalam konsep *Brahman* sebagai permulaan dan representasi dari Tuhan itu sendiri sebagai *Saguna Brahman*. Karakteristik *Brahman* pula diwujudkan dalam beberapa sloka dalam upaniṣad sebagai yang memiliki kuasa penuh terhadap kehidupan dan menjadi yang teratas dalam siklus kehidupan. Hal ini diungkapkan lebih lanjut dalam Kaivalya Upaniṣad. 7 sebagai berikut.

tam ādīmadhyānta-vihīnam ekam vibhum cid-ānandam arūpam adbhutam, umāsahāyam paramēśvaram prabhum trilocanam nilakanṭham praśāntam, dhyātō munir gacchati bhūta-yonim samasta-sākṣim-tamasah parastāt

(Kaivalya Up. 7)

Terjemahannya:

“Dia yang tanpa (1) pemulaan, (2) pertengahan atau (3) akhir, (4) tunggal yang (5) ada dimana-mana, (6) kearifan dan suka cita, (7) tanpa bentuk, (8) mengasyikkan, (9) memiliki manifestasi, (10) Yang Maha Kuasa, (11) Ia yang bermata tiga, (12) yang mempunyai kerongkongan berwarna nila, (13) yang tenang dengan *samādhi*; (14) kepada-Nya para *rṣi* mencapai sumber dari semua makhluk saksi dari semuanya, (15) yang berada di luar (semua) kegelapan”.

Kutipan tersebut jelas menunjukkan keagungan dan kemahakuasaan *Brahman* sebagai pemegang otoritas tertinggi. Namun di sisi lain, *Brahman* diberikan sebutan lain dibalik kemahakuasaannya. Hal ini dikarenakan *Brahman* diposisikan sebagai pengatur atas fungsi dari manifestasi Tuhan yang lainnya. Hal ini disebutkan dalam Kaivalya Upaniṣad 8 dan 16 sebagai berikut.

sa brahmā sa śivaḥ sendraḥ so' kṣaraḥ paramaḥ svarāt, sa eva viṣṇuḥ sa prāṇaḥ sa kālō'gniḥ sa candramāḥ.

(Kaivalya Up. 8)

Terjemahannya:

(1) Dialah Brahma (Sang Pencipta): (2) Dialah Śiva (Hakim), (3) Dialah Indra, (4) Dialah yang selalu Ada, (5) Dia yang Maha tinggi, (6) Dia Pengusa diri-Nya sendiri. (7) Dialah Viṣṇu (pemelihara), (8) Dialah yang Hidup, (9) Dialah Waktu, (10) dialah api, (11) dialah bulan.

yatparam brahma sarvātmā viśvasyāyatanam mahat sūkṣmāt sūkṣmataram nityam tat tvam eva tvam eva tat

(Kaivalya Up. 16)

Terjemahannya:

(1) Dia adalah *brahman* yang Maha Tinggi, (2) *ātman* semuanya pokok jagat ini, (3) lebih halus dari yang halus, (4) Kekal. (5) Itu adalah Engkau, itu adalah engkau.

Munculnya identitas-identitas ke-Tuhan-an seperti yang disebutkan pada sloka-sloka tersebut di atas menunjukkan bahwa istilah Tuhan tidaklah tunggal dalam dimensi *Saguna*, akan tetapi justru semakin banyak muncul dengan berbagai istilah sesuai dengan tugas dan fungsinya. Seperti halnya dalam Kaivalya Up. 8, Tuhan yang *nirguna* dimanifestasikan ke dalam *saguna* dalam berbagai nama dengan tugas dan fungsinya, ada *Brahma*, *Siva*, *Indra*, *Visnu* dan lain sebagainya. Namun istilah *Brahman* dipakai sebagai yang tertinggi dalam proses penciptaan itu.

Dengan adanya konsep Tuhan dalam berbagai nama dan atribut tersebut sesungguhnya merupakan aspek jamak namun tunggal, banyak istilah namun merupakan satu kesatuan yang saling melengkapi. Hal ini diuraikan lebih lanjut di dalam Maitri Upaniṣad V.1 sebagai berikut.

atha yatheyam kautsyāyanī stutiḥ; tvam brahmā tvāñ ca vai viṣṇus tvam rudras tvam prajāpatiḥ; tvam agnir varuṇo vāyus tvam indras tvam niśākarah; tvam annas tvam yamas tvam pṛthivī tvam viśvam tvam athācyutaḥ; svārthe svābhāvike 'rthe ca bahudhā samsthitis tvayi; viśveśvara, namas tubhyam, viśvātmā viśva-karma-kṛt; viśva-bhug viśvamāyus tvam viśva-kṛdā-rati-prabhuh; namaḥ śāntātmane tubhyam, namo guhyatamāya ca, acintyāyāprameyāya anādinidhanāya ca.

(Maitri
Upaniṣad V.1)

Terjemahannya:

Ini adalah kidung pujian dari Kutsāyana. Engkau adalah Brahmā, dan sesungguhnya Engkau adalah Viṣṇu, Engkau Rudra Prajā-pati ; Engkau adalah Agni, Varuṇa, Vāyu, Engkau adalah Indra dan Bulan. Engkau adalah makanan, Engkau adalah Yama, Engkau adalah tanah, Engkau adalah segalanya. Engkau adalah yang kekal, segalanya ada dalam dirimu dalam berbagai bentuk untuk diri mereka sendiri atau untuk akhir keadaan alamiah mereka. Penguasa jagat, puji kepadaMu, *ātman* dari segalanya, Pencipta semuanya, Penikmat semuanya, Engkau adalah seluruh kehidupan dan Penguasa semua kesenangan dan kegembiraan. Puji kepadaMu, *ātman* yang tenang, Puji kepadaMu, yang jauh tersembunyi, yang tanpa permulaan (awal) dan tanpa akhir.

Keseluruhan kutipan sloka dan uraian tersebut di atas menunjukkan kemahakuasaan Tuhan dengan segala manifestasinya dalam konsep *Nirguna*, *Nir-Saguna*, dan *Saguna*. Jika dilihat dari aspek filosofis mungkin berbagai sloka tersebut menunjukkan seperti Tuhan yang *nirguna* hingga *saguna* merupakan sebuah kabinet ke-Tuhan-an, dengan aspek manifestasi Tuhan yang mayor (atas) dan minor (bawah). Akan tetapi, mayor ataupun minor yang disebutkan dalam konsep filosofis pada intinya

merupakan satu kesatuan yang sudah terikat akan guna (sifat) yang akan menjadi gerak (*kr*) sehingga menghasilkan sesuatu sesuai dengan tugas dan fungsinya.

Secara aspek teologis sesungguhnya aspek ke-Tuhan-an dalam upaniṣad merupakan sebuah pendalaman keyakinan dengan membangun kesadaran. Memahami ajaran ke-Tuhan-an tidak bisa serta merta hanya memosisikan Tuhan sebagai yang Esa dalam arti tunggal, akan tetapi konsepsi ke-Tuhan-an yang terdapat dalam upaniṣad seperti yang diuraikan di atas menunjukkan bahwa Tuhan yang abstrak/tunggal mengadakan dirinya menjadi jamak untuk menciptakan dan menjalankan kehidupan di alam semesta ini, dan yang jamak ini sesungguhnya merupakan satu kesatuan dari yang tunggal. Sehingga saling terkait antara satu dengan yang lainnya sebagai sebuah "TAT/ITU" yang tidak memosisikan tinggi atau rendah, menyalahkan dan memihak, namun justru menunjukkan bahwa semuanya adalah Tuhan itu sendiri yang ada dalam setiap ciptaannya.

2. Ke-Esa-an Tuhan dalam Upaniṣad

Ke-Esa-an Tuhan sesungguhnya merupakan posisi yang mutlak dan ditempatkan tertinggi sebagai yang ilahi atas segalanya. Dalam proses penciptaan alam semesta ini, Tuhan merupakan awal dari segala yang ada untuk mengadakan. Dimulai dari yang ada sebagai metafisik kemudian mengada dalam kenyataan. Sehingga Tuhan dimaknai sebagai Esa yang tiada duanya dalam penciptaan sebagai *Nirguna* (tanpa sifat), dan mengadakan ciptaan sesuai dengan gunanya (sifat/*saguna*). Oleh karena itu, dalam proses penciptaan ke-Esa-an Tuhan sebagai pencipta dan pengada yang pertama disuratkan dalam pustaka Chandogya Upaniṣad sebagai berikut.

sad eva, saumya, idam agra āsīd ekam evādītīyam, tadd haika āhuh, asad evedam agra āsīd ekam evādvītyam, tasmād asataḥ saj jāyata.

(Chandogya Up.VI. 2.1)

Terjemahannya:

Pada permulaannya anakku, hanyalah ada wujud Yang Esa ini, satu tiada duanya. Beberapa orang berkata bahwa pada permulaannya hanyalah yang tidak berwujud ini, yang satu tiada duanya. Dari yang itu tidak berwujud, wujud-pun diciptakanlah.

Sloka tersebut di atas menunjukkan bahwa pada penciptaan awal alam semesta ini sesungguhnya yang Esa lah yang ada pertama dan tidak ada menandinginya. Namun dalam proses penciptaan selanjutnya mengadakan ciptaan yang Esa ini mengalami transformasi ke dalam wujud/sifat untuk mengadakan, sehingga

muncullah aspek maskulin dan feminim dalam aspek *saguna* sebagai wujud *dewa* dan *dewi* ataupun *dewa* dan *sakti*. Kedua dimensi *saguna* tersebut merupakan kesatuan yang tunggal dari yang Esa tersebut, karena Esa yang tunggal sebagai permulaan (*nirguna*), dan menjadi mengada dalam ciptaan sebagai *saguna*.

Pengetahuan Esa dalam dimensi *saguna* memosisikan penciptaan ke dalam dimensi yang saling memiliki gaya tarik menarik sebagai sebuah *rwa bhineda*. Dan pengendalinya adalah kekuasaan yang mutlak sebagai awal dari segalanya. Hal ini disebutkan dalam Svetasvatara Upaniṣad, sebagai berikut.

dve akṣare brahma-pare tv anante, vidyā'vidye nihite yatra gūḍhe. kṣaram tv avidyā hy amṛtam tu vidyā, vidyāvidye īsate yas tu so'nyah.

(Svetasvatara Up. V. 1)

Terjemahannya:

Dalam *brahman* yang kekal Yang Maha Tinggi, tiada terbatas dan abadi terdapat dua hal yaitu pengetahuan dan kebodohan, yang letaknya tersembunyi. Pengetahuan adalah abadi sedangkan kebodohan tidak. Dan dia yang mengendalikan pengetahuan dan kebodohan adalah yang lain (berbeda dengan yang lainnya).

Uraian sloka tersebut di atas menunjukkan bahwa *Brahman* sebagai yang maha tinggi dalam penciptaan Tuhan dalam aspek *saguna* memiliki dimensi pengetahuan dan kebodohan sebagai aspek *rwa bhineda*. Dan diantara kedua aspek itu disebutkan “yang lain” sebagai pemegang kendali dari yang maha tinggi. Ini menunjukkan bahwa pengetahuan sebagai cahaya kehidupan dan kebodohan sebagai kegelapan merupakan dimensi yang memang sudah tercipta sejak awal penciptaan alam ini. Pengetahuan diperoleh dari bangkitnya kesadaran rohani dan tuntunan dari seorang guru, sedangkan kebodohan merupakan ketiadaan keinginan dalam mencapai pencerahan dan tidak adanya niatan dalam mengetahui rahasia alam ini.

Sesungguhnya konsep tersebut merupakan konsep dasar dari penciptaan yang mengada dalam setiap ciptaan-Nya. Pengetahuan membangun kesadaran rohani dan kebodohan akan berujung pada ketersesatan bathin. Kedua dimensi penciptaan tersebut semuanya bermuara kembali kepada yang tunggal (Esa) sebagai sumber dari segala sumber, karena memang semua jalan merupakan sebuah pilihan yang dapat dipilih oleh ciptaan-Nya. Hal ini lebih lanjut diuraikan dalam Svetasvatara Upaniṣad, sebagai berikut.

yo yonim yonim adhitishpaty eko viśvāni rūpāṇi yonīs ca sarvāḥ. ṛṣim prasūtam kapilam yas tam agre jñānair bibharti jāyamānam ca paśyet.

(Svetasvatara Up. V. 2)

Terjemahannya:

Dia, yang tunggal, memerintah atas setiap sumber, semua bentuk, dan semua sumber. Ia yang menanggung dalam pikiran-Nya dan melihat saat terlahir orang suci merah menyala, yang pada permulaannya dibuahi.

Kutipan sloka tersebut di atas jelas menunjukkan bahwa yang Esa memerintah setiap sumber, semua bentuk dan semua sumber. Artinya, segala yang ada di alam semesta ini merupakan kehendak yang Esa sebagai sumber segala sumber. Hanya dengan pengetahuanlah ciptaan-Nya dapat kembali menyatu dengan sumber itu sebagai mencapai kesadaran rohani.

Ke-Esa-an Tuhan dalam pustaka upaniṣad memberikan sebuah jalan bahwa Tuhan yang dianggap tunggal secara pemaknaan Esa pada dimensi beragama lainnya, tidaklah mutlak dalam ajaran Hindu. Hal ini karena penciptaan awal sebagai sumber yang memang ada (*Nirguna*) berbeda dengan proses mengadakan (*Saguna*) ciptaan dalam alam semesta ini. Sehingga petikan sloka "*ekam evāditīyam*" yang artinya yang satu tiada duanya merupakan dimensi yang memang ada sebagai konsep *nirguna*, dan mengadakan ciptaannya sebagai *saguna* yang memiliki sifat, tugas, dan fungsinya.

3. Transendensi dan Imanensi Tuhan dalam Upaniṣad

Ajaran ke-Tuhan-an yang dapat dilihat dari beberapa bagian dari upaniṣad merujuk pada konsepsi Tuhan merupakan segala unsur yang ada dan meliputi semua yang ada. Maknanya adalah Tuhan sebagai yang abstrak dan pencipta berada di luar ciptaannya (transenden) dan sebagai penyebab hidup dalam ciptaannya (immanen). Transendensi unsur ke-Tuhan-an dalam upaniṣad merupakan aspek yang memiliki kekuatan dalam menciptakan dan membagi diri-Nya ke dalam berbagai unsur *guna* (sifat), tugas, dan fungsi untuk dapat memolakan kekuatan dalam menciptakan yang ada sebagai kenyataan material nantinya.

Tuhan yang transenden sebagai sumber kehidupan merupakan Tuhan yang satu namun berada dalam dunia yang jamak. Hal tersebut disuratkan dalam Svetasvatara Upaniṣad sebagai berikut.

*ya eko'varṇo bahudhā śakti-yogād varṇān anekān nihitārtho dadhāti. vicaiti cā'nte
viśvam ādau sa devaḥ sa no buddhyā śubhayā samyunaktu.*

(Svetasvatara Up. IV.1)

Terjemahannya:

Dia yang satu, yang tanpa warna, dengan mempergunakan kekuatannya yang berlipat ganda, membagi-bagikan warna di dalam tujuannya yang tersembunyi dan kepada siapa pada mulanya dan pada akhir alam semesta dikumpulkan, semoga Dia memberikan pengertian yang jelas kepada kita.

Uraian sloka tersebut di atas menunjukkan bahwa Tuhan itu ada namun di luar ciptaannya dan ia pula yang mengatur ciptaannya dari luar dan dalam, seperti antara sumber sinar (transenden) dan bias sinar itu sendiri yang menghasilkan hangat (immanen). Tuhan yang transenden sebagai aspek *saguna* memiliki berbagai tugas dan fungsinya dalam mengatur alam semesta ini sehingga diberikanlah nama dengan berbagai istilah mewakili kemahakuasaan yang dimilikinya. Hal ini disuratkan lebih lanjut dalam Svetasvatara Upaniṣad sebagai berikut.

tad evā'gnis tad ādityas tad vāyus tad u candramāḥ, tad eva śukraṁ tad brahma tad āpas tat prajāpatiḥ.

(Svetasvatara Up. IV.2)

Terjemahannya:

Itu sesungguhnya adalah Agni (api), itulah Āditya (matahari), itulah Vāyu (angin), dan itulah bulan. Itu sesungguhnya adalah yang murni. Itulah Brahmā. Itulah air. Itulah Prajā-pati (pencipta).

Identitas transedensi Tuhan sesuai uraian sloka tersebut di atas menunjukkan bahwa aspek *saguna* memosisikan aspek ke-Tuhan-an sebagai roda kehidupan dalam penciptaan yang saling terkait. Agni sebagai api, Aditya sebagai matahari, Vayu sebagai angin, Bulan, dan Praja-pati sebagai pencipta merupakan identitas Tuhan dalam aspek yang transcendent dalam penciptaan yang ada ini. Namun dalam keadaan transedensi tersebut merupakan unsur yang dapat memberikan kehidupan bagi makhluk yang diciptakan dan memiliki jiwa. Jadi adanya transedensi bukan dimaknai berada di luar, jauh dan tidak terjangkau, akan tetapi adanya transedensi merupakan sebuah ikatan yang saling melengkapi dari kemahakuasaan Tuhan dalam mengatur ciptaannya sesuai dengan *guna* (sifat), tugas, dan fungsinya.

Tuhan sebagai imanen menempatkan sumber kehidupan di dalam setiap ciptaannya. Hal ini menunjukkan bahwa Tuhan meresapi segala ciptaan dan menjadi jiwa didalamnya. Pernyataan tersebut tidak saja mengarah pada makhluk yang secara adi kodrati diketahui secara umum, seperti tumbuhan, hewan, dan manusia. Akan tetapi, ciptaan yang dimaksud melampaui dari tiga jenis makhluk tersebut, sampai pada partikel-partikel yang terkecil pun (bakteri yang ber sel) merupakan bagian dari imanensi Tuhan. Kenyataan tersebut lebih lanjut diuraikan dalam pustaka Svetasvara Upaniṣad sebagai berikut.

eṣa ha devaḥ pradiśo'nu sarvāḥ pūrvo hi jātaḥ sa u garbhe antaḥ. sa eva jātaḥ sajanīṣyamānaḥ pratyāṅ janāṁs tiṣṭhati sarvato-mukhaḥ.

(Svetasvatara Up. II.16)

Terjemahannya:

Dia sesungguhnya adalah Tuhan yang ada dimana-mana. Dia adalah terlahir pertama dan dia yang ada dalam kandungan. Dia telah terlahir dan akan terlahir. Dia berdiri berhadapan dengan semua orang, dan memiliki muka yang menghadap ke segala jurusan.

yo devo'gnau yo'psu yo viśvam bhuvanam āviveśa, ya ośadhīṣu yo vanaspatiṣu tasmai devāya namo namaḥ.

(Svetasvatara Up. II.17)

Terjemahannya:

Tuhan yang ada di api, yang ada di air, yang memasuki semua alam semesta, Tuhan yang ada pada tumbuh-tumbuhan, yang di pohon, puja kepada Tuhan itu, ya, puja kepada Tuhan.

eko devas sarva-bhūteṣu gūḍhas sarva-vyāpī sarva-bhūtāntar-ātma. karmādhyakṣas sarva-bhūtādhivāsas sākṣī cetā kevalo nirguṇas ca.

(Svetasvatara Up.VI.11)

Terjemahannya:

Tuhan Yang Esa yang tersembunyi pada setiap makhluk ada dimana-mana, *ātman* dari semua makhluk, penguasa dari semua tindakan-tindakan, yang bersemayam disemua makhluk, saksi yang mengerti, yang satu, yang tidak punya sifat.

Uraian pustaka tersebut di atas dengan jelas menunjukkan bahwa posisi Tuhan secara imanen berada pada setiap makhluk ciptaannya dengan *ātman* sebagai percikan sucinya dan *jīvātman* sebagai kehidupan di dalam ciptaannya. Segala yang hidup dan tidak hidup semua terikat dan diliputi oleh kemahakuasaan Tuhan. Oleh karena itu, perlu diketahui dan dipahami, sesungguhnya kehidupan ini adalah *lila* dari Tuhan yang tercipta dari pikiran-Nya atau *agre jñānair* (Svetasvara Up. V. 2).

4. *Sādhanā* dalam Mencapai Tuhan dalam Upaniṣad

Jika Tuhan ditempatkan sebagai awal, tengah, dan akhir kehidupan, sudah pasti pula ciptaan-Nya akan kembali menyatu dengan Tuhan itu sendiri sebagai satu kesatuan. Kenyataan tersebut tidaklah harus menunggu akhir kehidupan untuk mengetahui proses mencapai Tuhan, namun disebutkan sebelumnya dalam Svetasvara Upaniṣad V. 1, yakni dengan *vidyā* (pengetahuan) dapat mencapai Tuhan dalam bentuk kesadaran rohani.

Pengetahuan membangun kesadaran manusia untuk mengetahui ajaran ke-Tuhan-an dan mengetahui sang diri sejati melalui perpaduan antara dimensi alam semesta, jiwa, susastra suci, dan seorang guru sebagai penuntunnya. Jalan yang harus dilalui untuk

mencapai Tuhan dalam upaniṣad harus di mulai menjadi seorang pertapa, hal tersebut diuraikan dalam Kaivalya Upaniṣad sebagai berikut.

vedānta-vijñāna-suniścītārthāḥ samnyāsa-yogād yatayah-śuddha-sattoāḥ. te brahma-lokeṣu-parāntakāle parāmṛtāḥ parimucyanti sarve

(Kaivalya Up. 4)

Terjemahannya:

Pertapa yang telah memastikan arti pengetahuan *Vedanta* yang telah menyucikan sikapnya melalui jalan pelepasan, mereka (yang berdiam) dalam dunia, brāhmaṇa, pada akhir waktu, karena bersatu dengan yang kekal, dengan sendirinya mencapai pelepasan.

Uraian sloka tersebut menyiratkan bahwa pertapa merupakan jalan awal untuk menuju pelepasan dan penyatuan kepada Tuhan. Namun pertapa disini perlu dianalisis kontekstualnya, di mana pertapa mengandung dua unsur, yakni “per” mengacu pada orang dan “tapa” mengacu pengekangan dan pengendalian diri, jadi pertapa itu merupakan orang yang mampu mengendalikan diri dan mengarahkan indrianya menuju Tuhan. Pengekangan tersebut mengacu pada sikap (perilaku), pikiran, hati, dan ucapan yang mengarah pada kesucian.

Tapa sebagai awal dalam sadhana kepada Tuhan lebih lanjut diikuti dengan teknik dalam posisi tubuh yang mantap untuk mulai *mengarahkan* pikiran dan hati untuk fokus menyatukan diri dengan alam. Hal ini penting untuk dilakukan untuk dapat merasakan energi semesta sebagai satu kesatuan dengan diri. Mekanisme *tapa* tersebut lebih lanjut diuraikan dalam Kaivalya Upaniṣad sebagai berikut.

vivikta-deśe ca sukhāsanasthaḥ śuciḥ samagrīvaśiraḥ śarīraḥ. antyāśramasthaḥ sakalendriyāṇi nirudhya bhaktyā svagurum praṇamya,

(Kaivalya Up. 5)

Terjemahannya:

Pada tempat yang sunyi, duduk pada posisi yang santai, dengan hati yang bersih, dengan kepala, leher yang tegak, pada tahapan terakhir dari kehidupan, pengendalian semua indriya tunduk dengan *bhakti* kepada guru.

hṛt puṇḍarikam virajam viśuddham vicintya madhye viśadam viśokam, acintyam, avyaktam, ananta-rūpam, śivam, praśāntam, amṛtam, brahma-yonim.

(Kaivalya Up. 6)

Terjemahannya:

Samādhi pada padma jantung, tanpa kesedihan, yang tidak bisa dipahami, yang tanpa wujud, dalam bentuk tidak yang terbatas, penuh suka cita, tenang, yang kekal sumber Brahma.

Proses *tapa* pada petikan sloka tersebut di atas menyiratkan bahwa setelah mengetahui *tapa* sebagai dasar dalam pencarian kepada Tuhan, selanjutnya ditentukan pula pada cara dalam melaksanakan *tapa* (meditasi) tersebut. Yang harus dilakukan

adalah mencari tempat yang sunyi, duduk pada posisi yang santai, dengan hati yang bersih, dengan kepala, leher yang tegak. Pada tahap ini *Samādhi* (pemusatan) harus fokus dari dalam diri terlebih dahulu yang dimulai dari sumber energi dalam tubuh, yakni jantung. Dalam proses ini hilangkan suka cita, kebencian, kesedihan, ketakutan, dan sekat kehidupan yang pernah dilalui sebagai proses pemurnian diri. Dengan mampu melakukan itu maka secara perlahan ketenangan akan dapat diperoleh.

Pancaran cahaya ketenangan dan kesejukan sebagai sumber energi semesta dalam proses *tapa* tersebut dapat membuka bathin untuk dapat melihat kesadaran dan kebenaran kekuatan Tuhan yang bersemayam pada semua makhluk. Hal tersebut diuraikan dalam Kaivalya Upaniṣad sebagai berikut.

*sarva bhūtastham ātmānam sarva-bhūtāni cātmani sampāśyan brahma paramam yāti
nānyena hetuna*

(Kaivalya Up. 10)

Terjemahannya:

Dengan melihat *ātman* pada setiap makhluk dan semua makhluk pada *ātman*, seseorang menuju kepada *brahman* dan bukan dengan jalan lain.

Uraian sloka tersebut menunjukkan bahwa kesadaran manusia yang sudah mulai bangkit dari dalam diri yang terdalam dan diikuti dengan seluruh indrianya akan mampu melihat sumber kehidupan dalam setiap makhluk. Di mana *ātman* sebagai percikan Tuhan ada pada setiap makhluk hidup dan semua makhluk memiliki *ātman* nya. Yang membedakan dari setiap ciptaan tersebut hanya lapisan *maya* yang sudah berbaur dengan *guna* (sifat) dan *karma* (perbuatan) dalam kehidupan yang sudah terikat dengan unsur-unsur kemanusiaannya. Namun sesungguhnya terlepas dari ikatan itu, dimensi *ātman* (jiwa) dan *paramātman* (Tuhan) sesungguhnya adalah tunggal.

Setelah mampu melihat *ātman* dalam setiap makhluk, selanjutnya adalah menarik energi alam untuk dapat membangun kesadaran akan pengetahuan semesta dan membakar ikatan dalam kehidupan. Artinya, dalam keadaan ini seseorang harus mulai melepaskan ikatan dengan tataran duniawi. Lebih jelasnya disebutkan dalam Kaivalya Upaniṣad sebagai berikut.

*ātmānam araṇim kṛtvā praṇavaṁ cottarāraṇim, jñāna-nirmathanābhyāsāt pāśam
dahati paṇḍitaḥ*

(Kaivalya Up. 11)

Terjemahannya:

Dengan membuat raga sebagai pemantik api bawah dan aksara *aum* sebagai pemantik api atas, dengan usaha untuk menyulut (api) pengetahuan, yang mengetahui akan membakar ikatan (kebodohan).

Membangun kesadaran jiwa untuk menarik energi semesta dalam tahapan ini sesuai dengan uraian sloka tersebut di atas merupakan perwujudan dari *akaṣa* dan *pṛthivi*. Upaya dalam menarik energi ini seperti halnya api yang menghantarkan energi (panas) yang bertemu dalam raga (tubuh) sebagai sebuah penyatuan semesta (*cosmis*), inilah yang dikatakan sebagai pembangunan kesadaran rohani untuk membangkitkan pengetahuan (*vidya*) sebagai jalan untuk menyatu dengan Tuhan dan membakar ikatan keduniawian (kebodohan).

Setelah bangkitnya pengetahuan rohani (*vidya*) untuk dapat melepaskan ikatan, sesungguhnya penyatuan itu akan berlangsung secara perlahan dan pada akhirnya akan menjadi tunggal dengan Tuhan. Hal tersebut disebutkan dalam Mundakya Upaniṣad sebagai berikut.

sa yo hai va tat paramam brahma veda brahmaiva bhavati, nāsyābrahma-vit kule bhavati, tarati śokaṁ tarati pāpmānaṁ guhā-granthibhyo vimukto'mṛto bhavati.

(Mundakya Up. III. 2. 9)

Terjemahannya:

Dia, sesungguhnya, yang mengerti *brahman* Yang Maha Tinggi, akan menjadi *brahman* sendiri. Dalam keluarganya, tiada seorang pun yang tidak mengenal *brahman* akan terlahir. Dia akan mengatasi kesedihan. Dia mengatasi dosa-dosa. Terbebas dari ikatan-ikatan yang tersimpan dalam tempat yang rahasia (dari jantung) dia akan menjadi abadi.

Tahapan-tahapan yang telah diuraikan pada sloka-sloka tersebut di atas jika dispesifikasikan, terdapat enam tahapan penting, yakni

1. *Tapa* sebagai pengekangan indria dan pengendalian diri
2. Lakukan pada tempat sunyi, duduk pada posisi yang santai, dengan hati yang bersih, dengan kepala, leher yang tegak.
3. *Samadhi* pada padma jantung (menghilangkan ketakutan, menghilangkan kebencian dan sekat pembatas kehidupan)
4. Melihat *ātma* pada semua makhluk (semuanya adalah bagian dari tuhan)
5. Bangunkan energi pada bagian atas (akasa) dan bawah (pṛthivi) untuk membangun pengetahuan akan kesadaran dan membakar kebodohan
6. Kesadaran pengetahuan brahman

Keenam jenjang tersebut merupakan hierarki yang harus dilewati dalam kehidupan untuk menyatu dengan Tuhan. Sehingga keseluruhan tahapan *tapa* sebagai *sadhana* dalam mencapai dan menyatu pada Tuhan sesungguhnya merupakan sebuah proses pembelajaran yang holistik, di mana makhluk diciptakan oleh Tuhan dan sudah seharusnya kembali menyatu kepada Tuhan. Namun, karena terbelenggu akan ikatan

(kebodohan) duniawi yang tidak mengenal *brahman* atau mencari *brahman* dalam *tapa* maka ia akan terlahir kembali ke dunia ini.

PENUTUP

Identitas ke-Tuhan-an dalam upanisad dipolakan ke dalam tiga garis besar, yakni *Nirguna*, *Nir-Saguna*, dan *Saguna*. Secara aspek teologis sesungguhnya aspek ke-Tuhan-an dalam upanisad merupakan sebuah pendalaman keyakinan dengan membangun kesadaran. Memahami ajaran ke-Tuhan-an tidak bisa serta merta hanya memosisikan Tuhan sebagai yang Esa dalam arti tunggal, akan tetapi konsepsi ke-Tuhan-an yang terdapat dalam upanisad seperti yang diuraikan di atas menunjukkan bahwa Tuhan yang abstrak/tunggal mengadakan dirinya menjadi jamak untuk menciptakan dan menjalankan kehidupan di alam semesta ini, dan yang jamak ini sesungguhnya merupakan satu kesatuan dari yang tunggal. Sehingga saling terkait antara satu dengan yang lainnya sebagai sebuah “TAT/ITU” yang tidak memosisikan tinggi atau rendah, menyalahkan dan memihak, namun justru menunjukkan bahwa semuanya adalah Tuhan itu sendiri yang ada dalam setiap ciptaannya. Ajaran ke-Tuhan-an upanisad tersebut merujuk pada konsepsi Tuhan merupakan segala unsur yang ada dan meliputi semua yang ada. Maknanya adalah Tuhan sebagai yang abstrak dan pencipta berada di luar ciptaannya (transenden) dan sebagai penyebab hidup dalam ciptaannya (immanen). Terdapat enam tahapan penting dalam mencapai Tuhan itu sendiri, yakni (1) *tapa* sebagai pengekangan indria dan pengendalian diri, (2) lakukan pada tempat sunyi, duduk pada posisi yang santai, dengan hati yang bersih, dengan kepala, leher yang tegak, (3) *Samadhi* pada Padma jantung (menghilangkan ketakutan, menghilangkan kebencian dan sekat pembatas kehidupan), (4) Melihat *ātma* pada semua makhluk (semuanya adalah bagian dari tuhan), (5) Bangunkan energi pada bagian atas (akasa) dan bawah (pertiwi) untuk membangun pengetahuan akan kesadaran dan membakar kebodohan, dan (6) Kesadaran pengetahuan brahman.

DAFTAR PUSTAKA

- Donder, I Ketut. 2009. *Teologi: Memasuki Gerbang Ilmu Pengetahuan Ilmiah Tentang Tuhan Paradigma Sanatana Dharma*. Surabaya: Paramita.
- Donder, I Ketut. 2015. Keesaan Tuhan dan Peta Wilayah Kognitif Teologi Hindu: Kajian Pustaka Tentang Pluralitas Konsep Teologi dalam Hindu. HARMONI: Jurnal Multikultural & Multireligius Vol. 14 No. 2. Jakarta: Badan Litbang dan Diklat Kementerian Agama RI.

Radhakrishnan, S. 2008. *Upanisad-Upanisad Utama*. Surabaya: Paramita.
Titib, I Made. 1996. *Veda Sabda Suci: Pedoman Praktis Kehidupan*. Surabaya: Paramita.