



**KALANGWAN**  
**JURNAL PENDIDIKAN AGAMA, BAHASA DAN SASTRA**  
**Vol. 13 No. 1 Bulan Maret Tahun 2023**

p-ISSN : [1979-634X](#)

e-ISSN : 2686-0252

<http://ojs.uhnsugriwa.ac.id/index.php/kalangwan/index>

**ASPEK-ASPEK PENDIDIKAN PENGATURAN DIRI DALAM TEKS**  
**ŚIVASUTRA**

Oleh

**I Putu Suweka Oka Sugiharta**

[suwekaoka@gmail.com](mailto:suwekaoka@gmail.com)

Diterima 24 Januari 2023, Direvisi 8 Maret 2023, Diterbitkan 31 Maret 2023

*Abstract*

*Self-regulation is a very important part of the whole educational process. This section covers basic education to the most complex. The Śivasutra Text describes aspects of self-regulation education starting from the most basic to the complex level. The basic and simple aspects are related to the habits and processes of human learning in everyday life with worldly nuances. This indicates that the process of religious learning in Hinduism is not too hasty to direct students towards the transcendent dimension. If the learning process has started from simple things then a learner will be able to become a complete human being. Apart from being competent in carrying out their obligations as members of society, they will also be ready to understand more transcendental dimensions. The purpose of this study is to get an overview of the self-regulatory aspects in the Śivasutra text. The method used in this study is a qualitative method because it involves description, analysis, and interpretation of words. The results of this research are that in the Śivasutra texts there are aspects of self-regulation education such as the Sivais-Tantrik style, basic learning, daily learning, wise use of knowledge, and the peak is awareness of one's True Self.*

*Keywords: Educational Aspects, Self-Regulation, Śivasutra*

**I. PENDAHULUAN**

Dalam Agama Hindu setiap *sadhana* spiritual dilakukan dengan pengaturan diri yang sungguh-sungguh. Terdapat beragam metode pengaturan diri beserta tujuan-tujuan yang ingin dicapai. Dalam pandangan modern, Schunk dan Zimmerman (2008:vii) menyatakan Pembelajaran pengaturan diri (*Self-regulated learning/ self-regulation*) mengacu pada proses ketika seorang pembelajar secara pribadi mengaktifkan dan mempertahankan kognisi, pengaruh, dan perilaku yang secara sistematis berorientasi pada pencapaian tujuan pembelajaran. Penelitian tentang pembelajaran pengaturan diri secara akademik tidak bisa dipisahkan dari keberadaan hasil penyelidikan psikologis terhadap proses pengendalian diri di kalangan orang dewasa maupun anak-anak. Banyak penelitian pengaturan diri pada mulanya dilakukan dalam konteks terapeutik. Pada proses tersebut peneliti mengajarkan peserta didik untuk mengubah perilaku disfungsi, seperti agresi dan kecanduan. Saat ini, para peneliti telah menerapkan prinsip pengaturan diri dalam pembelajaran akademik maupun bentuk pembelajaran lainnya, seperti keterampilan sosial beserta system di dalamnya. Dorongan untuk mempelajari pembelajaran pengaturan diri secara akademik berasal dari penelitian yang menunjukkan bahwa keterampilan dan kemampuan siswa tidak sepenuhnya menjelaskan pencapaian peserta didik. Selanjutnya

disarankan bahwa faktor-faktor seperti pengaturan diri dan motivasi adalah hal yang sangat penting.

Penerapan pengaturan diri dalam pendidikan juga memperluas ruang lingkupnya yang menggambarkan jika proses belajar yang sebenarnya berada di luar penekanan historis pada kinerja tindakan yang dipelajari sebelumnya. Pembelajaran pengaturan diri dipandang sebagai mekanisme untuk membantu menjelaskan perbedaan prestasi diantara siswa sekaligus sebagai sarana untuk meningkatkan prestasi. Sebagian besar penelitian pengaturan diri dalam bidang pendidikan mulanya berfokus pada strategi dan perilaku kognitif, seperti pemantauan, pengorganisasian, latihan, pengaturan waktu, serta pembentukan lingkungan kerja yang produktif. Menariknya dalam beberapa tahun terakhir, para peneliti semakin memusatkan perhatian pada bidang bahasan tentang peran proses motivasi seperti tujuan (*goals*), atribusi (*attributions*), efikasi diri (*self-efficacy*), ekspektasi hasil (*outcome expectations*), konsep diri (*self-concept*), harga diri (*self-esteem*), perbandingan sosial (*social comparisons*), emosi (*emotions*), nilai (*values*), dan evaluasi diri (*self evaluations*).

Roeser dan Peck (2009:123) menyatakan bahwa solusi bagi kebingungan konseptual dalam bidang pengaturan diri membutuhkan kerangka kerja yang berkenaan dengan system diri yang lebih luas seperti konsep *I* dan *Me* pada konteks sosial. Terdapat perbedaan yang jelas antara bentuk otomatis dan kehendak. Pengaturan diri dengan demikian memberikan wawasan baru ke dalam ide mengenai pembelajaran yang diatur sendiri. Selanjutnya dinyatakan terdapat perbedaan mendasar antara *I* (pengaturan diri yang bersifat kehendak) dan *Me* (Pengaturan diri yang bersifat otomatis). *Brahmacarya* merupakan fase kehidupan dalam Agama Hindu yang menandai dimulainya latihan pengaturan diri yang serius. Gandhi (2015) menyatakan *Brahmacarya* bukan hanya selibat mekanis, namun istilah itu berarti kontrol penuh atas semua indera, kebebasan dari nafsu dalam pikiran, perkataan, serta perbuatan. Dengan demikian *Brahmacarya* adalah jalan mulia menuju realisasi diri atau pencapaian *Brahma*. *Brahmacari* yang ideal berarti tidak sekadar menolak nafsu indria atau keinginan untuk berkembang biak. Suatu hal yang lebih penting adalah seluruh dunia harus dipandang sebagai keluarga besar. *Brahmacari* akan memusatkan semua ambisinya untuk menghilangkan kesengsaraan umat manusia. Pelaku *Brahmacari* yang telah menyadari kesengsaraan umat manusia dalam skalanya yang utuh tidak akan pernah tergoyahkan oleh nafsu-nafsu rendah. Orang itu secara naluriah akan mengetahui sumber kekuatan dalam dirinya dan selalu bertahan untuk menjaganya agar tidak tercemar. Kekuatannya yang penuh kerendahatian akan mendatangkan rasa hormat dari dunia, sehingga individu tersebut akan memiliki pengaruh yang lebih besar daripada seorang penguasa. Sementara dalam Atharvaveda VI.133.3 dinyatakan:

*Aum mṛtyoraham brahmacāri yadasmī niryācan bhūtāt puruṣe yamāya Tamaham brahmaṇā tapasā śramenanayainam mekhalayā sināmi*

Terjemahan :

Dalam posisi ini, siswa tersebut menyatakan bahwa dirinya adalah seorang *Brahmacāri* yang bersetia pada suratan ajal. Dia menginginkan semua orang terlibat dalam pengendalian dan penguasaan diri. Hal tersebut dapat dicapai dengan memperoleh pengetahuan, menjalani tapa, dan melakukan usaha keras (Nigal 2009:135)

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan gambaran tentang aspek pembelajaran pengaturan diri dalam teks Śivasutra yang meliputi : (1) Aspek Siwais-Tantrik, (2) Aspek pembelajaran mendasar, (3) Aspek pemanfaatan kondisi kesadaran alamiah, (4) Aspek pelenyapan belenggu pengetahuan, dan (4) Aspek kesadaran terhadap hakikat diri sejati.

## II. METODE

Metode penelitian ini adalah berjenis kualitatif karena berkuat pada analisis, interpretasi, dan deskripsi yang menggunakan kata-kata. Teks pokok yang diteliti diterjemahkan, dideskripsikan, dianalisis, dan ditafsirkan berdasarkan daya nalar penulis serta didukung pula oleh sumber-sumber pustaka terkait. Penelitian ini juga merupakan paparan deskriptif yang

koheren dalam mengkaji satu jenis tema pembahasan yang dibatasi. Sementara analisis data yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik. Mengacu pada pendapat Akbar (2021:25), metode deskriptif-analitik dalam penelitian ini melibatkan beberapa langkah seperti : (1) mengidentifikasi karya-karya tulis yang berkaitan dengan penelitian, (2) mengumpulkan data baik dari sumber primer maupun sekunder yang berkaitan dengan permasalahan yang diteliti, (3) Mengidentifikasi teks Śivasutra, (4) mendeskripsikan hasil identifikasi teks Śivasutra, (5) menganalisis teks Śivasutra, (6) menyimpulkan hasil analisis penulis terhadap teks Śivasutra.

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 3.1. Śivasutra Sebagai Teks Tantrik

Dalam Śivasutra terdapat pesan-pesan pendek yang menuntun seorang *sadhaka* secara bertahap dalam *sadhana*. Śivasutra masuk ke dalam klasifikasi teks Tantra karena menawarkan langkah-langkah pendakian spiritual secara bertahap sekaligus menampakkan sisi yang independen. Hal ini sejalan dengan pandangan Prajnanananda (2006:8) bahwa Tantra adalah *sadhana*, yang menggunakan pendekatan langkah demi langkah secara sistematis dengan disiplin fisik dan psikologis yang ketat guna menghasilkan perkembangan yang utuh pada individu. Tantra bukan hanya disiplin spiritual tetapi juga jalan yang sarat pengaturan, terbuka untuk semua agama, serta berupaya membawa ide-ide ketuhanan ke dalam kehidupan sehari-hari dengan mengembangkan pandangan universal.

Berdasarkan sisi historiknya Śivasutra berkembang dalam lingkungan Sivaisme Kashmir. Laksman (2007:3-4) menerangkan bila Sivaisme Kashmir adalah sistem filsafat yang dikenal sebagai sistem Trika. *Trika* dalam bahasa Sanskerta berarti “rangkap tiga”. Dalam Sivaisme Kashmir, *Trika* merujuk pada tiga bidang ilmu tentang umat manusia dan dunianya. Tiga bidang tersebut adalah Śiva, Śakti dan individu terikat (nara), serta tiga energi Siva. Ketiga energi tersebut adalah *parā śakti* (energi tertinggi), *parāparā śakti* (energi sedang), dan *aparā śakti* (energi rendah). Filosofi *Trika* menjelaskan bahwa alam *aparā śakti* (energi terendah), ditemukan dalam keadaan terjaga (*jagrat*) dan bermimpi (*svapna*). Wilayah *parāparā śakti*, (energi medium), terbentuk dalam keadaan tidur nyenyak (*susupti*). Sementara yang terakhir, wilayah *parāśakti* (energi tertinggi) dapat ditemukan pada tingkat keempat (*turya*). Ketiga energi utama ini mewakili tiga aktivitas dunia. Filosofi *Trika* Shaivisme menyatakan bahwa seluruh alam semesta dan setiap tindakan di dalamnya, baik spiritual ataupun duniawi berada di dalam naungan ketiga energi tersebut. Laksman lebih jauh juga menyandarkan pandangannya pada Filosofi Swami Lakshmanjoo bahwa *Trika* ditujukan untuk semua manusia tanpa batasan kasta, kepercayaan, atau warna kulit. Tujuannya adalah untuk memungkinkan seorang pemula agar bisa bangkit dari individualitas ke universalitas. Shaivisme Trika terdiri dari empat aliran praktik dan filsafat. Bagiannya terdiri atas sistem *Pratyabijnā*, sistem *Kula*, sistem *Krama* dan sistem *Spanda*. Keempat aliran Shaivisme Kashmir tersebut mendasarkan keyakinannya kepada kitab suci yang disebut *āgama*. Kata *āgama* sendiri mengacu pada ajaran suci yang mengagungkan eksistensi Dewa Siwa. Hal inilah yang menyebabkan kitab suci yang termasuk golongan *āgama* dipahami sebagai wahyu Siwa. Dalam Shaivisme, terdapat 92 *āgama* dengan jumlah *Bhairava Śāstra monistik* yang tertinggi (*parā*) sebanyak 64, *Rūdra Śāstra mono-dualistik* yang sedang (*parāparā*) sebanyak 18, dan dualistik dan inferior (*aparā*) *Śiva Śāstra* sebanyak 10. Mengingat *Śiva Śūtra* diturunkan kepada orang suci Vasugupta oleh Dewa Siva, oleh karenanya juga dianggap sebagai wahyu ilahi dan sekaligus diterima sebagai golongan *āgama śāstra*. Faktanya, dalam mengungkap monisme absolut yang menjadi pusat filosofi Shaivisme Kashmir, *Śiva Śūtra* dianggap sebagai salah satu *āgama* terpenting dalam Shaivisme *Trika*.

Keterangan Feuerstein (2022:280) lebih lanjut menerangkan jika Vasugupta (770-830 M) dikenal mendirikan aliran *Pratyabijnā* yang paling menonjol dari cabang Shaivisme di India. *Pratyabijnā* berarti prinsip utama yang meyakini bahwa individu mampu mengenali kembali hakikat dirinya sendiri sebagai Siwa yang mutlak. Yoga memainkan peran penting di antara

pengikut *Pratyabijnā*. Pada kenyataannya, Shiva-Sutra dapat dianggap sebagai panduan Yoga yang mirip dengan *Yoga-Sūtra*. Vasugupta beserta para komentatornya menekankan pentingnya anugerah seperti yang diwujudkan dalam turunnya kekuatan (*Shakti-pāta*), inisiasi yang tepat (*dīkshā*) dan pengetahuan yang mencerahkan (*bodha-jnana*). Keutamaan yoga yang diterapkan pada sekolah ini mirip dengan corak *Hatha-Yoga* awal.

### 3.2. Proses Pembelajaran dimulai dari Tahapan yang Paling Mendasar

Śivasutra mengarahkan jika proses pembelajaran mesti dimulai dari pengetahuan yang paling mendasar. Dalam semua system pembelajaran, alfabet dan urutan verbal merupakan modal dasar untuk mempelajari pengetahuan lanjutan. Pertama-tama manusia dalam perkembangannya akan belajar berbicara dan memahami makna ucapan verbal. Apabila keduanya telah matang maka barulah seorang pelajar dapat mempelajari berbagai bidang lain lewat kelancaran pertukaran informasi. Dalam Śivasutra 1.4. dinyatakan :

*Jñānādhiṣṭhānaṃ mātṛkā*

Terjemahan :

Alfabet dan urutan verbal adalah lapisan bawah dari pengetahuan

Dalam Agama Hindu ekspresi verbal yang utama mengacu kepada *Veda*. Holdrege (1996:89-90) menyebutkan bila *Veda* merupakan ekspresi ucapan ilahi. Dalam kosmogoninya *Veda* diasosiasikan tidak hanya dengan *Prajāpati* sebagai pencipta tetapi juga dengan pasangannya yakni *Vāc* yang berkedudukan sebagai dewi kata-kata. Dalam catatan pasca-*Veda* peran *Prajāpati* diambil alih oleh *Brahmā* yang sekaligus juga mengindikasikan jika peran pendamping *Prajāpati* yakni *Vāc* juga turut diasumsikan berganti menjadi pendamping *Brahmā*. Pendamping *Brahmā* bukan hanya mengacu kepada *Sarasvatī*, namun *Gayatrī/Sāvitrī* juga diidentikkan dengan penguasa ucapan. Dalam *Mahābhārata* dan *Harivaṃśa*, *Sarasvatī/Gayatrī/Sāvitrī* umumnya mempertahankan identitasnya yang khas sebagai dewi yang terpisah. Dalam penggambaran ini *Sarasvatī* digambarkan sebagai putri *Brahmā*, sementara *Gayatrī/Sāvitrī* merupakan pasangan rohaninya. Sementara dalam *Purāṇa*, dewi-dewi tersebut menjadi teridentifikasi baik pada peran sebagai putri maupun pasangan rohani *Brahmā*.

Gupta (2013:37) menyebutkan bila Salah satu dewi Hindu tertua yang terus dihormati dan dipuja adalah *Sarasvatī*. Dewi ini merupakan personifikasi kata-kata/ucapan (*Vāc*). *Sarasvatī* juga merupakan dewi puitis yang berkenaan dengan keterampilan musik maupun kemampuan artistik lainnya. Dalam teks suci paling awal di India yakni *Rgveda*, berdasarkan perjalanan sejarahnya terdapat dua bentuk perkembangan dari Dewi *Sarasvatī*. Bentuk pertama dari dewi ini adalah dalam kedudukannya sebagai dewi sungai. Sementara bentuk keduanya adalah posisinya sebagai penguasa ucapan magis yang suci (*Vāc*). Pada masa pasca-*Veda* posisi yang menakjubkan dari dewi ini juga turut ditemukan dalam *Śivaisme*, *Vaiṣṇava*, dan *Śākta Āgama*.

Pembelajaran alfabet dalam tradisi Hindu merupakan proses yang sakral sebab nantinya akan bermuara pada hasil yang menakjubkan. Apabila tidak diarahkan semenjak awal maka dikhawatirkan orang yang belajar pengetahuan tersebut menyalahgunakan kemampuan yang dimilikinya. Chauhan, (2012:25) menyatakan *Vidyarambha samskara* (belajar alfabet) dilakukan ketika pikiran seorang anak telah berkembang dan siap untuk menerima pendidikan. Sebab langkah pertama yang harus dilakukan untuk mengarahkan seorang anak kepada kemajuan belajar adalah dengan mengajarkan alfabet. Alfabet dipandang sebagai jalan menuju semua pengetahuan, seperti halnya sungai yang dapat mengarahkan air menuju samudra.

Disamping belajar alfabet seorang siswa dalam pola pembelajaran *Veda* juga diberikan susunan kata-kata bertuah (*mantra*) oleh gurunya. Ranjan dan Singh (2021:286) berpandangan bila rangkaian upacara *Upanayana* diakhiri dengan pemberian *Mantra Veda* atau *Gayatri Mantra* kepada seorang murid oleh *Acarya* yang mumpuni. Terdapat banyak alasan yang melatarbelakangi *Gayatri Mantra* dianggap sangat penting dalam upacara *Upanayana*. Paling tidak terdapat dua latarbelakang yang dominan. Pertama tujuan *Upanayana* adalah untuk membekali seseorang ketika akan mempelajari *Veda* secara lebih mendalam. Kedua syarat-

syarat tertentu dianggap sangat penting pada upacara *Upanayana* dan *Gayatri Mantra* menjadi salah satu bagian di dalamnya.

Sementara Michaels (2004:96-97) menyatakan ujaran *mantra* ini menandai awal dari studi *Veda* yang kemudian disusul dengan ritus lain (*vedarambha*) yang melibatkan pengorbanan api suci, meminta sedekah untuk guru, dan ritual mandi suci. Pada kenyataannya, mempelajari teks menjadi tidak perlu lagi bagi sebagian besar inisiat kecuali bila ingin menjadi pendeta atau cendekiawan. Jauh dari kediaman orang tua, pengorbanan waktu untuk belajar, dan prestise sosial dari pembelajaran merupakan beberapa hal yang diperoleh sekaligus harus diperjuangkan oleh seorang murid untuk mempelajari *Veda*. Pembelajaran tidak hanya berkaitan dengan penguasaan suatu bidang, namun karena alasan ritual seseorang perlu disahkan melalui upacara peresmian. Inisiasi dalam tradisi Brahmana masih melestarikan cara lama pada prosesnya, bahkan terdapat pandangan jika pengetahuan *Veda* tidak dipelajari namun mesti diperoleh. Dengan demikian inisiasi tidak hanya memberikan keterampilan melainkan meneguhkan hak bagi kepemilikan pengetahuan *Veda*.

Selanjutnya Bhandarkar (2019:124) menyatakan keseluruhan system pembelajaran dasar dalam Sivaisme terdiri atas empat *pāda* atau bagian, yaitu pengetahuan (*vidyā*), tindakan (*kriyā*), meditasi (*yoga*), dan disiplin (*caryā*). Bagian pertama berisi penjelasan tentang sifat jiwa individual (*Paśu*), belunggu (*Paśa*), dan Tuhan (*Īśvara*), serta menegaskan pentingnya formula kata-kata suci (*mantra*) beserta manifestasi Tuhan yang menguasai formula suci tersebut (*mantrēśvara*). Bagian ini mengarah pada inisiasi (*dīkṣā*) yang diperlukan untuk mencapai objek tertinggi dalam kehidupan. Bagian kedua berisi penjelasan tentang proses inisiasi (*dīkṣāvidhi*) dengan beragam bentuk serta bagian-bagiannya. Bagian ketiga menjelaskan meditasi atau konsentrasi, beserta proses yang menyertainya. Aspek keempat mengajarkan disiplin tingkah laku, yang berisi perbuatan yang dilarang maupun dianjurkan.

Dalam Sivaisme terdapat perkembangan inisiasi yang lebih fleksibel sebagaimana yang dicermati dalam pendapat Mirnig (2020:250) bahwa perluasan Saivaisme tercermin melalui perubahan ritual inisiasi yang tidak hanya terbatas pada pertapa yang mengabdikan diri kepada praktik keagamaan Śaiva, tetapi juga para perumah tangga. Hal ini menyebabkan munculnya bentuk-bentuk versi inisiasi eksoteris yang juga memberikan manfaat spiritual tanpa mengharuskan penganutnya untuk mengadopsi gaya ritual Śaiva murni. Mirning Memberikan Contoh yang umum yakni *nirbījā dīkṣā* (inisiasi tanpa benih yang mengharuskan kewajiban upacara pasca-inisiatif). Kendatipun demikian inisiasi tidak boleh kehilangan tujuan aslinya yang tetap menawarkan pencapaian tertinggi yakni pembebasan akhir pada saat akhir kehidupan. Keragaman system pembelajaran dalam Sivaisme tetap dimulai dari prinsip yang paling mendasar, kemudian barulah berkembang kepada fase-fase yang lebih kompleks.

### **3.3. Kondisi-Kondisi Kesadaran Alamiah sebagai Latihan Rohani**

Śivasutra menawarkan latihan yang berfokus pada dinamika fase kesadaran yang terjadi secara alamiah dalam diri seorang *sadhaka*. Kendatipun keadaan terjaga, tidur lelap, dan bermimpi terjadi setiap hari pada individu namun kebanyakan orang gagal mendapatkan manfaat spiritual dari dalamnya. Haas (2013:196) menyatakan jika idealnya, seseorang harus bangun untuk bermeditasi sebelum matahari terbit. *Sadhaka* yang bertekad pada tujuan keinsafan diri harus telah aktif beberapa jam sebelum matahari terbit. Dalam tradisi *Veda*, waktu sebelum fajar dikenal sebagai *Brahma Muhurta* (Waktu Tuhan). Periode ini, kira-kira terjadi setengah jam sebelum matahari terbit yang diyakini sebagai waktu paling bermanfaat untuk *sadhana*, karena waktu tersebut adalah keadaan paling hening. Shukla, dkk (2014:32) menguraikan bila literatur Ayurveda klasik berisi deskripsi mendetail tentang tidur dan efek konstruktifnya terhadap kesehatan, bersama dengan konsekuensi buruk dari tidur yang tidak tepat. Fakta-fakta tersebut telah dibuktikan dengan penelitian ilmiah modern. Mengadopsi prinsip Ayurveda sebagai pedoman tidur yang ideal adalah cara terbaik untuk mendapatkan tidur dan hidup yang sehat.

Shesadri (2018:19) mengungkapkan jika penelitian tentang fenomena tidur telah berkembang dengan tujuan untuk memahami arti tidur dan kepentingannya bagi kesejahteraan umat manusia. Terdapat suatu perbedaan antara relaksasi, tidur, serta meditasi mendalam. Relaksasi sejati adalah pengalaman yang melampaui segala fenomena wujud dan menghasilkan kesatuan kesadaran batin dengan Tuhan selama tidur. *Yoga Nidrā* merupakan salah satu metode relaksasi yang bermanfaat untuk memerangi stress sekaligus mempengaruhi dan memperbaiki ketidakseimbangan pada tubuh. Metode ini juga sangat membantu dalam mengobati berbagai macam penyakit. Para cendekiawan telah melakukan penelitian tentang budaya dan riwayat tidur, pengaturan tidur, insomnia, lingkungan tidur, aksesoris tempat tidur, dan sebagainya. Fenomena tidur yang erat kaitannya dengan mimpi, menurut beberapa pakar memiliki sebab-sebab, jenis-jenis, serta pertanda-pertanda yang diramalkannya. Fenomena tersebut erat kaitannya dengan Yoga, Tantra, Āyurveda dan Vedanta. Dalam Śivasutra 1.9. dinyatakan

*Svapno vikalpāḥ*

Terjemahan :

Angan-angan yang tidak sesuai dengan realitas sejati adalah keadaan mimpi

Menurut paparan Bulkeley (2008:25), kitab suci *Veda* menyabdakan bahwa doa dan ritual yang tepat dapat melindungi seseorang dari mimpi buruk, sekaligus juga mengalihkan serangan musuh yang masuk melalui mimpi. Diyakini mimpi merupakan senjata kejahatan eksternal, sehingga tidak ada alasan untuk memperhatikan isi mimpi. Mimpi tidak memerlukan interpretasi karena tidak ada makna yang disampaikan. Selain itu mimpi juga tidak memiliki nilai sebagai sumber informasi atau pengetahuan, walaupun dimungkinkan memiliki realitas moral. Kendatipun demikian juga tidak memiliki realitas epistemologis.

Sementara Laxmi (2015:902) menyebutkan istilah *vaisvanara* yang menyiratkan kesadaran normal, yakni kombinasi antara lapisan pikiran sadar dan bawah sadar. Keadaan pikiran yang terjaga juga disebut *Virat*. Keadaan kedua adalah *svapna* yakni keadaan mimpi yang menunjukkan tingkat kesadaran yang berbeda dari keadaan sadar atau terjaga. Objek dunia mimpi merupakan perwujudan kreasi psikologis seseorang. Hal tersebut adalah kesimpulan standar yang dimiliki seseorang sehubungan dengan kondisi terjaga. Dalam mimpi seseorang mengalami kesenangan atau penderitaan yang seolah-olah nyata serta terlarut di dalam perasaan-perasaan itu. Angan-angan atau halusinasi yang tidak produktif memiliki kesetaraan dengan keadaan mimpi. Sebab orang yang suka berkhayal atau berangan-angan yang menyesatkan menjadi terikat dan tidak mengalami kemajuan spiritual. Balsavar dan Deshpande (2014:325) menyatakan halusinasi telah memesona manusia selama berabad-abad, bahkan terkadang ditafsirkan sebagai pesan dari Tuhan maupun sebagai kunjungan sosok spiritual atau religius. Mengagumkannya sistem pengobatan Ayurveda India kuno ternyata telah memberikan interpretasi yang sangat modern terhadap fenomena ini. Dalam Ayurveda, halusinasi hanyalah sesuatu yang dirasakan dan tidak ada dalam kenyataan.

Keadaan tidur nyenyakpun apabila tidak dapat membawa makna spiritual dalam Śivasutra disebutkan hanya merupakan pengaruh maya sebagaimana dinyatakan pada bagian 1.10 :

*Aviveko māyā saṁsuptam*

Terjemahan :

Keadaan tidur nyenyak yang tidak disertai daya selektif (*viveka*), sejatinya dipengaruhi *māyā*.

Upanishad menyarankan metode yang disebut *Avasthā Traya Viveka* dalam menggapai produktivitas spiritual dari dinamika kesadaran alamiah. Seseorang perlu menggunakan daya pembeda (*viveka*) untuk menemukan makna dari setiap perubahan kesadaran. Selanjutnya makna individual yang ditemukan pada setiap proses dapat memperkuat *sadhana*. Setiap *sadhaka* kemudian diharuskan untuk tiada henti-hentinya belajar pengetahuan tentang kesejatian. Śivasutra 1.8 menyatakan :

*Jñānaṃ jāgrat*

Terjemahan

Pengetahuan adalah keterjagaan

Pengetahuan menyebabkan seorang *sadhaka* memiliki kearifan dalam memperlakukan sesuatu yang kekal maupun fana. Boudon (2014:41) menyatakan bahwa dalam upaya untuk menyampaikan gagasan *cit* sebagai kesadaran fundamental, teks Saiva terombang-ambing di antara dua analogi yang berlawanan,. Pada satu sisi memandang *cit* sebagai *rasa* (getah/ fluiditas). Sementara pada sisi lain *cit* dinyatakan sebagai *ghana* (massa). Kendatipun keduanya tampak berlawanan, titik temunya tampak pada gagasan bahwa *cit* adalah sumber dari segala sesuatu yang berubah-ubah maupun kekal. Kendatipun, analogi ‘bernas’ dari *cit* sebagai *ghana* (dengan banyak variannya) lebih dominan. Seseorang bahkan diharuskan memahami spesialisasi yang melekat pada setiap penggambaran, seperti *cit* sebagai *rasa* seolah kontras dengan pengertian Tuhan sebagai *jaganmūrti* (berwujud dalam bentuk dunia). Sementara logika dari sistem *Pratyabhijna* membenarkan materialitas dan multiplisitas dunia fenomenal sebagai realitas yang unik, manakala *cit* juga terwujud di dalamnya. Tanpa pengetahuan yang matang seorang siswa akan kebingungan memaknai sesuatu yang tampak kontradiktif. Apabila seorang *sadhaka* telah mampu menemukan inti di dalam perubahan kesadaran maka mencapai kesadaran tertinggi (*turya*). Dalam Śivasutra 1.7. dinyatakan :

*Jagratsvapnasuṣuptabhede turyābhogasambhavaḥ*

Terjemahan :

Seseorang dapat mengalami *Turya* (kondisi Kesadaran Agung) serta terlepas dari perbedaan yang terdapat diantara tiga kondisi, yaitu bangun, mimpi, dan tidur nyenyak.

Bhargav, dkk (dalam Varambally, dkk, 2021:19) menyatakan bila Upanisad menggambarkan *Turiya* atau kesadaran sebagai dimāensi yang bersifat transcendental. Dimensi ini dilukiskan sebagai titik asal kesadaran, ketika ketiga dimensi (AAA,UUU, dan MMM) mencapai kesatuan. Ketiganya memiliki karakteristik yang berbeda seperti terjaga, bermimpi, dan tidur lelap. Orang-orang yang terlatih untuk melihat kemanunggalan ketiganya maka akan menjadi pribadi dengan batin seimbang. Individu semacam itu tidak mudah menghakimi, menghujat, merasa paling benar, dan jauh dari sifat-sifat dangkal lainnya.

### 3.4. Melenyapkan Belenggu Pengetahuan

Tujuan dari proses pembelajaran yang dilakukan oleh setiap *sadhaka* memang adalah untuk mencapai pengetahuan. Kendatipun demikian pengetahuan yang tidak lengkap justru menimbulkan belenggu yang justru menghalangi transformasi diri. Dalam Śivasutra 1.2. dinyatakan :

*Jñānaṃ bandhaḥ*

Terjemahan :

Pengetahuan adalah belenggu

Medda (2018:32-33) mengamini bila dalam Filsafat India, kata *Jñāna* mencakup kognisi atau pengetahuan sejati maupun kognisi yang keliru atau *apramā* (pengetahuan palsu). Demi alasan tersebut dalam filsafat India kata *pramā* menunjukkan dimensi yang lebih ringkas dari kognisi sejati (*yathārthājñāna*). Sementara kognisi yang keliru diistilahkan dengan *apramā*. Prinsip ini berbeda dengan yang terdapat pada filsafat Barat, pengetahuan selalu berpihak hanya kepada kognisi yang benar. Sedangkan pengetahuan yang keliru tidaklah diakui sebagai kognisi. Kognisi dipandang selalu bercampur dengan keyakinan dan kebenaran, dengan demikian kognisi menjadi dinyatakan keliru manakala tidak ada kepercayaan atau kebenaran. Begitulah pengetahuan seolah-olah ada hanya untuk mencapai kognisi yang benar saja. Keberadaan ketidakbenaran dalam pengetahuan menjadi penghambat yang secara luas menyebabkan tidak diakuinya kesahihan pengetahuan tersebut. Pengetahuan mengungkapkan dunia realitas, sebab seseorang dapat memenuhi semua kegiatan praktisnya melalui pengetahuan. Melalui sarana pengetahuan sejati pula seseorang dapat bertindak dengan benar. Pengetahuan yang benar dengan demikian adalah representasi dari realitas diri sejati. Diri sejati

dalam hal ini merupakan substansi spiritual dan intelegensi (*caitanyaśraya*) yang berposisi menjadi properti yang sangat penting.

Keinginan, rasa sakit, kesenangan, dan kognisi adalah sifat khusus dari diri. Ontologi yang berbeda dari berbagai tradisi Filsafat India menyebabkan munculnya beragam pengertian *jñāna*. Menurut aliran Brahmana, *jñāna* adalah sifat sesaat dari jiwa individual yang kekal (*ātman*). Keterkaitan antara *jñāna* dan jiwa tergambarkan dalam pola hubungan antara kualitas dan substansi. Pola hubungan yang serupa terjadi antara warna dan substansi bahan. Menurut penganut Budha suatu kesadaran (*jñāna*) adalah unsur keberadaan (*dharma*) primer (bukan turunan) yang hanya bergantung pada sebab dan kondisinya (misalnya, indra, objek, dan faktor mental sebelumnya), bukan pada substrat apapun seperti jiwa secara permanen. Sāmkhya dan Yoga mengklaim bahwa proses kognitif dan psikologis terjadi di alam materi serta tidak memiliki kontak langsung dengan jiwa sadar, kesadaran baru muncul dari gabungan unsur-unsur material seperti tanah, air, api dan angin. Ketika unsur-unsur tersebut berkembang membentuk tubuh, indera beserta objeknya seperti halnya efek keracunan yang muncul ketika zat-zat tertentu berfermentasi. Pengetahuan yang dianggap sah adalah bentuk kognisi khusus (*buddhi*). Semua kognisi bukanlah pengetahuan yang valid. Jadi untuk memahami sifat dari pengetahuan yang valid, pertama-tama seseorang harus mengetahui sifat dari kognisi atau pengetahuan (*jñāna*). Pengetahuan dapat menerangi hal-hal selain dirinya sendiri. Objek pemahaman bisa berupa benda, kualitas, tindakan atau emosi, baik yang ada maupun yang tidak ada. Dalam setiap kasus yang menjadi lokasi kemunculan pengetahuan pasti terdapat sesuatu yang menonjol sebagai objeknya. Semua hal diungkapkan kepada para pencari pengetahuan oleh objeknya. Pengetahuan kemudian menjadi properti diri yang melampaui diri. Diri dalam pengertian ini merupakan substansi spiritual yang menjadi tempat tinggal kecerdasan. Akibatnya kecerdasan menjadi sifat esensial dari diri, yang membedakannya dari substansi material. Diri juga adalah entitas yang memiliki tujuan karena dapat bertindak sesuai tujuan tertentu. Ketika diri mencapai tujuan utamanya memang dapat membebaskan dirinya dari sifat-sifat spesifiknya, tetapi tidak pernah lepas dari kecerdasannya.

Setiap *sadhaka* dianjurkan untuk menguatkan kerendahan hati, seberapa jauhpun proses pembelajaran yang telah dijalannya. Worthington, dkk (2017:49-50) menyatakan manfaat spiritual dari kerendahan hati (*vinaya*) sangat dimuliakan dalam tradisi Hindu mengingat keseriusan masalah yang dapat ditimbulkan oleh lawannya yakni kesombongan (*māna*). Pertama, kesombongan berakar pada ketidakbenaran pemahaman tentang realitas sejati maupun dimensi sosial. Keadaan tersebut samasekali tidak mencerminkan dipahaminya pengetahuan tentang *Brahman* sebagai penyebab yang mengagumkan sekaligus landasan material dari alam semesta. Padahal manusia semestinya menyadari dirinya berhutang kepada kemahakuasaan Tuhan. Kedua, kesombongan membutuhkan manusia terhadap keterbatasan dirinya, oleh karenanya tidak baik bagi pertumbuhan spiritual dan etika. Kerendahan hati disamakan dengan pengetahuan sejati karena keadaan tersebut berkaitan dengan proses pembelajaran yang benar. Ketiga, kesombongan menjadi akar peningkatan gesekan interpersonal dan sosial. Keadaan ini menghasilkan kecenderungan untuk meremehkan dan bahkan merendahkan orang lain sebagai upaya menegaskan keunggulan diri sendiri. Sikap seperti itu tidaklah kondusif dalam membangun hubungan cinta dan kepercayaan.

Pada intinya kesombongan dapat meningkatkan kecemasan pribadi karena seseorang selalu memandang dirinya tengah diperhatikan oleh orang lain secara berlebihan. Pemikiran tersebut melanggengkan perasaan bahwa kualitas seseorang tidak pernah berguna apabila belum sepenuhnya diakui oleh orang lain. Selain menjadi tidak sabar ketika pengakuan tidak diberikan, kesombongan meningkatkan kerentanan seseorang terhadap sanjungan dan manipulasi yang sarat kepalsuan. Dalam tradisi Hindu, kerendahan hati adalah buah dari pemahaman tentang hakikat realitas tertinggi (*paramārtha*) serta realitas sosial yang saling terkait (*vyavahāra*). Kerendahan hati didasarkan pada penilaian yang jujur atas kemampuan seseorang, hal itu selanjutnya menyisakan ruang bagi pertumbuhan dan perkembangan pribadi.



Kerendahan hati tidak terancam oleh pencapaian orang lain dan memampukan pemiliknya untuk bermurah hati dalam setiap hubungan dengan sesamanya. Sikap tersebut mempromosikan hubungan manusia yang lebih dalam dan didasarkan pada pemahaman maupun rasa hormat. Disamping itu, kerendahan hati terutama dikaitkan dengan kedamaian (*śānti*). Orang yang rendah hati bebas dari kecemasan terhadap pujian yang lahir melalui rasa mementingkan diri sendiri yang berlebihan. Pribadi yang rendah hati sekaligus dijauhkan dari rasa sakit yang mengikuti tuntutan terus-menerus akibat hasrat untuk mengungguli orang lain. Kerendahan hati mempromosikan kedermawanan dan kemakmuran. Dalam dimensi kebajikan, kerendahan hati mengungkapkan kebijaksanaan sekaligus menawarkan jalan menuju kearifan.

Dalam konsep Sivaisme pengetahuan adalah pancaran *Chit* yang acapkali diidentikkan dengan kesadaran. Tantray (2018:6) menyatakan Shaivisme Kashmir mengakui *Chit* sebagai *Prakash* dan *Vimarsha* (cahaya dan aktivitas), dengan demikian juga melingkupi dua wilayah sekaligus yakni pengetahuan (*Jnatrtva*) dan sikap pelaku (*Kartrtva*). Pengetahuan sejati dengan begitu juga merupakan pancaran Mahesvara yang Maha Mengetahui sekaligus Maha Pencipta. Sementara Maheshvara dinyatakan memiliki *Svatantrya* (otonomi), oleh karenanya segala aktivitas secara mandiri adalah milik-Nya. *Maya* bukanlah sesuatu yang dapat mempengaruhi Maheshvara atau Siwa, sebab *Maya* adalah atribut dari Shakti-Nya yang selanjutnya melahirkan keragaman dan perbedaan. Terutama dalam kaitannya dengan keberadaan *Jiva*, lima bentuk aktivitas Siwa tidak pernah berakhir yang terdiri atas pancaran atau proyeksi (*Srsti*), pemeliharaan (*Sthiti*), penarikan diri (*Sanihara*), penyembunyian sifat sejati (*Vidya*), dan rahmat (*Anugraha*). Orang yang memahami pengetahuan dengan benar akan terbawa kepada pemahaman terhadap hakikat Maheshvara/ Siwa dan juga memahami segala aktivitas-Nya yang majemuk.

### 3.5. Semangat Belajar Harus Selalu Dibangkitkan

Seorang *sadhaka* akan selalu merasa bersemangat dalam belajar dan tidak terjebak dalam kemalasan. Sebab dalam pikirannya proses belajar yang dilakoninya dipahami akan mendatangkan beragam manfaat. Dalam Sivasutra 1.5 dinyatakan :

*Udyamo bhairavaḥ*

Terjemahan :

Semangat adalah perwujudan Bhairava

Bhairava pada berbagai perspektif menunjukkan sisi menakutkan sekaligus menunjukkan kemurahatian dalam perlindungan. Grieve (2005:67) menyatakan dalam wujud antropomorfiknya, Bhairava digambarkan memiliki taring, mata menonjol, berwarna biru tua atau hitam, membawa berbagai macam senjata destruktif pada masing-masing lengannya, dan membawa tengkorak. Dalam tradisi India maupun Nepal terdapat ratusan varian Bhairava. Sementara itu, Melton (2011:111) menguraikan bila sebuah kisah bertema Sivaistis menarasikan tentang dialog diantara tiga dewa utama dalam Agama Hindu yakni Brahma, Wisnu, dan Siva. Celakanya lama kelamaan dialog itu berubah menjadi perdebatan sengit. Hal ini membuat masing-masing dewa berupaya mengungguli yang lainnya. Masing-masing dewa menawarkan alasan tersendiri untuk dianggap lebih hebat. Dalam perdebatan itu Brahma melontarkan pernyataan yang membuat Siwa marah. Sebagai respon atas tindakan Brahma, Siwa kemudian menunjukkan kekuatannya dalam wujud Bhairava. Sosok itu kemudian diperintahkan untuk memotong kepala kelima Brahma. Bhairava segera melaksanakan perintah Siwa yang menyebabkan Brahma kehilangan salah satu kepalanya. Tindakan Siva yang menyebarkan ketakutan membuat para dewa bergerak cepat untuk segera menyembahnya dan manifestasikannya sebagai Bhairava.

Bagi para pemujanya Siwa adalah pemberi beragam berkat. Iyer (2021:177) menyatakan bahwapara penganut Hindu percaya bahwa Siwa adalah *anand*, yang berarti entitas yang tidak mengalami kelahiran maupun kematian. Kekuatan dan kebijaksanaannya tidak tertandingi karena didasari sifat Maha TahuNya. Mistisisme inilah yang membuat Siva menjadi dewa yang

sangat terkemuka dan dihormati. Misteri dan sifat paradoksnya hanya menguatkan gagasan tentang kekuatan dan kemahahadiranNya yang tak tertandingi.

Dalam Spandakārikā I.8 dinyatakan :

*Na hīcchānodanasyāyam prerakatvena vartate, api tvātmabalasparśāt puruṣastatsamo bhavet*

Terjemahan :

Kehendak (*icchā*) dari individu terbatas belaka tidak mampu memberikan dorongan yang maksimal. Sementara melalui sentuhan kekuatan (*bala*) dari diri sejati (*ātma*), manusia menjadi setara (*sama*) dengan Tuhan (*Puruṣa*)

Seorang pemuja yang sadar terhadap kelemahan serta kebodohnya akan menyandarkan diri kepada dewa pujaannya. Lebih jauh pemuja tersebut juga menteladani dan mengamalkan ajaran-ajaran yang disabdakan oleh dewa pujaannya maupun orang-orang suci terdahulu yang telah sempurna memuja dewa tersebut. Manfaat paling utama dari ketaatan tersebut adalah dicapainya penyatuan dengan dewa pujaan yang Maha Terbebaskan.

### 3.6. Keyakinan Kepada Aspek Diri yang Kekal

Tujuan pembelajaran rohani yang paling esensial adalah untuk menyadari hakikat diri yang sejati. Keinginan belajar timbul karena beragam penderitaan yang muncul pada kehidupan manusia akibat belum terealisasinya kesadaran terhadap diri yang kekal. Dalam Siva Sutra 1.1. dinyatakan:

*Caitanyam ātmā*

Terjemahan :

*Ātmā* adalah perwujudan kesadaran

Madhukar, dkk (2022:1718) memandang *Ātma* merupakan hasil pemikiran para orang bijak pada masa *Veda* ketika merenungkan esensi kehidupan manusia, disamping terdapat pula gagasan-gagasan lain seperti reinkarnasi atau hukum *karma*. *Ātma* dianggap sebagai elemen yang berbeda dari tubuh dan setelah akhir kehidupan akan pergi ke dunia selanjutnya. Demikian pentingnya posisi *Ātma* menyebabkan prinsip tersebut ditemukan dalam banyak himne *Veda*. Tampaknya fokus para pemikir *Veda* terhadap posisi *Ātma* tidak hanya berhenti pada diakuinya hal tersebut sebagai sumber gerak utama kehidupan. Penemuan *Ātma* lebih jauh mendatangkan pula pemahaman jika hidup dalam tubuh material yang tidak kekal di dunia fana yang penuh dengan berbagai keterbatasan merupakan penderitaan yang harus segera diakhiri. Kemudian kehidupan material yang seringkali mendatangkan rasa cinta dan keterikatan bagi orang-orang dengan pengetahuan terbatas tersebut menjadi tidak lagi menarik. Hal ini memunculkan keinginan untuk meninggalkan kenikmatan material yang digantikan oleh upaya untuk mencari kesejatan. Sebab pengetahuan tentang *Ātma* saja tidak cukup untuk mencapai tujuan yang hakiki, namun perlu disertai dengan kerja keras. Ide tentang pencarian kenikmatan hakiki yang berasal dari kesadaran *Ātma* tersebut bertahan dan berkembang pesat hingga zaman Upanisad. Terdapat berbagai konsep *Ātma* di masing-masing aliran filsafat India. Seperti misalnya Vaisheshika memandang *Ātma* sebagai *Anu* (Atom), sementara Nyaya menganggapnya sebagai pembawa Karma (tindakan).

Menurut Kumar (2015:139-140) ketika menafsirkan teks Siva Sutra, alam semesta dinyatakan sebagai dunia kesadaran yang diliputi oleh sifat-sifat tertinggi Tuhan. Kesadaran Tuhan tersebut dinamakan dengan *Spanda* (denyut) yang merupakan realitas unik dari kekuatan tertinggi. Aspek ini dipenuhi dengan nektar sekaligus sebagai penercurah kebahagiaan tertinggi yang berasal dari daya pembebasan. Kesadaran terhadap hakikat diri yang sejati merupakan kesucian tertinggi. Istilah *caitanyam* sendiri merupakan aspek transendental dari *Chittam* atau *Cit* yang terdapat dalam diri setiap manusia. Kata *Caitanya* berarti suatu kondisi kesadaran yang mandiri. Selain itu *Caitanya* juga berarti kebebasan universal yang utuh dari kesadaran. *Caitanyam* melukiskan *Jnana Śakti* dan *Kriya Śakti* (Pengetahuan dan Kekuatan bertindak yang hanya dimiliki oleh Siva). Prinsip *caitanya* menyadarkan manusia bahwa haikat dirinya sama dengan Siva. Aspek tindakan *caitanya* dinyatakan tetap eksis baik dalam dimensi sadar maupun

tidak sadar. Bagi seseorang yang sadar, tindakan dari *caitanya* hadir di dalamnya dan termanifestasi lebih nyata. Sementara bagi orang yang tidak sadar tindakan tersebut juga sejatinya tetap bereksistensi namun hanya menjadi latar belakang. Makhluk sadar dinyatakan sebagai makhluk yang dapat membuat orang lain sadar. Makhluk ini independen dalam semua pengetahuan maupun tindakan-tindakannya. Dalam realitas *caitanya* yang berarti merdeka sepenuhnya, semua pengetahuan dan tindakan dipersatukan dalam kesadaran Tuhan yang sepenuhnya independen. Hanya Parama Siva yang dinyatakan memiliki kesadaran Tuhan yang sepenuhnya independen tersebut.

Pereira (2018:497) menyatakan Siwa berarti ketiadaan, sebab Siwa merupakan aspek kehampaan yang menjadi sumber segala sesuatu yang ada. Siva dapat menciptakan sekaligus menghancurkan segala sesuatu, Siva tidak baik atau buruk, Siva adalah aspek yang membuat segalanya sekaligus memberi makna kepada segalanya. Jelaslah bahwa ketiadaan yang tersirat dari Siva bukanlah menunjukkan ketiadakeksistensinya yang harfiah, namun hanya karena kata tersebut sangat susah diartikan secara parsial sebab berarti segalanya. Siva tidak memiliki bentuk yang pasti tetapi mengambil bentuk dari segala sesuatu yang dapat dirasakan baik secara individual maupun komunal. Siva menghubungkan yang berbentuk dengan yang tanpa bentuk, juga titik tumpu atau garis singgung antara yang tak terhingga dan kekosongan tertinggi. Siva adalah yang absolut dan selalu terhubung dengan kekuatan Śakti yang memanifestasikan semua kemungkinan serta memproyeksikan relativitas. Dalam realitas saat ini, ketiadaan itu tidak ada tetapi pada realitas sejati ketiadaan tersebut sejatinya eksis. Siva adalah yang ilahi tetapi tidak pada pengertian religiusnya tetapi dalam arti bahwa hakikatnya tidak nyata. Siva dan Śakti menciptakan pola dalam kekacauan sekaligus menciptakan kompleksitas dari kesederhanaan. Śakti merupakan energi yang membawa pikiran memancar dari tubuh sekaligus menyimpan segala informasi dari pikiran. Śakti merupakan sumber dari semua pengetahuan, delusi, dan sekaligus pembebasan dari delusi. Siva disebut dengan *Ātma, Purusa*, Jiwa universal, Realitas Tertinggi, Tuhan, dan sebagainya.

Rai dan Kumar (2021:28) menegaskan jika manusia adalah sebuah sistem yang dikendalikan secara otonom dan diatur secara otomatis. Secara utuh diri manusia terdiri dari jiwa, pikiran, dan sebelas sistem organ. Otak adalah mikroprosesor atau mikrokontroler yang berfungsi untuk menyimpan memori dan bekerja sama dengan pikiran sebagai perangkat lunak yang menyediakan instruksi program guna menjalankan berbagai fungsi tertentu. Pikiran merupakan kombinasi dari karakter, mental, dan perasaan. Bagian ini merupakan elemen penting dari diri manusia dalam membentuk pengalaman berpikir dan merasakan. Tubuh memiliki sensor-sensor sebagai merupakan penyedia informasi atau pengetahuan yang berkaitan dengan pikiran guna memutuskan atau mengeksekusi informasi yang diperoleh dari tubuh serta jiwa dalam proses pencarian pengetahuan tertinggi. Selain itu tubuh juga terdiri atas organ indera yang berfungsi untuk merasakan perubahan anatomik dan fisiologis serta memberikan informasi dalam mempertahankan fungsi tubuh. Jiwa adalah pengendali super sebagai kapasitas yang berfungsi selama hidup individu. Fungsi jiwa, pikiran, dan tubuh saling bergantung dan dapat diamati sebagai *Tri-Unity*.

Sejalan dengan itu, Matkar, dkk (2022:53) menyatakan pikiran berhubungan dengan indera dan organ fungsional. Organ indera dapat mempersepsikan pengetahuan dari *Panha Jnanendriya* terkait dengan fungsi pikiran. Sedangkan fungsi pikiran bergantung pada kemantapan *Ātma* (jiwa) dan fungsi Indriya. Pikiran dipertimbangkan sebagai *atindriya* yaitu organ indera yang luar biasa karena mampu menembus batasan dan rintangan umum pada organ indera lainnya. Pikiran memiliki otonominya sendiri sebagai identitas spesifik, kekuatan, maupun sifat ganda. Disamping itu organ indera memiliki objek spesifiknya sendiri tetapi objek pikiran tidak spesifik karena mampu merasakan objek dari semua organ indera. Pikiran hanya satu sehingga dianggap sebagai *ekatva*, tetapi dikaitkan dengan banyak organ termasuk bagian sensorik tubuh. Pikiran dapat berpindah dengan sangat cepat dari satu organ indera ke organ indera lainnya, kelincihannya untuk melakukan penyusupan dikenal sebagai *anutva*.

Kemampuan mendapatkan informasi dan selanjutnya menggunakannya adalah ciri khas dari cara kerja pikiran. Terdapat korelasi yang kuat antara *manas*, *ātma* dan indriya. Pengetahuan atau informasi disimpan dan dimanfaatkan hanya pada asosiasi organ indera (*indriya*), pikiran (*manas*) dan jiwa (*ātma*).

Kendatipun kesadaran terhadap hakikat diri yang sejati tidak mudah didapatkan, namun proses pembelajaran yang berlangsung di dalamnya juga telah melantarkan keutamaan-keutamaan. Orang-orang yang mengorientasikan dirinya kepada diri sejati akan mendasari dirinya dengan kesucian. Lebih lanjut pikiran, perkataan, dan perbuatannya juga termurnikan. Para *sadhaka* semacam itu selain mendapatkan manfaat rohani juga dapat memberikan manfaat kepada lingkungan sosialnya. Hal itu merupakan tujuan proses pendidikan yang holistic

#### IV. SIMPULAN

Sebagai teks Sivaistis yang bercorak Tantrik, Śivasutra memaparkan jalan-jalan pengaturan diri yang integral dengan menekankan pada kemerdekaan individu. Pengakuan pada kemerdekaan individu merupakan ciri khas Tantrik yang memberikan kesempatan kepada setiap orang untuk mendapatkan pembebasan rohani sesuai dengan kekhususan-kekhususan yang terdapat pada dirinya secara individual.

Para guru akan menyesuaikan cara pembelajaran yang akan dijalani murid-muridnya berdasarkan sifat-sifat dasar merupakan unsur heriditas. Kendatipun demikian dalam Teks Śivasutra juga digariskan pola-pola pengaturan diri pokok yang dapat menjembatani kekhususan individual tersebut. Pertama-tama pembelajaran dimulai dari pengembangan kemampuan mendasar individu seperti berbahasa, membaca, menulis, dan sebagainya. Selain juga kondisi-kondisi keseharian dalam kehidupan juga dimanfaatkan sebagai sarana berlatih seperti kondisi terjaga, tidur lelap, mimpi, dan kesadaran penuh. Dalam proses pembelajaran dapat saja siswa merasa dirinya telah berpengetahuan karena intensnya proses pembelajaran yang dijalannya. Demi menghindari hal tersebut dalam Śivasutra setiap pelajar diingatkan bahwa pengetahuan juga dapat menjadi belenggu apabila diperlakukan dengan keliru. Proses pembelajaran rohani tidak bisa dilakukan secara instan, oleh karenanya memerlukan waktu panjang. Pada pertengahan perjalanan siswa sangat berpeluang untuk patah semangat atau terkungkung keraguan. Śivasutra menekankan pentingnya pembangkitan semangat dalam belajar. Manakala pengaturan diri telah dapat dilakukan dengan utuh maka dengan sendirinya pengetahuan tentang diri yang kekal (*ātma*) akan diperoleh.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, Faris Maulana.(2021).*Tafsir Temantik-Sosial: Studi atas Ensiklopedi al-Qur'an dan paradigm al-Qur'an Karya M. Dawam Rahardjo*.Serang:A-Empat
- Balsavar, Anuradha, Deshpande, Smita N.(2014).*Hallucination in The Classic Indian system of Ayurveda: a Brief Overview*. Dalam Indian Journal of Psychiatry Volume 56, number 4, October-Desember 2014
- Bhandarkar, R.G.(2019).*Vaisvavism, Saivism and Minor Religious System*.Strassburg:Verlag Von Karl J. Trubner
- Bhargav, Hermant, dkk.(2021). Basic Concepts of Counseling as per Vedic Literature.Dalam Varambally, Shivarama, dkk.*The Science and Art of Yoga in Mental and Neurological Healthcare*.New Delhi:Jaypee Brothers Medical Publishers
- Boudon, Lyne bansat.(2014).*On Saiva Termonology:Some Key Issues of Understanding*. Dalam Journal of Indian Philosophy, volume 14 Number 1 tahun 2014
- Bulkeley, Kelly.(2008).*Dreaming in The World's Religion*.New York:NYU Press
- Chauhan, Gian Chand.(2012).*Some Aspect of Eraly Indian Society*.Pennsylvania:Red Lead Press
- Feuerstein, Georg.(2022).*The Encyclopedia of Yoga and Tantra*.Colorado:Shambala Publications
- Gandhi, M.K.(2015).*Self-Restraint Vs Self-Indulgence*.Kolkata:Edition Next

- Grieve, Gregory Price.(2005). *One and Three Bhairavas: The Hypocrisy of Iconographic Mediation*. Dalam Revista de Estudos da Religião No 4 / 2005
- Gupta, Sanjukta.(2013).*The Cosmic Play of Power*.Delhi:Motilal Banarsidass
- Haas, Nibodhi.(2013).*Consciousness through Ayurveda and Yoga*.India: Mata Amritanandamayi MT
- Holdrege, Barbara A.(1996).*Veda And Torah Transending The Textuality of Scripture*.USA:State University of New York Press
- Iyer, Aaria.(2021).*Wake Up*.Bilaspur:Sankalp Publication
- Kakkattil, Sruthi S.(2022). *Re-Engaging the Western Psyche: Shakti and the Divine Feminine Consciousness*. Dalam Journal of Positive School Psychology 2022, Vol. 6, No. 3
- Kumar, Rajeev.(2015). *Concept and Nature of Consciousness in Shiva-Sutra: An Applied Scientific Approach*. Dalam The International Journal of Indian Psychology Volume 3, Issue 1, No.9
- Laksman, Swami.(2007).*Shiva Sutra The Supreme Awakening*.USA: Author House
- Laxmi, Nandigam Jagan Mohana.(2018).*The Concept of Dreams From Upanishads*.Dalam International Journal of Research and Analytical Reviews (IJRAR) Volume 5, Issue 04 Desember 2018.
- Madhukar, Lahange Sandeep.(2022). *Review Study on Concept of Aātma in Aastik Darshan*.Dalam International Journal for Research in Applied Science & Engineering Technology (IJRASET) Volume 10 Issue VII July 2022
- Matkar, Prajakta Devidas, dkk.(2022). *Concept of Mana, Ātma And Indriya In Manasa Vigyan: An Ayurveda Review*. Dalam International Journal of AYUSH Volume 11 Issue 01 Jan – Feb 2022
- Meda, Gargi.(2018). *The Concept of Jñāna (Knowledge) in Indian Philosophy*. Dalam Anudhyan An International Journal of Social Science Volume 3 – Issue 1 – February 2018
- Melton, J. Gordon.(2011).*Religious Celebrations*.England: ABC-CLIO
- Michaels, Axel.(2004).*Hinduism Past and Present*.New Jersey: Princeton University Press
- Mirnig, Nina.(2020). *Adapting Śaiva Tantric Initiation for Exoteric Circles: Lokadharminī Dīkṣā and Its History in Early Medieval Sources*. Dalam Goodall, Dominic, dkk, *Saivism and The Tantric Traditions*.Boston:BRILL
- Nigal, Sahebrao Genu.(2009).*Vedic Philosophy of Values*.New Delhi:Northern Book Centre
- Pandit, B.N.(2004). *Īśvara Pratyabhijñā Kārikā*.Delhi:Motilal Banasirdass Publishers
- Pereira, Contzen.(2018). *Shiva & Nothingness*. Dalam Scientific GOD Journal Volume 9 Agustus 2018.
- Prajnanananda, Paramahansa.(2006).*Jnana Sankalini Tantra*.Delhi:Motilal Banarsidass Publishers
- Rai, D.V., Kumar, Gaurav.(2021). *Soul and Mind as Inspired Scientific Circuit meet on Conscious Control of Human Body*. Dalam International Journal of Scientific Engineering and Applied Science (IJSEAS) – Volume-7, Issue-1, January202
- Ranjan, ravi, Singh, M.K.(2021).*Dr. Bhimrao Ambedkar*.New Delhi : K.K. Publications
- Roeser, Robert W, Peck, Stephen C.(2009).*An Education in Awareness: Self, Motivation, and Self Regulated Learning in Contempative Perspective*.Dalam NIH Public Access edisi April 1.
- Schunk, Dale H, Zimmerman, Barry J.(2008).*Motivation and Self-Regulated Learning*.London:Lawrence Erlbaum Associates.
- Shukla, Akhilesh, dkk.(2014). *Relevance of Sleep for Healthy Living: An Ayurvedic Perspective*. Dalam Ayurveda Journal of HealthVOL. XII, ISSUE 3, SUMMER 2014
- Shesadri, K.G.(2018).*Gleanings of Śayana (Sleep) Rituals in the Purāṇas*. Dalam Jurnal Prācyā 2018, Vol. 10, Issue 1

Tantray, Mudasir Ahmad, dkk.(2018).*Concept of Manifestation Process in Kashmir Shaivism*.  
Dalam Abi-annual peer-reviewed journal of Department of English and Cultural  
Studies, Punjab University, Chandigarh, Issue no 33 tahun 2018.  
Worthington, Everett, dkk.(2017).*Handbook of Humility*.London:Routledge