



J. KRISHNAMURTI

BEBAS DARI YANG DIKENAL

**Yayasan Krishnamurti Indonesia
2009**

Copyright (c) Krishnamurti Foundation Trust Ltd .1969

Judul asli : **FREEDOM FROM THE KNOWN**

ISBN : 979-605-495-7

Terjemahan ini diizinkan oleh Krishnamurti FoundationTrust Ltd. London

Dicetak pertama kali di Percetakan Yayasan Krishnamurti Indonesia,
Malang.

Disetujui: Komtares Kepolisian 102 tgl. 7 Mei 1977. No. B /PKN/506/V/1977

Website YKI : www.krishnamurti.or.id

DAFTAR ISI

	Halaman
<i>Bagian I</i>	1
PENCARIAN — BATIN YANG TERSIKSA — PENDEKATAN TRADISIONAL — PERANGKAP KEHORMATAN — MANUSIA DAN INDIVIDU — PERJUANGAN HIDUP — SIFAT DASAR MANUSIA — TANGGUNG JAWAB — KEBENARAN — PERUBAHAN DIRI — PEMBOROSAN ENERGI — KEBEBASAN DARI OTORITAS.	
<i>Bagian II</i>	12
BELAJAR TENTANG DIRI KITA SENDIRI — KESEDERHANAAN DAN SIFAT RENDAH HATI — KETERKONDISIAN.	
<i>Bagian III</i>	20
KESADARAN — KESELURUHAN KEHIDUPAN — KESADARAN TANPA MEMILIH	
<i>Bagian IV</i>	25
PENGEJARAN KESENANGAN — KEINGINAN — PEMUTAR-BALIKAN OLEH PIKIRAN — KENANGAN — KEGEMBIRAAN	
<i>Bagian V</i>	30
MEMIKIRKAN DIRI SENDIRI — Mencari kedudukan — KETAKUTAN-KETAKUTAN DAN KETAKUTAN TOTAL — FRAGMENTASI PIKIRAN — BERAKHIRNYA KETAKUTAN	
<i>Bagian VI</i>	39
KEKERASAN — KEMARAHAAN — MEMBENARKAN DAN MENYALAHKAN — IDEAL DAN KENYATAAN	
<i>Bagian VII</i>	47
HUBUNGAN — KONFLIK — MASYARAKAT — KEMISKINAN — OBAT BIUS — KETERGANTUNGAN — PEMBANDINGAN — KEINGINAN — CITA-CITA — KEMUNAFIKAN	

Bagian VIII	56
KEBEBASAN — PEMBERONTAKAN — KESENDIRIAN — KEMURNIAN — HIDUP DENGAN DIRI KITA SENDIRI SEBAGAIMANA ADANYA	
Bagian IX	61
WAKTU — KESEDIHAN — KEMATIAN	
Bagian X	67
CINTA	
Bagian XI	76
MELIHAT DAN MENDENGARKAN — SENI — KEINDAHAN — KESEDERHANAAN BATIN — CITRA — MASALAH — RUANG	
Bagian XII	83
YANG MENGOBSERVASI DAN YANG DIOBSERVASI	
Bagian XIII	87
APAKAH BERPIKIR ITU ? — IDE DAN TINDAKAN — TANTANGAN — MATERI — ASAL MULA PIKIRAN.	
Bagian XIV	92
BEBAN HARI KEMARIN — BATIN YANG TENANG — KOMUNIKASI — PRESTASI — DISIPLIN — KEHENINGAN — KEBENARAN DAN KENYATAAN	
Bagian XV	97
PENGALAMAN — KEPUASAN — DUALITAS — MEDITASI	
Bagian XVI	103
REVOLUSI TOTAL — BATIN RELIGIUS — ENERGI — SEMANGAT BATIN	

I

PENCARIAN - BATIN YANG TERSIKSA - PENDEKATAN TRADISIONAL - PERANGKAP KEHORMATAN - MANUSIA DAN INDIVIDU - PERJUANGAN HIDUP - SIFAT DASAR MANUSIA - TANGGUNG JAWAB - KEBENARAN - PERUBAHAN DIRI - PEMBOROSAN ENERGI - KEBEBASAN DARI OTORITAS.

Sepanjang masa orang mencari sesuatu yang lebih luhur daripada dirinya sendiri, yang ada di balik kemakmuran materi - sesuatu yang kita sebut kebenaran atau Tuhan atau kenyataan, satu keadaan tanpa waktu - sesuatu yang tak bisa terganggu oleh keadaan sekitar, oleh akal atau oleh kebusukan hati manusia.

Orang senantiasa bertanya: apakah artinya semua ini? Apakah hidup mempunyai arti? Orang melihat kebingungan hidup yang luar biasa, keganasan-keganasan, pemberontakan, peperangan, perpecahan tanpa akhir dalam agama, ideologi dan kebangsaan; dan dengan perasaan kecewa yang mendalam, apakah yang dapat kita lakukan, apakah yang kita sebut hidup itu, apakah di balik semua ini ada sesuatu?

Karena tidak menemukan sesuatu tak bernama yang diberinya seribu nama, sesuatu yang senantiasa dicarinya, maka orang telah mengembangkan kepercayaan-kepercayaan pada seorang juru selamat atau sebuah cita-cita ---dan kepercayaan selalu menimbulkan kekerasan.

Dalam perjuangan yang tak henti-hentinya dan yang kita sebut kehidupan ini, kita berusaha mendirikan satu tata krama tingkah laku yang disesuaikan dengan masyarakat tempat kita dibesarkan ---apakah itu sebuah masyarakat komunis atau apa yang disebut masyarakat bebas. Kita menerima suatu pola tingkah laku yang merupakan bagian dari tradisi kita sebagai orang Hindu, orang Islam atau orang Kristen atau golongan apapun lainnya. Kita mengharapkan pimpinan dari seseorang yang memberitahu kita tentang apa itu kelakuan yang baik atau buruk, apa itu yang disebut pikiran yang benar atau yang salah, dan dalam menganut pola tertentu ini kelakuan dan pikiran kita menjadi mekanis, jawaban-jawaban kita terhadap peristiwa-peristiwa yang kita alami menjadi otomatis. Kita dengan sangat mudah dapat mengamati hal ini dalam diri kita sendiri.

Selama berabad-abad kita telah diindoktrinasi oleh para guru kita, para pemimpin kita, buku-buku kita, orang-orang yang kita anggap suci. Kita berkata: "Beritahu aku segalanya tentang hal itu ---apa yang ada di balik bukit-bukit, gunung-gunung dan bumi ini?" kemudian kita merasa puas dengan deskripsi yang mereka berikan.

Itu berarti bahwa hidup kita didasarkan pada kata-kata belaka dan hidup kita bersifat dangkal dan kosong. Kita tidak orisinil. Selama ini kita hidup berdasarkan apa yang telah diberitahukan kepada kita, baik karena terdorong oleh kecenderungan-kecenderungan, sifat-sifat bawaan kita, ataupun karena kita terpaksa menerima segalanya itu karena situasi atau lingkungan.

Kita merupakan hasil dari segala macam pengaruh dan tak ada apapun yang baru di dalam diri kita, tak ada apapun yang telah kita temukan sendiri dalam diri kita; tak ada yang orsinil, murni, jelas.

Dalam seluruh sejarah teologi menunjukkan bahwa kita telah diyakinkan oleh pemimpin-pemimpin agama, bila kita melakukan upacara-upacara tertentu, mengulang do'a-do'a atau mantra-matra tertentu, menganut pola-pola tingkah laku tertentu, menekan keinginan-keinginan kita, mengontrol pikiran-pikiran kita, memperhalus perasaan-persaan kita, membatasi kesukaan-kesukaan kita dan menjauhkan diri dari pelampiasan nafsu seks kita, maka setelah melalui siksaan jiwa dan raga yang cukup, kita akan menemukan sesuatu yang lain di balik kehidupan yang kerdil ini. Dan itulah yang telah dilakukan berjuta-juta orang yang alim selama berabad-abad, baik dengan hidup di tempat terasing, pergi ke padang pasir atau ke gunung atau gua, atau berkelana dari desa ke desa sambil membawa mangkuk minta-minta, atau dengan masuk kelompok tertentu hidup dalam sebuah biara, memaksa batinnya untuk menyesuaikan diri dengan sebuah pola hidup yang tetap. Tetapi batin yang tersiksa, batin yang retak, batin yang ingin lari dari semua kekalutan, yang telah mengingkari dunia lahir dan telah dibuat tumpul oleh disiplin dan konformitas - batin yang demikian itu, betapapun lamanya ia mencari, hanya akan menemukan sesuai dengan pemutar-balikan kenyataan yang ada di dalam dirinya.

Maka untuk menemukan apakah sesungguhnya ada atau tidak ada sesuatu di balik kehidupan yang penuh kekuatiran, dosa, ketakutan dan persaingan ini, menurut hematku, orang harus menghadapinya dengan sikap yang lain samasekali. Pendekatan tradisional berlangsung dari luar ke dalam; dan melalui waktu, praktek dan pengingkaran, setahap demi

setahap menuju ke hati-sanubari, keindahan batin dan cinta kasih, - dalam kenyataan itu berarti: melakukan segala sesuatu yang membuat diri orang jadi sempit, picik dan munafik; menguliti diri selapis demi selapis; mengambil waktu; hari besok bolehlah, kehidupan yang akan datang jadilah - dan bila pada akhirnya orang sampai ke pusat yang terdalam, ia tidak menemukan apa-apa di sana karena batinnya telah dibuat tidak mampu apa-apa, bodoh dan tidak peka.

Setelah mengamati proses ini, orang bertanya kepada dirinya sendiri, apakah ada suatu pendekatan yang lain samasekali - artinya, apakah tak ada kemungkinan untuk meledak dari pusat?

Dunia menerima dan menganut pendekatan tradisional. Penyebab utama kekacauan batin kita ialah upaya untuk mengejar kebenaran yang dijanjikan oleh orang lain; secara mekanis kita menganut orang lain yang menjanjikan suatu kehidupan spiritual yang menyenangkan. Suatu hal yang luar biasa ialah, bahwa walaupun kebanyakan diantara kita menentang tirani politik dan kediktatoran, tetapi secara batiniah kita sebenarnya menerima otoritas, tirani orang lain untuk mengubah batin dan cara hidup kita. Bila kita menolak secara menyeluruh - tidak hanya secara intelektual, tetapi secara nyata - segala sesuatu yang disebut otoritas spiritual, segala upacara, ritual dan dogma, maka itu berarti, bahwa kita berdiri seorang diri dan sudah berada dalam konflik dengan masyarakat; maka kita bukan manusia yang minta dihormati lagi. Manusia yang minta dihormati tidak mungkin mendekati kebenaran yang abadi, yang tak terukur.

Sekarang Anda telah mulai dengan mengingkari sesuatu yang mutlak salah - pendekatan tradisional - tetapi bila Anda mengingkarinya sebagai sebuah reaksi, maka Anda akan menciptakan satu pola lain yang akan menjebak Anda; bila Anda berkata kepada diri Anda sendiri secara intelektual, bahwa pengingkaran ini sebuah ide yang sangat baik tetapi Anda tak melakukan apa-apa, Anda tak bisa maju setapakpun. Tetapi bila Anda mengingkarinya oleh karena anda mengerti ketololan dan ketidak-dewasaan pendekatan semacam itu, bila Anda menolaknya dengan kecerdasan yang besar, karena Anda bebas dan tidak takut, maka meski Anda akan menimbulkan suatu gangguan besar di dalam diri Anda dan di sekitar Anda, tetapi Anda akan keluar dari perangkap kehormatan. Maka Anda akan menemukan bahwa Anda tidak mencari lagi. Itulah hal pertama untuk dipelajari - tidak mencari. Bila Anda mencari, maka yang Anda lakukan sebenarnya hanyalah nonton etalase.

Pertanyaan tentang apakah ada suatu Tuhan atau kebenaran atau kenyataan, atau dengan nama apapun Ia hendak Anda sebut, tak pernah akan terjawab oleh buku, pendeta, ahli filsafat atau juru selamat. Tak seorangpun dan apapun dapat menjawab pertanyaan itu kecuali Anda sendiri dan itulah sebabnya mengapa Anda harus memahami diri Anda sendiri. Ketidak-dewasaan hanya terletak dalam ketidakpahaman total tentang si aku. Mengerti diri Anda sendiri adalah permulaan dari kearifan.

Dan apakah diri Anda itu, Anda sebagai individu? Aku berpendapat, bahwa ada perbedaan antara seorang makhluk manusia dan seorang individu. Seorang individu adalah kesatuan lokal, yang hidup dalam satu daerah tertentu, termasuk satu kebudayaan tertentu, suatu masyarakat tertentu, suatu agama tertentu. Seorang manusia bukan sebuah kesatuan lokal. Ia ada dimana-mana. Bila si individu hanya bertindak di salah satu sudut tertentu dari medan kehidupan yang luas maka tindakannya itu samasekali tak berhubungan dengan keseluruhan medan kehidupan itu. Maka perlulah dicatat, bahwa kita di sini berbicara tentang keseluruhan itu bukan tentang bagiannya, karena didalam yang lebih besar itu terkandung yang lebih kecil, tetapi didalam yang lebih kecil tidak terkandung yang lebih besar. Si individu adalah kesatuan kecil yang bersyarat, penuh duka dan frustrasi, yang puas dengan dewa-dewanya yang kerdil dan tradisi-tradisinya yang kerdil, sedangkan manusia berkepentingan dengan keseluruhan kesejahteraan, keseluruhan duka nestapa dan keseluruhan kebingungan dunia.

Kita makhluk-makhluk manusia tak pernah berubah sejak berjuta-juta tahun - sangat rakus, cemburu, agresif, iri hati, penuh kekuatiran dan keputusasaan, dengan kadang-kadang beberapa kilas rasa gembira dan kasih sayang. Kita merupakan satu campuran aneh dari kebencian, ketakutan dan kelembutan hati; kita adalah kedua-duanya; kekerasan dan perdamaian. Kita telah membuat kemajuan lahiriah dari gerobak hingga pesawat jet, tetapi di dalam batin si individu belum pernah terjadi perubahan apa-apa, sedangkan struktur masyarakat di seluruh dunia telah diciptakan oleh individu-individu. Struktur lahiriah masyarakat adalah hasil struktur psikologis hubungan antar manusia, karena si individu adalah hasil keseluruhan pengalaman, pengetahuan dan tingkah laku umat manusia. Kita masing-masing merupakan gudang simpanan segala sesuatu yang telah lampau. Si individu adalah manusia yang merupakan keseluruhan umat manusia. Seluruh sejarah manusia tertulis di dalam batin kita.

Amatilah apa yang sesungguhnya berlangsung di dalam diri Anda dan di luar diri Anda, dalam kebudayaan yang berintikan persaingan, yakni tempat hidup Anda, dengan keinginannya akan kekuasaan, kedudukan, prestise, nama dan sukses dan apapun lainnya - amatilah prestasi-prestasi yang demikian Anda banggakan, amatilah keseluruhan bidang yang Anda sebut kehidupan dan di mana terdapat pertentangan dalam setiap bentuk hubungan, yang menimbulkan kebencian, pertentangan, keganasan dan peperangan yang tanpa akhir. Bidang ini, kehidupan ini, hanya itulah yang kita kenal, dan karena kita tak dapat memahami perjuangan hidup yang dahsyat itu maka dengan sendirinya timbullah ketakutan pada kita, dan kita menemukan pelarian diri dari dunia yang demikian itu melalui berbagai macam jalan yang cerdik. Kitapun takut akan hal-hal yang tidak kita kenal - takut akan kematian, takut akan segala sesuatu yang terletak di balik hari esok. Jadi kita takut akan hal-hal yang kita kenal dan takut akan hal-hal yang tidak kita kenal. Inilah kehidupan kita sehari-hari dan di dalamnya tak ada harapan, sehingga setiap bentuk filsafat, setiap bentuk konsep teologis, hanyalah semata-mata pelarian dari keadaan yang sesungguhnya .

Semua bentuk perubahan luar yang ditimbulkan perang, revolusi, reformasi, hukum dan ideologi, telah gagal total dalam mengubah sifat dasar manusia, jadi juga sifat dasar masyarakat. Sebagai makhluk-makhluk manusia yang hidup di dunia yang jelek dan mengerikan ini, marilah kita bertanya kepada diri kita sendiri, apakah masyarakat ini, suatu masyarakat yang didasarkan pada persaingan, keganasan dan ketakutan, bisa berakhir? Bukannya berakhir sebagai sebuah konsep intelektual ataupun sebuah harapan, melainkan sebagai sebuah fakta aktual; berakhir, hingga jiwa kita menjadi segar, baru dan murni dan dapat membangun sebuah dunia yang samasekali lain. Menurut pendapatku, itu hanya bisa, bila kita masing-masing melihat fakta pokok, bahwa kita sebagai individu, sebagai makhluk manusia, di bagian dunia manapun kita berdiam atau dalam lingkungan kebudayaan macam apapun, kita berada, kita bertanggung jawab sepenuhnya atas keseluruhan keadaan dunia.

Kita masing-masing bertanggung jawab atas setiap peperangan yang timbul, yaitu karena agresivitas dalam kehidupan kita sendiri, karena nasionalisme kita karena nafsu mementingkan diri sendiri karena dewa-dewa kita, prasangka-prasangka kita, cita-cita kita, yang semuanya itu memecah belah kita. Dan hanya bila kita melihat dengan nyata - bukan secara intelektual, melainkan secara aktual, sama aktualnya seperti kita menyadari rasa lapar atau sakit - bahwa Anda dan aku bertanggung jawab

atas segala kekacauan yang ada, atas semua nestapa di seluruh dunia ini, karena kita telah ikut menimbulkan hal itu di dalam kehidupan kita sehari-hari dan karena kita merupakan bagian dari masyarakat mengerikan yang penuh peperangan, pemecah-belahan, kejelekan, keganasan dan keserakahan itu - maka barulah kita bisa bertindak.

Tetapi apakah yang dapat dilakukan seorang manusia - apakah yang dapat dilakukan oleh Anda dan aku - untuk menciptakan sebuah masyarakat yang samasekali lain ? Yang kini kita ajukan kepada diri kita ialah sebuah pertanyaan yang sangat serius. Apakah ada sesuatu yang dapat kita lakukan? Apa yang telah kita lakukan? Adakah seseorang yang dapat memberitahu kita? Memang benar orang bisa memberitahu kita. Yang biasanya disebut pemimpin spiritual, yang dianggap lebih paham daripada kita tentang segalanya, telah memberitahu kita dengan cara memilin dan membentuk kita ke dalam suatu pola baru, dan hal itu tidaklah membuat kita banyak berubah; orang-orang yang cerdik dan yang terpelajar telah memberitahu kita, tetapi hal itu tak membawa kemajuan apapun pada kita. Kita telah diberitahu bahwa semua jalan menuju kebenaran; Anda mempunyai lorong Anda sendiri sebagai seorang Hindu dan orang lainpun mempunyai lorongnya sendiri sebagai orang Kristen dan orang lainnya lagi sebagai seorang Muslimin, dan semua orang itu akan bertemu pada pintu yang sama. Bila Anda mengamati hal itu, maka akan jelas kelihatan kemustahilannya. Kebenaran itu tak berlorong, dan itulah keindahan kebenaran, ia sesuatu yang hidup. Sebuah benda mati mempunyai lorong yang menuju kepadanya karena ia sesuatu yang statis, akan tetapi bila Anda melihat bahwa kebenaran itu sesuatu yang hidup, bergerak, sesuatu yang tak bertempat tinggal tetap, sesuatu yang tidak terdapat di dalam kuil, mesjid ataupun gereja, dan tiada agama, tiada guru, tiada ahli filsafat, tak ada siapapun yang dapat menuntun Anda kepadanya - maka Anda akan melihat pula, bahwa hal yang hidup ini adalah Anda yang sebenarnya - kemarahan Anda, keganasan Anda, kekerasan Anda, keputusan Anda, kesengsaraan, duka nestapa yang Anda alami. Dalam pemahaman tentang semuanya inilah terdapat kebenaran, dan Anda hanya akan memahaminya bila Anda tahu bagaimana cara mengamati segala sesuatu ini di dalam hidup Anda. Anda tak dapat melihatnya melalui suatu ideologi, melalui suatu tirai kata-kata, melalui harapan-harapan dan ketakutan.

Demikianlah Anda melihat bahwa Anda tak dapat bergantung pada siapapun juga. Tak ada penunjuk jalan, tak ada guru, tak ada otoritas. Yang ada hanyalah Anda - hubungan Anda dengan orang-orang lain dan dengan dunia - tak ada apa pun selain itu. Bila Anda menyadari hal ini, maka pada Anda akan timbul satu diantara dua hal: atau Anda tertimpa rasa putus asa yang besar, yang menimbulkan sifat sinis dan kepahit-getiran, atau dalam hal Anda berhadapan dengan fakta yang mengatakan bahwa hanya Anda dan bukan siapapun juga bertanggung jawab atas dunia dan diri Anda sendiri, bertanggung jawab atas segala sesuatu yang Anda rasakan, atas segala tindakan Anda - segala rasa iba pada diri Anda sendiri lenyap. Biasanya kita berusaha melimpahkan kesalahan pada orang-orang lain, yang merupakan salah satu bentuk rasa iba diri.

Karena itu, tanpa pengaruh dari luar, tanpa bujukan bentuk apapun, tanpa rasa takut akan hukuman - dapatkah kita di dalam hati sanubari kita membuat revolusi total--- suatu mutasi psikologis sedemikian rupa, hingga kita tidak bersifat ganas lagi, bersifat penuh kekerasan, suka bersaing, penuh kekuatiran, penuh ketakutan, serakah, cemburu dan wujud-wujud sifat kita lainnya yang telah membangun satu masyarakat busuk yang menjadi tempat hidup kita sehari-hari ini?

Suatu hal yang penting untuk dimengerti sejak mula sekali ialah, bahwa aku tidaklah merumuskan sebuah filsafat ataupun sebuah struktur ide teologis atau konsep teologis. Bagiku semua ideologi itu tolol sekali. Yang penting bukannya suatu filsafat hidup, melainkan pengamatan tentang apa yang sesungguhnya sedang berlangsung di dalam kehidupan kita sehari-hari, baik yang di luar maupun yang di dalam diri kita.

Bila Anda mengamati dengan sangat cermat apa yang sedang terjadi dan menelitinya, Anda akan melihat bahwa peristiwa itu didasari oleh suatu konsepsi intelektual, dan intelek itu bukanlah keseluruhan medan kehidupan; ia hanya salah satu bagian saja, dan satu bagian, yang betapa cerdikpun susunannya, betapapun kuno dan tradisionalnya, ia tetap satu bagian kecil saja dari kehidupan, sedangkan yang kita harus hadapi ialah keseluruhan hidup. Maka bila kita mengarahkan pandangan kita kepada apa yang sedang berlangsung di dunia ini, mulailah kita mengerti bahwa tak ada proses luar dan dalam; yang ada hanyalah satu proses tunggal, satu gerak total yang utuh, satu gerak batin yang mengekspresikan dirinya sebagai gerak lahir, sedangkan gerak lahir ini selanjutnya bereaksi lagi terhadap gerak batin. Pada hemat saya berkemampuan melihat semuanya inilah yang kita perlukan, sebab bila kita tahu bagaimana caranya melihat,

maka seluruh peristiwa menjadi sangat terang, dan untuk dapat melihat, kita tidak memerlukan filsafat ataupun guru. Tak ada seorangpun yang perlu memberi tahu Anda bagaimana seharusnya Anda melihat sesuatu. Anda melihat saja, titik.

Kini dapatkah Anda, sambil melihat keseluruhan lukisan ini - melihatnya bukan melalui kata-kata tetapi secara nyata - dapatkah Anda dengan gampang, dengan spontan, mengubah diri Anda sendiri? Itulah masalah sebenarnya. Apakah mungkin untuk menimbulkan suatu revolusi menyeluruh di dalam batin ?

Aku ingin tahu reaksi apa yang akan timbul pada Anda terhadap pertanyaan semacam itu. Anda bisa berkata: "Aku tak mau berubah", dan banyaklah orang yang bersikap demikian, terutama mereka yang sudah cukup terjamin kehidupan sosial dan ekonominya, atau mereka yang berpegang pada kepercayaan-kepercayaan dogmatis dan telah puas menerima dirinya sendiri dan apa pun di sekitarnya sebagaimana adanya atau dalam bentuk yang hanya sedikit berubah. Orang-orang semacam ini bukanlah orang-orang yang sedang kita pikirkan di sini. Atau Anda dapat pula berkata secara lebih halus: "Itu sesuatu yang terlalu sukar, biarlah itu persoalan bagi orang lain, bukan bagiku", yang berarti bahwa Anda sudah menghalangi diri Anda sendiri, Anda sudah berhenti menyelidiki dan akan tak ada gunanya lagi untuk meneruskan persoalan ini lebih jauh. Atau mungkin Anda berkata: "Aku melihat perlunya suatu perubahan fundamental dalam diriku, tetapi bagaimana aku harus melakukannya? Tunjukkanlah jalan kepadaku, tolonglah, bawalah aku kepadanya". Bila Anda berkata demikian maka yang Anda minati sebenarnya bukanlah perubahan itu sendiri; Anda tidak benar-benar menaruh perhatian terhadap revolusi yang fundamental: Anda sekedar mencari satu metode, satu sistem, supaya Anda bisa menimbulkan perubahan.

Bila aku cukup tolol untuk memberikan Anda sebuah sistim dan bila Anda cukup tolol untuk menganutnya, maka yang akan Anda lakukan hanyalah perbuatan mencontoh, meniru, menyesuaikan diri, menerima, dan bila Anda berbuat demikian, Anda telah menanamkan otoritas orang lain di dalam diri Anda, sehingga terjadi pertentangan antara Anda dan otoritas itu. Anda merasa, bahwa Anda harus melakukan hal ini dan itu karena Anda telah diberitahu untuk berbuat demikian, tetapi Anda tak mampu melakukannya. Anda mempunyai kesukaan, kecenderungan dan tuntutan khusus Anda yang bertentangan dengan sistim yang Anda anggap harus Anda turuti, dan karenanya timbul pertentangan. Maka Anda akan

mengalami kehidupan ganda antara ideologi sistim itu dan aktualitas kehidupan Anda sehari-hari. Dalam usaha untuk menyesuaikan hidup Anda dengan ideologi itu, Anda mengadakan tekanan terhadap diri Anda sendiri - sedangkan yang benar-benar aktual bukanlah ideologi itu melainkan keadaan Anda yang sebenarnya. Bila Anda mencoba menyelidiki diri Anda sendiri sesuai dengan pendapat orang lain, Anda akan selalu hidup sebagai seorang manusia peniru.

Seseorang yang berkata: "Aku ingin berubah, beritahukan aku bagaimana caranya", akan tampak sangat bersungguh hati, sangat serius, tetapi ia tidaklah betul-betul demikian. Yang diinginkannya ialah satu otoritas yang ia harapkan akan membuat batinnya tertib. Tetapi dapatkah otoritas membuat batin menjadi tertib ? Ketertiban yang dipaksakan dari luar selalu menimbulkan kekacauan. Anda mungkin melihat kebenaran akan hal ini secara intelektual, tetapi dapatkah Anda melaksanakannya secara aktual sedemikian rupa hingga batin Anda tidak lagi memproyeksikan otoritas bentuk apapun, apakah itu otoritas yang datang dari sebuah buku, seorang guru, seorang isteri atau suami, ibu atau ayah, seorang teman ataupun otoritas masyarakat? Soalnya ialah, bahwa kita selalu berbuat menurut pola sebuah formula, lalu formula ini menjadi ideologi dan otoritas; tetapi di saat Anda benar-benar melihat bahwa pertanyaan "Bagaimanakah caranya aku bisa berubah?" menciptakan lagi suatu otoritas baru, Anda telah menghapus otoritas untuk selama-lamanya.

Marilah kita nyatakan lagi hal ini dengan jelas: Aku melihat bahwa aku harus berubah secara menyeluruh mulai dari akar-akar kehidupanku; aku tak dapat lagi menggantungkan diri pada tradisi apapun karena tradisi itu telah membawa sifat malas yang luar biasa ini, sifat menerima dan sifat menurut; aku tak mungkin menoleh kepada orang lain untuk membantuku untuk berubah, aku tak mungkin minta bantuan kepada guru siapapun, Tuhan manapun, kepercayaan apapun, sistim apapun, tekanan atau pengaruh luar apapun. Kemudian apakah yang akan terjadi?

Pertama-tama, dapatkah Anda menolak semua macam otoritas? Bila Anda dapat, itu berarti bahwa Anda tidak takut lagi. Maka apakah yang terjadi? Bila Anda menolak sesuatu yang tak benar yang telah Anda bawa keturunan demi keturunan, bila Anda membuang sesuatu beban macam apapun, apakah yang terjadi? Anda lalu mempunyai energi lebih besar, bukankah begitu? Anda akan mempunyai energi, kapasitas yang lebih besar, semangat yang lebih besar, intensitas dan vitalitas yang lebih besar. Bila Anda tidak merasakan ini, maka Anda belumlah membuang beban itu, Anda belum meniadakan tindihan otoritas di punggung anda.

Tetapi bila Anda telah membuangnya dan mempunyai energi yang sama sekali tak mengandung rasa takut ini - tak ada rasa takut untuk berbuat salah, tak ada rasa takut untuk berbuat benar atau salah - maka bukankah energi demikian itulah sebuah mutasi? Kita memerlukan sejumlah besar energi dan kita memboroskannya melalui rasa takut, tetapi bila energi ini ada, energi yang muncul pada waktu setiap bentuk rasa takut dibuang, maka energi itu sendiri menghasilkan revolusi batin yang kita maksudkan. Anda tak perlu berbuat apapun untuk itu.

Jadi Anda telah ditinggalkan dengan diri Anda sendiri, dan itulah keadaan sebenarnya seseorang yang sungguh-sungguh serius tentang segala hal ini, dan karena Anda tidak mengharapkan pertolongan lagi dari orang lain ataupun sesuatu yang lain, Anda sudah menjadi bebas untuk menemukan sesuatu yang baru. Dan dimana ada kebebasan tak akan ada perbuatan salah.

Kebebasan adalah sesuatu yang berlainan sama sekali dengan pemberontakan. Tak ada berbuat benar atau salah bila ada kebebasan. Anda adalah bebas dan dari pusat itu Anda bertindak. Oleh karena itu rasa takut tak ada dan batin yang tak punya rasa takut mempunyai kemampuan untuk benar-benar cinta. Dan bila ada cinta, ia boleh berbuat sekehendaknya.

Sebab itu, yang akan kita lakukan kini ialah belajar tentang diri kita sendiri tidak menurut saya atau menurut seorang analis atau ahli filsafat - karena bila kita belajar tentang diri kita sendiri menurut orang lain, kita belajar tentang orang itu, tidak tentang diri kita sendiri - kita akan belajar tentang apakah kita sebenarnya.

Setelah menyadari bahwa untuk menimbulkan revolusi yang menyeluruh dalam batin kita sendiri, kita tak dapat menggantungkan diri pada otoritas luar mana pun, maka masih ada lagi satu kesukaran yang jauh lebih besar; yaitu menolak otoritas dari pengalaman-pengalaman kecil dan pendapat-pendapat, pengetahuan, ide-ide dan ideal-ideal yang telah kita kumpulkan sendiri. Anda telah mendapatkan suatu pengalaman di hari kemarin, yang memberi Anda satu pelajaran tertentu dan apa yang telah diajarkan kepada Anda itu menjadi otoritas baru - dan otoritas hari kemarin itu sama-sama bersifat merusak sebagai halnya otoritas pengalaman seribu tahun. Untuk mengerti diri kita sendiri tidak diperlukan otoritas, apa ia otoritas hari kemarin ataukah seribu tahun, karena kita adalah benda-benda hidup, selalu dalam keadaan bergerak, mengalir, tak pernah berhenti. Bila kita memandang diri kita sendiri dengan otoritas hari kemarin yang telah

mati, kita tidak akan mengerti gerak hidup itu serta keindahan dan kualitasnya.

Terbebas dari semua macam otoritas, baik otoritas Anda sendiri maupun otoritas orang lain, berarti mati terhadap segala sesuatu yang terdapat di hari kemarin begitu rupa, hingga batin Anda selalu segar, selalu muda, murni, penuh semangat dan gairah. Hanya dalam keadaan itulah orang bisa belajar dan mengamati. Dan untuk ini diperlukan suatu kesadaran yang sangat besar, satu kesadaran aktual tentang apa yang sedang berlangsung di dalam diri Anda sendiri, tanpa mengoreksinya atau mengatakan apa yang seharusnya atau apa yang seharusnya tidak terjadi, karena pada saat Anda mengoreksi Anda telah membentuk otoritas lainnya, yaitu suatu sensor.

Demikianlah maka kita akan bersama-sama menyelidiki diri kita sendiri--- bukannya seseorang memberi penjelasan sambil Anda membaca, menyetujui atau tidak menyetujuinya selagi Anda mengikuti kata-kata yang tertera pada halaman-halaman buku ini, melainkan kita bersama-sama membuat satu perjalanan, satu perjalanan untuk menyelami sudut-sudut batin kita yang paling tersembunyi. Dan untuk membuat perjalanan semacam itu kita harus dapat berjalan enteng; kita tak boleh dibebani pendirian-pendirian, prasangka-prasangka dan kesimpulan-kesimpulan --- segala perabot tua yang telah kita kumpulkan selama duaribu tahun terakhir dan lebih. Lupakanlah segala sesuatu yang Anda ketahui tentang diri Anda sendiri; lupakan segala-galanya yang pernah Anda pikirkan tentang diri Anda sendiri; kita kini akan mulai seakan-akan kita tak tahu apa-apa.

Tadi malam hujan telah turun dengan lebatnya, dan kini langit mulai cerah; hari ini baru dan segar. Marilah kita menyongsong hari yang segar itu seakan-akan ia satu-satunya hari yang ada. Marilah kita memulai perjalanan kita bersama dengan meninggalkan semua kenangan hari kemarin - dan mulai memahami diri kita sendiri untuk pertama kalinya.

II

BELAJAR TENTANG DIRI KITA SENDIRI - KESEDERHANAAN DAN SIFAT RENDAH HATI - KETERKONDISIAN.

Bila Anda berpendapat bahwa mengenal diri Anda sendiri itu penting hanya karena aku atau orang lain telah mengatakannya kepada Anda, maka aku khawatir semua komunikasi antara kita akan putus. Tetapi bila kita sama-sama sependapat bahwa memahami diri kita sendiri secara menyeluruh itu adalah hal yang vital, maka Anda dan aku akan mempunyai suatu hubungan yang sama sekali lain sifatnya, maka dapatlah kita melakukan penjelajahan bersama dengan jalan menyelidiki segala sesuatu dengan hati yang senang, penuh perhatian dan secara inteligen.

Aku tidak meminta Anda percaya padaku; aku tak akan menempatkan diriku sebagai otoritas. Aku tak memiliki apa-apa yang akan kuajarkan kepada Anda - baik itu satu filsafat baru, sistem baru, ataupun satu jalan baru menuju kenyataan; tak ada lorong menuju kenyataan sebagai halnya tak ada lorong menuju kebenaran. Semua macam otoritas, terutama dalam bidang pikiran dan pengertian, bersifat menghancurkan, merupakan sesuatu yang jahat. Para pemimpin menghancurkan pengikut-pengikutnya dan para pengikut menghancurkan pemimpin-pemimpinnya. Anda harus menjadi guru dan murid Anda sendiri. Anda harus meragukan segala sesuatu yang telah diterima orang sebagai sesuatu yang berharga, sebagai sesuatu yang penting dan perlu.

Bila Anda tidak mengikuti seseorang, Anda akan merasa sangat kesepian. Biarlah Anda kesepian. Mengapa Anda takut sendirian? Anda takut karena Anda akan dihadapkan pada diri Anda sendiri sebagaimana adanya, dan Anda akan menemukan bahwa Anda kosong, tumpul, tolol, jelek, bersalah dan cemas - Anda sesuatu yang dangkal, tak berharga, tidak orisinal. Hadapilah fakta; pandanglah dia, jangan lari darinya. Pada saat Anda lari maka mulailah timbul rasa takut.

Dalam hal menyelidiki diri kita sendiri, kita tidak mengasingkan diri dari dunia. Ini bukanlah satu proses yang tidak sehat. Manusia di seluruh dunia terlibat dalam masalah kehidupan sehari-hari; sama halnya seperti diri kita sendiri; karena itu, dalam hal menyelidiki diri kita sendiri, kita tidak neurotik sedikitpun karena antara individu dan kelompok tidak ada perbedaan. Itu adalah fakta yang sebenarnya. Aku telah menciptakan dunia

seperti diriku sendiri. Maka janganlah kita tenggelam dalam pertarungan antara bagian dan keseluruhan.

Aku harus menjadi sadar akan keseluruhan medan kehidupan diriku, sendiri, yaitu kesadaran si individu dan kesadaran masyarakat. Baru pada saat itulah, pada waktu batin berada di luar kesadaran individu dan masyarakat, aku bisa menjadi cahaya yang tak kunjung padam bagi diriku sendiri.

Kini, darimana kita mulai mengerti diri kita sendiri? Di sini aku, dan bagaimanakah aku akan menyelidiki diriku sendiri, mengamati diriku sendiri, melihat apa yang sesungguhnya berlangsung di dalam diriku sendiri? Aku hanya dapat mengamati diriku sendiri di dalam antar hubungan, karena semua kehidupan itu adalah antar hubungan. Tak ada gunanya aku duduk di satu sudut dengan bersamadi tentang diriku sendiri. Aku tak dapat hidup seorang diri. Aku hidup hanya dalam hubungan dengan orang-orang, benda-benda dan ide-ide, dan dalam menyelidikanku tentang hubunganku itu - baik dengan benda-benda luar dan orang lain maupun dengan hal-hal yang berada di dalam diriku - aku mulai mengerti diriku sendiri. Setiap bentuk pengertian lain hanyalah sebuah abstraksi dan aku tak mungkin menyelidiki diriku sendiri dalam abstraksi; aku bukan sesuatu yang abstrak, karena itu aku harus menyelidiki diriku dalam kenyataan ---dalam *keadaanku sebenarnya*, bukan sebagai yang diinginkan.

Mengerti bukanlah satu proses intelektual. Memperoleh pengetahuan tentang diri Anda sendiri dan belajar tentang diri Anda sendiri adalah dua hal yang berbeda, karena pengetahuan yang Anda kumpulkan tentang diri Anda selalu merupakan sesuatu yang lampau, dan batin yang dibebani dengan hal-hal yang lampau adalah batin yang penuh kesengsaraan. Belajar tentang diri Anda sendiri tidaklah seperti mempelajari sebuah bahasa atau sebuah teknologi atau sebuah ilmu pengetahuan yang untuk itu Anda tentu saja perlu mengumpulkan dan mengingat-ingat, dan untuk mulai lagi dari awal sekali adalah sesuatu yang tak masuk akal ; akan tetapi di bidang psikologis, belajar tentang diri Anda sendiri selalu terjadi sekarang sedangkan pengetahuan selalu di waktu lampau dan karena kebanyakan dari kita hidup di masa lampau dan telah puas dengan yang lampau, maka bagi kita pengetahuan menjadi luar biasa pentingnya. Itulah sebabnya mengapa kita sangat memuja para ilmuwan, yang pandai, yang cerdik. Tetapi bila Anda belajar sepanjang masa, belajar setiap menit, belajar dengan mengamati dan mendengarkan, belajar dengan melihat dan

berbuat, maka Anda akan menemukan, bahwa belajar itu adalah sebuah gerak yang berlangsung terus - menerus tanpa waktu lampau.

Bila Anda berkata Anda akan belajar secara bertahap tentang diri Anda, menambah sedikit demi sedikit secara terus menerus, maka Anda bukannya menyelidiki diri Anda sendiri sebagaimana adanya saat ini, tetapi melalui pengetahuan yang dikumpulkan. Belajar mengandung kepekaan yang besar. Kepekaan tak mungkin ada bila ada ide, yaitu sesuatu yang telah lampau, tapi yang menguasai masa kini. Dengan adanya ide, batin tak mungkin bersifat cepat, luwes, dan awas. Kebanyakan diantara kita tidak peka; baik lahiriah maupun batiniah. Kita terlalu banyak makan, kita tak mempedulikan makanan sehat, kita terlalu banyak merokok dan minum minuman keras, hingga badan kita menjadi kasar dan tidak sensitif; kepekaan organisme itu telah dibuat tumpul. Bagaimana batin bisa sangat awas, sensitif, jernih, bila organismenya tumpul dan berat? Boleh jadi kita sensitif terhadap beberapa hal tertentu yang menyangkut kepentingan pribadi kita, tetapi supaya kita dapat sungguh-sungguh peka terhadap seluruh implikasi kehidupan, maka tak boleh ada pemisahan antara organisme dan batin. Kepekaan itu sebuah gerak yang menyeluruh.

Untuk memahami sesuatu Anda harus hidup dengan sesuatu itu, Anda harus mengamatinya, Anda harus mengetahui keseluruhan isinya, sifat-sifatnya, strukturnya, geraknya. Pernahkah Anda mencoba hidup dengan diri Anda sendiri? Bila pernah, Anda akan mulai melihat bahwa diri Anda itu bukan sesuatu yang statis, melainkan sesuatu yang hidup dan segar. Dan untuk dapat hidup dengan sesuatu yang hidup, batin Anda pun harus hidup. Tetapi batin Anda tak dapat hidup bila ia tertangkap dalam pandangan-pandangan, kesimpulan-kesimpulan dan nilai-nilai.

Untuk dapat mengamati gerak pikiran dan hati Anda sendiri, Anda harus mempunyai pikiran yang bebas, bukan pikiran yang menyetujui dan tidak menyetujui, yang berat sebelah dalam suatu perdebatan, yang bertengkar tentang kata-kata semata; tetapi sebaiknya Anda mengikutinya dengan maksud untuk memahami. Ini sulit sekali dilakukan, karena kebanyakan dari kita tak tahu bagaimana melihat atau mendengarkan diri kita sendiri seperti halnya kita tak tahu bagaimana melihat keindahan sebatang sungai atau mendengarkan desir angin diantara pepohonan.

Bila kita menyalahkan atau membenarkan, kita tak akan bisa melihat jelas, pun tak mungkin itu terjadi bila pikiran kita selalu mengoceh saja; maka kita tak dapat mengamati *apa yang ada*; pandangan kita hanya

terarah pada proyeksi-proyeksi yang telah kita buat tentang diri kita sendiri. Kita masing-masing mempunyai citra tentang anggapan kita mengenai diri kita sendiri atau tentang kita seharusnya bagaimana, dan citra itu, gambaran itu, menghalang-halangi kita untuk melihat diri kita sendiri dalam keadaan sebenarnya.

Salah satu hal yang paling sukar dilakukan di dunia ialah memandang apapun secara sederhana. Karena pikiran kita sangat kompleks, maka kita telah kehilangan kesederhanaan ini. Yang kumaksudkan di sini bukannya kesederhanaan dalam hal berpakaian atau makan ---hanya mengenakan cawat saja atau memecahkan rekor dalam berpuasa atau sifat-sifat serba kekanak-kanakan semacam itu yang dipupuk oleh orang-orang yang dianggap suci, melainkan kesederhanaan yang berarti mampu memandang segala sesuatu secara langsung tanpa rasa takut, mampu memandang diri kita sendiri sebagaimana adanya tanpa pemutarbalikan sedikitpun, mengatakan kita bohong bila kita bohong, tidak menutup-nutupi atau lari dari keadaan sebenarnya.

Lagi pula, untuk dapat memahami diri kita sendiri perlu ada sifat rendah hati yang sangat besar. Bila Anda mulai dengan berkata: "Aku mengenal diriku sendiri", maka Anda telah berhenti belajar tentang diri Anda sendiri; atau bila Anda berkata "Tak banyak yang dapat dipelajari tentang diriku sendiri karena aku hanya seberkas kenangan, ide, pengalaman dan tradisi, maka Anda telah berhenti juga belajar tentang diri Anda sendiri. Pada saat Anda mencapai sesuatu, Anda berhenti memiliki sifat kemurnian dan sifat rendah hati; di saat Anda mengambil sebuah kesimpulan atau mulai menyelidiki berdasarkan pengetahuan, celakalah Anda, karena dengan berbuat itu Anda akan menerjemahkan setiap benda hidup ke dalam istilah-istilah usang. Sedangkan bila Anda tak berpijak pada apapun juga, bila tak ada ketentuan apapun, tak ada prestasi, maka ada kebebasan untuk melihat, untuk belajar. Dan bila Anda melihat dengan kebebasan, maka penglihatan itu selalu baru. Orang yang yakin sekali adalah manusia yang mati.

Tetapi bagaimana kita bisa bebas untuk melihat dan belajar, bila batin kita sejak lahir sampai mati dibentuk oleh suatu kebudayaan tertentu dalam pola sempit si "aku"? Selama berabad-abad kita telah terkondisi oleh kebangsaan, kasta, kelas, tradisi, agama, bahasa, pendidikan, kesusasteraan, seni, adat-istiadat, kebiasaan, segala macam propaganda, tekanan ekonomi, jenis makanan kita, iklim, keluarga kita, teman-teman kita, pengalaman-pengalaman kita - setiap jenis pengaruh yang dapat Anda

pikirkan - dan sebab itu jawaban-jawaban kita terhadap setiap masalah sudah terkondisi.

Sadarkah Anda bahwa Anda terkondisi? Itulah pertanyaan pertama yang harus Anda tanyakan kepada diri Anda sendiri, dan bukan bagaimana caranya supaya bisa bebas dari keterkondisian Anda. Boleh jadi Anda tak pernah bisa bebas daripada keterkondisian itu, dan bila Anda berkata "Aku harus bebas darinya", Anda bisa masuk lagi ke dalam perangkap lain dari keterkondisian bentuk lain. Jadi, apakah Anda sadar bahwa Anda terkondisi? Tahukah Anda bahwa sekalipun pada waktu Anda memandang sebuah pohon dan berkata "Itu pohon jati" atau "Itu pohon beringin", penyebutan nama si pohon yang merupakan pengetahuan botanis telah pula mengkondisi batin Anda sedemikian rupa hingga kata itu mencegah Anda untuk sungguh-sungguh melihat pohon itu. Supaya dapat berhubungan dengan pohon itu Anda harus menyentuhnya dengan tangan Anda, dan tak satu kata - pun dapat menolong Anda untuk menjamahnya.

Bagaimana Anda mengetahui bahwa Anda terkondisi? Apa yang memberitahu Anda? Apa yang memberitahu Anda bahwa Anda lapar? - bukan sebagai satu teori melainkan rasa lapar yang sesungguhnya? Dengan cara yang sama pula, bagaimanakah Anda menemukan fakta sesungguhnya bahwa Anda terkondisi? Tidakkah itu berkat reaksi Anda terhadap suatu masalah, suatu tantangan? Anda menjawab setiap tantangan sesuai dengan pengkondisian Anda dan karena pengkondisian Anda tidak memadai, maka reaksi Anda akan selalu tidak memadai.

Bila Anda mulai sadar tentang hal ini, maka apakah pengkondisian bangsa, agama dan kebudayaan itu membawa rasa terkungkung? Ambillah salah satu bentuk pengkondisian, misalkan kebangsaan, sadariilah hal itu secara serius dan menyeluruh dan lihat apakah Anda menyukainya atau berontak terhadapnya, dan jika Anda berontak terhadapnya, apakah Anda mau melepaskan diri Anda dari semua jenis pengkondisian. Bila Anda telah puas dengan keterkondisian Anda, sudah teranglah bahwa Anda tak akan berbuat apa-apa terhadap hal itu, tetapi bila Anda tidak puas pada waktu Anda menyadarinya, Anda akan memahami bahwa Anda tak pernah berbuat apapun tanpa itu. Tak pernah! Dan karena itu Anda selama ini hidup di waktu lampau bersama-sama dengan yang mati.

Anda hanya mampu melihat sendiri betapa terkondisinya Anda, bila terjadi konflik dalam kesinambungan suatu kenikmatan atau dalam penghindaran diri dari suatu kesusahan. Bila Anda diliputi kebahagiaan yang sempurna, isteri Anda cinta pada Anda, Anda cinta padanya, Anda

punya rumah bagus, anak-anak yang manis dan banyak uang, maka Anda samasekali tidak akan menyadari keterkondisian Anda. Tetapi bila terjadi satu gangguan - bila isteri Anda mengarahkan pandangannya kepada orang lain atau Anda kehilangan uang Anda, atau hidup Anda terancam peperangan atau kesusahan atau kekuatiran apa lainnya - maka Anda akan tahu bahwa Anda terkondisi. Bila Anda menentang salah satu gangguan atau membela diri Anda terhadap salah satu ancaman dari luar ataupun dari dalam, maka Anda tahu bahwa Anda terkondisi. Dan karena kebanyakan diantara kita hampir selalu merasa terganggu dalam kehidupan kita, baik secara dangkal maupun secara mendalam, maka gangguan itulah menunjukkan bahwa kita terkondisi. Selama seekor binatang disayang ia bereaksi manis, tetapi pada saat ia ditentang, maka akan muncullah seluruh sifat keganasannya.

Kita merasa terganggu, baik mengenai kehidupan, politik, situasi ekonomi, kengerian, keganasan, kesengsaraan dunia maupun mengenai hal-hal yang ada di dalam batin kita sendiri, dan dari situlah kita menyadari betapa ketatnya keterkondisian kita. Lalu apakah yang akan kita perbuat? Menerima gangguan itu dan hidup dengannya sebagai halnya kebanyakan diantara kita melakukannya? Membiasakan diri padanya sebagai halnya orang membiasakan diri hidup dengan sakit punggung? Bersikap sabar terhadapnya ?

Di dalam diri kita semua ada satu kecenderungan untuk bersikap sabar terhadap persoalan-persoalan, untuk terbiasa padanya, untuk melemparkan kesalahan pada keadaan luar. "Oh, asal segala sesuatu itu berjalan lancar, aku pasti tidak akan seperti sekarang ini", begitu kita berkata, atau "Berilah aku kesempatan dan aku akan mencapai tujuanku", atau: "Aku telah dihancurkan-luluhkan oleh ketidak-adilannya semua itu" tentang gangguan-gangguan yang kita rasakan, kita selalu menimpakan kesalahan pada orang lain, atau pada keadaan sekitar kita atau pada situasi ekonomi.

Terbiasanya orang akan gangguan adalah pertanda bahwa batinnya telah menjadi tumpul, sama saja halnya dengan terbiasanya orang akan keindahan di sekelilingnya begitu rupa, hingga ia tak memperhatikannya lagi. Orang menjadi acuh tak acuh, keras dan tak berperasaan dan batinnya menjadi makin lama makin tumpul. Bila kita tidak bisa terbiasa dengan satu gangguan tertentu, kita berusaha untuk lari darinya dengan cara menelan salah satu obat bius, dengan menggabungkan diri dalam salah satu golongan politik, berteriak-teriak, menulis, pergi nonton pertandingan sepak bola atau pergi ke satu kuil atau gereja atau mencari salah satu bentuk hiburan apa lainnya.

Mengapa kita lari dari fakta-fakta yang nyata? Kita takut akan kematian - aku hanya mengambilnya sebagai sebuah contoh saja - dan kita menciptakan segala macam teori, harapan, kepercayaan, untuk menutupi fakta kematian, tetapi fakta tersebut tetap ada di situ. Untuk mengerti sebuah fakta kita harus memandangnya, tidak lari darinya. Kebanyakan diantara kita takut hidup dan juga takut mati. Kita takut akan keselamatan keluarga kita, takut akan pendapat umum, takut kehilangan jabatan, kehilangan jaminan keamanan, dan beratus-ratus hal lainnya. Fakta yang jelas ialah bahwa kita takut, dan bukan bahwa kita takut akan ini atau itu. Jadi mengapa kita tak bisa menghadapi fakta itu?

Anda hanya dapat menghadapi sebuah fakta di saat ini dan bila Anda tak pernah membiarkannya hadir di saat ini karena Anda selalu lari darinya, maka Anda tak akan pernah bisa menghadapi fakta itu, dan karena kita telah mengembangkan suatu jaringan lengkap dari berbagai bentuk pelarian, kita tertangkap dalam kebiasaan melarikan diri.

Kini, bila Anda sungguh-sungguh sensitif, sungguh-sungguh serius, Anda tidak hanya akan sadar tentang keterkondisian Anda, tetapi Anda akan pula sadar akan bahaya dari semua akibatnya, akan keganasan dan kebencian bentuk apa saja yang bisa menjadi akibatnya. Mengapakah, bila Anda melihat bahaya keterkondisian Anda, Anda tidak bertindak? Apakah itu karena Anda malas, sedangkan sifat malas itu berarti Anda kekurangan energi? Tetapi Anda tidak akan kekurangan energi bila Anda melihat suatu bahaya fisik yang langsung sebagai halnya seekor ular, atau jurang yang dalam, atau api. Tetapi mengapa Anda tidak bertindak bila Anda melihat bahaya keterkondisian Anda? Andaikata Anda melihat bahaya nasionalisme bagi keamanan diri Anda sendiri, tidakkah Anda akan bertindak?

Jawabannya ialah bahwa Anda tidak melihat. Melalui suatu proses intelektual yang analitis, Anda mungkin melihat bahwa nasionalisme itu menuju pada penghancuran diri, tetapi hal itu tak mengandung emosi. Hanya bila ada emosi di dalamnya, maka Anda bisa menjadi vital.

Jika Anda melihat bahaya keterkondisian Anda semata-mata sebagai satu konsep intelektual, Anda tak akan pernah berbuat apa-apa terhadap hal itu. Melihat satu marabahaya sebagai sebuah ide belaka, menimbulkan konflik antara ide dan tindakan, dan konflik itu akan menghabiskan energi Anda. Hanya bila Anda melihat keterkondisian *dan* bahayanya sekaligus *secara langsung*, dan seperti Anda melihat sebuah jurang yang dalam, barulah Anda bertindak. Maka *melihat adalah bertindak*.

Kebanyakan diantara kita menjalani hidup tanpa cukup perhatian, hanya bereaksi saja tanpa-pikir menurut lingkungan tempat kita dibesarkan, dan reaksi-reaksi semacam itu hanya menciptakan perbudakan lebih lanjut, pengkondisian lebih lanjut, akan tetapi, pada saat Anda mencurahkan seluruh perhatian Anda pada keterkondisian Anda, Anda akan melihat bahwa Anda bebas samasekali dari masa lampau, bahwa masa lampau itu terlepas dari Anda secara wajar.

III

KESADARAN - KESELURUHAN KEHIDUPAN - KESADARAN TANPA MEMILIH

Pada waktu Anda menginsafi keterkondisian Anda, maka Anda memahami keseluruhan kesadaran Anda. Kesadaran merupakan keseluruhan bidang tempat bekerjanya pikiran dan terjadinya antar - hubungan. Semua alasan, motif, niat, keinginan, kenikmatan, ketakutan, inspirasi, dambaan, harapan, kesengsaraan, kegembiraan terdapat di bidang itu. Tetapi kita telah membagi-bagi kesadaran itu dalam bagian yang aktif dan yang kurang aktif, dalam tingkat yang atas dan yang bawah, artinya, kita menempatkan semua pikiran, perasaan dan aktivitas sehari-hari pada permukaan kesadaran, dan di bawahnya - pada apa yang kita sebut bawah sadar - segala sesuatu yang terasa asing bagi kita, hal-hal yang kadang-kadang menyatakan dirinya melalui isyarat, intuisi dan impian tertentu.

Kita sibuk dengan satu sudut kecil dari kesadaran, yang merupakan sebagian besar dari kehidupan kita; bagian lainnya yang disebut bawah sadar dengan segala motif, ketakutan, sifat rasial dan sifat keturunannya, merupakan daerah yang asing sekali bagi kita. Kini aku bertanya, adakah sesuatu yang disebut bawah sadar itu? Kita mudah sekali menyebutnya. Kita telah menerima bahwa hal itu memang ada dan segala macam pernyataan dan ocehan para analis dan ahli ilmu jiwa telah merasuki bahasa kita; tetapi adakah sesuatu yang kita sebut bawah sadar itu? Dan mengapa pula kita memberikannya arti yang begitu penting? Bagiku bawah-sadar itu sama sepele dan tolongnya seperti kesadaran - bersifat sempit, fanatik, terkondisi, gelisah dan tak bermutu.

Kini mungkinkah kita menyadari secara menyeluruh segenap daerah kesadaran itu dan tidak hanya sebagian, satu fragmen saja? Bila Anda dapat menyadari keseluruhan kesadaran, maka segala sesuatu akan selalu Anda lakukan dengan penuh perhatian, tidak dengan perhatian yang separuh-separuh. Hal ini penting untuk dipahami karena bila Anda sadar sepenuhnya akan keseluruhan daerah kesadaran, maka tak akan ada konflik. Hanya bila Anda membagi-bagi kesadaran yang keseluruhannya terdiri dari pikiran, perasaan dan perbuatan - ke dalam berbagai macam tingkat, maka terjadilah konflik.

Kita hidup dalam fragmen-fragmen. Pribadi Anda di kantor lain daripada di rumah; Anda berbicara tentang demokrasi sedang di dalam hati Anda, Anda seorang otokrat; Anda bicara tentang mencintai sesama manusia, tetapi Anda membunuhnya dengan persaingan; satu bagian dari diri Anda bekerja, melihat, lepas dari bagian lainnya. Sadarkah Anda akan kehidupan terpecah-belah yang berlangsung di dalam diri Anda? Dan mungkinkah otak yang telah memecah-belah pekerjaannya, pikiran-pikirannya sendiri ke dalam fragmen-fragmen - mungkinkah otak semacam itu sadar akan keseluruhan medan kesadarannya? Mungkinkah kita memandang keseluruhan kesadaran itu secara utuh, sepenuhnya, yang berarti kita adalah seorang manusia yang utuh?

Bila dalam usaha memahami keseluruhan struktur "aku", si "diri" dengan segala sifatnya yang sungguh kompleks itu, Anda berjalan setapak demi setapak, membuka diri Anda selapis demi selapis menyelidiki setiap buah pikiran, perasaan dan alasan, maka Anda akan terlibat dalam suatu proses analisa yang akan makan waktu berminggu-minggu, berbulan-bulan, tahunan lamanya - dan bila Anda membiarkan unsur waktu masuk ke dalam proses upaya pemahaman diri Anda sendiri itu, Anda mau tak mau membiarkan pula setiap bentuk distorsi, karena si "diri" itu sesuatu yang kompleks, yang bergerak, hidup, berjuang, berkeinginan, menolak, dengan pelbagai paksaan dan tekanan dan segala macam pengaruh yang terus-menerus menimpanya. Demikianlah Anda akan menemukan bagi diri Anda sendiri bahwa itu bukanlah jalannya; Anda akan memahami bahwa satu-satunya cara untuk mengamati diri Anda sendiri adalah secara total, langsung tanpa waktu; dan Anda hanya dapat melihat totalitas diri Anda sendiri, bila batin Anda tidak terpecah-belah. Yang Anda lihat secara total, secara menyeluruh itu adalah kebenaran.

Dapatkah Anda melakukannya? Kebanyakan di antara kita tidak bisa melakukannya, sebab kebanyakan dari kita tidak pernah mendekati suatu masalah seserius itu, karena kita tidak pernah mengamati diri kita sendiri secara sungguh-sungguh. Tak pernah. Kita mempersalahkan orang lain, kita mencoba mengelakkan persoalan-persoalan kita dengan bermacam-macam alasan atau kita takut mengamatinya. Tetapi bila Anda mengamati secara menyeluruh, Anda akan mencurahkan perhatian Anda sepenuhnya, menyerahkan diri anda seutuhnya, apapun yang ada pada Anda, mata Anda, telinga Anda, urat-syaraf Anda; Anda akan memperhatikan dengan sikap lepas-aku sepenuhnya, maka tak akan ada lagi ruang untuk rasa takut, tak ada ruang untuk pertentangan; dan karenanya tak ada konflik.

Perhatian tak sama dengan konsentrasi. Konsentrasi adalah pengasingan; perhatian, yaitu kesadaran penuh, tidak mengasingkan apa pun. Kukira kebanyakan diantara kita tidak sadar, bukan saja mengenai apa yang sedang kita bicarakan tetapi juga mengenai keadaan sekitar kita, warna-warna di sekeliling kita, orang-orangnya, bentuk pepohonan, awan di langit, gerak air sungai. Satu kemungkinan ialah, bahwa karena kita begitu asyik memperhatikan diri kita sendiri, masalah-masalah kecil yang dangkal, aneka ide, kesenangan-kesenangan kita, usaha-usaha dan ambisi-ambisi kita, maka kita tidak sadar secara objektif. Walaupun begitu kita berbicara banyak tentang kesadaran.

Pada suatu waktu di India, saya bepergian naik mobil. seorang sopir mengemudikannya, dan saya duduk di sebelahnya. Ada tiga orang pria di belakang saya yang asyik berdiskusi tentang kesadaran dan mereka menanyakan kepada saya tentang berbagai masalah kesadaran; tapi sayang, sewaktu sopir melihat ke arah lain, maka ia menggilas seekor kambing, dan ketiga orang pria itu tetap asyik berdiskusi tentang kesadaran - tanpa menyadari sedikit pun bahwa mereka telah menggilas seekor kambing. Pada waktu kelengahan ini dijelaskan kepada mereka, maka bagi orang-orang yang sedang berusaha hidup sadar tadi, kejadian itu merupakan satu kejutan.

Demikian pulalah dengan sebagian besar di antara kita. Kita tidak sadar akan hal-hal di luar ataupun di dalam diri kita. Bila Anda ingin mengerti keindahan seekor burung, seekor lalat atau sehelai daun, atau seorang manusia dengan segala kekompleksannya, maka Anda harus memberikan seluruh perhatian Anda, yang berarti bahwa Anda dalam keadaan betul-betul sadar. Dan Anda hanya bisa memberikan keseluruhan perhatian Anda bila Anda penuh kasih-sayang, yang berarti bahwa Anda sungguh-sungguh ingin mengerti ---sehingga Anda mencurahkan seluruh hati dan pikiran Anda untuk menemukan.

Kesadaran demikian ini bagaikan hidup sekamar dengan seekor ular. Anda mengamati setiap gerakannya, Anda sangat peka terhadap setiap bunyi sekecil apapun yang dikeluarkannya. Perhatian demikian itu adalah energi murni; dalam kesadaran semacam itu keseluruhan diri Anda terungkap seketika.

Bila Anda mengamati diri Anda sedalam itu, Anda dapat menyelam lebih dalam lagi. Kita mempergunakan kata "lebih dalam" ini tanpa maksud membanding-bandingkan. Kita selalu berpikir dalam perbandingan ---dalam dan dangkal, bahagia dan tak bahagia. Kita selalu

mengukur, membandingkan. Adakah keadaan yang dangkal dan yang dalam di dalam diri seseorang? Bila aku berkata "pikiranku dangkal, remeh, sempit, terbatas", bagaimana aku tahu tentang semua hal ini? Aku tahu karena aku telah membandingkan pikiranku dengan pikiran Anda yang lebih terang, berkemampuan lebih besar, lebih cerdas dan waspada. Apakah aku tahu keremehanku tanpa perbandingan? Bila aku lapar, aku tidaklah membandingkan rasa lapar itu dengan rasa lapar kemarin. Rasa lapar kemarin adalah sebuah ide, sebuah memori.

Bila aku selalu mengukur diriku dengan diri Anda, berusaha keras untuk menjadi seperti Anda, maka aku menolak keadaan diriku sendiri. Itulah sebabnya maka aku menciptakan sebuah ilusi. Bila aku mengerti bahwa perbandingan dalam bentuk apapun hanya menuju kepada ilusi dan kesengsaraan yang lebih besar lagi, sebagai halnya aku menganalisa diriku sendiri, menambah pengetahuan tentang diriku sendiri sedikit demi sedikit, atau mengidentifikasikan diriku dengan sesuatu di luar diriku apakah itu sebuah negara, seorang juru selamat ataupun sebuah ideologi tertentu - bila aku memahami bahwa proses demikian itu hanya menuju kepada konformitas yang lebih besar, dan karena itu kepada konflik yang lebih besar - bila aku melihat semuanya ini, maka aku membuang seluruh sikap membanding-bandingkan itu. Maka batinku tidak *mencari* lagi. Hal ini sangat penting untuk dipahami. Maka batinku tidak meraba-raba lagi, mencari-cari, mempersoalkan sesuatu. Ini bukannya berarti bahwa batinku telah puas dengan apa adanya, akan tetapi batin semacam ini tidak mempunyai ilusi apa-apa lagi. Maka batin semacam ini dapat bergerak dalam dimensi yang berlainan sama sekali. Dimensi yang biasanya menjadi tempat hidup kita - kehidupan sehari-hari yang berupa penderitaan, kenikmatan dan ketakutan - telah mengkondisi batin, telah membatasi sifat batin. Bila penderitaan, kesenangan dan ketakutan telah hilang (yang tidak berarti bahwa Anda tidak pernah lagi gembira: kegembiraan sesuatu yang lain sekali dari kesenangan), maka batin kita bekerja di dalam dimensi lain yang di dalamnya tak ada konflik, tak ada rasa "berlainan".

Secara verbal kita hanya bisa laju sejauh ini: apa yang terletak di balik itu tak terlukiskan dalam kata-kata karena kata itu bukanlah bendanya. Sampai sekarang kita bisa melukiskan, menjelaskan, tetapi kata-kata atau penjelasan apapun tidak dapat membuka pintunya. Yang dapat membuka pintu ialah kesadaran dan perhatian dari hari ke hari - kesadaran tentang bagaimana cara kita berbicara, apa yang kita katakan, bagaimana cara kita berjalan, apa yang kita pikirkan. Ini seperti halnya kita membersihkan

kamar dan menjaga kerapiannya. Memberesi sebuah kamar adalah penting bila dilihat dari satu sudut tertentu tetapi dilihat dari sudut lain hal itu samasekali tak penting. Ketertiban dalam kamar harus ada, tetapi ketertiban itu tak akan bisa membuka pintu ataupun jendela. Yang bisa membuka bukanlah kemauan atau keinginan Anda. Anda tak mungkin mengundang "yang lain" itu. Yang dapat Anda lakukan ialah semata-mata menjaga kerapian kamar, yang berarti berbuat kebajikan demi kebajikan itu sendiri, bukan demi hasilnya. Yaitu, hidup dengan akal sehat, secara rasional, tertib. Maka, barangkali, bila Anda mujur, jendela akan terbuka dan angin akan masuk. Atau barangkali tak terjadi apa-apa. Itu tergantung pada keadaan batin Anda. Dan keadaan batin Anda itu hanya bisa dimengerti oleh diri Anda sendiri, dengan mengamatinya dan dengan tak pernah mencoba membentuknya, tak pernah berpihak, tak pernah menentangnya, tak pernah menyetujuinya, tak pernah membenarkannya, tak pernah menyalahkannya, tak pernah menilainya - yang berarti mengamati tanpa memilih-milih. Dan dari kesadaran tanpa memilih ini mungkin pintu akan terbuka dan Anda akan tahu apa itu dimensi yang tidak mengandung konflik dan tanpa waktu.

IV

PENGEJARAN KESENANGAN - KEINGINAN – PEMUTAR-BALIKAN OLEH PIKIRAN - KENANGAN – KEGEMBIRAAN

Dalam bab terakhir telah kita katakan, bahwa kegembiraan itu sesuatu yang berlainan samasekali dengan kesenangan, maka marilah kita menyelidiki hal apa saja yang tersangkut dalam kesenangan, dan apakah ada kemungkinan untuk hidup dalam dunia yang tidak mengandung kesenangan tetapi suatu kegembiraan yang sangat besar, yang penuh berkat.

Kita semua ikut serta dalam mengejar salah satu atau beberapa bentuk kesenangan - yang bersifat intelektual, sensual atau adat-istiadat, kesenangan mengadakan satu perbaikan, memberitahukan orang lain apa yang harus dilakukan, mengubah bentuk-bentuk kejahatan dalam masyarakat, berbuat baik - kesenangan memiliki pengetahuan yang lebih banyak, kepuasan fisik yang lebih besar, pengalaman yang lebih luas, pengertian tentang hidup yang lebih mendalam, semua kekayaan akal yang pandai dan licin - dan kesenangan yang terakhir ialah sudah barang tentu, memiliki Tuhan.

Kesenangan adalah struktur masyarakat. Sedari masa kanak-kanak hingga mati kita secara diam-diam, cerdik atau terang-terangan mengejar kesenangan. Maka apapun bentuk kesenangan kita, hal itu, menurut hematku, harus jelas bagi kita, karena hal itu akan memberikan arah dan bentuk kepada kehidupan kita. Maka pentinglah bagi kita masing-masing untuk menyelidiki dengan seksama, dengan berhati-hati dan penuh ketelitian, masalah kesenangan ini, karena menemukan kesenangan, kemudian memupuk dan mempertahankannya, adalah tuntutan dasar dari kehidupan, dan tanpa tuntutan itu hidup hanya sesuatu yang membosankan, tolol, sepi dan tak berarti.

Anda mungkin bertanya mengapa hidup itu sebaiknya tak diarahkan oleh kesenangan? Alasan yang jelas ialah, bahwa kesenangan itu mau tak mau membawa penderitaan, frustrasi, kesengsaraan dan ketakutan, dan sebagai akibat dari ketakutan itu kekerasan. Bila Anda ingin hidup secara itu, hiduplah secara itu. Sebagian besar orang-orang di dunia memang hidup demikian, tetapi bila Anda ingin bebas dari kesengsaraan Anda harus mengerti keseluruhan struktur kesenangan.

Mengerti kesenangan tidak berarti menolaknya. Kita tidak mengutuknya atau mengatakan bahwa kesenangan itu benar atau salah, tetapi bila kita mengejar, hendaknya kita melakukannya dengan mata terbuka, dengan mengetahui bahwa batin yang senantiasa mencari kesenangan mau tak mau akan menemui bayangannya, yaitu kesedihan. Kedua hal ini tak dapat dipisahkan, meskipun kita mengejar kesenangan dan mencoba menghindari kepedihan.

Nah, mengapa batin itu selalu menuntut kesenangan? Mengapa kita melakukan hal-hal yang luhur dan yang tidak luhur itu berlandaskan kesenangan? Mengapa kita berkorban dan menderita di atas jembatan lapuk kesenangan? Apakah kesenangan dan dari manakah datangnya? Aku ingin tahu apakah ada diantara Anda yang pernah bertanya tentang hal-hal ini kepada diri Anda sendiri dan mengikuti jawaban-jawaban pertanyaan itu sampai selesai?

Kesenangan timbul melalui empat tingkatan : persepsi, rangsangan, sentuhan dan keinginan. Misalnya aku melihat mobil bagus, lalu aku merasakan suatu rangsangan, yakni suatu reaksi terhadap pengamatan mobil itu; kemudian aku menyentuhnya atau membayangkan menyentuhnya, kemudian timbullah keinginan di dalam diriku untuk memilikinya dan membanggakan diri dengan mobil itu. Atau aku melihat awan yang indah, atau sebuah gunung yang menjulang tinggi di langit, atau sepuuk daun yang muncul di musim semi, atau lembah gunung yang dalam dengan segala kecantikan dan kemegahannya, atau keindahan terbenamnya matahari, atau wajah yang cantik, cerdas, hidup, namun yang tidak berkesadaran "diri", karena kesadaran diri melenyapkan segala kecantikan. Aku memandang kepada semuanya ini dengan keriang yang mesra dan pada waktu aku mengamatinya, maka di situ tak ada yang mengamati; yang ada hanyalah keindahan murni semata bagaikan cinta. Untuk sesaat aku hilang dengan segala persoalanku, kekuatiran dan kesengsaraanku ---yang ada hanyalah benda yang menakjubkan itu. Aku dapat memandangnya dengan kegembiraan dan melupakannya pada saat berikutnya; kalau tidak, maka batinku akan mencampurinya, dan mulailah timbul persoalan; batinku akan memikirkan tentang apa yang telah dilihatnya dan berpendapat betapa indahnya hal itu; aku mengatakan pada diriku sendiri bahwa aku ingin melihatnya lagi berkali-kali. Pikiran mulai membanding-bandingkan, menilai dan berkata "aku harus memilikinya lagi besok". Kontinuitas suatu pengalaman yang membawa kegembiraan sesaat, telah dipertahankan oleh pikiran.

Ini sama halnya dengan keinginan seksual atau bentuk keinginan lainnya. Sebetulnya tak ada yang salah di dalam keinginan itu. Bereaksi adalah suatu hal yang wajar. Bila Anda menusukku dengan jarum aku akan bereaksi kecuali bila aku lumpuh. Tetapi biasanya pikiran ikut mencampuri dan mengenangkan kegembiraan itu dan mengubahnya menjadi kesenangan. Pikiran mempunyai keinginan untuk mengulang sebuah pengalaman, dan semakin banyak Anda mengulang sesuatu, semakin menjadi mekanislah pikiran itu; semakin Anda memikirkannya, semakin besar kekuatan yang diberikan pikiran Anda kepada kesenangan. Jadi pikiran menciptakan dan mempertahankan kesenangan melalui keinginan, dan memberikan pada kesenangan itu kontinuitas, dan karenanya, reaksi keinginan yang wajar terhadap sesuatu yang indah dibuat melenceng oleh pikiran. Pikiran mengubahnya menjadi kenangan dan kenangan itu dipupuk dengan jalan memikirkannya berulang-ulang.

Sudah barang tentu, kenangan atau ingatan itu mempunyai artinya sendiri pada tingkat tertentu. Di dalam kehidupan sehari-hari kita sama sekali tak dapat berfungsi tanpa ingatan. Dalam bidangnya sendiri ingatan itu harus bersifat efisien, tetapi ada keadaan batin dimana ingatan itu sangat kecil peranannya. Batin yang tidak dapat dibuat cacat oleh kenangan betul-betul bebas.

Pernahkan Anda melihat, bahwa pada waktu Anda menghadapi sesuatu secara menyeluruh, dengan sepenuh hati Anda, maka ingatan itu hampir-hampir tak ada? Hanya bila Anda tidak menjawab sebuah tantangan itu secara menyeluruh maka timbul konflik, pergulatan, dan hal itu membawa kebingungan dan kesenangan atau kepedihan. Pergulatan itupun menimbulkan ingatan atau kenangan. Kenangan itu senantiasa ditambah dengan kenangan-kenangan lain dan semua kenangan inilah yang menjawab. Segala sesuatu yang merupakan hasil kenangan adalah yang lama dan karenanya tak pernah bebas. Tak ada apa pun yang dapat disebut kebebasan pikiran. Itu cuma omong kosong.

Pikiran tak pernah baru, karena pikiran adalah jawaban yang diberikan oleh ingatan, pengalaman, pengetahuan. Karena pikiran itu berasal dari yang lama, maka sesuatu yang Anda lihat dengan riang hati dan telah Anda rasakan dengan dahsyat untuk sesaat, diubahnya menjadi yang lama pula. Dari yang lama itulah, Anda memperoleh kesenangan, tak pernah dari yang baru. Di dalam yang baru tak ada unsur waktu.

Maka bila Anda dapat melihat segala sesuatu tanpa membiarkan kesenangan masuk ke dalam diri Anda ---wajah seseorang, seekor burung, warna sehelai pakaian, keindahan air berkilauan disinari matahari, atau apapun yang meriangkan hati ---bila Anda bisa melihatnya tanpa menginginkan pengulangan pengalaman itu, maka akan lenyaplah kepedihan, ketakutan, sehingga yang tinggal ialah kegembiraan yang besar.

Perjuangan untuk mengulangi dan mengabadikan kesenangan itulah yang mengubah kesenangan itu menjadi kepedihan. Amatilah itu di dalam diri Anda. Tuntutan akan terulangnya kesenangan itulah yang membawa kepedihan, karena kesenangan hari ini tidaklah sama dengan yang kemarin. Anda berjuang keras untuk mendapatkan kerian yang sama itu, tidak hanya dari segi keindahannya tetapi Anda juga menginginkan kembali suasana batin Anda pada waktu itu, dan perasaan Anda terluka dan kecewa karena keinginan Anda tak terkabul.

Pernahkan Anda melihat apa yang terjadi dengan diri Anda pada waktu Anda tak berhasil mendapatkan sebuah kesenangan kecil? Pada waktu Anda tidak memperoleh yang anda inginkan Anda menjadi kuatir, cemburu, penuh kedengkian. Pernahkah Anda - pada waktu Anda tidak diizinkan menikmati minuman keras, minum rokok atau perbuatan seks atau apapun lainnya - pernahkah Anda memperhatikan bentuk konflik batin yang Anda alami? Dan semuanya itu adalah bentuk dari rasa-takut, bukan? Anda takut tak akan bisa mendapatkan apa yang Anda inginkan atau takut akan kehilangan apa yang Anda miliki. Bila sebuah kepercayaan atau ideologi khusus yang telah Anda anut bertahun-tahun lamanya mengalami kegoncangan atau direnggut dari Anda oleh akal sehat atau oleh kehidupan, tidakkah Anda takut untuk berdiri sendiri? Kepercayaan itu telah memberi Anda kepuasan dan kesenangan bertahun-tahun lamanya, dan bila ia diambil daripada Anda, Anda ditinggalkan terdampar, kosong dan ketakutan tetap ada sampai Anda menemukan satu bentuk kesenangan lain, suatu kepercayaan lain.

Bagiku hal itu begitu sederhana untuk dimengerti dan karena ia begitu sederhana, maka kita menolak untuk melihat kesederhanaannya. Kita suka membuat segalanya menjadi sulit. Bila isteri Anda lari dari Anda, tidakkah Anda iri hati? Tidakkah Anda marah? Tidakkah Anda membenci orang yang telah memikat hatinya? Dan apakah semuanya itu, bukan rasa takut untuk kehilangan sesuatu yang telah memberi Anda kesenangan besar, satu persahabatan, suatu kualitas jaminan tertentu dan rasa puas memiliki sesuatu?

Maka bila Anda mengerti, bahwa dimana kesenangan dicari di sana pasti ada kepedihan, hiduplah secara itu bila Anda mau, tetapi janganlah melakukannya tanpa menyadari hal itu. Tetapi bila Anda ingin mengakhiri kesenangan, yang berarti mengakhiri kepedihan, Anda harus menaruh perhatian sepenuhnya pada seluruh struktur kesenangan. Jangan mencabutnya seperti yang dilakukan biarawan-biarawan dan para sannyasi, yang tak pernah mengarahkan pandangannya kepada wanita karena mereka berpendapat bahwa itu sebuah dosa dan dengan demikian merusak kemampuan mengerti mereka untuk mengerti. Lihatlah seluruh arti dan maksud kesenangan, maka Anda akan mendapatkan kegembiraan hidup yang besar. Anda tak dapat berpikir tentang kegembiraan. Kegembiraan adalah satu hal yang dialami seketika dan dengan memikirkannya, Anda mengubahnya menjadi kesenangan. Hidup di saat ini adalah persepsi keindahan seketika beserta kegembiraan besar yang terkandung di dalamnya, tanpa keinginan untuk mempertahankannya sebagai kesenangan.

V

MEMIKIRKAN DIRI SENDIRI - Mencari Kedudukan - KETAKUTAN-KETAKUTAN DAN KETAKUTAN TOTAL - FRAGMENTASI PIKIRAN - BERAKHIRNYA KETAKUTAN

Sebelum kita melanjutkan pembicaraan kita aku ingin bertanya kepada Anda, apakah hal yang paling hakiki dan selalu menarik hati di dalam hidup Anda? Dengan menyisihkan semua jawaban yang tidak langsung dan menghadapi pertanyaan itu secara langsung dan jujur, apakah yang akan menjadi jawaban Anda? Tahukah Anda?

Bukankah jawabannya ialah diri Anda sendiri? Bagaimanapun juga, itulah yang akan merupakan jawaban sebagian terbesar diantara kita, bila kita jujur. Minat utamaku ialah pada kemajuanku, jabatanku, keluargaku, sudut kecil tempat hidupku, mendapatkan kedudukan yang lebih baik bagiku, prestise lebih besar, kekuasaan lebih besar, pengaruh lebih besaar atas orang-orang lain dan sebagainya. Menurut pendapatku suatu hal yang logis ialah mengaku pada diri kita sendiri bahwa itulah yang merupakan pusat perhatian kita yang terutama ---"aku" dulu. Bukankah begitu?

Mungkin beberapa diantara kita akan berkata bahwa menaruh minat utama pada diri kita sendiri adalah sesuatu yang salah. Tetapi apa salahnya berbuat itu kecuali bahwa kita jarang mengakui hal itu dengan selayaknya secara jujur? Bila kita melakukan hal itu, maka kita merasa malu. Itulah soalnya - pada dasarnya minat utama orang ialah pada dirinya sendiri, dan karena pelbagai alasan ideologis atau kebiasaan berpikir, orang berpendapat bahwa itu salah. Tetapi apa yang kita *pikirkan* tidaklah relevan. Mengapa kita memasukkan faktor salah ke dalam masalah ini? Faktor itu adalah sebuah ide, sebuah konsep. *Faktanya* ialah bahwa orang itu pada dasarnya dan dengan tak henti-hentinya memikirkan dirinya sendiri.

Anda bisa berkata bahwa menolong orang lain sesuatu yang lebih memuaskan daripada memikirkan diri Anda sendiri. Apa bedanya? Hal itu tetap perbuatan mementingkan diri sendiri. Bila menolong orang lain itu memberi Anda kepuasan yang lebih besar, maka itu berarti bahwa yang Anda pentingkan ialah sesuatu yang akan memberi Anda kepuasan yang lebih besar. Mengapa kita harus memasukkan konsep ideologis kedalamnya? Buat apa berpikir ganda begitu? Mengapa tidak berkata:

"Yang kuinginkan sebenarnya ialah kepuasan, apakah itu dalam urusan seksual, atau memberikan pertolongan kepada orang lain, ataupun dalam upaya menjadi seorang suci yang terkenal, seorang cendekiawan atau seorang politikus? Semua itu proses yang serupa, bukan? Mendapatkan kepuasan dengan pelbagai cara yang tersamar dan yang terang-terangan - itulah yang kita inginkan. Bila kita berkata kita menginginkan kebebasan, kita menginginkannya karena kita mengira bahwa itu mungkin membawa kepuasan yang luar biasa; dan kepuasan terakhir tentu saja ide aneh yang kita sebut realisasi diri itu. Yang sesungguhnya kita cari ialah satu kepuasan yang didalamnya tak ada ketidak-puasan sedikitpun.

Kebanyakan diantara kita mendambakan rasa puasnya mempunyai kedudukan dalam masyarakat, karena kita takut menjadi orang yang tidak dikenal siapa-siapa? Masyarakat tersusun sedemikian rupa hingga warganya yang mempunyai kedudukan tinggi dihormati sekali, sedangkan orang yang tidak mempunyai posisi tinggi jadi bulan-bulanan saja. Setiap orang di dunia menginginkan kedudukan, apakah kedudukan itu di dalam masyarakat, di dalam keluarga atau di sisi kanan Tuhan; dan kedudukan ini harus diakui orang lain, jika tidak maka bukanlah itu sebuah kedudukan. Kita harus selalu duduk di atas pentas. Karena batin kita penuh kesengsaraan dan muslihat, maka anggapan orang lain tentang diri kita sebagai seorang tokoh terkemuka sangatlah membesarkan hati. Dambaan akan kedudukan, prestise, kekuasaan, terkenalnya kita di dalam masyarakat sebagai orang terkemuka di salah satu bidang, ialah keinginan kita untuk bisa menguasai orang-orang lain, dan keinginan untuk berkuasa adalah salah satu bentuk agresi. Orang suci yang mencari kedudukan dalam kesuciannya adalah seseorang yang sama agresifnya dengan seekor anak ayam yang sedang mencotok cacing di halaman rumah. Dan apakah yang menimbulkan perbuatan agresif ini? Rasa takut, bukan?

Ketakutan merupakan salah satu masalah terbesar dalam hidup. Batin yang tertangkap dalam ketakutan, hidup dalam kebingungan, dalam konflik, dan karena itu tak bisa tidak penuh kekerasan, ialah batin yang cacat dan agresif. Ia tak berani meninggalkan pola-pola berpikirnya sendiri, dan ini menimbulkan kemunafikan. Terkecuali bila kita bebas dari rasa takut, maka apapun yang kita kerjakan ---mendaki gunung yang tertinggi di dunia, menciptakan bentuk Tuhan macam apapun ---kita akan tetap berada dalam kegelapan.

Sementara hidup di dalam masyarakat yang begitu rusak dan tolol, yang memberikan kita pendidikan kompetitif yang menimbulkan ketakutan, kita semua telah dibebani beberapa jenis rasa takut tertentu, dan rasa takut itu sesuatu yang mengerikan, sesuatu yang memperdaya, memutarbalik dan menggelapkan hidup kita.

Pada kita terdapat satu ketakutan fisik, tapi itu adalah respons yang kita warisi dari binatang. Yang kita persoalkan di sini ialah ketakutan psikologis, karena bila kita mengerti ketakutan psikologis yang lebih berurat-berakar di dalam batin kita itu, maka kita akan mampu menghadapi ketakutan hewani ini, sedangkan bila kita mulai dengan mempersoalkan ketakutan hewani maka hal itu tak akan bisa membantu kita untuk mengerti ketakutan psikologis kita.

Kita semua takut *tentang* atau *terhadap* sesuatu. Tak ada rasa takut yang bersifat abstrak, Ketakutan selalu berhubungan dengan sesuatu. Tahukah Anda mengenai ketakutan-ketakutan Anda sendiri - ketakutan akan kehilangan jabatan Anda, atau tentang kemungkinan kekurangan pangan atau uang, atau tentang apa yang dipikirkan tetangga Anda atau orang lain tentang diri Anda, atau rasa takut gagal mencapai sukses, atau kehilangan kedudukan Anda di masyarakat, takut dihina atau ditertawakan orang - takut akan kesusahan dan penyakit, akan penjjajahan, akan kemungkinan tak tahu apa cinta itu, atau akan kemungkinan tak dicintai orang; takut akan kehilangan isteri atau anak, takut akan kematian, akan hidup di sebuah dunia yang samasekali tanpa makna, akan kejenuhan total, takut kurang mampu untuk hidup sesuai dengan citra yang dibentuk orang tentang diri Anda, takut kehilangan keyakinan Anda - semuanya ini dan ketakutan-ketakutan lain yang tak terhitung macam ragamnya - tahukah Anda ketakutan khusus apa saja yang ada pada Anda? Dan apakah biasanya yang Anda perbuat dengan ketakutan-ketakutan itu? Anda lari darinya, bukan, atau mengarang bermacam-macam ide dan citra untuk menutupinya? Tetapi lari dari rasa takut berarti memperkuat rasa takut itu.

Salah satu penyebab utama rasa takut ialah bahwa kita tak mau menghadapi diri kita sendiri dalam keadaan sebenarnya. Maka di samping menyelidiki ketakutan-ketakutan itu sendiri, kita harus pula menyelidiki jaringan pelarian yang telah kita kembangkan untuk melenyapkan ketakutan dari diri kita. Bila batin, termasuk di dalamnya otak kita, berusaha mengatasi ketakutan, menekannya, mendisiplinnya, mengontrolnya, mengubahnya menjadi sesuatu yang lain, maka timbullah perselisihan, timbullah konflik, dan konflik itu adalah pemborosan energi.

Jadi yang pertama-tama harus kita pertanyakan pada diri kita sendiri ialah apakah rasa takut itu dan bagaimana timbulnya? Apakah yang kita maksudkan dengan kata takut itu sendiri? Yang kutanyakan kepada diriku sendiri itu ialah apa sebenarnya takut itu, dan bukan apa yang kutakuti.

Aku hidup dengan satu cara tertentu; aku berpikir dalam satu pola tertentu; aku punya beberapa kepercayaan dan dogma tertentu dan aku tak mau bila pola-pola hidup ini terganggu, karena aku telah berurat-berakar di dalamnya. Aku tak mau semua itu terganggu, karena gangguan itu menghasilkan satu keadaan yang asing bagiku, dan aku tak menyukai hal itu. Bila aku direnggut dari segala sesuatu yang kuketahui dan yang kupercayai, aku menginginkan satu kepastian secukupnya tentang keadaan baru yang akan kutuju. Demikianlah sel-sel otak telah menciptakan pola lain sel-sel otak itu menolak untuk menciptakan pola lain yang kepastiannya belum terjamin. Gerak dari kepastian menuju ketidakpastian itulah yang kusebut ketakutan.

Pada saat ini, pada waktu aku duduk di sini, aku tidak takut: aku tidak takut di saat ini, tak ada sesuatu yang terjadi padaku, tak ada orang yang mengancamku atau merampas sesuatu dariku. Tetapi di luar saat aktual ini ada satu lapisan yang lebih dalam di dalam batin, yang secara sadar atau tidak berpikir tentang apa yang mungkin terjadi di hari kemudian atau yang kuatir sesuatu dari yang silam akan menimpa diriku. Maka aku takut akan masa lampau dan masa depan. Aku telah membagi-bagi waktu menjadi masa lampau dan masa depan. Lalu masuklah pikiran yang berkata "Hati-hati, jangan sampai hal itu terjadi lagi", atau: "Bersiap-siaplah untuk masa depan. Hari depan mungkin berbahaya untukmu. Sekarang engkau memiliki sesuatu ini tetapi engkau mungkin kehilangan itu. Engkau mungkin meninggal besok, isterimu mungkin lari, engkau mungkin kehilangan jabatanmu. Engkau mungkin tak pernah menjadi terkenal. Engkau mungkin akan kesepian. Engkau menghendaki supaya ada kepastian tentang hari esok".

Sekarang ambillah rasa takut tertentu yang ada pada Anda. Padanglah dia. Amatilah reaksi-reaksi Anda terhadapnya. Dapatkah Anda memandang rasa takut Anda itu tanpa gerakan sedikit pun untuk melarikan diri, tanpa membenarkan, menyalahkan atau menekannya? Dapatkah Anda memandang rasa takut itu tanpa perkataan yang menimbulkan rasa takut? Dapatkah Anda memandang kematian, misalkan, tanpa perkataan yang menimbulkan rasa takut akan kematian? Perkataan itu sendiri menimbulkan satu getaran bukan, sebagai halnya kata cinta membawa getarannya, membawa citranya sendiri? Kini, apakah citra yang

timbul dalam batin Anda tentang kematian, kenangan tentang sejumlah besar kematian yang telah Anda lihat dan asosiasi-asosiasi diri Anda dengan peristiwa-peristiwa itu ---apa citra itulah yang menimbulkan rasa takut? Ataukah Anda benar-benar takut akan berakhirnya Anda, dan bukan akan citra yang menciptakan keadaan akhir itu? Apa kata kematian itulah yang menyebabkan Anda takut, ataukah keadaan akhir yang sesungguhnya? Bila yang menyebabkan rasa takut itu perkataan atau kenangan, maka itu sekali-kali bukanlah rasa takut.

Anda jatuh sakit dua tahun yang lalu, katakanlah, dan memori tentang rasa sakit, penyakit yang diderita itu, membekas di batin Anda, dan memori Anda yang bekerja sekarang berkata: "Hati-hatilah, jangan jatuh sakit lagi". Maka memori dengan asosiasinya menciptakan ketakutan, dan itu sekali-kali bukanlah rasa takut karena pada waktu itu Anda sebenarnya dalam keadaan sehat wal'afiat. Pikiran, yang selalu usang, karena pikiran itu adalah respons memori dan memori itu selalu usang - pikiran, di dalam waktu, menciptakan rasa takut pada Anda, yang sebenarnya bukanlah sebuah fakta. Fakta sesungguhnya ialah bahwa Anda sehat. Tetapi pengalaman yang bermukim di dalam batin Anda sebagai memori, menimbulkan pikiran: "Hati-hatilah, jangan jatuh sakit lagi".

Demikianlah kita melihat bahwa pikiran itu menimbulkan satu jenis ketakutan tertentu. Tetapi selain itu, adakah rasa takut itu? Apakah rasa takut itu selalu hasil pikiran dan, bila demikian halnya, apakah ada bentuk ketakutan lain kecuali itu? Kita takut pada kematian - sesuatu yang akan terjadi besok atau setelah esok hari, di dalam waktu. Di antara keadaan sebenarnya dan sesuatu yang akan terjadi, ada jarak. Pikiran telah mengalami keadaan ini; dalam mengobservasi kematian, ia berkata: "Aku akan mati". Pikiran menciptakan ketakutan tentang kematian, tetapi bila ia tidak berbuat itu, apakah ada yang disebut takut itu?

Apakah takut itu hasil pikiran? Bila demikian halnya, maka karena pikiran itu selalu sesuatu yang usang, maka ketakutanpun sesuatu yang usang. Sebagai yang telah kita katakan, tak ada pikiran yang baru. Bila kita mengenalinya, ia adalah usang. Maka yang kita takuti itu ialah ulangan dari yang usang, yang usang adalah proyeksi pikiran tentang sesuatu yang pernah ada ke masa yang akan datang. Karena itu pikiran bertanggung jawab atas ketakutan. Itu memang demikian, Anda dapat melihatnya sendiri. Bila Anda dihadapkan dengan sesuatu secara langsung, maka tak ada ketakutan. Hanya bila pikiran itu ikut-ikut campur, maka timbullah ketakutan.

Jadi pertanyaan kita sekarang ialah, apakah ada satu kemungkinan bagi batin untuk hidup secara lengkap, secara menyeluruh, di saat ini? Hanya batin semacam itulah yang tak kenal takut. Tetapi untuk dapat memahami hal ini, Anda harus memahami struktur pikiran, memori dan waktu. Dan dengan dimengertinya itu bukan secara intelektual, secara verbal, melainkan secara aktual dengan hati Anda, dengan pikiran Anda, dengan segala sesuatu yang ada pada diri Anda - maka Anda akan bebas dari ketakutan; maka batin akan dapat menggunakan pikiran tanpa menimbulkan ketakutan.

Pikiran, sebagai halnya memori, sudah tentu perlu bagi kehidupan sehari-hari. Ia adalah satu-satunya alat yang kita miliki untuk mengadakan komunikasi, untuk mengerjakan tugas-tugas kita dan sebagainya. Pikiran adalah respons terhadap memori - ingatan yang telah terkumpul melalui pengalaman, pengetahuan, tradisi, waktu. Dan dari latar belakang memori ini kita bereaksi, dan reaksi ini adalah berpikir. Jadi pikiran adalah esensiil pada tingkat-tingkat tertentu, tetapi bila pikiran memproyeksikan dirinya secara psikologis sebagai hari depan dan masa silam, dan dengan demikian menciptakan rasa takut maupun rasa senang, maka batin telah dibuat tumpul dan karenanya tak bisa tidak menjadi lumpuh.

Demikianlah maka aku bertanya pada diriku sendiri: "Mengapa, mengapa, mengapa, aku memikirkan hari depan dan masa silam sebagai suka dan duka, padahal aku tahu bahwa pikiran semacam itu menimbulkan rasa takut? Apakah tak mungkin bagi pikiran untuk berhenti secara psikologis, karena bila tidak, ketakutan tak akan berakhir.

Salah satu fungsi pikiran ialah untuk selalu mengisi waktu dengan sesuatu tertentu. Kebanyakan dari kita ingin agar batin kita selalu sibuk, supaya kita dapat terhindar dari melihat diri kita sendiri sebagaimana adanya. Kita takut akan kekosongan. Kita takut melihat ketakutan-ketakutan kita.

Secara sadar Anda bisa tahu tentang ketakutan-ketakutan Anda, tetapi apakah Anda menyadarinya pula di lapisan-lapisan batin Anda yang lebih dalam? Dan bagaimana cara Anda menemukan ketakutan-ketakutan yang tersembunyi yang bersifat rahasia itu? Apakah ketakutan itu terbagi-bagi dalam yang sadar dan yang bawah sadar? Ini pertanyaan yang sangat penting. Si spesialis, psikolog, analis, telah membagi-bagi ketakutan menjadi lapisan yang dalam dan lapisan yang dangkal, tetapi bila Anda menganut apa yang dikatakan psikolog atau apa yang aku katakan, maka yang akan Anda pahami ialah teori, dogma, pengetahuan kami, Anda tidak

memahami diri Anda sendiri. Anda tak mungkin memahami diri Anda menurut kata Freud atau Jung, atau menurut kataku. Teori-teori orang lain samasekali tak penting. Yang Anda perlu pertanyakan ialah, apakah menurut *Anda sendiri* ketakutan itu terbagi-bagi menjadi yang sadar dan yang bawah sadar. Ataukah yang ada hanyalah ketakutan yang Anda terjemahkan dalam bentuk-bentuk yang berbeda?

Yang ada hanyalah satu keinginan; yang ada hanya keinginan. Anda punya keinginan. Objek pada keinginan dapat berubah, tetapi keinginan selalu yang sama itu juga. Demikian kiranya yang ada itu hanyalah ketakutan. Anda takut akan bermacam-macam hal, tetapi yang ada hanya satu ketakutan saja.

Bila Anda menyadari, bahwa ketakutan tak bisa dibagi-bagi, maka Anda akan melihat bahwa Anda telah melepaskan seluruh persoalan tentang bawah sadar, dan dengan berbuat itu Anda telah menghapus ketergantungan Anda pada para psikolog dan analis. Bila Anda mengerti bahwa ketakutan itu satu gerak tunggal yang mengekspresikan dirinya melalui berbagai macam cara dan bila Anda melihat gerak itu sendiri dan bukan objek yang ditujunya, maka Anda akan berhadapan dengan pertanyaan besar: bagaimana Anda bisa melihat gerak itu tanpa fragmentasi yang telah dikembangkan oleh pikiran?

Yang ada hanyalah ketakutan total, tetapi bagaimana batin yang berpikir fragmentaris itu dapat mengobservasi keseluruhan keadaan itu? Dapatkah ia melakukan itu? Yang kita hayati ialah hidup yang terpecah-pecah, dan yang hanya dapat kita lihat ialah ketakutan total melalui proses pikiran yang terpecah-pecah. Seluruh proses mesin berpikir ditujukan untuk memecah apa pun ke dalam fragmen-fragmen: aku cinta padamu dan aku benci padamu; engkau musuhku, engkau sahabatku; sifat-sifatku yang aneh dan kecenderungan-kecenderunganku, pekerjaanku, kedudukanku, prestiseku, isteriku, anakku, negaraku dan negaramu, Tuhanku dan Tuhanmu ---semua itu adalah fragmentasi yang dilakukan oleh pikiran. Dan pikiran ini melihat keseluruhan keadaan takut itu, atau berusaha untuk melihatnya, dan meredusirnya menjadi fragmen-fragmen. Maka kita melihat bahwa batin hanya bisa melihat ketakutan total ini, apabila pikiran tidak bergerak.

Dapatkah Anda mengamati rasa takut tanpa kesimpulan apapun, tanpa ikut campurnya pengetahuan yang telah Anda kumpulkan tentang masalah itu? Bila tidak, maka yang Anda amati itu adalah masa lampau, bukan rasa

takut; bila Anda dapat, maka itulah untuk pertama kalinya Anda mengamati rasa takut tanpa ikut campurnya masa lampau.

Anda hanya mampu mengamati, apabila batin Anda sangat tenang, seperti halnya Anda hanya mampu mendengarkan perkataan seseorang, bila batin Anda tidak sedang mengoceh sendiri tentang bermacam-macam persoalan dan kekuatirannya sendiri. Dapatkah Anda dengan cara yang sama mengobservasi ketakutan Anda tanpa berusaha memecahkannya, tanpa melawankannya dengan keberanian ---betul-betul mengamatinya dan tidak lari darinya? Bila Anda berkata: "Aku harus mengontrolnya, aku harus melepaskan diriku darinya, aku harus memahaminya", maka Anda sedang berusaha untuk lari dari ketakutan.

Anda bisa mengamati segumpal awan atau sebuah pohon atau arus sebatang sungai, dengan batin yang cukup tenang karena benda-benda itu tidak seberapa pentingnya bagi anda, tetapi mengamati diri Anda sendiri sesuatu yang jauh lebih sukar, karena di sini persyaratan yang dituntut begitu praktis, reaksi-reaksinya begitu cepat. Jadi bila Anda berhubungan langsung dengan rasa takut atau putus asa, kesepian atau rasa cemburu, atau suasana batin lainnya yang tak menyenangkan, dapatkah Anda mengamatinya betul-betul secara menyeluruh, hingga batin Anda cukup tenang untuk melihatnya?

Dapatkah batin melihat rasa takut itu sendiri dan bukan bentuk-bentuk yang bermacam-macam dari rasa takut itu ---melihat ketakutan total dan bukan sesuatu yang sedang Anda takuti? Bila yang Anda lihat itu hanya detil-detilnya saja atau Anda berusaha menggarap ketakutan-ketakutan Anda satu demi satu maka Anda tak akan pernah sampai kepada masalah pusat, yaitu belajar hidup dengan ketakutan.

Untuk dapat hidup dengan benda hidup seperti rasa takut itu, perlu ada pikiran dan perasaan yang luar biasa halusnya, yang tidak membuat kesimpulan apapun dan karena itu dapat mengikuti setiap gerak rasa takut itu. Maka bila Anda mengamati dan hidup dengan rasa takut itu ---yang tidak memerlukan waktu satu hari penuh karena mengerti keseluruhan sifat rasa takut itu dapat terjadi dalam waktu satu menit atau satu detik ---bila Anda hidup dengan rasa takut itu sepenuhnya, Anda pasti bertanya: "Siapakah dia yang hidup dengan ketakutan itu? Siapakah dia yang mengobservasi ketakutan dan yang mengikuti semua gerak dari berbagai bentuk ketakutan serta menyadari fakta sentral ketakutan itu? Apakah yang mengamati itu sesuatu yang mati, sebuah makhluk yang statis, yang telah mengumpulkan sejumlah banyak pengetahuan dan keterangan tentang

dirinya sendiri, dan benda mati itukah yang mengobservasi dan hidup dengan gerak rasa takut? Apakah yang mengamati itu sesuatu dari masa lampau atau suatu benda yang hidup? Apakah jawab Anda? Jangan menjawab saya, jawablah diri Anda sendiri. Apakah Anda, yang mengamati, sesuatu yang mati yang sedang mengamati sesuatu yang hidup, ataukah Anda sesuatu yang hidup yang sedang mengamati sesuatu yang hidup pula? Sebab kedua keadaan itu terdapat di dalam yang mengamati.

Yang mengamati adalah sensor yang tidak menginginkan ketakutan; yang mengamati adalah keseluruhan pengalaman tentang rasa takut. Maka yang mengamati itu terpisah dari benda yang disebutnya takut; antara mereka ada jarak; yang mengamati selalu berusaha mengatasi dan melepaskan diri dari ketakutan itu dan itulah sebab timbulnya pergulatan yang tak kunjung padam antara yang mengamati dan rasa takut---pergulatan yang merupakan pemborosan energi yang besar sekali.

Pada waktu Anda mengamati, Anda belajar bahwa yang mengamati hanyalah seberkas ide dan memori tanpa unsur kebenaran atau substansi, tetapi bahwa rasa takut merupakan sebuah aktualitas dan bahwa Anda sedang berusaha memahami sebuah fakta dengan sebuah abstraksi yang sudah barang tentu sesuatu yang mustahil Anda lakukan. Tetapi, apakah sesungguhnya ada perbedaan antara yang mengamati, yang berkata: "Aku takut" itu dan benda yang diamati, yaitu rasa takut? Yang mengamati *adalah* rasa takut dan bila hal itu disadari, maka tidak akan lagi terjadi pemborosan energi yang ditimbulkan usaha untuk menghilangkan rasa takut, dan lenyaplah jarak waktu-ruang di antara yang mengamati dan yang diamati. Pada waktu Anda melihat bahwa Anda adalah bagian dari rasa takut, bukan sesuatu yang terpisah darinya - bahwa Anda adalah rasa takut itu sendiri - maka Anda tak dapat berbuat apa-apa terhadapnya; maka seluruh ketakutan akan berakhir.

VI

KEKERASAN - KEMARAHAAN - MEMBENARKAN DAN MENYALAHKAN - IDEAL DAN KENYATAAN

Ketakutan, kenikmatan, kesengsaraan, pikiran dan kekerasan semuanya saling berhubungan satu dengan lainnya. Kebanyakan dari kita mengambil kenikmatan dari kekerasan, dari ketidaksukaan kita akan seseorang dari kebencian terhadap satu ras atau kelompok orang tertentu, dari perasaan bermusuhan terhadap orang lain. Tetapi dalam keadaan batin dimana semua kekerasan telah lenyap, di situ terdapatlah kegembiraan yang samasekali lain daripada kenikmatannya kekerasan dengan konflik, perasaan benci dan ketakutannya.

Dapatkah kita menyelami kekerasan itu sampai keakarnya dan menjadi bebas dari kekerasan? Bila tidak, kita akan selalu hidup dalam peperangan antar sesama kita. Bila itulah cara hidup yang Anda kehendaki dan rasanya kebanyakan orang berpendirian demikian, teruskanlah cara hidup itu; bila Anda berkata: "Maafkan aku, kekerasan tak mungkin berakhir", maka antara Anda dan aku tak mungkin terjadi komunikasi, Anda telah memblokir diri Anda, tetapi bila Anda berkata bahwa mungkin ada cara hidup yang lain, maka kita dapat saling berkomunikasi.

Karena itu, marilah kita yang dapat berkomunikasi ini bersama-sama mempertimbangkan, apakah mungkin kita mengakhiri secara tuntas setiap bentuk kekerasan di dalam diri kita sendiri dan di samping itu tetap hidup di dunia yang luar biasa ganasnya ini? Kupikir itu mungkin. Aku tidak menghendaki sekelumitpun rasa benci, rasa iri hati, kekuatiran atau ketakutan di dalam diriku. Aku ingin hidup sungguh-sungguh damai. Yang tidak berarti bahwa aku ingin mati. Aku ingin hidup di bumi yang mengagumkan, yang berlimpah-ruah, begitu kaya, begitu indah ini. Aku ingin melihat pohon-pohon, bunga-bunga, sungai-sungai, padang-padang rumput, wanita-wanita, anak-anak, laki-laki dan perempuan, dan pada waktu yang sama hidup damai sepenuhnya dengan diriku sendiri dan dengan dunia. Apakah yang dapat kulakukan?

Bila kita tahu bagaimana mengamati kekerasan, tidak hanya kekerasan luar yang terdapat di dalam masyarakat ---peperangan, huru-hara, permusuhan antar bangsa dan pertentangan antar kelompok ---tetapi juga yang ada di dalam diri kita sendiri, maka barangkali kita dapat mengatasinya.

Yang kita hadapi ini adalah suatu masalah yang sangat kompleks. Berabad-abad lamanya manusia bersifat keras; agama telah berusaha untuk menjinakkan manusia di seluruh dunia dan tak satupun diantaranya telah berhasil. Maka bila kita meneliti masalah ini, menurut pandanganku, kita haruslah sekurang-kurangnya menanggapi dengan sangat serius, karena penelitian itu akan membawa kita ke satu bidang yang samasekali lain; tetapi bila kita hanya ingin main-main saja dengan masalah ini demi sekedar mendapatkan satu hiburan intelektual, maka kita tak akan maju sedikitpun.

Mungkin Anda merasa bahwa Anda sendiri sebenarnya sangat serius tentang masalah ini, tetapi selama begitu banyak orang di dunia ini tidak serius dan tidak bersedia untuk berbuat apa-apa terhadap masalah ini, apa gunanya Anda berbuat apapun juga? Aku tak peduli apakah mereka bersikap serius atau tidak. Bagiku masalah itu serius, dan itu sudahlah cukup. Aku bukan penanggung jawab perbuatan orang lain. Aku sendiri, sebagai makhluk manusia, merasa sangat tertarik akan kekerasan ini, dan aku akan berusaha supaya di dalam diriku sendiri tidak ada kekerasan tetapi aku tak dapat mengatakan kepada Anda atau orang lain "Janganlah berbuat kekerasan". Itu tidak ada artinya kecuali bila Anda menghendaknya bagi Anda sendiri. Maka bila Anda sendiri benar-benar ingin memahami masalah kekerasan ini, marilah kita meneruskan perjalanan eksplorasi kita bersama.

Apakah masalah kekerasan itu di luar sana atau di dalam sini? Apakah yang ingin Anda pecahkan itu persoalan di dunia luar ataukah Anda mempertanyakan kekerasan itu sebagai sesuatu yang Anda dapatkan di dalam diri Anda? Bila Anda bebas dari kekerasan di dalam diri Anda, maka timbullah pertanyaan: "Bagaimana seharusnya aku hidup di dalam dunia yang penuh kekerasan, gila hasil, tamak, cemburu, ganas ini? Tidakkah aku akan dihancurkan?" Itulah pertanyaan yang sudah pasti dan senantiasa diajukan. Bila Anda mengajukan pertanyaan semacam itu, kurasa Anda tidaklah benar-benar hidup damai. Bila Anda hidup damai, Anda tak akan mempunyai persoalan apapun. Anda mungkin dipenjarakan karena Anda menolak untuk memasuki ketentaraan, atau ditembak mati

karena Anda menolak untuk berperang - tetapi itu bukanlah persoalan; Anda akan ditembak mati. Hal ini sangat penting untuk dimengerti.

Kita sedang berusaha mengerti kekerasan itu sebagai fakta, bukan sebagai ide, sebagai satu fakta yang ada di dalam diri makhluk manusia, dan makhluk manusia itu adalah aku sendiri. Dan untuk memasuki persoalan itu aku harus benar-benar peka, terbuka, bagi persoalan itu. Aku harus membuka diriku terhadap diriku sendiri - tidak perlu membuka diriku bagi Anda sebab Anda mungkin tak ada minat - tetapi batinku haruslah sedemikian rupa, sehingga ia berniat untuk melihat persoalan kekerasan ini secara tuntas, dan tidak akan berhenti di tengah jalan sambil berkata "aku tak mau melanjutkan lagi".

Hendaknya menjadi jelas bagiku bahwa aku seorang manusia yang penuh kekerasan. Aku telah mengalami kekerasan dalam kemarahan, kekerasan dalam tuntutan seksualku, kekerasan dalam kebencian yang menimbulkan permusuhan, kekerasan dalam kecemburuan, dan sebagainya. Aku telah mengalami, aku telah mengetahuinya dan aku berkata kepada diriku sendiri: "Aku ingin mengerti seluruh persoalannya, tidak hanya satu fragmen saja yang berwujud peperangan, tetapi keseluruhan agresi yang terdapat pada manusia dan yang juga terdapat pada binatang dan akupun bagian dari kebinatangan itu.

Kekerasan bukanlah semata-mata saling membunuh. Kekerasan ialah bila kita melontarkan kata tajam, bila kita bersikap meremehkan seseorang, bila kita menurut karena kita takut. Maka kekerasan itu bukanlah sekedar suatu pembantaian terorganisir demi nama Tuhan, demi nama masyarakat ataupun negara. Kekerasan adalah sesuatu yang jauh lebih halus, lebih dalam, dan kita sedang menyelidiki sifat-sifat kekerasan sampai sedalam-dalamnya.

Bila Anda menyebut diri Anda seorang India atau seorang Muslimin atau seorang Kristen atau seorang Eropah, atau apa pun lainnya, Anda sebenarnya dalam kekerasan. Tahukah Anda mengapa itu kekerasan? Karena Anda memisahkan diri Anda dari umat manusia lainnya. Bila Anda memisahkan diri Anda dengan perantaraan kepercayaan, kebangsaan, tradisi, hal itu menimbulkan kekerasan. Maka seseorang yang ingin memahami apa itu kekerasan, tidak termasuk salah satu negara, agama, partai politik atau sistim memihak apapun; perhatiannya tertuju pada pemahaman total tentang umat manusia.

Kini ada dua aliran pokok pikiran tentang kekerasan, sebuah yang mengatakan: "Kekerasan itu sifat naluri pada manusia", dan lainnya yang mengatakan: "Kekerasan adalah hasil dari warisan sosial dan kebudayaan

tempat manusia itu hidup". Kita tidak akan mempersoalkan aliran mana yang kita anut - itu tak penting samasekali. Yang penting ialah *fakta* bahwa kita penuh kekerasan, bukan alasannya mengapa kita demikian.

Salah satu ekspresi kekerasan yang paling umum ialah kemarahan. Bila isteriku atau saudaraku perempuan diserang, aku berkata bahwa kemarahanku itu dapat dibenarkan; bila negeri diserang, atau ide-ideku, prinsip-prinsipku, cara hidupku, aku berhak untuk marah. Akupun marah bila kebiasaan-kebiasaanku atau pendirian-pendirianku yang dangkal dan kerdil diserang. Bila Anda menginjak jari kakiku atau menghinaku aku menjadi marah, atau bila Anda lari dengan isteriku dan aku menjadi cemburu, maka kecemburuan itu sesuatu yang dapat dibenarkan, karena isteriku adalah milikku. Dan semua bentuk kemarahan ini secara moral dibenarkan. Tetapi membunuh untuk negarapun dibenarkan. Maka pada saat kita berbicara tentang kemarahan, yang merupakan bagian dari kekerasan, apakah kita memandang kemarahan itu dari sudut benar dan tidak benarnya sesuai dengan kecenderungan-kecenderungan kita dan desakan-desakan dari keadaan sekitar kita, ataukah kita hanya melihat kemarahan itu sendiri? Apakah ada sesuatu yang disebut kemarahan yang dapat dibenarkan itu? Ataukah yang ada hanya kemarahan saja? Sesungguhnya tak ada pengaruh baik atau buruk, yang ada hanyalah pengaruh, tetapi bila Anda dipengaruhi oleh sesuatu yang tak cocok bagiku, aku menyebutnya pengaruh jahat.

Pada saat Anda melindungi keluarga Anda, negeri Anda, secarik kain berwarna yang Anda sebut bendera, satu kepercayaan, satu gagasan, satu dogma, sesuatu yang Andauntut atau yang Anda pertahankan, maka perlindungan itulah pertanda bahwa ada kemarahan. Maka dapatkah Anda memandang kemarahan itu tanpa penjelasan atau pembenaran sedikit pun, tanpa berkata: "Aku harus melindungi harta bendaku", atau "Aku berhak marah", atau "Betapa tololku untuk menjadi marah?" Dapatkah Anda memandang kemarahan itu sebagai sesuatu tersendiri? Dapatkah Anda melihatnya secara betul-betul objektif, yang berarti tidak mempertahankan ataupun mengutuknya? Bisakah Anda?

Dapatkah aku melihat Anda bila aku bermusuhan dengan Anda atau bila aku menganggap Anda seseorang yang mengagumkan? Aku hanya dapat melihat Anda, bila aku memandang Anda dengan perhatian tertentu yang di dalamnya tak terkandung satupun diantara hal-hal tersebut di atas.

Lalu, dapatkah aku melihat kemarahan dengan cara yang sama, yang berarti bahwa aku peka terhadap masalah itu, aku tidak menentanginya, aku mengamati gejala luar biasa ini tanpa reaksi apapun?

Satu hal yang sangat sukar ialah melihat kemarahan tanpa nafsu, karena ia merupakan bagian dari diriku, tetapi itulah yang akan kucoba melakukannya. Di sinilah aku, seorang manusia yang penuh kekerasan, lepas dari apakah kulitku hitam, coklat, putih atau ungu. Aku tak mempersoalkan tentang apakah aku dilahirkan dengan sifat kekerasan ini, ataukah itu kuperoleh dari pengaruh masyarakat terhadapku; yang kupersoalkan ialah apakah ada kemungkinan untuk bisa bebas dari kekerasan. Bebas dari kekerasan berarti segala-galanya bagiku. Hal itu lebih penting bagiku daripada seks, makanan, kedudukan, karena ia merusak hidupku. Kekerasan itu menghancurkan aku dan menghancurkan dunia, dan aku ingin memahaminya, aku ingin mengatasinya. Aku merasa bertanggung jawab atas segala kemarahan dan kekerasan di dunia. Aku merasa bertanggung jawab - ini bukannya omong kosong saja - dan aku berkata pada diriku: "Aku hanya dapat melakukan sesuatu hanya apabila aku mengatasi kemarahan itu, mengatasi kekerasan, mengatasi rasa kebangsaan". Dan perasaanku ini, perasaan bahwa aku harus memahami kekerasan yang ada dalam diriku, membawa vitalitas yang dahsyat dan semangat untuk mengetahui.

Tetapi untuk mengatasi kekerasan aku tak dapat menekannya, aku tak dapat mengingkarinya, aku tak dapat berkata: "Baiklah, ia bagian dari diriku dan begitulah adanya", atau "Aku tak menghendakinya". Aku harus memandangnya, aku harus mempelajarinya, aku harus berhubungan akrab dengannya, dan aku tak bisa berhubungan akrab dengan kekerasan bila aku menyalahkan atau membenarkannya. Tetapi kita menyalahkannya; kita membenarkannya. Sebab itu aku berkata, berhentilah sementara dengan menyalahkannya atau membenarkannya.

Nah, bila Anda ingin menyetop kekerasan, bila Anda ingin menyetop peperangan, berapa banyak vitalitas, berapa bagian dari diri Anda, Anda berikan untuk itu? Tidakkah itu penting bagi Anda bahwa anak laki-laki Anda terbunuh, bahwa putera-putera Anda memasuki ketentaraan dimana mereka dibentak-bentak dan dijagal? Tidakkah Anda peduli? Masyaallah, bila hal itu tidak menarik perhatian Anda, maka apa yang penting bagi Anda? Melindungi uang Anda? Bersuka-ria? Menelan obat bius? Tidakkah Anda melihat, bahwa kekerasan yang ada di dalam diri Anda ini menghancurkan anak-anak Anda? Ataukah Anda hanya melihatnya sebagai suatu abstraksi?

Baiklah jika begitu, bila Anda menaruh minat, perhatikanlah dengan seluruh perasaan dan pikiran Anda, untuk mengetahui. Janganlah duduk-duduk saja dan berkata: "Baiklah, terangkanlah kepada kami segala sesuatu tentang kekerasan itu". Aku menunjukkan kepada Anda, bahwa Anda tak bisa memandang kemarahan atau kekerasan dengan mata yang menyalahkan atau membenarkan, dan bahwa bila kekerasan ini tidak merupakan masalah yang hangat bagi Anda, Anda tak mungkin melenyapkan kedua hal itu. Jadi pertama-tama Anda harus belajar: Anda harus belajar caranya memperhatikan kemarahan, cara memperhatikan suami Anda, isteri Anda, anak-anak Anda, Anda harus mendengarkan si politikus, Anda harus belajar mengapa Anda tidak objektif, mengapa Anda menyalahkan atau membenarkan. Anda harus belajar bahwa Anda menyalahkan dan membenarkan karena hal itu merupakan suatu bagian dari struktur masyarakat tempat hidup Anda, merupakan keterkondisian Anda sebagai seorang Jerman, seorang India atau seorang Negro atau seorang Amerika atau apapun yang menjadi pembawaan Anda sejak lahir, dengan segala ketumpuhan batin yang merupakan akibat keterkondisian itu. Untuk belajar, untuk menemukan sesuatu yang fundamental Anda harus mempunyai kemampuan untuk menyelaminya sedalam-dalamnya. Bila alat yang Anda gunakan tidak tajam, bila alat Anda tumpul, Anda tak dapat menyelami apapun juga. Maka yang kita lakukan kini ialah mengasah alat itu ---yaitu pikiran yang telah dibuat tumpul oleh segala macam tindakan membenarkan dan menyalahkan. Anda hanya dapat masuk sedalam-dalamnya, bila pikiran Anda setajam jarum dan sekeras intan.

Tak ada gunanya hanya duduk bersandar dan bertanya: "Bagaimana aku bisa memperoleh pikiran seperti itu?" Anda harus menginginkannya sebagai halnya Anda menginginkan makanan Anda berikutnya, dan untuk mendapatkannya, Anda harus tahu bahwa yang membuat pikiran Anda tumpul dan tolol adalah ketiada - pekaan yang telah membangun dinding-dinding di sekelilingnya, dan yang merupakan bagian dari tindakan membenarkan dan yang menyalahkan ini. Bila batin bisa terlepas dari hal itu Anda baru bisa melihat, mempelajari, memahami, dan barangkali sampai pada suatu keadaan yang sepenuhnya sadar tentang keseluruhan masalah itu.

Maka marilah kita kembali pada masalah pokok - adakah kemungkinan untuk menghapus kekerasan di dalam diri kita sendiri? Salah satu bentuk kekerasan ialah bila orang berkata: "Anda belum berubah, mengapa belum?" Aku tidaklah berbuat demikian. Bagiku tak ada artinya

sedikitpun untuk meyakinkan Anda tentang *apapun*. Itu adalah hidup Anda, bukan hidupku. Cara hidup Anda adalah urusan Anda. Aku bertanya, apakah itu mungkin bagi seorang manusia yang hidup psikologis di dalam masyarakat mana pun untuk membersihkan batinnya dari kekerasan? Bila itu mungkin, maka proses pembersihan itulah yang akan menghasilkan suatu cara hidup yang lain di dunia ini.

Kebanyakan dari kita telah menerima kekerasan sebagai cara hidup kita. Dua peperangan yang mengerikan tidak mengajarkan apa-apa kepada kita, kecuali mendirikan rintangan-rintangan yang makin lama makin banyak di antara manusia - artinya, antara Anda dan aku. Tetapi bagi mereka di antara kita yang ingin terlepas dari kekerasan, bagaimanakah cara kita melaksanakan hal itu? Menurut hematku, analisa tak akan dapat menghasilkan apapun; baik analisa yang kita lakukan sendiri maupun yang dilakukan oleh seorang pakar. Kita mungkin dapat mengadakan perubahan sedikit pada diri kita, hidup agak lebih tenang dengan rasa kasih sayang yang agak lebih besar, namun perubahan semacam itu tak akan memberikan persepsi yang menyeluruh. Walaupun begitu aku harus tahu bagaimana caranya melakukan analisa itu, yang berarti, bahwa di dalam proses analisa itu pikiranku menjadi luar biasa tajamnya, dan sifat ketajaman, keminatan, keseriusan inilah yang akan memberikan persepsi yang menyeluruh. Orang tidak mampu melihat dengan selang pandang keseluruhan benda yang diamatinya; kejelasan penglihatan ini hanya mungkin ada bila orang bisa melihat detilnya, lalu meloncat.

Dalam usaha melepaskan diri dari kekerasan, beberapa di antara kita telah mempergunakan sebuah konsep, sebuah ideal, yang disebut non-kekerasan, dan kita mengira bahwa dengan memiliki ideal yang berlawanan dengan kekerasan, yaitu non-kekerasan, kita dapat terlepas dari fakta, kejadian sesungguhnya - tetapi itu tidaklah demikian halnya. Banyak sekali ideal yang sudah kita miliki, semua kitab suci penuh dengan ideal, namun kita tetap penuh kekerasan - jadi apakah tidak sebaiknya kekerasan itulah yang kita hadapi dan kita lupakan saja istilah kekerasan itu?

Bila Anda ingin memahami kejadian sebenarnya, Anda harus menaruh perhatian Anda sepenuhnya, seluruh energi Anda kepadanya. Perhatian dan energi itu akan terhambur-hambur bila Anda menciptakan sebuah dunia ideal yang khayali. Kini dapatkah Anda membuang ideal itu sama sekali? Orang yang betul-betul religius, yang mempunyai dorongan untuk

menemukan apa itu kebenaran, apa itu cinta, sama sekali tidak mempunyai konsep. Ia hanya hidup dalam *apa yang ada*.

Untuk menyelidiki fakta tentang kemarahan Anda sendiri, Anda tak boleh memberi penilaian apapun terhadap keadaan itu, karena pada waktu Anda membayangkan kebalikannya, pada saat itu juga Anda menyalahkannya, dan karena itu Anda tak melihatnya dalam keadaan sebenarnya. Bila Anda berkata bahwa Anda tak menyukai atau membenci seseorang, itu adalah satu fakta, walaupun kedengarannya sangat menyeramkan. Bila Anda memandangnya, menyelaminya sedalam-dalamnya, hal itu akan berakhir, lain halnya bila Anda berkata "Aku tak boleh membenci; aku harus mempunyai cinta kasih dalam hatiku", maka Anda sebenarnya hidup dalam sebuah dunia yang hipokrit dengan norma-norma ganda. Hidup secara lengkap, hidup sepenuhnya di saat ini adalah hidup dengan apa yang ada, yang sesungguhnya ada, tanpa hendak membenarkan atau menyalahkan barang sedikitpun - maka Anda mengertinya begitu menyeluruh, hingga urusan Anda terhadapnya selesai. Pada waktu Anda melihat dengan jelas, maka persoalan pun terpecahkan.

Tetapi apakah Anda melihat wajah kekerasan itu dengan jelas - wajah kekerasan yang tidak hanya ada di luar sana tetapi juga yang ada di dalam diri Anda, yang berarti bahwa Anda samasekali bebas dari kekerasan, karena Anda tidak membiarkan sebuah ideologi melenyapkannya dari Anda? Hal ini meminta meditasi yang sangat mendalam, tak hanya suatu pernyataan setuju atau tidaksetuju dengan kata-kata.

Sekarang Anda telah membaca serentetan pernyataan, tetapi apakah Anda telah benar-benar mengerti? Batin Anda yang terkondisi, cara hidup Anda, keseluruhan struktur masyarakat tempat hidup Anda, mencegah Anda untuk melihat sebuah fakta dan untuk membebaskan diri Anda *seketika* dari fakta itu. Anda berkata: "Aku akan berusaha untuk menjadi bebas". Itu salah satu pernyataan yang paling mengerikan yang dapat Anda ucapkan: "Aku akan berusaha". Dalam hal ini tak ada masalah berusaha, tak ada masalah berusaha sebaik-baiknya. Anda melakukannya, atau tidak. Ibarat Anda menunggu bertindak pada waktu rumah Anda sedang terbakar. Rumah Anda terbakar akibat kekerasan yang ada di seluruh dunia dan yang ada di dalam diri Anda sendiri, dan Anda berkata: "Aku akan berpikir dahulu tentang hal itu. Ideologi manakah yang terbaik untuk memadamkan api itu?" Bila rumah Anda terbakar, apakah Anda bertengkar mengenai warna rambut orang yang membawakan air pemadam api?

VII

HUBUNGAN - KONFLIK - MASYARAKAT - KEMISKINAN - OBAT BIUS - KETERGANTUNGAN - PEMBANDINGAN - KEINGINAN - CITA-CITA - KEMUNAFIKAN

Berakhirnya kekerasan sebagai yang baru saja kita bahas, belum tentu berarti berdamainya batin dengan dirinya sendiri, dan sebab itu hidup damai dalam semua hubungannya.

Hubungan antar-manusia didasarkan pada mekanisme pembentukan citra yang bersifat defensif. Dalam semua hubungan kita, masing-masing orang membentuk sebuah citra tentang orang lainnya dan yang mengadakan hubungan adalah kedua citra ini dan bukan manusia-manusianya sendiri. Sang isteri mempunyai citra tentang sang suami - walaupun mungkin tak disadarinya, tetapi citra itu ada - dan sang suami mempunyai citra tentang sang isteri. Orang mempunyai citra tentang negerinya dan tentang dirinya sendiri, dan kita selalu memperkuat citra ini dengan jalan menambahnya terus sehingga menjadi banyak. Dan citra-citra inilah yang saling berhubungan. Hubungan sesungguhnya antara dua orang manusia atau antara banyak manusia terhenti samasekali pada waktu citra terbentuk.

Hubungan yang didasarkan pada citra sudah jelas tak mungkin membawa kedamaian dalam hubungan, citra ini bersifat khayal, dan orang tak dapat hidup dalam abstraksi. Walau demikian, itulah yang dilakukan oleh kita semua; hidup dalam ide, dalam teori, dalam simbol-simbol, dalam citra yang telah kita ciptakan tentang diri kita sendiri dan orang lain, dan yang samasekali tidak bersifat riil. Semua hubungan kita, apakah itu dengan milik, ide ataupun orang, pada hakikatnya didasarkan pada pembentukan citra ini, dan itulah sebabnya maka selalu ada konflik.

Jadi bagaimana kita bisa hidup damai sepenuhnya dalam diri kita dan dalam semua hubungan kita dengan orang lain? Bagaimanapun juga, hidup itu sebuah gerak di dalam hubungan, bila tidak, maka tak akan ada kehidupan sama sekali, dan bila hidup itu didasarkan pada sebuah abstraksi, sebuah ide atau sebuah pengandaian spekulatif, maka kehidupan

abstrak demikian itu pasti menimbulkan hubungan yang menjadi medan perang. Maka apakah ada kemungkinan bagi manusia untuk hidup dalam ketertiban batiniah sepenuhnya tanpa pemaksaan, peniruan, tekanan atau sublimasi bentuk apapun? Dapatkah orang menertibkan batinnya sedemikian rupa, hingga ketertiban itu merupakan suatu kualitas hidup yang tidak terkungkung oleh satu kerangka ide - suatu ketenangan batin yang tidak pernah terganggu pada saat apa pun - bukan dalam suatu dunia mitos abstrak yang fantastis melainkan dalam kehidupan sehari-hari di rumah dan di kantor?

Pada hematku, kita harus menyelami persoalan ini dengan sangat hati-hati, karena di dalam kesadaran kita tak ada satu tempatpun yang tidak tersentuh oleh konflik. Dalam segala hubungan kita, apakah itu dengan orang yang paling dekat dihati ataupun dengan seorang tetangga atau dengan masyarakat, konflik ini ada - konflik yang berarti pertentangan, keadaan terbagi-bagi, terpisah-pisah, suatu dualitas. Mengamati diri kita sendiri dan hubungan kita dengan masyarakat, kita dapat melihat bahwa pada semua tingkat kehidupan kita terdapat konflik-konflik kecil atau besar, yang menimbulkan respons-respons yang sangat dangkal atau akibat-akibat yang menghancurkan.

Orang telah menerima konflik sebagai bagian yang tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, karena ia telah menerima persaingan, kecemburuan, keserakahan, gila hasrat dan agresi sebagai cara hidup yang wajar. Bila kita menerima cara hidup semacam itu, maka kita menerima struktur masyarakat sebagaimana adanya dan kita hidup dalam batas-batas pola keterhormatan. Dan pola kehidupan semacam itulah yang mengungkung kebanyakan diantara kita, karena sebagian besar diantara kita ingin sangat dihormati. Bila kita menyelidiki pikiran dan hati kita sendiri, cara berpikir kita, cara merasakan sesuatu dan bagaimana cara kita bertindak dalam kehidupan kita sehari-hari, maka tampaklah bahwa selama kita menyesuaikan diri pada pola masyarakat, maka hidup itu pasti merupakan medan perang. Bila kita tidak menerima pola masyarakat - dan orang benar-benar religius tak mungkin menerima masyarakat semacam itu - maka kita menjadi samasekali bebas dari struktur psikologis masyarakat.

Kebanyakan diantara kita kaya dengan kebendaan masyarakat. Yang telah diciptakan masyarakat di dalam diri kita dan yang kita ciptakan

sendiri di dalam diri kita ialah keserakahan, iri hati, kemarahan, kebencian, rasa cemburu, kekuatiran - dan kita sangat kaya dengan hal-hal semacam itu. Berbagai macam agama di seluruh dunia telah mengkhotbahkan kemiskinan. Sang biarawan mengenakan jubah biara, mengganti namanya, mencukur gundul kepalanya, memasuki sebuah sel dan mengucapkan janji kemiskinan dan kemurnian; di Timur ia hanya mengenakan sehelai cawat, sehelai jubah, hanya makan sekali sehari - dan kita semua menghormati kemiskinan semacam itu. Tetapi orang-orang yang telah menerima jubah kemiskinan ini, di dalam batinnya, psikologis, masih tetap kaya dengan kebendaan masyarakat karena mereka masih tetap mencari kedudukan dan prestise; mereka termasuk golongan biarawan ini atau itu, agama ini atau itu; mereka masih tetap hidup di dalam pengkotak-kotakan suatu kebudayaan, suatu tradisi. Itu bukanlah kemiskinan. Kemiskinan berarti samasekali bebas dari masyarakat, walaupun orang memiliki lebih dari sepotong pakaian, makan lebih dari sekali sehari - masyaallah, siapa yang akan peduli itu? Tetapi sayangnya, pada kebanyakan orang terdapat dorongan kuat untuk pamer.

Kemiskinan merupakan sesuatu yang amat indah bila batin bebas dari masyarakat. Orang harus menjadi miskin dalam batinnya, karena hanya dengan demikianlah tak ada pencarian, permintaan, keinginan, tak ada apapun! Hanya kemiskinan batinlah yang mampu melihat kebenaran suatu kehidupan yang tak mengandung konflik samasekali. Kehidupan semacam itu adalah suatu berkah yang tak kita dapati dalam gereja atau kuil manapun.

Lalu bagaimana kita dapat membebaskan diri dari struktur psikologis masyarakat, artinya, membebaskan diri kita dari hakikat konflik? Tidaklah sukar bagi kita untuk memangkas dan membuang beberapa cabang konflik tertentu, tetapi yang kita pertanyakan pada diri kita sendiri ialah, apakah itu mungkin untuk hidup dalam ketenangan batin sepenuhnya, dan karenanya juga mempunyai ketenangan lahir? Yang tidak pula berarti, bahwa kita hidup sebagai tumbuh-tumbuhan ataupun mandek. Bahkan sebaliknya, kita menjadi dinamis, vital, penuh energi.

Untuk mengerti dan untuk bebas dari persoalan apapun, kita membutuhkan banyak sekali energi yang penuh gairah dan bertahan, bukan hanya energi fisik dan intelektual, tetapi energi yang tidak tergantung pada motif, rangsangan psikologis atau obat bius apapun. Bila

kita tergantung pada rangsangan tertentu, maka rangsangan itulah yang membuat batin tumpul, tidak peka. Dengan minum salah satu macam obat bius kita mungkin mendapatkan cukup energi untuk dalam batas waktu tertentu melihat segala sesuatu dengan terang, tetapi kita akan jatuh kembali ke dalam keadaan kita semula, dan karenanya menjadi makin lama makin tergantung pada obat bius itu. Demikianlah semua macam rangsangan, apakah itu datang dari gereja atau dari alkohol atau dari obat bius atau dari perkataan yang tertulis atau yang diucapkan secara lisan, jelas akan menimbulkan ketergantungan, dan ketergantungan itu mencegah kita untuk melihat sendiri dengan jelas, dan karenanya mencegah kita untuk memiliki energi yang vital.

Sayang bahwa kita semua secara psikologis tergantung pada sesuatu. Mengapa kita tergantung? Mengapa ada dorongan kuat untuk tergantung? Kita sedang bersama-sama melakukan perjalanan ini; Anda tidaklah menunggu sampai aku memberitahu Anda apa penyebab ketergantungan Anda. Bila kita menyelidiki bersama, kita berdua akan menemukan sesuatu, maka penemuan itu juga akan merupakan penemuan Anda sendiri, dan sebab itu, sebagai milik Anda, penemuan itu akan memberi Anda vitalitas.

Aku menemukan bagiku sendiri, bahwa aku tergantung pada sesuatu - umpamanya pendengar, yang akan memberiku rangsangan. Aku memperoleh dari pendengar itu, dari ceramahku kepada sekelompok besar orang-orang, semacam energi. Maka karena itu aku tergantung pada pendengar, pada orang-orang itu, apakah mereka setuju atau tidak setuju. Semakin tidak setuju semakin bertambah vitalitas yang mereka berikan kepadaku. Bila mereka setuju, maka ceramah ini menjadi sesuatu yang sangat dangkal, kosong. Jadi aku menemukan - bahwa aku membutuhkan pendengar, karena memberi ceramah kepada orang-orang merupakan sesuatu yang sangat merangsang. Mengapa demikian? Mengapa aku tergantung? Karena di dalam diriku aku dangkal, di dalam diriku aku tak punya apa-apa, di dalam diriku aku tak punya sumber yang selalu penuh dan kaya, vital, bergerak, hidup. Demikianlah aku tergantung. Aku telah menemukan sebabnya.

Tetapi apakah penemuan sebab itu membebaskan aku dari ketergantungan? Penemuan sebab itu hanya bersifat intelektual, maka jelaslah ia tak bisa membebaskan batinku dari ketergantungan. Penerimaan

sebuah ide secara intelektual belaka ataupun penyerasian perasaan dalam sebuah ideologi, tak dapat membebaskan batin dari ketergantungannya pada sesuatu yang bisa merangsangnya. Yang membebaskan batin dari ketergantungannya ialah melihat keseluruhan struktur dan sifat rangsangan dan ketergantungan, dan melihat bagaimana ketergantungan itu membuat batin bodoh, tumpul dan tidak aktif. Melihat keseluruhan itu adalah satu-satunya jalan untuk membebaskan batin.

Jadi aku harus menyelidiki, apakah artinya melihat secara menyeluruh itu. Selama aku melihat hidup dari sebuah sudut pandang atau pengalaman tertentu yang kusukai, atau berdasarkan beberapa pengetahuan tertentu yang telah kukumpulkan dan yang merupakan latar belakangku, yang merupakan "diriku", aku tak dapat melihat secara menyeluruh. Aku telah menemukan secara intelektual, dengan kata-kata melalui analisa, penyebab dari ketergantungan, tetapi apapun yang diselidiki oleh pikiran sudah jelas bersifat fragmentaris, maka aku hanya dapat melihat keseluruhan suatu ikhwal, bila pikiran tidak turut campur.

Barulah aku melihat fakta ketergantungan; aku melihat secara nyata *apa yang ada*. Aku melihatnya tanpa rasa suka atau tak suka; aku tidak ingin terlepas dari ketergantungan itu atau menjadi bebas dari penyebabnya. Aku mengamatinya, dan dalam pengamatan semacam ini aku melihat keseluruhan lukisan, tidak hanya satu fragmen dari lukisan itu, dan bila batin melihat keseluruhan lukisan itu, maka ada kebebasan. Kini aku telah menemukan, bahwa pada waktu ada fragmentasi, terjadilah pemborosan energi. Aku telah menemukan penyebab utama dari pemborosan energi ini.

Anda mungkin mengira, bahwa pembuangan energi yang sia-sia tidak akan timbul bila Anda meniru, bila Anda menerima otoritas, bila Anda tergantung pada pendeta, ritual, dogma, partai atau ideologi tertentu, tetapi penganutan dan penerimaan sebuah ideologi, yang baik atau yang buruk, yang suci atau yang tidak suci, adalah suatu aktivitas yang fragmentaris dan karenanya penyebab dari konflik, dan konflik pasti akan timbul selama ada pemisahan antara "apa yang seharusnya" dan "apa yang ada", dan setiap konflik adalah pemborosan energi.

Bila Anda bertanya pada diri Anda sendiri: "Bagaimana aku bisa bebas dari konflik?" maka Anda menciptakan suatu persoalan lain dan hal itu

menambah besar konflik, sedangkan bila Anda hanya melihatnya sebagai sebuah fakta - melihatnya sebagai halnya Anda melihat sebuah objek yang konkrit dengan jelas, secara langsung - maka Anda akan mengerti secara hakiki kebenaran dari suatu kehidupan yang tidak mengandung konflik samasekali.

Marilah kita melihatnya dari sudut lain. Kita selalu memperbandingkan keadaan kita sebenarnya dengan keadaan yang seharusnya. Keadaan seharusnya adalah proyeksi daripada apa yang kita anggap seharusnya. Kontradiksi terjadi bila ada perbandingan, bukan saja dengan suatu benda atau dengan seseorang, tetapi juga dengan keadaan Anda kemarin, dan karenanya timbul konflik antara sesuatu yang sudah lalu dan sesuatu yang kini ada. *Apa yang kini* ada hanya tampak bila tak ada perbandingan sedikit pun, dan hidup dengan apa yang kini ada, ialah hidup damai. Maka barulah Anda bisa menaruh perhatian penuh tanpa gangguan sedikitpun pada yang ada di dalam diri Anda - apakah itu keputusan, keburukan, kekejaman, ketakutan, kekuatiran, kesepian - dan hidup dengan itu sepenuhnya; maka tak akan ada kontradiksi dan karenanya tak ada konflik.

Tetapi selama ini kita selalu memperbandingkan diri kita - dengan mereka yang lebih kaya atau lebih cerdas, lebih intelektual, mempunyai lebih banyak rasa kasih, lebih terkenal, lebih ini dan lebih itu. "Lebih" ini memegang peran yang luar biasa pentingnya dalam hidup kita; pengukuran diri kita sendiri sepanjang waktu terhadap sesuatu atau seseorang merupakan salah satu penyebab utama dari konflik.

Mengapa ada perbandingan semacam itu? Mengapa Anda membandingkan diri Anda dengan orang lain? Perbandingan ini telah diajarkan sejak masa kecil. Di tiap sekolah si A diperbandingkan dengan si B, dan si A menghancurkan dirinya sendiri supaya menjadi seperti si B. Bila Anda samasekali tidak memperbandingkan, bila Anda tidak lagi berjuang supaya menjadi lain daripada keadaan Anda kini - apakah yang terjadi dengan batin Anda? Batin Anda berhenti menciptakan sifat kebalikan dan menjadi sangat inteligen, sangat sensitif, mampu memiliki semangat yang luar biasa, oleh karena usaha adalah pemborosan semangat - semangat besar yaitu energi yang vital - dan Anda tak dapat berbuat apa-apa tanpa semangat besar.

Bila Anda tidak memperbandingkan diri Anda dengan orang lain, maka Anda adalah Anda. Melalui perbandingan, Anda berharap akan berkembang, tumbuh, menjadi tambah inteligen, tambah cantik. Tetapi benarkah demikian? Faktanya ialah bahwa Anda seperti ini, dan dengan jalan memperbandingkan, Anda memecah-belah fakta itu, yang merupakan pembuangan energi yang sia-sia. Melihat diri Anda sebagaimana adanya tanpa perbandingan sedikitpun, memberikan Anda energi yang sangat besar untuk melihat. Bila Anda dapat mengamati diri Anda sendiri tanpa perbandingan, Anda berdiri di luar perbandingan, yang tidaklah berarti bahwa batin mandek dalam kepuasan. Jadi kita pada hakekatnya telah melihat bagaimana cara batin menyalakan energi yang begitu penting artinya untuk memahami keseluruhan hidup.

Aku tak ingin tahu dengan siapa aku bertentangan; aku tidak ingin tahu pertentangan-pertentangan dangkal yang terjadi dalam hidupku. Yang ingin kuketahui ialah mengapa konflik itu perlu ada. Bila kuajukan pertanyaan itu kepada diriku sendiri, aku melihat suatu persoalan pokok yang samasekali tak ada kaitannya dengan konflik-konflik dangkal beserta pemecahannya. Perhatianku ialah pada persoalan pokok, dan aku melihat - mungkin Anda pun melihat? - bahwa jika tidak cukup dipahami, sifat keinginan itu pasti menuju kepada konflik.

Keinginan selalu dalam pertentangan. Aku menginginkan hal-hal yang bertentangan - itu tidak berarti bahwa aku harus menghancurkan keinginan, menekan, mengontrol atau menggantikannya dengan keinginan yang lebih halus - aku sekedar melihat bahwa keinginan itu sendiri mengandung pertentangan. Bukannya objek-objek keinginan, melainkan sifat keinginan itu sendirilah yang mengandung pertentangan. Dan aku harus mengerti sifat keinginan itu sebelum aku bisa mengerti konflik. Batin kita dalam keadaan bertentangan, dan keadaan bertentangan itu telah ditimbulkan oleh keinginan-keinginan, yaitu pengejaran kenikmatan dan pengelakan penderitaan, yang telah kita selidiki sebelum ini.

Demikianlah kita melihat keinginan sebagai akar dari semua kontradiksi - menginginkan sesuatu dan tidak menginginkannya - suatu aktivitas yang dualistik. Bila kita berbuat sesuatu yang menyenangkan, maka dalam hal itu tidaklah tampak usaha sedikitpun, bukankah begitu? Tetapi kenikmatan membawa kepedihan, lalu timbullah perjuangan untuk menghindari kepedihan ini, dan itupun suatu pemborosan energi. Mengapa

tindakan kita dualistik? Sudah tentu bahwa di alam ada dualitas - pria dan wanita, cahaya dan bayangan, malam dan siang - tetapi di batin kita, psikologis, mengapa dualitas itu ada? Pikirkanlah hal ini bersamaku, jangan menunggu aku memberitahu Anda. Anda harus melatih batin Anda sendiri untuk mengetahui. Kata-kataku hanya sebuah cermin bagi Anda untuk mengobservasi diri Anda sendiri. Mengapa ada dualitas dalam kehidupan batin kita? Apakah itu karena kita telah dididik untuk selalu memperbandingkan "yang ada" dengan "yang seharusnya ada?" Kita telah terkondisi oleh apa yang benar dan apa yang salah, apa yang baik dan apa yang buruk, apa yang bersifat moral dan apa yang bersifat immoral. Apakah dualitas ini timbul karena kita percaya bahwa berpikir tentang kebalikan dari kekerasan, kebalikan dari iri hati, kecemburuan, kebusukan hati, akan dapat melepaskan kita dari hal-hal itu? Apakah kita menggunakan kebalikan dari sesuatu itu sebagai sebuah pengungkit untuk melepaskan diri dari keadaan yang ada? Ataukah itu suatu pelarian dari keadaan sesungguhnya?

Apakah Anda menggunakan kebalikan dari sesuatu itu sebagai alat untuk menghindar dari keadaan aktual yang Anda tak tahu bagaimana menghadapinya? Ataukah itu karena Anda telah diberitahu oleh ribuan tahun propaganda, bahwa Anda harus mempunyai sebuah cita-cita - yaitu kebalikan dari "yang kini ada" - supaya Anda dapat mengatasi keadaan sekarang? Bila Anda mempunyai sebuah ideal, Anda mengira bahwa cita-cita itu dapat membuang "yang ada", tetapi hal itu tak pernah terjadi. Anda mungkin berkhotbah tentang non kekerasan sepanjang sisa hidup Anda sembari menyebarkan benih-benih kekerasan.

Anda mempunyai konsep tentang bagaimana seharusnya Anda dan bagaimana seharusnya Anda bertindak, dan selama itu tindakan Anda sebetulnya lain samasekali; jadi Anda melihat bahwa prinsip, kepercayaan dan cita-cita tidak bisa tidak menuju pada kemunafikan dan kepada suatu kehidupan yang tidak jujur. Cita-cita itulah yang menciptakan kebalikan dari yang ada, jadi bila Anda tahu bagaimana hidup dengan "yang ada", maka kebalikan itu tidaklah perlu.

Berusaha untuk menjadi seperti orang lain, atau seperti cita-cita Anda, adalah salah satu penyebab pokok dari pertentangan, kebingungan dan konflik. Batin yang bingung, apapun yang diperbuatnya, pada tingkat apapun, akan tetap bingung; setiap tindakan yang timbul dari kebingungan

menuju pada kebingungan selanjutnya. Aku melihat ini dengan sangat jelas; aku melihatnya sejelas aku melihat bahaya fisik yang ada di depan mataku. Maka apakah yang terjadi? Aku berhenti bertindak dalam kebingungan. Dan karena itulah maka tidak bertindak sama dengan benar-benar bertindak.

VIII

KEBEBASAN - PEMBERONTAKAN - KESENDIRIAN - KEMURNIAN – HIDUP DENGAN DIRI KITA SENDIRI SEBAGAIMANA ADANYA

Tak satupun diantara siksaan-siksaan akibat penekanan ataupun disiplin keras untuk menyesuaikan diri dengan suatu pola tertentu telah berhasil membawa kita pada kebenaran. Untuk dapat sampai pada kebenaran, batin harus bebas samasekali, tanpa distorsi sedikitpun.

Tetapi marilah kita pertama-tama bertanya kepada diri kita sendiri, apakah kita benar-benar ingin bebas? Pada waktu kita berbicara tentang kebebasan, apakah kita berbicara tentang kebebasan total atau tentang kebebasan dari salah satu hal yang tak mengenakan atau yang tak menyenangkan? Kita ingin dapat bebas dari memori yang buruk dan yang memedihkan dan dari pengalaman yang tidak membahagiakan tetapi sebaliknya kita ingin mempertahankan ideologi, gagasan dan hubungan kita yang menyenangkan, yang memuaskan. Tetapi untuk mempertahankan yang satu tanpa yang lain tidaklah mungkin, karena, seperti yang telah kita lihat, kesenangan tak terpisahkan dari kesedihan.

Maka keputusan tentang apakah kita mau atau tidak mau betul-betul bebas haruslah dijawab oleh kita masing-masing. Bila kita berkata mau, maka kita harus memahami sifat dan struktur kebebasan.

Apakah itu kebebasan bila Anda bebas dari sesuatu - bebas dari kesedihan, bebas dari suatu kegelisahan? Ataukah kebebasan itu sesuatu yang lain samasekali? Katakanlah, Anda bisa bebas dari rasa cemburu, tetapi apakah kebebasan disitu bukan suatu reaksi dan karenanya samasekali bukan kebebasan? Anda bisa bebas dari dogma dengan gampang, dengan menganalisa, dengan melemparkannya jauh-jauh, tetapi alasan untuk menjadi bebas dari dogma itu membawa reaksinya sendiri, sebab keinginan untuk bebas dari suatu dogma mungkin timbul karena dogma itu sudah tidak lazim, atau sudah tidak berguna lagi. Atau Anda bisa bebas dari nasionalisme karena Anda percaya pada internasionalisme, atau karena Anda merasa, bahwa melekat pada dogma kebangsaan yang

tolol, dengan benderanya dan segalanya yang terkandung di dalamnya, tidak perlu lagi jika dipandang dari sudut ekonomis. Anda bisa membuangnya dengan gampang atau Anda mungkin melakukan reaksi terhadap salah seorang pemimpin agama atau politik yang telah menjanjikan kebebasan kepada Anda melalui disiplin atau pemberontakan. Tetapi apakah rasionalisme, kesimpulan logis semacam itu, sesuatu yang ada hubungannya dengan kebebasan?

Bila Anda berkata bahwa Anda bebas dari sesuatu, maka itu adalah sebuah reaksi yang kemudian akan menjadi reaksi lain yang akan menimbulkan konformitas lain, satu bentuk lain dari penjajahan. Dengan cara ini Anda akan mendapatkan suatu rentetan reaksi dan menerima masing-masing reaksi sebagai kebebasan. Tetapi itu bukanlah kebebasan; itu hanya sekedar kontinuitas dari masa lampau yang telah berubah bentuk dan yang dipegang teguh oleh batin Anda.

Kaum muda jaman sekarang, seperti halnya semua kaum muda, sedang berontak terhadap masyarakat dan itu sendiri satu hal yang baik, tetapi berontak bukanlah kebebasan, karena bila Anda berontak, maka itu sebenarnya sebuah reaksi dan reaksi itu membentuk polanya sendiri dan Anda terjebak di dalam pola itu. Anda mengira bahwa itu sesuatu yang baru. Itu tidak baru; itu adalah yang lama dalam bentuk lain. Setiap pemberontakan sosial atau politik pasti akan kembali pada mentalitas borjuis yang itu-itu juga.

Kebebasan hanyalah timbul, bilamana Anda melihat dan bertindak; kebebasan tak pernah datang melalui pemberontakan. Melihat adalah bertindak, dan tindakan semacam itu terjadi seketika, seperti pada saat Anda melihat bahaya. Pada saat itu otak pun terdiam, tak ada rundingan ataupun keragu-raguan; bahaya itulah yang memaksa orang untuk bertindak, dan oleh sebab itu melihat adalah bertindak dan menjadi bebas.

Kebebasan adalah suatu keadaan batin - bukan kebebasan *dari* sesuatu melainkan suatu suasana bebas, suatu kebebasan untuk meragukan dan bertanya tentang apa saja dan karenanya sangat intensif, aktif dan penuh semangat, hingga keadaan itu membuang setiap bentuk ketergantungan, perbudakan, konformitas dan penerimaan secara membuta. Kebebasan seperti itu mengandung arti: betul-betul sendirian. Tetapi mungkinkah batin yang telah dibesarkan dalam kebudayaan yang begitu tergantung

pada lingkungan dan pada kecenderungan-kecenderungannya sendiri menemukan kebebasan yang berarti betul-betul sendirian, tanpa pemimpin, tradisi ataupun otoritas?

Hidup sendirian ini adalah keadaan batin yang tidak tergantung pada rangsangan atau pengetahuan apapun, dan bukan hasil dari pengalaman atau bentuk kesimpulan apa pun. Kebanyakan dari kita tak pernah sendirian di dalam batin. Ada suatu perbedaan antara pengasingan diri, atau hidup terpisah, dan kesendirian, yaitu hidup dalam kesunyian. Kita semua tahu apa arti hidup terasing - membangun sebuah tembok sekeliling diri sendiri supaya tidak bisa disakiti, tak pernah bersifat terbuka, atau mengembangkan ketidak-terikatan yang merupakan satu bentuk lain dari penderitaan yang mendalam, atau hidup di dalam semacam menara gading impian berdasarkan ideologi tertentu. Kesendirian adalah sesuatu yang lain samasekali.

Anda tak pernah sendirian karena Anda penuh dengan segala macam kenangan, keterkondisian, segala berengut hari kemarin; batin Anda tak pernah bersih dari segala tetek-bengek yang telah dikumpulkannya. Supaya sendirian Anda harus mati terhadap yang lampau. Bila Anda sendirian, sendirian sepenuhnya, tanpa termasuk kelompok keluarga mana pun, bangsa, kebudayaan, benua tertentu mana pun, maka Anda merasa diri Anda sebagai orang luar. Seseorang yang sendirian sepenuhnya seperti itu berhati murni dan kemurnian inilah yang membebaskan batin dari kesengsaraan.

Kita dibebani oleh kata-kata beribu-ribu orang dan oleh kenangan semua nasib jelek kita. Membuang semua itu secara total inilah hidup seorang diri, dan batin yang sendirian bukan hanya murni tetapi juga muda - bukan dalam usia, melainkan muda, murni, penuh semangat pada umur berapa pun dan hanya jiwa yang demikian itu dapat melihat apa itu kebenaran dan apa itu yang nilainya tak terungkap oleh kata-kata.

Di dalam kesendirian ini Anda akan mulai mengerti akan perlunya hidup dengan diri Anda sendiri sebagaimana adanya, bukan sebagai Anda yang Anda anggap seharusnya begitu atau sebagai Anda di masa lampau. Cobalah melihat diri Anda sendiri tanpa gentar, tanpa kerendahhatian palsu, tanpa takut, tanpa membenarkan atau menyalahkan sedikitpun - hanya hidup dengan diri Anda sendiri sebagaimana Anda sebenarnya.

Hanya bila Anda hidup akrab dengan sesuatu itulah maka Anda akan mulai memahaminya. Tetapi pada saat Anda mulai terbiasa padanya - mulai terbiasa dengan kekuatiran Anda sendiri atau iri hati Anda atau apapun saja - Anda tidak hidup lagi dengan dia. Bila Anda bertempat tinggal dekat sebuah sungai, maka setelah beberapa hari Anda tidak mendengar lagi suara air, atau bila Anda mempunyai sebuah lukisan di dalam kamar yang Anda lihat setiap hari, maka selang seminggu Anda tidak akan terkesan lagi oleh lukisan itu. Sama halnya dengan gunung-gunung, lembah-lembah, pohon-pohon - sama halnya dengan keluarga Anda, suami Anda, isteri Anda. Tetapi untuk hidup dengan sesuatu seperti rasa iri, cemburu atau kuatir, Anda sekali-kali tak boleh menjadi terbiasa, sekali-kali tak boleh menerimanya. Anda harus memperhatikannya sebagai halnya Anda memperhatikan pohon yang baru saja ditanam, melindunginya terhadap matahari, terhadap angin taufan. Anda harus memperhatikannya, tidak menyalahkan atau membenarkannya. Dan karena itu Anda mulai mencintainya. Bilamana Anda memperhatikannya, mulailah Anda mencintainya. Itu bukannya berarti bahwa Anda cinta akan kecemburuan atau kekuatiran, sebagai lazimnya dilakukan banyak orang, melainkan bahwa Anda mau mengamatinya.

Maka dapatkah Anda - dapatkah Anda dan aku hidup dengan keadaan kita yang sesungguhnya, yaitu tahu bahwa kita tumpul, cemburu, penuh ketakutan, sambil mengira bahwa kita memiliki rasa kasih sayang yang besar padahal sebenarnya tidak, cepat tersinggung gampang terayu dan cepat bosan - dapatkah kita hidup dengan semuanya itu, tidak menerima ataupun mengingkari hal itu, tapi hanya mengobservasinya tanpa menjadi kurang waras, murung atau berbesar hati?

Kini marilah kita mengajukan pertanyaan selanjutnya kepada diri kita sendiri. Apakah kebebasan, kesendirian ini, timbulnya kontak dengan keseluruhan struktur batin kita sebagaimana adanya ini - apakah ini terjadi melalui waktu? Artinya, apakah kebebasan itu terjadi melalui proses bertahap? Sudah jelas tidak, karena begitu Anda memasukkan unsur waktu, Anda akan kian memperbudak diri Anda sendiri. Anda tak mungkin menjadi bebas secara bertahap. Kebebasan bukanlah soal waktu.

Pertanyaan berikutnya ialah, dapatkah Anda menyadari kebebasan itu? Bila Anda berkata: "Aku bebas", maka Anda tidak bebas. Hal itu sama dengan apabila orang berkata: "Aku berbahagia". Saat ia mengatakan "Aku

berbahagia", ia hidup dalam kenangan sesuatu yang telah silam. Kebebasan hanya mungkin timbul secara wajar, tidak melalui pengharapan, keinginan, dambaan. Pun tak akan Anda menemukannya dengan jalan menciptakan sebuah citra tentang kebebasan menurut anggapan Anda. Untuk menghayatinya, batin harus belajar mengamati hidup, yakni suatu gerak yang maha luas, tanpa ikatan waktu, karena kebebasan ada di luar medan kesadaran.

IX

WAKTU - KESEDIHAN - KEMATIAN

Aku ingin mengulang sebuah cerita tentang seorang murid besar yang menghadap Tuhan dan yang meminta supaya diberi pelajaran tentang kebenaran. Tuhan yang malang itu berkata: "Temanku, hari panas terik, ambilkanlah aku air segelas". Maka pergilah murid itu dan mengetuk pintu rumah pertama yang dijumpainya dan pintu pun dibuka seorang gadis cantik. Murid itu jatuh cinta padanya, maka kawinlah mereka dan dikaruniai sejumlah anak. Maka pada suatu hari turunlah hujan, dan hujan jatuh terus-menerus, sungai-sungai banjir, jalan-jalan penuh air, rumah-rumah hilang tersapu air. Murid itu berpegangan erat pada isterinya sambil mengangkat anak-anaknya kepundaknya, dan sambil terbawa oleh air ia berteriak: "Tuhan, tolonglah aku", dan Tuhanpun berkata: "Mana segelas air yang dulu kuminta padamu?".

Itu sebuah cerita yang baik sekali karena kebanyakan diantara kita berpikir di dalam waktu. Orang hidup dalam waktu. Mengarang masa depan telah menjadi permainan kegemarannya untuk melarikan diri.

Kita mengira bahwa perubahan di dalam diri kita dapat terjadi dalam waktu, bahwa ketertiban batin kita dapat dibangun sedikit demi sedikit, ditambah terus setiap hari. Tetapi waktu tak mungkin membawa ketertiban atau kedamaian; kita harus berhenti berpikir secara bertahap. Itu berarti, bahwa tak ada hari esok yang tertib dan damai bagi kita. Kita harus tertib saat ini.

Ketika ada bahaya yang riil, bukankah sang waktu menghilang? Reaksipun timbul seketika. Tetapi kita tidak melihat bahaya yang terkandung dalam kebanyakan persoalan kita dan itulah sebabnya maka kita mengarang waktu sebagai alat untuk membantu kita mengatasinya. Waktu adalah penipu, karena waktu tidak berbuat apapun untuk membantu kita mengadakan perubahan dalam batin kita. Waktu adalah sebuah gerak yang telah dibagi-bagi manusia dalam masa lampau, masa kini dan masa depan, dan selama orang membagi-baginya, ia akan selalu hidup dalam konflik.

Apakah belajar itu soal waktu? Ribuan tahun telah lalu, namun kita tidak belajar bahwa ada cara hidup yang lebih baik daripada saling membenci dan saling membunuh. Masalah waktu itu sangat penting untuk dimengerti bila kita hendak memecahkan masalah kehidupan yang telah kita jadikan begitu mengerikan dan sia-sia seperti keadaannya sekarang ini.

Yang pertama-tama harus dimengerti ialah bahwa waktu hanya bisa dilihat dengan batin yang segar dan murni seperti yang telah kita bahas di atas. Kita bingung tentang semua persoalan kita, dan telah sesat di dalam kebingungan itu. Nah, bila seseorang tersesat di hutan, apakah yang pertama-tama harus dilakukan? Ia berhenti, bukan? Ia berhenti dan memandang sekelilingnya. Tetapi semakin kita bingung dan sesat dalam kehidupan, makin banyak pula kita mengejar-ngejar sesuatu, mencari-cari, bertanya-tanya, menuntut, meminta-minta. Maka pertama-tama, jika aku boleh menyarankannya, batin Anda harus betul-betul diam. Dan bila batin Anda diam secara batiniah, secara psikologis, maka batin Anda menjadi sangat damai, sangat jernih. Maka barulah Anda bisa memandang persoalan tentang waktu ini.

Masalah-masalah hanya timbul dalam waktu, yaitu apabila kita menghadapi satu masalah tidak secara total. Menghadapi masalah tidak secara total inilah yang menciptakan persoalan. Bila kita menghadapi satu tantangan secara parsial, fragmentaris, atau berusaha melarikan diri darinya - artinya, bila kita menghadapinya tanpa perhatian sepenuhnya - kita menciptakan masalah. Dan masalah itu terus ada selama kita tidak betul-betul memperhatikannya, selama kita berharap bisa memecahkannya pada *satu saat di hari kelak*.

Tahukah Anda apa itu waktu? Bukan waktu yang ditunjukkan oleh jarum jam, bukan waktu kronologis, melainkan waktu psikologis? Itu adalah jarak antara ide dan tindakan. Sebuah ide jelas digunakan untuk melindungi diri, yaitu ide bahwa ada kepastian hidup. Tindakan selalu sesuatu yang seketika; ia bukan sesuatu yang lampau atau sesuatu yang akan datang; bertindak haruslah terjadi di saat ini, tetapi tindakan itu begitu berbahaya, begitu tidak pastinya, sehingga kita menyesuaikan diri dengan sebuah ide yang kita harapkan dapat memberikan kita suatu keamanan yang pasti.

Perhatikanlah hal ini dalam diri Anda sendiri. Anda mempunyai ide tentang apa yang benar atau yang salah, atau sebuah konsep ideologis tentang diri Anda sendiri dan masyarakat, dan menurut ide itulah Anda akan bertindak. Sebab itu tindakan itu sesuai dengan ide itu, menyerupai ide itu, dan karenanya selalu akan ada konflik. Di situ ada ide, jarak dan tindakan. Dan dalam jarak itulah terletak keseluruhan medan waktu. Pada dasarnya jarak waktu itu adalah pikiran. Bila Anda berpikir bahwa Anda akan bahagia esok hari, maka Anda mempunyai citra tentang keadaan diri Anda pada saat mencapai suatu hasil tertentu dalam waktu. Pikiran, melalui pengamatan, melalui keinginan, dan melalui kontinuitas keinginan, yang ditopang oleh pikiran selanjutnya, berkata : “Besok aku akan berbahagia. Besok aku akan mencapai sukses. Besok dunia akan menjadi tempat yang indah”. Demikianlah pikiran menciptakan jarak yang merupakan waktu itu.

Sekarang kita bertanya, dapatkah kita menyetop waktu? Dapatkah kita hidup sepenuhnya, sehingga tak ada hari esok yang harus dipikirkan oleh pikiran? Sebab waktu adalah kesedihan. Artinya, kemarin atau seribu kemarin yang lalu, Anda mencintai, atau Anda mempunyai sahabat yang telah pergi, dan kenangan itu tinggal pada Anda dan Anda berpikir tentang rasa suka dan rasa duka itu - Anda melihat ke belakang, menginginkan, mengharap, menyesal; maka pikiran, dengan mengulang-ulang semuanya itu, melahirkan sesuatu yang kita sebut kesedihan dan memberikan kontinuitas kepada waktu.

Selama ada jarak waktu yang telah dilahirkan oleh pikiran ini, pastilah ada kesedihan, pasti ada rasa takut yang berkesinambungan. Maka pertanyaan yang timbul ialah, dapatkah jarak waktu ini berakhir? Bila Anda berkata : “Mungkinkah ia berhenti?” maka ia telah menjadi sebuah ide, sesuatu yang hendak Anda capai, dan karena itu Anda mempunyai jarak waktu dan Anda terjebak lagi.

Sekarang ambillah masalah tentang kematian yang merupakan suatu persoalan yang teramat besar bagi kebanyakan orang. Anda tahu apa itu kematian, tiap hari ia berjalan di samping Anda. Apakah mungkin Anda menghadapinya sedemikian menyeluruhnya hingga Anda tak membuatnya lagi menjadi persoalan? Untuk menghadapinya begitu, semua kepercayaan, semua harapan, semua ketakutan tentang kematian harus berakhir; jika tidak, maka Anda menghadapi sesuatu yang luar biasa ini dengan sebuah

kesimpulan, sebuah citra, dengan rasa cemas sebelum hal itu terjadi, sebab Anda menjumpainya dengan waktu.

Waktu adalah jarak antara si pengamat dan yang diamati. Artinya, si pengamat, Anda, takut untuk menemui sesuatu yang disebut kematian. Anda tak tahu apa itu artinya; Anda mempunyai bermacam-macam harapan dan teori tentang kematian; Anda percaya akan reinkarnasi atau kebangkitan kembali, atau akan sesuatu yang disebut jiwa, atman, suatu roh yang tak berwaktu dan yang Anda sebut dengan bermacam-macam nama. Tetapi sudahkah Anda menemukan bagi diri Anda sendiri apakah jiwa itu ada? Ataukah itu hanya sebuah ide yang telah diwariskan kepada Anda? Apakah ada sesuatu yang kekal, yang mempunyai kontinuitas, yang ada di luar pikiran? Bila pikiran bisa memikirkannya, ia terdapat di alam pikiran sehingga ia tak mungkin bersifat kekal, karena tak ada sesuatu yang kekal di alam pikiran. Menemukan bahwa tak ada sesuatu yang kekal adalah hal yang teramat penting, karena baru dalam keadaan itulah batin bisa bebas, barulah Anda bisa melihat, dan keadaan itu mengandung kegembiraan yang besar.

Anda tidak dapat ditakuti oleh sesuatu yang tak dikenal, karena Anda tak tahu apa yang tak dikenal itu, dan sebab itu tak ada apa pun yang perlu ditakuti. Kematian adalah sebuah kata, dan kata itulah, citra itulah, yang menimbulkan ketakutan. Maka dapatkah Anda memandang kematian tanpa citra kematian? Selama citra yang melahirkan pikiran itu ada, maka pikiran akan selalu menciptakan ketakutan. Maka Anda akan memberikan alasan tentang ketakutan Anda akan kematian, dan membangun perlawanan terhadap sesuatu yang tak terelakkan itu, atau Anda mengarang bermacam-macam kepercayaan yang tak terhitung banyaknya untuk melindungi Anda dari ketakutan Anda akan kematian. Maka terjadilah jarak antara Anda dan sesuatu yang Anda takuti itu. Di dalam jarak waktu - ruang ini pasti timbul konflik yang merupakan ketakutan, kegelisahan dan rasa iba diri. Pikiran, yang menimbulkan ketakutan akan mati, berkata: "Marilah kita menundanya, mari kita menghindarinya, menahannya sejauh mungkin, marilah kita menghilangkannya dari pikiran kita", tetapi Anda tetap memikirkannya. Bila Anda berkata: "Aku tak mau memikirkannya", Anda sebetulnya telah memikirkan tentang bagaimana cara menghindarinya. Anda takut akan kematian karena Anda telah menundanya.

Kita telah memisahkan hidup dari mati, dan jarak antara hidup dan mati itu adalah ketakutan. Jarak itu, waktu itu, diciptakan oleh rasa takut. Hidup adalah siksaan sehari-hari, penghinaan sehari-hari, kesedihan dan kebingungan kita, dengan sewaktu-waktu terbukanya sebuah jendela yang memperlihatkan lautan-lautan yang mempesonakan. Itulah yang kita sebut hidup, dan kita takut untuk mati, yaitu mengakhiri kesengsaraan ini. Kita lebih suka berpegangan erat-erat pada sesuatu yang telah dikenal daripada menghadapi sesuatu yang tak dikenal - yang dikenal ialah rumah kita, perabot kita, keluarga kita, watak kita, kesepian kita, tuhan-tuhan kita - benda kecil itu, yang terus menerus bergerak berputar-putar dalam dirinya sendiri dengan pola kehidupannya sendiri yang terbatas dan yang penuh kepahit-getiran.

Kita mengira bahwa hidup selalu berlangsung di masa kini dan bahwa mati sesuatu yang menunggu kita nun jauh disana. Tetapi kita tak pernah bertanya, apakah perjuangan kehidupan sehari-hari itulah yang merupakan hidup yang sebenarnya. Kita ingin mengetahui kebenaran tentang reinkarnasi, kita meminta bukti tentang kelangsungan jiwa, kita percaya pada pernyataan orang-orang yang waskita dan pada hasil-hasil riset psikis, tetapi kita tak pernah bertanya, *tak pernah*, bagaimana cara menghayati kehidupan - hidup dengan riang hati dengan penuh kepesonaan, dengan keindahan setiap hari. Kita telah menerima hidup apa adanya dengan segala siksaan dan keputusasaannya, dan telah terbiasa dengan itu dan memikirkan tentang kematian sebagai sesuatu yang harus dihindarkan dengan hati-hati. Tetapi matipun satu hal yang luar biasa seperti hidup, bila kita tahu caranya hidup. Anda tak mungkin hidup tanpa mati setiap menit. Ini bukanlah sebuah paradoks intelektual. Supaya hidup komplit, sepenuhnya, setiap hari, seakan hidup itu suatu keindahan yang baru, haruslah ada kematian terhadap segala sesuatu yang terjadi hari kemarin; jika tidak, maka hidup Anda bersifat mekanis, dan batin yang mekanis tak mungkin tahu apa cinta atau apa itu kebebasan.

Kebanyakan dari kita takut akan mati, karena kita tak tahu apa artinya hidup. Kita tak tahu bagaimana caranya hidup dan karena itu tak tahu bagaimana caranya mati. Selama kita takut akan hidup, kita takut akan mati. Orang yang tidak takut hidup tidaklah takut akan ketidakpastian batiniah yang menyeluruh, karena ia mengerti bahwa batiniah, psikologis, kepastian itu tak ada. Bila tak ada kepastian maka yang ada ialah sebuah gerak tanpa akhir, maka hidup dan mati adalah sama. Orang yang hidup

tanpa konflik, yang hidup dengan keindahan dan cinta, tidak takut akan kematian karena mencintai berarti mati.

Bila Anda mati terhadap segala sesuatu yang Anda ketahui, termasuk keluarga Anda, kenangan Anda, segala sesuatu yang pernah Anda rasakan, maka kematian itu merupakan suatu pemurnian, suatu proses peremajaan; maka kematian membawa kemurnian dan hanya orang yang murnilah yang penuh semangat, bukan orang-orang yang percaya atau yang ingin menemukan apa yang terjadi setelah mati.

Untuk betul-betul menemukan apa yang terjadi bila Anda mati, Anda harus mati. Ini bukan lelucon. Anda harus mati - tidak secara fisik tetapi secara psikologis, dalam batin, mati terhadap segalanya yang telah Anda hargai dan segalanya yang terasa pahit. Jika Anda telah mati terhadap salah satu bentuk kesenangan Anda, yang terkecil ataupun yang terbesar, secara wajar, tanpa paksaan atau alasan, maka Anda akan tahu apa artinya mati. Mati berarti mempunyai batin yang kosong samasekali dari ciptaan dirinya sendiri, kosong dari keinginan, kesenangan dan siksaan sehari-hari. Kematian adalah suatu pembaharuan, suatu mutasi, yang di dalamnya pikiran tak berfungsi samasekali karena pikiran itu usang. Bila ada kematian maka terjadilah sesuatu yang baru samasekali. Kebebasan dari yang dikenal adalah kematian, maka barulah Anda hidup.

X

CINTA

Tuntutan akan keamanan dalam antar-hubungan, tak bisa tidak menimbulkan kesengsaraan dan ketakutan. Pencarian keamanan ini mengundang ketidak-amanan. Pernahkah Anda menemukan keamanan di dalam salah satu hubungan Anda? Pernahkah? Kebanyakan dari kita menginginkan keamanan dalam hal mencintai dan dalam hal dicintai, tetapi apakah ada cinta bila kita masing-masing orang mencari keamanannya sendiri, jalannya sendiri yang khusus? Kita tidak dicintai karena kita tak tahu bagaimana mencintai.

Apakah cinta itu? Perkataan ini telah begitu membingungkan dan rusak artinya, sehingga aku sebetulnya enggan menggunakannya. Setiap orang berbicara tentang cinta - setiap majalah dan surat kabar dan setiap penyebar agama tak habis-habisnya membicarakan cinta. Aku cinta negeriku, aku cinta rajaku, aku cinta buku tertentu, aku cinta gunung itu, aku cinta kenikmatan, aku cinta isteriku, aku cinta Tuhan. Apakah cinta itu sebuah ide? Bila demikian, maka ia dapat dikembangkan, dipupuk, ditimang-timang, dipindah-pindah, diputar-balik sekehendak hati Anda. Jika Anda berkata Anda cinta Tuhan, apa itu artinya? Itu berarti bahwa Anda cinta pada sebuah proyeksi khayalan Anda sendiri, sebuah proyeksi dari diri Anda sendiri, dalam selubung berbagai bentuk kemuliaan, sesuai dengan apa yang Anda anggap luhur dan suci; maka bila Anda berkata "Aku cinta Tuhan", itu omong kosong belaka. Bila Anda memuja Tuhan, Anda memuja diri sendiri dan itu bukanlah cinta.

Karena kita tak mampu memecahkan masalah kemanusiaan yang disebut cinta ini, kita lari ke dalam berbagai macam abstraksi. Cinta mungkin merupakan pemecahan terakhir dari segala kesulitan, persoalan dan jerih payah manusia, maka bagaimanakah cara kita menemukan apa cinta itu? Apakah dengan sekedar memberinya sebuah definisi? Gereja telah mendefinisikannya dengan cara tertentu, masyarakat dengan cara lainnya, dan terjadilah segala macam penyimpangan dan pemutarbalikan. Memuja seseorang, tidur dengan seseorang, tukar-menukar perasaan, persahabatan - apakah itu yang kita maksud dengan cinta? Semua itu telah

menjadi norma, pola, dan cinta telah menjadi sesuatu yang begitu luar biasa pribadinya, sensual, dan terbatas, hingga agama-agama telah menyatakan bahwa cinta itu sesuatu yang jauh lebih daripada itu. Di dalam sesuatu yang mereka sebut cinta manusiawi, mereka melihat adanya kesenangan, persaingan, kecemburuan, keinginan untuk memiliki, untuk mempertahankan, untuk mengontrol dan mencampuri pikiran orang lain, dan dengan memahami kompleksitas semuanya ini mereka berkata harus ada cinta jenis lain, cinta keTuhanan, yang indah, tak bernoda, tidak jahat.

Di seluruh dunia, mereka yang dianggap orang-orang suci telah mempertahankan pendirian, bahwa mengamati seorang wanita adalah sesuatu yang salah samasekali: mereka berkata bahwa Anda tak akan bisa mendekati Tuhan bila Anda melibatkan diri dalam seks, sebab itu mereka telah membuang seks walaupun mereka digerogoti habis-habisan oleh seks. Tetapi dengan mengingkari seksualitas itu mereka telah mencukil matanya dan memotong lidahnya sendiri karena mereka telah mengingkari keseluruhan keindahan bumi. Mereka adalah manusia-manusia yang telah kering; mereka telah membuang keindahan karena keindahan telah mereka asosiasikan dengan wanita.

Dapatkah cinta dibagi-bagi menjadi yang suci dan yang duniawi, yang manusiawi dan yang Illahi, atautkah yang ada itu hanya cinta saja? Apakah cinta itu terhadap satu orang dan tidak terhadap banyak orang? Bila aku berkata: "aku cinta padamu", apakah itu berarti bahwa aku tidak mencintai orang lain? Apakah cinta bersifat pribadi atau tidak bersifat pribadi? Bersifat moral atau immoral? Bersifat keluarga atau non-keluarga? Bila Anda mencintai umat manusia, dapatkah Anda mencintai seorang manusia tertentu? Apakah cinta itu perasaan? Apakah cinta itu emosi? Apakah cinta itu kesenangan dan keinginan? Bukankah semua pertanyaan ini menunjukkan, bahwa kita mempunyai ide-ide tentang cinta, ide-ide tentang apa yang seharusnya demikian atau yang tidak seharusnya demikian, sebuah pola atau kode yang telah dikembangkan oleh kebudayaan dimana kita hidup.

Jadi untuk menyelami masalah tentang apakah cinta itu, kita pertamanya harus membebaskan kata cinta dari endapan berabad-abad, membuang semua ide dan ideologi tentang apa yang seharusnya dan apa yang tidak seharusnya - cinta itu. Membagi apapun ke dalam keadaan

bagaimana seharusnya hal itu dan keadaan sebenarnya, adalah sikap yang paling menyedihkan terhadap hidup.

Kini bagaimana cara aku menyelidiki tentang apa kasih yang kita sebut cinta ini - bukan bagaimana cara menyatakannya kepada orang lain, melainkan tentang arti cinta itu sendiri. Pertama-tama aku akan menolak apa yang telah dikatakan oleh gereja, masyarakat, orang tua dan teman-teman, apa yang telah dikatakan oleh setiap orang dan oleh setiap buku tentang cinta, karena aku hendak menyelidiki bagiku sendiri apa arti cinta. Di sini terdapatlah satu persoalan maha besar yang menyangkut keseluruhan umat manusia; beribu-ribu cara telah digunakan untuk mendefinisikannya dan aku sendiri telah terjebak dalam satu atau lain pola yang sesuai dengan kesukaan atau kesenanganku pada saat tertentu. Maka supaya dapat memahaminya, bukankah pertama-tama aku harus membebaskan diriku dari semua kecenderungan dan semua prasangkaku sendiri? Aku bingung, terkoyak-koyak oleh keinginan-keinginan sendiri, maka aku berkata kepada diriku: "Pertama-tama jernihkanlah dulu kebingunganmu itu. Mungkin engkau bisa menemukan apa cinta itu melalui apa yang bukan cinta".

Pemerintah berkata: "Pergi dan bunuhlah demi cinta terhadap negaramu". Apakah itu cinta? Agama berkata: "Hentikanlah seks demi cinta terhadap Tuhan". Apakah itu cinta? Apakah cinta itu keinginan? Janganlah berkata tidak. Bagi kebanyakan diantara kita itulah cinta - keinginan yang mengandung rasa senang, rasa senang yang diperoleh melalui panca-indera, melalui ikatan-ikatan dan kepuasan seksual. Aku tidak menentang seks, tetapi lihatlah apa yang terlibat di dalamnya. Yang diberikan seks kepada Anda untuk waktu sebentar adalah penghapusan diri Anda sendiri secara total, kemudian Anda kembali lagi dengan kekacauan Anda, maka Anda menginginkan pengulangan berkali-kali dari keadaan yang tidak mengandung kesusahan, persoalan, dan rasa diri itu. Anda berkata Anda cinta pada isteri Anda. Di dalam cinta itu terkandung kesenangan seksual, kesenangan memiliki seseorang di rumah yang dapat menjaga anak-anak, yang memasak. Anda tergantung pada istri Anda; ia memberi Anda tubuhnya, perasaannya, dorongannya, suatu perasaan aman dan sejahtera tertentu. Kemudian ia berbalik dari Anda; ia menjadi bosan atau pergi kepada orang lain, dan seluruh keseimbangan perasaan Anda hancur, dan gangguan ini, yang tidak Anda sukai, disebut kecemburuan. Di dalamnya terkandung rasa sakit, kekuatiran, kebencian dan kekerasan. Jadi

yang Anda katakan sebenarnya ialah: "Selama engkau milikku, aku cinta padamu tetapi pada saat engkau berhenti menjadi milikku, aku mulai membencimu. Selama aku bisa mengandalkanmu dalam hal memenuhi tuntutan-tuntutanku, yang seksual dan yang bukan, aku mencintaimu, tetapi saat engkau berhenti menyediakan apa-apa yang kuinginkan aku tak menyukaimu". Jadi diantara Anda berdua terdapat pertentangan, terdapat pemisahan, dan pada waktu Anda merasa terpisah dari orang lain, maka di situ tak ada cinta. Tetapi bila Anda bisa hidup dengan isteri Anda tanpa pikiran yang menciptakan semua keadaan yang bertentangan ini, pertengkaran yang tak berkesudahan di dalam diri Anda sendiri, maka *barangkali* Anda akan tahu apa itu cinta. Anda sungguh-sungguh bebas dan demikian pulalah dia, sedangkan bila Anda tergantung padanya demi semua kesenangan Anda, Anda adalah budaknya. Jadi apabila orang cinta maka pastilah ada kebebasan, bukan saja dari orang lain melainkan juga dari diri orang itu sendiri.

Menjadi milik orang lain, dipupuk secara psikologis oleh orang lain, tergantung pada orang lain - dalam semuanya ini selalu terdapat kekuatiran, ketakutan, iri hati, rasa bersalah, dan selama ada ketakutan, di situ tak ada cinta; batin yang terlanda derita tak mungkin tahu apa cinta itu; sentimentalitas dan emosionalitas tak berhubungan sedikitpun dengan cinta. Maka cinta sedikitpun tak ada hubungannya dengan kesenangan dan keinginan.

Cinta bukan buah pikiran yang merupakan sesuatu yang lampau. Pikiran tak mungkin mengembangkan cinta. Cinta tak bisa dikurung dan ditangkap dalam kecemburuan, karena kecemburuan adalah sesuatu dari masa lampau. Cinta selalu ada di waktu kini yang aktif. Cinta bukannya "Aku akan mencintai" atau "Aku telah mencintai". Bila Anda tahu apa itu cinta, Anda tak akan mengikuti siapapun juga. Cinta tidak menurut. Bila Anda cinta, maka tak ada hormat ataupun tidak hormat.

Tidakkah Anda tahu apa arti sebenarnya dari mencintai seseorang - mencintai tanpa rasa benci, tanpa rasa cemburu, tanpa marah, tanpa hendak mencampuri apa yang sedang dilakukan atau dipikirkannya, tanpa menyalahkan, tanpa membandingkan - tak tahukah Anda apa artinya itu? Dimana ada cinta adakah disitu perbandingan? Bila Anda mencintai seseorang dengan sepenuh hati Anda, dengan seluruh jiwa Anda, dengan seluruh badan Anda, dengan keseluruhan hidup Anda, apakah ada

pembandingan? Bila diri Anda lenyap sama sekali bagi cinta kasih itu, maka disitu orang lain tiada.

Apakah cinta mempunyai tanggung jawab dan kewajiban, dan apakah ia akan menggunakan kata-kata itu? Bila Anda mengerjakan sesuatu karena itu kewajiban Anda, adakah cinta disitu? Di dalam kewajiban tak ada cinta. Struktur satu kewajiban yang mencekal seorang manusia, menghancurkan manusia itu. Selama Anda terpaksa melakukan sesuatu karena itu kewajiban Anda, Anda tidak cinta akan apa yang Anda sedang lakukan. Bila Anda cinta, maka tak ada kewajiban dan tak ada tanggung jawab.

Sayanglah, bahwa kebanyakan orang tua mengira, bahwa mereka bertanggung jawab atas anak-anaknya dan rasa tanggung jawab mereka itu berupa nasehat-nasehat tentang apa yang harus dilakukan anak-anak itu dan apa yang tak boleh dilakukan; tentang seharusnya menjadi apa mereka itu, dan apa yang seharusnya tidak menjadi idam-idaman mereka. Para orang tua menghendaki supaya anak-anaknya mempunyai kedudukan yang aman dalam masyarakat. Yang mereka sebut tanggung jawab adalah bagian dari kehormatan yang mereka puja; dan menurut pandanganku, dimana ada kehormatan disitu tidak ada ketertiban; orang tua hanya memikirkan tentang bagaimana caranya menjadi seorang borjuis yang sempurna. Pada waktu mereka mempersiapkan anak-anaknya supaya bisa cocok dengan masyarakat, mereka mengabadikan peperangan, konflik dan keganasan. Itukah yang Anda sebut kepedulian dan cinta?

Peduli yang sebenarnya, ialah peduli seperti yang Anda rasakan bagi sebuah pohon atau tanaman, Anda menyiramnya, mempelajari kebutuhan-kebutuhannya, tanah mana yang terbaik baginya, menjaganya dengan kelembutan dan kehalusan - tetapi bila Anda mempersiapkan anak-anak Anda supaya cocok dengan masyarakat, Anda mempersiapkan mereka untuk dibunuh. Bila Anda cinta pada anak-anak Anda, maka tak akan ada perang.

Bila Anda kehilangan seseorang yang Anda cintai, Anda mencururkan air mata - apakah air mata itu bagi Anda sendiri atau bagi orang yang telah meninggal itu? Apakah Anda menangis bagi diri Anda sendiri atau bagi orang lain? Pernahkah Anda mentangisi anak laki-laki Anda yang terbunuh di medan perang? Anda memang menangis, tetapi apakah air mata Anda

keluar dari rasa iba diri, atautkah Anda menangis karena seorang manusia telah terbunuh? Bila Anda menangis karena rasa iba diri, - maka air mata Anda itu tak ada artinya, karena Anda memikirkan diri Anda sendiri. Bila Anda menangis - karena maut telah merenggut nyawa seseorang yang padanya telah Anda tanamkan sebagian besar rasa kasih Anda, itu bukanlah benar-benar rasa kasih. Bila Anda menangis untuk saudara Anda yang meninggal, menangislah untuk *dia*. Menangis untuk diri Anda sendiri karena ia telah pergi mudah sekali. Rupa-rupanya Anda menangis karena hati Anda tersentuh, tetapi tersentuh bukan untuk dia; hati Anda hanya tersentuh oleh rasa iba diri dan rasa iba diri membuat Anda keras, mengurung Anda, membuat Anda tumpul dan bodoh.

Bila Anda menangis untuk diri Anda, apakah itu cinta - menangis karena Anda kesepian, karena Anda telah ditinggalkan, karena Anda tidak berkuasa lagi - mengeluh tentang nasib Anda, keadaan sekitar Anda - selalu diri *Anda* yang mencururkan air mata? Bila Anda mengerti ini, yang berarti mengadakan kontak dengan hal ini selangsung Anda menyentuh sebuah pohon atau sebuah tiang atau sebuah tangan, maka Anda akan melihat bahwa penderitaan itu diciptakan sendiri, penderitaan diciptakan oleh pikiran, penderitaan timbul karena ada jarak waktu. Aku telah hidup bersama saudaraku tiga tahun yang lalu, sekarang ia telah meninggal, sekarang aku kesepian, susah, tak ada orang yang dapat menghiburku atau yang dapat menemaniku, dan karena itulah aku menangis.

Anda bisa melihat semua ini berlangsung di dalam diri Anda, bila Anda mengamatinya. Anda dapat melihatnya sepenuhnya, selengkapnyanya, dalam satu pandangan saja, tanpa menggunakan waktu analitis. Anda dapat melihat dalam satu saat keseluruhan struktur dan sifat benda kecil dan remeh yang disebut 'aku', airmataku, keluargaku, bangsaku, kepercayaanku, agamaku - segala sesuatu yang buruk itu - semuanya itu terdapat di dalam diri Anda. Bila Anda melihat dengan hati Anda, tidak dengan pikiran Anda, bila Anda melihatnya dari dasar hati sanubari Anda, maka Anda telah memegang kunci yang akan mengakhiri penderitaan.

Penderitaan dan cinta tak dapat ada bersama-sama, tetapi di dalam dunia Kristen orang telah menjadikan penderitaan sebuah ideal, meletakkannya di atas salib dan memujanya yang berarti, bahwa Anda tak pernah bisa terlepas dari penderitaan kecuali melalui pintu khusus itu, dan inilah keseluruhan struktur dari masyarakat religius yang memeras.

Jadi bila Anda bertanya apa itu cinta, Anda mungkin terlalu takut untuk melihat jawabannya. Jawaban itu mungkin berarti suatu pendobrakan total; jawaban itu mungkin memecah-belah keluarga; Anda mungkin menemukan bahwa Anda tidak mencintai isteri atau suami, atau anak-anak Anda - betulkah demikian? Anda mungkin harus menghancurkan rumah yang telah Anda bangun, Anda mungkin tak akan pernah lagi kembali ke tempat pemujaan.

Tetapi bila Anda tetap ingin menyelidiki, Anda akan melihat bahwa ketakutan itu bukan cinta, ketergantungan itu bukan cinta, cemburu bukan cinta, nafsu memiliki dan menguasai bukanlah cinta, iba diri bukan cinta, siksaan karena tidak dicintai bukan cinta, cinta bukannya lawan kebencian seperti halnya rasa rendah hati itu bukan kebalikannya keangkuhan. Maka bila Anda bisa menghilangkan ini semua, tidak dengan memaksa tetapi dengan membersihkannya sebagai halnya hujan mencuci bersih sehelai daun dari debu berhari-hari, maka barangkali Anda akan sampai pada bunga aneh ini yang senantiasa didambakan manusia.

Bila pada Anda tak ada cinta - bukan hanya setetes demi setetes melainkan berlimpah-limpah - bila Anda tak dipenuhi oleh cinta - dunia akan hancur. Anda tahu secara intelektual bahwa kesatuan umat manusia adalah essensiil dan bahwa cinta merupakan satu-satunya jalan. Tetapi siapakah yang akan mengajarkan kepada Anda bagaimana caranya mencintai? Apakah ada satu otoritas, satu metode, satu sistem apapun yang akan memberitahu Anda bagaimana cara mencintai? Bila ada seseorang memberitahu Anda, itu bukanlah cinta. Dapatkah Anda berkata: "Aku akan berlatih untuk mencintai. Aku akan duduk berhari-hari dan berpikir tentang cinta. Aku akan melatih diriku untuk menjadi baik dan halus budi dan memaksa diriku untuk menaruh perhatian pada orang-orang lain?" Apakah Anda bermaksud mengatakan bahwa Anda dapat mendisiplin diri Anda untuk bisa mencintai, melatih kemauan Anda untuk bisa mencintai? Jika Anda mendisiplinkan diri Anda dan melatih kemauan Anda supaya bisa mencintai, cinta akan keluar melalui jendela. Dengan mempraktekkan suatu metode atau sistim untuk mencintai, Anda mungkin bisa menjadi luar biasa pandainya atau hati Anda menjadi lebih baik atau mencapai suatu keadaan non-kekerasan, tetapi hal itu sedikit pun tak ada hubungannya dengan cinta.

Di dunia gersang yang koyak-koyak ini tak ada cinta, sebab kesenangan dan keinginan memegang peranan yang terbesar; padahal tanpa cinta, kehidupan Anda sehari-hari tak ada artinya. Dan Anda tak mungkin punya cinta bila tak ada keindahan. Keindahan bukannya sesuatu yang Anda lihat - bukan sebuah pohon yang indah, seorang wanita yang cantik. Keindahan hanya ada bila hati dan kalbu Anda tahu apa cinta itu. Tanpa cinta dan rasa keindahan tak ada kebajikan, dan Anda tahu benar bahwa, apapun yang hendak Anda lakukan, memperbaiki masyarakat, memberi makan orang-orang miskin, Anda hanya akan menciptakan keonaran yang lebih banyak lagi karena tanpa cinta, yang ada di dalam hati dan kalbu Anda sendiri hanyalah kemiskinan dan keburukan. Tetapi bila ada cinta dan keindahan, apapun yang Anda lakukan adalah benar, apapun yang Anda lakukan adalah beres. Bila Anda tahu bagaimana mencintai, maka Anda bisa melakukan apa yang Anda inginkan, karena hal itu akan memecahkan semua persoalan lainnya.

Maka sampailah kita pada titik: dapatkah batin bertemu dengan cinta tanpa disiplin, tanpa pikiran, tanpa paksaan, tanpa buku apapun, tanpa guru atau pemimpin - bertemu dengan cinta seperti halnya orang bertemu dengan keindahan terbenamnya matahari?

Menurut pandanganku, satu hal yang mutlak perlu ialah semangat besar tanpa motif - bukan semangat untuk menepati sebuah janji atau demi keterikatan apapun, bukan semangat nafsu. Orang yang tidak tahu apa semangat yang besar itu, tidak tahu apa itu cinta, sebab cinta hanya dapat mewujudkan bila ada penghapusan diri yang menyeluruh.

Batin yang mencari bukanlah batin yang bersemangat, dan sampai kepada cinta tanpa mencarinya adalah satu-satunya jalan untuk menemukannya - untuk sampai kepada cinta tanpa pengetahuan, dan bukan sebagai hasil suatu upaya atau pengalaman apapun. Anda akan mengetahui, bahwa cinta semacam itu bukanlah bersifat waktu; cinta semacam itu adalah kedua-duanya: cinta pribadi dan cinta non-pribadi, adalah cinta bagi yang satu dan cinta bagi yang banyak. Sebagai sekuntum bunga yang berbau harum, Anda dapat menciumnya atau melewatinya saja. Bunga itu ada bagi setiap orang dan bagi seseorang yang mau menghirup harumnya dalam-dalam, dan memandangnya dengan keriang hati. Apakah orang berada sangat dekat padanya di kebun, atau jauh, hal

itu sama saja bagi si bunga, karena ia penuh dengan keharumannya dan karena itu ia membaginya dengan setiap orang.

Cinta adalah sesuatu yang baru, segar, hidup. Ia tak berhari kemarin dan tak berhari esok. Ia di luar segala kekalutan pikiran. Hanya batin yang murnilah tahu apa itu cinta, dan batin murni itu dapat hidup di dalam dunia yang tidak murni. Mendapatkan benda yang luar biasa yang telah dicari-cari manusia dengan tak henti-hentinya melalui pengorbanan, melalui pemujaan, melalui hubungan, melalui seks, melalui setiap bentuk kesenangan dan kesusahan itu, hanyalah mungkin bila pikiran bisa mengerti dirinya sendiri dan berhenti secara wajar. Barulah cinta tidak mempunyai lawan, barulah cinta tidak mengandung konflik.

Anda mungkin bertanya: "Bila aku menemukan cinta semacam itu, apakah yang akan terjadi dengan isteriku, anak-anakku, keluargaku? Mereka harus hidup aman". Bila Anda mengajukan pertanyaan semacam itu, maka Anda belum pernah berada di luar alam pikiran, di luar medan kesadaran. Bila Anda pernah berada di luar medan itu, Anda tak mungkin mengajukan pertanyaan semacam itu, karena Anda akan tahu apa itu cinta yang tidak mengandung pikiran, dan karenanya tanpa waktu. Anda mungkin saja membaca semuanya ini dengan perasaan yang terhipnosa dan terpesona, tetapi betul-betul berada di luar pikiran dan waktu - yang berarti keluar dari kesedihan - ialah menyadari, bahwa ada dimensi lain yang disebut cinta.

Tetapi Anda tak tahu bagaimana supaya sampai pada sumber yang luar biasa itu - jadi apakah yang Anda lakukan? Bila Anda tak tahu apa yang akan Anda lakukan, Anda tak berbuat apa-apa, bukan? Samasekali tak berbuat apa-apa. Maka batin Anda betul-betul tenang. Mengertikah Anda apa artinya itu? Itu berarti bahwa Anda tidak mencari, tidak menginginkan, tidak mengejar apa pun; di situ samasekali tak ada pusat. Maka yang ada ialah cinta.

XI

MELIHAT DAN MENDENGARKAN - SENI - KEINDAHAN – KESEDERHANAAN BATIN - CITRA - MASALAH - RUANG

Kita telah menyelidiki tentang sifat cinta dan kupikir telah sampai pada satu titik yang memerlukan penyelidikan yang lebih mendalam, suatu kesadaran murni yang jauh lebih besar tentang masalahnya. Kita telah menemukan bahwa bagi kebanyakan orang, cinta berarti rasa nyaman, rasa aman, sesuatu yang menjamin bahwa sisa hidupnya akan senantiasa dipenuhi oleh pemuasan emosional. Lalu muncullah seseorang seperti aku yang mengatakan: "Apakah itu benar-benar cinta?" dan menanyai Anda serta meminta kepada Anda untuk mengamati batin Anda sendiri. Lalu Anda berusaha untuk tidak melakukan hal itu karena itu sesuatu yang sangat mengganggu - Anda lebih senang berdiskusi tentang jiwa atau situasi politik atau ekonomi - tetapi apabila Anda disudutkan untuk mengamati, Anda akan insaf bahwa yang selama ini Anda anggap sebagai cinta, samasekali bukan cinta; itu hanya satu pemuasan timbal-balik, satu pemerasan timbal-balik.

Bila aku berkata "Cinta tak berhari esok dan tak berhari kemarin", atau "Bila tak ada pusat maka disitulah cinta", hal itu sesuatu yang nyata bagiku tetapi tidak bagi Anda. Anda mungkin akan mengutip kata-kataku itu dan menjadikannya sebuah resep, tetapi itu sama sekali bukan kenyataan. Hal itu harus Anda lihat sendiri, tetapi untuk dapat melihat sendiri harus ada kebebasan untuk mengamati, kebebasan dari segala bentuk pengutukan, segala jenis penilaian, segala pernyataan setuju atau tak setuju.

Nah, mengamati ialah salah satu hal yang paling sukar dalam hidup - begitu pula mendengarkan - mengamati dan mendengarkan itu sama. Bila penglihatan Anda tertutup oleh kekuatiran-kekuatiran Anda, maka Anda tak akan bisa melihat keindahan matahari terbenam. Kebanyakan dari kita telah kehilangan hubungan dengan alam. Peradaban kian lama kian banyak tertuju pada kota-kota besar; kita makin lama makin menjadi orang kota, hidup dalam apartemen-apartemen yang sesak dan ruang yang kita miliki bahkan terlalu sempit untuk bisa memandang langit di malam ataupun pagi hari, dan karena itu kita kehilangan hubungan dengan banyak keindahan.

Aku tak tahu apakah Anda pernah memperhatikan betapa sedikitnya diantara kita mengamati matahari terbit atau matahari terbenam, atau sinar bulan atau pantulan cahaya di atas air.

Karena kehilangan hubungan dengan alam, maka dengan sendirinya kita cenderung untuk mengembangkan kapasitas intelektual. Kita membaca banyak sekali buku-buku, pergi ke sejumlah besar museum dan konser, nonton televisi dan mempunyai banyak lagi hiburan lainnya. Kita tak habis-habisnya mengutip ide-ide orang lain dan berpikir dan berbicara banyak sekali tentang kesenian. Mengapa kita begitu tergantung pada seni? Apakah itu suatu bentuk pelarian, atau perangsangan? Bila Anda berhubungan langsung dengan alam; apabila Anda mengamati gerak burung yang sedang terbang, melihat keindahan setiap gerak langit, mengamati bayangan-bayangan di atas bukit-bukit atau kecantikan pada wajah orang lain, apakah sekiranya Anda akan berkeinginan untuk pergi ke museum manapun untuk melihat lukisan apapun? Barangkali karena Anda tak tahu bagaimana memandang kepada segala sesuatu di sekitar Anda itulah, maka Anda lari ke salah satu macam obat bius guna merangsang Anda untuk melihat lebih baik.

Ada sebuah cerita tentang seorang guru agama yang setiap pagi biasa memberikan ceramah kepada murid-muridnya. Pada suatu pagi ia naik mimbar dan tepat pada saat ia hendak mulai, datanglah seekor burung kecil hinggap di jendela dan iapun mulai bersiul, ia bersiul sepenuh hatinya. Lalu berhentilah ia dan pergi terbang dan sang guru pun berkata: "Khotbah pagi ini selesai".

Menurut pandanganku, salah satu kesulitan kita yang terbesar ialah melihat untuk diri kita sendiri dengan sungguh-sungguh jelas, bukan saja segala sesuatu yang ada di luar tetapi juga yang ada di dalam kehidupan batin. Pada waktu kita berkata bahwa kita melihat sebuah pohon atau sekuntum bunga atau seseorang, apakah kita sungguh-sungguh melihatnya? Ataukah kita hanya melihat citra yang diciptakan oleh kata yang bersangkutan? Artinya, bila Anda memandang sebuah pohon atau segumpal awan pada suatu sore hari yang penuh kecerahan dan keriang, apakah Anda melihatnya sungguh-sungguh, bukan hanya dengan mata dan intelek Anda, melainkan secara menyeluruh, selengkapnyanya?

Pernahkah Anda bereksperimen dengan mengamati sebuah benda yang objektif seperti sebuah pohon misalnya, tanpa asosiasi apapun, tanpa pengetahuan yang telah Anda dapatkan tentang pohon itu, tanpa prasangka, tanpa pendapat apapun, tanpa kata-kata yang membentuk sebuah tirai antara Anda dan pohon itu dan yang mencegah Anda untuk melihat pohon itu dalam keadaan sesungguhnya? Cobalah itu dan lihat apa yang terjadi pada waktu Anda mengamati pohon itu dengan keseluruhan jiwa-raga Anda, dengan keseluruhan energi Anda. Di dalam kesungguhan itu Anda akan menemukan, bahwa si pengamat tak ada samasekali; yang ada hanyalah perhatian. Hanya pada waktu perhatian tak ada, maka yang mengobservasi dan yang diobservasi itu ada. Pada waktu Anda memandang sesuatu dengan perhatian sepenuhnya, maka di situ tak ada ruang bagi suatu konsepsi, rumusan ataupun kenangan. Ini satu hal yang penting untuk dimengerti, karena kita akan menyelami sesuatu yang memerlukan penyelidikan yang seksama.

Hanya batin yang bisa mengamati sebuah pohon atau bintang-bintang atau air sungai yang berkilaunan dalam keadaan betul-betul bebas-diri itulah yang tahu apa yang disebut keindahan, dan pada waktu kita betul-betul *melihat*, maka kita berada dalam keadaan cinta. Pada umumnya kita mengetahui keindahan melalui perbandingan atau melalui rekayasa manusia, yang berarti, bahwa kita memberikan sifat keindahan kepada satu objek tertentu. Aku melihat sesuatu yang kuanggap sebagai gedung indah, dan menghargauku akan keindahannya ialah berkat pengetahuanku tentang arsitektur, dan karena aku telah memperbandingkannya dengan gedung-gedung lainnya yang pernah kulihat. Tetapi aku sekarang bertanya pada diriku sendiri: "Apakah ada keindahan tanpa objek?" Bila ada orang yang mengobservasi yang menjadi sensor, yang mengalami, yang berpikir, maka keindahan tak ada, karena keindahan disitu sesuatu yang eksternal, sesuatu yang diamati dan dinilai oleh orang yang mengobservasi; tetapi bila yang mengobservasi tak ada - dan ini membutuhkan meditasi, penyelidikan yang sangat dalam - maka disitu ada keindahan tanpa objek.

Keindahan terletak dalam penghapusan total dari yang mengobservasi dan yang diobservasi, dan penghapusan diri hanya bisa timbul bila ada kesederhanaan batin yang total - bukan kesederhanaan sang pendeta dengan kekerasannya, sanksi-sanksinya, peraturan-peraturan dan ketaatannya - bukan kesederhanaan dalam pakaian, ide, makanan dan tingkah laku - melainkan kesederhanaan suatu kehidupan yang sungguh-

sungguh bersahaja, yang berarti kerendahan hati sepenuhnya. Maka tak ada pencapaian sukses, tak ada tangga yang harus dinaiki; yang ada hanyalah langkah pertama, dan langkah pertama itu adalah langkah abadi.

Misalkan Anda sedang berjalan sendirian atau dengan orang lain dan Anda berhenti bicara. Anda dikelilingi oleh alam dan tak ada gonggong anjing, tak ada bunyi mobil lewat ataupun kepak burung sekalipun. Anda betul-betul tenang dan alam sekitar Anda pun sunyi senyap. Di dalam kesunyian yang terdapat di dalam yang mengobservasi dan yang diobservasi - pada waktu yang mengobservasi tidak menerjemahkan yang diobservasi ke dalam pikiran - di dalam kesunyian itu terdapatlah suatu sifat lain dari keindahan. Di situ baik alam sekitar maupun orang yang mengobservasi tak ada. Di situ terdapat suatu kesendirian batin yang seutuhnya, selengkapnyanya; ia sendirian - bukan terasing - sendirian dalam kesunyian dan kesunyian itu adalah keindahan. Apabila Anda cinta, adakah di situ orang yang mengobservasi? Yang mengobservasi hanya ada bila cinta itu keinginan dan kesenangan. Jika keinginan dan kesenangan tidak diasosiasikan dengan cinta, maka cinta itu bersifat mendalam. Ia, sebagai halnya keindahan, sesuatu yang samasekali baru setiap hari. Sebagai yang telah kukatakan, cinta tak berhari kemarin dan tak berhari esok.

Hanya apabila kita melihat tanpa prasangka apapun, tanpa citra, maka kita akan mampu berhubungan langsung dengan apapun di dalam hidup. Semua hubungan kita sebenarnya bersifat khayali - artinya, didasarkan pada citra yang telah dibentuk oleh pikiran. Bila aku mempunyai citra tentang Anda dan Anda mempunyai citra tentang aku, sudah sewajarnya bahwa kita tak dapat saling melihat keadaan kita masing-masing sebagaimana adanya. Yang kita lihat ialah citra-citra yang telah kita bentuk dari masing-masing kita, yang mencegah kita untuk berhubungan, dan itulah sebabnya mengapa hubungan kita berhenti berfungsi.

Pada waktu aku berkata aku kenal Anda, maksudku ialah aku telah mengenal Anda kemarin. Aku tak mengenal Anda betul-betul di saat ini. Segala sesuatu yang kuketahui adalah citraku tentang Anda. Citra itu telah dibentuk menurut apa yang telah Anda katakan demi memujiku atau demi menghinaku, sesuai dengan apa yang telah Anda lakukan terhadapku - citra itu dibentuk oleh semua memori yang kumiliki tentang Anda - dan

citra Anda tentang diriku telah terbentuk menurut cara yang sama, dan citra-citra inilah yang saling berhubungan dan yang mencegah kita untuk mengadakan komunikasi yang sebenarnya.

Dua orang manusia yang telah hidup bersama untuk waktu yang lama masing-masing mempunyai citra tentang lainnya yang mencegah mereka untuk mempunyai hubungan dalam arti sebenarnya. Bila kita mengerti apa itu hubungan, kita dapat kerja sama, tetapi kerja sama itu tak mungkin timbul melalui citra, simbol, melalui konsep ideologis. Hanya bila kita memahami hubungan yang sejati antara masing-masing kita maka barulah cinta mungkin ada, dan cinta itu teringkari jika kita mempunyai citra. Karena itu pentinglah untuk dimengerti, bukan secara intelektual melainkan secara aktual dalam kehidupan Anda sehari-hari, bagaimana Anda telah membangun citra tentang isteri Anda, pemimpin-pemimpin Anda, ahli-ahli politik Anda, tuhan-tuhan Anda - tak ada yang Anda miliki selain sejumlah citra.

Citra-citra ini menciptakan ruang antara Anda dan sesuatu yang Anda observasi, dan di dalam ruang itu terdapat konflik; jadi yang kini akan kita selidiki bersama ialah, apakah ada kemungkinan untuk bebas dari ruang yang telah kita ciptakan itu, bukan saja yang ada di luar tetapi juga yang ada di dalam batin kita, ruang yang memecah-belah manusia dalam semua hubungannya.

Nah, perhatian yang Anda curahkan pada sebuah masalah itulah energi yang memecahkan masalah itu. Bila Anda memberikan perhatian Anda sepenuhnya - maksudku, dengan segala sesuatu yang ada pada Anda - maka disitu sipengamat tak ada sama sekali. Yang ada hanyalah keadaan memperhatikan yang merupakan energi murni, dan energi murni itu adalah bentuk tertinggi dari inteligensi. Sudah sewajarnya bahwa keadaan batin harus setenang-tenangnya, dan kesunyian, ketenangan itu datang bila ada perhatian sepenuhnya, bukan ketenangan yang dihasilkan oleh disiplin. Kesunyian total dimana baik yang mengobservasi maupun sesuatu yang diobservasi tak ada, merupakan bentuk tertinggi dari batin yang religius. Tetapi yang berlangsung dalam keadaan demikian itu tak terumuskan dalam kata-kata sebab yang dikatakan itu bukanlah faktanya. Untuk mengetahuinya sendiri Anda harus mengalaminya.

Tiap masalah berkaitan dengan masalah lainnya begitu rupa hingga bila Anda dapat memecahkan satu masalah secara menyeluruh - tak peduli apa masalahnya - Anda akan melihat bahwa Anda akan mampu menghadapi semua masalah lainnya dengan mudah dan memecahkannya. Yang kita bicarakan disini sudah barang tentu masalah psikologis. Kita telah melihat, bahwa masalah itu hanya terdapat di dalam waktu, artinya, pada saat kita menghadapi masalah itu secara tidak menyeluruh. Jadi kita tidak hanya harus menyadari sifat dan struktur persoalan itu dan melihatnya secara menyeluruh, tetapi kita harus menghadapinya semenjak timbulnya, dan memecahkannya seketika itu juga, sehingga ia tak berurat berakar di dalam batin. Bila kita membiarkan suatu persoalan berlarut sebulan atau sehari, ataupun selama beberapa menit, ia akan mengeruhkan batin kita. Maka mungkinkah kita menghadapi sebuah masalah dengan segera tanpa distorsi sedikit pun dan pada saat itu juga menjadi bebas darinya secara menyeluruh, tanpa membiarkan memori, noda sekecil apa pun tertinggal dalam batin? Memori - adalah citra yang kita bawa terus kemana-mana dan citra inilah yang berhadapan dengan benda luar biasa yang disebut hidup itu dan itulah sebabnya maka timbul kontradiksi dan kemudian konflik. Hidup adalah sesuatu yang benar-benar nyata - hidup bukan sebuah abstraksi - dan pada waktu Anda menghadapinya dengan citra, maka timbullah masalah.

Apakah mungkin menghadapi setiap masalah tanpa jarak ruang-waktu, tanpa jurang pemisah antara diri kita dan sesuatu yang kita takuti? Itu hanya mungkin bila yang mengobservasi tidak berkontinuitas; yang mengobservasi yang membangun citra, yang mengobservasi yang merupakan sekumpulan memori dan ide ialah sebuah paket benda-benda abstrak.

Apabila Anda mengamati bintang-bintang, maka di situ ada Anda yang mengamati bintang-bintang di langit; langit itu bertaburkan bintang-bintang yang gemerlapan, udara pun sejuk, dan di situ ada Anda, yang mengobservasi, yang mengalami, yang memikirkan, Anda dengan hati Anda yang luka, Anda, satu pusat yang menciptakan ruang. Anda tak akan paham tentang ruang yang ada antara diri Anda dan bintang-bintang, antara diri Anda dan isteri atau suami, atau sahabat Anda, karena Anda belum pernah mengamati tanpa citra, dan itulah sebabnya mengapa Anda tak tahu apa itu keindahan atau apa itu cinta. Anda berbicara tentang itu, menulis tentang itu, tetapi Anda belum pernah mengetahuinya kecuali

mungkin pada saat ada penghapusan-diri total yang jarang Anda alami. Selama ada sebuah pusat yang menciptakan ruang di sekelilingnya, maka tak mungkin ada cinta atau keindahan. Apabila pusat dan keliling tak ada maka terdapatlah cinta. Dan pada saat Anda cinta Anda *adalah* keindahan.

Apabila Anda menatap wajah seseorang di depan Anda, Anda memandangnya dari sebuah pusat, dan pusat itu menciptakan ruang yang ada antara pribadi dan pribadi, dan itulah sebabnya maka hidup kita menjadi begitu kosong dan tidak berperasaan. Anda tak dapat mengembangkan cinta atau keindahan, ataupun mengarang kebenaran, tetapi bila Anda senantiasa sadar tentang apa yang sedang Anda lakukan, maka Anda dapat mengembangkan kesadaran dan dari kesadaran itu Anda akan mulai melihat sifat dari kesenangan, keinginan dan kesengsaraan serta kesepian dan kebosanan manusia yang tiada bandingnya, maka barulah Anda mulai menemukan benda yang disebut "ruang" itu.

Pada waktu ada ruang diantara Anda dan objek yang Anda amati, Anda akan tahu bahwa disitu tak ada cinta, dan tanpa cinta, betapapun keras Anda berusaha untuk mengubah dunia atau membentuk tata-kehidupan masyarakat yang baru atau betapapun banyaknya Anda berbicara tentang perbaikan, Anda hanya akan menciptakan kesusahan yang besar. Semua itu terserah Anda. Tak ada pemimpin, tak ada guru, tak ada seorangpun yang bisa memberitahu Anda tentang apa yang harus Anda perbuat. Anda seorang diri dalam dunia yang gila dan ganas ini.

XII

YANG MENG OBSERVASI DAN YANG DI OBSERVASI

Marilah kita bersama-sama melanjutkan lebih jauh lagi. Hal ini mungkin agak sulit, agak pelik, tetapi bertaballah.

Nah, pada waktu aku membentuk sebuah citra tentang diri Anda atau tentang benda apa saja, aku bisa mengamati citra itu, maka terjadilah citra dan sesuatu yang mengamati citra itu. Katakanlah, aku melihat seseorang memakai kemeja merah dan reaksiku yang langsung ialah bahwa aku menyukainya atau aku tak menyukainya. Kesukaan dan ketidaksukaan itu adalah hasil kebudayaanku, pendidikanku, asosiasi-asosiasiku, kecenderungan-kecenderunganku, sifat-sifat yang kuperoleh dari lingkungan dan sifat-sifat pembawaanku. Dari pusat itulah aku mengamati dan membuat penilaianku, dan dengan demikian maka yang mengobservasi terpisah dari benda yang diobservasinya.

Tetapi si pengamat itu menyadari lebih dari satu citra, ia menciptakan beribu-ribu citra. Namun apakah si pengamat itu berbeda dari citra-citra itu? Bukankah ia hanya sebuah citra yang lain? Ia selalu menambahkan pada sesuatu dan mengurangi sesuatu dari dirinya; ia sebuah benda hidup yang senantiasa menimbang-nimbang, membanding-bandingkan, menilai, mengubah bentuk dan mengganti-ganti karena tekanan-tekanan dari luar dan dari dalam ia hidup dalam bidang kesadaran yang merupakan kumpulan dari pengetahuan, pengaruh, dan perhitungan-perhitungannya sendiri. Pada saat Anda mengamati yang mengobservasi, yaitu diri Anda sendiri, Anda melihat bahwa ia terbentuk dari memori, pengalaman, peristiwa, pengaruh, tradisi dan aneka ragam penderitaan yang tak terhingga jumlahnya, yang kesemuanya itu adalah masa lampau. Maka yang mengobservasi adalah kedua-duanya masa lampau dan masa kini, dan hari esok yang menunggu itupun merupakan bahagian darinya. Ia separuh hidup dan separuh mati dan dengan kematian dan kehidupan ini ia mengamati daun yang mati dan yang hidup. Dan di dalam keadaan batin yang termasuk kerangka masa lalu itu, Anda, (yang mengobservasi) mengamati ketakutan, kecemburuan, peperangan, keluarga (unit tertutup yang buruk itu, yang biasanya disebut keluarga) dan berusaha untuk

memecahkan masalah tentang benda yang diobservasi, yaitu sebuah tantangan, sesuatu yang baru; Anda selalu memandang sesuatu yang baru melalui yang lama, sehingga Anda terus menerus hidup dalam konflik.

Sebuah citra, sebagai yang mengobservasi, mengamati sejumlah besar citra lain yang ada di sekitarnya dan di dalam dirinya, dan ia berkata "Aku suka citra ini, aku akan menyimpannya", atau "aku tak suka citra itu, jadi aku akan membuangnya", tetapi yang mengobservasi itu sendiri telah dibentuk oleh bermacam-macam citra yang muncul dari reaksi terhadap bermacam-macam citra lainnya. Maka sampailah kita pada titik dimana kita bisa berkata "Yang mengobservasi pun sebuah citra, hanya saja ia telah memisah-diri dan melakukan observasi. Yang mengobservasi, sesuatu yang telah dilahirkan oleh bermacam-macam citra lainnya, menganggap dirinya bersifat permanen dan antara dirinya sendiri dan citra-citra yang telah diciptakannya terjadi suatu pemisahan jarak waktu. Ini menimbulkan konflik antara dirinya sendiri dan citra-citra yang dianggapnya sebagai penyebab dari semua kesusahannya. Maka ia kemudian berkata "Aku harus membuang konflik ini", tetapi keinginan untuk terlepas dari konflik itu sendiri menciptakan citra lain.

Kesadaran mengenai semua ini, yang merupakan meditasi yang sebenarnya, telah mengungkapkan bahwa ada sebuah citra pusat yang telah dibentuk oleh citra-citra lainnya, dan citra pusat ini, yakni yang mengobservasi, adalah yang menyensor, yang mengalami, yang menilai, hakim yang ingin menaklukkan atau menundukkan citra-citra lainnya atau menghancurkannya samasekali. Citra-citra lainnya adalah hasil dari penilaian, pendapat dan kesimpulan yang dibuat oleh yang mengobservasi, dan yang mengobservasi adalah hasil dari semua citra lainnya - oleh karena itu, yang mengobservasi adalah yang diobservasi.

Jadi kesadaran telah mengungkapkan berbagai macam keadaan batin, telah mengungkapkan aneka macam citra dan kontradiksi antara citra-citra itu, telah mengungkapkan konflik yang timbul karenanya dan keputusan karena tak mampu berbuat apa-apa terhadap konflik itu, serta ikhtiar yang beraneka ragam untuk melarikan diri dari konflik itu. Semua ini telah diungkapkan melalui kesadaran yang seksama dan berhati-hati, lalu datanglah kesadaran bahwa yang mengobservasi *adalah* yang diobservasi. Yang menjadi sadar ini bukanlah sesuatu yang superior, suatu diri yang lebih tinggi (sesuatu yang superior, suatu diri yang lebih tinggi

hanyalah hasil khayalan saja, citra yang lebih lanjut); kesadaran itu sendirilah yang mengungkapkan bahwa yang mengobservasi adalah yang diobservasi.

Bila Anda mengajukan pertanyaan pada diri Anda sendiri, maka siapakah dia yang akan menerima jawabannya? Dan siapakah dia yang akan menyelidiki? Bila ia merupakan bagian dari kesadaran diri, bagian dari pikiran, maka ia tak mampu menemukan jawabannya. Yang dapat ditemukannya hanyalah suatu keadaan sadar. Tetapi bila di dalam keadaan sadar itu masih tetap ada sesuatu yang berkata "Aku harus sadar, aku harus melatih diriku supaya sadar", maka itupun sebuah citra lain.

Kesadaran bahwa yang mengobservasi adalah yang diobservasi tersebut bukanlah suatu proses identifikasi dengan yang diobservasi. Mengidentifikasi diri kita dengan sesuatu sangatlah mudah. Kebanyakan diantara kita mengidentifikasikan dirinya dengan sesuatu - dengan keluarga kita, suami atau isteri kita, bangsa kita - dan itu menuju pada kesusahan yang besar dan peperangan-peperangan yang besar. Kita sedang memikirkan tentang sesuatu yang lain samasekali dan kita harus memahaminya bukan secara verbal melainkan di dalam hati sanubari kita, langsung pada urat-akar diri kita. Di negeri Cina kuno sebelum seniman mulai melukis sesuatu - sebuah pohon, misalkan - ia akan duduk di depannya berhari-hari, berbulan-bulan, bertahun-tahun, tak peduli seberapa lamanya, sampai ia *adalah* pohon itu. Ia tidak mengidentifikasikan dirinya dengan pohon itu tetapi ia adalah pohon itu. Ini berarti bahwa diantara dia dan pohon itu tak ada ruang, diantara yang mengobservasi dan yang diobservasi tak ada ruang, tak ada orang yang mengalami, yang sedang mengalami keindahan, gerak, bayangan, makna sehelai daun, kualitas warnanya. Ia adalah pohon itu secara menyeluruh, dan baru dalam keadaan yang demikian itulah ia dapat melukis.

Setiap gerak dari pihak yang mengobservasi, bila ia belum menyadari bahwa yang mengobservasi adalah yang diobservasi, hanyalah menciptakan serentetan citra lain dan iapun tertangkap lagi oleh citra itu. Tetapi apakah yang terjadi pada waktu yang mengobservasi sadar bahwa yang mengobservasi adalah yang diobservasi? Jalanlah perlahan-lahan, sangat perlahan-lahan, karena yang kita selidiki sekarang adalah sesuatu yang sangat kompleks. Apakah yang terjadi? Yang mengobservasi tak berbuat apa-apa samasekali. Yang mengobservasi selalu berkata "Aku

harus berbuat sesuatu terhadap citra-citra ini, aku harus menekannya atau memberinya bentuk lain", ia selalu aktif terhadap yang diobservasi, beraksi dan bereaksi dengan semangat yang meluap atau secara iseng, dan tindakan suka dan tak suka dari pihak yang mengobservasi disebut tindakan yang positif - "Aku suka, sebab itu aku harus menahan. Aku tak suka, sebab itu aku harus membuang". Tetapi bila yang mengobservasi menyadari bahwa sesuatu yang hendak ditindaknya itu adalah dirinya sendiri, maka tak ada konflik antara dirinya sendiri dan si citra. Ia *adalah citra* itu. Ia tak terpisah dari itu. Pada waktu ia terpisah, ia bertindak atau berusaha bertindak terhadap yang diobservasi, tetapi bila yang mengobservasi menyadari bahwa ia *adalah* itu, maka tak ada rasa suka atau tak suka dan konflikpun lenyaplah.

Karena apa lagi yang harus diperbuatnya? Bila sesuatu itu *adalah* Anda, apa yang dapat Anda perbuat? Anda tak dapat berontak terhadapnya atau lari darinya atau bahkan menerimanya. Ia *ada disitu*. Maka semua aksi yang dihasilkan oleh reaksi terhadap rasa suka atau tak suka berakhirilah.

Maka disitu akan Anda dapatkan suatu kesadaran yang telah menjadi sangat hidup. Kesadaran itu tidak terikat pada masalah pokok atau citra mana pun - dan dari intensitas kesadaran itu timbullah perhatian berkualitas lain, sehingga batin - karena batin itu adalah kesadaran ini - menjadi luar biasa pekanya dan sangat inteligen.

XIII

APAKAH BERPIKIR ITU? - IDE DAN TINDAKAN - TANTANGAN - MATERI - ASAL MULA PIKIRAN.

Marilah kita sekarang menyelidiki pertanyaan tentang apa itu berpikir, tentang pentingnya pikiran yang harus dilatih dengan hati-hati, logis dan sehat (bagi pekerjaan kita sehari-hari) dan tentang pikiran yang samasekali tak penting. Selama kita tak tahu tentang kedua macam pikiran itu, kita tak mungkin mengerti tentang sesuatu yang sifatnya jauh lebih dalam dan yang tak dapat disentuh oleh pikiran. Maka marilah kita mencoba memahami keseluruhan struktur kompleks apa yang disebut berpikir itu, apa itu memori, bagaimana pikiran itu timbul, bagaimana pikiran mengkondisi semua tindakan kita; dan dalam memahami semua ini kita barangkali akan menjumpai sesuatu yang belum pernah ditemukan pikiran, sesuatu yang tak mungkin tercapai oleh pikiran.

Mengapa pikiran menjadi demikian pentingnya dalam semua kehidupan kita - pikiran yang berupa ide-ide, berupa jawaban terhadap memori yang terkumpul dalam sel-sel otak? Barangkali banyak diantara Anda tak pernah mengajukan pertanyaan semacam itu sebelumnya, atau bila pernah mempertanyakannya, Anda mungkin telah berkata "Hal itu tidak begitu penting - yang penting adalah emosi". Tetapi aku tak mengerti bagaimana Anda bisa memisahkan kedua hal itu. Bila pikiran tidak memberikan kontinuitas kepada perasaan, perasaan cepat sekali mati. Jadi, mengapa dalam kehidupan kita sehari-hari, dalam kehidupan kita yang penuh tekanan, membosankan, menakutkan itu, pikiran telah memperoleh arti yang berlebihan ini? Tanyakanlah kepada diri Anda sendiri seperti aku menanyakannya pada diriku sendiri - mengapa orang menjadi budak pikiran - pikiran yang licik, pandai, yang mampu mengatur, yang punya inisiatif, yang telah mengarang segala macam, telah menimbulkan demikian banyak peperangan, menciptakan begitu banyak ketakutan, begitu banyak kekuatiran, yang tak habis-habisnya, membuat citra dan memburu ekornya sendiri - pikiran yang telah menikmati kesenangan hari kemarin dan telah memberikan kepada kesenangan itu kontinuitas pada hari ini dan juga di hari depan - pikiran yang selalu aktif, mengoceh, bergerak, membangun, mengurangi, menambahi, mengira-ngira?

Bagi kita ide telah menjadi jauh lebih penting daripada tindakan - ide-ide yang dinyatakan begitu pintarnya di dalam buku-buku oleh para intelektual, dalam setiap bidang. Semakin cerdik, semakin halus ide-ide itu, semakin kita memujanya, begitu pula buku-buku yang memuatnya. Kita *adalah* buku-buku itu, kita adalah ide-ide itu, begitu hebatnya kita terkondisi olehnya. Kita selalu mendiskusikan ide dan ideal dan secara dialektik memberikan pendapat kita. Setiap agama mempunyai dogmanya sendiri, rumusannya sendiri tentang yang dianggapnya benar, mempunyai jenjangnya sendiri untuk mencapai tuhan-tuhannya, dan pada waktu menyelidiki asal-mula pikiran, kita memasalahkan tentang pentingnya keseluruhan bangunan ide-ide ini. Kita telah memisahkan ide dari tindakan karena ide selalu berasal dari masa lalu dan tindakan selalu terjadi di saat ini - yaitu, hidup selalu di saat ini. Kita takut pada hidup, sebab itulah masa lampau, dalam bentuk ide-ide, menjadi penting sekali bagi kita.

Mengamati bekerjanya pikiran kita sendiri sungguh sesuatu yang luar biasa menariknya, mengamati sekedarnya bagaimana kita berpikir, darimana datangnya reaksi yang kita sebut berpikir itu. Sudah terang dari memori. Adakah asal mula bagi pikiran? Bila ada, maka dapatkah kita mencari asal mula itu? - artinya asal mulanya memori, karena tanpa memori tak mungkin ada pikiran. Kita telah melihat bagaimana pikiran memperkuat dan memberikan kontinuitas kepada kesenangan yang kita alami kemarin dan bagaimana pikiran juga memperkuat kebalikan dari kenikmatan yaitu ketakutan dan kesusahan; maka dalam hal itu, dia yang mengalami, yaitu si pemikir *adalah* kenikmatan dan kesusahan, dan juga sesuatu yang membina kenikmatan dan kesusahan. Si pemikir memisahkan kenikmatan dari kesusahan. Ia tak melihat bahwa dengan menuntut kesenangan ia mengundang pula kesusahan dan ketakutan. Pikiran dalam hubungan antar manusia selalu menuntut kesenangan yang disembunyikannya di balik kata-kata seperti kesetiakawanan, menolong, memberi, mempertahankan, melayani. Aku heran mengapa kita ingin melayani. Tempat pompa bensin memberikan pelayanan baik. Apakah arti kata-kata itu, menolong, memberi, melayani? Apa yang hendak dilakukan melalui kata-kata itu? Apakah bunga yang penuh keindahan, cahaya dan kecantikan itu berkata "Aku memberi, menolong, melayani?" Ia *ada*! Dan karena ia tak berusaha untuk melakukan apa-apa, iapun memenuhi permukaan bumi.

Pikiran begitu cerdik, pandai, sehingga ia memutarbalikkan segala sesuatu untuk kesenangannya sendiri. Dengan menuntut kesenangan, pikiran memperbudak dirinya sendiri. Pikiran adalah pencipta dualitas dalam semua hubungan kita: di dalam diri kita terdapat kekerasan yang memberi kita rasa senang, tetapi disitu ada pula keinginan akan kedamaian, keinginan untuk berlaku baik dan lemah lembut. Inilah yang berlangsung sepanjang waktu di dalam semua kehidupan kita. Pikiran tidak saja menimbulkan dualitas dan kontradiksi ini, tetapi juga mengumpulkan memori yang tak terhitung banyaknya tentang suka-duka yang telah kita alami, dan dari memori inilah pikiran itu dilahirkan kembali. Maka seperti yang telah kukatakan pikiran adalah masa lampau, pikiran selalu usang.

Karena setiap tantangan dihadapi dengan memori masa lampau, sedangkan tantangan itu selalu baru - maka pertemuan kita dengan tantangan itu tak pernah memadai, lalu terjadilah kontradiksi, konflik dan segala kepedihan dan kesengsaraan yang merupakan warisan kita itu. Otak kita yang kecil ini berada dalam konflik, *apapun* yang diperbuatnya. Apakah ia beraspirasi, meniru, menganut, menindas, menghaluskan, menggunakan obat bius untuk memperluas dirinya - *apapun* yang dilakukannya - ia dalam keadaan konflik dan akan menghasilkan konflik.

Mereka yang banyak berpikir adalah orang-orang yang sangat materialistis karena pikiran itu adalah materi. Pikiran sama-sama bersifat materi seperti halnya lantai, dinding, tilpun. Energi yang bekerja menurut suatu pola, menjadi materi. Ada energi dan ada materi. Itulah keseluruhan hidup. Kita mungkin mengira bahwa pikiran itu bukan materi, tetapi ia adalah materi. Pikiran sebagai ideologi adalah materi. Dimana ada energi maka jadilah ia materi. Materi dan energi saling berhubungan. Yang satu tak bisa ada tanpa yang lain, dan makin selaras hubungan antar keduanya, makin seimbang, makin aktif pulalah sel-sel otak itu. Pikiran telah menciptakan pola tentang kenikmatan, kesusahan, ketakutan ini, dan telah bekerja di dalamnya beribu-ribu tahun lamanya, dan tak dapat menghancurkan pola itu karena ia telah menciptakannya.

Suatu fakta yang baru tak dapat dilihat oleh pikiran. Fakta itu dapat dipahami pikiran sesaat kemudian, secara verbal, namun pemahaman suatu fakta yang baru bukanlah realitas bagi pikiran. Pikiran tak akan pernah memecahkan persoalan psikologis apapun. Betapa pandai, betapa cerdik,

betapa terpelajarnya, struktur apapun yang diciptakannya melalui ilmu, melalui otak elektronik, melalui paksaan atau kebutuhan, pikiran tak pernah baru dan tak akan pernah menjawab masalah besar apapun. Otak yang usang tak mampu memecahkan masalah kehidupan yang maha besar.

Pikiran tidak lurus karena ia dapat mengarang apapun dan melihat hal-hal yang tak ada. Ia dapat melakukan penipuan yang luar biasa, dan karenanya ia tak dapat dipercaya. Tetapi bila Anda memahami keseluruhan struktur cara berpikir Anda, mengapa Anda berpikir, kata-kata yang Anda gunakan, perilaku Anda dalam kehidupan Anda sehari-hari, cara Anda berbicara dengan orang, cara Anda memperlakukan orang, cara Anda berjalan, cara Anda makan - bila Anda sadar akan semuanya ini maka pikiran Anda tidak akan memperdayakan Anda, maka tak ada apapun yang perlu dibohongi. Lalu pikiranpun bukan sesuatu yang menuntut, yang menundukkan; ia menjadi luar biasa tenang, luwes, peka, sendirian, dan dalam keadaan itu tak ada penipuan jenis apapun.

Pernahkah Anda perhatikan bahwa pada waktu Anda dalam keadaan penuh perhatian, maka yang mengobservasi, yang berpikir, pusat, "aku", berakhir? Dalam keadaan memperhatikan itu pikiran mulai menghilang.

Bila orang ingin melihat sesuatu dengan sangat jelas, maka batinnya haruslah sangat tenang, tanpa segala prasangka, ocean, dialog, citra, khayalan - segalanya itu harus disisihkan supaya ia dapat melihat. Dan hanya di dalam keheninganlah Anda dapat mengamati asal mula pikiran - tidak pada waktu Anda sedang mencari, bertanya-tanya, menunggu jawaban. Jadi hanya bila Anda tenang sepenuhnya, tenang sedalam-dalamnya, setelah mengajukan pertanyaan: "Apakah asal mula pikiran?", maka Anda akan mulai melihat, dari kesunyian itu, bagaimana pikiran itu memperoleh bentuknya.

Bila ada suatu kesadaran tentang bagaimana pikiran itu dimulai, maka tak perlu orang mengontrol pikiran. Tidak hanya di sekolah, tetapi sepanjang hidup kita membuang-buang waktu banyak dan memboroskan sejumlah banyak energi untuk mengontrol pikiran-pikiran kita "Ini pikiran baik, aku harus banyak memikirkannya. Ini pikiran buruk, aku harus menekannya". Peperangan inilah yang berlangsung terus antara pikiran yang satu dan pikiran lainnya, keinginan yang satu dan keinginan lainnya, kesenangan yang satu menguasai kesenangan lainnya. Tetapi bila ada

kesadaran tentang asal-mula pikiran, maka tidak ada kontradiksi di dalam pikiran.

Nah, pada waktu Anda mendengar pernyataan sebagai "Pikiran selalu usang" atau "Waktu adalah kesengsaraan", pikiran mulai menerjemahkannya dan menafsirkannya. Tetapi terjemahan dan tafsir itu didasarkan pada pengetahuan dan pengalaman hari kemarin, maka tak bisa tidak Anda akan menerjemahkan sesuai dengan keterkondisian Anda. Tetapi bila Anda mengamati pernyataan-pernyataan itu dan samasekali tidak menerjemahkannya tetapi hanya memberikannya seluruh perhatian Anda (bukan konsentrasi Anda), maka Anda akan menemukan bahwa baik yang mengobservasi maupun yang diobservasi tak ada, baik yang berpikir maupun pikiran tak ada. Janganlah berkata "Yang mana hilang lebih dulu?" Itu suatu bantahan cerdas yang tak ada gunanya. Anda dapat mengamati dalam diri Anda bahwa selama tak ada pikiran - yang tidaklah berarti suatu keadaan amnesia atau kekosongan - selama tidak ada pikiran yang berasal dari memori, pengalaman atau pengetahuan, yang semuanya merupakan masa lampau, maka yang berpikirpun samasekali tak ada. Ini bukanlah suatu peristiwa filsafat atau mistik. Kita sedang berhadapan dengan fakta-fakta yang nyata, dan Anda akan melihat, bila Anda sampai sejauh ini dalam perjalanan Anda, bahwa Anda akan menjawab suatu tantangan, bukan dengan otak yang usang, tetapi secara baru samasekali.

XIV

BEBAN HARI KEMARIN - BATIN YANG TENANG - KOMUNIKASI - PRESTASI - DISIPLIN - KEHENINGAN - KEBENARAN DAN KENYATAAN

Di dalam kehidupan yang umum kita hayati terdapat sedikit sekali kesunyian suasana. Sekalipun kita sedang sendirian, kehidupan kita terpenuhi oleh demikian banyak pengaruh, demikian banyak pengetahuan, begitu banyak memori tentang begitu banyak pengalaman, begitu banyak kecemasan, penderitaan dan konflik, sehingga batin kita menjadi makin lama makin tumpul, semakin kurang peka, bekerja dalam rutinitas yang menjemukan. Pernahkah kita sendirian? Ataukah kita selalu membawa serta semua beban hari kemarin?

Ada sebuah cerita bagus tentang dua orang biarawan yang berjalan dari sebuah desa menuju desa lainnya; dalam perjalanan itu bertemulah mereka dengan seorang anak gadis yang sedang duduk menangis di tepi sungai. Maka salah seorang dari biarawan itu menghampiri gadis itu dan berkata, "Adik, mengapa Anda menangis?" Si gadis pun berkata: "Anda melihat rumah di seberang sungai? Pagi-pagi tadi aku sampai kesini dan tak punya kesulitan untuk menyeberang, tetapi sekarang air sungai telah pasang, dan aku tak dapat kembali. Tak ada perahu". "Oh, kata si biarawan, "Itu masalah gampang", maka diangkatnya si gadis itu dan dibawanya menyeberangi sungai, dan diletakkannya di seberang. Lalu kedua biarawan itupun meneruskan perjalanannya lagi bersama-sama. Beberapa jam kemudian, biarawan lainnya berkata "Saudara, kita telah bersumpah untuk menjauhkan diri dari orang perempuan. Tetapi yang telah Anda lakukan tadi suatu dosa besar. Apakah Anda tidak menikmati, mengalami sensasi besar pada waktu Anda menyentuh seorang perempuan?" dan biarawan satunya lagi menjawab: "Aku telah meninggalkannya dua jam yang lalu. Anda masih menggendongnya terus sampai sekarang, bukankah begitu?"

Itulah yang kita perbuat. Kita bawa terus beban-beban kita; kita tak pernah mati terhadapnya, kita tak pernah meninggalkannya. Hanya pada waktu kita memberikan perhatian sepenuhnya pada sebuah masalah dan

memecahkannya *seketika* - tak pernah membawanya ke hari berikutnya, menit berikutnya - maka kesunyian itu ada. Maka sekalipun kita hidup dalam rumah yang penuh sesak atau berada dalam bis, kita berada dalam kesunyian. Dan kesunyian itu menunjukkan batin yang segar, batin yang murni.

Kesunyian dan ruang batin sangatlah penting karena tanpa itu tidak ada kebebasan untuk hidup, untuk pergi, untuk bekerja, untuk terbang. Bagaimanapun, kebaikan hanyalah dapat berkembang dalam ruang, sebagai juga halnya kebajikan hanya bisa berkembang bila ada kebebasan. Kita mungkin memiliki kebebasan politik tetapi batin kita tidak bebas dan karenanya tak ada ruang. Tak ada kebajikan, tak ada sifat yang berharga, dapat bekerja atau tumbuh tanpa ruang luas yang terdapat di dalam batin orang. Dan ruang dan keheningan perlu, karena hanya bila batin itu sendirian, tidak terpengaruh, tidak terlatih, tidak tertangkap oleh bermacam-macam pengalaman yang tak terhingga banyaknya, maka ia dapat bertemu dengan sesuatu yang baru sepenuhnya.

Orang dapat melihat secara langsung bahwa hanya bila batin itu tenang maka barulah mungkin ada kejelasan. Seluruh maksud tujuan meditasi di Timur ialah untuk menimbulkan keadaan batin semacam itu - artinya, mengontrol pikiran, yang sama artinya dengan terus mengulang-ulang sebuah do'a untuk membuat batin menjadi tenang dan dalam keadaan demikian berharap dapat memahami masalah-masalah yang ada. Namun bila orang tidak mulai dari dasar, yaitu hidup bebas dari ketakutan, hidup bebas dari kesengsaraan, dari kekuatiran dan dari semua jebakan yang telah dipasang orang untuk dirinya sendiri, maka aku tak melihat kemungkinan bagi batin untuk menjadi sungguh-sungguh tenang. Ini salah satu hal yang paling sukar dikomunikasikan. Bukankah komunikasi antara kita berarti, bahwa bukan Anda saja yang harus mengerti kata-kata yang kupergunakan tetapi bahwa kita berdua, Anda dan aku, harus mempunyai semangat besar pada waktu yang sama, bukannya sesaat lebih lambat atau sesaat lebih cepat, dan harus mampu bertemu pada tingkat yang sama? Dan komunikasi semacam itu tidaklah mungkin bila Anda menginterpretasikan apa yang sedang Anda baca menurut pengetahuan Anda, kesenangan Anda ataupun pendapat Anda, atau bila Anda sedang berusaha sekuat tenaga untuk mengerti.

Rupa-rupanya salah satu diantara perintang-perintang terbesar dalam hidup ialah perjuangan terus-menerus untuk mencapai, untuk berhasil, untuk memperoleh sesuatu ini. Kita telah dilatih sejak kecil untuk mengejar dan mencapai sukses - sel-sel otak itu sendiri menciptakan dan memerlukan pola pencapaian sukses ini supaya ada keamanan fisik, tetapi keamanan psikologis bukan sesuatu yang terdapat dalam bidang pencapaian sukses. Kita menuntut adanya keamanan dalam semua hubungan, sikap dan aktivitas kita; tetapi, seperti yang telah kita lihat, dalam kenyataan tak ada sesuatu yang bisa disebut keamanan itu. Menemukan bagi diri Anda sendiri bahwa tak ada bentuk keamanan apapun di dalam hubungan apa pun - menyadari, bahwa psikologis tak ada sesuatu yang permanen - membawa suatu pendekatan hidup yang lain sama sekali. Tentu saja, keamanan fisik adalah kebutuhan pokok bagi kita - sandang, papan, pangan - tetapi keamanan fisik dirusak oleh tuntutan akan keamanan psikologis.

Ruang dan keheningan sangat perlu untuk memungkinkan kita melampaui batas-batas kesadaran, tetapi bagaimanakah batin yang selalu begitu aktif memikirkan kepentingan dirinya sendiri itu bisa tenang? Orang dapat mendisiplinnya, mengontrolnya, membentuknya, tetapi siksaan semacam itu tidaklah membuat batin tenang; siksaan semacam itu hanya membuat tumpul batin. Sudah jelaslah, bahwa sekedar mengejar cita-cita untuk memiliki batin yang tenang tak ada artinya, karena makin dipaksa, makin menjadi picik dan makin mandek batin itu. Kontrol dalam bentuk apapun, seperti juga tekanan, hanya menghasilkan konflik saja. Jadi kontrol dan disiplin lahiriah bukanlah caranya; akan tetapi kehidupan yang tanpa disiplin pun sesuatu yang tanpa makna.

Kebanyakan kehidupan kita telah didisiplin dari luar oleh tuntutan-tuntutan masyarakat, oleh keluarga, oleh penderitaan-penderitaan kita sendiri, oleh pengalaman kita sendiri, oleh penyesuaian diri pada pola ideologi atau pola faktual tertentu - dan bentuk disiplin macam itu adalah sesuatu yang paling mematikan. Disiplin seharusnya tanpa kontrol, tanpa tekanan, tanpa ketakutan jenis apapun. Bagaimana timbulnya disiplin macam ini? Bukannya disiplin itu ada dahulu dan kemudian baru kebebasan; kebebasan itu ada pada awal, bukan pada akhir. Memahami kebebasan ini, yaitu kebebasan dari konformitas disiplin, adalah disiplin itu sendiri. Tindakan belajar itu sendiri adalah disiplin (memang arti pokok kata disiplin itu ialah belajar); tindakan belajar itu sendiri membawa

penerangan. Untuk mengerti keseluruhan sifat dan struktur kontrol, tekanan dan pemuasan hawa nafsu, perlu ada perhatian. Anda tak perlu memaksakan disiplin supaya dapat mempelajari disiplin, tetapi tindakan belajar itu menimbulkan disiplinnya sendiri, yang tidak mengandung tekanan.

Supaya dapat mengingkari otoritas (kita berbicara tentang otoritas psikologis, bukan otoritas hukum) - supaya dapat mengingkari otoritas semua organisasi religius, semua tradisi dan pengalaman, orang harus melihat mengapa ia biasanya menurut - sungguh-sungguh mempelajari hal itu. Dan untuk mempelajarinya haruslah ada kebebasan dari pengutukan, pembenaran, opini atau penerimaan. Tetapi kita tak bisa menerima otoritas dan pada waktu itu juga mempelajarinya - itu sesuatu yang mustahil. Untuk mempelajari keseluruhan struktur psikologis otoritas di dalam diri kita haruslah ada kebebasan. Dan sewaktu kita mempelajarinya, kita mengingkari keseluruhan struktur itu, dan di saat kita mengingkari, maka pengingkaran itu sendiri adalah cahaya batin yang bebas dari otoritas. Peniadaan segala sesuatu yang telah dianggap berharga, sebagai halnya disiplin lahiriah, kepemimpinan, idealisme, berarti mempelajarinya; maka tindakan belajar itu sendiri adalah disiplin namun sekaligus bukan disiplin, dan pengingkaran itulah tindakan yang positif. Jadi agar ketenangan batin dapat terwujud, kita mengingkari segala sesuatu yang telah dianggap penting.

Jadi kita melihat bahwa bukanlah kontrol yang menimbulkan ketenangan. Batin juga tidak tenang bila ia mempunyai sebuah objek yang begitu mempesonakannya sehingga ia tenggelam ke dalam objek itu. Ini sama halnya dengan memberikan seorang anak sebuah mainan yang menarik hatinya; anak itu menjadi sangat tenang, namun cobalah ambil mainan itu, maka ia akan menjadi nakal kembali. Kita semua mempunyai mainan-mainan kita yang mempesonakan kita dan kita mengira, bahwa kita sangat tenang, tetapi jika seseorang tercurah perhatiannya pada satu bentuk aktivitas tertentu, yang bersifat ilmiah, kesusasteraan atau apa saja, mainan itu hanya mempesonakannya dan ia tidaklah betul-betul tenang.

Satu-satunya keheningan yang kita ketahui ialah kesunyian akibat berhentinya kegaduhan, kesunyian pada waktu pikiran berhenti - tetapi itu bukanlah keheningan. Keheningan sesuatu yang lain samasekali, serupa keindahan,. serupa cinta. Dan keheningan ini bukan buah hasil batin yang

tenang, bukan buah hasil sel-sel otak yang telah memahami keseluruhan strukturnya dan berkata: "Demi Tuhan, tenanglah"; pada waktu itu sel-sel otak itu sendiri menghasilkan kesunyian itu dan itu bukanlah keheningan. Pun bukanlah keheningan itu akibat dari perhatian yang di dalamnya sipengamat adalah yang diamati; di situ tak ada friksi, tetapi itu bukanlah keheningan.

Anda menantikan daku untuk melukiskan apa yang disebut keheningan itu, supaya Anda dapat memperbandingkannya, menafsirkannya, membawanya pergi dan menguburnya. Keheningan itu tak dapat dideskripsikan. Sesuatu yang dapat dideskripsikan adalah sesuatu yang dikenal, dan kebebasan dari yang dikenal baru bisa timbul bila Anda mati setiap hari terhadap yang dikenal, terhadap semua sakit hati, pujian-pujian, terhadap semua citra yang telah Anda buat, terhadap semua pengalaman Anda - mati setiap hari, sedemikian rupa, hingga sel-sel otak itu sendiri menjadi segar, muda, murni. Tetapi kemurnian, kesegaran, sifat kelembutan dan kebaikan itu, tidaklah menghasilkan cinta; kemurnian bukan sifat dari keindahan ataupun keheningan.

Keheningan, yang bukan kesunyian akibat berakhirnya kegaduhan, hanyalah suatu awal yang kecil. Ibarat melalui lubang kecil menuju samudera maha luas dan maha lebar, menuju suatu keadaan tanpa waktu yang tak terukur. Tetapi ini tak mungkin Anda pahami secara verbal, kecuali bila Anda memahami keseluruhan struktur kesadaran dan apa arti kesenangan, kesengsaraan dan keputus-asaan, dan apabila sel-sel otak sendiri telah menjadi tenang. Barulah barangkali Anda bisa bertemu dengan misteri yang tak ternyatakan oleh siapa pun dan tak terhancurkan oleh apa pun. Batin yang hidup adalah batin yang diam, batin yang hidup adalah batin yang tanpa pusat dan karenanya tanpa ruang dan tanpa waktu. Batin semacam itu tak terbatas dan itulah satu-satunya kebenaran, itulah satu-satunya kenyataan.

XV

PENGALAMAN - KEPUASAN - DUALITAS - MEDITASI

Kita semua menginginkan jenis-jenis pengalaman tertentu - pengalaman mistik, pengalaman religius, pengalaman seksual, pengalaman memiliki sejumlah besar uang, kekuatan besar, kedudukan tinggi, kekuasaan besar. Mungkin semakin tua kita, semakin habis tuntutan nafsu fisik kita, tetapi kita kemudian menginginkan pengalaman-pengalaman yang lebih luas, yang lebih dalam dan yang lebih besar maknanya, dan kita berusaha mendapatkannya melalui bermacam-macam cara dengan misalnya memperluas kesadaran kita yang benar-benar merupakan satu seni, atau dengan minum bermacam-macam obat bius. Ini adalah suatu muslihat kuno, yang telah ada semenjak zaman purbakala - mengunyah sehelai daun atau mencoba obat kimia terbaru dengan maksud menimbulkan suatu perubahan sementara di dalam struktur sel-sel otak, suatu kepekaan yang lebih besar dan persepsi yang dipertajam, yang memberikan suatu keadaan yang mirip dengan realitas. Tuntutan untuk memperoleh pengalaman lebih dan lebih banyak lagi menunjukkan kemiskinan batin manusia. Kita mengira, bahwa melalui pengalaman-pengalaman itu kita dapat berhasil lari dari diri kita sendiri, tetapi pengalaman-pengalaman ini terkondisi oleh keadaan kita sebenarnya. Bila batin picik, cemburu, kuatir, ia bisa saja menelan sejenis obat bius yang terbaru, tetapi yang akan dilihatnya hanyalah ciptaannya sendiri yang kerdil, proyeksi-projeksinya sendiri yang kerdil yang timbul dari latar belakangnya yang terkondisi.

Kebanyakan diantara kita menginginkan pengalaman-pengalaman kekal yang membawa kepuasan sepenuhnya pada kita, yang tak terhancurkan oleh pikiran. Jadi di balik tuntutan memperoleh pengalaman ini terdapatlah keinginan untuk memperoleh kepuasan, dan tuntutan mendapat kepuasan ini mendikte pengalaman kita, dan sebab itu kita tak hanya harus mengerti seluruh urusan tentang kepuasan ini, tetapi juga tentang sesuatu yang dialami itu. Memperoleh suatu kepuasan besar adalah sesuatu yang menyenangkan sekali; semakin kekal, mendalam dan luas pengalaman itu, semakin menyenangkan pula, maka kesenangan mendikte bentuk dari pengalaman yang kitauntut, dan kesenangan adalah ukuran yang kita pakai untuk menilai pengalaman itu. Apapun yang terukur

terdapat di dalam batas-batas pikiran, dan cenderung untuk menciptakan ilusi. Anda mungkin saja mempunyai pengalaman-pengalaman yang mengagumkan namun dalam keadaan tersesat samasekali. Anda tak bisa tidak akan melihat bayangan-bayangan sesuai dengan keterkondisian Anda; Anda akan melihat Kristus atau Buddha atau siapapun yang menjadi kepercayaan Anda, dan semakin besar kepercayaan Anda maka semakin kuat pulalah bayangan-bayangan Anda, yaitu proyeksi dari tuntutan-tuntutan dan dorongan-dorongan nafsu Anda sendiri.

Jadi bila dalam mencari sesuatu yang fundamental, sebagai halnya kebenaran, yang dijadikan ukuran adalah kesenangan, maka Anda telah memproyeksikan apa yang akan Anda alami nanti dan karena itu ia bukan kebenaran lagi.

Apakah yang kita maksudkan dengan pengalaman itu? Adakah sesuatu yang baru atau asli di dalam pengalaman itu? Pengalaman adalah seberkas memori yang menjawab suatu tantangan dan yang hanya dapat menjawab sesuai dengan latar belakangnya; dan semakin pandai Anda dalam menerjemahkan pengalaman itu, semakin banyak jawaban yang diberikan oleh memori-memori itu. Maka Anda bukan saja harus memeriksa pengalaman orang lain tetapi Anda harus pula memeriksa pengalaman Anda sendiri. Bila suatu pengalaman tidak Anda kenali, maka itu bukanlah sekali-kali sebuah pengalaman. Tiap pengalaman telah dialami sebelumnya, kalau tidak Anda tak akan mengenalinya. Anda mengenali sebuah pengalaman sebagai pengalaman yang baik, buruk, indah, suci dan sebagainya, sesuai dengan keterkondisian Anda; karena itu pengenalan sebuah pengalaman selalu usang.

Apabila orang menginginkan suatu pengalaman yang nyata - seperti kita semua menginginkannya, bukan? - supaya dapat mengalaminya, kita harus mengetahuinya dan pada saat kita mengenalinya kita telah memproyeksikannya dan karena itu pengalaman itu bukanlah kenyataan, karena ia masih tetap dalam bidang pikiran dan waktu. Bila pikiran dapat memikirkan tentang kenyataan, maka itu bukanlah kenyataan. Kita tak mungkin mengenali suatu pengalaman baru. Itu sesuatu yang mustahil. Kita hanya mengenali sesuatu yang telah kita ketahui sebelumnya, sebab itu bila kita berkata bahwa kita telah mendapatkan pengalaman baru, pengalaman itu sesungguhnya tidak baru. Mencari pengalaman yang lebih lanjut melalui perluasan penyadaran diri, sebagai yang telah dilakukan

orang melalui berbagai macam obat bius psychedelic, masih tetap berlangsung dalam bidang kesadaran diri dan karenanya bersifat sangat terbatas.

Jadi kita telah menemukan suatu kebenaran fundamental, yaitu bahwa batin yang mencari, yang menginginkan pengalaman-pengalaman yang lebih luas dan lebih dalam, adalah batin yang sangat dangkal dan tumpul karena ia selalu hidup dengan memori-memorinya.

Nah, bila kita tidak mempunyai pengalaman apapun, apakah yang akan terjadi pada kita? Kita perlu pengalaman-pengalaman, tantangan-tantangan, untuk menjaga supaya kita tetap bangun. Bila tak ada konflik di dalam diri kita, tak ada perubahan, tak ada gangguan apa pun, kita semua akan tidur lelap. Jadi tantangan-tantangan perlu bagi kebanyakan kita; kita berpendapat bahwa tanpa tantangan, batin kita akan menjadi bodoh dan malas, karena itu kita tergantung pada tantangan, pada pengalaman demi memperoleh lebih banyak rangsangan, lebih banyak perasaan-perasaan yang kuat, demi mempertajam pikiran kita. Tetapi dalam kenyataan, ketergantungan pada tantangan dan pengalaman yang diharapkan dapat membuat kita terjaga itu hanya membuat batin kita semakin tumpul - ketergantungan itu samasekali tidak membuat kita terjaga. Maka aku bertanya pada diriku sendiri, apakah itu mungkin untuk terjaga sepenuhnya, bukan hanya secara lahiriah pada beberapa segi kehidupanku saja, melainkan terjaga sepenuhnya, tanpa satu tantangan atau pengalaman apapun? Ini berarti ada suatu kepekaan yang besar, baik fisik maupun psikologis; ini berarti, bahwa aku harus bebas dari semua tuntutan keinginan, karena pada saat aku menuntut akupun akan mengalami. Dan supaya dapat bebas dari tuntutan keinginan dan kepuasan maka perlu diadakan penyelidikan ke dalam diriku dan pemahaman tentang keseluruhan sifat tuntutan keinginan.

Tuntutan keinginan dilahirkan oleh dualitas: "Aku tak bahagia dan aku harus bahagia". Di dalam tuntutan aku harus bahagia itu sendiri terdapatlah ketidakbahagiaan. Pada waktu orang berusaha supaya baik, di dalam kebaikan itu terdapatlah lawan kebaikan, yaitu kejahatan. Segala sesuatu yang dibenarkan mengandung lawannya, dan upaya untuk mengatasi sesuatu selalu memperkuat lawan dari sesuatu yang dikejar itu. Pada waktu Anda menginginkan suatu pengalaman tentang kebenaran atau kenyataan, keinginan itu lahir dari ketidakpuasan Anda dengan keadaan Anda yang

ada, dan itulah sebabnya maka keinginan itu menciptakan lawannya. Dan di dalam lawan itu *terdapatlah yang lampau*. Jadi kita harus bebas dari tuntutan keinginan yang tak berkesudahan ini, bila tidak maka jalan menuju dualitas tidak akan berakhir. Itu berarti mengenal diri Anda sendiri demikian menyeluruhnya, hingga pikiran itu tidak mencari lagi.

Pikiran seperti itu tidak menginginkan pengalaman, ia tak dapat minta untuk diberi suatu tantangan ataupun mengetahui tentang suatu tantangan; ia tidaklah berkata: "Aku tidur" atau "aku terjaga". Ia seluruhnya berada dalam keadaan sebagaimana adanya. Hanya batin yang kacau, sempit, dangkal, batin yang terkondisi itulah, yang selalu mencari yang lebih. Jadi mungkinkah kita hidup di dunia ini tanpa minta lebih - tanpa terus membanding-banding? Sudah tentu, bukan? Tetapi hal itu haruslah kita selidiki bagi diri kita sendiri.

Menyelami keseluruhan masalah ini adalah meditasi. Perkataan itu telah digunakan di Timur maupun di Barat secara tidak tepat samasekali. Ada berbagai macam aliran meditasi, berbagai metode dan sistim. Ada sistim yang berkata "Amatilah gerakan ibu jari kakimu, amatilah, amatilah, amatilah", ada pula sistim-sistim lain yang menganjurkan supaya duduk dalam sikap tertentu, bernafas teratur atau melatih kesadaran. Semua ini bersifat mekanis belaka. Metode lainnya memberi Anda suatu kata tertentu dan memberitahu bahwa bila Anda mengulangnya terus-menerus, maka Anda akan mendapatkan suatu pengalaman rohani yang luar biasa. Ini semua betul-betul omong kosong. Ini hanya suatu bentuk hipnosa diri saja. Dengan terus menerus mengulang kata Amin atau Om atau Coca Cola pastilah Anda dengan sendirinya akan memperoleh suatu pengalaman tertentu karena dengan mengulang-ulang itu batin menjadi tenang. Hal itu merupakan gejala terkenal yang telah dipraktekkan ribuan tahun di India - dan disebut Mantra Yoga. Dengan jalan mengulang-ulang Anda dapat menekan batin untuk menjadi baik dan lembut tetapi ia tetap saja batin picik yang brengsek dan kerdil. Sama saja halnya dengan bila Anda meletakkan sepotong kayu yang Anda pungut di halaman, di sebuah rak yang agak tinggi, dan memberinya setangkai bunga setiap hari. Dalam waktu sebulan Anda akan memujanya, dan tidak meletakkan setangkai bunga di depan kayu itu akan menjadi sebuah dosa.

Meditasi bukanlah menganut suatu sistim manapun; meditasi bukanlah terus-menerus mengulang dan menirukan apapun. Meditasi bukanlah

konsentrasi. Salah satu permulaan yang paling disukai beberapa guru meditasi tertentu ialah menganjurkan kepada murid-muridnya untuk belajar berkonsentrasi - artinya, memusatkan pikiran pada sebuah pikiran dan menyingkirkan semua pikiran lainnya. Ini satu hal yang paling bodoh dan jelek, yang dapat dilakukan oleh setiap anak sekolah karena ia dipaksa untuk berbuat itu. Itu berarti bahwa di dalam diri Anda terjadi peperangan yang terus menerus antara konsentrasi yang harus dipertahankan pada satu pihak dan pikiran Anda pada pihak lain, yang menyeleweng pergi kemana-mana menuju berbagai hal lainnya; sedangkan perhatian Anda seharusnya ditujukan pada setiap gerak pikiran kemanapun ia pergi. Bila pikiran Anda pergi menyeleweng, itu berarti bahwa Anda menaruh perhatian pada sesuatu yang lain.

Meditasi meminta suatu batin yang sangat awas; meditasi adalah pemahaman tentang keseluruhan hidup yang di dalamnya setiap bentuk fragmentasi telah berhenti. Meditasi bukan pengendalian pikiran, karena bila pikiran itu dikendalikan maka timbullah konflik dalam batin, tetapi bila Anda memahami struktur dan asal mula pikiran yang telah kita bahas sebelumnya, maka pikiran tak akan turut campur. Pemahaman tentang struktur berpikir itu adalah disiplinnya sendiri, yakni meditasi.

Meditasi ialah menyadari setiap pikiran dan setiap perasaan, tak pernah mengatakan itu benar atau salah, tetapi sekedar mengamatinya dan bergerak bersamanya. Dalam pengamatan itu Anda mulai mengerti keseluruhan gerak pikiran dan perasaan Anda. Dan dari kesadaran ini datanglah keheningan. Keheningan yang dibentuk pikiran adalah stagnasi, mati, tetapi keheningan yang datang pada waktu pikiran telah memahami asal mulanya sendiri, memahami sifatnya sendiri, memahami betapa tak pernah bebasnya semua pikiran itu, melainkan selalu usang - keheningan itulah meditasi dimana yang bermeditasi samasekali tiada, karena batin telah mengosongkan dirinya dari masa lampau.

Bila Anda telah membaca buku ini untuk sejam lamanya dengan penuh perhatian, itulah meditasi. Bila Anda hanya memungut beberapa perkataan saja dan mengumpulkan beberapa ide untuk memikirkannya kemudian, maka itu bukanlah meditasi lagi. Meditasi adalah suatu keadaan batin yang memandang segala sesuatu dengan penuh perhatian, keseluruhannya, bukan hanya beberapa bagiannya saja. Dan tak ada seorangpun yang dapat mengajarkan kepada Anda bagaimana caranya memperhatikan. Bila suatu

sistim mengajarkan Anda bagaimana caranya memperhatikan, maka perhatian Anda tertuju pada sistim itu dan itu bukanlah perhatian. Meditasi adalah salah satu seni yang terbesar dalam hidup - barangkali yang terbesar, dan orang tak mungkin belajar melakukan meditasi dari orang lain, itulah keindahannya. Meditasi tak berteknik dan karenanya tak berotoritas. Pada waktu Anda mempelajari diri Anda sendiri, amatilah diri Anda, amatilah cara Anda berjalan, cara Anda makan, apa yang Anda katakan, gunjing, kebencian, kecemburuan - bila Anda menyadari segala sesuatu yang ada dalam diri Anda, tanpa memilih-milih, itulah bagian dari meditasi.

Jadi meditasi dapat terjadi pada waktu Anda sedang duduk di dalam bis atau sedang berjalan-jalan di hutan yang penuh cahaya dan bayangan, atau sedang mendengarkan kicau burung atau sedang memperhatikan wajah isteri atau anak Anda.

Dalam memahami meditasi ada cinta, dan cinta bukanlah produk dari kebiasaan tingkah-laku, dari penganutan sebuah metode. Cinta tak dapat dikembangkan oleh pikiran. Cinta barangkali lahir, bila ada keheningan yang menyeluruh, keheningan dimana yang bermeditasi samasekali tiada; dan batin hanya dapat diam bila ia memahami gerakannya sendiri sebagai pikiran dan perasaan. Untuk mengerti gerak pikiran dan perasaan ini tak boleh ada sikap menyalahkan pada waktu mengobservasinya. Mengobservasi secara demikian adalah disiplin, dan disiplin jenis itu berubah-ubah sifatnya, bebas, bukan disiplin konformitas yang kaku.

XVI

REVOLUSI TOTAL - BATIN RELIGIUS - ENERGI - SEMANGAT BATIN

Di dalam buku ini perhatian telah kita curahkan terus-menerus pada pembangkitan revolusi total di dalam diri kita sendiri dan karenanya di dalam kehidupan kita, yang sedikitpun tak ada hubungannya dengan struktur masyarakat sebagai yang ada pada waktu ini. Masyarakat sebagaimana adanya, adalah sesuatu yang sangat mengerikan dengan peperangan-peperangan keagresifannya yang tanpa akhir, apakah agresi itu bersifat mempertahankan atau menyerang. Yang kita butuhkan ialah sesuatu yang baru samasekali - suatu revolusi, suatu mutasi, di dalam batin itu sendiri. Otak yang usang tak akan mungkin memecahkan masalah hubungan manusiawi. Otak yang usang ialah otak Asia, Eropa, Amerika atau Afrika; maka yang kita tanyakan pada diri kita sendiri ialah, apakah mungkin menimbulkan suatu mutasi dalam sel-sel otak itu sendiri?

Marilah kita tanyakan lagi pada diri kita sendiri, setelah kita sampai pada pemahaman tentang diri kita yang lebih baik ini, apakah ada kemungkinan bagi seorang manusia yang menjalani hidup keseharian yang biasa di dunia yang ganas, penuh kekerasan, tak kenal ampun ini - sebuah dunia yang makin lama makin bertambah efisien dan karenanya semakin tak kenal ampun - apakah ada kemungkinan baginya untuk menimbulkan suatu revolusi bukan saja dalam hubungan-hubungan luarnya tetapi juga dalam keseluruhan bidang pikiran, perasaan, aksi dan reaksinya?

Setiap hari kita melihat atau membaca tentang peristiwa-peristiwa mengerikan di dunia akibat kekerasan dalam diri manusia. Anda mungkin berkata: "Aku tak dapat berbuat apa-apa terhadap itu" atau "Bagaimana aku dapat mempengaruhi dunia?" Menurut pendapatku Anda dapat mempengaruhi dunia secara dahsyat bila di dalam diri Anda, Anda tidak bersifat keras, bila Anda sungguh-sungguh hidup damai setiap hari - hidup tanpa persaingan, ambisi, kecemburuan - hidup tanpa menimbulkan permusuhan. Api-api kecil dapat menjadi api besar. Kita telah meredusir dunia ini menjadi kacau balau seperti keadaannya sekarang ini berkat aktivitas kita yang berpusat pada kepentingan diri sendiri, berkat

prasangka-prasangka, kebencian-kebencian kita, rasa kebangsaan kita, dan bila kita berkata bahwa kita tak dapat berbuat apa-apa terhadap hal itu, itu berarti bahwa kita menerima kekacauan yang ada di dalam diri kita sebagai sesuatu yang tak terhindarkan. Kita telah memecah-mecah dunia ke dalam fragmen-fragmen dan bila kita sendiri terpecah, terfragmentasi, maka hubungan kita dengan dunia juga akan terpecah. Tetapi bila, pada waktu kita bertindak, kita bertindak secara menyeluruh, total, maka hubungan kita dengan dunia mengalami revolusi yang dahsyat.

Bagaimanapun juga, setiap gerakan yang bermanfaat, setiap tindakan yang mempunyai makna yang dalam, harus dimulai pada diri kita masing-masing. Aku harus berubah dahulu; aku harus melihat apa yang menjadi sifat dan struktur hubunganku dengan dunia - dan melihat itu sendiri berarti bertindak; karena itu aku, sebagai makhluk manusia yang hidup di dunia, menimbulkan suatu kualitas lain, dan kualitas itu ialah kualitas batin yang religius.

Batin yang religius lain sama sekali dari batin yang percaya pada religi. Anda tak mungkin religius bila Anda seorang Hindu, seorang Muslimin, seorang Kristen, seorang Buddhis. Batin yang religius samasekali tidak mencari, ia tak dapat bereksperimen dengan kebenaran. Kebenaran bukan sesuatu yang didikte oleh kesenangan Anda atau kesusahan Anda, atau oleh pengkondisian Anda sebagai seorang Hindu atau religi apapun yang Anda anut. Batin religius adalah suatu keadaan batin yang di dalamnya tak ada rasa takut dan karenanya tak ada kepercayaan bentuk apapun; yang ada hanya *apa yang ada - apa yang sesungguhnya ada*.

Di dalam batin yang religius terdapat keheningan yang telah kita selidiki sebelumnya, keheningan yang bukan hasil pikiran, tetapi yang timbul karena ada kesadaran; yaitu meditasi yang di dalamnya, yang bermeditasi sama sekali tak ada. Dalam keheningan itu ada keadaan berenergi yang tidak mengandung konflik. Energi adalah tindakan dan gerak. Semua tindakan adalah gerak dan semua tindakan adalah energi. Semua keinginan adalah energi. Semua perasaan adalah energi. Semua pikiran adalah energi. Semua kehidupan adalah energi. Semua hidup merupakan energi. Bila energi itu diperbolehkan mengalir tanpa kontradiksi sedikit pun, tanpa friksi, tanpa konflik sedikitpun, maka energi itu tanpa batas, tanpa akhir. Bila tak ada friksi maka tak ada batas bagi

energi. Friksi itulah yang membatasi energi. Jadi, setelah melihat ini semua, mengapa manusia selalu membawa friksi pada energi? Mengapa ia menciptakan friksi dalam gerak yang kita sebut hidup ini? Apakah energi murni, energi tanpa batas hanya sebuah ide bagi manusia? Apakah energi murni sesuatu yang tidak mengandung kenyataan?

Kita membutuhkan energi bukan saja untuk menimbulkan suatu revolusi total di dalam diri kita tetapi juga supaya kita dapat menyelidiki, mengamati, bertindak. Dan selama ada friksi macam apapun dalam hubungan-hubungan kita, apa itu antara suami-isteri, antara manusia, antara masyarakat satu dan masyarakat lainnya atau antara satu negeri dan negeri lainnya atau antara satu ideologi dan ideologi lainnya - bila ada friksi batin sekecil apapun atau konflik lahiriah bentuk apapun, betapapun halusny - disitu selalu terdapat pemborosan energi.

Jarak waktu antara yang mengamati dan yang diamati, selalu menciptakan friksi dan karenanya terjadi pemborosan energi. Pengumpulan energi mencapai titik puncaknya bila yang mengamati adalah yang diamati; dalam keadaan itu jarak waktu samasekali tak ada. Maka disitu akan terdapat energi tanpa motif dan energi ini akan menemukan salurannya sendiri untuk bertindak karena pada waktu itu "aku" tak ada lagi.

Kita memerlukan sejumlah energi yang sangat besar untuk mengerti kebingungan yang kita hayati, dan perasaan "Aku perlu mengerti" menimbulkan vitalitas untuk menemukan. Tetapi untuk menemukan, untuk mencari dibutuhkan waktu, sedangkan seperti yang telah kita lihat, upaya menghilangkan keterkondisian batin secara bertahap bukanlah caranya. Waktu bukanlah jalannya. Apakah kita sudah tua ataupun masih muda, waktunya ialah sekarang untuk membawa keseluruhan proses hidup itu ke satu dimensi yang lain. Mencari kebalikan dari keadaan kita sebenarnya bukanlah pula jalannya, bukan pula disiplin buatan yang disodorkan sebuah sistim, seorang guru, filsuf ataupun pendeta - semua itu begitu kekanak-kanakan. Bila kita menyadari hal ini, kita bertanya pada diri kita sendiri, apakah ada kemungkinan bagi kita untuk menerobos keterkondisian berabad-abad yang berat ini secara langsung, dan tidak memasuki suatu pengkondisian lain - untuk menjadi bebas, begitu rupa, hingga batin menjadi baru samasekali, peka, hidup, sadar, bersemangat, mampu? Itulah masalah kita. Tak ada masalah lainnya, karena bila batin

diperbaharui, ia dapat menggarap persoalan apa pun. Itulah satu-satunya pertanyaan yang harus kita pertanyakan pada diri kita sendiri.

Tetapi kita tidak bertanya. Kita minta diberitahu. Salah satu hal yang paling aneh dalam struktur batin kita ialah, bahwa kita semua minta diberitahu karena kita merupakan hasil propaganda puluhan ribu tahun. Kita minta supaya pikiran kita disetujui dan diperkuat orang lain, sedangkan bertanya adalah bertanya dari dalam diri Anda sendiri. Perkataan-perkataanku sedikit sekali nilainya. Anda akan melupakannya pada saat Anda menutup buku ini, atau Anda akan mengingat dan mengulang beberapa kalimat tertentu, atau Anda akan memperbandingkan apa yang telah Anda baca disini dengan isi buku lainnya - tetapi Anda tak akan menghadapi hidup Anda sendiri. Padahal itulah satu-satunya yang penting - hidup Anda, diri Anda, keremehan Anda, kedangkalan Anda, keganasan Anda, kekerasan Anda, kerakusan Anda, ambisi Anda, siksaan yang Anda alami sehari-hari dan kesengsaraan Anda yang tanpa akhir itulah yang harus Anda pahami dan tak seorangpun di bumi atau di sorga akan menyelamatkan Anda dari semuanya itu kecuali diri Anda sendiri.

Dengan melihat segala sesuatu yang terjadi dalam hidup keseharian Anda, aktivitas Anda sehari-hari pada waktu Anda mengangkat pena, pada waktu Anda bicara, pada waktu Anda pergi naik mobil atau pada waktu Anda berjalan-jalan sendiri dalam hutan - dapatkah Anda dalam sehabisan nafas, dalam sekali lihat, melihat diri Anda sendiri hanya sebagaimana adanya saja? Bila Anda mengetahui diri Anda sendiri sebagaimana adanya, maka Anda mengerti keseluruhan struktur usaha manusia, tipu muslihatnya, kemunafikannya, apa yang dikejarinya. Untuk dapat melakukan hal itu Anda harus sejujur-jujurnya pada diri Anda sendiri, sampai kehati-sanubari Anda. Bila Anda bertindak sesuai dengan prinsip-prinsip Anda, Anda menjadi tidak jujur, karena bila Anda bertindak sesuai dengan anggapan Anda sebagaimana seharusnya Anda, maka Anda bukanlah sebagaimana adanya Anda. Memiliki ideal itu kejam. Jika Anda memiliki kepercayaan atau prinsip apapun, Anda tak mungkin mengamati diri Anda sendiri secara langsung. Jadi dapatkah batin Anda dalam keadaan negatif sepenuhnya, tenang sepenuhnya, tanpa berpikir atau takut, dan di saat itu pula sungguh-sungguh hidup dalam semangat yang tinggi?

Keadaan batin yang telah berhenti sama sekali berusaha atau mengejar sesuatu adalah batin yang benar-benar religius, dan dalam keadaan batin seperti itu Anda mungkin sampai kepada sesuatu yang disebut kebenaran atau kenyataan atau kebahagiaan atau Tuhan atau keindahan atau cinta. Sesuatu ini tak dapat diundang. Mengertilah fakta yang sangat sederhana itu. Ia tak dapat diundang, ia tak dapat dicari; karena pikiran itu terlalu tolol, terlalu kerdil, perasaan-perasaan Anda terlalu brengsek, cara hidup Anda terlalu kacau, untuk dapat mengundang sesuatu yang begitu besar, sesuatu yang tanpa batas, kedalam pondok Anda yang kecil, ruang kecil tempat hidup Anda yang telah diinjak-injak dan dikotori itu. Anda tak dapat mengundangnya. Untuk dapat mengundangnya Anda harus mengetahuinya dan Anda tak dapat mengetahuinya. Tak peduli siapa yang mengatakannya, pada saat seseorang berkata "Aku tahu", ia tidaklah tahu. Pada saat Anda mengatakan telah menemukannya, Anda tidak menemukannya. Bila Anda berkata Anda telah mengalaminya, Anda belum pernah mengalaminya. Pernyataan-pernyataan semacam itu adalah semuanya cara untuk memeras orang lain - sahabat Anda atau musuh Anda.

Lalu orang bertanya pada diri sendiri apakah ia mungkin sampai kepada sesuatu ini tanpa mengundangnya, tanpa menanti, tanpa mencari atau menjajagi - biarlah ia terjadi sendiri seperti berhembusnya angin sejuk pada waktu Anda membiarkan jendela terbuka? Anda tak mungkin mengundang angin tetapi Anda harus membiarkan jendela terbuka, yang tidaklah berarti bahwa Anda dalam keadaan menanti; itu salah satu bentuk penipuan diri sendiri. Itu bukannya berarti bahwa Anda harus membuka diri Anda untuk menerima; itu hanya buah pikiran jenis lainnya saja.

Apakah Anda tak pernah bertanya pada diri Anda sendiri mengapa manusia itu tidak memiliki benda itu? Mereka melahirkan anak, melakukan seks, memiliki kehalusan perasaan tertentu, punya kemampuan untuk berbagi apapun dengan orang lain dalam suasana akrab, dalam suasana persaudaraan, dalam suasana persahabatan, tetapi benda ini - mengapa mereka tak pernah mendapatkannya? Tak pernahkah Anda secara iseng menanyakan hal ini pada waktu Anda berjalan-jalan seorang diri di lorong yang kotor atau sambil duduk di dalam bis atau pada waktu Anda berhari libur di pantai atau berjalan-jalan di sebuah hutan penuh burung, pohon, sungai dan binatang liar - tidakkah pernah timbul dalam diri Anda pertanyaan kenapa manusia yang sudah hidup berjuta-juta tahun lamanya

itu tak memiliki benda itu, bunga luar biasa yang tak pernah layu itu? Apa sebabnya Anda, sebagai makhluk manusia yang berkemampuan begitu besar, begitu pandai, begitu cerdik, begitu suka bersaing, yang memiliki teknologi yang demikian mengagumkan, yang terbang ke angkasa dan terjun ke bawah tanah dan menyelami lautan, dan menciptakan otak elektronik yang luar biasa itu - mengapa Anda tidak memiliki satu hal yang penting ini? Aku tak tahu apakah Anda pernah menghadapi dengan serius tentang masalah mengapa hati Anda itu kosong.

Apakah yang akan menjadi jawaban Anda bila Anda menanyakan masalah ini pada diri Anda sendiri - jawaban Anda yang langsung tanpa arti ganda ataupun kecerdikan barang sedikitpun? Jawaban Anda akan sesuai dengan kesungguhan Anda dalam mengajukan pertanyaan itu dan dengan urgennya pertanyaan itu bagi Anda. Tetapi Anda tidaklah bersungguh hati, pun tidak tekun, dan itu adalah karena Anda tidak mempunyai energi, energi yang berarti semangat besar - dan Anda tak mungkin menemukan kebenaran apapun tanpa semangat besar - semangat besar tanpa keinginan yang tersembunyi. Semangat besar adalah sesuatu yang agak menakutkan, karena bila Anda mempunyai semangat besar, Anda tak tahu kemana Anda akan dibawanya.

Jadi mungkin ketakutan itulah yang merupakan penyebab dari tidak adanya energi dari semangat besar itu; energi untuk menemukan bagi diri Anda sendiri apa sebabnya sifat cinta ini tak ada pada Anda, apa sebabnya tak ada nyala api ini di dalam hati Anda? Bila Anda telah menyelidiki pikiran dan perasaan Anda sendiri dari sangat dekat, Anda akan tahu mengapa Anda tak memilikinya. Bila Anda bersemangat besar dalam penyelidikan Anda untuk menemukan mengapa Anda tidak memilikinya, Anda akan tahu, bahwa benda itu ada disitu. Hanya melalui pengingkaran yang menyeluruh yang merupakan bentuk tertinggi dari semangat besar itulah sesuatu itu lahir, yakni cinta. Sebagai halnya dengan kerendahan hati, Anda tak mungkin memupuk cinta. Kerendahan hati timbul bila keangkuhan berhenti samasekali. - maka barulah Anda tak akan pernah tahu apa arti rendah hati itu. Orang yang tahu apa artinya mempunyai kerendahan hati ialah orang yang sombong. Keadaan yang sama terjadi pada waktu Anda mencurahkan pikiran dan perasaan Anda, urat syaraf Anda, mata Anda, keseluruhan hidup Anda, untuk menemukan jalan hidup, untuk melihat apa yang sesungguhnya ada dan mengatasinya, dan mengingkari sepenuhnya, secara menyeluruh, kehidupan yang Anda hayati

sekarang - dalam pengingkaran sesuatu yang buruk, sesuatu yang kejam itu, lahirlah sesuatu yang lain. Dan Andapun tak akan pernah mengetahuinya. Orang yang tahu bahwa ia hening, yang tahu bahwa ia cinta, tak tahu apa itu cinta atau apa itu keheningan.