

**FUNGSI TAPA PEPE DALAM TRADISI HINDU JAWA
(Studi Kasus di Pura Mandira Seta Kraton Surakarta)**

Oleh:

Arya Pradhana**Dewi Ayu Wisnu Wardani****Agus Riyadi**Sekolah Tinggi Hindu Dharma Klaten Jawa Tengah
dewidanendra3@gmail.com**ABSTRAK**

Tapa Pepe merupakan sebuah metode penyatuan antara *Atman* dengan *Brahman* melalui metode meditasi dengan memusatkan kepada sumber matahari. *Tapa Pepe* memfokuskan konsentrasinya pada “*Sapta Cakra*” yang ada dalam tubuh manusia. Untuk mengaktifkan cakra-cakra tersebut dengan tujuan mendekatkan diri dengan Tuhan. Ketika cakra-cakra dalam tubuh manusia terbuka, maka manusia akan banyak mendapatkan manfaat baik secara medis dan non medis, sekala dan niskala. *Tapa Pepe* merupakan tradisi Hindu yang telah dilaksanakan para leluhur pendahulu kita di tanah Jawa sebagai cara mendekatkan diri dalam proses menyatu dengan alam yang tiada lain adalah Tuhan itu sendiri sesuai dengan tujuan agama Hindu yaitu “*mokshartam jagadhita ya ca iti dharma*” dimana proses penyatuan diri seseorang melalui laku tertentu ibarat seperti seseorang melaksanakan laku *upawasa* (puasa) yang juga secara otomatis juga menyucikan dirinya sebagai jalan kepada Tuhan.

Ritual *Tapa Pepe* yang dilakukan oleh Umat Hindu Jawa di Pura Mandira Seta Kraton Surakarta tidak jauh berbeda dengan ritual *tapa pepe* di beberapa tempat. Perbedaannya adalah tempat pelaksanaannya dimana pada umumnya dilakukan di tempat terbuka, halaman rumah dan lain-lain. Berbeda dengan *Tapa Pepe* yang berada di Pura Mandira Seta dilakukan di dalam areal pura, dimana laku *tapa pepe* ini dilakukan di pelataran mandala tengah pura atau madya mandala, tepatnya di pelataran Arca Bhatari Dhurga Mahisasura Mardini.

Tujuan dari *Tapa Pepe* di Pura Mandira Seta yaitu menyatukan *Atman* dengan *Brahman* yang berada dalam diri melalui metode menatap matahari sebagai sarana konsentrasinya. Konsentrasi pada *Tapa Pepe* atau Yoga Matahari berpusat pada cakra-cakra yang ada dalam tubuh. Tujuh cakra itu yaitu : Cakra Sahasrara (Cakra Mahkota), Ajna Cakra (Cakra Mata Ketiga/kening), Wisudha Cakra (Cakra Tenggorokan), Anahata Cakra (Cakra Jantung), Manipura Cakra (Cakra Pusar), Swadistana Cakra (Cakra Kelamin), Muladara Cakra (Cakra Tulang Ekor). Ketika cakra-cakra itu aktif, maka seseorang yang melakukan *Tapa Pepe* akan mendapatkan banyak manfaat seperti tidak mudah sakit karena menyerap energi matahari terbukti sekarang dilakukan banyak orang dimasa pandemi covid 19 ini.

Kata kunci : Fungsi, Tapa (meditasi), Pepe (berjemur), Hindu (Kepercayaan), Mandira (Beringin), Kraton (Kediaman raja atau penguasa)

I. Pendahuluan

Yoga sebagai pengendalian diri serta media pemujaan kepada Tuhan sudah sejak dulu dimulai dari zaman Treta Yuga, Kerta Yuga, Dwapara Yuga hingga kini zaman Kali Yuga yang merupakan sarana untuk dapat memenuhi kebutuhan rohani serta dapat memahami keadaan yang akan datang. Banyak Maharsi yang menggali pemahaman dengan meditasi atau samadi ataupun tapa brata diantaranya, yaitu Maharsi Wiyasa, Maharsi Walmiki, Maharsi Agastya, Maharsi Patanjali dan lainnya. Semua itu dilakukan dengan tujuan untuk mendapatkan gambaran yang jelas tentang kehidupan yang baik dan benar semasa hidup maupun setelah kematian. (Wahono, 2011:3)

Pengalaman yang dilakukan oleh Maharsi tersebut membuahkan hasil yang sempurna untuk menuliskan kitab suci Weda secara manual, dengan berdasarkan pada keyakinan serta tekad untuk memahami kehidupan selanjutnya serta mencapai "*Moksartham Jagaddhita ya ca iti Dharma*". Dengan melaksanakan yoga meditasi yang tekun dan mendalami secara sadar dengan hakekat jiwa, banyak Maharsi yang menemukan pelajaran mengenai kehidupan di alam nyata dengan laku meditasi atau samadi.

Pemahaman terhadap hasil meditasi atau samadi disampaikan pada seorang murid atau seorang *sisya* (siswa) untuk dapat dipelajari demi kehidupan yang lebih baik dalam mengarungi kehidupan ini. Penyampaian tersebut dilakukan secara langsung dari Guru atau *Acharya* pada murid yang disebut Upanisad. Upanisad dilakukan secara turun temurun tanpa mengurangi intisari dari ajarannya. Hal inipun juga terjadi pada *Tapa Pepe* atau yang lebih dikenal dengan *Yoga Matahari* (Meditasi dengan memusatkan pandangan dan pikiran kepada obyek Matahari). Upanisad yang disampaikan oleh Maharsi dan Guru suci tersebut ditulis oleh para sisya dan disusun dengan baik sehingga menjadi pengetahuan praktis yang berguna untuk kehidupan.

Apa yang mereka lakukan tidak hanya semata-mata mengandalkan teori pribadi, tetapi juga menggunakan teori yang berkembang pada masa lalu untuk dapat dipahami dan dipelajari sebagai landasan dalam menjalani meditasi dengan sebaik-baiknya agar pemahaman yang diperoleh semakin meningkat serta dapat mengetahui fungsi dan manfaat meditasi secara nyata berdasarkan pengalaman langsung. Mempelajari meditasi bukan hanya sekedar memahami cara melakukannya saja, melainkan juga harus mengerti inti ajaran meditasi tersebut. Sehingga akan didapati fungsi serta manfaat yang sesungguhnya dari ajaran tersebut. Seiring dengan keadaan ini dan berkembangnya zaman dari Dwapara Yuga ke zaman Kali Yuga yang terjadi saat ini ternyata menyebabkan kemunduran kegiatan meditasi untuk mendalami kebenaran yang terjadi dari pengetahuan yang sudah ada. Manusia di zaman modern ini hanya mengandalkan pencarian harta, materi dan kekuasaan yang bersifat duniawi tanpa memikirkan kedamaian dalam jiwanya. Perjalanan zaman dari Dwapara Yuga ke zaman Kali Yuga yang terakhir diketahui dan dipahami dalam Itihasa yaitu Mahabharata. Epos ini sudah digambarkan tentang harta dan kekuasaan di zaman Kaliyuga menjadi nilai yang di Tuhankan.

Di era modern seperti sekarang di mana semua serba instan dan juga cepat membuat manusia terus bergerak dan berkembang dengan cepat dalam berbagai sektor kehidupan. Perkembangan yang sangat cepat itu kadang kala tidak diimbangi dengan kebutuhan *jasmani* dan *rohani*, karena kesibukannya manusia moderen yang membuat mereka mengesampingkan kebutuhan yang sangat vital tersebut. Kebanyakan masyarakat sekarang hanya mementingkan kebutuhan jasmani saja tanpa menghiraukan kebutuhan rohaninya. Mereka lebih memenuhi

kebutuhan jasmani atau lahiriah seperti makan, minum, dan segala kesenangan saja yang sifatnya duniawi. Ini semua disebabkan karena pengaruh perubahan zaman Kali Yuga.

Perubahan kepercayaan yang ada pada masyarakat Indonesia di zaman Nusantara lama yaitu masa Majapahit yang menganut Agama *Siwa-Budha* atau Hindu-Budha ke Islam juga turut serta mempengaruhi sistem kehidupan termasuk perubahan adat, budaya, tradisi yang sebelumnya berlandaskan pada ajaran agama lama menjadi bertumpu pada agama baru tersebut di dalam kehidupan masyarakatnya. Akibat dari perubahan sistem kehidupan masyarakat di Indonesia pada umumnya, dan di Jawa pada khususnya menyebabkan banyak ritual keagamaan, yang mencakup tradisi dan kebudayaan layaknya seperti di Bali yang berdasarkan Agama Hindu menjadi satu kesatuan utuh pun seakan hilang. Salah satunya adalah kebiasaan meditasi atau samadi yang lebih sering disebut "*tapa*" dalam bahasa Jawa, namun sekarang telah mulai di tinggalkan oleh masyarakat Jawa karena dianggap salah dan kliru akibat berkembangnya agama baru.

Di tanah Jawa hanya ada sebagian orang yang masih melakukan hal tersebut salah satunya adalah almarhum R.W. Hardjanta Prajapangarsa seorang tokoh "Spiritual Hindu Jawa" yang mengembangkan *Tapa Pepe*. Beliau mengembalikan ritual penyucian diri yang sempat menghilang di Jawa karena adanya perubahan kepercayaan oleh masyarakat Jawa. R.W. Hardjanta Prajapangarsa adalah keluarga dalem Kraton Surakarta Hadiningrat yang masih memiliki hubungan kekerabatan karena ayahanda beliau menjabat sebagai menteri keuangan kraton pada masanya, jadi bisa dibilang orang terkaya di Kota Solo waktu itu.

Kini *Tapa Pepe* menjadi hal yang tabu dan dianggap sebagai ritual yang aneh karena dianggap menyimpang dari ajaran agama baru yang mayoritas dianut oleh masyarakat Indonesia. Bahkan meditasi ini menjadi hal yang tabu untuk dibicarakan dalam khalayak umum. Padahal pada dasarnya Tapa Pepe ini merupakan sarana untuk penyatuan diri kita *Atman* dan *Brahman* (Tuhan) yaitu Moksa yang nyata didalam istilah Jawa disebut "*Manunggaling Kawula Kalawan Gusti*". Penyucian diri dengan cara memusatkan pikiran dan pandangan kepada matahari sebagai pusat konsentrasinya. Sifat-sifat matahari yang salah satunya energi atau kekuatan dan daya hidup membuat orang akan lebih mantap dan semangat kharisma dalam pengendalian dirinya sebagai daya kehidupan sehingga pemusatan pikiran kepada Tuhan akan lebih terarah. Apabila tubuh lemah maka kita tidak akan mempunyai energi untuk melakukan suatu pekerjaan apapun.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) kata Pepe merupakan *Variabel* (Kata kerja) seperti berjemur selama beberapa waktu dibawah sinar matahari, bisa pagi hari dan siang hari. Disini dilakukan dengan maksud bertirakat (Poerwadarminta,1995). Tapa Pepe merupakan suatu tapa yang unik, apabila dilaksanakan saat pagi hari bisa dengan duduk bersila maupun berdiri menghadap ketimur untuk menyambut matahari terbit pada pukul 05.30-06.30 WIB. Apabila dilaksanakan siang hari yaitu dapat dilakukan dengan cara tidur terlentang dimulai pada pukul 11.30-12.30 atau 12.00-13.00 WIB saat matahari tepat diatas kepala kita, yang dilakukan secara bertahap. Tapa Pepe merupakan suatu ritual penyatuan kembali dengan salah satu unsur asal muasal penciptaan manusia, yaitu api yang bersumber dari energi matahari. Di dalam Agama Hindu, api atau *Agni* sebagai sumber cahaya disebut *Teja* yang merupakan salah satu di antara *Panca Mahabhuta*. Selain itu api juga bisa menjadi salah satu media pembersihan diri manusia dari segala kekotoran yang menempel pada tubuh manusia termasuk pikiran dan jiwa secara niskala dengan menarik energi alam.

Perkembangan ilmu penyatuan antara unsur alam *Bhuana Agung* dengan *Bhuana Alit* yaitu lambang Makrokosmos (alam semesta) dan Mikrokosmos (tubuh manusia) sempat mengalami perkembangan yang sangat pesat pada tahun 1971 - 2000 an. Ini dibuktikan dengan adanya orang-

orang mancanegara termasuk orang barat (Eropa) datang ke Jawa untuk belajar tentang meditasi ini kepada R.W. Hardjanta Prajapangarsa dan berdirinya Pura Mandira Seta Kraton Surakarta, Tamtaman, Baluwarti, Surakarta dan Pura Sahasra Adi Pura di daerah Wirun, Mojolaban, Bekonang, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah sebagai cabangnya. Setelah meninggalnya R.W. Hardjanta Prajapangarsa yang merupakan guru besar, membuat perkembangan meditasi ini menjadi terhambat dengan ditutupnya Pura Mandira Seta Kraton Surakarta oleh pihak yang mengatas namakan ahli waris dari R.W. Harjanta Prajapangarsa. (Sugito, 2020:22)

Kini pembelajaran *tapa kungkum* dan *tapa pepe* diteruskan oleh murid R.W. Hardjanta yaitu Romo Mangku Widodo dan Romo Sugito selaku orang yang dituakan di Pura Mandira Seta serta beberapa orang yang masih rutin melaksanakan beberapa laku meditasi termasuk Tapa Pepe tersebut. Kegiatan meditasi yang dilakukan di dalam Pura Mandira Seta sempat berhenti karena ahli waris meminta agar umat Hindu membeli tanah Pura. Setelah melakukan perundingan yang amat panjang serta usaha yang tidak sedikit akhirnya Pura dapat dibuka dengan berbagai halangan dan rintangan. Kini berangsur-angsur Pura Mandira Seta mulai kembali ramai silih berganti melakukan ritual persembahyangan dan juga melakukan berbagai yoga meditasi lainnya, namun yang masih lestari dan dilaksanakan adalah Meditasi Tirtha (*Tapa Kungkum*) dan Meditasi Matahari (*Tapa Pepe*) dimana yang satu memusatkan pada energi Bulan pada waktu malam hari, sedangkan yang satunya lagi memusatkan pada energi Matahari pada waktu siang hari. Untuk memahami hakekat dari Yoga Surya itu sendiri haruslah melakukan sendiri karena dasar dari ajaran ini yaitu bukan hanya teori namun praktek secara langsung sehingga akan didapati manfaat *tapa pepe* secara langsung. *Tapa Pepe* juga memiliki banyak fungsi bagi pelakunya baik di bidang kesehatan maupun pengendalian diri, seperti apabila seseorang mempelajari suatu ilmu bela diri ketika di barengi dengan olah nafas pranayama maka energi panas (*prana*) tersebut bisa menjadi suatu "*ajian*" atau kekuatan. Dimasa kerajaan para leluhur kita di Jawa pada jaman dahulu, juga bisa untuk pengobatan karena pada dasarnya energi panas terdapat didalam setiap diri manusia maupun berasal dari alam. Sehingga meditasi ini baik dilakukan oleh mereka yang mendalami jalan spiritual yang merupakan salah satu jalan menuju Tuhan yang dijelaskan oleh Shri Krishna kepada Arjuna dalam Kitab Bhagawad Gita (Pancama Weda) Agama Hindu tentang *Catur Marga Yoga* yaitu *Raja Yoga*.

Tapa Pepe juga disebut *Yoga Matahari* (Meditasi Surya). Jika kita pahami bersama yoga juga memiliki manfaat bagi kesehatan tubuh manusia. *Yoga Surya* atau meditasi matahari merupakan bagian dari *Catur Marga Yoga*, yaitu empat jalan menuju "*Moksartam jagadhita ya ca iti dharma*" (Putra, 2013:123). *Catur Marga Yoga* meliputi *Bhakti Marga Yoga*, *Karma Marga Yoga*, *Jnana Marga Yoga* dan *Raja Marga Yoga*. Di empat jalan tersebut haruslah saling melengkapi melihat esensi dan dimana berada. *Tapa Pepe* merupakan *Raja Marga Yoga*, karena menekankan pada pengendalian diri guna memusatkan konsentrasi pada *Sang Atman* untuk menyatukan *Atman* dan *Brahman*. Penyatuan tersebut melalui konsentrasi yang tinggi dimana konsentrasi tersebut dipusatkan pada *sapta cakra* yang ada dalam tubuh manusia untuk mencapai kelepaan *Atma* untuk bersatu dengan *Parama Atma* yaitu Moksas.

Cakra berarti perputaran energi atau pusat aliran dalam bentuk roda atau cakram. Berputarnya roda energi menimbulkan pusaran energi, pusaran energi yang terbentuk akan dialirkan ke bagian vital atau organ dalam pada tubuh fisik kita melalui nadi yang sangat halus (meridian). Aliran energi ini bertanggung jawab atas kerja dan fungsi organ dalam di dalam tubuh fisik. Cakra-cakra ini terletak pada etheris dan bersesuaian dengan organ dalam pada tubuh fisik. Dalam inti cakra terdapat jalinan simpul yang menyerupai anyaman. Anyaman atau inti cakra ini berhubungan erat dengan

cakra-cakra lainnya, melalui nadi-nadi atau jalur meridian (tempat mengalirnya prana). Dari beberapa cakra ada cakra-cakra yang akar simpulnya berhubungan langsung dengan nadi utama (Sumsumna Nadi) yang terletak di rongga tulang punggung tubuh fisik (Eka, 2004:45). Menurut Kitab Tantra dan Kundalini didalam lapisan tubuh terdapat 365 cakra didalam tubuh termasuk Cakra Utama dan 7 cakra diluar tubuh (tidak termasuk cakra Sahasra) tujuh cakra tersebut antara lain : 1) *Cakra Muladhara* (Tulang ekor), 2) *Cakra Svadistana* (Kemaluan), 3) *Cakra Manipura* (Pusar), 4) *Cakra Anahata* (jantung), 5) *Cakra Wisudha* (Tenggorokan), 6) *Cakra Ajna* (Dahi antara kedua mata), *Cakra Sahasrara* (mahkota).

Membangkitkan cakra-cakra tersebutlah tujuan dari yoga matahari yang mana di setiap cakra tersebut memiliki fungsi dan manfaat sendiri-sendiri tergantung letak cakranya. Ketika cakra ini sudah bangkit maka seorang pelaku yoga akan mendapatkan banyak manfaat dan yang utama adalah mendekatkan diri kepada *Brahman* atau Tuhan Yang Maha Esa. Inilah yang disebut *Raja Marga Yoga*. Pegendalian diri yang utama untuk mencapai "*Moksartam jagadita ya ca iti dharma*".

Adi Suropto (2006) dalam bukunya "Nilai-Nilai Hindu dalam Budaya Jawa" dalam bukunya yang berjudul "*Serpihan Yang Tertinggal*", untuk mengingatkan generasi mendatang agar selalu mencari nilai-nilai spiritual, moral, dan etika yang masih tertinggal dalam budaya "*adi luhung*" sebagai peninggalan para leluhur yang telah mengaktualisasikan ajaran weda dengan cara "*Laku*" agar mencapai tujuan terakhir yaitu "*Ngudi jumbuhing manunggaling kawulo kalawan Gusti*" yang telah menemukan "*roso kang sejati*" kedamaian tanpa batas.

Dapat kita pahami bersama bahwa ritual penyucian diri yaitu *Tapa Pepe* merupakan ajaran Hindu yang berakulturasi dengan adat dan juga tradisi Jawa. Di setiap daerah memiliki nama penyucian diri yang berbeda-beda seperti di Bali lebih di kenal dengan penyucian dengan beberapa cara yaitu seperti *melukat* (dengan media air), *sudhi* yang mempunyai arti penyucian, *sudha* yang artinya bersinar, terang, putih bersih disini dimaksudkan pembersih, namun di Jawa dilaksanakan dengan cara *Tapa* istilah modernnya yaitu meditasi. *Tapa Pepe* sangat familiar di masyarakat Jawa termasuk masyarakat yang beragama Non Hindu. Oleh karena itu laku tapa di Tanah Jawa tidak hanya dilakukan oleh umat Hindu saja melainkan masyarakat Jawa penganut aliran kepercayaan *Kejawen* juga melakukan tradisi ini.

Perkembangan *bertapa* yang sudah turun-temurun dari nenek moyang selalu memberikan petunjuk yang tersirat maupun tersurat. Apabila dicari tahu dan bertanya pada orang-orang tua akan selalu dijawab "*ngelmu iku kalakoni kanthi laku*". Dalam makna yang sebenarnya akan terkandung pesan yang lebih mendalam. Jadi pada dasarnya "*Ilmu Tapa*" ini adalah ilmu laku dimana seseorang harus mempraktekan secara langsung atau dilakukan secara pribadi, maka akan mengetahui bagaimana sejatinya *Tapa* itu. Dengan mempraktekan secara langsung, maka seseorang dapat merasakan manfaatnya. Karena meditasi atau yoga ini adalah ilmu praktek bukan hanya sekedar teori atau hanya membaca buku. Oleh karena itu bagi orang-orang yang ingin menyucikan dirinya bisa dengan *Meditasi Matahari* atau *Tapa Pepe*.

II. Pembahasan

1. Pengertian Tapa Pepe

Tapa Variabel (Kata kerja) berasal dari akar kata *tap* yang berarti energi. Tapa dimaksudkan adalah mengendalikan energi agar terpusat sehingga dapat digunakan untuk satu tujuan dengan maksud bertirakat (KBBI, 1995:601). Contoh dalam ajaran Hindu, Tuhan melakukan tapa untuk

penciptaan semesta. Pepe atau berjemur dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KKBI) adalah memanaskan badan dibawah sinar matahari selama beberapa waktu. merupakan suatu tapa yang unik, yaitu berjemur dibawah sinar matahari, yang dapat dimulai pada pagi hari pukul 05.30 - 06.30 WIB kurang lebih satu jam, dan bisa dilaksanakan siang hari yaitu pukul 11.30 - 12.30 WIB yang dilakukan secara bertahap. Tapa Pepe merupakan suatu ritual penyatuan kembali dengan salah satu unsur asal muasal penciptaan manusia, yaitu sinar. Dalam agama Hindu, sinar disebut *Teja* yang merupakan salah satu diantara *Panca Mahabhuta*. Selain itu sinar juga merupakan salah satu media pembersihan diri manusia dari segala kekotoran-kekotoran yang menempel pada tubuh manusia.

Tapa Pepe merupakan sarana untuk menyatukan salah satu unsur pembentuk tubuh manusia, yaitu *Panca Mahabhuta*. Salah satu dari *Panca Mahabhuta* itu adalah *Teja* atau cahaya berasal dari api atau *agni* yang tidak dapat disentuh namun tampak dan dapat dilihat. Pada tubuh makhluk hidup, sinar tidak dapat dilihat namun dapat dirasakan bersama *bayu* (angin) sehingga memunculkan panas dari tubuh. *Teja* atau sinar adalah salah satu unsur alam yang sangat penting bagi kehidupan di Bumi, unsur sinar dari alam semesta atau *Bhuana Agung* bersumber pada Matahari yang merupakan sumber panas yang berasal dari api (agni) dan *Bhuana Alit* atau tubuh manusia adalah sama. Ketika unsur sinar dalam tubuh dapat menyatu dengan unsur sinar dari alam, maka kita akan dapat membuat tubuh menjadi satu kesatuan serta saling berhubungan sehingga menciptakan suatu energi didalam tubuh manusia demi untuk tujuan ketenangan bathin, apabila bathin manusia tenang, maka tubuh akan sehat, inilah yang telah dipraktikkan oleh para pendahulu kita dahulu. Ketenangan itulah yang akan membantu dalam proses terbukanya cakra-cakra yang berada dalam tubuh manusia guna mencapai pelepasan atau dalam Agama Hindu disebut dengan *Moksa*.

2. Tata Cara Tapa Pepe di Pura Mandira Seta Kraton Surakarta

Tata cara meditasi Matahari disetiap daerah akan berbeda-beda tergantung pada guru yang mengajarkan. Di Pura Mandira Seta juga memiliki cara dan metode yang berbeda. Untuk meditasi ini telah dibangun sarana berupa arca Bhatari Dhurga Mahuisasura Mardini dan pelatarannya di mandya mandala atau mandala tengah didalam pura yang digunakan untuk meditasi matahari dengan posisi raga (badan) tidur terlentang dalam bahasa jawa disebut *tapa pepe*.

2.1. Persiapan Tapa Pepe

Persiapan sebelum Kungkum dimulai dengan menyiapkan sesaji sarana dan prasarana yang akan digunakan dalam tapa pepe atau meditasi matahari. *Sarana meliputi*; Dupa atau Kemenyan, Kembang Liman (Mawar Abang, Mawar Putih, Kenanga, Kantil, Mawar Jambon), daun Pisang. “Arti lambang, yaitu Dupa (merupakan lambang api atau dewa api sebagai upasaksi, bahwa kita telah melaksanakan yadnya. Daun pisang atau sering disebut takir di Jawa sebagai tempat untuk menata bunga. Berbeda dengan di Bali, jika di Bali wadah untuk menata bunga adalah daun pohon kelapa yang masih muda atau biasa di sebut dengan janur. Di Jawa lebih menggunakan daun pisang. Daun pisang melambangkan kesetiaan karena pohon pisang tidak akan mati sebelum buahnya dipetik. Pohon pisang juga hanya berbuah sekali kemudian akan mati setelah buahnya dipetik. Daun Pisang di Jawa disebut “*ujung*” yakni *sungkem* atau sembah bhakti seperti ketika kita *sungkem* kepada kedua orang tua artinya untuk menghadap kepada Gusti-Nya orang Jawa memaknainya dengan *ujung* atau *sungkem*, sedangkan daun pisang yang sudah kering disebut “*klaras*” disini mempunyai arti selaras, maka bila diartikan ketika orang Jawa menghaturkan

sembah bhakti kepada Tuhan harus didasari dengan keselarasan hati manunggalkan cipta-rasa dan karsa menjadi satu kesatuan. Oleh karena itu dalam ritual tapa pepe ini menggunakan alas daun pisang karena nilai filosofisnya yang diakitkan dengan orang Jawa yaitu sebagai kesetiaan diri pribadi terhadap Sang Pencipta. Bunga panca warna atau *kembang liman* melambangkan *Panca Dewata* atau *Dewa Catur Loka Pala* didalam ajaran agama Hindu yang merupakan lima penjaga arah mata angin”. Adapun arti dari setiap warna bunga tersebut :

Sesaji berisi diantaranya yaitu :

1. Kembang Putih atau Bunga Putih biasanya bisa mawar putih bisa melati, melambangkan Dewa Iswara sebagai penjaga dan sekaligus penguasa arah Timur atau Purwa.
2. Kembang Abang, atau Bunga Merah biasanya mawar merah, melambangkan Dewa Brahma yang berwarna merah berstana di Selatan atau Daksina.
3. Kembang Kuning, biasanya bunga kantil atau kamboja kuning yaitu melambangkan Dewa Mahadewa yang berwarna kuning berstana di Pasima atau Barat.
4. Kembang Hitam atau Biru biasanya menggunakan kembang Kenanga berwarna hijau pengganti bunga warna hitam atau Teratai Biru (Tunjung Biru) yang melambangkan Dewa Wisnu yang berstana di Utara.
5. Kembang Jambon (Brumbun) lambang dari Dewa Siwa atau panca warna di tengah.

Kelima bunga tersebut merupakan simbol penting dalam tradisi adat dan budaya Jawa yang dianggap sebagai *sedulur papat kalima pancer*, di Bali disebut *kandapat* yaitu 4 saudara kita dan tubuh kita sebagai 5 pancernya tiada lain simbol *catur dewa lokapala* didalam diri manusia.

2.2 Waktu Pelaksanaan Tapa Pepe di Pura Mandira Seta

“Ada pembagian dalam pelaksanaan Tapa Pepe di Pura Mandira Seta dibagi menjadi dua. Pertama dilaksanakan pagi hari pukul 05.30 - 06.30 WIB kurang lebih satu jam yaitu menyambut matahari terbit yang dianggap sebagai pergantian waktu yang baik untuk melaksanakan puja atau *sandhya kala* kepada *Bhatara Surya Raditya* karena meditasi matahari atau tapa pepe adalah laku meditasi sekaligus pemujaan dan bisa sebagai sarana penyucian diri seperti yang telah dikisahkan dalam Weda, disisi lain sinar matahari pagi dapat memenuhi kebutuhan vitamin D bagi tubuh. Yang kedua adalah ketika siang hari yaitu biasanya pukul 11.30 sampai 12.30 WIB menyambut *Sang Surya* berada tepat diatas kita. Hal ini di karenakan waktu siang hari adalah waktu yang paling tepat untuk melaksanakan puja yang disini dalam bentuk meditasi kepada matahari yang mencapai puncak energinya pada siang hari tepat pukul 12.00 WIB, karena kebanyakan orang sudah beristirahat dari kegiatan bekerja dari pagi sehingga tingkat maksimal akan jauh lebih terarah ketika siang hari. Ketika kita berbicara tentang Tapa Pepe, tidak lepas dari salah satu jalan catur marga yoga yaitu raja yoga, diantara laku raja yoga di Jawa selain Tapa Kungkum, ada Tapa Pepe. Di Jawa ada idiom “*kang disembah dan kang manembah*”, disini merupakan keinginan bahwa orang Hindu mencita-citakan *manunggaling kawula kalawan Gusti* (moksa). Ketika manusia Jawa melaksanakan laku tidak sekedar meniru, dan tidak sekedar meminta anugerah, namun tataran tertinggi yang ingin dicapai adalah *kemanunggalan*. Kita memuja Sang Hyang Widhi dalam hal ini sebagai Surya, dalam mantra tapa pepe ada frase ingsun *lelananging jagat*, jumeneng satengahing jagat, karena kita ingin manunggal dengan Surya, sedangkan Surya ada ditengah jagat atau dunia pada posisi puncak adalah pada waktu siang hari yaitu waktu yang ideal tapa pepe adalah pukul 12.00 WIB.

2.3. Pelaksanaan Tapa Pepe di Pura Mandira Seta

Sebelum melaksanakan Tapa Pepe di Pura Mandira Seta biasanya seseorang akan bersembahyang di Altar Pamujan. Melaksanakan sembahyang Trisandhya dan kramaning sembah seperti saat umat Hindu sembahyang bersama yang di pimpin oleh Mangku Jatmiko Widodo, seorang jero mangku di Pura Mandira Seta. Sebelum pemangku mem mantra, maka akan ada salah seorang sesepuh yang akan melantunkan *Mantra Budha Pangayoman Olah Nagara*. *Mantra* yang wajib ada di setiap upacara di Pura Mandira Seta dan juga mantra yang di gunakan sebelum *Tapa Pepe* dilaksanakan. *Mantra* adalah *Nyasa* atau *sadana* yang penting dalam laku spiritual. Dikatakan bahwa *Nada*, *Sabda*, atau *Mantra* adalah perwujudan dari *Kundalini*. Kata mantra terdiri dari akar kata *man* dan *trana*. Dari akar *man* muncul *manana* yang artinya pikiran atau berfikir. Sedangkan *trana* artinya mengendalikan atau pembebasan dari ikatan *samsara* (Dhayanashakti, 2002:22). Dengan demikian secara etimologi mantra berarti mengendalikan pikiran yang dapat menyebabkan orang dapat bebas dari kesengsaraan.

Menurut Romo Sugito yang merupakan sesepuh Pura Mandira Seta Mantra Budha Pengayoman Olah Negara bertujuan membebaskan manusia dari belenggu keterikatan dan juga untuk menyambut datangnya Kalki Awatara yang belum turun kedunia.

Mantra Budha PON (Pengayoman Olah Negara)

OM Shanno Parama Siwa Shanno Ismaya - Buddha Maitreya Amitabha - Sham Brharaspati Shanno Bhavadpariyyama - Kalki Avatara Sanatkumara - Sanandhana Sanaka - Sanatana - Shri Erlangga - Sabda Palon - Manu Wiswawata - Siwa Mahadewa - Surya-Indra-Candra-Kuwera-Nila-Agni-Yama-Waruna-Shanno Pertiwi- Tara- Shri Radha- Kwan Im- Kali- Ismayawati- Shri Bhairawa Bhagawati Shanno Dharma- Iswara- Brahma- Rudra- Wisnu Urukramah
(Nukning, 2016:39)

Mantra ini biasanya di bacakan sebanyak 9 kali sambil membawa dupa menyala dengan tujuan memohon petunjuk kepada seluruh dewa-dewi agar ritual yang dilakukan berjalan dengan lancar. Selesai membacakan Mantra Buddha Pangayoman Olah Nagari dilanjutkan dengan sembahyang Trisandhya dan Kramaning Sembah seperti biasanya. Selesai sembahyang dan turun tirtha atau *metirtha*, menikmati prasadam atau surutan sesaji. Apabila pelaksanaan persembahyangan pada waktu pagi hari maupun menjelang siang hari, maka biasanya akan dilanjutkan dengan ritual *Tapa Pepe* sendiri-sendiri sesuai kemampuannya masing-masing.

Sebelum melaksanakan ritual meditasi matahari, biasanya seorang pelaksana akan menyiapkan kain hitam atau mori hitam, dupa dan bunga yang sudah disediakan ditakir daun pisang atau canang takir apabila tidak ada maka bisa menggunakan piring kecil terbuat dari plastik atau tanah liat atau wadah kecil yang disebut *lepek* dalam bahasa Jawa, lalu akan menghaturkan sesaji yang berisi kembang liman serta dupa didepan arca Bhatari Dhurga Mahisasura Mardini. Kemudian setelah menghaturkan kembang liman dan dupa, maka wajib membaca mantra :

AUM Papadnam Devam Suryam

Nur Pepadang Setengah-Tengahing Dhumadi

Pepadanging Wasesa Mangambaring Buwana

Ingsun Winacak Panguwasaning Shakti

Hyang Surya Kang Ngaling-Alingi Pribadhiningsun

Sakabehing Manungsa Luluh Dhining Suryaningsun Pribadhi

Ingsun Manunggal Dhening Panguwasaning Hyang Surya

*Rat Pinasti Jagad Karana Langgeng
Sekti, Sekti, Sekti, Saka Karsaning Iswarah
Aham Suryaasmi*

(mantra ini dibaca terus saat meditasi matahari)

Mantra untuk tujuan luluh atau manunggal dengan Sang Hyang Surya :

*AUM Papadnam Dewam Suryam
Pepadaning Satengah-tengahing Dumadhi
Pepadaning Wasesa Mangambarang Buwana
Ingsun Winacak Panguwasaning Buwana
Manunggal Dhening Hyang Surya Wasesaningsun
Waskita Mahanani Buwana, Saka Karsaning Iswara
Aham Suryaasmi*

(mantra ini dibaca terus saat melaksanakan meditasi)

Mantra Yoga untuk tujuan samadi dengan Hyang Surya :

*AUM Bhagaskara Vidmahe Maha Dyuktikaraya
Dhimahi Tanno Bhanuh Aditya Pracodayat
AUM Aditya Vidmahe Sahasra Kiranaya
Dimahi Tanno Bhanuh Pracodayat
AUM Prabhakaraya Vidmahe Dhvakaraya
Dimahi Tanno Surya Pracodayat
(Hardjanta 1973)*

Kemudian barulah mengambil posisi tidur terlentang atau berbaring menutup badan dengan kain hitam, lalu mata terfokus memandangi obyek matahari sambil memusatkan pikiran. Sesaji bunga tadi yang telah disiapkan posisinya didepan arca Bhatari Dhruga disebelah selatan, jadi dari dalam kain hitam. Dalam yoga atau meditasi masyarakat Jawa mengambil posisi telapak tangan kiri menutup pusar sedangkan telapak tangan kanan diletakkan pada pundak kiri. Ini dimaksudkan tangan kiri di pusar untuk memfokuskan pada *Cakra Manipura* yang berada di pusar, sedangkan tangan kanan berada di jantung untuk mengkonsentrasikan *Cakra Anahata* yang berada di jantung. Mula-mula akan terasa panas bagi yang belum terbiasa, kemudian setelah beberapa waktu badan akan terasa biasa. Disanalah ujian terberat yang harus kita hadapi dimana selain menahan rasa panasnya teriknya sinar matahari kita juga harus memfokuskan konsentrasi. Untuk mulai memfokuskan konsentrasi biasanya *Lidah* di arahkan keatas menyentuh langit-langit rongga mulut, ini melambangkan penyatuan antara *Ibu Bumi* (ibu pertiwi) dengan *Bapa Akasa* yaitu langit. Setelah itu mulailah konsentrasi dipusatkan pada aliran *cakra* dari atas kepala menuju kebawah yaitu *Ajna Cakra* (Cakra Kening) kemudian kebawah ke *Visudha Cakra* (tenggorokan) selanjutnya menuju *Anahata Cakra* (Cakra Jantung) selanjutnya menuju ke *Manipura Cakra* (Cakra Pusar), kemudian turun ke *Swadistana Cakra* (Cakra Kelamin) diturunkan lagi sampai yang terbawah *Cakra Muladara* (Cakra Tulang Ekor). Setelah itu di naikan lagi melalui tulang belakang perlahan keatas melalui cakra-cakra tadi namun dengan urutan yang terbalik dari bawah keatas dengan waktu yang relatif cepat. Ini dilakukan kurang lebih dua kali untuk mengatur jalur arah aliran cakra atau aliran *chi* kekuatan *yin-yang* (membuat orbit mikrokosmis). Setelah aliran cakra terbentuk barulah dilakukan perlahan-lahan dengan pusat konsentrasi di setiap cakra dalam waktu yang cukup lama bergantian secara teratur dari *Ajna Cakra* samapai *Muladara Cakra* kemudian kembali

lagi keatas melalui tulang belakang perlahan-lahan. Setelah mampu memfokuskan konsentrasi di setiap cakra-cakra secara perlahan cakra-cakra tersebut akan terbuka dengan sendirinya. Namun terbukanya cakra-cakra seseorang tidak pernah sama kapan waktunya. Ada yang mampu membangkitkan cakranya dengan cepat ada juga yang lama tergantung ketekunan dan daya fokus setiap orang.

2.4. Fungsi dan Manfaat Tapa Pepe bagi Tubuh

Tapa Pepe memiliki banyak manfaat dan fungsi bagi tubuh manusia atau pelaku meditasi yoga matahari. Baik itu dari segi kesehatan maupun dari segi spiritual. Hal ini dikarenakan setiap elemen yang digunakan dalam meditasi yoga matahari memiliki arti dan fungsi masing-masing. Misalnya sinar matahari, bunga, dupa, dan lainnya. Oleh karena itu manfaat dan fungsi tapa pepe perlu diketahui setiap pelaku meditasi yoga matahari agar tidak melenceng dari tujuan utama dari meditasi ini yaitu menyatukan antara *Atman* dan *Brahman* melalui tapa pepe dengan cara mengaktifkan setiap cakra yang ada dalam tubuh serta obyek matahari sebagai sarana pembantu konsentrasinya.

Cakra tidak lagi dilihat secara mata batin, tetapi benar-benar muncul dalam olah digital. Cakra tidak terlihat dalam tubuh fisik. Kalau tubuh manusia dibedah, anda tidak akan menemukan bagian cakra. Karena cakra letaknya ada pada tubuh *bioplasmik*. Tubuh *bioplasmik* adalah cetakan tubuh fisik manusia, yang benar-benar menyerupai tubuh fisik. Ada kepala, lengan, kaki, badan, dan sebagainya. Disebut bio karena hidup, dan plasmik berasal dari istilah plasma. *Plasma* disini tidak sama dengan plasma darah. *Plasma* adalah istilah untuk menyebut bahan keempat dalam pembentukan suatu unsur fisika, selain padat, cair, dan gas. Wujud tubuh bioplasmik itulah yang muncul ke permukaan tubuh fisik manusia, dan kemudian disenbut aura yang berada di setiap tubuh manusia. Diyakini ada 365 titik cakra dalam tubuh manusia, tetapi jumlah titik cakra yang utama (mayor) hanya ada tujuh. Yang tujuh ini sudah dianggap mewakili cakra lain yang jumlahnya ratusan itu. Diantara tujuh titik cakra yaitu : Cakra Sahasrara (Cakra Mahkota), Ajna Cakra (Cakra Mata Ketiga/kening), Wisudha Cakra (Cakra Tenggorokan), Anahata Cakra (Cakra Jantung), Manipura Cakra (Cakra Pusing), Swadistana Cakra (Cakra Kelamin), Muladara Cakra (Cakra Tulang Ekor).

Salah satu fungsi cakra adalah untuk menyerap energi hidup atau *prana* alam yang ada di jagad raya. Tanpa prana alam, semua makhluk hidup akan mati. Energi prana alam inilah yang membuat manusia, hewan, dan tumbuhan bisa hidup dan menikmati dunia ini beserta isinya. (Priyadi, 2004:45)

Cakra pada memiliki fungsi diantaranya yaitu :

1. Cakra Mahkota (Sahasra)



Gambar Cakra Mahkota

Sumber : W.W.W. Gayatrieiki.com

Warna : Violet
 Posisi : di sisi bagian atas kepala, daerah otak dan system syaraf (ubun-ubun).
 Elemen : pemikiran
 Tanda astro : Capricorn, Pisces
 Kelenjar : Pineal (aktif selaras dengan pituitary)
 Organ : Cerebral cortex, central nervous system
 Fungsi : Integrasi dan Pemahaman
 Disfungsi : depresi, mengasingkan diri, ketidakmampuan untuk belajar dan mengerti
 Chakra ini adalah pusat masuknya energi ilahi ke seluruh lapisan tubuh dan kesadaran. Seseorang yang chakra mahkotanya berkembang secara sempurna akan banyak mengetahui rahasia alam. Menjaga agar chakra ini selalu bersih amatlah penting agar energi spiritual dapat diterima secara terus menerus oleh seluruh tubuh. Apabila chakra mahkota yang terbuka dengan lebar maka seseorang dapat melakukan perjalanan astral dengan lebih mudah. (Priyadi, 2004:69)

2. Chakra Mata Ketiga (Ajna)



Gambar Cakra Ajna
Sumber : W.W.W. Gayatrieiki.com

Warna : Biru indigo (nila)
 Posisi : di antara kedua mata (dahi/kening)
 Elemen : cahaya
 Tanda astro : Sagitarius, Aquarius, Pisces
 Kelenjar : Pituary (aktif selaras dengan pineal)
 Organ : mata
 Fungsi : Penglihatan, intuisi, penyatuan
 Disfungsi : sakit kepala, mimpi buruk, gangguan penglihatan

Chakra ini memberikan energi ke kedua mata, hidung dan kelenjar pituitary. Disebut chakra mata ketiga karena chakra yang berkembang aktif dan bersih dapat memberikan pewaskitaan (clairvoyance) atau kekuatan psikis lainnya. Selain pewaskitaan, chakra ini merupakan titik pemusatan dan pengatur dari chakra-chakra di bawahnya. Chakra ini sering disebut pula berkaitan erat dengan pengetahuan duniawi dan pengetahuan surgawi (spiritual). Seringkali manusia yang telah mencapai taraf kewaskitaan terpesona oleh sensasi tersebut dan lupa akan tujuan utamanya dan lama terhambat pada kesadaran di tahap ini (Priyadi, 2004:66).

3. Chakra Tenggorokan (Vishudda)



Gambar Cakra Visudda

Sumber : W.W.W. Gayatrieiki.com

Warna : Biru muda
Posisi : tenggorokan
Elemen : Ether
Tanda astro : Gemini, Taurus, Aquarius
Kelenjar : Thyroid dan Parathyroid
Organ : leher, bahu, lengan, tangan, telinga
Fungsi : komunikasi, energi ekspresif, kemauan untuk menyatukan simbol-simbol ke bentuk yang ideal (kuasa dan tenaga untuk memilih)
Disfungsi : problem thyroid (gondok), masalah pendengaran, leher, dan kerongkongan

Chakra ini memiliki 16 lembar daun. Secara fisik chakra ini memberikan energi pada kelenjar thyroid dan parathyroid. Chakra ini merupakan pusat penciptaan yang lebih tinggi (kreativitas) dan hubungan antar manusia. Seseorang dengan chakra tenggorokan yang berkembang akan memiliki pengertian yang mendalam mengenai hubungan antar sesama sehingga mempunyai hubungan yang baik dengan sesamanya. Kemampuan untuk berekspresi secara lisan juga dipengaruhi oleh chakra ini. Chakra jantung yang bersih dan terhubung dengan chakra tenggorokan yang bersih pula akan mengakibatkan seseorang akan dapat mengekspresikan seluruh isi hati dengan baik. Sifat-sifat yang berkenaan dengan chakra tenggorokan yang berkembang dengan baik antara lain adalah kepasrahan, keberhasilan, kelimpahan dan kesejahteraan serta pengembangan pengetahuan duniawi. (Priyadi, 2004:64)

4. Chakra Jantung (Anahata)



Gambar Cakra Anahata

Sumber : W.W.W. Gayatrieiki.com

Warna : Hijau
Posisi : tengah dada
Elemen : Udara
Tanda astro : Leo, Libra
Kelenjar : Thymus

Organ : jantung, paru-paru, lengan, tangan
Fungsi : mencintai diri, mencintai orang lain, pemenuhan hajat hidup, energi mental, kesadaran dan penyembuhan
Disfungsi : gangguan jantung, asma, dan paru-paru

Chakra ini memiliki 12 lembar daun. Chakra jantung adalah chakra yang amat penting dalam spiritual karena dihubungkan sebagai lambang cinta kasih dan penyembuhan. Secara fisik chakra jantung mengatur jantung dan kelenjar thymus. Chakra jantung merupakan pusat dari seluruh perasaan halus seperti kasih sayang dan cinta kasih. Seseorang dengan chakra jantung yang kecil, kotor atau terhambat akan memiliki kecenderungan egois, sombong, fanatik, tamak atau rakus, munafik, dan gelisah. Sedangkan chakra jantung yang berkembang dengan baik menyebabkan seseorang penuh dengan rasa cinta kasih dan kasih sayang serta dapat berempati terhadap sesama. (Priyadi, 2004:61)

5. Chakra Pusar (Manipura)



Gambar Cakra Manipura

Sumber : W.W.W. Gayatrieiki.com

Warna : Kuning
Posisi : pinggang, perut (pusar atau plexus solaris)
Elemen : Api
Tanda astro : Leo, Sagitarius, Gemini
Kelenjar : pancreas, adrenals
Organ : perut, hati, kantong empedu
Fungsi : pertumbuhan, penyembuhan, menerima dan mengeluarkan energi, tenaga bagi kemauan, tenaga personal
Disfungsi : gangguan pencernaan, borok, kencing manis, hypoglycemia, gangguan hati, metabolisme yang menyebabkan kegemukan

Chakra ini amat penting dalam mempertahankan vitalitas seseorang. Chakra ini memiliki 10 lembar daun. Chakra pusar berkaitan erat dengan sifat-sifat yang membawa kecenderungan seperti iri hati, rasa malu, tidak puas, murung, benci dan takut (kekurangan rasa aman). Seseorang dengan chakra pusar yang berkembang dan bersih maka akan dapat mengatasi hal-hal seperti tersebut di atas dan mengubahnya menjadi suatu yang positif seperti rasa aman, puas, gembira, nyaman dan percaya diri. (Priyadi, 2004:58)

6. Chakra Kemaluan (Svadhithana)



Gambar Cakra Svadhithana

Sumber : W.W.W. Gayatrieiki.com

Warna	: Jingga
Posisi	: di bawah perut, abdomen (pada tulang pelvis)
Elemen	: Air
Tanda astro	: Cancer, Sagitarius, Scorpio
Kelenjar	: ovarium, testicle
Organ	: kandung, alat kelamin, ginjal, kandung kemih, sistem sirkulasi
Fungsi	: asimilasi, seksual, kesenangan, keinginan, gaya hidup yang memanjakan emosi
Disfungsi	: gangguan kandung kemih dan ginjal, gangguan alat kelamin dan problem seksual, gangguan pinggang

Chakra kemaluan memiliki 6 lembar daun. Chakra seks berhubungan dengan penciptaan atau reproduksi dan mempengaruhi aktivitas seksual seseorang. Chakra seks berkaitan erat dengan chakra tenggorokan yang berfungsi dalam penciptaan kreativitas atau ide. Seseorang dengan Chakra seks yang bersih dan aktif akan memiliki pikiran yang lebih positif serta percaya diri. Sebaliknya seseorang akan menjadi tidak peduli, kasar, berpikir negatif (kurang kreatif), termasuk seks menyimpang jika chakra seksnya kotor dan terhambat. (Priyadi, 2004:56)

7. Chakra Dasar (Muladara)



Gambar Cakra Muladar

Sumber : W.W.W. Gayatrieiki.com

Warna	: Merah
Posisi	: di antara alat kelamin dan anus (ujung tulang ekor)
Elemen	: Tanah
Tanda astro	: Aries, Taurus, Scorpio, Capricorn
Kelenjar	: adrenals dan suprarenals
Organ	: paha, kaki, tulang, usus besar

Fungsi : survival, gaya hidup yang mengutamakan energi fisik
Disfungsi : konstipasi, wasir, kegendutan, penyakit pegal pada pinggang radang sendi, gangguan lutut, anorexia nervosa

Setiap Cakra memiliki fungsi serta manfaatnya masing-masing dalam tubuh. Ini dikarenakan letak cara kerja Cakra yang berbeda-beda sesuai dengan tempat serta warna dari masing-masing cakra seperti yang di jelaskan di atas. Bahwasanya cakra akan terbuka apabila dilatih dengan pengendalian diri yang tekun dan bertahan dalam waktu tertentu. Dan cakra juga memiliki fungsi kesehatan dalam tubuh seperti yang disampaikan diatas. (Priyadi, 2004:53)

Memahami makna kehidupan didunia ini tidaklah semudah membalikan telapak tangan dimana apa yang ada didunia ini harus dipahami tidak dengan mata telanjang dan secara kasat mata saja, melainkan harus dipahami dengan kesungguhan dan rasa bhakti yang tinggi untuk mengetahui makna sesungguhnya. Perlu adanya ketenangan, keheningan, hati yang jernih, tidak terpengaruh oleh apapun, serta memahami dengan kerendahan hati. Memandang antara kesedihan dan kebahagiaan sebagai sesuatu hal yang sama (seimbang). Keheningan tersebut hanya dapat dicapai dengan yoga, meditasi, samadi. Salah satu meditasi yaitu Meditasi Matahari atau Tapa Pepe.

Tapa Pepe adalah sebuah sarana untuk memahami hakekat hidup manusia dengan berbagai metode yang ada, sehingga manusia dapat memahami arti hakekat tujuan dari hidup didunia ini dititahkan sebagai manusia. Manusia memiliki *Tri Pramana*, sehingga manusia dapat membedakan antara yang baik dan tidak baik (*wiweka*). Hal ini lah yang membedakan manusia dengan makhluk ciptaan Tuhan yang lainnya. Oleh karena itulah hanya manusialah yang dapat mencapai kebahagiaan tertinggi dan mencapai pelepasan. *Meditasi Pepe* memiliki makna yang sangat mendalam bagi pelaku meditasi bukan hanya sekedar berjemur disiang hari semata.

Pepe bukan sekedar berjemur dibawah sinar matahari ketika siang hari, melainkan sebuah ritual yang mampu menyatukan antara unsur *Panca Mahabhuta* yang berada dalam tubuh manusia (bhuana alit) adalah sama dengan yang berada di alam semesta (bhuana agung). Ini dimaksudkan untuk mencapai pelepasan sehingga manusia tidak terikat oleh hal-hal yang berbau materalistis yang tidak nyata atau semu. Pepe adalah sarana mencapai kebahagiaan tertinggi tanpa keterikatan apapun kesemua ini dapat tercapai dengan latihan teratur, pengendalian diri, ketekunana dan selalu ikhlas mengadapi segalanya (*Nerimo Ing Pandum*).

Nerima Ing Pandum dimaksudkan dengan sebuah keikhlasan menerima semua apa yang telah diberikan oleh Gusti. Hidup sederhana mengendalikan diri serta menjauhkan pikiran yang bersifat material. Hidup nerima tidaklah semudah yang diucapkan dimana seseorang harus mengendalikan hawa nafsu atau keinginan sehingga mencapai kebahagiaan lahir batin (*Sumeleh*). Bagi pelaku *meditasi pepe* kebahagiaan tidak hanya bisa di dapat dengan material saja karena tubuh manusia juga membutuhkan sentuhan spritual yang salah satu caranya adalah laku seperti *pepe*.

Pepe tidak hanya membahas tentang sinar atau teja yang bersumber dari matahari sebagai sarana meditasi saja, melainkan membahas semua aspek dalam kehidupan termasuk pembentukan alam semesta termasuk unsur-unsurnya. Inti dari meditasi ini adalah menyelaraskan unsur pembentuk yang ada dalam tubuh manusia adalah merupakan unsur yang sama dengan unsur di alam semesta. Ketika seseorang tidak terpengaruh oleh hawa nafsu dan mampu mengendalikan semua unsur yaitu *Panca Mahabhuta*, maka orang tersebut dapat mencapai kelepasan (moksa).

2.5 Makna Penyucian diri dengan Tapa Pepe

Ritual tapa pepe merupakan salah satu cara mendekati diri dengan Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau lebih familiar dengan nama *Tapa Brata*. Yang tak lain merupakan tujuan akhir dari pada kehidupan manusia. Ida Sang Hyang Widhi Wasa adalah Maha Suci dan tentu merupakan sumber kesucian, maka sangat diperlukan adanya kesucian dalam pribadi kita untuk mendekati diri dengan beliau Yang Maha Suci. Tapa pepe merupakan salah satu cara atau sarannya. Dalam Pustaka Suci “*Manawa Dharma Sastra*” Bab V Sloka 109, dinyatakan sebagai berikut :

Abhir gatrani cuddhyanti
Manah satyenah
Cuddhyti, cidyatapobhyam
Buddhir jnanena cuddyatir

Terjemahan :

Tubuh dibersihkan dengan air, pikiran dibersihkan dengan kejujuran, roh dibersihkan dengan ilmu dan tapa, akal dibersihkan dengan kebijaksanaan.

Apabila makna dan arti sloka tuntunan ini dihayati secara mendalam, maka pelaksanaan raja yoga menggunakan cara *tapa pepe* atau meditasi matahari adalah salah satu bentuk dari tapa (raja yoga) untuk membersihkan tubuh baik secara lahir maupun bathin (skala dan niskala), sedangkan untuk sarana penyucian menggunakan tirtha panglukatan, yang mana telah dimohonkan kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa oleh pemimpin upacara melalui mantra suci dengan diikuti oleh umat Hindu. Cara *Tapa Brata* seperti yang disebutkan diatas bahwa roh bisa dibersihkan dengan *tapa*. *Tapa* merupakan salah satu sarana atau cara pendekatan diri pada Ida Sang Hyang Widhi dengan cara pengekangan dan pengendalian diri. (Paramita, 2007:246)

III. PENUTUP

Dari pembahasan diatas dapat disimpulkan tentang fungsi Tapa Pepe di Pura Mandira Seta Kraton Surakarta :

1. Tapa Pepe merupakan tradisi Hindu Jawa yang disebut yaitu ritual penyucian diri baik secara *sekala* maupun *niskala* dari segala kekotoran yang melekat dalam tubuh seseorang yang dapat membawa malapeta, sakit, bagi seseorang yang di anggap *cuntaka* atau sedang dalam keadaan tidak suci menurut pandangan Agama Hindu.
2. Tapa Pepe juga disebut meditasi yoga matahari (meditasi pemusatan kepada matahari) merupakan ajaran penyatuan antara *Atman* dan *Brahman*, antara pribadi manusia dengan Sang Pencipta-Nya melalui sarana pemusatan kepada Matahari. Hal ini dilakukan dengan cara melatih cakra-cakra yang ada dalam tubuh secara rutin dan teratur sehingga akan dapat membuka cakra. Dengan terbukanya cakra dalam tubuh makan manusia akan mampu mendekati dirinya dengan Tuhan atau *Brahman* jiwa tertinggi.
3. Tapa Pepe memiliki banyak fungsi dan manfaat bagi tubuh diantaranya untuk kesehatan karena akan dapat membuat tubuh semakin kuat dan sehat dengan latihan meditasi dan energi alam yaitu sinar matahari sebagai sumber kehidupan didunia. Jika cakra-cakra sudah terbuka, maka akan memiliki manfaat yang sangat besar bagi organ-organ vital dalam tubuh misalnya jantung, hati, tulang ekor dan lain sebagainya.
4. Tapa Pepe harus dilestarikan karena sebagai bagian dari tradisi Hindu yang ada di Jawa dan merupakan *Local Genius* di Jawa sehingga patut untuk dilestarikan oleh generasi muda

guna meneruskan peninggalan ajaran leluhur. Sehingga ini merupakan dasar yang kuat untuk membuat tradisi yang dulu pernah ada dan sekarang dianggap tabu. Oleh karenanya perlu adanya latihan untuk generasi muda Hindu karena memiliki banyak manfaat.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi Ayu Wisnu Wardani. (2020). RITUAL RUWATAN MURWAKALA DALAM RELIGIUSITAS MASYARAKAT JAWA. *Widya Aksara*, 25(1), 1-16. Retrieved from <https://ejournal.sthd-jateng.ac.id/index.php/WidyaAksara/article/view/62>
- Kanjeng dkk, I Nyoman.1997. *Sarassamucaya*. Jakarta: Hanuman Sakti
- Paramita, IGA Dewi. 2007. *Mahabarata*. Surabaya: Paramita
- Priyadi, Waya.W. *Teja Surya Meditasi dan Penyembuhan*.2004.Denpasar: Pustaka Bali Post
- Puja, Gede, Tjokorda Rai Sidharta.2012. *Manawa Dharma Sastra atau weda smerti Compendium Hukum Hindu* . Denpasar: Widya Dharma
- Putra Rai IB, IB Jelantik dan I Nyoman Argawa. 2013. *Swastikarana Pedoman Ajaran Hindu Dharma*. Jakarta: Mabhakti
- Rahayu, Sri Nukning. 2016. *Pura Mandira Seta Baluwarti Kraton Surakarta Pendidikan Karakter Melalui Realisasi Tri Hita Karana dan Nilai Pancasila*. Denpasar: Ensiklopedi Hindu Nusantara
- Sakar, Prabat Rajan. 2003. *Psikologi Yoga*. Jakarta: Ananda Marga Yoga
- Somenata, Nyoman.2013. *Pembentukan Alam Semesta*. Denpasar: Pustaka Bali Post
- Sudharta, Tjok Rai, IB Oka Parida. 2002. *Upadesa Ajaran-ajaran Agama Hindu*. Surabaya: Paramita
- Tim Penyusun. 1995. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarata: Balai Pustaka.
- Tim Penyusun. 2012. *Panduan Yoga*. Denpasar: Dirjen Bimas Hindu Kementrian Agama RI
- Wahono, Tri. 2011. *Pedepokan Suwung Meditasi Zaman Global*. Skripsi: STHD Klaten Jawa Tengah