



WEWARAH KEROKHANIAN "SAPTA DHARMA"

Disusun oleh :
SRI PAWENANG

Juru Bicara Penuntun Agung Kerokhanian
"SAPTA DHARMA"

Dikeluarkan oleh :
Yayasan Pusat SRATI DARMA Yogyakarta
Siapa saja dilarang mencetak atau menjual buku ini.

Direktorat
Kebudayaan

**DEPARTEMEN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
DIREKTORAT JENDERAL KEBUDAYAAN
REKTORAT PEMBINAAN PENGHAYAT KEPERCAYAAN
TERHADAP TUHAN YANG MAHA ESA
PROYEK INVENTARISASI KEPERCAYAAN
TERHADAP TUHAN YANG MAHA ESA**



WEWARAH KEROKHANIAN "SAPTA DHARMA"

Disusun oleh :
SRI PAWENANG

Juru Bicara Penuntun Agung Kerokhanian
"SAPTA DHARMA"

Dikeluarkan oleh :
Yayasan Pusat SRATI DARMA Yogyakarta
Siapa saja dilarang mencetak atau menjual buku ini.

**DEPARTEMEN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
DIREKTORAT JENDERAL KEBUDAYAAN
DIREKTORAT PEMBINAAN PENGHAYAT KEPERCAYAAN
TERHADAP TUHAN YANG MAHA ESA
PROYEK INVENTARISASI KEPERCAYAAN
TERHADAP TUHAN YANG MAHA ESA**

Wewarah Kerokhanian
"Sapta Dharma"

Cetakan kesatu 1980

Diterbitkan oleh :

Departemen Pendidikan dan Kebudayaan

Direktorat Jenderal Kebudayaan

Direktorat Pembinaan Penghayat Kepercayaan

Terhadap Tuhan Yang Maha Esa

Proyek Inventarisasi Kepercayaan Terhadap Tuhan Yang Maha Esa

1980

**SAMBUTAN DARI PENUNTUN AGUNG
KEROKHANIAN SAPTA DARMA
PADA PERINGATAN 10 TAHUN TURUNNYA ILHAM
KEROKHANIAN SAPTA DHARMA**

Saya sambut dengan gembira atas keluarnya Buku Wewarah Kerokhanian Sapta Darma yang disusun dalam Bahasa Indonesia. Kita telah 10 tahun menerima ilham-ilham Kerokhanian Sapta Darma ini yang aslinya kita terima dalam bahasa Daerah (Jawa), namun demikian kita selalu berusaha untuk menerbitkan pelajaran-pelajaran Sapta Darma ini ke dalam bahasa Indonesia sesuai dengan bahasa Nasional kita. Sebab cita-cita kita bangsa Indonesia ialah :

SATU BANGSA — ialah BANGSA INDONESIA
SATU NEGARA — ialah NEGARA INDONESIA
SATU BAHASA — ialah BAHASA INDONESIA.

Kediri, 27 Desember 1962

Penuntun

SRI GUTAMA

1880-1881

...

...

...



PANUNTUN AGUNG
SRI GUTAMA



PENUNTUN WANITA/JURU BICARA
SRI PAWENANG



SESANTI

*Ing ngendi bae marang sapa bae Warga "SAPTA
DHARMA" kudu sumunar Pinda Baskara.*

Terjemahannya :

*Di mana saja kepada siapa saja Warga "SAPTA
DHARMA" harus bersinar laksana Surya.*



DAFTAR ISI

	Halaman
1. SAMBUTAN DARI PENUNTUN AGUNG, SRI GUTOMO	iii
2. PENGANTAR KATA	1
3. BAB II CITA - CITA KEROKHANIAN SAPTA DHARMA	4
4. BAB III WEWARAH TUMUH KEWAJIBAN DAN AMAL WARGA KEROKHA- NIAN SAPTA DHARMA, SERTA PENJELASANNYA	9
5. BAB IV SIMBUL PRIBADI MANUSIA	13
6. BAB V SUJUD DAN PENJELASANNYA	17
7. BAB VI GUNANYA SUJUD SERTA KETERANGAN ASALNYA AIR SUCI	21
8. BAB VII PENYEMBUHAN ORANG SAKIT SERTA CARA - CARANYA	23
9. BAB VIII TALI RASA	26
10. BAB IX ENING (SAMADI)	28
11. BAB X TUKAR HAWA, ULAH RASA LAN RACUT	30
12. BAB XI PERINGATAN	33
13. PEDOMAN PENGGALIAN PRIBADI MANUSIA SECARA KEROK- HANIAN SAPTA DHARMA.	35

BAB I. PENGANTAR KATA

Untuk menyempurnakan penggalian hidup kearah "Kepribadian yang asli" kearah keluhuran budi pakarti serta kearah Kesatria Utama yang bercita-cita dan berkewajiban menghayu-hayu bahagiannya Buana, kita jalankan dengan bersujud Kehadapan Tuhan Hyang Maha Kuasa dengan penuh kesadaran serta meluhurkan Asma Allah.

Suatu Ajaran yang tercetus, di dalam wahyu Kerokhanian Sapta Darma yang berwujud Pokok yang masih murni (Bahasa Jawa = wungkul) tidak mungkin dapat difahami atau dimengerti isi yang sepenuhnya, apabila tiada diberikan penguraiannya atau pengertiannya.

Maka atas dasar inilah, dikuatkan pula adanya permintaan-permintaan dan desakan-desakan dari para warga Sapta Darma dari seluruh penjuru Tanah Air, maka kami berusaha mewujudkan Buku Wewarah ini, yang isinya sengaja kami susun ke dalam bahasa Indonesia, untuk menyelaraskan dengan keadaan serta perkembangan dari pada kebudayaan bangsa Indonesia di dalam jaman kemajuan sekarang ini.

Mengingat bahwa bahasa Indonesia adalah merupakan Bahasa Nasional dan Bahasa Persatuan yang resmi dikenal oleh bangsa Indonesia.

Buku ini adalah terjemahan secara bebas dari pada Buku Wewarah Sapta Darma jilid I yang telah kita terbitkan dalam bahasa Daerah, hanya di sanasini kami tambah, kami betulkan kesalahan cetak, sehingga merupakan keterangan yang lebih sempurna sesuai dengan petunjuk dari pada Penuntun Agung Sri Gutama.

Perlu kami terangkan di sini bahwa BUKU WEWARAH KEROKHANIAN SAPTA DARMA ini hanya khusus kami peruntukkan untuk mencukupi kebutuhan para Warga Sapta Darma sendiri.

Maka dari itu, apabila ada salah seorang peminat yang ingin "sujud" kami persilahkan untuk meminta keterangan-keterangan atau petunjuk-petunjuk dari salah seorang warga/tuntunan Sapta Darma yang terdekat agar diberi petunjuk dan dituntuni secara jelas bagaimana cara-caranya sujud yang sesungguhnya, seperti tertera pada Bab V dari Buku Wewarah Sapta Darma ini.

Dan janganlah dicoba-coba sendiri, apabila belum dituntuni oleh seorang Warga/Tuntunan Sapta Darma, agar jangan sampai keliru di dalam menjalankan sujud tersebut. Sebab bilamana sungguh-sungguh kita melakukan sujud yang sempurna, maka niscayalah kita betul-betul mengerti apa yang dikatakan

pembangunan rokhani yang sesungguhnya. Karena sujud selain membuktikan kebaktian umat terhadap TuhanNya Yang Esa, memberikan pula manfaat yang besar bagi tercapainya keluhuran antara lain kewaspadaan, ketenangan, kesadaran serta ketenteraman hidup, yang akhirnya akan menuju kebahagiaan/kesempurnaan hidup di dunia dan akherat.

Akhirnya tiada kami lupakan atas jasa-jasa dari pada Penuntun Agung Kerokhanian Sapta Darma, serta Saudara-saudara dalam usahanya membantu kami untuk menterjemahkan ataupun untuk mempercepat terbitnya Buku ini, yang telah lama dinanti-nantikan oleh para Warga Sapta Darma. Namun demikian, tegur dan sapa serta kritik yang bersifat membangun dari para warga sekalian sangat kami nantikan, demi kesempurnaan buku ini dalam penerbitan yang akan datang. Untuk itu kami terima dengan tangan terbuka dengan rasa ikhlas serta ucapan terima kasih yang tiada terhingga.

Semoga dengan keluarnya Buku ini dapat memberikan manfaat para pemakai, guna dapat membantu usaha Saudara di dalam mencapai cita-cita yang luhur dan di dalam mengolah (menggali) kerokhanian yang sempurna.

Allah Hyang Maha Agung, Rokhim dan Adil senantiasa melimpahkan rahmatNya terhadap para kesatria yang ingin menggali kepribadian bangsa Indonesia, demi tegaknya Pancasila menuju kejayaan negara dan Bangsa.

WEWARAH 7

Kewajiban Warga Kerokhanian Sapta Darma

1. Setia dan ta'wakkal pada adanya Pancasila Allah. (Maha Agung, Rokhim, Adil, Wasesa, dan Langgeng).
2. Dengan jujur dan suci hati, harus setia menjalankan perundang-undangan Negeranya.
3. Turut serta, menyingsingkan lengan baju, menegakkan berdirinya Nusa dan Bangsaanya.
4. Menolong kepada siapa saja bila perlu, tanpa mengharapkan sesuatu balasan, melainkan berdasarkan rasa cinta dan kasih.
5. Berani hidup berdasarkan kepercayaan atas kekuatan diri sendiri.
6. Sikapnya dalam hidup bermasyarakat, kekeluargaan, harus susila beserta halusny budi pekerti, selalu merupakan penunjuk jalan yang mengandung jasa serta memuaskan.
7. Yakin bahwa keadaan dunia itu tiada abadi, melainkan selalu berubah-ubah (Anyakra manggilingan).

BAB II. CITA - CITA KEROKHANIAN SAPTA DARMA

Kerokhanian Sapta Darma hendak menghayu-hayu bahagiannya Buana. Antara lain berarti : membimbing manusia untuk mencapai suatu kebahagiaan hidup di dunia dan akherat.

Guna melaksanakan cita-cita itu, Kerokhanian Sapta Darma menyampaikan petunjuk-petunjuk kepada sekalian manusia, yaitu dengan menyampaikan ilham-ilham Kerokhanian Sapta Darma yang pertama kali diterima oleh Panuntun Agung Sri Gutarna, bangsa Indonesia berasal dari Pare, Kediri (Jatim).

Adapun sejarah turunnya wahyu dengan persaksian sahabat-sahabatnya akan diutarakan dalam buku-buku jilid selanjutnya.

Tentang inti sari tujuan/cita-cita ajaran Kerokhanian Sapta Darma terperinci sebagai berikut :

1. Menanam tebalnya kepercayaan, dengan menunjukkan bukti-bukti serta persaksian, bahwa sesungguhnya Allah itu Ada dan Tungga = (Esa). Memiliki lima sila (sikap perwujudan kehendak) yang mutlak, yaitu: Maha Agung, Maha Rokhim, Maha Adil, Maha Wasesa, Maha Langgeng. Menguasai alam semesta beserta segala isinya yang terjadi. Karenanya manusia wajib mengagungkan asma Allah, serta setia dan tawakal menjalankan segala perintah-perintahNya.

2. Melatih kesempurnaan sujud.

Yaitu berbaktinya manusia pada Yang Maha Kuasa; Mencapai keluhuran budi dengan cara-cara yang mudah dan sederhana, dapat dijalankan/dilakukan oleh semua umat manusia.

3. Mendidik manusia bertindak suci dan jujur, mencapai nafsu, budi dan pakarti yang menuju pada keluhuran dan keutamaan guna bekal hidupnya di dunia dan akherat.

Maka Kerokhanian Sapta Darma mendidik warganya menjadi Satria Utama yang dengan penuh kesusilaan, bertabiat dan bertindak pengasih dan penyayang, suka menolong kepada siapa saja yang sedang menderita kegelapan. Juga mendidik warganya untuk dapat hidup dengan kepercayaan atas kekuatan diri sendiri. Semboyannya : Di mana ia berada dan kepada siapa saja selalu bersinar laksana surya.

Bagi warga Kerokhanian Sapta Darma, isi Wewarah Tujuh wajib dijalankan dengan sungguh-sungguh serta diamalkan kepada sekalian umat.

4. Mengajar warganya untuk dapat mengatur hidupnya.

Mengingat hidup manusia di dunia adalah rokhaniah dan jasmaniah; maka di waktu siang diwajibkan bekerja demi mencukupi kebutuhan jasmaniah, sedang di waktu malam dan di waktu senggang digunakan untuk memenuhi kebutuhan rokhani, seperti misalnya: sujud berbakti pada Hyang Maha Kuwasa, serta melatih rasa dan sebagainya.

Bila kedua hal tersebut di atas dilakukan secara sungguh-sungguh dan tertib, pasti akan mencapai luhurnya rokhani dan jasmani.

5. Menjalankan Wewarah tujuh melatih kesempurnaan sujud seperti diutarakan pada no. 2 tersebut di atas, bila dijalankan dengan ikhlas dan sungguh-sungguh serta penuh rasa halus sekali, menurut Kerokhanian Sapta Darma: dapat mempengaruhi, menyebabkan manusia memiliki Ketajaman/ (= Kewaspadaan) yang bermacam-macam, antara lain kewaspadaan (= kewas-kitaan) ialah :

Waskita akan penglihatan (pandulu)

„ „ pembauan

„ „ pendengaran

tutur kata (pandandika) dan sebagainya.

yang telah dapat dibuktikan oleh kebanyakan para warga Kerokhanian Sapta Darma, umpamanya: Sabda Usada (kata-kata penyembuhan) guna menolong orang sakit. Mencapai Sabda luhur dan waskita seperti tersebut di atas, dapat dilakukan/dilatih di **Sanggar**.

Sanggar (Rumah perseujudan), bersama-sama warga-warga lain di bawah asuhan Tuntunan Sanggar, di waktu malam meskipun hanya sampai jam 23.00 atau 24.00.

Bila di rumah dan guna melatih diri, dapat dilakukan dalam segala waktu, di tempat perwujudan yang khusus disediakan. Yaitu tempat yang bersih/suci. Berarti tempat tidur sehari-hari tak seyogyanya guna tempat sujud.

Jadi bagi Kerokhanian Sapta Darma, Sanggar adalah tempat suci yang berarti harus dipingit/disucikan, tidak diperkenankan guna melakukan sembarang kerja yang serba meninggalkan ketenteraman dan kesucian, seperti antaranya guna bersenda gurau, guna perbuatan maksiat dan sebagainya.

PERINGATAN

Bagi para Warga serta bagi siapa saja yang menjalankan serta melatih sujud, ulah rasa dan racut, dilarang keras meninggalkan/melanggar wewarah yang diutarakan dalam buku suci ini. Seperti misalnya : bersikap yang tiada susila di waktu sujud pada Hyang Maha Kuasa.

Karena itu latihan tersebut sebaiknya dilakukan bersama-sama di Sanggar, seyogyanya ada salah satu warga yang disertai oleh Tuntunan mengawasi sikap warga lainnya.

6. Memberantas kepercayaan akan takhayul dalam segala macam bentuk dan manifestasinya.

Karena dewaasa ini sebagian besar bangsa Indonesia masih percaya terhadap takhayul, dalam alam pikiran atau kebiasaan hidupnya. Hal yang demikian tersebut sebetulnya sering menjadikan terhambatnya kemajuan Bangsa dalam hidup bersama di dunia ini.

Kerokhaniaan Sapta Darma mengajar untuk melakukan/mengagungkan Allah Yang Maha Kuasa, serta menyadari bahwa manusia adalah makhluk yang tertinggi martabatnya, dan hidupnya adalah dalam kekuasaanNya.

Maka dari itu Warga Sapta Darma yang telah melakukan sujud serta sungguh-sungguh telah menjalankan/mengamalkan isi wewarah tujuh, tiada perlu lagi takut akan hari, bulan, musim, (waktu-waktu) tertentu dan sebagainya guna melaksanakan pekerjaannya.

Jadi dilarang keras: melakukan/mengagungkan batu, kayu, serta mengeramatkan segala hasil karya manusia biasa. Dilarang mengagungkan serta minta pertolongan rokh penasaran, jin/setan dan sebagainya.

Semboyan Warga Sapta Darma :

”Satria Utama, yang disayangi serta dilindungi oleh Hyang Maha Kuasa, dijauhkan dari perbuatan dan sikap angkara murka.”

Maka Warga Kerokhaniaan Sapta Dharma bila sungguh-sungguh mencitacitakan dengan menjalankan wewarah ajaran yang telah diajarkan oleh Penuntun Agung Kerokhaniaan Sapta Darma, pasti dapat mencapai kesempurnaan pribadi serta kebahagiaan hidup di dunia dan akherat.

BAB III.
WEWARAH TUMUH KEWAJIBAN DAN AMAL WARGA
KEROKHANIAN SAPTA DARMA, SERTA
PENJELASANNYA.

1. Setia dan tawakal pada adanya Pancasila Allah. Yang dimaksud dengan Pancasila Allah, ialah lima sifat mutlak dari keluhuran Allah, yaitu :
 - a. Allah Hyang Maha Agung: artinya keagungan Allah tiada yang menyamai lagi.
 - b. Allah Hyang Maha Rokhim: Artinya tiada yang menyamai sifat yang belas kasihan.
 - c. Allah Hyang Maha Adil: Artinya tiada yang menyamai lagi akan keadilannya.
 - d. Allah Yang Maha Wasesa: Artinya kuasa Allah tiada yang menyamai. Dan berarti pula bahwa Allah Yang Wasesa (menguasai) alam semesta serta segala isinya yang terjadi.
 - e. Allah Yang Maha Langgeng: Artinya tiada yang menyamai keabadian Allah.

Maka dari itu, manusia yang diadakan, dihidupi serta dijadikan makhluk yang tertinggi olehNya.

1. Hendaknya memiliki sifat-sifat kelebihan budi (Jawa: berbudi) terhadap sesama umat.
2. Hendaknya memiliki sifat-sifat belas kasihan sesama umat.
3. Hendaknya berperasaan serta bertindak adil yang berarti tak membedakan.
4. Hendaknya menyadari bahwa manusia dalam Kuasa (Purbowasesa) Allah.
5. Hendaknya menyadari bahwa hanya rohani manusia yang berasal dari Sinar Cahaya Allah yang bersifat abadi.

Sebagaimana tadi telah disebut di muka, maka manusia sebagai makhluk yang tertinggi di dunia mempunyai kewajiban hidup dalam darma kerokhanian ialah: melakukan sujud menghadapnya rokh suci kita ke hadapan Hyang Maha Kuasa setiap harinya dan didasari dengan kesadaran mengakui serta menginsyafi dan meluhurkan 5 (lima) Sila dari pada Allah yang merupakan sikap perwujudan kehendak Allah.

Maka manusia seharusnya ingat dan sadar dan berusaha menyelaraskan diri dengan 5 (lima) Sila dari pada Tuhan itu sebagai dasar. Sebab kehendak Tuhan adalah tersirat dalam 5 (lima) Sila tersebut, sehingga **barang siapa** yang dapat menyelaraskan diri dengan dasar kehendak Tuhan, maka mereka dapat dikurniai kebahagiaan hidup oleh Tuhan di dunia maupun di akherat.

Cara menjalankan darma kejasmanian selain kita selalu mendasarkan diri pada 5 Sila Tuhan tadi sebagai pedoman hidup sehari-hari, maka sebagai ancar-ancar telah disebutkan dalam wewarah No. 2 sampai dengan No. 7.

2. Dengan jujur dan suci hati, harus setia menjalankan Perundang-undangan Negeranya.

Tiap orang pada umumnya menjadi warga negara suatu negara.

Mengingat U.U. Negara merupakan pengaturan/penertiban warganya demi tercapainya keselamatan, kesejahteraan serta kebahagiaannya, maka adalah menjadi suatu keharusan bahwa W.N. menjunjung tinggi; menjalankannya dengan jujur dan suci hati serta penuh keikhlasan akan U.U. Negeranya.

Seperti misalnya warga Sapta Darma Warga Negara Republik Indonesia, harus menjunjung tinggi menjalankan dengan penuh: Kejujuran, keikhlasan, kesadaran, kesetiaan dan kesucian akan U.U. Negeranya.

Sebagaimana kita hidup di dunia menjadi Warga dalam suatu Negara tertentu maka orang itu sendiri sebagai warga K.S.D. harus taat dengan jujur dan suci hati dan penuh keikhlasan untuk menjalankan segala perundang-undangan.

Dalam Negara Indonesia yang berdasarkan Panca Sila ialah :

1. Ketuhanan Yang Maha Esa.
2. Kemanusiaan yang adil dan beradab.
3. Persatuan Indonesia.
4. Kerakyatan yang dipimpin oleh hikmat kebijaksanaan dalam permusyawaratan perwakilan.
5. Keadilan Sosial bagi seluruh Rakyat Indonesia.

Inilah merupakan kewajiban dari warga K.S.D. warga Negara Indonesia harus melaksanakan menegakkan serta mengamalkan Pancasila sebagai dasar falsafah Negara Republik Indonesia. Selain itu pula harus melaksanakan dan taat kepada per-Undang-undangan Negara Indonesia yang berlaku sekarang atau Hukum Positif.

3. Turut serta menyingsingkan lengan baju menegakkan berdirinya Nusa dan Bangsaanya.

Dalam rangka membina/berjuang demi tercapainya keadilan, kemakmuran, kesejahteraan, kebahagiaan dan kejayaan bangsaanya.

Warga Kerokhaniaan Sapta Darma tak boleh absen, masa bodoh atau ingkar dari tanggung jawab. Melainkan harus turut serta menyingsingkan lengan baju bersama-sama/bahu-membahu berjuang sepenuhnya dalam batas

kemampuan, keahlian serta pada bidangnya masing-masing. Baik bantuan itu berupa tenaga, benda maupun pikiran. Lebih-lebih : dalam rangka pembinaan watak dan pembentukan jiwa manusia. Kerokhaniaan Sapta Darma telah mempunyai cara-cara yang praktis dan berhasil baik.

4. Menolong kepada siapa saja bila perlu, tanpa mengharapkan sesuatu balasan, melainkan berdasarkan rasa cinta dan kasih.

Alat serta cara memberikan pertolongan itu bermacam-macam seperti misalnya dengan tenaga, harta, benda dan pikiran.

Bagi Warga Kerokhaniaan Sapta Darma bentuk pertolongan selain tersebut di atas masih ditambah lagi dengan: Sabda Usada. Yaitu pertolongan Sabda Usada guna menyembuhkan orang sakit.

Dalam memberikan pertolongan pangusadan janganlah didasarkan atas pengharapan untuk menerima balasan, melainkan pertolongan itu diberikan hanya atas dasar rasa cinta dan kasih terhadap sesama umat.

Lebih-lebih dalam pertolongan Sabda Usada. Sebab dalam hal ini manusia hanya sebagai perantara akan ke-Rokhiman Allah.

Karenanya, bagi mereka yang melanggar Wewarah ini terserah akan hukuman Tuhan.

5. Berani hidup berdasarkan kepercayaan atas kekuatan diri sendiri.

Oleh Yang Maha Kuasa manusia telah diberi akal, budi pakarti serta alat-alat yang cukup guna berusaha/berjuang memenuhi kebutuhan hidupnya : baik kebutuhan yang jasmaniah maupun yang rokhaniah. Warga Sapta Darma harus melatih/membiasakan diri berusaha bekerja/berjuang demi terpenuhinya kebutuhan hidup atas kepercayaan penuh akan kekuatan diri sendiri. Jadi berarti : tidak boleh menggantungkan akan pertolongan orang lain.

Berjuang dengan jujur, tidak boleh menginginkan milik orang lain. Apalagi membiarkan merajalelanya nafsu angkara yang merugikan sesama. Harus penuh kepercayaan, bahwa bekerja secara jujur dengan penuh kesungguhan atas dasar keluhuran budi, akan dapat memenuhi kebutuhan hidupnya. Lebih-lebih dalam kehidupan Rokhani Warga Sapta Darma harus bertanggung jawab pada dirinya sampai akhirnya dipanggil oleh Tuhan Yang Maha Esa.

6. Sikapnya dalam hidup bermasyarakat, kekeluargaan harus susila beserta halusnya budi pekerti, selalu merupakan petunjuk jalan yang mengandung jasa serta memuaskan.

Hidup bermasyarakat, dimaksud hidup bersama-sama dengan orang lain di tengah-tengah masyarakat.

Warga Kerokhanian Sapta Darma harus dapat bergaul dengan siapa saja, tanpa memandang jenis kelamin, umur maupun kedudukan dengan pengertian bahwa dalam hidup bersama sikapnya harus susila, sopan santun penuh kerendahan diri tak boleh congkak maupun sombong. Dan tak boleh mengambil sikap membeda-bedakan dalam arti yang kurang baik.

Lebih-lebih sikapnya terhadap lain jenis harus penuh kesucilaan atas dasar sifat keluhuran budi.

7. Yakin bahwa keadaan dunia itu tidak abadi, melainkan selalu berubah-ubah (Anyakra manggilingan).

Perubahan keadaan di dunia laksana berputarnya roda. Karenanya Warga Sapta Darma harus memahami ini. Hingga dengan demikian Warga Sapta Darma tidak boleh bersifat statis dogmatis, tetapi harus penuh dinamika.

Pandai membawa serta menyesuaikan diri dengan mengingat waktu dan tempat (\pm situasi).

KESIMPULAN :

Wewarah 7 tersebut di atas merupakan suatu kesatuan yang bulat. Satu sama lain bersangkutan-paut yang berarti tak terpisah-pisah/berdiri sendiri.

Jadi yang disebut Warga Sapta Darma, adalah mereka yang betul-betul dapat menjalankan serta mengamalkan Wewarah 7.

(Sapta (= tujuh; Darma = kewajiban suci atau bakti).

BAB IV. SIMBUL PRIBADI MANUSIA

Simbul berarti gambaran atau lambang (Simbul pribadi manusia). Simbul Sapta Darma (= Simbul pribadi manusia), menggambarkan asal, sifat serta pribadi manusia.

KETERANGAN :

1. Bentuk segi empat belah ketupat menggambarkan asal terjadinya manusia, yaitu :

- a. Sudut puncak : Sinar Cahaya Allah.
- b. Sudut bawah : Sari-sari Bumi.
- c. Sudut kanan & kiri : perantaranya, ialah Ayah dan Ibu.

2. Tepi belah ketupat yang berwarna hijau tua, menggambarkan wadag (= raga) manusia.

3. Dasar warna hijau muda (= maya), merupakan gambar Sinar Cahaya Allah atau Sinar Cahaya Tuhan.

Berarti bahwa di dalam wadag/raga manusia diliputi Sinar-sinar Cahaya Allah.

4. Ketiga segi-tiga sama sisi yang sama dan sebangun serta berwarna putih menunjukkan bahwa asal terjadinya (= dumadi) manusia dari tritunggal, ialah :

- a. Sinar-sinar Cahaya Allah (Nur Cahaya).
- b. Air Sarinya Bapa (Nur Rasa).
- c. Air Sarinya Ibu (Nur Buat).

Yang digambarkan oleh segi-tiga yang kiri, kanan dan atas. Warna putih serta bentuk yang sama dan sebangun menunjukkan bahwa asal manusia dari barang yang suci/bersih, baik luar maupun dalamnya.

Garis kuning yang ada di tepi segi-tiga mempunyai arti bahwa ketiganya asal manusia tersebut mengandung sinar Cahaya Allah.

Ini dimaksudkan, agar tiap-tiap manusia menyadari bahwa ia berasal/dumadi dari barang yang suci (= bersih). Karenanya harap selalu berusaha kembali pada kesucian seperti asalnya. Jalannya ialah hidup di jalan Tuhan yang berarti bertindak/bersikap demi keluhuran/kesucian jasmani dan rohani.

5. Ketiga segi-tiga tersebut memiliki 9 sudut (3×3).

Menggambarkan bahwa manusia memiliki 9 lobang (Bahasa Jawa = Babahan hawa sanga), ialah :

mata	= 2	mulut	= 1
hidung	= 2	kemaluan	= 1
telinga	= 2	pelepasan	= 1

6. Lingkaran menggambarkan: keadaan yang senantiasa berubah-ubah (Cakra manggilingan). Manusia akan kembali ke asalnya, bila selama ia hidup di dunia fana ia berjalan di jalan Tuhan atau bertabiat, bersikap serta bertindak atas dasar keluhuran budi. Yaitu: Rokhaninya akan kembali ke Alam Abadi, jasmaninya akan kembali ke Bumi.

a. Lingkaran berwarna hitam menggambarkan bahwa manusia memiliki hawa hitam atau nafsu angkara. Bentuknya ialah dalam kata-kata kotor/kasar yang dikeluarkan/diucapkan melalui mulut.

Pengertian: Asal hawa hitam ialah karena pengaruh hawa/getaran yang membeku.

Caranya menghilangkan bekunya hawa tersebut ialah rajin sujud sesuai wewarah, serta mengusahakan berkata-kata yang baik, tidak kotor/kasar serta baik terhadap siapapun juga.

b. Lingkaran berwarna merah adalah petunjuk adanya nafsu amarah pada manusia. Nafsu ini timbul akibat rangsangan suara yang tidak enak didengar oleh telinga. Sifatnya mudah sekali timbul/menyala (= muntab) menimbulkan kemarahan. Jadi manusia harus dapat menuntun/menindas sifat-sifat yang jelek tersebut. Caranya ialah : supaya jangan mendengarkan suara-suara yang tidak enak/yang jelek.

Meskipun mendengar, jangan sampai/tidak usah dirasakan.

c. Warna kuning menunjukkan adanya nafsu keinginan (= pepinginan) yang timbul karena pengaruh indra mata akibat rangsang sesuatu yang terlihat oleh mata.

Jadi berarti segala sifat atau kemauan yang timbul karena pengaruh indra: mata yang sedang melihat/terlihat sesuatu, harus disalurkan atau ditunjukkan kepada keinginan, sifat, atau kemauan yang baik serta benar.

d. Warna putih menggambarkan perbuatan/tindakan yang suci. Ini adalah akibat pengaruh indra hidung (pencium) yang menerima rangsang berupa bau-bauan. Artinya indra ini hanya mau menerima rangsang (bau-bauan) baik, suci dan bersih; dan menolak yang kotor-kotor/yang tidak bersih.

Maka bila manusia ingin mempunyai ketajaman (waskita), hendaknya mulut, telinga, dan mata bertindak seperti hidung. Karena hidung telah memiliki ketajaman. Yang berarti mata guna melihat barang yang baik, telinga guna mendengarkan suara yang baik, mulut guna berkata-kata yang baik.

Hingga dengan demikian manusia dapat mencocokkan/mempertemukan perbuatan dengan asalnya yaitu keberhasilan atau kesucian.

e. Besar kecilnya lingkaran menunjukkan besar kecilnya 4 sifat tersebut yang dimiliki manusia.

Dengan demikian manusia mengetahui serta dapat menggolong-golongkan segala kemauan-kemauan dan tindakannya terhadap golongan warna hitam, merah, kuning dan putih.

7. Lingkaran di tengah-tengah berwarna putih yang tertutup oleh gambar Semar menggambarkan: lubang pada ubun-ubun manusia (= merupakan lubang yang ke-10 yang tertutup = pudak sinumpel).

Warna putih yang ada gambar Semar maupun menggambarkan Nur Cahaya atau Nur Putih ialah bahwa suci (Hyang Maha Suci) yang dapat berhubungan dengan Hyang Maha Kuasa.

Artinya: menyatu padukan rasa di ubun-ubun hingga mewujudkan Nur Putih yang dapat menghadap Hyang Maha Kuasa.

8. Gambar Semar juga mengkiaskan budi luhur dan Nur Cahaya.

Maksudnya : Warga Sapta Darma supaya berusaha memiliki keluhuran budi seperti Semar.

Semar menunjuk dengan jari telunjuk.

Hal ini memberikan petunjuk pada manusia, bahwa hanya ada satu sesama. Yaitu Hyang Maha Kuasa (Tuhan Yang Maha Esa).

Semar menggenggam menggambarkan bahwa ia telah memiliki keluhuran.

Semar pakai klintingan, artinya klintingan adalah suatu tanda (suara) agar orang mendengar bila telah dibunyikan.

Maka bilamana kita sebagai tuntunan (warga) Sapta Darma, haruslah kita selalu memberikan keterangan-keterangan/penerangan-penerangan (berdarma) budi pekerti yang luhur kepada siapa saja agar mereka mengerti tujuan yang luhur itu.

Semar memakai pusaka menunjukkan, bahwa tutur katanya (sabdanya) selalu suci (putih).

Lipatan kainnya 5 menunjukkan, bahwa Semar telah memiliki/dapat menjalani (= nglenggahi) Lima Sila Allah : Agung, Rokhim, Adil, Sawesa dan Langgeng.

Maka dari itu Warga Sapta Darma supaya meniru/berusaha dapat melakukan jejak Semar seperti yang tersebut di atas. Atau memiliki pribadi seperti Semar.

Sebab Semar itu dapat langsung berhubungan dengan Hyang Maha Kuasa.

Dan meskipun jelek rupanya, tapi luhur budinya.

Maka diperibahasakan: "Semar adalah dewa yang menjelma (mangejawantah)."

9. Tulisan dengan huruf Jawa : **Napsu budi pakarti.**

Memberi petunjuk bahwa manusia memiliki nafsu budi dan pakarti baik luhur maupun rendah atau yang baik maupun yang buruk. Warga Sapta Darma berusaha mencapai, Budi Pakarti yang luhur.

Tulisan Sapta Darma berarti: Sapta berarti: 7; Darma berarti = amal kewajiban Suci (= Bakti).

Maka dari itu Warga Sapta Darma wajib menjalankan/amalkan isi Wewarah 7 seperti yang dikehendaki Hyang Maha Kuasa.

Jadi sesuai dengan keterangan tersebut di atas, Simbul Sapta Darma menggambarkan asal dan isi manusia, yang harus dimengerti serta diusahakan oleh manusia demi tercapainya keluhuran budi seusi dengan Wewarah Sapta Darma.

BAB V. SUJUD DAN PENJELASANNYA

Warga Sapta Darma diwajibkan sujud dalam sehari semalam (24 jam) sedikit-dikitnya sekali. Lebih dari itu lebih baik, dengan pengertian bahwa yang penting bukan banyak kalinya ia melakukan sujud, tetapi kesungguhan sujudnya (= Emating sujud).

Bila sujud dilakukan di Sanggar, dapat dilakukan bersama-sama dengan Tuntunan dan dapat sewaktu-waktu. Namun lebih baik waktu ditentukan.

Sikap duduk.

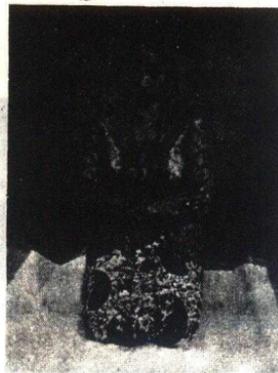
Duduk tegak menghadap ke Timur (= Timur/Kawitan/Asal), artinya di waktu sujud manusia harus menyadari/mengetahui asalnya. Bagi pria duduk **bersila** kaki kanan di depan yang kiri. Bagi wanita **bertimpuh**. Namun diperkenankan, mengambil sikap duduk seenaknya asal tidak meninggalkan kesucian sikap duduk dan mengganggu jalannya getaran rasa.

Tangan bersidakep, yang akan di depannya yang kiri.

Lihat gambar no. 1 dan 2.



No. 1



No. 2

Selanjutnya menenteramkan badan, mata melihat ke depan ke satu titik yang terletak \pm 1 meter di tanah tepat di depannya. Kepala dan punggung (Tulang belakang) segaris lurus.

Setelah merasa tenteram, kemudian mengucapkan dalam batin :

Allah Hyang Maha Agung.

Allah Hyang Maha Rokhim.

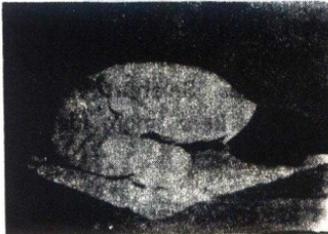
Allah Hyang Maha Adil.

Lebih lanjut, bila telah tenang dan tenteram, terasa ada getaran (hawa) dalam tubuh yang merambat berjalan dari bawah ke atas. Selanjutnya tandanya = ujung lidah terasa dingin kena angin (Jawa : pating trecep).

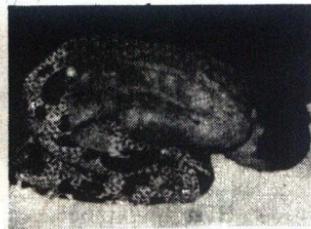
Rasa merambat ke atas ke kepala, karenanya mata lalu terpejam dengan sendirinya. Bila kepala sudah terasa berat, tanda bahwa rasa telah berkumpul di kepala. Hal ini menjadikan badan tergoyang dengan sendirinya. Kemudian dimulai merasakan jalannya air sari yang ada di tulang ekor. (Jawa: brutu atau silit kodok). Jalannya air sari merambat halus sekali, naik seolah-olah mendorong tubuh membungkuk ke muka. Membungkuknya badan diikuti terus, (bukan karena kemauan tapi karena rasa) sampai dahi menyentuh tanah/tikar. Setelah dahi menyentuh tanah, dalam batin mengucapkan :

"Hyang Maha Suci sujud Hyang Maha Kuasa" sampai 3 kali.

Lihat gambar no. 3 dan 4.



no. 3



no. 4

Selesai mengucapkan, kepala diangkat perlahan-lahan, hingga badan dalam sikap duduk tegak lagi seperti semula.

Mengulang lagi merasakan seperti tersebut di atas, sehingga dahi menyentuh tanah/tikar lagi. Setelah dahi menyentuh tanah/tikar diucapkan di dalam batin :

”Kesalahannya Yang Maha Suci mohon ampun Hyang Maha Kuasa” sampai tiga kali.

Dengan perlahan-lahan tegak kembali, lalu mengulang merasakan lagi sampai dahi menyentuh tanah/tikar yang ke-3 kalinya.

Kemudian dalam batin diucapkan :

”Hyang Maha Suci bertobat Hyang Maha Kuasa,” sampai 3 kali.

Akhirnya duduk tegak kembali, masih tetap dalam sikap tersebut hingga beberapa menit lagi: baru kemudian sujud selesai.

KETERANGAN : Ucapan dalam sujud.

1. Allah Hyang Maha : Agung, Rokhim, Adil, maksudnya :

a. mengagungkan/meluhurkan Nama Allah.

b. mengingat-ingat akan sifat mutlak keluhuran Allah.

Ucapan itu tak hanya diucapkan dalam mulai sujud, tetapi juga diucapkan bila Warga Sapta Darma akan memulai semadi (Ening).

2. Hyang Maha Suci sujud Hyang Maha Kuasa. Hyang Maha Suci ialah sebutan bagi rokh suci seorang manusia yang berasal dari Sinar-sinar Cahaya Allah ialah yang meliputi seluruh tubuh seorang manusia.

Maha berarti Ter (= paling).

Kuasa berarti Kuasa atau menguasai.

Maha Suci berarti Meliputi/tersuci (terputih).

Jadi maksudnya adalah kesucian yang meliputi pribadi kita bersujud pada Hyang Maha Kuasa.

Hyang Maha Kuasa adalah sebutan Allah yang menguasai alam seisinya termasuk manusia baik rokhaniah maupun jasmaniahnya.

Sujud berarti: penyerahan diri pada Hyang Maha Kuasa atau menyembah Hyang Maha Kuasa. Jadi berarti: Rokh Suci kita menyerahkan purbawasesa pada Hyang Maha Kuasa.

3. Kesalahannya Hyang Maha Suci mohon ampun Yang Maha Kuasa.

Maksudnya: setelah meneliti dan menyadari kesalahan-kesalahan (dosa-dosa) setiap harinya, maka selalu Rokh Suci mohon ampun padaNya akan segala dosa-dosanya tersebut.

4. Hyang Maha Suci bertobat Hyang Maha Kuasa.

Akhirnya penelitian pada kesadaran akan dosa setiap harinya, maka setelah mohon ampun lalu bertaubat yang artinya dan maknanya berusaha untuk tidak berbuat kesalahan/dosa lagi.

PERINGATAN :

Warga Sapta Darma harap melatih sungguh-sungguh menuju kesempurnaan sujudnya sesuai dengan Wewarah. Maksudnya dalam melakukan sujud jangan sampai sujud wadag atau sujud kemauan, karena bila demikian sujudnya tidak mempunyai arti.

Dapat dikatakan sujudnya: hanya ikut-ikutan saja (Jawa: sujud rubuh-rubuh gedang). Adapun sujud yang diterangkan di atas (dengan tiga kali membungkuk) disebut sujud Dasar atau Sujud Wajib.

BAB VI.
GUNANYA SUJUD SERTA KETERANGAN
ASALNYA AIR SUCI

Sujud yang dilakukan dengan penuh kesungguhan seperti petunjuk Bab V mempunyai arti dan berguna yang besar sekali. Dalam 24 jam (sehari semalam) sedikit-dikitnya dilakukan satu kali dengan pengertian bukan banyaknya melakukan sujud, tetapi adalah kesungguhannya.

Jadi tak boleh tergesa-gesa, memburu lekas selesai.

Berhubung dengan itu, bila sujud harap dipilih waktu yang sesuai, yaitu yang tenang tenteram dalam waktu senggang dari pekerjaan ;

Sebenarnya sujud menurut Wewarah tersebut, bila dialami serta diteliti sungguh-sungguh adalah membimbing/menuntun jalannya air sari. Air sari yang telah tersaring sungguh-sungguh, serta menuntun Sinar Cahaya yang ada/meliputi seluruh tubuh, diratakan sampai ke sel-sel yang sedalam-dalamnya.

Yang perlu dimengerti adalah :

Apakah sebenarnya getaran-getaran serta air sari itu, dari mana asalnya dan di mana tempatnya.

Getaran atau Sinar Cahaya Allah adalah cahaya yang digambarkan berwarna hijau muda (= maya) yang ada di dalam seluruh pribadi manusia.

Adapun air sari atau air putih/Suci berasal dari Sari Bumi yang akhirnya menjadi bahan makanan yang dimakan manusia. Sari-sari makanan tersebut mewujudkan air sari yang tempatnya di ekor (Jawa Cetik/Silit kodok/Brutu). Bersatu padunya Getaran Sinar Cahaya dengan getaran Air Sari yang merambat berjalan halus sekali di seluruh tubuh, menimbulkan daya kekuatan yang besar sekali. Daya kekuatan ini disebut: Atoom Berjiwa yang ada pada pribadi manusia.

Jadi kekuatan ini mempunyai arti dan guna yang besar seperti antaranya :

- dapat memberantas kuman-kuman penyakit dalam tubuh.
- dapat menenteramkan/menindas nafsu angkara.
- dapat menyerdaskan pikiran.
- dapat memiliki kewaskitaan, seperti kewaskitaan akan penglihatan, pendengaran, pembauan, tutur kata, atau percakapan serta kewaskitan rasa.

Bila telah memusat di ubun-ubun akan mewujudkan Nur Putih, akhirnya naik menghadap Hyang Maha Kuasa untuk menerima perintah-perintah/

petunjuk-petunjuk yang berupa isyarat/kias seperti berupa gegambaran, tulisan-tulisan (tulisan tanpa papan = sastra jendra hayuningrat).

Sekali lagi dikatakan, bahwa syarat untuk memiliki kemampuan itu semua, tiada lain adalah pengolahan/penyempurnaan budi pekerti yang menuju keluhuran pada sikap dan tindakan sehari-hari.

Pengolahan/penyempurnaan pribadi itu, bagi para pemeluk yang sudah dapat/mampu, adalah berarti selalu mencetak atoom berjiwa pada pribadinya. Atoom tersebut digunakan untuk peri-kemanusiaan ialah menolong orang yang menderita sakit.

BAB VII.
PENYEMBUHAN ORANG SAKIT
SERTA CARA - CARANYA

Penyembuhan yang dilakukan oleh Warga Sapta Darma adalah penyembuhan di jalan Tuhan.

Artinya: melakukan penyembuhan itu dilaksanakan atas kuasa dan sesuai dengan petunjuk-petunjuk dari Hyang Maha Kuasa.

Bagi Warga Sapta Darma diwajibkan pula menolong mengobati kepada sekalian Umat yang sedang sakit apabila diperlukan.

Pertolongan dalam hal ini dilarang sama sekali untuk mengharapkan balas jasa, baik berupa apapun saja selain berdasarkan atas cinta kasih atau belas kasihan. Jadi melulu menjalankan sikap Kerokhiman Allah.

Murka/hukum Tuhan menimpa mereka yang melanggar tersebut. Sebaliknya, Tuhan akan selalu memberi kurnia dan kekuatan kepada mereka yang setia sepenuh hati menjalankan perintah-perintah dan petunjuk-petunjukNya. Kurnia Allah datang dalam segala waktu dan berasal dari segala tempat, yang berarti ta' dapat diduga sebelumnya.

CARA MENGOBATI ialah penyembuhan di jalan Tuhan.

1. Ening sambil memandang bagian badan si pasien (si penderita) yang sakit. Setelah merasa bahwa seluruh rasa terkumpul di dalam mulut, dengan tanda lidah seperti terbelai angin (Jawa: pating trecep) dan ujung lidah terasa berat, maka dalam batin menyebut nama Allah (Allah Hyang Maha Agung. Allah Yang Maha Rokhim. Allah Hyang Maha Adil), kemudian menyabda: Sembuh (Waras).

Selanjutnya si pasien/sisakit disuruh merasakan keadaan badannya.

2. Bagi mereka yang sakitnya telah menahun (Bertahun-tahun), atau sakit bagian dalamnya seperti antara lain: paru-paru, asma, ayan, lepra, nier (ginjal), tekanan darah tinggi, seyogyanya mereka itu dituntuni sujud yang sungguh-sungguh (emat).

Setelah melakukan sujud, lalu di dalam batin supaya mengucapkan: "Minta geraknya Nur Rasa", kemudian disuruh ening, rasa ditujukan pada tangan. Bila tangannya telah bergerak (bergerak): lalu diminta mengucapkan: "Mohon diobati hingga sembuh". Gerak tangan itu diikuti kemana arahnya guna mengobati sakitnya, hingga badan menjadi ringan/enak.

Mana kala penyakit telah sembuh, bagi yang habis sakit boleh meneruskan sujudnya, boleh tidak. Artinya diteruskan sujud ya baik, tidakpun tidak apa-apa.

Soalnya : Untung rugi pada pribadi masing-masing yang merasakan. Jadi Warga Sapta Darma tak boleh memaksa pada siapapun saja dalam hal sujud maupun untuk menjadi Warga Sapta Darma.

3. Apabila Warga Sapta Darma sendiri yang sakit, maka cara mengobatinya seperti yang dijelaskan pada sub 2 tersebut di atas, yaitu sujud yang emat (sungguh-sungguh) lalu minta gerakanya Nur Rasa untuk mengobati sakitnya sendiri hingga sembuh.

(Ini adalah mengingat Wewarah No. 5 (Berani hidup berdasarkan kepercayaan atas kekuatan diri sendiri).

Jadi Warga Sapta Darma harus dapat/sanggup mengobati dirinya sendiri tak boleh minta tolong pada warga yang lain.

Hanya dalam keadaan yang istimewa, di mana ia tak dapat/sanggup lagi melakukan pengobatan sendiri dalam arti tak dapat melakukan seperti yang diterangkan pada sub 2 di atas seperti misalnya: dalam keadaan lumpuh, maka diperkenankan Warga Sapta Darma yang lain melakukan pertolongan untuk mengobatinya.

4. Bagi orang sakit yang telah payah sekali, hingga ada rasa bahwa sisakit tidak dapat sembuh, maka Warga Sapta Darma harus dapat menggunakan kewaspadaan atau kewaskitaan.

Yaitu supaya dieningkan dengan mata terpejam, bagaimana kias (isyarat) atau tanda-tanda bagi sisakit. Artinya bila ada gegambaran atau tanda-tanda seperti: burung yang kekablak (menggerak-gerakkan sayapnya) atau burung terbang, pohon kering/menjadi kering, orang duduk membelakangi atau tercium bau jenazah berarti bahwa telah sampai waktunya bagi sisakit, atau sudah sampai pada garis yang ditentukan oleh Hyang Maha Kuasa. Dalam hal ini meskipun disabda sembuh (waras) penyakit menjadi sembuh namun umur telah sampai pada janji untuk diambil kembali oleh Hyang Maha Kuasa. Jadi ajal tak dapat dielakkan lagi.

Apabila di waktu ening kita lihat tanda-tanda/gegambaran seperti: pohon beringin, bunga mawar yang kembang (mekar) ini adalah petunjuk bahwa: sisakit akan sembuh.

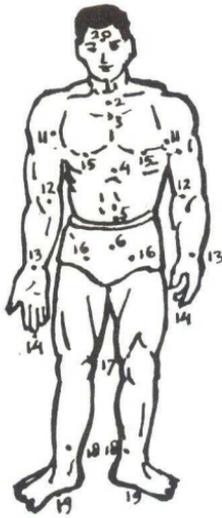
5. Bagi mereka yang sakit lumpuh, atau badannya mati sebelah cara mengobatinya seperti yang diterangkan pada sub 1 di atas, yaitu simpul-simpul tali rasanya bagian tubuh diuyeg (diguyar-guyar) dengan jari tengah tangan kanan. Kemudian disuruh menggerakkan tangan dan kakinya, dan akhirnya, disabda "sembuh" (waras).

6. Untuk orang gila, sakit syaraf; cara mengobatinya ialah bagian otak kecilnya (kepala bagian belakang agak bawah) diuyeg dengan jari tengah tangan kanan sambil ening. Satria Utama (tempatnyanya diantara ke 2 kening) ditampar (ditempeleng) perlahan-lahan dengan telapak tangan kanan 3 kali lalu disabda "sembuh" (waras).

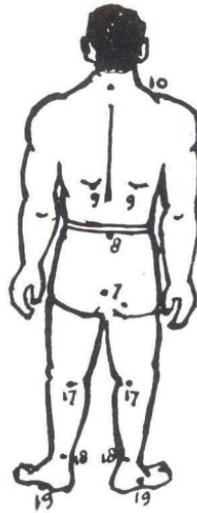
BAB VIII. TALI RASA

Manusia hidup memiliki rasa yang jalannya tali temali merupakan saluran-saluran yang disebut: TALI RASA di beberapa tempat, tali rasa/saluran-rasa tersebut mewujudkan simpul, yaitu merupakan sentral rasa setempat. Di seluruh tubuh ada 20 sentral/simpul tali rasa, dan ditandai abjad huruf Jawa sebagai berikut :

1. Ha — di dagu (di tengah-tengah).
2. Na — di tengkuk (lubang, leher, tempat di atas pertemuan kedua tulang selangka).
3. Ca — di atas tonjolan pertemuan kedua tulang rusuk yang no. 2 (di dada).
4. Ra — di lubang tempat di bawah tulang stenum (tulang dada tempat pertemuan lubang rusuk = kecer hati).
5. Ka — di pusat perut.
6. Da — di tengah-tengah dahi tulang kemaluan.
7. Ta — di ujung tulang ekor.
8. Sa — di tulang belakang tepat di belakang pusat perut.
9. Wa — di bawah ujung tulang bahu (tulang scapula).
10. La — di pundak (tonjolan ujung tulang belakang yang di atas).
11. Pa — di tengah/ketiak.
12. Da — di Siku.
13. Ja — di tengah-tengah pergelangan tangan bagian depan.
14. Ya — di tengah-tengah telapak tangan (pangkal jari tengah).
15. Nya — di Susu kanan kiri (bagi wanita di pangkal lipatan buah dada).
16. Ma — di tengah-tengan pangkal paha.
17. Ga — di tengah-tengah belakang lutut (lipatan lutut)
18. Ba — di atas tumit aschilles bagian dalam.
19. Ta — di tengah-tengah telapak kaki.
20. Nga — di pangkal hidung (di tengah-tengah antara kedua kening).



No. 5



No. 6

GUNANYA MENGETAHUI TALI RASA

Bila warga Sapta Darma menolong mengobati/menyembuhkan orang yang mati urat syarafnya seperti: lumpuh, mati separo, setelah ening, maka simpul-simpul tali rasa bagian tubuh yang lumpuh tadi diuyeg-uyeg (diguyargar) sambil ening, kemudian disabda sembuh (waras).

PERINGATAN.

Dalam melakukan pertolongan pengobatan, harap senantiasa menjunjung tinggi kesusilaan. Dengan demikian bila yang sakit Wanita, maka Wanita pula yang harus menolong. Demikian pula sebaliknya.

Hanya dalam keadaan yang memaksa sekali, seperti misalnya tiada orang lain yang dapat melakukan pertolongan sedang sipasien harus segera ditolong, maka diperkenankan memberi pertolongan pengobatan penyembuhan terhadap lain jenis.

Dan bila mungkin, sebaiknya disaksikan orang ketiga.

Dengan pembatasan cara melakukan pengobatan tidak diperkenankan dengan memegang.

Jadi hanya dengan sabda saja. Dalam penyembuhan kelumpuhan, setelah disabda kemudian sipasien (orang yang sakit) disuruh menggerak-gerakkan kaki dan tangannya.

BAB IX. ENING (SAMADI)

Yang dimaksud ening/samadi ialah: menenteramkan pikiran (pangrasa) yang beraneka warna angan-angan dan sebagainya. Dengan demikian meski badan bergerak asal hal di atas telah dilakukan maka dapat dikatakan seseorang telah ening.

Sebaliknya meskipun tubuh kelihatan tenang, tetapi pikiran, angan-angan dan sebagainya masih ke sana ke mari, maka belum dapat dikatakan orang itu telah Ening.

Ening samadi pada Kerokhanian Sapta Darma tak diperkenankan dipakai untuk bermain-main, sebab dalam hal ini dilakukan dengan menyebut/meluhurkan nama Allah.

Diperkenankan ening bila melakukan pekerjaan/tugas yang luhur seperti misalnya :

1. Menerima perintah-perintah dari Hyang Maha Kuasa yang berupa isyarat/tanda-tanda, gegambaran-gegambaran, tulisan-tulisan, petunjuk-petunjuk, (Sastro jendro hayuningrat).

2. Memeriksa Arwah orang tua/nenek moyang yang telah meninggal, bagaimana keadaannya sudahkan diterima di hadirat/di sisi Hyang Maha Kuasa (di kasuwargan) atau belum. Bila masih di dalam pasiksan maka kita lakukan sujud, untuk memohonkan ampun dan bertobatnya arwah tersebut akan segala dosa-dosa yang telah dilakukan semasa hidupnya di dunia. Sehingga dengan demikian diterima/dapat diangkat dari alam pasiksan, dan ditempatkan di tempat yang lebih baik.

3. Melihat tempat-tempat yang wingit (keramat = angker) di mana penghuni tempat itu banyak mengganggu manusia. Penghuni yang demikian dapat disingkirkan atau tempat tersebut ditawarkan/hambarkan.

Dengan Ening penghuni tersebut dapat diketahui ujudnya, bagaimana rokh penasaran atau setan-setan yang ada di situ; setelah diketahui, maka lalu rokh tersebut dimohonkan ampun pada Hyang Maha Kuwasa agar dapat ditempatkan di tempat yang semestinya, serta supaya tidak lagi melakukan gangguan pada manusia.

4. Ening dapat dipakai guna mendahului segala tindakan atau tutur kata dengan maksud melatih kesabaran dan sifat yang ber-hati-hati guna menuju pada kebijaksanaan. Dengan demikian sikap, langkah tindakan serta tutur katanya menjadi selalu benar.

Dalam hal Ening dapat dilakukan dengan mata terbuka atau terpejam.

5. Guna melihat saudara/keluarga yang jauh yaitu bilamana ada keperluan yang penting sekali dan ada perasaan yang mendorong untuk itu.

BAB X. TUKAR HAWA, ULAH RASA DAN RACUT

A. TUKAR HAWA :

Adalah suatu usaha/tindakan yang dilakukan untuk melepaskan/menghilangkan kelelahan. Seperti misalnya: sehabis bekerja berat, serta sehabis melakukan perjalanan jauh dan sebagainya.

CARANYA :

Tidur terlentang membujur ke Timur (kepala di Timur) kedua tangan lurus di samping badan telapak tangan menghadap ke atas (seluruh badan dalam keadaan kendor).

Pikiran serta angan-angan ditenangkan atau (dihentikan aktivitasnya). Ini dilakukan selama 10 sampai 15 menit kemudian dihentikan lalu mandi (bila keadaan mengijinkan baik pula mandi dengan air panas).

Dalam tukar hawa ini, hawa getaran yang telah digunakan keluar/dikeluarkan dan melalui pori-pori kulit serta ubun-ubun, dan berganti/diganti dengan hawa yang baru (Segar atau bersih).

Dengan demikian akan terasa bagai telah mengaso yang berjam-jam lamanya. Badan menjadi segar bugar, kekuatan kembali seperti sedia kala.

GAMBAR No. 7



TUKAR HAWA DAN ULAH RASA

B. ULAH RASA :

Ulah rasa adalah suatu usaha/tindakan mengadakan penelitian jalannya rasa dan getaran yang meliputi seluruh tubuh.

CARANYA :

Sehabis melakukan sujud dasar (sujud wajib), ditambah satu bungkukan lagi dan mengucapkan dalam batin minta geraknya rasa. Lalu seperti pada tukar hawa (A) semua pakaian yang menekan (kencang) yang menimbulkan gangguan terhadap jalannya rasa, dikendorkan.

Selanjutnya melakukan pemusatan, untuk merasakan (meneliti) jalannya getaran dari telapak kaki yang merambat perlahan-lahan dan halus sekali meliputi seluruh tubuh ke atas.

Meneliti rasa yang berjalan merambat perlahan melalui seluruh tubuh, sampai pada bagian tubuh yang dalam serta halus.

Juga merasakan jalannya darah serta denyutnya jantung, keluar masuknya hawa baik yang melalui hidung maupun yang melalui pori-pori.

Hal tersebut semua, bila dilatih serta dilakukan dengan kesabaran serta ketelitian, maka dengan ening kita dapat juga mengetahui bagaimana jalannya sari-sari, getaran-getaran yang merata melalui seluruh tubuh serta denyutnya jantung.

C. RACUT.

Racut berarti memisahkan rasa dengan perasaan, dengan tujuan menyatukan diri dengan sinar sentral atau Rokh Suci bersatu dengan sinar sentral.

Ini berarti: Waktu Racut dapat digunakan menghadapkan Hyang Maha Suci ke hadirat Hyang Maha Kuasa.

Jadi selagi kita masih hidup di dunia ini, supaya dapat menyaksikan tempat di mana kelak bila kita kembali ke alam abadi atau surga.

Dengan demikian benarlah kata-kata: = manusia harus dapat mati dalam hidup, supaya dapat mengenal/mengerti rupa dan rasanya.

Maksudnya: Yang dimatikan adalah alam pikirannya, sedang rasanya tetap hidup.

Maka sewaktu Racut, kita dapat mengetahui Rokh kita sendiri naik ke Alam Abadi (akherat atau Surga) menghadap Hyang Maha Kuasa.

Dan Rokh kita dapat mengetahui jasmani yang kita tinggalkan sementara terbaring di bawah.

CARANYA :

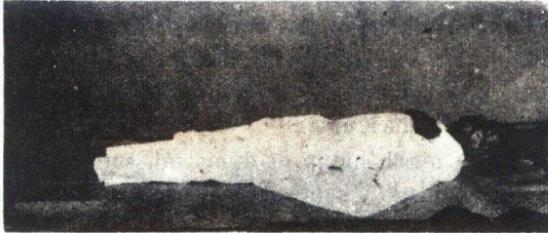
Setelah melakukan sujud wajib (sujud dasar), maka sujudnya ditambah lagi dengan satu bungkukan, yang diakhiri dengan ucapan di dalam batin: "HYANG MAHA SUCI MENGHADAP HYANG MAHA KUASA".

Kemudian lalu berbaring seperti dalam SIKAP ULAH RASA, hanya saja kedua tangan dilipat (bersidakep), tapak tangan ditumpangkan (diletakkan) di atas telapak tangan kiri menghadap ke bawah, dan diletakkan di atas CO (= tonjolan pertemuan kedua tulang rusuk no. 2 di dada di bawah pertemuan kedua tulang selangka).

Segala kegiatan pikiran dan angan-angan tersebut dihentikan Satria Utama (mata satu yang tak dapat rusak) digunakan untuk menyaksikan berangkatnya Hyang Maha Suci (Nur Putih), keluar dari ubun-ubun menghadap Hyang Maha Kuasa.

Mengingat Racut adalah pekerjaan/perbuatan rumit atau sulit, maka memerlukan latihan yang penuh kesabaran, dengan, ketelitian dan kesungguhan serta ketekunan.

GAMBAR
No. 8



Latihan dapat dilakukan di rumah sendiri-sendiri. Racut dapat memungkinkan seseorang dapat memiliki kewaskitaan yang tinggi. Racut ini tidak membahayakan, karena hanya Hyang Maha Suci saja yang meninggalkan jasmani sementara. Sedang 11 saudara yang lain masih tetap menjaga dalam tubuh (badan).

Karena sewaktu racut, masih bernafas, serta masih bisa menerima rangsang melalui indera (pancaindera) tetapi segala rangsang tak tirasakan.

BAB XI.
PERINGATAN

Waktu-waktu turunnya ilham :

1. 27 Desember 1952 jam 01.00 (malam).
Turunnya wahyu pertama: **S u j u d**.
Diterima Bapak Panuntun Sri Gutama di Kediri (Pare).
 2. 13 Februari 1953 jam 10 pagi turunnya wahyu Racut.
 3. 12 Juli 1954, jam 11.00 (siang).
Turunnya Wahyu :
 - a. Simbul Pribadi Manusia.
 - b. Wewarah 7 kewajiban warga Kerokhanian Sapta Darma.
 - c. Sesanti.
 4. 27 Desember 1955 jam 24.00.
Turunnya Wahyu: Nama SRI GUTAMA.
1 Sura Hari Raya Kerokhanian Sapta Darma.
 5. 16 Desember 1964 wafat Panuntun Sri Gutama.
-

KATA PENGANTAR

Kami antar Buku ini untuk menanggapi Dwi Windu Usia Sujud Kerokhaniaan Sapta Darma di Indonesia.

Enam belas tahun sudah pasujudan kita mengalami tingkatan alam kedewasaannya, maka sudah wajarlah apabila para warga Sapta Darma meningkatkan mutu kerokhaniannya dengan Sujud Penggalian.

I. KATA PENDAHULUAN

Dengan Rakhmat Allah Hyang Agung, Maha Rokhim dan Maha Adil, tibalah kami menyusun Buku Pedoman Penggalian ini, dengan harapan untuk memenuhi desakan-desakan/permintaan-permintaan para Tuntunan/Warga Sapta Darma yang ingin meningkatkan mutu Kerokhaniannya.

Penggalian ini diadakan sejak Bapak Panuntun Agung SRI GUTAMA masih hidup, cara-caranya telah dirintis oleh Beliau, sejak keluarnya Buku Dasa Warsa tahun 1962 yang disebut "Penelitian Penyempurnaan Sujud", ialah "Sujud Asal Mula Manusia".

Sujud penggalian ini dijalankan bersama-sama dan diasuh oleh satu atau dua orang Tuntunan, dan beberapa orang Pengawas.

Ini dimaksud agar setiap peserta dapat langsung diawasi sujudnya dan dapat diasuh serta dibimbing mutu kerokhaniannya, menurut kemampuan masing-masing dalam tingkatan pasujudannya.

Karena penggalian ini merupakan hal yang pelik dan halus, maka memerlukan ketekunan, ketelitian serta kemauan yang keras. Juga selain itu memerlukan kejujuran, keikhlasan dan kemampuan.

Semoga dengan keluarnya buku ini akan dapat membantu usaha Saudara dalam meningkatkan mutu Kerokhaniannya sehingga cita-cita Panuntun SRI GAUTAMA Almarhum dan Kerokhanian Sapta Darma akan dapat mencapai tujuannya.

Yogyakarta, 27 Desember 1968.

DWI WINDU KEROKHANIAN
SAPTA DARMA

Penyusun.

II. INTI WEJANGAN PANUNTUN AGUNG SRI GUTAMA

Menurut Sabda Panuntun SRI GUTAMA bahwa :

1. Apabila penelitian sujud yang sempurna telah Saudara jalankan/praktekan dengan betul, maka berarti Saudara telah melakukan penggalian yang sejati, penggalian pribadi yang asli.
2. Apabila Saudara telah berhasil, maka Saudara akan menjadi manusia yang utama terhindar dari jajahan-jajahan getaran-getaran yang kurang/tidak sempurna.
Saudara akan menjadi manusia yang berbudi luhur.

(Halaman 24, Buku Dasa Warsa Kerokhianan Sapta Darma).

III. MODAL PENGGALIAN

1. K E M A U A N
2. K E M A M P U A N
3. K A Y A D A R M A
4. K E J U J U R A N
5. K E I K H L A S A N

Galilah kepribadianmu yang asli (Rasa yang meliputi seluruh tubuhmu).

Untuk menemukan :

Benda hidup yang berguna bagi pribadimu.

IV. DASAR PENGGALIAN

1. Sujud asal mula manusia, ialah "Penelitian Penyempurnaan Sujud" yang tercantum dalam buku Dasa Warsa.
2. Perintah d/p Panuntun Agung SRI GUTAMA Almarhum pada penggalian tanggal 1 s/d 8 Pebruari 1964 di Sanggar Pusat Candi Sapta Rengga Yogyakarta yang langsung dituntuni oleh Bapa Panuntun SRI GUTAMA.
3. Inti d/p wejangan-wejangan Panuntun Agung SRI GUTAMA yang telah digariskan oleh Beliau dalam Penggalian-penggalian di Surabaya tanggal

20 s/d 30 Januari 1963 terakhir di Yogyakarta tanggal 1 s/d 8 Pebruari 1964.

TUJUAN PENGGALIAN

1. Membentuk Ksatria Utama yang ber-Budi Luhur, Berkepribadian dan ber-Kewaspadaan yang tinggi. Itulah manusia-manusia yang dapat Memayuhyuning Bagya Buana.
2. Meningkatkan mutu Kerokhanian para Tuntunan dan Warga Sapta Darma.
3. Menyempurnakan pengabdiannya kepada Hyang Maha Kuasa dan pada Umat Manusia.

V. INTI PENGGALIAN

1. Pengetrapan dan pengertian sujud.
Bahwa pengetrapan sujud K.S.D. adalah bukan hanya sujud wadag saja (jasmani), melainkan sujud Rokhani (Rasa).
2. Menanamkan pengertian kepada para Warga penggali, bahwa arti daripada sujud K.S.D. dengan sebutan :
"Hyang Maha Suci Sujud Hyang Maha Kuasa", betul-betul Hyang Maha Sucinya (Rokh Suci Manusia) yang sujud kepada Hyang Maha Kuasa.
3. Bahwa ucapan dalam "Batin" artinya bukan "batin dalam arti Jasmani" (pikir), melainkan "Batinya-Rokhani".
4. Menurut wejangan Panuntun Agung SRI GUTAMA; dengan sujud penggalian ini Manusia akan dapat "Ngunduh (memetik) Wohing Pakarti" (istilah Panuntun SRI GUTAMA) yang artinya mendapatkan pengertian Kerokhanian.
5. Dalam sujud penggalian ini yang dicapai adalah "Wohing Pakartining Rasa" yang akan menuju "Waskitaning Pangandika". Kata-kata yang tepat dan benar.
6. Dalam tingkatan "Warangka Manjing Curiga" ini para Warga Penggali harus melepaskan sama sekali pamrih Rokhaniah dan Jasmaniah.

VI. TATA TERTIB PENGGALIAN

1. Penggalian ini dilakukan bersama-sama Warga Sapta Darma di Sanggar-sanggar di bawah bimbingan/asuhan seorang atau beberapa orang Tun-

tunan yang sudah pernah melakukan penggalian. Di samping itu ada beberapa orang Warga Pengawas, guna mengawasi para Warga yang sedang melakukan sujud penggalian.

2. Jumlah warga penggali satu kelompok terdiri dari 12 orang Warga. Boleh diadakan dua-tiga atau empat kelompok, hal ini disesuaikan dengan besar kecilnya tempat (Sanggar).
3. Lamanya penggalian ditentukan 12 malam berturut-turut, atau apabila mungkin dapat dilakukan siang malam berturut-turut selama 6 hari, misalnya pagi mulai jam 9.00 s/d jam 14.00; malam mulai jam 20.00 s/d jam 01.00.
4. Selama penggalian sujud dapat dilakukan tiga kali; misalnya dimulai jam 20.00 (jam 08.00 malam); jam 20.00 dan jam 24.00 selesai, atau jam 19.00; jam 21.00 dan jam 23.00 selesai.
5. Tuntunan penggalian harus luwes (supel) melihat keadaan Warga, apabila kelihatannya lesu Tuntunan harus bisa memberi semangat kembali dalam melakukan sujud penggalian.
6. Penggalian yang dimaksud adalah sekaligus merupakan peruwatan "Saudara Duabelas" di dalam pribadi masing-masing Warga, untuk menuju "Jejering Satria Utama", maka tidak mengherankan apabila Warga Penggali mengalami suatu masa krisis, misalnya badan terasa lesu, sakit, bosan dan macam-macam yang dialami dalam penggalian. Masa krisis ini biasanya berjalan selama tiga hari, maka hendaknya Tuntunan Penggalian memberi tahu lebih dahulu sebelum penggalian dimulai.
7. Sesudah hari kedua, pada waktu-waktu istirahat sesudah sujud, para Warga penggali mulai melaporkan hasil pasujudannya kepada Tuntunan Penggalian satu persatu di ruang tersendiri untuk menghindari agar Warga yang lain tidak turut mendengarkan.
8. Masing-masing Warga penggali tidak boleh menceritakan hasilnya kepada Warga yang lain.
9. Pada waktu-waktu tertentu sesudah hari ke tujuh, para Warga Penggali diberi pelajaran untuk berbicara di muka orang banyak, cara-cara berpidato dengan teknik tersendiri menurut ajaran Kerokhanian Sapta Darma.
10. Para Warga Penggali dalam Waktu-waktu yang senggang di rumah, diwajibkan untuk menghafalkan Isi buku Wewarah Jilid ke-I KSD terutama

Tujuan KSD Wewarah Tujuh, Simbol Pribadi Manusia dan Tali Rasa.

11. Di dalam kamar penggalian para Warga tidak diperbolehkan mempercakapkan soal-soal kejasmanian agar supaya suasana penggalian tetap pada "sfeer" (suasana) Kerokhaniaan melulu.
12. Dalam kamar penggalian tidak dibenarkan makan, minum dan merokok, untuk ini sebaiknya disediakan tempat lain.
13. Tempat duduk sebaiknya diundi untuk menjaga ketertiban, hal ini untuk melatih para peserta jangan mempunyai rasa iri hati ingin duduk di depan. Sebab dengan jalan diundi mereka akan merasa puas dengan pilihannya sendiri, lagi pula nomornya harus diingat-ingat untuk mendapatkan giliran laporan.
14. Perlu diingat dan diketahui bersama bahwa Tuntunan, Warga serta Pengawas penggalian sama kewajiban dan tanggung jawabnya. Tuntunan, Warga dan Pengawas penggalian merupakan "Telu-teluning Atunggal" yang sinarnya saling mempengaruhi satu dengan yang lain. Para Warga penggali diharuskan 15 menit sebelum pasujudan dimulai supaya sudah siap di Sanggar penggalian.
15. Akhirnya perlu disadari bersama, bahwa Saudara-saudara akan mendapat penggemblengan langsung dari Hyang Maha Kuasa untuk menjadi Pelopor Budi Luhur bagi Umat Manusia dan jadi Rokhaniwan yang sejati, maka usahakanlah agar waktu Saudara untuk digunakan yang sebaik-baiknya.

VII. TATA CARA PENGGALIAN

Dasar landasan: "Sujud Asal Mula Manusia", yang tercantum di dalam Buku Dasa Warsa.

Sikap duduk dan artinya :

Duduk tegaklurus menghadap ke Timur.

Timur artinya "Kawitan" (asal). Artinya di waktu kita sujud hendaknya kita selalu menyadari bahwa asal mula manusia (kawitan) dari barang yang suci, maka di waktu kita sujud ke Hadapan Hyang Maha Kuasa harus betul-betul suci.

Duduk bersila bagi pria, bertimpuh bagi wanita, bersidakep, mata diarahkan ke muka memandang tajam ke bawah kira-kira satu meter ke depan.

Kepala tidak boleh miring ke kiri atau ke kanan, sebab apabila demikian, akan mengganggu jalannya getaran air suci yang akan naik melalui ruas-ruas tulang-tulang punggung ke otak kecil terus ke otak besar.

Dalam tata cara sujud asal mula Manusia ini kita harus betul-betul menenangkan (istilah: "ening").

Untuk mencapai ening tersebut, maka sebelum kita memejamkan mata, harus memperhatikan jarak satu meter ke depan dengan tenang. Dalam pada itu amat-amatilah betul-betul. Saudara akan mengalami apa, dan hendaknya mata Saudara jangan sampai terpengaruh gerakan ke kanan dan ke kiri, ke bawah dan ke atas serta usahakan pandangan jarak satu meter ke depan. Setelah Saudara memejamkan mata, amat-amatilah mengalami apa. Hendaknya hal ini betul-betul diperhatikan, sampai tercapai saat ketenangan yang sungguh-sungguh. Dengan modal inilah Saudara akan terhindar dari gangguan-gangguan.

Apabila terjadi gangguan-gangguan lagi di dalam sujud ini, maka bukalah mata Saudara tetap dalam pandangan satu meter.

Catatan :

Dalam Kerokhaniaan Sapta Darma tidak ada istilah "konsentrasi", yang ada hanya ening, tenang dan "pasip" (Bhs Daerah : semeleh).

1. Tahap Pertama.

Mulai merasakan getaran kasar naik dari bawah ke atas.

Tanda bahwa getaran kasar telah naik ialah kepala terasa berat dan bergoyang. Getaran yang naik itu turun menutup mata. Setelah mata tertutup getaran itu akan turun terus ke mulut. Mulut terasa tebal, pucuk lidah terasa trecep-trecep dan keluar air liurnya, kemudian air liur kita telan dan dalam batin mengucap dengan tenang :

"Allah Hyang Maha Agung

Allah Hyang Maha Rokhim

Allah Hyang Maha Adil.

2. Tahap Kedua

Pikiran jangan memikirkan apapun melainkan hanya merasakan getaran halus yang naik dengan sendirinya dari tulang ekor sedetik demi sedetik melalui ruas-ruas tulang punggung masuk ke otak kecil terus ke otak besar.

Begitulah seterusnya jalannya getaran air suci yang halus tadi akan naik sedetik demi sedetik (perlahan-lahan) yang mengakibatkan badan akan mem-

bungkuk dengan sendirinya mengikuti jalannya getaran yang halus tersebut.

Sikap lurusnya badan harus tetap terpelihara, artinya membungkuknya jangan sampai melengkung, agar supaya jangan mengganggu jalannya getaran air suci tadi.

Yang penting harus diperhatikan adalah gangguan berupa angan-angan dan pikiran yang datangnya dengan sekonyong-konyong pada waktu sujud sehingga dapat mengganggu kita pada waktu merasakan jalannya getaran yang halus tadi.

Cara menolak gangguan tersebut kita membuka mata dengan sengaja, dan dalam batin mengucapkan :

”Allah Hyang Maha Agung
Allah Hyang Maha Rokhim
Allah Hyang Maha Adil”

Dengan demikian gangguan tersebut akan hilang, dan mata kita tutup kembali. Akan tetapi harus diingat :

1. Sikap tubuh pada waktu ada gangguan harus tetap pada keadaannya.
2. Tempat pada waktu getaran air suci tadi berhenti harus diingat dan setelah kita menutup mata kembali, getaran tersebut diikuti kelanjutan naiknya.

Hal ini perlu sekali diperhatikan, agar tidak terjadi loncatan-loncatan jalannya getaran air suci tadi. Sebab apabila terjadi loncatan, maka tidak akan dapat melewati otak kecil dan menuju ke otak besar. Sebab akhirnya getaran yang suci bersih itu akan mensucikan pribadi kita, terutama di dada kita.

Apabila bungkukan tadi sudah mencapai kira-kira 10 cm dari tikar, kepala kita terasa berat sekali dan selalu akan cepat menyentuh alas tikar (lantai), maka hal ini harus ditahan dan dirasakan betul-betul masuknya getaran dari otak kecil ke otak besar.

Setelah dahi menyentuh alas tikar (lantai) rasakanlah di ubun-ubun kita, akan terasa seperti ada angin dan apabila kita lihat dengan rasa, maka akan terlihat seperti kukus putih yang mengepul ke atas.

Dalam pada itu di ubun-ubun kita ada rasa yang masuk dan sari-sari itu akan turun bersama dan berkumpul pada pangkal lidah yang akan menuju ke ujung lidah lalu terasa trecep-trecep, keluar air liurnya dan ditelan, kemudian baru mengucapkan dalam batin dengan tenang.

”Hyang Maha Suci Sujud Hyang Maha Kuasa” ——— 3X

Menurut ajaran Sapta Darma pada saat inilah getaran kita kontak dengan Hyang Maha Kuasa, sehingga dengan demikian betul-betul Hyang Maha Suci (Rokh kita) sujud ke hadapan Hyang Maha Kuasa.

Setelah selesai bungkukan yang pertama, kemudian badan kita tegakkan kembali (duduk lagi) dan selanjutnya kita duduk tegak lurus, tulang ekor, tulang punggung dan kepala jadi satu garis lurus lagi.

Setelah duduk kembali kita merasakan getaran yang halus yang sudah bersih itu turun ke seluruh tubuh.

Yang perlu kita rasakan ialah turunnya getaran yang bersih tadi yang akan mensucikan dada kita, maka telitilah betul-betul bagian-bagian dada kita yang dilalui getaran tersebut.

Apabila kita telah merasakan turunnya getaran yang halus itu, maka kemudian kita menenangkan angan-angan (pikiran) lagi.

Kemudian mulai lagi merasakan getaran yang halus yang naik dari tulang ekor ("cetik") untuk bungkukan kedua.

Caranya meneliti seperti penelitian pada bungkukan yang pertama, dan setelah dahi menyentuh tikar, ucapan dalam adalah seperti berikut:

"Kesalahannya Hyang Maha Suci
Mohon Ampun Hyang Maha Kuasa" 3 X
(atau dalam bahasa Jawa)

Kemudian duduk kembali, dan setelah duduk tegak lurus terus merasakan turunnya getaran lagi seperti pada bungkukan yang pertama.

Cara meneliti turunnya getaran yang melalui dada kita, sama dengan cara meneliti turunnya getaran pada bungkukan yang pertama.

Setelah betul-betul dapat kita rasakan turunnya getaran halus yang kedua ini mulailah kita rasakan getaran yang ketiga dan yang lebih halus lagi dari pada getaran yang pertama dan kedua.

Demikian akhirnya apabila dirasakan betul-betul, rasanya lebih nikmat lagi kita sujud pada bungkukan yang ketiga.

Apabila dahi telah menyentuh tikar/alas lantai, dan di ujung lidah terasa trecep-trecep, air liur keluar terus ditelan, setelah itu mengucap dalam batin :

"Hyang Maha Suci Bertaubat
Hyang Maha Kuasa --- 3 X
(atau dalam Bahasa Jawa)

Setelah itu kita duduk tegak kembali, setelah duduk kita rasakan lagi getaran yang turun di dada yang akan membersihkan untuk ketiga kalinya "radar" kita yang berada di dada kita (alat kewaspadaan).

VIII. BAHAN - BAHAN PENGGALIAN

Untuk dapat melaksanakan inti penggalian, maka penggalian ini kita bagi dalam tiga tingkatan.

1. Pada tingkatan pertama

Para Warga penggali harus dapat memisahkan Rasa dan Pangrasa, artinya segala angan-angan, pikiran, ciptaan-ciptaan dan gagasan-gagasan harus dihilangkan sama sekali, tinggal Rasa yang meliputi seluruh tubuh atau "Rasa Sejati".

Setelah itu getaran air suci yang keluar dari tulang ekor (tali-rasa) sedikit demi sedikit melalui ruas-ruas tulang punggung naik ke atas melalui otak kecil menuju ke otak besar, setelah dahi menyentuh tikar maka getaran air suci akan berkumpul di ujung lidah yang merupakan "benda hidup" (atoom berjiwa) atau "sari-sarinya hidup".

Sari-sari hidup inilah akan mengisi gelombang-gelombang hidup yang dinamakan **R a d a r**.

Apabila telah terasa dingin di dada, maka mulailah Warga penggali akan menemukan apa yang dinamakan "RADAR" (alat kewaspadaan rasa).

Di sini kita akan mulai dapat :

"Ngunduh Wohing Pakartining Rasa"

(dicapai dalam waktu lima hari).

Hari ke enam Tuntunan penggalian mulai mengadakan testing soal RADAR.

2. Pada tingkatan kedua

Para Warga penggali mulai meneliti "SAPTA RENGGA".

Dalam tingkatan ini terjadi "Pisahing Gembung dan Kepala", berarti para Warga sama sekali sudah harus menghilangkan "Angkara Murka", tinggal meneliti/memelihara SAPTA RENGGA-nya, untuk ini Sapta Rengga Saudara akan mendapatkan pembersihan juga oleh sari-sarinya hidup (getaran-getaran air suci) maka rasakanlah sehabis bungkukan ke satu, ke dua, ke tiga.

Setelah itu para Warga penggali akan menemukan "terjadinya Sabda" ialah "Kumpulnya Rasa dan Cahya" dan menemukan alat kontrolnya sekali. Di situlah para Warga penggali akan dapat mencapai tataran "*Ngunduh Wohing Pakartining Cahya*" untuk memiliki "Waskitaning Pangandika" "Sabda Waskita Tunggal". Di sini "*Rasa Liniputan Dening Cahya*".

Apabila para Warga sudah mencapai tingkatan ini, maka segala kata-katanya harus betul-betul dijaga kebersihannya, karena Sabdanya sudah gawat. Berbicaralah yang baik kepada siapapun.

Di luar penggalian Warga penggali dianjurkan untuk mempraktekkan Sabdanya untuk menolong orang-orang yang dalam kegelapan (terjadi pada hari ke tujuh dan ke delapan).

3. Pada tingkatan ketiga

Tingkatan ini adalah untuk memisahkan antara "Rasa" dan "Cahya" yang akhirnya nanti Cahya akan menuju sentral (Hyang Maha Kuasa), inilah yang dinamakan "Curiga Manjing Warangka", hal ini sudah terjadi dalam alam lain.

Cara pelaksanaannya :

Pada hari ke sembilan para Warga penggali agar dapat menutupi "Babahan Hawa Sanga", maka sujudnya harus betul-betul sudah menyerah bulat-bulat.

Pada hari ke sepuluh, para Warga penggali mulai meningkat pada "Pudak Sinumpet", inilah inti dari pada "SUJUD DASA WARSA".

Dalam hal ini seakan-akan para Warga penggali akan mendapatkan "Cahya" dari "Sentral" yang akan menutup ubun-ubun Saudara.

Pada hari ke sebelas, para Warga penggali sudah harus mencapai "*Kukuding Saudara Sebelas*" yang sudah mendapatkan pancaran Sinar Sentral Hyang Maha Kuasa. Biasanya sujudnya sudah mengalami kebahagiaan.

Untuk ini para Warga penggali diberi pelajaran "Racut dengan duduk" agar supaya betul-betul Hyang Maha Sucinya dapat menghadap Hyang Maha Kuasa.

Pada hari ke duabelas, "*Kukud Saudara Duabelas*", berarti telah "Jejer Satria Utama" maka untuk ini para Warga penggali diberi pelajaran: Racut dengan tata cara yang tercantum dalam buku Wewarah jilid I (dengan terlentang).

Catatan :

Apabila Warga penggali terdiri Pria dan Wanita, untuk menjaga kesesuaian hendaknya bagi Warga Wanita untuk menjalankan racut tersebut, tempatnya disendirikan. Misalnya di kamar lain. Kalau tempatnya tidak memungkinkan, untuk Warga Wanita sebaiknya diberikan pelajaran racut dengan duduk saja.

Percayalah kepada Pribadimu, kepada Tuntunanmu, sebab kalau tidak percaya kepada Hidupmu, bagaimana akan percaya Kepada Hyang Maha Kuasa ?

Sebab Tuntunanmu adalah Hidupmu yang dapat berhubungan dengan Hyang Maha Kuasa.

(Sabda Panuntun – pada Penggalian di Yogyakarta tanggal 3 Pebruari 1964 jam 03.00)

Perpust
Jender