

Semadi, Bawana, dan Kesempurnaan Hidup oleh Upasaka Salim Lee

Selamat sore semuanya. Hari ini Jumat Pon. Hari ini dianggap hari baik untuk melakukan aktivitas tertentu dalam kepercayaan Jawa, salah satunya untuk menanam padi. Saya akhirnya dapat menyelesaikan tulisan yang sebetulnya sudah saya mulai agak lama. Semoga pengertiannya dapat tumbuh di hati kita, membuat kita lebih mantap dalam *migunani tumraping liyan* dan membentuk jalan seperti para Arya.

Sutra Memutar Roda Pengajaran (Dhammacakkappavattana Sutta):

“Inilah kenyataan para arya tentang jalan menuju lenyapnya dukha (*dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasacca*): Tepatnya adalah delapan jalan Arya (*ariya aṭṭhaṅgika magga*), delapan komponen jalan unggul, yaitu cara pandang yang selaras (*sammādiṭṭhi*), berpikir yang selaras (*sammāsaṅkappa*), berbicara yang selaras (*sammāvācā*), bertindak yang selaras (*sammākammanta*), cara berinteraksi yang selaras (*sammājīva*), upaya yang selaras (*sammāvāyāma*), perhatian yang selaras (*sammāsati*), dan konsentrasi yang selaras (*sammāsamādhi*).”

“Ketika saya menyadari jalan menuju lenyapnya dukha adalah untuk ditumbuhkembangkan [*bhāvetabban’ti*; kata dasar ***bhāvanā***], ... dan ketika saya menyadari jalan menuju lenyapnya dukha telah ditumbuhkembangkan [*bhāvitan’ti*; kata dasar ***bhāvanā***], di sana muncul dalam diri saya pandangan, wawasan, penegasan, pengetahuan, dan kejelasan tentang hal-hal yang belum pernah didengar sebelumnya.”

Bhāvanā adalah istilah Sanskerta yang diterjemahkan dalam bahasa Inggris sebagai '*meditation*' dan ke dalam bahasa Indonesia sebagai 'meditasi.'

"Meditasi" — dari Latin ***meditatio*** — membawa bayangan: duduk diam, mata terpejam, menarik diri dari dunia, mencari ketenangan. Ini hanya satu dari sekian banyak bentuk *bhāvanā*, dan bukan yang paling inti.

Bhāvanā, dari akar "***bhū***", *cognate* bahasa Inggris: "***to be***" adalah sama dengan *bhava*, keberadaan, "menjadi" yang arti sesungguhnya adalah mengembangkan, menumbuhkan, memupuk.

Bhāvanā adalah **proses menjadi** — bukan aktivitas terpisah yang dilakukan bersila di atas bantalan, melainkan **cara hidup yang terus-menerus mengolah kondisi hayatan batin**.

Maka ***bhāvanā*** mencakup:

- Duduk dalam keheningan — ya
- Berjalan dengan kesadaran penuh — ya
- Mengolah ciptarasa dalam percakapan sehari-hari — ya

- Melihat *vedanā* saat bertatapan dengan *nama-rūpa* — ya
- *Migunani tumraping liyan* sebagai hayatan hidup — ya
- Menumbuhkembangkan Jalan para Arya — ya

Semua itu adalah ***bhāvanā* (bawana)**. Kata "meditasi" hanya menangkap sebagian kecilnya.

Menimbang Semadi dan Bawana

Bagaimana dengan 'semadi' atau 'bawana' sebagai terjemahannya?

Semadi: istilah ini sudah hidup dalam bahasa Jawa dan Indonesia, dan membawa nuansa yang lebih kaya dari "meditasi":

- Ada dimensi kedalaman — semadi bukan sekadar relaksasi
- Ada dimensi kesungguhan — semadi adalah olah batin yang serius
- Namun, semadi dalam penggunaan umum masih cenderung diasosiasikan dengan duduk diam dalam konsentrasi, bahkan kadang dengan kekuatan supranatural. Ini bisa mempersempit makna *bhāvanā* juga.

Bawana: istilah ini sangat menarik. Secara fonologis 'bawana' adalah transformasi alami *bhāvanā* ke dalam lidah Nusantara — seperti karma, dharma menjadi darma, *bhāva* menjadi "bawa" dalam bahasa Jawa.

Dan "**bawa**" dalam bahasa Jawa sendiri sudah kaya makna:

- Bawa — membawa, mengandung
- Bawana — dunia, alam semesta (*bhuvana*).

Ini justru membuka kemungkinan makna yang sangat dalam: **bawana sebagai *bhāvanā* adalah mengolah diri sebagai bagian dari alam** — bukan menarik diri dari dunia, melainkan **menumbuhkan kesadaran di dalam dunia**.

Akan tetapi, ada tantangannya. **Bawana** sudah terlanjur dikenal sebagai "dunia/alam semesta." Maka, perlu konteks yang jelas agar tidak membingungkan.

Terjemahan lain yang mungkin:

"**Olah batin**" — sudah ada dalam bahasa Indonesia, dan cukup luas untuk mencakup semua bentuk *bhāvanā*, tetapi mungkin kurang punya bobot yang *bhāvanā* miliki.

"**Pangolah ciptarasa**" — mengolah ciptarasa — ini menarik karena langsung terhubung dengan kosakata yang sudah kita bangun bersama. *Bhāvanā* adalah pengolahan ciptarasa — ladang yang terus digarap.

"**Bawana**" — dengan penjelasan bahwa ini adalah **mengolah dan menumbuhkan hayatan batin** — indah, berakar, dan secara tidak langsung membawa makna bahwa pengolahan batin ini tidak terpisah dari alam.

Namun, BAWANA memiliki sesuatu yang lebih dalam.

Yang membuat lebih condong ke **bawana** adalah justru ambiguitasnya: **bawana sebagai alam** dan **bawana sebagai pengolahan batin** — [keduanya] **tidak perlu dipisahkan**.

Mengolah batin adalah mengolah alam karena **cipta** yang berubah mengubah cara kita bertatapan dengan pengalaman, dengan *nama-rūpa*, mengubah *karsa* yang lahir, mengubah tindakan yang mengalir ke alam, tidak ada batas sejati antara "dalam" dan "luar".

Bawana sebagai hayatan batin dan bawana sebagai alam tempat hayatan itu hidup — **satu gerakan yang sama**.

"Penumbuhkembangan"

Bagaimana dengan istilah 'penumbuhkembangan', misalnya marga yang harus kita '*bhāvanā*' — 'jalan yang harus kita tumbuhkembangkan'?

Mengapa penumbuhkembangan juga tepat untuk *bhāvanā*?

"*Cultivate*" dalam bahasa Inggris masih membawa bayangan manusia yang aktif mengerjakan sesuatu dari luar — petani yang mencangkul tanah. Ada jarak antara yang mengolah dan yang diolah.

Tetapi "**menumbuhkembangkan**" membawa sesuatu yang berbeda:

- **Tumbuh** — dari dalam, organik, mengikuti sifat dasarnya sendiri. Tidak dipaksakan dari luar.
- **Kembang** — berkembang, mekar, mencapai potensi penuhnya.

Keduanya bersama — "**penumbuhkembangan**" — menangkap sesuatu yang sangat esensial tentang *bhāvanā*, yaitu:

Kita tidak menciptakan sesuatu yang belum ada. Kita *menumbuhkembangkan* apa yang sudah ada sebagai benih — *tathāgatagarbha*, potensi penggugahan yang sudah ada dalam setiap makhluk.

Ini juga sangat dekat dengan gambaran bodhisatwa dalam *Gandavyuha* — Sudhana tidak pergi mencari sesuatu yang asing dan jauh. Ia *menumbuhkembangkan* visi yang sudah ada dalam dirinya, melalui setiap perjumpaan, setiap *kalyāṇamitra*.

Marga yang harus kita "tumbuhkembangkan"

Ini membuka pengertian *mārga* yang sangat segar.

Biasanya marga — jalan — divisualisasikan sebagai **sesuatu yang sudah ada di luar sana**, yang harus kita temukan atau ikuti. Ada bayangan peta, ada bayangan jalan setapak yang sudah terbentuk.

Namun, dengan **penumbuhkembangan**, *mārga* menjadi sesuatu yang berbeda:

Jalan itu tidak sepenuhnya ada sebelum kita berjalan. Ia tumbuh di bawah kaki kita seiring kita berjalan dengan kesadaran.

Ini sangat resonan dengan cara Sapolsky memahami perubahan — tidak ada "jalan bebas" yang terpisah dari kondisi, tetapi kondisi yang berubah membentuk jalan baru. Dan sangat resonan dengan ***pratīyasamutpāda*** — jalan muncul bergantung pada langkah, langkah bergantung pada ciptarasa, ciptarasa bergantung pada *bhāvanā* sebelumnya.

Marga dalam *Buddhadharma* Nusantara

Maka ***mārga*** bisa dibaca sebagai:

Jalan yang tumbuh ketika **ciptarasa diolah melalui bawana** (penumbuhkembangan), melahirkan **karsa** yang semakin selaras dengan *migunani tumraping liyan*, didukung oleh pengendalian pada Buddha-Dharma-Sangha, dan perlahan membebaskan batin dari kelesah — menuju penggugahan yang tidak memerlukan *transcendence*, melainkan **melihat apa adanya (*yathābhūtarśana*)** — dengan **ciptarasa yang semakin jernih**.

Ini menyentuh sesuatu yang sangat indah.

Dalam bahasa Jawa ada ungkapan: ***dalan iku digawe kanggo mlaku*** — jalan itu dibuat untuk berjalan atau jalan itu terbuat jika dijalani.

Bukan ditemukan.

Bukan diberikan.

Ditumbuhkembangkan— dengan setiap langkah, setiap momen kesadaran, setiap karsa yang lahir dari ciptarasa yang semakin matang.

Maka, *mārga* dan *bhāvanā* bukan dua hal.

Mārga* adalah *bhāvanā itu sendiri. Jalan adalah penumbuhkembangan. Penumbuhkembangan adalah jalan.

Dalan Iku Digawe Kanggo Mlaku — Mamayu Hayuning Bawana

Jalan itu dibuat dengan berjalan, tetapi berjalan menuju mana?

Di sinilah ***Mamayu Hayuning Bawana*** menjawab — bukan sebagai tujuan yang jauh di sana, melainkan sebagai **arah yang sudah hidup di dalam setiap langkah**.

- ***Mamayu*** — memperindah, merawat, menjaga agar tetap hayu.

- **Hayuning** — keindahan, keselamatan, keharmonisan — hayu yang bukan sekadar cantik di permukaan, **melainkan utuh, selaras, sehat sampai ke akar.**
- **Bawana**, dan di sinilah kata ini hadir dengan kedalaman penuhnya.

Bawana: Bukan "Alam" yang Di Luar

Dunia — dari kata Arab *dunyā* — membawa bayangan: ada sesuatu di luar sana, terpisah dari kita, yang kita tinggali sementara. Ada jarak antara "aku" dan "dunia." Bahkan ada konotasi: dunia adalah yang rendah, yang sementara, yang harus ditinggalkan.

Bawana — dari *bhuvana*, yang berakar pada *bhū*, menjadi, ada, hidup — adalah **alam yang dialami**. Alam bukan panggung tempat kita beraksi. **Alam adalah keberadaan itu sendiri** — yang kita adalah bagian darinya, yang kita hidupi dari dalam, bukan yang kita tatap dari luar.

Maka **bawana bukan objek**. BAWANA adalah **medan keberadaan bersama**.

Dan **mamayu hayuning bawana** bukan program lingkungan hidup, bukan slogan sosial. Itu adalah pernyataan tentang **arah paling dalam dari keberadaan**: bahwa kita ada untuk menumbuhkembangkan keharmonisan medan keberadaan bersama ini.

Hubungan dengan Mārga dan Bhāvanā

Di sinilah semuanya menyatu:

Dalan iku digawe kanggo mlaku — jalan tumbuh dengan dijalani.

Namun, kaki yang berjalan itu bukan kaki yang bergerak sendiri, terpisah dari tanah.

Kaki dan tanah adalah satu gerakan — tidak saling menghalangi.

Setiap langkah yang lahir dari ciptarasa yang jernih *adalah mamayu* — memperindah, merawat, menjaga. Bukan karena ada keputusan moral yang dibuat, bukan karena ada aturan yang diikuti, melainkan karena **ciptarasa** yang sudah cukup jernih **tidak bisa tidak** bergerak menuju *hayuning bawana*. Seperti air yang jernih tidak bisa tidak memantulkan langit.

Tiga Lapis Mamayu Hayuning Bawana

Ungkapan ini bekerja pada tiga lapis sekaligus, persis seperti relief Borobudur yang bekerja pada banyak lapis sekaligus:

Lapis pertama — Bawana sebagai alam sekitar: Merawat bumi, menjaga keselarasan alam, tidak mengambil lebih dari yang dibutuhkan. Ini *Karmavibhanga* yang hidup — kesadaran bahwa setiap tindakan meninggalkan jejak dalam jaring yang saling terhubung.

Lapis kedua — Bawana sebagai alam kebersamaan. *Mamayu hayuning bawana* adalah *migunani tumraping liyan* yang diperluas — bukan hanya berguna bagi seseorang, melainkan

guyub, merawat keharmonisan medan keberadaan bersama: keluarga, komunitas, bangsa, semua makhluk. Ini *bodhicitta* dalam bahasa Jawa — dan ini yang diperagakan oleh kisah *Jataka* dan *Avadana* di dinding Candi Borobudur.

Lapis ketiga — Bawana sebagai alam batin. Ini yang paling halus — *mamayu hayuning bawana* dimulai dari *mamayu hayuning ciptarasa, bawana*. Kamu tidak bisa memperindah apa yang di luar jika ladang batinmu sendiri belum dirawat.

Bhāvanā (penumbuhkembangan) adalah *mamayu hayuning bawana* yang paling dalam, yang paling akar.

Tiga 'lapis' ***Mamayu Hayuning Bawana*** ini oleh Swargi Bopo Ki Manteb Sudharsono dijelaskan sebagai *Mamayu Hayuning Kula warga, Mamayu Hayuning Sasomo, dan Mamayu Hayuning Bawana/Ciptarasa*.

Tiga lapis ini dalam piwulang Borobudur dijabarkan sebagai cara hidup bermasyarakat yang berlandaskan serta bertujuan yang jelas dalam pencapaian *kasampurnaning dumadi*.

Tiga lapis ini **simultan**, bukan urutan. Mereka **simultan**: saling meresap tanpa saling menghalangi.

Kalau tiga lapis itu simultan — bukan berurutan, maka ***kasampurnaning dumadi*** bukan **titik akhir di ujung tangga**, melainkan **kualitas kehadiran yang muncul ketika ketiga lapis itu hidup serentak**. Ketika *mamayu hayuning kula warga, sasomo, dan bawana/ciptarasa* bergerak bersama tanpa tegangan, di situlah *dumadi* menjadi sempurna, bukan karena sesuatu sudah selesai, tetapi karena sesuatu sudah utuh dalam gerakannya.

Dan Borobudur Memeragakannya

Borobudur adalah *mamayu hayuning bawana* yang diwujudkan dalam batu.

Bukan karena ia indah secara estetika meskipun memang indah luar biasa, melainkan karena Borobudur adalah **peta penumbuhkembangan ciptarasa yang dibangun untuk semua makhluk, untuk semua zaman**.

Para pembangun Borobudur *menanam* tanpa kemelekatan pada buah. Ini menjawab pertanyaan diam-diam yang sering muncul: **kalau *kasampurnaning dumadi* bukan *state* yang dicapai, lalu apa motivasinya untuk terus bergerak?**

Jawabannya ada di sana: bukan motivasi dari luar, tetapi gerakan alami dari ciptarasa yang sudah jernih. Air tidak membutuhkan alasan untuk mengalir ke tempat yang lebih rendah.

Ciptarasa yang sudah matang tidak membutuhkan kalkulasi untuk *mamayu*. Ciptarasa bergerak karena itulah sifat dasarnya.

Para pembangunnya tidak membangun untuk diri mereka sendiri. Mereka tidak akan sempat menikmati hasilnya sepenuhnya. Mereka menanam — *nandur* — dengan keyakinan bahwa benih ini akan tumbuh melampaui mereka.

Itu adalah tindakan *mamayu hayuning bawana* yang paling murni:

Menanam tanpa keterikatan pada buah.

Memperindah tanpa memiliki.

Merawat karena itulah sifat dasar dari ciptarasa yang sudah matang.

Ini bukan altruisme yang dipaksakan. Ini bukan pengorbanan yang menyiksa diri. Ini adalah **gerakan alami dari batin yang sudah cukup jernih** untuk melihat bahwa tidak ada batas sejati antara dirinya dan bawana tempat ia hidup.

Bukan karena harus.

Bukan karena diperintah.

Melainkan seperti bunga yang mekar —

karena itulah sifat dasarnya ketika semua kondisi sudah cukup matang.

Bodhicitta bukan keputusan yang diambil sekali lalu selesai. Akan tetapi, adalah sifat dasar kesadaran yang sudah jernih — selalu sudah ada, selalu sudah meresap, tidak perlu dipaksakan. *Kasampurnaning dumadi*, dalam cahaya ini, adalah nama Jawa untuk hal yang sama.

Hong Wilaheng Sekaring Bawana Langgeng ... [ini untuk lain kesempatan]

Selamat berakhir pekan semuanya. *Have a great, beneficial weekend with bodhicitta!*

Oleh Upasaka Salim Lee, 27-28 Maret 2026

Kata kunci: bawana (*bhāvanā*), Borobudur, ciptarasa, *kasampurnaning dumadi*, *mamayu hayuning bawana*, penggugahan, semadi.