

Mencari Tuhan di dalam Otak?

Mengurai Prinsip-prinsip Dasar Neuroteologi

Oleh Reza A.A Wattimena

Dr. der Phil. Reza Alexander Antonius Wattimena. Peneliti di bidang Filsafat Politik, Filsafat Ilmu dan Kebijakan Timur. Alumni Sekolah Tinggi Filsafat Driyarkara Jakarta. Doktor Filsafat dari Hochschule für Philosophie München, Philosophische Fakultät SJ München, Jerman. Pernah mengajar di berbagai perguruan tinggi, seperti Universitas Katolik Atma Jaya Jakarta, Universitas Airlangga, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya, Universitas Presiden, Program Pascasarjana Universitas Indonesia, Jakarta dan Universitas Multimedia Nusantara. Beberapa karyanya: *Menjadi Pemimpin Sejati (2012)*, *Filsafat Anti Korupsi (2012)*, *Tentang Manusia (2016)*, *Filsafat dan Sains (2008)*, *Zen dan Jalan Pembebasan (2017-2018)*, *Melampaui Negara Hukum Klasik (2007)*, *Demokrasi: Dasar dan Tantangannya (2016)*, *Bahagia, Kenapa Tidak? (2015)*, *Cosmopolitanism in International Relations (2018)*, *Protopia Philosophia (2019)*, *Mendidik Manusia (2020)*, *Untuk Semua yang Beragama (2020)*, *Terjatuh Lalu Terbang (2020)*, *Urban Zen (2021)*, *Revolusi Pendidikan Indonesia (2022)*, *Filsafat untuk Kehidupan (2022)* dan berbagai karya lainnya di surat kabar, website, jurnal ilmiah maupun buku.

Abstrak

Tulisan ini mengurai prinsip-prinsip dasar di dalam neuroteologi. Awalnya akan dibahas soal pemahaman dasar dan sejarah singkat neuroteologi. Lalu akan dijelaskan secara detil prinsip dan konsep kunci di dalam neuroteologi. Kajian ini memang mendamaikan dua disiplin ilmu yang selama ini dianggap bertentangan. Teologi dengan dasar iman di dalam tradisi agama tertentu. Sementara, neurosains dengan pendekatan metode penelitian ilmiah yang melulu eksperimental, rasional dan empiris. Neuroteologi mencari titik seimbang diantara keduanya, lalu digunakan untuk memperoleh pemahaman lebih jauh soal pengalaman spiritual dan kehidupan beragama manusia.

Kata-kata Kunci: Neuroteologi, Neurosains, Teologi, Otak, Tuhan

Abstract

This paper outlines the basic principles in neurotheology. Initially, we will discuss basic understanding and a brief history of neurotheology. Then we will explain in detail the principles and key concepts in neurotheology. This study reconciles two disciplines that have been considered contradictory. Theology is based on faith in a particular religious tradition. Meanwhile, neuroscience approaches scientific research methods which are merely experimental, rational and empirical. Neurotheology seeks a balance between the two, then it is used to gain further understanding of the spiritual experience and religious life.

Keywords: Neurotheology, Neuroscience, Theology, Brain, God

Otak merupakan salah satu bagian terpenting di dalam tubuh manusia. Setidaknya, ada dua fungsi utama otak. Yang pertama adalah menjadi koordinator berbagai fungsi organ lainnya di dalam tubuh. Dalam hal ini, otak bekerja sama dengan berbagai sistem saraf yang ada. Yang kedua, otak menampung ingatan yang menata hidup manusia, mulai dari soal ciri kepribadiannya sampai dengan pola komunikasinya dengan lingkungannya.

Sejak pertengahan abad 20, banyak penelitian dilakukan terkait dengan otak manusia. Cabang ilmu pengetahuan yang secara khusus melakukan ini adalah neurosains. Beberapa karya dari penulis tentang hal ini sudah diterbitkan.¹ Neurosains pun menyentuh agama dan teologi. Kerja antara ketiganya berkembang menjadi kajian-kajian neuroteologi yang menjadi tema utama tulisan ini.

Neuroteologi hendak memberikan pemahaman lebih mendalam tentang hubungan antara manusia, agama dan teologi. Di satu sisi, neuroteologi dibangun di atas refleksi teologis yang melibatkan beragam agama. Dalam konteks ini, peran iman juga memainkan peranan penting. Di sisi lain, neuroteologi juga dibangun di atas metode penelitian ilmiah yang bersifat eksperimental. Dua model berpikir ini tak selalu hidup secara damai di dalam sejarah.

Tujuan dasar tulisan ini adalah menguraikan prinsip-prinsip dasar neuroteologi. Untuk itu, tulisan ini dibagi menjadi tiga bagian. Bagian pertama menjelaskan soal pemahaman dasar dari neuroteologi. Bagian kedua menjelaskan prinsip dan konsep kunci di dalam kajian tersebut. Tulisan ini akan ditutup dengan kesimpulan.

Tentang Neuroteologi

Neuroteologi adalah cabang ilmu pengetahuan yang unik.² Ia mempelajari secara sistematis kaitan antara otak dan teologi, atau antara batin—pikiran dengan agama. Dengan berkembangnya berbagai penelitian neurosains, bidang ini pun kini mendapat perhatian yang semakin besar.

Beberapa buku dan jurnal ilmiah bermutu sudah diterbitkan tentang tema ini. Latar belakangnya adalah dialog yang sehat, rasional dan kritis antara teologi, agama

¹ (Wattimena, Apakah Kita Bebas? Refleksi terhadap Penelitian-penelitian Neurosains Tentang Otak dan Kebebasan 2021) (Wattimena, Otak dan Kenyataan, Kajian Filsafat dan Neurosains 2021) (Wattimena, Otak dan Identitas, Kajian Filsafat dan Neurosains 2021)

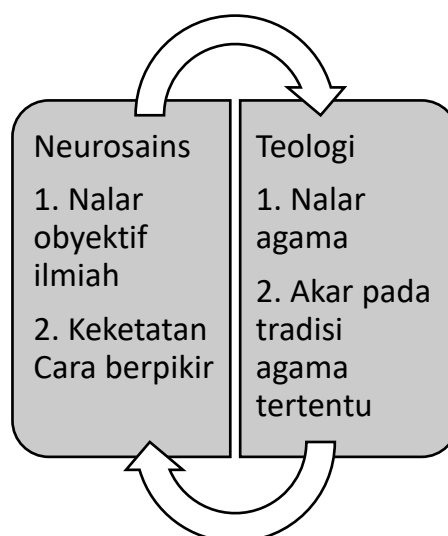
² Kerangka tulisan mengikuti dari (Newberg 2010)

dan ilmu pengetahuan modern. Seperti yang diharapkan, pro dan kontra pun lahir. Kejelasan yang bersifat filosofis dan ilmiah tentu diperlukan dalam hal ini. Sebenarnya, ini bukanlah tema yang sungguh baru.

Selama ribuan tahun, berbagai tradisi kontemplatif di Asia telah melihat kaitan antara latihan batin, pikiran dan tubuh manusia. Tradisi Yoga di India, misalnya, telah melihat adanya bagian-bagian dari kepala yang bisa membangkitkan pengalaman spiritual. Ini adalah pengalaman kesatuan dengan segala sesuatu yang merupakan inti dari spiritualitas. Tubuh dilihat sebagai bagian penting di dalam mencapai pembebasan dari penderitaan. Pembebasan ini dilihat sebagai salah satu tujuan utama dari spiritualitas.³

Di dalam neuroteologi, penelitian dilakukan pada fungsi otak dan batin manusia dalam kaitan dengan pengalaman religius dan keberadaan agama itu sendiri. Proses ini masih dalam tahapan awal. Ia membutuhkan pendasaran filosofis dan konseptual yang kokoh. Yang terpenting adalah keterbukaan dari dua belah pihak, yakni dari sisi teologi maupun dari sisi ilmu pengetahuan itu sendiri. Dua dunia tersebut berdialog secara terbuka, tanpa kehilangan keunikan dari masing-masing pendekatan.

Bagan 1.
Neuroteologi⁴



³ Lihat (Sadhguru 2016)

⁴ Hasil rumusan penulis

Di satu sisi, ilmu pengetahuan harus bergerak dengan metode ilmiah yang ketat. Ini berarti menggunakan konsep-konsep yang jelas, pengukuran yang persis dan penafsiran yang rasional atas data-data yang ada.⁵ Dari sisi agama diperlukan kemampuan untuk menggambarkan pengalaman spiritual yang ada secara detil. Ini memudahkan penafsiran secara fenomenologis.⁶ Yang dicari adalah pemaknaan pribadi dari pengalaman spiritual dalam kaitannya dengan ajaran agama yang resmi.

Di dalam penelitian-penelitian neuroteologi, ilmu pengetahuan harus mempertahankan keketatan cara berpikirnya. Ia tidak boleh kehilangan obyektivitasnya, dan hanyut dalam subyektivitas pengalaman spiritual yang ditelitinya. Teologi pun tidak boleh kehilangan ciri khasnya. Ia harus tetap mengedepankan nalar yang berpijak pada iman di dalam tradisi agama tertentu. Ini tentu bukanlah hal yang mudah dan sederhana.

Keseimbangan antara keduanya di dalam penelitian ilmiah adalah sesuatu yang hampir tak mungkin terwujud. Ini terjadi, karena tak banyak ilmuwan neurosains yang paham dengan teologi. Tak banyak pula teolog yang memahami atau peduli pada perkembangan penelitian-penelitian neurosains. Dialog antara keduanya perlu dilakukan di atas dasar yang sama. Dengan ini barulah penelitian-penelitian neuroteologi mungkin dilakukan.

Tentu saja, keseimbangan sempurna antara kedua bidang tersebut tak akan mungkin dicapai. Akan selalu ada penyempitan, baik di dalam neurosains ataupun di dalam teologi. Misalnya, para ilmuwan neurosains akan merasa asing dengan konsep moral maupun kebebasan yang berkembang di dalam teologi, sebagaimana dirumuskan oleh Thomas Aquinas di dalam teologi Katolik. Sebaliknya, para teolog akan merasa asing dengan model penelitian ilmiah yang cenderung menyempitkan manusia ke dalam unsur biologisnya semata. Namun, justru dari perasaan asing inilah terbuka kemungkinan untuk pemahaman baru tentang kompleksitas manusia di dalam pengalaman spiritualnya.

Perasaan asing mendorong orang untuk ingin tahu dan belajar lebih jauh. Namun, ada juga kemungkinan, bahwa perasaan ini justru akan membuat kedua

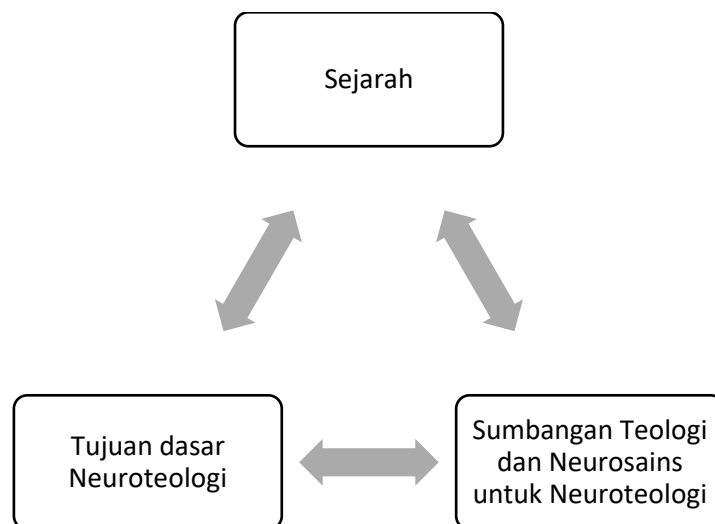
⁵ Lihat (Wattimena, *Filsafat dan Sains* 2008) dan (Wattimena, *Filsafat Ilmu Pengetahuan: Sebuah Pendekatan Kontekstual* 2011)

⁶ Lihat (Wattimena, *Untuk Mereka yang Beragama: Agama dalam Pelukan Filsafat, Politik dan Spiritualitas* 2020)

pihak yang berbeda saling meremehkan. Ini tentu akan menjadi hambatan besar yang bisa merugikan semua pihak. Arogansi adalah musuh utama ilmu pengetahuan, karena ia menghambat pemahaman, dan menciptakan banyak konflik. Jika arogansi disingkirkan, dan proses saling belajar bisa terjadi, maka pengetahuan akan berkembang, dan kita bisa memiliki pemahaman yang lebih mendalam tentang dunia tempat kita tinggal.⁷

Ada tiga hal yang perlu dilakukan untuk mendapatkan pemahaman utuh tentang neuroteologi. Yang pertama adalah pemahaman sejarah tentang berkembangnya bidang ilmu ini. Yang kedua adalah sumbangan dari teologi dan ilmu pengetahuan terhadap perkembangan kajian neuroteologi. Yang ketiga adalah tujuan utama dari penelitian-penelitian neuroteologi. Ketiga hal ini menjadi dasar bagi prinsip-prinsip ilmu neuroteologi.

Bagan 2.8
Prinsip-prinsip Neuroteologi



Mari kita mulai dengan pemahaman pertama, yakni pemahaman tentang perkembangan sejarah ilmu neuroteologi. Sudah sejak lama, agama-agama dunia

⁷ Lihat (Wattimena, Filsafat dan Sains 2008)

⁸ Hasil rumusan penulis

mencoba melihat kaitan antara batin manusia dengan entitas spiritual yang lebih tinggi. Dari upaya tersebut, kita kini memiliki beragam pemahaman tentang Tuhan dan alam semesta yang tersebar di berbagai peradaban. Neuroteologi tidak bermaksud menyempitkan semua pemahaman itu ke dalam reaksi kimiawi otak semata. Yang ingin dicari adalah sudut pandang ilmiah baru untuk memahami hubungan manusia dengan entitas yang lebih besar dari dirinya tersebut.

Tradisi Asia kaya akan perkembangan tradisi spiritual. Di dalam berbagai tradisi ini, batin manusia dijadikan obyek analisis. Tujuannya sederhana, yakni melenyapkan penderitaan, sekaligus membawa batin manusia ke arah pembebasan yang sempurna, yakni pembebasan dari penderitaan.⁹ Tiga tradisi memiliki sejarah panjang dalam hal ini, yakni Hindu, Buddha dan Tao.¹⁰ Teks Hindu kuno, *Upanishad*, secara detil membahas batin dan tubuh manusia sebagai alat untuk mencapai pengalaman spiritual yang tertinggi.

Salah satu tema terpenting di dalam tradisi kontemplatif Asia adalah soal diri (*Self*). Apa itu diri manusia?¹¹ Bagaimana ia muncul, dan bagaimana ia berfungsi dalam keseharian? Bagaimana konsep diri berpengaruh dalam penderitaan sekaligus kebahagiaan manusia? Dan bagaimana meditasi, dalam berbagai bentuknya, bisa mengubah kesadaran seseorang tentang dirinya sendiri?

Buddhisme mencoba menjawab pertanyaan-pertanyaan tersebut secara spesifik. Kesadaran manusia dilihat sebagai bagian dari keseluruhan kenyataan. Ada empat ciri dari kenyataan. Yang pertama adalah *Dukkha*, yakni penuh ketidakpuasan. Dunia ini tidak pernah dapat digenggam seutuhnya. Semuanya sementara, dan selalu melahirkan rasa tidak puas yang berujung pada penderitaan batin.

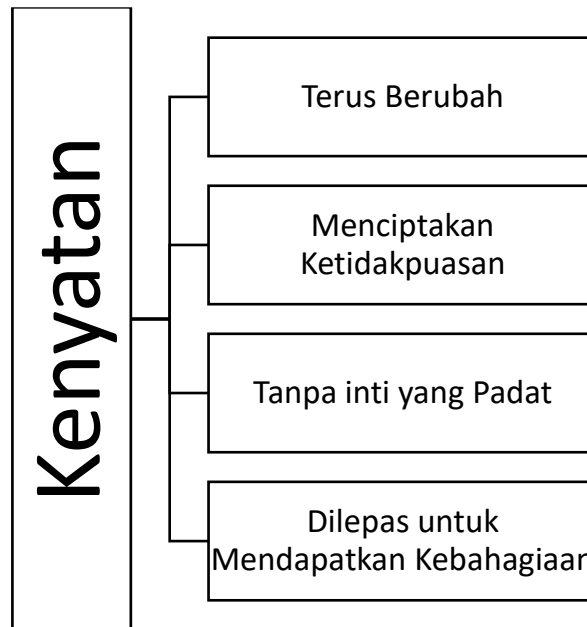
⁹ Lihat (Wattimena, *Dengarkanlah: Pandangan Hidup Timur, Zen dan Jalan Pembebasan* 2018)

¹⁰ Lihat (Wattimena, *Mencari Ke Dalam: Zen dan Hidup yang Meditatif* 2018)

¹¹ Lihat (Wattimena, *Otak dan Identitas, Kajian Filsafat dan Neurosains* 2021)

Bagan 3.¹²

Pandangan Buddhisme tentang Kenyataan



Yang kedua adalah kesementaraan (*Anicca*) dari segala sesuatu. Segala hal berubah. Maka, kebahagiaan dan keberhasilan manusia tidak boleh didasarkan pada sesuatu yang terus berubah. Jika ini dilakukan, maka ia akan terjebak di dalam kekacauan dan penderitaan batin. Ini juga punya arti baik, bahwa penderitaan hidup pun bersifat sementara, dan akan berakhir pada saatnya nanti.

Yang ketiga adalah *Annata*, atau ketanpadirian. Segala sesuatu terus berubah, karena ia tidak memiliki inti yang tetap. Ketanpadirian ini disebut juga sebagai kekosongan. Ketika kita sungguh sadar dan mengalami kekosongan dari segala sesuatu, termasuk dari diri kita sendiri, maka kita akan melepas secara alami. Melepas apa yang terus berubah inilah yang kemudian menjadi ciri keempat, yakni *Nirvana*.¹³

Keempat hal ini, yakni *annata*, *annica*, *nirvana* dan *dukkha*, juga bisa diteliti dari sudut pandang neurosains. Penderitaan, misalnya, lahir dari dorongan untuk membuat kenyataan sesuai dengan keinginan. Ini tidak mungkin dilakukan, sehingga orang akan jatuh ke dalam kekecewaan. Inilah *Dukkha* yang merupakan salah satu dari ciri dasar dari kenyataan. Kekecewaan akan melahirkan stress dan depresi yang

¹² Hasil rumusan penulis

¹³ Lihat (Wattimena, Dengarkanlah: Pandangan Hidup Timur, Zen dan Jalan Pembebasan 2018) dan (Wattimena, Mencari Ke Dalam: Zen dan Hidup yang Meditatif 2018)

bisa diukur dengan beberapa metode di dalam neurosains, karena ia memiliki dampak langsung pada struktur otak dan kesehatan tubuh manusia.

Bagi otak manusia, penderitaan fisik dan penderitaan batin tidaklah bisa dibedakan. Keduanya dilihat sebagai sesuatu yang sama. Ada hubungan yang amat erat dari empat ciri kenyataan yang diungkapkan Buddhisme dengan cara otak manusia bekerja. Yang paling jelas adalah konsep tanpa-diri, atau *Annata*. Tidak ada satu pun di dalam tubuh manusia, terutama otaknya, yang merupakan tempat dari identitas diri.

Ciri ketiga adalah perubahan, atau *Annica*. Ada bagian di otak manusia yang mampu menangkap gejala perubahan dari kenyataan. Tidak hanya itu, otak manusia pun bisa berubah. Ini yang disebut sebagai neuroplastisitas (*neuroplasticity*).¹⁴ Struktur dan fungsi dari otak manusia bisa berubah, asal ada latihan batin tertentu yang secara berkala dilakukan.

Hal serupa juga terjadi pada ciri keempat, yakni *nirvana*. Ini adalah keadaan batin, dimana orang bisa melepas segalanya, dan hidup sejalan dengan kenyataan. Ada beberapa bagian otak yang identik dengan hal ini. Melepas, dalam arti ini, orang bisa membuat jarak yang cukup sehat dengan ingatannya. Ingatan berfungsi sebagai alat menjalani kehidupan, dan tidak unsur utama penentu jati diri seseorang.

Neurosains berupaya memahami cara kerja batin manusia dengan mengacu pada sisi biologisnya, yakni otak dan saraf-saraf yang bekerja dengannya. Peralatan yang digunakan amatlah kompleks dan canggih. Metode penelitian ilmiah diterapkan untuk sampai pada pemahaman yang diperlukan. Para peneliti juga adalah orang-orang berpendidikan tinggi yang amat ahli dibidangnya. Hal ini tentunya tidak dimiliki oleh para pemikir Buddhis.

Tanpa menggunakan metode penelitian ilmiah, ataupun peralatan yang canggih, para pemikir Buddhis bisa memahami cara kerja batin manusia. Tidak hanya itu, dengan pengetahuan yang mereka punya, mereka bisa menemukan jalan untuk meningkatkan mutu hidup manusia, sehingga bisa menyentuh kebahagiaan dan kedamaian yang stabil di dalam diri. Bagi mereka, kesadaran tidaklah terpisahkan dari tubuh manusia, terutama otak, dan juga dari dunia di sekitar. Kesadaran adalah energi kehidupan yang bergerak tidak hanya di dalam diri manusia, tetapi juga di seluruh

¹⁴ Lihat (Wattimena, Tentang Manusia 2016)

alam semesta. Inilah kiranya yang juga menjadi dasar pemahaman bagi pandangan dunia Asia (*Asian worldview*).¹⁵

Ilmu pengetahuan modern sampai pada kesimpulan yang sama. Mereka tidak menggunakan konsep energi. Namun, berbagai penelitian telah sampai pada kesimpulan, bahwa ada kaitan yang tak terpisahkan antara tubuh, otak dan batin. Apa yang terjadi di salah satunya akan mempengaruhi yang lainnya. Hal ini bisa menjadi jembatan antara tradisi Asia dengan tradisi Eropa, sekaligus menjadi dasar bagi bidang kajian neuroteologi.

Di dalam Filsafat Cina, terutama Taoisme, alam semesta terdiri dari dua kekuatan yang berbeda, namun saling melengkapi dan membutuhkan. Kekuatan itu adalah Yin dan Yang. Pandangan ini kiranya juga senada dengan temuan di dalam ilmu pengetahuan modern. Di alam, selalu ada kekuatan-kekuatan yang bertentangan, namun bekerja sama secara harmonis. Contoh paling nyata adalah kekuatan untuk siaga maupun tenang yang bekerja di dalam diri manusia.¹⁶

Dua kekuatan yang bertentangan ini memainkan peranan penting di dalam proses pelestarian diri manusia. Ketika bahaya datang, tubuh dan batin akan menegang. Sikap siaga untuk melawan atau untuk menghindar pun muncul. Dengan adanya sikap siaga ini, manusia bisa terhindar dari bahaya-bahaya yang mengancamnya, seperti bahaya serangan binatang buas, ataupun berbagai bentuk bencana alam. Ketika keadaan sudah aman, rasa tenang bisa muncul, sehingga tubuh dan batin tidak tegang secara berlebihan dalam waktu yang lama. Manusia bisa beristirahat, dan memulihkan dirinya.

Konsep energi memang kental di dalam tradisi kontemplatif Asia. Taoisme menyebutnya sebagai *Qi (Chi)*, yakni energi kehidupan yang ada di seluruh alam semesta, termasuk di dalam diri kita. Tradisi Ayurvedik di India juga mengenal konsep yang sama. Mereka menyebutnya sebagai *Prana*. Semua tradisi berpijak pada satu pemahaman, bahwa kesehatan manusia adalah soal keseimbangan antara tubuh dan batin. Keseimbangan inilah yang memungkinkan energi kehidupan mengalir dengan lancar di dalam diri manusia.¹⁷

Manusia bisa melatih dirinya, supaya bisa memahami dan menggunakan energi ini untuk kebaikan dirinya. Yang berkembang bukan hanya unsur tubuh, tetapi

¹⁵ Lihat (Watts 1957)

¹⁶ Lihat (Wattimena, Dengarkanlah: Pandangan Hidup Timur, Zen dan Jalan Pembebasan 2018)

¹⁷ Lihat (Sadhguru 2016)

juga kedamaian batin. Setelah ini dilatih, orang pun bisa bergerak menuju pencerahan atau pembebasan batin. Ini merupakan keadaan batin, dimana orang terbebas dari segala bentuk ilusi yang membuatnya menderita. Batin, tubuh dan pikiran dilatih untuk mencapai harmoni, supaya bisa mencapai pembebasan semacam ini.¹⁸

Pendekatan semacam ini khas di dalam tradisi kontemplatif Asia. Agama-agama Timur Tengah, seperti Yahudi, Kristen dan Islam, tidak secara langsung membahas tema ini. Ketiga agama ini hanya berbicara soal sisi gelap manusia, dan bagaimana manusia memerlukan sosok Ilahi untuk menyelamatkannya. Ketiga agama ini juga memberikan kode perilaku untuk menjamin (klaim) keselamatannya di dunia, maupun setelah kematian nanti. Walaupun begitu, banyak ajaran di dalam ketiga agama ini yang sudah dipatahkan oleh berbagai penelitian terbaru di dalam ilmu pengetahuan modern.

Salah satu pemikir besar di dalam tradisi Kristiani adalah Thomas Aquinas. Ia juga berbicara soal hubungan antara pikiran manusia dengan tindakannya. Manusia yang sehat, baginya, akan bertindak rasional. Ia memiliki kehendak baik untuk mencapai tujuan tertinggi manusia, yakni mencapai kesatuan dengan Tuhan. Inilah ciri dari hidup yang sempurna, yakni kesatuan yang tak akan pernah terpisahkan dengan Tuhan.¹⁹

Sementara, manusia yang jahat adalah orang yang mencari tujuan egonya sendiri. Ia tidak peduli pada kehendak Tuhan, ataupun kepentingan orang lain. Ia hanya mengejar *actus hominis*, yakni dorongan-dorongan tubuh semata. Ia mengabaikan *actus humanus*, yakni dorongan akal budi yang bersifat reflektif. Walaupun terlihat sederhana, pandangan ini sudah menunjukkan adanya kaitan antara dorongan tubuh, batin dan tindakan manusia.

Kebudayaan Kristiani memang cenderung melihat batin manusia sebagai sesuatu yang tidak boleh dibiarkan bebas. Ia bisa cenderung mengarah pada kejahatan. Reformasi Protestan melepaskan otoritas Paus terhadap kehidupan iman dan agama. Namun, otoritas itu sesungguhnya hanyalah berpindah ke tempat lain, yakni ke tangan Kitab Suci itu sendiri. Manusia Kristiani tidak lagi perlu tunduk pada Paus, namun hanya pada Kitab Suci yang ia baca dan tafsir sendiri.

¹⁸ Lihat (Wattimena, Dengarkanlah: Pandangan Hidup Timur, Zen dan Jalan Pembebasan 2018)

¹⁹ Lihat (Newberg 2010)

Reformasi Protestan dimulai oleh Luther. Ia memiliki banyak diskusi dengan para filsuf pada jamannya. Salah satunya yang paling terkenal adalah diskusi antara Luther dengan Erasmus. Bagi Erasmus, manusia adalah ciptaan Tuhan yang paling luhur. Manusia adalah simbol dari kebaikan Tuhan. Dunia diciptakan oleh Tuhan, supaya manusia memiliki ruang untuk mengembangkan dirinya semaksimal mungkin.

Namun, rahmat dari Tuhan tidak hanya bisa ditunggu begitu saja. Manusia harus mengembangkan kebebasan dan tanggung jawab yang ia punya. Hanya dengan usaha, tanggung jawab dan rahmat Tuhanlah, manusia bisa diselamatkan. Luther rupanya tidak sepekat dengan pandangan ini. Baginya, hanya dengan rahmat Tuhanlah manusia bisa menemukan keselamatan.

Konsep kunci disini adalah kehendak bebas. Sampai sekarang, para ilmuwan dan filsuf masih terus mencoba menjawab pertanyaan berikut, apakah manusia memiliki kehendak bebas? Kehendak bebas dianggap bukanlah sesuatu yang abstrak dan metafisik. Ia juga terhubung fungsi-fungsi batin manusia yang terkait dengan fisik tubuh manusia, terutama otak dan sistem saraf. Kehendak juga memungkinkan manusia untuk bertindak moral, yakni baik atau buruk sesuai dengan nilai-nilai yang disepakati bersama.

Tidak hanya teologi dan agama yang banyak berbicara soal hubungan antara batin, tubuh dan pengalaman subyektif manusia. Filsafat pun penuh dengan tema serupa. Salah satu yang paling berpengaruh adalah pemikiran Rene Descartes. Ia hidup dari 1596 sampai dengan 1650. Filsafatnya memiliki metode menarik, yakni meragukan segalanya, termasuk keberadaan segala yang ada di dunia untuk mencapai pengetahuan yang tak terbantahkan.²⁰

Logika dan nalar menjadi senjata utamanya. Descartes tidak berpijak pada iman ataupun tradisi dalam segala bentuknya. Ia ingin menyingkirkan asumsi-asumsi, yakni pengetahuan yang tidak berdasar, atau pengetahuan yang berpijak pada kepercayaan buta. Ia pun meragukan segalanya, sampai ada satu yang yang tak bisa diragukan, bahwa ia sedang meragukan. Untuk meragukan, orang butuh untuk berpikir. Dari sinilah keluar pepatah legendaris di dalam filsafat, yakni aku berpikir maka aku ada (*cogito ergo sum*).

²⁰ Lihat (Precht 2015)

Di sini, kita bisa melihat kaitan erat antara batin, pikiran dan identitas kita sebagai manusia. Identitas juga terkait erat dengan keberadaan kita sebagai manusia. Semuanya ini memiliki unsur biologis yang nyata, yakni di otak dan sistem saraf yang bekerja dengannya. Pendek kata, pemikiran Descartes menjadi pijakan dasar bagi berkembangnya penelitian-penelitian neurosains sekarang ini. Tentu saja, ada beberapa perbedaan yang tidak terhindarkan, terutama karena metode penelitian yang berbeda.

Neuroteologi memang berakar panjang di dalam sejarah filsafat dan ilmu pengetahuan modern. Sudah ratusan tahun, para filsuf dan ilmuwan berdiskusi tentang cara kerja batin dan otak manusia, serta bagaimana keduanya terhubung. Dengan berkembangnya teknologi terkait dengan penelitian otak manusia, banyak hal baru terungkap. Berbagai pertanyaan baru pun hadir. Ini juga memungkinkan hadirnya pengetahuan baru terkait dengan pertanyaan-pertanyaan lama di dalam filsafat maupun teologi.

Dalam hal ini, neuroteologi adalah sebuah kajian yang berpijak pada dua tempat. Tempat pertama adalah diskusi ilmiah terkini tentang batin, pikiran dan kesadaran manusia. Neurosains dan biologi kiranya menjadi acuan utama. Tempat kedua adalah diskusi terakhir di bidang teologi dan agama tentang tema yang sama. Dewasa ini, keduanya memang terlihat terpisah. Namun, ini tidak selalu seperti itu.

Di dalam paradigma ilmu pengetahuan awal, agama dan ilmu pengetahuan adalah satu dan sama. Obyek kajiannya sama, yakni kehidupan dalam keseluruhannya. Tuhan termasuk di dalamnya. Metode yang digunakan pun serupa, yakni spekulasi dengan berpijak pada logika, bahasa dan penalaran rasional. Orang-orang yang serius di dalam beragama juga cenderung terlibat di dalam penelitian ilmiah tentang satu tema tertentu.

Ritual pemujaan agama membutuhkan tempat yang juga sesuai. Pembangunan tempat-tempat suci membutuhkan analisis ilmiah yang tepat. Ini hanya mungkin, jika ada teknologi dan ilmu pengetahuan tertentu yang sudah cukup berkembang. Contoh paling nyata adalah Piramid di Mesir. Yang juga berkembang adalah ilmu astronomi, terutama untuk mengamati bintang-bintang, guna penentuan hari raya religius tertentu.

Di Eropa masa renaisans, pemikiran Yunani Kuno kembali dikaji. Ciri khasnya adalah penggunaan akal budi yang lepas dari agama.²¹ Di titik inilah muncul ketegangan antara ilmu pengetahuan modern dan agama di Eropa. Salah satu titik terpenting adalah pandangan ilmiah yang menyatakan, bahwa bumi mengelilingi matahari, dan bukan sebaliknya, seperti diyakini oleh ajaran agama. Sampai detik ini, ketegangan tersebut belumlah lenyap sepenuhnya.

Ketegangan antara ilmu pengetahuan modern dan agama memuncak di dalam teori evolusi. Bagi ilmu pengetahuan modern, kehidupan lahir dari proses evolusi selama jutaan tahun. Tidak ada campur tangan Tuhan sebagai sang pencipta, sebagaimana diyakini oleh agama. Sebagai sebuah kajian ilmiah, neuroteologi tepat berada di tengah ketegangan tersebut. Ia bisa menjadi kemungkinan jembatan antara dua bidang yang amat mempengaruhi hidup manusia tersebut.²²

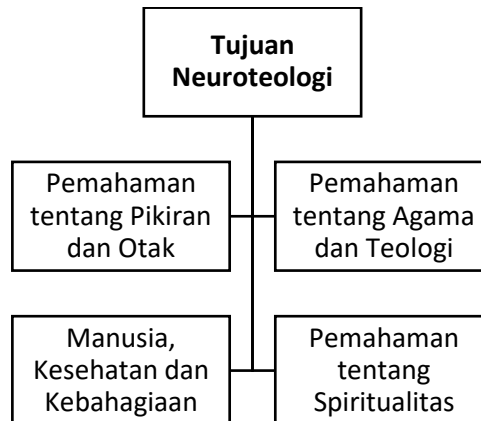
Dilihat secara mendasar, apa tujuan dari penelitian neuroteologi? Tanpa tujuan yang jelas, kajian apapun tidak akan layak dilakukan. Untuk itu, ada empat konsep yang penting untuk diperhatikan, yakni pengalaman subyektif, kesadaran, batin dan jiwa. Tema ini terkait dengan ilmu psikologi, filsafat dan neurosains. Kajian neuroteologi diharapkan mampu memberikan sudut pandang baru di dalam memahami tema-tema tersebut.

Bidang-bidang keilmuan lain juga bisa mendapat manfaat dari kajian neuroteologi. Mereka adalah antropologi, sosiologi, neurobiologi, neurosains, kedokteran, fisika, filsafat, genetika, kajian agama dan, tentunya, teologi. Dialog antara berbagai ilmu ini dengan kajian neuroteologi akan membawa pemahaman baru tentang manusia. Pemahaman ini tidak hanya menjadi pengetahuan semata, tetapi juga bisa menjadi masukan bagi pembuatan kebijakan, terutama terkait dengan perdamaian antara agama. Seperti yang dikatakan oleh Hans Küng, tidak ada perdamaian dunia, tanpa perdamaian antar agama.

²¹ Lihat (Precht 2015)

²² Lihat (Newberg 2010)

Bagan 4.
Tujuan dasar Neuroteologi²³



Ada empat tujuan dasar dari kajian neuroteologi. Yang pertama adalah meningkatkan pemahaman tentang pikiran dan otak manusia. Neuroteologi adalah berpijak pada dua jenis penelitian, yakni penelitian empiris terkait otak manusia, dan berbagai kajian teologis yang sudah ada sebelumnya tentang batin maupun pikiran manusia. Yang kedua adalah meningkatkan pemahaman tentang agama dan teologi. Ini sudah jelas dengan sendirinya di dalam kata neuroteologi.

Tujuan ketiga adalah untuk memahami keadaan manusia (*conditio humana*), terutama dalam kaitan mencapai kesehatan dan kebahagiaan. Pemahaman ini, nantinya, diharapkan mampu meningkatkan kedua hal tersebut. Tujuan keempat adalah untuk memahami sekaligus meningkatkan mutu hidup manusia dalam soal agama dan spiritualitas. Ini juga penting dalam soal membangun jembatan antara agama. Harapannya, perdamaian antar agama yang berkelanjutan bisa terwujud.

Keempat tujuan ini tidaklah bisa dipisahkan. Keempatnya menyumbang pada tiga bidang langsung, yakni perkembangan ilmu pengetahuan, teologi dan juga politik. Dua tujuan pertama terkait dengan metodologi penelitian neurosains dan juga teologi. Kepentingannya lebih bersifat sempit, yakni untuk dunia ilmu pengetahuan. Tujuan ketiga dan keempat lebih terkait dengan kehidupan masyarakat secara luas, yakni untuk mengembangkan mutu kehidupan manusia, baik di tingkat pribadi maupun global.

²³ Hasil rumusan penulis

Sebagai bidang keilmuan yang cukup baru, neurosains jelas tertantang dengan kehadiran kajian neuroteologi. Para ilmuwan neurosains didorong untuk menemukan metode penelitian yang tepat untuk bidang ini. Neurosains tradisional mencoba melihat kaitan dari pikiran, perasaan, persepsi dan organ biologis manusia, terutama otak dan sistem saraf. Dengan perkembangan teknologi yang cepat, neurosains juga berkembang pesat. Berbagai bentuk fungsi otak sudah semakin jelas terpetakan, terutama yang berkaitan dengan tindak berpikir dan merasa manusia.

Ini jelas adalah hal yang menggembirakan. Sisi religius dan spiritual manusia kini bisa dipahami dengan menggunakan metode penelitian ilmiah yang berasal dari neurosains. Sebaliknya pun juga benar, bahwa kajian neurosains terhadap pengalaman religius dan spiritual manusia juga amatlah penting untuk neurosains secara keseluruhan. Ini jelas merupakan sebuah terobosan yang amat penting. Sepanjang sejarah peradaban manusia, pengalaman religius dan spiritual dilihat sebagai sesuatu yang murni subyektif, sehingga tidak bisa diteliti dengan menggunakan metode penelitian ilmiah.²⁴

Padahal, agama dan spiritualitas adalah bagian penting dari hidup manusia. Perkembangan ilmu pengetahuan modern memang mengurangi pengaruh agama di dalam kehidupan. Namun, itu tidak menghilangkannya. Di abad 21, spiritualitas berkembang pesat di berbagai bagian dunia, yakni spiritualitas sebagai jalan spiritual yang berada di luar agama. Pemahaman atas spiritualitas jelas merupakan kajian yang amat penting untuk perkembangan ilmu pengetahuan.

Beragam ritual di dalam agama juga merupakan hal yang kompleks. Pengaruhnya terasa di seluruh sisi hidup manusia, mulai dari biologis sampai dengan sisi emosionalnya. Belum ada penelitian yang sungguh sistematis dan kritis terhadap ritual keagamaan, terutama dari sudut pandang neurosains, yakni terkait dengan otak dan sistem saraf manusia. Teologi sendiri jelas akan mendapatkan pemahaman baru dari kajian ini. Sejarah spiritualitas dan agama, yang sudah setua peradaban manusia itu sendiri, kiranya mendapatkan terang baru dari kajian neurosains tentang pengalaman spiritual dan ritual religius manusia.

Tantangan terbesar datang dari ortodoksi agama. Ini adalah kelompok yang ingin menjaga kelestarian tradisi agama-agama. Mereka cenderung tertutup pada perubahan, terutama pada temuan-temuan dari penelitian ilmu pengetahuan modern.

²⁴ Lihat (Newberg 2010)

Inti kekhawatiran mereka adalah, bahwa iman yang mereka anggap suci akan digantikan dengan pengetahuan ilmiah yang sifatnya kering, dan tidak memberikan inspirasi. Agama dan spiritualitas pun akan disempitkan ke dalam rumusan-rumusan logis ilmu pengetahuan yang tanpa roh.

Di dalam beragam tradisi agama dan spiritualitas, jiwa manusia diandaikan ada. Tidak hanya itu, jiwa manusia dianggap sebagai sesuatu yang suci. Sementara, di dalam ilmu pengetahuan modern, jiwa tidak diandaikan ada. Ia dianggap sebagai konsep yang harus terlebih dahulu diselidiki. Ini kiranya yang menjadi salah satu pokok tegangan antara ilmu pengetahuan dan agama, ketika menyelidiki soal pengalaman spiritual manusia.

Neuroteologi tidak hanya terkait dengan keilmuan neurosains dan teologi. Ia juga memberikan sumbangan langsung bagi kehidupan manusia, terutama soal kesehatan dan kebahagiaan manusia. Kesehatan dan kebahagiaan tidaklah terpisahkan. Batin yang menderita akan menghasilkan tubuh yang gampang sakit. Keseimbangan batin manusia amat terkait dengan spiritualitas hidupnya.

Berbagai penelitian baru sudah muncul tentang ini. Di tengah jaman yang ditikam krisis bergantian, spiritualitas dan agama dilihat sebagai ruang yang memberikan ketenangan. Ia pun menjadi penangkal untuk depresi berkepanjangan, ataupun keinginan untuk bunuh diri. Dua laku spiritual kiranya menjadi begitu ramai diikuti, yakni meditasi dan yoga. Beberapa penelitian ilmiah sudah menunjukkan, bahwa laku meditasi dan yoga, jika dilakukan secara berkala, bisa meningkatkan ketahanan tubuh, memperlancar pencernaan dan mengurangi tekanan pada kerja jantung.²⁵

Hal ini juga berlaku sebaliknya. Penelitian ilmiah dibidang neuroteologi juga bisa mengungkap pandangan-pandangan salah yang ada di dalam hidup beragama yang sudah ada. Pandangan salah tersebut kerap mendorong tindakan-tindakan yang berbahaya bagi hidup manusia, mulai dari bunuh diri kolektif sampai dengan tindak terorisme. Tidak hanya itu, pemahaman yang salah didalam hidup beragama juga bisa menciptakan berbagai masalah kejiwaan, sekaligus penolakan pada pemahaman kesehatan maupun kedokteran modern. Sampai sekarang, belum ada pemahaman yang cukup tentang pemicu berbagai hal tersebut.

²⁵ Lihat (Wattimena, Mencari Ke Dalam: Zen dan Hidup yang Meditatif 2018)

Kajian-kajian neuroteologi, seperti sedikit sudah disinggung sebelumnya, juga penting untuk kajian anti terorisme. Apa yang ada di dalam batin seorang teroris?²⁶ Ada beberapa teori tentang ini. Namun, tidak ada yang sungguh menjangkarkan penelitiannya pada unsur biologis manusia. Penelitian-penelitian neuroteologi bisa memberikan pemahaman pada soal ini, terutama soal perkembangan kebencian dan identitas sempit di dalam batin manusia, sekaligus menawarkan jalan keluar yang mungkin dari masalah terorisme yang berpijak pada agama.

Neuroteologi juga bisa membantu manusia mencapai hidup yang bahagia secara umum. Fokus kajiannya memang pengalaman spiritual dan pengalaman religius manusia. Hasil penelitiannya bisa menyumbang cara-cara yang tepat untuk membawa kebahagiaan spiritual bagi manusia yang membutuhkannya. Ketika ada informasi atau sudut pandang yang baru, maka pengembangan lalu dimungkinkan. Dalam konteks perkembangan spiritual, kajian neuroteologi kiranya bisa membantu manusia dengan berbagai sudut pandang baru yang lahir dari penelitian ilmiah.

Salah satu kritik diajukan dari rasa takut. Neuroteologi akan membuat orang menjadi spiritual hanya dengan meminum obat tertentu. Pengalaman spiritual dan pengalaman religius seolah disempitkan menjadi urusan kimia belaka. Bagaimana kritik semacam ini ditanggapi? Disini, kita perlu melihat sejarah laku spiritual dan religius yang mendorong hadirnya pengalaman nyata manusia.

Sejak lama, manusia menggunakan berbagai cara untuk menciptakan pengalaman spiritual. Contohnya adalah ritual, berdoa, meditasi, puasa bahkan menggunakan sejenis obat-obatan. Jadi, manusia sudah memiliki pengetahuan tentang cara-cara untuk menciptakan pengalaman spiritual di dalam dirinya. Jika neuroteologi bisa memberikan satu cara yang baru, maka itu sebenarnya hal biasa. Cara baru tersebut nantinya akan berpijak pada metode penelitian ilmiah yang menjadi roh dari ilmu pengetahuan modern.

Tantangan terbesar dalam hal ini adalah, bagaimana menggabungkan pendekatan ilmiah ini ke dalam tradisi spiritual maupun religius yang sudah ada sebelumnya? Berbagai tradisi spiritual ini sudah berusia ribuan tahun. Ada beberapa doktrin yang dipegang erat. Perubahan merupakan sesuatu yang amat sulit. Pun jika terjadi, perubahan itu sangatlah lambat.

²⁶ Lihat (Wattimena, *Kosmopolitanisme Sebagai Jalan Keluar Atas Tegangan Abadi Antara Neo-Kolonialisme, Radikalisme Agama dan Multikulturalisme* 2018)

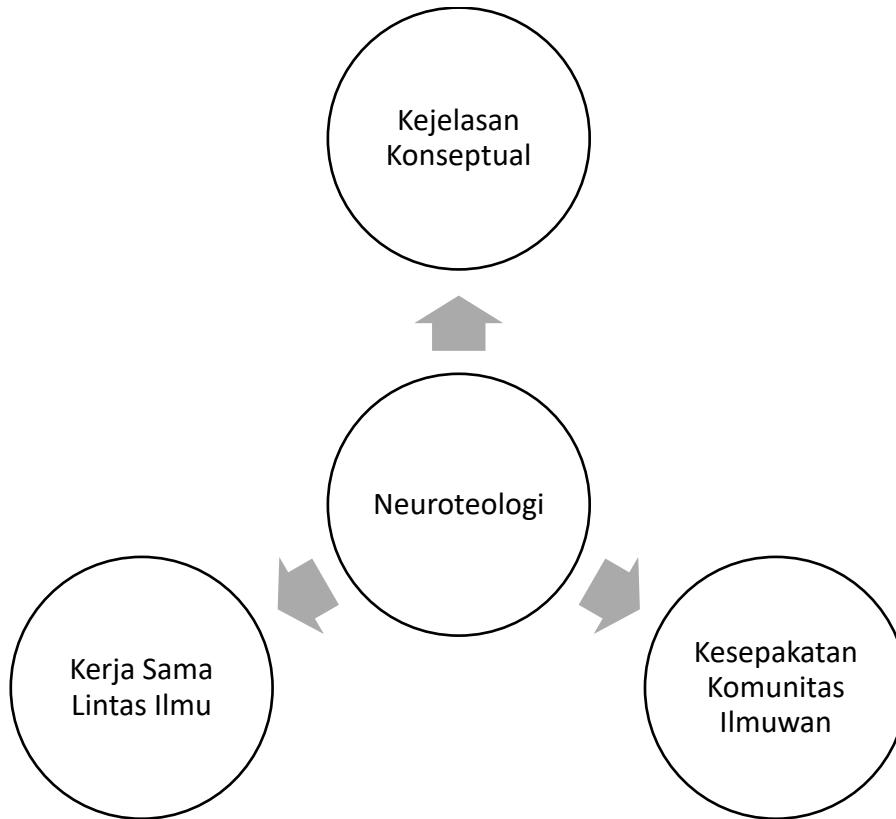
Kajian neuroteologi juga akan terlibat pada pertanyaan-pertanyaan mendasar manusia, yakni soal hakekat kenyataan dan hakekat dari diri manusia. Dua pertanyaan menjadi amat penting, yakni apa itu kenyataan, dan bagaimana kita bisa memahaminya? Dan apakah diri kita itu sungguh nyata, atau merupakan ciptaan dari gabungan unsur-unsur lain? Neuroteologi juga menyentuh permasalahan mendasar di dalam epistemologi, yakni apakah manusia mampu mengetahui kenyataan pada dirinya sendiri?²⁷ Hanya dengan menjawab pertanyaan-pertanyaan mendasar ini, kajian neuroteologi bisa meningkatkan pemahaman kita tentang dunia.

Prinsip dan Konsep-konsep Kunci

Di titik ini, kita perlu merumuskan prinsip-prinsip neuroteologi. Ada tiga prinsip utama. Pertama, konsep-konsep yang digunakan di dalam kajian neuroteologi haruslah jelas. Dua, konsep-konsep tersebut juga harus berakar pada penelitian ilmiah terbaru, dan disepakati oleh sebagian besar ilmuwan di dalam komunitas ilmiah. Tiga, kajian neuroteologi haruslah bersifat luas, sehingga bisa menggandeng beragam ilmu pengetahuan yang sudah ada sebelumnya, terutama neurosains dan teologi.

²⁷ Lihat (Wattimena, Filsafat Kritis Immanuel Kant 2010)

Bagan 5.
Tiga Prinsip Kerja Neuroteologi²⁸



Ada dua belas konsep yang kerap digunakan di dalam penelitian-penelitian neuroteologi. Penting untuk menjelaskan definisi dari kedua belas konsep tersebut dengan akurat. *Yang pertama* adalah konsep otak. Dalam arti ini, otak adalah struktur dari sel, molekul dan hubungan-hubungan yang membentuk organ di dalam kepala manusia. Otak memiliki banyak bagian, seperti neocortex, sistem limbik, hipotalamus, batang otak dan *cerebellum*, yang terhubung dengan seluruh bagian tubuh manusia.

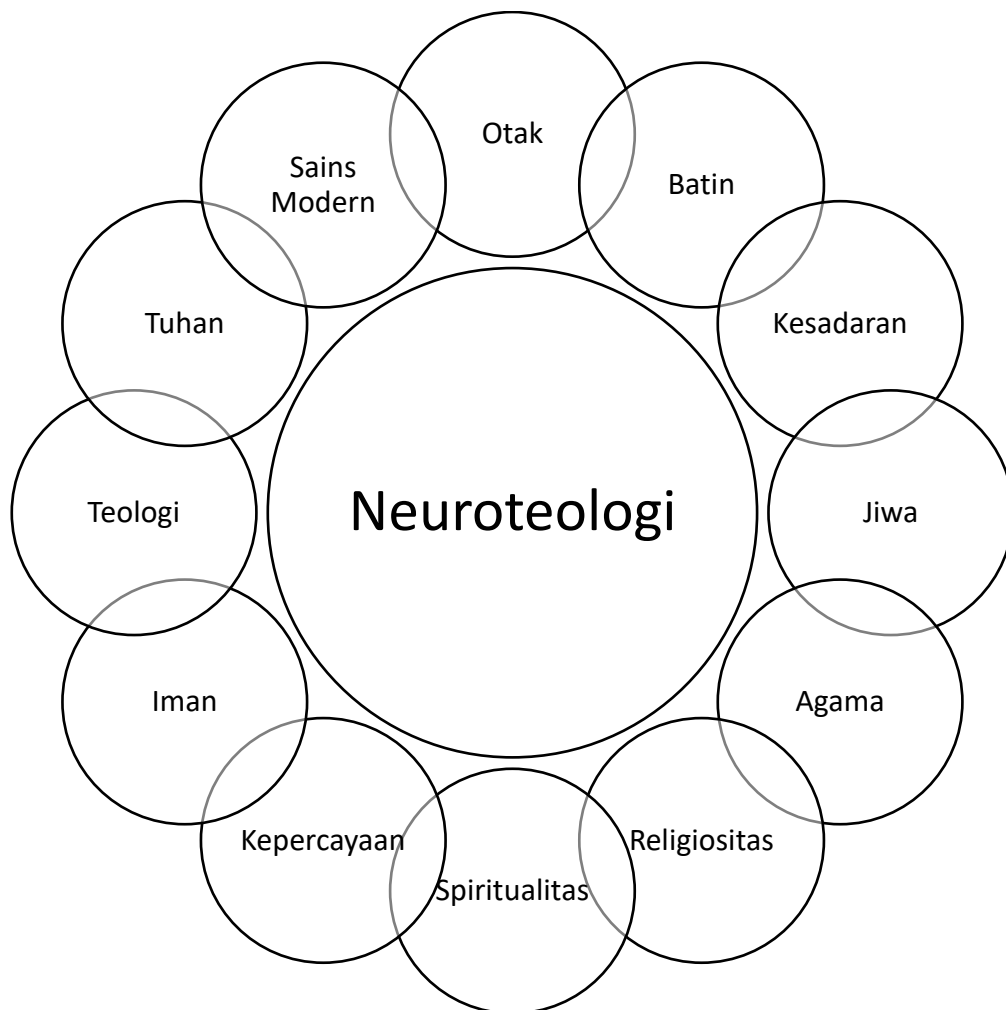
Yang kedua adalah *mind*, atau batin. Ini adalah pengalaman subyektif kita sebagai manusia yang terhubung dengan otak. Di dalamnya termasuk juga pikiran, perasaan dan persepsi. Para peneliti neurosains melihat kaitan erat antara batin dan otak. Banyak fungsi dari batin yang langsung terhubung ke otak. Namun, harus juga disadari, bahwa batin lebih dari sekedar otak, karena ia memiliki kesadaran subyektif

²⁸ Hasil rumusan penulis

yang tidak ditemukan di dalam otak. Hubungan yang jelas antara batin, otak dan kesadaran masih menjadi tema penelitian penting di dalam neurosains dan filsafat.

Bagan 6.

12 Konsep Kunci Neuroteologi²⁹



Yang ketiga adalah kesadaran. Kesadaran adalah kesadaran subyektif, atau kesadaran manusia tentang dirinya sendiri. Ada dua teori besar tentang kesadaran. Teori pertama menegaskan, bahwa kesadaran merupakan hasil dari kompleksitas organ tubuh manusia, terutama otak dan jaringan saraf. Teori kedua, yang berakar pada tradisi kontemplatif dan spiritual dari Asia, melihat kesadaran lebih dari sekedar

²⁹ Hasil rumusan penulis

kompleksitas biologis manusia. Sebaliknya, justru kesadaran ada terlebih dahulu, lalu tubuh muncul sebagai turunan daripadanya.

Yang keempat adalah jiwa. Jiwa adalah bagian dari manusia yang merupakan penghubung antara tubuh fisik dan unsur spiritualnya. Dalam arti ini, unsur spiritual dilihat sebagai Tuhan yang berada di dalam diri manusia. Jiwa dapat juga dipandang sebagai unsur paling dalam di diri manusia. Berbagai cabang ilmu pengetahuan masih terus meneliti soal keberadaan jiwa, dan bagaimana jiwa terhubung dengan kenyataan di luar diri manusia. Juga apakah jiwa milik manusia semata, atau juga dimiliki oleh makhluk lain?

Yang kelima adalah agama. Agama adalah kumpulan laku dan ajaran yang dilembagakan. Laku dan ajaran tersebut dipercaya mampu membawa orang pada Tuhan. Ada sejumlah orang yang mempercayainya, dan ajaran tersebut diterapkan di dalam keseharian mereka. Tidak ada jumlah tertentu yang disepakati.

Yang keenam adalah religiositas. Ini adalah pemahaman, laku dan pengalaman seseorang yang menjalani agama tertentu. Religiositas bersifat partikular. Artinya, ia tidak bisa dibandingkan diantara dua agama. Religiositas tertanam dalam di beragam tradisi agama tertentu.

Yang ketujuh adalah spiritualitas. Ini adalah pengalaman manusia dalam hubungannya dengan Tuhan. Walaupun, konsep Tuhan seringkali tidak diperlukan di dalam spiritualitas. Yang diperlukan adalah pengalaman bersentuhan dengan suatu dimensi yang lebih tinggi dan lebih besar dari manusia. Di dalam pengalaman persentuhan itu, semua pikiran dan emosi melebur, dan orang memasuki kejernihan murni.

Yang kedelapan adalah kepercayaan. Ini adalah semua proses berpikir manusia yang dianggap sebagai kebenaran. Otak memainkan peranan penting disini. Kebenaran ini tidak harus sungguh disadari. Ia bisa juga secara tidak sadar dianggap benar. Kepercayaan tidak harus ada bukti yang penuh, melainkan cukup beberapa bukti yang sejalan dengan asumsi yang sudah ada sebelumnya.

Yang kesembilan adalah iman. Ini adalah kepercayaan tanpa syarat pada keberadaan entitas tertentu. Keberadaan ini diyakini sepenuhnya, bahkan kerap tanpa bukti nyata sama sekali. Agama biasanya berpijak pada iman dari umatnya. Iman dianggap turun langsung dari sang pencipta, walaupun tidak ada satu pun bukti yang mengarah pada pandangan ini.

Yang kesepuluh adalah teologi. Ini adalah kajian ilmiah untuk memahami konsep-konsep dan ajaran dasar dari agama tertentu. Proses ini terkait dengan penafsiran berbagai ajaran tersebut untuk jaman yang terus berubah. Teologi juga tidak hanya ingin memahami ajaran agama tertentu, tetapi juga tentang hakekat dari Tuhan di dalam terang ajaran agama tertentu. Di dalam sejarahnya, teologi berkembang di dalam agama-agama Abrahamik, yakni agama Yahudi, Kristen dan Islam.

Yang kesebelas adalah konsep Tuhan. Ini adalah entitas yang melampaui keberadaan manusia, dan memiliki kekuatan menciptakan dan menghancurkan alam semesta. Di beberapa tradisi, Tuhan dianggap bisa berkomunikasi langsung dengan manusia. Di tradisi lainnya, Tuhan dianggap sebagai kesadaran universal yang melingkupi segala sesuatu. Ia tidak terpisahkan dari semua makhluk dan realitas yang ada.

Yang kedubelas adalah konsep ilmu pengetahuan modern. Ini adalah penyelidikan empiris untuk menemukan pengetahuan tentang dunia material, atau dunia alamiah. Awalnya, ilmu pengetahuan modern terjebak pada ideologi positivisme. Artinya, hanya kenyataan yang bisa ditangkap dengan panca indera yang layak dijadikan obyek kajian. Dalam kajian neuroteologi, positivisme haruslah dilampaui, sehingga ilmu pengetahuan modern terbuka pada kenyataan-kenyataan yang melampaui panca indera.

Kesimpulan

Neuroteologi adalah kerja sama antara neurosains dan teologi untuk memahami dunia batin manusia dalam hubungannya dengan agama dan Tuhan. Keduanya berbeda secara metode dan pandangan dasar, namun sepakat untuk bekerja sama, guna menemukan pemahaman-pemahaman baru. Di dalam proses, neuroteologi bisa memperkaya pemahaman manusia. Pemahaman baru tentang agama dan dunia spiritual manusia bisa menjadi jelas serta sistematis. Ia tidak ambigu, seperti yang sudah ada sebelumnya. Di dalam kejelasan ilmiah tersebut, masih ada berbagai misteri yang menunggu untuk diungkap, atau cukup sekedar dihayati keberadaannya.

Daftar Acuan

- Newberg, Andrew B. 2010. *Principles of Neurotheology*. Ashgate Publishing.
- Precht, Richard David. 2015. *Erkenne die Welt: Geschichte der Philosophie*. Goldmann Verlag.
- Sadhguru. 2016. *Inner Engineering*. Random House.
- Wattimena, Reza A.A. 2021. "Apakah Kita Bebas? Refleksi terhadap Penelitian-penelitian Neurosains Tentang Otak dan Kebebasan." *The Ary Suta Center Series on Strategic Management Juli 2021, Volume 54*.
- . 2018. *Dengarkanlah: Pandangan Hidup Timur, Zen dan Jalan Pembebasan*. Jakarta: Karaniya.
- . 2008. *Filsafat dan Sains*. Jakarta: Grasindo.
- . 2011. *Filsafat Ilmu Pengetahuan: Sebuah Pendekatan Kontekstual*. Surabaya: Pustakamas.
- . 2010. *Filsafat Kritis Immanuel Kant*. Jakarta: Evolitera.
- Wattimena, Reza A.A. 2018. "Kosmopolitanisme Sebagai Jalan Keluar Atas Tegangan Abadi Antara Neo-Kolonialisme, Radikalisme Agama dan Multikulturalisme." *Jurnal Ledalero*.
- . 2018. *Mencari Ke Dalam: Zen dan Hidup yang Meditatif*. Jakarta: Karaniya.
- Wattimena, Reza A.A. 2021. "Otak dan Identitas, Kajian Filsafat dan Neurosains." *The Ary Suta Center Series on Strategic Management*.
- Wattimena, Reza A.A. 2021. "Otak dan Kenyataan, Kajian Filsafat dan Neurosains." *The Ary Suta Center Series on Strategic Management*.
- . 2016. *Tentang Manusia*. Yogyakarta: Maharsa.
- . 2020. *Untuk Mereka yang Beragama: Agama dalam Pelukan Filsafat, Politik dan Spiritualitas*. Kanisius.
- Watts, Alan. 1957. *The Way of Zen*. New York: Pantheon.