

"SITUASI KEHIDUPAN" vs "KEHIDUPAN"

Oleh : Syaiful Karim

MASA LALU dan MASA DEPAN itu sesungguhnya hanyalah WAKTU PSIKOLOGIS. Ada beberapa HAL di masa lalu yang TIDAK BERJALAN sesuai dengan KEINGINAN Kita, dan Kita masih MENOLAK apa yang telah terjadi di masa lalu, dan SEKARANG Kita pun MENOLAK APA YANG ADA.

PENGHARAPAN membuat Kita terus berjalan, dan pengharapan itu membuat Kita TERFOKUS ke masa depan. PENGHARAPAN itulah yang telah MELANGGEGKAN PENOLAKAN Kita terhadap SAAT INI. Akibat PENGHARAPAN dan PENOLAKAN terhadap SAAT INI, maka KETIDAKBAHAGIAAN semakin MEMBESAR.

Lupakan "SITUASI KEHIDUPAN" Kita untuk sementara dan berikan PERHATIAN pada "KEHIDUPAN" Kita. "Situasi Kehidupan" berada di masa lalu dan masa depan sedangkan "Kehidupan" Kita adalah SAAT INI.

SITUASI KEHIDUPAN Kita ada dalam PIKIRAN dan TIDAK NYATA, sedangkan KEHIDUPAN Kita adalah NYATA. Kita harus mampu menemukan JALAN SEMPIT yang akan membawa Kita pada KEHIDUPAN, dan jalan sempit itu adalah SAAT INI.

PERSEMPITLAH Kehidupan Kita pada SAAT INI. SITUASI KEHIDUPAN Kita mungkin PENUH MASALAH, tetapi PERIKSALAH : "Apakah SAAT INI Kita memiliki masalah?"

Bila Kita SARAT dengan MASALAH, tidak ada RUANG bagi HAL BARU untuk masuk, tidak ada ruang untuk mencari JALAN KELUAR. Jadi, kuncinya adalah : Buatlah RUANG, ciptakan RUANG, sehingga Kita bisa menemukan KEHIDUPAN yang ada dibawah SITUASI KEHIDUPAN.

Gunakan INDRA Kita SEPENUHNYA. Tetaplah berada pada POSISI Kita. Lihatlah KEADAAN di sekitar Kita. Cukup MELIHAT SAJA, jangan membuat PENAFSIRAN. Lihatlah cahaya, bentuk, warna, tekstur YANG ADA. Sadari KEHADIRAN YANG SENYAP dari setiap HAL. SADARI RUANG yang memungkinkan SEMUA HAL itu ada.

Dengarkan SUARA YANG ADA, Jangan memberikan PENILAIAN. Dengarkan KEHENINGAN di bawah suara itu. SENTUHLAH SESUATU, apa saja, RASAKAN dan SAMBUTLAH KEBERADAANNYA.

Perhatikan IRAMA PERNAFASAN Kita, RASAKAN aliran udara MASUK dan KELUAR, RASAKAN ENERGI KEHIDUPAN dalam tubuh Kita. Biarkan segala sesuatu APA ADANYA. Biarkan KEBERADAAN semua hal, bergeraklah LEBIH DALAM memasuki SAAT INI.

Sekarang Kita sedang meninggalkan DUNIA KEBINGUNGAN MENTAL yang mematikan MASA LALU dan MASA DEPAN. Kita sedang keluar dari PIKIRAN KACAU YANG MENGERINGKAN ENERGI KEHIDUPAN. Kita sekarang sedang TERBANGUN dari MIMPI MASA LALU dan MASA DEPAN menuju SAAT INI.....

Yakin Semua Makhluk Hidup, baik yang kelihatan maupun yang tidak kelihatan, di setiap ruang dan waktu, di semua tingkatan....senantiasa HIDUP BERBAHAGIA.....

Bumi Spiritual Indonesia

Rahayu Sagung Dumadi

Salam Rindu

