

# **Yesus dan Yoga**

## **Jalan Sistematis untuk Kembali Kepada Sang Pencipta**

**Oleh Reza A.A Wattimena**

Yesus adalah salah satu tokoh yang paling berpengaruh di dalam sejarah manusia. Di dalam tradisi Kristen, Yesus adalah Tuhan yang turun menjadi manusia untuk menyelamatkan manusia. Di dalam tradisi Hindu dan Buddha, Yesus adalah salah satu master yang menawarkan jalan pembebasan dari penderitaan. Di dalam tradisi Islam, Yesus adalah nabi yang membimbing manusia keluar dari kegelapan. Yesus adalah tokoh lintas agama dan lintas peradaban.

Di dalam tradisi India, Yesus juga dikenal sebagai salah satu master Yoga. Dalam arti ini, Yoga adalah sekumpulan metode untuk membebaskan manusia dari egonya. Ego adalah sumber penderitaan yang menyiksa batin manusia. Yoga membawa manusia kembali ke keadaan alamiahnya, yakni satu dan sama dengan seluruh alam semesta. Setelah ribuan tahun, dan setelah mengalami berbagai macam campur tangan kepentingan politik, ajaran Yesus sebagai seorang master Yoga pun terlupakan.

Tulisan ini ingin mengangkat kembali sisi yang lenyap dari ajaran Yesus tersebut. Yesus tidak mengajarkan ritual ataupun dogma yang tak boleh dipertanyakan. Yesus tidak mengajarkan diskriminasi dan pembunuhan massal terhadap orang-orang yang berbeda agama. Yesus mengajarkan pembebasan dan spiritualitas untuk hidup manusia. Pandangan ini harus dikembalikan ke dalam pemahaman dunia tentang Yesus, sehingga agama tidak lagi dijadikan pembenaran untuk kebodohan, kerakusan, penindasan, diskriminasi dan perang.<sup>1</sup>

Untuk menjelaskan hal tersebut, tulisan ini akan dibagi ke dalam dua bagian. Bagian awal akan menjelaskan kaitan antara Yesus dan Yoga. Penelitian dari Yogananda akan menjadi acuan utama di dalam tulisan ini. Bagian berikutnya adalah kesimpulan dari seluruh tulisan. Selain pada karya Yogananda, tulisan ini juga mengacu pada karya-karya penulis (Reza A.A Wattimena) yang telah terbit sebelumnya.

---

<sup>1</sup> Lihat (Reza A.A Wattimena 2019)

## Yesus dan Yoga

Apakah Yesus mengajarkan Yoga dan meditasi sebagai jalan untuk sampai pada Kerajaan Allah yang ia sampaikan kepada murid-murid-Nya? Pertanyaan ini diolah oleh Paramahansa Yogananda, seorang Master Yoga. Ia menyebarkan Yoga di Eropa dan Amerika Serikat. Jawabannya positif, bahwa Yesus mengajarkan Yoga dan meditasi sebagai metode untuk sampai pada Kerajaan Allah di dalam diri manusia. Yang sungguh diajarkan oleh Yesus, menurutnya, adalah jalan untuk secara langsung dan personal mengalami Tuhan di dalam diri manusia.<sup>2</sup>

Yoga adalah jalan untuk sampai fitrah sejati manusia, yakni satu dengan Tuhan, dan dengan seluruh alam semesta. Yesus mengajarkan hal serupa. Ini merupakan inti ajarannya, sekaligus ajarannya yang asli, sebelum dipolitisasi oleh agama institusi. Manusia bisa menjadi satu utuh dengan Tuhannya, karena ia memang tak pernah terpisahkan dengan Sang Pencipta. Dengan Yoga dan meditasi, ia bisa menyadari kembali fitrah ini, tanpa perlu percaya buta, dan menjadi sempit, atau radikal.

Namun, apa arti Yoga sesungguhnya? Apakah Yoga adalah bergerak seperti ular dengan menekuk-nekuk tubuh, seperti yang dilakukan wanita-wanita cantik di media sosial? Yoga adalah salah satu hal yang paling banyak disalahmengerti sekarang ini. Ketika memasuki budaya populer, Yoga tidak hanya mengalami pendangkalan, tetapi juga bisa merusak orang yang melakukannya.<sup>3</sup> Yoga kini menjadi industri miliaran Dollar di seluruh dunia.

Yoga menjadi kebutuhan, karena banyak orang mengalami kebingungan. Penderitaan yang lahir dari stress dan depresi hampir tak tertahankan. Jumlah orang yang meninggal dunia akibat bunuh diri pun cenderung meningkat di berbagai negara. Ini terjadi, karena banyak orang mencoba menemukan kebahagiaan di luar dirinya. Ini akibat dari pengaruh ajaran masyarakat yang salah kaprah tentang kehidupan. Banyak orang pun terjatuh berulang kali ke dalam penderitaan, karena mereka tak akan pernah menemukan kedamaian dan kebahagiaan yang sejati di luar dirinya.<sup>4</sup>

Apa yang mereka cari seolah jauh dari genggamannya. Kebahagiaan dan kepuasan yang sejati pun tak akan pernah didapatkan. Emosi dan pikiran yang menyakitkan terus datang menciptakan penderitaan baru. Yoga dan meditasi lalu dilihat sebagai

---

<sup>2</sup> Kerangka mengacu pada (Yogananda 2007)

<sup>3</sup> Lihat (Sadhguru 2016)

<sup>4</sup> Lihat (Sahn The Compass of Zen)

jalan keluar dari permasalahan eksistensial yang menyakitkan semacam ini. Pola yang serupa dapat ditemukan di dalam ajaran Kristiani.

Di dalam Kitab Suci Kristiani dinyatakan dengan jelas, bahwa manusia harus menemukan keheningan, dan mengalami Tuhan. Ini merupakan inti terdalam dari Yoga. Seluruh tradisi spiritual Asia adalah sekumpulan cara untuk menenangkan pikiran dan emosi, sehingga orang bisa mengalami Tuhan di dalam dirinya. Dalam arti ini, Tuhan adalah Sang Sadar itu sendiri, atau kesadaran murni, sebelum semua pikiran muncul.<sup>5</sup> Tidak hanya bekerja dengan pikiran, Yoga juga mengajarkan berbagai cara untuk membuat tubuh menjadi tenang, sehingga cocok untuk melakukan meditasi.

Pada umumnya, terutama karena pola didik yang salah, manusia mencari keluar untuk memperoleh kebahagiaan. Kenikmatan panca indera menjadi sesuatu yang amat penting untuk kehidupan. Tidak hanya itu, otak juga mengandalkan panca indera untuk menerima dan kemudian mengolah informasi yang ada tentang dunia. Yoga mengajak orang bergerak jauh lebih dari itu. Ia mengajak orang untuk menyentuh kesadaran murni yang berada di balik kelima panca indera yang bekerja setiap waktu.

Disinilah pembebasan sesungguhnya terjadi, dan orang berjumpa dengan Tuhannya. Di dalam Yoga, berbagai cara diajarkan, sehingga orang bisa memutar balik energinya ke dalam. Ia pun tak lagi terpukau pada apa yang diterima panca indera, melainkan bisa menyentuh kesadaran yang menjadi sumber dari panca indera tersebut. Artinya, orang bisa berjumpa dengan kebenaran secara langsung. Ia tidak lagi sekedar memahami kebenaran, tetapi mengalaminya.

Di dalam Yoga, kepercayaan tidaklah dibutuhkan. Orang akan mendapatkan beberapa metode. Mereka mencobanya, lalu sampai pada kesimpulan mereka sendiri. Sekumpulan metode ini dirancang untuk membawa orang menyentuh kecerdasan maha besar yang ada di dalam dirinya. Ketika ini terjadi, kebahagiaan yang sejati akan bisa sungguh dialami. Inilah keadaan, ketika orang menyentuh Tuhan di dalam dirinya.

Di abad-abad sebelumnya, sedikit orang yang memahami Yoga di dunia. Ini terjadi, karena keterbatasan informasi. Hanya guru-guru tertentu yang bisa mengajarkan Yoga secara tepat. Namun, berkat perkembangan teknologi informasi

---

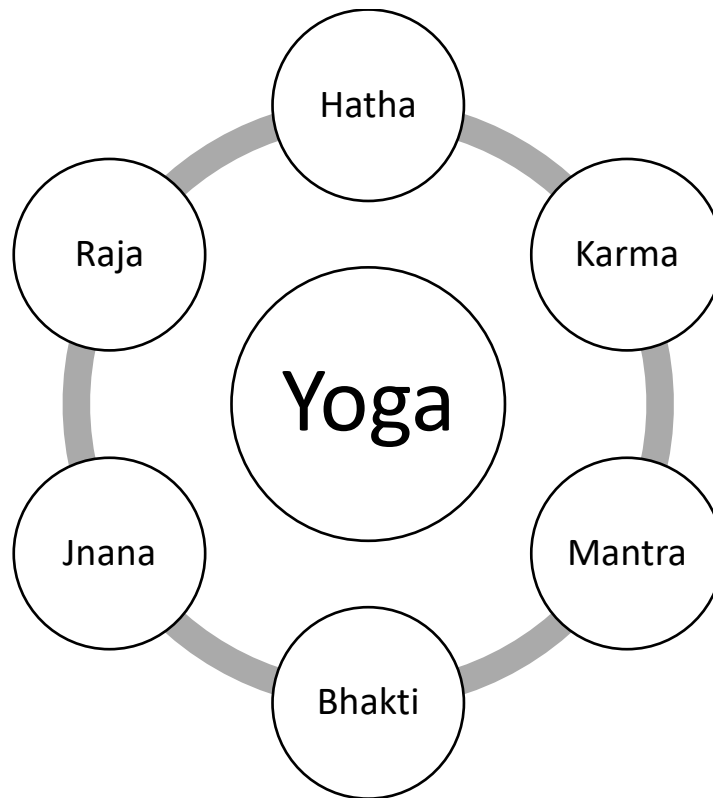
<sup>5</sup> Lihat (Wattimena, Mencari Ke Dalam: Zen dan Hidup yang Meditatif 2018) dan (Wattimena, Dengarkanlah: Pandangan Hidup Timur, Zen dan Jalan Pembebasan 2018)

dan komunikasi, semakin banyak orang mampu mempelajarinya. Ilmu pengetahuan modern bahkan kini berdialog dengan yoga dan tradisi meditatif lainnya untuk mencapai pemahaman yang lebih dalam tentang manusia dan alam semesta.

Salah satu paham terpenting adalah paham keterkaitan dari segala sesuatu sebagai energi yang sama di alam semesta ini. Beberapa ahli fisika sudah sampai pada kesimpulan ini. Beberapa bahkan bergerak lebih jauh. Mereka lihat unsur terdasar dari alam semesta ini bukanlah materi, melainkan kesadaran. Ia kosong, namun kreatif di dalam menciptakan segala sesuatu. Dengan pola ini, ilmu pengetahuan modern, terutama fisika, semakin mendekati Yoga.

Secara etimologi, yakni dari akar katanya, Yoga adalah kesatuan. Keberadaan manusia pribadi melebur dengan seluruh alam semesta. Inti dari seluruh alam semesta, dari sudut pandang ini, adalah kesadaran universal. Perubahan postur tubuh, yang kini diikuti oleh banyak sekali orang dari seluruh penjuru dunia, hanya merupakan bagian pemanasan saja. Bahkan, itu merupakan bagian paling awal sekaligus paling dangkal dari Yoga.

Di dalam Yoga, manusia memiliki banyak kemungkinan. Bahkan, ia bisa berkembang sampai tak terbatas, sejalan dengan keluasan alam semesta itu sendiri. Karena memang, pada dasarnya, tidak ada perbedaan antara manusia dan seluruh alam semesta. Keduanya adalah satu dan sama. Kesadaran ini akan membawa orang keluar dari ego pribadinya yang justru merupakan sumber dari penderitaan hidup manusia.



**Bagan 1**  
**Jenis-Jenis Yoga<sup>6</sup>**

Yoga sendiri bukanlah sesuatu yang tunggal. Ada banyak jenis Yoga dengan beragam metode dan teori. Setidaknya, secara garis besar, ada enam jenis Yoga. Yang pertama, dan yang paling terkenal, adalah Hatha Yoga. Ini adalah kumpulan gerak fisik yang memiliki tujuan untuk mempersiapkan diri orang untuk memasuki meditasi. Dengan jenis Yoga ini, orang juga menjadi semakin sadar akan tubuhnya, dan tidak terjebak pada perubahan pikiran dan emosi yang muncul.

Jenis yang kedua adalah Karma Yoga. Ini adalah upaya untuk kembali pada penyatuan dengan segala sesuatu melalui tindakan. Wujud nyatanya adalah dengan membaktikan diri untuk kebaikan orang lain. Tidak ada pamrih ataupun kepentingan tersembunyi di baliknya. Tindakan membantu orang lain dilakukan sealamiah mungkin, bagaikan air mengalir.

Yang ketiga adalah Mantra Yoga. Ini adalah tindakan mengulangi beberapa kata untuk membuat batin menjadi tenang. Beberapa kata ini dirancang khusus

---

<sup>6</sup> Rumusan Penulis

dengan mengacu pada pemahaman tertentu tentang kepribadian orang terkait. Jika tak terlatih, batin manusia itu seperti monyet. Ia bergerak ke berbagai arah, dan menjadi sumber penderitaan besar. Mantra membantu untuk menenangkan gejolak batin, supaya kesadaran asli manusia bisa tampil ke depan.

Yang keempat adalah Bhakti Yoga. Ini adalah jenis Yoga yang mendorong orang untuk melepaskan egonya, dan berbakti sepenuhnya pada satu hal tertentu. Bakti ini bisa diarahkan pada sosok guru, ataupun sosok tertentu yang dianggap suci. Sosok ini dipuja bagaikan Dewa ataupun Tuhan. Dengan jalan ini, orang melepaskan diri dari segala kepentingan diri, pikiran dan emosi, serta mencapai pembebasan.

Yang kelima adalah Jnana Yoga. Ini adalah jenis Yoga yang menekankan kemampuan intelektual manusia. Namun, pemikiran intelektual tidak digunakan sebagai tujuan pada dirinya sendiri, misalnya sekedar untuk pemahaman, tetapi untuk pembebasan diri manusia. Akal budi digunakan untuk membedakan hal-hal yang tetap dan berubah. Lalu, perhatian penuh diarahkan pada hal yang tetap tersebut, yakni kesadaran hidup yang menjadi latar belakang dari semua pengalaman manusia.

Yang keenam, dan dianggap yang paling tinggi, adalah Raja Yoga. Jenis Yoga ini menggabungkan semua jenis Yoga yang ada sebelumnya. Pendekatannya sangat sistematis dan ilmiah untuk mencapai pembebasan. Pemahaman intelektual, pengalaman meditasi dan olah fisik menjadi jalan untuk mencapai pembebasan dari penderitaan. Ini dilakukan dengan membantu orang untuk mengenali jati diri aslinya, sebelum pikiran dan perasaan muncul.

Yoga bekerja di dua tingkat, yakni tingkat energi dan kesadaran. Inilah yang disebut sebagai Kriya Yoga. *Kriya* berarti melihat ke dalam diri untuk menemukan yang sejati. Ini dibedakan dengan *karma* yang berarti bertindak dan melihat keluar, biasanya dalam hidup bermasyarakat. Keduanya diperlukan bagi manusia untuk hidup seutuhnya.

Tulisan tentang Yoga juga tersebar banyak di India. Salah satu yang paling terkenal adalah Bhagavad Gita. Isinya adalah tentang berbagai upaya untuk mewujudkan hidup yang seimbang dan bahagia di dalam keseharian manusia. Dalam tradisi ini, Paramahansa Yogananda adalah salah satu Yogi yang memiliki pengaruh paling besar. Ia mengajukan sebuah pandangan, bahwa Yesus juga mengajarkan Yoga sebagai jalan untuk sampai pada Tuhan yang ada di dalam diri manusia.

Maka, Kristianitas tidak bisa dipisahkan dari tradisi Yoga India. Bahkan dapat pula dikatakan, Yoga yang diajarkan Yesus adalah bagian dari tradisi Yoga lebih luas

yang telah berkembang sebelumnya. Yang ingin dikembangkan Yesus bukanlah ajaran moral mutlak ataupun ritual kosong, melainkan berkembangnya Kesadaran Kristus di dalam diri manusia. Ini kiranya sejalan dengan kesadaran murni yang menjadi inti dari ajaran Dharma, termasuk Yoga dan Buddhisme.<sup>7</sup> Ini adalah Kesadaran Ilahi di dalam diri manusia, dan bisa ditemukan di dalam diri semua makhluk, tanpa kecuali.

Di dalam tradisi spiritual dunia, Yesus adalah salah satu avatar. Artinya, Yesus dilihat sebagai perwujudan nyata langsung dari yang transenden di dalam dunia. Ia memiliki peran untuk membangunkan manusia ke diri sejatinya, yakni Yang Ilahi itu sendiri di alam semesta. Di dalam tradisi India, kelahiran seorang avatar selalu mengundang perhatian dari orang-orang bijak. Inilah kiranya yang terjadi pada Yesus, saat kelahirannya, yakni kunjungan tiga orang bijak dari Timur.

Di dalam salah satu tafsiran, tiga orang yang mengunjungi Yesus bukanlah sembarang orang bijak, atau raja, melainkan tiga Yogi besar dari India. Kunjungan itu pun kiranya berbalas. Di waktu-waktu yang hilang di dalam Injil Kristen, Yesus diduga pergi ke India mengunjungi para Yogi untuk belajar dari mereka. Ia menempuh jalur yang menghubungkan antara Timur Tengah dengan India dan Cina. Pada masa Yesus hidup, jalur ini sudah ramai dengan perdagangan selama ratusan tahun.

Pemikiran Yesus berkembang, ketika tahun-tahun yang hilang terjadi Injil. Di masa inilah, menurut Yogananda, Yesus belajar bersama para guru di India. Pada masa itu, India adalah tempat yang sangat spiritual. Beragam master dari beragam tradisi meditatif hidup dan mengajar disana. Dari merekalah Yesus belajar tentang kebenaran universal, yang lalu disampaikannya secara sederhana dan mendalam kepada orang-orang Yahudi nantinya.

Perjumpaan antara Yesus dan Yohanes Pembaptis juga adalah saat yang amat penting. Di saat itu, Yesus seolah ditegaskan sebagai manusia yang telah memperoleh banyak kebijaksanaan. Ia telah menjadi manusia yang baru. Menurut Yogananda, Yesus memperoleh semua ilmu dan kebijaksanaan itu dari Timur, tepatnya dari para pertapa di Himalaya. Beberapa dokumen lama bahkan menyebutkan tentang adanya sosok bernama Issa dari Israel yang belajar di Himalaya, kembali ke tanah kelahirannya, disiksa, difitnah dan dibunuh.

India, dan Asia pada umumnya, memang memiliki tradisi oral yang kuat. Artinya, sejarah diturunkan dalam bentuk cerita dari satu generasi ke generasi

---

<sup>7</sup> Lihat (Wattimena, Dengarkanlah: Pandangan Hidup Timur, Zen dan Jalan Pembebasan 2018)

lainnya. Karya tulis ada, namun tak banyak. Hal yang sama terjadi dengan kisah perjalanan Yesus ke Asia. Begitu banyak cerita tentang perjalanan Yesus, atau yang dikenal sebagai Kristus, ke Asia di Ladak, Asia Tengah dan India.

India memang menjadi rumah bagi agama-agama dunia. Berbagai peradaban kuno mengembangkan agama mereka dengan pengaruh langsung dari budaya India. Pepatah lama kiranya benar, bahwa *ex oriente lux*, dari Timur lahirlah cahaya. Agama Yahudi, Kristen dan Islam jelas memperoleh pengaruh dari peradaban Asia, terutama budaya India. Sudah lama para ahli menegaskan, bahwa India adalah ibu dari semua bentuk agama dan filsafat yang ada di dunia.

Tradisi Vedanta dari India mengandung ajaran yang sangat kaya dan mendalam. Usianya pun sudah lebih dari 15.000 tahun. Tak ada yang tahu usia pastinya. Jejak-jejak dari berbagai ajaran agama di dunia pun dapat ditemukan di dalamnya. Analisis filosofis yang mendalam tentang Tuhan, Manusia dan alam semesta pun bisa didapatkan di dalamnya.

Sejarahwan bahkan menemukan jejak-jejak peradaban India di Baghdad. Sekitar tiga ribu tahun sebelum Masehi, sekelompok Yogi telah ada di sana. Bahkan dapat dikatakan, bahwa akar dari peradaban Eropa tidak di Yunani Kuno, seperti dikira selama ini. Akar dari peradaban Eropa adalah India Kuno. India tidak hanya ibu dari agama-agama dunia, tetapi juga sumber inspirasi bagi filsafat dan spiritualitas.

Bahkan, tradisi dan budaya India lebih tua dari peradaban Mesir kuno. Tulisan-tulisan di dalam tradisi Vedanta telah menjadi inspirasi besar bagi *Book of Dead* dari tradisi Mesir, termasuk kitab-kitab suci agama-agama Abrahamik. Seolah ada kecenderungan di dalam budaya India untuk mendorong lahirnya agama maupun tradisi spiritualitas yang baru. Salah satu dugaan terkuat memang, bahwa Yesus pergi dan belajar ke India. Di usia muda, ia pergi meninggalkan keluarganya untuk mendalami Dharma, yakni pemahaman akan hukum-hukum alam yang membebaskan manusia.

Tidak semua hal dipelajari oleh Yesus di India. Menurut Yogananda, orang-orang besar di dalam tradisi spiritual telah membawa pengetahuan tersendiri sejak lahir. Yang ia perlukan hanyalah mengingat kembali dan berlatih singkat untuk mengembangkan kebijaksanaannya yang telah ia miliki. Hal serupa terjadi pada Yesus. Ia lalu menggunakan kebijaksanaannya untuk berbicara dalam konteks budaya Yahudi yang kemudian melahirkan Kristianitas.



Yogananda lebih jauh menjelaskan, bahwa Yesus bisa mengunjungi India, karena ia memiliki hubungan dengan tiga orang yang mengunjunginya, ketika ia lahir. Tiga orang ini dikenal sebagai tiga raja, atau tiga orang bijak, dari Timur. Dengan kebijaksanaan yang sudah ia miliki, Yesus mengembangkan ilmunya dalam bimbingan para master Yoga di India. Ia pun sampai pada konsep Kerajaan Allah di dalam diri manusia, yakni Kesadaran Kristus yang bersifat universal, penuh kasih dan kedamaian. Setiap manusia memilikinya, asal ia memahami cara untuk mengalaminya.

Yogananda melihat hidup Yesus bergerak seperti matahari. Awalnya, ia terbit di Timur, dan terbenam di Barat. Yesus lahir dari kebijaksanaan Timur, dan kemudian menerangi peradaban Barat dengan Kristianitas yang ia ajarkan. Rupanya, kelahiran Yesus di Timur Tengah bukanlah sebuah kebetulan. Timur Tengah adalah titik yang menghubungkan Timur dan Barat.

Yesus pergi ke India untuk menghormati ikatannya dengan para Yogi dan Buddha disana. Namun, ia memilih untuk tetap berkarya di masyarakat Yahudi. Salah satu misinya, menurut Yogananda, adalah menyebarkan kebijaksanaan Timur ke Eropa, dan kemudian ke seluruh dunia. Inti dari Yoga, yang merupakan bagian inti dari kebijaksanaan Timur, memang bersifat universal. Ia berlaku untuk siapapun, kapanpun dan dimanapun, baik Timur, Barat, Utara ataupun Selatan.

Yogananda melihat, bagaimana Yesus seringkali disalahpahami. Inti ajarannya terlupakan. Yang tersisa hanyalah sekumpulan ajaran yang diyakini secara buta, tanpa boleh dipertanyakan lagi. Inilah dogma yang menjadi dasar ajaran bagi banyak aliran di dalam Gereja Kristen. Atas nama dogma, kekerasan dan perang telah begitu banyak terjadi.

Bagaimana mengembalikan inti ajaran Yesus yang terlupakan? Bagaimana bergerak melampaui dogma yang telah membusuk dan mengacaukan peradaban manusia? Yogananda mengajukan pandangan yang kontroversial. Yesus harus dikembalikan ke asalnya, yakni sebagai Yogi yang berkembang dari Peradaban Asia. Ia tidak mengajarkan dogma, melainkan sebuah jalan sistematis untuk mengembalikan manusia pada kesatuannya dengan Sang Pencipta.

Dengan kata lain, Yesus harus mengalami “dewesternisasi”. Ia harus dilepaskan dari pengaruh peradaban Eropa yang selama ini telah mengikat figurinya. Yesus adalah buah dari peradaban Asia, baik dari darah maupun dari ajaran yang ia terima, serta sebarkan. Ajarannya pun disebarkan dalam bentuk cerita yang berpijak

pada kebudayaan Asia. Ajaran Yesus yang sesungguhnya tak akan pernah dipahami, jika konteks kebudayaan Asia tidak juga ikut dipelajari.

Maka dari itu, menurut Yogananda, orang butuh keterbukaan berpikir, supaya bisa sungguh memahami inti ajaran Yesus yang sesungguhnya. Keterbukaan berpikir ini diarahkan kepada filsafat dan budaya Asia, terutama di India yang menjadi akar dari agama dan berbagai aliran spiritual di dunia. Kristianitas, jika dilihat dari sudut pandang ini, adalah spiritualitas Asia yang kemudian dikembangkan dalam budaya Eropa. Ia mengandung *Sanatan Dharma*, yakni ajaran universal yang berlaku untuk semua makhluk, dimanapun dan kapanpun. Dalam hal ini, Kristianitas adalah spiritualitas India yang telah mengalami Eropaisasi.

Salah satu aliran dari Kristianitas yang paling disalahpahami adalah aliran Gnostik. Aliran ini berkembang di dalam Kristianitas, sebelum ia mengalami proses Eropaisasi. Sekitar abad kedua, aliran ini dianggap sebagai bidaah di dalam Kristianitas Eropa. Kata Gnostik berasal dari *Gnosis* yang berarti pengetahuan. Namun, pengetahuan disini bukanlah pengetahuan akal budi semata, melainkan pemahaman langsung tentang diri sendiri.

Di dalam pemahaman tentang diri inilah pengalaman tentang Tuhan bisa diperoleh. Ini kiranya sejalan dengan pernyataan para filsuf Yunani Kuno, bahwa dengan mengenali dirinya, manusia bisa mengenali Tuhannya. Tidak hanya itu, karya-karya di dalam tradisi Gnosis juga amat dekat dengan tradisi Yahudi. Ada beberapa perbedaan mendasar. Di dalam teks-teks Gnosis, Yesus tidak berkata soal dosa dan pertobatan, melainkan soal penderitaan dan pencerahan.

Yesus juga tidak datang untuk menyelamatkan manusia. Ia ingin menjadi pemandu orang di jalan spiritual, sama dengan guru-guru spiritual di India lainnya pada masa itu. Di dalam tradisi Gnosis, inti ajaran Yesus adalah kesatuan antara Tuhan dan ciptaan-Nya. Tidak ada Tuhan yang harus disembah. Tidak ada ritual yang harus dipatuhi, dan dogma yang harus dipercaya secara buta.

Jika dilihat seperti ini, ajaran Yesus lebih dekat dengan tradisi Asia, daripada dengan tradisi Yahudi. Ada kemungkinan besar, bahwa pemikiran Asia memberikan pengaruh besar pada lahir dan berkembangnya tradisi Gnosis. Dalam perkembangannya, pandangan ini banyak ditentang. Ia pun dianggap sesat, karena mengganggu kekuasaan religius yang berkembang pada masa itu, yakni agama Katolik di Eropa. Kristianitas harus menjadi milik Eropa, dan terpisah dari peradaban-peradaban lainnya.

Pandangan semacam ini tentu saja bertentangan dengan hakekat dari agama yang seutuhnya.<sup>8</sup> Agama yang sejati mengajak orang sampai pada kebenaran tentang Tuhan dan kehidupan. Dalam arti ini, ilmu pengetahuan modern pun memiliki tujuan yang sama. Namun, di abad 21 ini, agama telah mengalami penyempitan yang amat parah. Ia telah menjadi lembaga yang berisi kepercayaan buta pada seperangkat ajaran yang tidak lagi cocok dengan perkembangan jaman.<sup>9</sup>

Satu orang percaya pada ajaran Kristen. Satu orang percaya pada ajaran Katolik. Satu orang percaya pada ajaran Buddha. Semuanya hanyalah kepercayaan yang kerap kali tak punya pijakan pada kenyataan. Sebaliknya, Yoga mengajak orang untuk berhenti percaya, dan mengalami langsung Tuhan serta kebenaran di dalam dirinya. Ia berlaku untuk siapapun, kapanpun dan dimanapun.

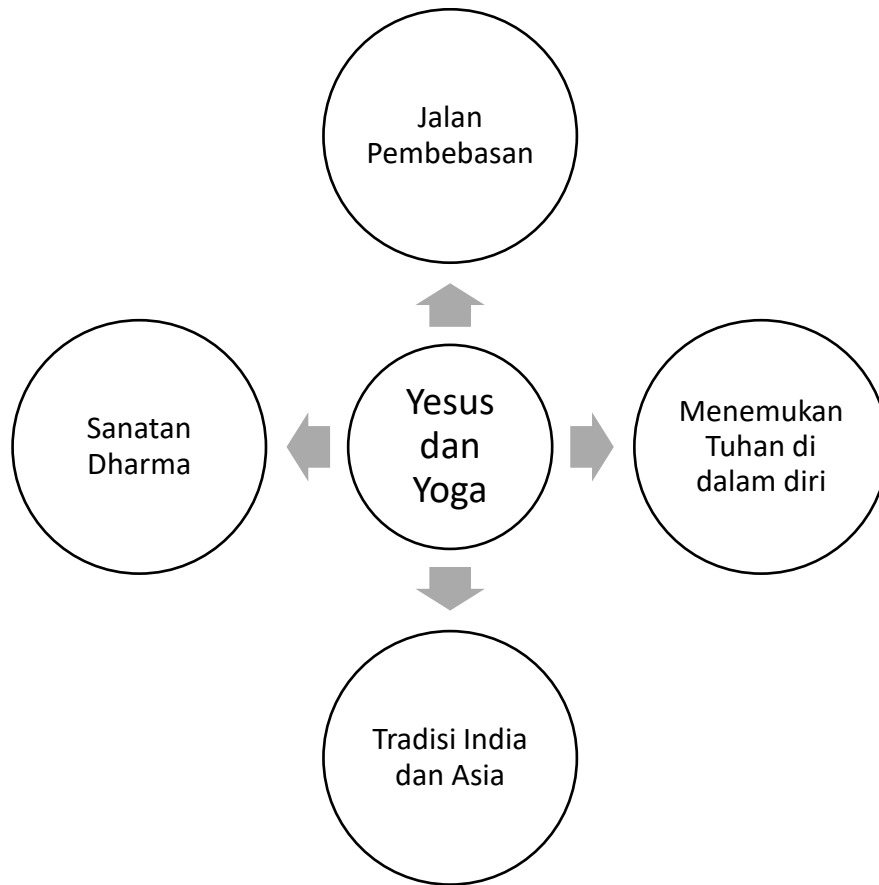
Inti ajaran Yesus yang sebenarnya adalah perkawinan antara pembebasan dan semangat berkomunitas di dalam agama. Inilah perdamaian antara agama dan spiritualitas. Pembebasan lahir dari spiritualitas, yakni melalui jalan Yoga. Dalam arti ini, Yoga adalah jalan untuk sampai pada Tuhan yang ada di dalam diri manusia. Sementara, agama menyediakan komunitas untuk menopang hidup bersama yang berpijak pada solidaritas dan persaudaraan.

---

<sup>8</sup> Lihat (Wattimena, Untuk Semua yang Beragama: Agama dalam Pelukan Filsafat, Politik dan Spiritualitas 2020)

<sup>9</sup> (Wattimena, Untuk Semua yang Beragama: Agama dalam Pelukan Filsafat, Politik dan Spiritualitas 2020)

**Bagan 2.**  
**Kaitan antara Yesus dan Yoga<sup>10</sup>**



Yesus, dan para master Yoga lainnya, tidak datang untuk mengajarkan dogma yang tak boleh dipertanyakan. Jika dijadikan dogma, maka ajaran-ajaran pembebasan tersebut telah mengalami pembusukan. Dalam arti ini, Yesus bukanlah milik orang-orang Kristen semata. Ia dan ajarannya adalah milik peradaban manusia. Bersama dengan Yoga, dan ajaran-ajaran pembebasan lainnya, ajaran Yesus membebaskan orang dari egoisme pribadinya, serta mengenali sisi Ilahi di dalam dirinya masing-masing.

### **Kesimpulan**

Dalam tulisan ini diajukan sebuah pandangan, bahwa Kristianitas adalah salah satu aliran Yoga dari India, yang kemudian menyebar ke Timur Tengah, Eropa dan seluruh dunia. Data sejarah dan tekstual kiranya mengarah pada kesimpulan tersebut.

---

<sup>10</sup> Hasil rumusan penulis

Dalam arti ini, Yoga adalah sekumpulan jalan untuk menemukan Tuhan di dalam diri manusia. Ini hanya dapat dicapai, jika manusia memahami kekosongan dari pribadi, atau ego, yang ia punya. Dalam perkembangan, Kristianitas menjadi agama yang penuh dengan dogma dan ritual. Keduanya membuat manusia menjadi kerdil dan dangkal. Menyadari keadaan ini, Kristianitas harus dikembalikan pada inti utamanya, yakni jalan pembebasan dari derita dan ego untuk sampai pada Tuhan yang sejati di dalam diri.

## Daftar Acuan

- Reza A.A Wattimena, Anak Agung Banyu Perwita. 2019. *Memahami Hubungan Internasional Kontemporer*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Sadhguru. 2016. *Inner Engineering*. Random House.
- Sahn, Seung. *The Compass of Zen*. 1997. 1997.
- Wattimena, Reza A.A. 2018. *Dengarkanlah: Pandangan Hidup Timur, Zen dan Jalan Pembebasan*. Jakarta: Karaniya.
- . 2018. *Mencari Ke Dalam: Zen dan Hidup yang Meditatif*. Jakarta: Karaniya.
- . 2020. *Untuk Semua yang Beragama: Agama dalam Pelukan Filsafat, Politik dan Spiritualitas*. Yogyakarta: Kanisius.
- Yogananda, Paramahansa. 2007. *The Yoga of Jesus*. Self-Realization Fellowship.