

Nyepi, Introspeksi Diri, dan Harmoni

Oleh: P. Ari Subagyo

HARI Raya Nyepi Tahun Baru Saka 1937 jatuh pada Sabtu (21/3/2015). Dalam sambutan saat upacara Tawur Agung Kesanga di halaman Candi Prambanan, Yogyakarta, sehari sebelum Nyepi, Jumat (20/3), Presiden Jokowi meminta umat Hindu di seluruh Indonesia mengambil pelajaran dari hakikat perayaan Nyepi, yaitu sarana introspeksi diri dan membangun harmoni.

Pernyataan Presiden Jokowi memuat dua kata kunci, yaitu "introspeksi diri" dan "harmonis". Dua hal itulah memang hakikat dari Nyepi. Berbeda dengan perayaan tahun baru umumnya, umat Hindu di Indonesia selalu mengawali tahun Saka tanpa kemeriahan pesta, tetapi justru dengan keheningan. Alih-alih berpesta-pora, umat Hindu justru menjalani "Catur Brata" untuk penyepian, yaitu *amati geni* (tidak menggunakan dan/atau menghidupkan api), *amati karya* (tidak bekerja), *amati lelungan* (tidak bepergian), serta *amati lelangan* (tidak menikmati hiburan).

Pertanyaannya, dalam situasi zaman sekarang ini, seberapa penting introspeksi diri dan harmoni? Apa hambatan manusia masa kini dalam melakukan introspeksi diri dan mencipta harmoni?

Penting dan sulitnya introspeksi diri

Tujuan utama Nyepi adalah memohon agar Sang Hyang Widhi Wasa atau Tuhan Yang Maha Esa menyucikan Bhuana Alit dan Bhuana Agung. Bhuana Alit mencakup alam manusia atau mikrokosmos, sedangkan Bhuana Agung meliputi alam semesta atau makro-

kosmos. Nyepi mengajak umat Hindu dan kita semua untuk introspeksi diri dalam kedudukan dan peran kita sebagai manusia dan sebagai bagian dari alam semesta.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008), introspeksi diri atau mawas diri adalah peninjauan atau koreksi terhadap perbuatan, sikap, kelemahan, kesalahan, dan sebagainya yang dilakukan sang diri atau si aku. Manusia perlu introspeksi diri karena manusia merupakan makhluk berakal-budi yang diberi kemampuan mengolah alam diri dan alam semesta. Namun, naluri manusia untuk berkehendak bebas dan menuruti hasrat-hasrat yang tidak teratur, telah mendorong manusia berbelok menuju kekotoran dan kegelapan. Introspeksi diri diperlukan agar kita masing-masing maupun kolektif meninggalkan kelemahan, kesalahan, kekotoran, dan kegelapan.

Masalahnya, introspeksi diri mudah diucapkan, tetapi sulit dilakukan. Mengoreksi kelemahan dan kesalahan diri sendiri jauh lebih sulit daripada mengoreksi kelemahan dan kesalahan orang lain. Mendingan Nelson Mandela mengatakan, "Hal yang paling sulit adalah mengalahkan diri sendiri." Atau, "Kemenangan sejati adalah saat mampu mengalahkan diri sendiri."

Jadi, hambatan utama introspeksi diri ialah egoisme atau kehendak untuk mengutamakan diri sendiri. Egoisme melahirkan anggapan bahwa diri sendiri yang pa-

ling benar. Anggapan itu pada gilirannya membangun hasrat mengalahkan sesama.

Hambatan yang lain adalah dua kecenderungan perilaku manusia zaman kini. *Pertama*, hedonistis atau mengejar kenikmatan duniawi. *Kedua*, mencari yang "sekarang dan di sini" (*hic et nunc*). Dua kecenderungan itu membuat kita malas introspeksi diri sebab menuntut kita nyepi, diam dalam keheningan, yang terkesan membuang-buang waktu. Padahal, waktu begitu berharga untuk menghasilkan uang, dan dengan uang itu kita dapat mengejar kenikmatan yang ditawarkan dunia. Begitulah lingkaran setan hidup kita sekarang ini.

Penting dan sulitnya membangun harmoni

Nyepi mengajak kita menciptakan harmoni atau keselarasan. Mengapa harmoni penting? Sebab pertentangan atau perbedaan menjadi kodrat manusia, dalam Bhuana Alit (mikrokosmos) maupun Bhuana Agung (makrokosmos). Dalam diri setiap manusia, pertentangan terjadi antara kehendak daging dan kehendak roh. Yang badani versus yang rohani. Yang duniawi melawan yang surgawi. Karena kelemahan dan kerapuhan, kita cenderung menuruti kehendak daging yang badani, yang duniawi, dan bersifat sesaat. Kehendak roh yang rohani, surgawi, dan abadi kita abaikan, bahkan kita tolak. Pertentangan yang badani dan rohani itu kadang sulit kita kenali dengan jernih sehingga banyak di-

antara kita yang gagal mewujudkan kebahagiaan hidup.

Pertentangan atau perbedaan dalam Bhuana Agung (makrokosmos) jauh lebih rumit. Sejarah manusia diisi dengan kisah perang yang tiada henti, mulai dari pertikaian antar-negara, antar-etnis, antar-agama, hingga perseteruan antar-desa. Belum pernah sehari pun dunia kita ini sungguh-sungguh damai.

Dalam keadaan semacam itu, kesediaan menciptakan harmoni menjadi satu-satunya jawaban. Tidak ada cara lain. Namun, lagi-lagi, kendalanya adalah egoisme manusia. Egoisme mikrokosmis yang bercokol dalam diri setiap manusia terkumpul menjadi egoisme makrokosmis, egoisme kelompok, bahkan egoisme massal.

Nyepi di awal tahun Saka 1937 ini dirayakan dalam situasi Indonesia dan dunia yang sedang dibanjiri egoisme kelompok yang massal itu. Sebagian di antaranya mengatasmakan kesucian ajaran agama.

Semoga Nyepi ini sungguh menjadi saat bagi kita masing-masing untuk menyucikan Bhuana Alit (mikrokosmos) kita. Tanpa itu, niscaya kita mampu menyucikan Bhuana Agung (makrokosmos). Apalagi Sang Hyang Widhi Wasa, Tuhan Yang Maha Esa, melibatkan kita untuk merawat alam manusia dan alam semesta.

Selamat Hari Raya Nyepi Tahun Baru Saka 1937. Selamat mengintrospeksi diri dan membangun harmoni. ***

Dr. P. Ari Subagyo MHum, Dosen Fakultas Sastra USD Yogyakarta