P-ISSN: 0215-6253
E-ISSN: 2714-6103
Refleksi
Jurnal Kajian Agama dan Filsafat

Filsafat sebagai Laku Hidup dalam Naskah Sunda Kuna: Pembacaan Hermeneutik Pierre Hadot

Philosophy as a Way of Life in Old Sundanese Manuscripts: A Hermeneutic Reading through Pierre Hadot

Naan, Yogi Supriyadi, & Didi Supandi

Abstract: *Studies of Old Sundanese manuscripts have thus far been dominated by philological, linguistic, and historical approaches, resulting in their philosophical dimensions often being overlooked or interpreted merely as guidelines for traditional customs. This article aims to examine the philosophical dimensions of two Old Sundanese manuscripts, namely Sanghyang Siksa Kandang Karesian (SSKK, 1518 CE) and Sewaka Darma (SD, 14th or 15th century), using Pierre Hadot's hermeneutics of philosophy as a way of life and spiritual exercises. The method employed is a qualitative literature review of the manuscripts' transliterations and translations, utilizing thick description to situate the texts within the cosmology of Old Sundanese. The results indicate that the teachings on sensory control (Dasa Kreta) and mindfulness (Catur Yatna) in the SSKK, as well as the recommendations for iyatna-yatna in the SD, can be interpreted as functionally equivalent to prosoche. The journey of the Atma toward Jatiniskala in the SD can be interpreted as analogous to "learning to die" and "the view from above." Both manuscripts can also be interpreted as texts of self-formation ("ubar keueung" in the SD, "pitutur rahayu" in the SSKK). Theoretically, this interpretation of the two manuscripts tests the extent to which the idea of philosophy as a way of life can be applied outside the Greco-Roman context.*

Keywords: Hermeneutics; Philosophy as a Way of Life; Pierre Hadot; Spiritual Exercises; Ancient Sundanese Philosophy

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY 4.0);
https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/

Abstrak: *Kajian naskah Nusantara selama ini didominasi pendekatan filologi, linguistik, dan sejarah, sehingga dimensi filosofisnya kerap terabaikan atau dibaca hanya sebagai pedoman adat. Artikel ini bertujuan menelaah dimensi filosofis dua naskah Sunda Kuna, yaitu Sanghyang Siksa Kandang Karesian (SSKK, 1518 Masehi) dan Sewaka Darma (SD, abad ke-14 atau ke-15), dengan hermeneutika Pierre Hadot tentang filsafat sebagai laku hidup (philosophy as a way of life) dan latihan spiritual (spiritual exercises). Metode yang digunakan adalah kajian pustaka kualitatif atas transliterasi dan terjemahan naskah, dengan thick description untuk menempatkan teks dalam kosmologi Sunda Kuna. Hasilnya menunjukkan bahwa ajaran pengendalian indra (Dasa Kreta) dan kewaspadaan (Catur Yatna) dalam SSKK, serta anjuran iyatna-yatna dalam SD, dapat dibaca sepadan secara fungsional dengan prosoche. Perjalanan Atma menuju Jatiniskala dalam SD dapat dibaca sepadan dengan learning to die dan the view from above. Kedua naskah juga dapat dibaca sebagai teks pembentukan diri (ubar keueung dalam SD, pitutur rahayu dalam SSKK). Secara teoretis, pembacaan kedua naskah ini menguji sejauh mana gagasan filsafat sebagai laku hidup dapat dipakai di luar konteks Yunani-Romawi.*

Kata Kunci: Hermeneutika; Philosophy as a Way of Life; Pierre Hadot; Latihan Spiritual; Filsafat Sunda Kuna.

Pendahuluan

Naskah Sunda Kuna merupakan salah satu warisan intelektual masyarakat Tatar Sunda yang memuat ajaran keagamaan, etika, dan pandangan hidup pada masa pra-kolonial. Sebagian naskah tersebut ditulis pada media daun lontar dan nipah.[1] Penelitian ini secara khusus membahas dua naskah, yaitu Sanghyang Siksa Kandang Karesian (SSKK) dan Sewaka Darma (SD), yang berkaitan dengan tradisi keagamaan Hindu-Buddha di Tatar Sunda. Pembahasan mengenai media penulisan dan fungsi teks dibatasi pada kedua naskah tersebut, sehingga temuan penelitian tidak dimaksudkan untuk mewakili keseluruhan tradisi pernaskahan Sunda. Kajian mengenai media penulisan naskah Sunda Kuna digunakan sebagai rujukan awal,[2] sedangkan edisi dan bagian teks yang dianalisis dijelaskan lebih lanjut pada bagian metode.

SSKK berangka tahun 1440 Saka atau 1518 Masehi (*nora catur sagara wulan*) dan disusun pada masa Kerajaan Pajajaran sebagai pedoman hidup bagi kaum *hulun* (rakyat dan hamba). Naskah ini telah dikaji sebagai sumber etika Sunda,[3] sebagai rumusan tata kelola indera melalui *Dasa Kreta* (sepuluh penjagaan pintu indra),[4] dan sebagai pedoman perilaku *hulun* dalam *Karma ning Hulun* yang menuntut keselarasan pikiran, perkataan, dan perbuatan dalam kehidupan sosial-politik.[5] Adapun SD diperkirakan berasal dari abad ke-14 atau ke-15, ditulis dalam bentuk kidung (*kawih panyaraman*) oleh figur anonim bernama Buyut Ni Dawit di Gunung Kumbang. Teks ini berfungsi sebagai *Ubar Keeung* (obat rasa takut) yang menguraikan perjalanan Sang Jiwa (*Atma*) melepaskan diri dari ikatan raga, yakni *bayu* (tenaga/

napas), *sabda* (ucapan), dan *hedap* (tekad), menuju *moksa* (pelepasan dari penderitaan) di *Jatiniskala*, alam tertinggi yang dalam naskah digambarkan melampaui alam para dewa. SD telah dikaji sebagai pembelajaran keutamaan hidup beserta implikasi pedagogisnya.[6]

Kajian-kajian tersebut berjasa memetakan nilai etis, pengelolaan diri, dan muatan pendidikan dalam masing-masing naskah. Namun, kajian-kajian itu umumnya berfokus pada satu naskah dan memperlakukan ajarannya sebagai norma, nilai, atau materi pembelajaran. Pertanyaan yang belum dijawab secara langsung ialah apakah instruksi dalam SSKK dan SD berfungsi sebagai latihan yang mengubah cara pelakunya memandang diri dan dunia, dan bagaimana kedua naskah itu berhubungan dalam satu kerangka filosofis. Jika filsafat dipahami semata-mata sebagai sistem teoretis, teks yang berbentuk instruksi seperti SSKK dan SD mudah dibaca hanya sebagai etika atau pedoman adat; artikel ini menguji pembacaan yang berbeda.

Pierre Hadot mengkritik pemahaman filsafat semata-mata sebagai wacana teoretis dan sistematis. Menurutnya, filsafat Yunani-Romawi adalah terapi jiwa dan seni hidup (*ars vitae*), dan karya Marcus Aurelius, Epictetus, serta Plotinus merupakan catatan latihan spiritual (*askesis*) yang dirancang untuk mengubah persepsi pembacanya, bukan untuk membangun sistem.[7] Tujuan latihan tersebut adalah transformasi eksistensial pelakunya.[8] Tafsir Hadot ini telah dibahas dan diperdebatkan, antara lain dalam kaitannya dengan Foucault.[9] Perangkat analisis yang dipakai dalam artikel ini adalah tiga latihan: *prosoche* (kewaspadaan pada masa kini), *learning to die* (melatih jiwa melepaskan diri dari hasrat ragawi), dan *the view from above* (memandang realitas dari perspektif kosmis).[10] Kerangka ini relevan bagi SSKK dan SD karena keduanya berisi instruksi bagi pelaku, yaitu pengendalian indra, pengabdian, dan pelepasan jiwa dari raga, yang lebih berupa praktik daripada argumen teoretis. Meski demikian, Hadot menyusun konsepnya dari tradisi Yunani-Romawi, sedangkan SSKK dan SD berpijak pada kosmologi Sunda Kuna (*sakala*, *niskala*, *Jatiniskala*) yang tidak identik dengan logos Stoik atau Neoplatonik. Karena itu, kesepadanan tidak diasumsikan sejak awal: konsep Hadot dipakai sebagai alat uji, dan perbedaan yang tidak tertampung olehnya dicatat sebagai temuan.

Berdasarkan kerangka tersebut, artikel ini mengajukan hipotesis kerja bahwa SSKK dan SD saling melengkapi dalam satu orientasi: SSKK mengarahkan latihan pada kehidupan di dunia (*sakala*), sedangkan SD mengarahkan latihan pada persiapan menghadapi kematian dan alam *niskala*.[11] Hipotesis ini diuji dengan tiga indikator teks: (1) bentuk instruksi bagi pelaku, bukan uraian teoretis; (2) tuntutan perubahan cara memandang diri atau dunia; dan (3) disiplin atau prosedur yang harus dijalani. Pada bagian hasil, ajaran *Dasa Kreta* dibaca terhadap *prosoche*, sedangkan perjalanan *Atma* dalam SD dibaca terhadap *learning to die* dan *the view from above*, dengan dasar kutipan teks untuk setiap padanan. Perbedaan tujuan,

sasaran pelaku, dan kosmologi kedua naskah dibahas bersama hal-hal yang tidak tertampung oleh kategori Hadot.

Artikel ini karena itu menjawab dua pertanyaan: (1) bagaimana instruksi dalam SSKK dan SD berfungsi sebagai latihan spiritual dalam pengertian Hadot, dan (2) sejauh mana kategori Hadot memadai atau perlu dikoreksi ketika dibaca dalam kosmologi Sunda Kuna. Celah yang diisi adalah belum adanya pembacaan filosofis yang menguji fungsi latihan transformatif pada kedua naskah sekaligus. Kontribusinya terbatas dan dapat diuji: bukti dari dua naskah tentang bagaimana gagasan filsafat sebagai laku hidup bekerja, dan di mana ia tidak bekerja, di luar konteks Yunani-Romawi. Temuan ini tidak dimaksudkan untuk menggeneralisasi seluruh filsafat Nusantara.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif melalui kajian kepustakaan dengan analisis historis-filosofis. Pendekatan ini dipilih karena penelitian berfokus pada pemikiran yang terkandung dalam naskah Sunda Kuna, khususnya Sanghyang Siksa Kandang Karesian (SSKK) dan Sewaka Darma (SD).[12] Analisis dilakukan melalui empat tahap, yaitu pembacaan heuristik terhadap teks, pembacaan kontekstual untuk memahami latar kosmologi Sunda Kuna, pengodean tematik berdasarkan konsep latihan spiritual Pierre Hadot, dan sintesis hermeneutis untuk mengidentifikasi persamaan serta perbedaan antara kedua naskah dan kerangka filsafat Hadot.

Sumber data penelitian dibedakan menjadi sumber primer dan sekunder. Sumber primer terdiri atas naskah *Sanghyang Siksakandang Karesian* (SSKK) dan *Sewaka Darma* (SD) dalam bentuk transliterasi dan terjemahan yang telah diterbitkan atau tersedia melalui hasil penelitian sebelumnya. Sumber primer penelitian adalah edisi transliterasi dan terjemahan Sanghyang Siksa Kandang Karesian (SSKK) dan Sewaka Darma (SD). Unit analisis SSKK meliputi ajaran Dasa Kreta, Catur Yatna, dan Karma ning Hulun, sedangkan unit analisis SD meliputi perintah kewaspadaan, Bayu–Sabda–Hedap, pelepasan kelekatan, dan perjalanan Atma menuju Jatiniskala. Pemilihan bagian tersebut didasarkan pada keberadaan instruksi bagi pelaku, tuntutan perubahan cara memandang diri atau dunia, dan bentuk disiplin yang dinyatakan dalam teks. Sumber sekunder mencakup karya Pierre Hadot serta penelitian filologis dan filosofis tentang kedua naskah. Peneliti tidak menyunting atau mengkritik naskah, sehingga penelitian ini bukan kerja filologi, melainkan pembacaan hermeneutik atas hasil kerja filologi yang sudah ada. Konsekuensinya, temuan bergantung pada ketepatan edisi dan terjemahan yang dipakai. Teks terjemahan diperlakukan sebagai simbol yang menuntut penafsiran filosofis lebih lanjut.[13]

Analisis dilakukan dalam empat langkah, yang diuraikan sekali di sini. Langkah pertama adalah pembacaan heuristik, yaitu pembacaan cermat dan berulang (*close*

reading) terhadap teks Sanghyang Siksa Kandang Karesian (SSKK) tentang ajaran moral dan Sewaka Darma tentang instruksi eskatologis.[14] Langkah kedua adalah pembacaan kontekstual. Peneliti meminjam *thick description* dari Clifford Geertz, yaitu membaca setiap kata yang membutuhkan penafsiran sebagai simbol dalam struktur makna kosmologi masyarakat Sunda Kuna, termasuk peleburan ajaran Hindu-Buddha dengan tradisi Hyang dalam Sanghyang Siksa Kandang Karesian: tahun 1518 Masehi oleh Aca dan Saleh Dana sasmita.[15] Langkah ini mendahului analogi dengan tradisi Yunani-Romawi dan membatasinya: kesamaan dengan konsep Hadot diterima hanya jika bertahan setelah dibaca dalam konteksnya sendiri.

Langkah ketiga adalah pengodean tematik terhadap bagian-bagian teks yang memuat ajaran atau instruksi mengenai pembentukan diri. Unit analisis berupa kalimat atau kelompok kalimat yang mengandung satu gagasan atau instruksi tertentu. Setiap unit diberi kode awal, seperti "penjagaan indra", "pelepasan kelekatan", atau "perjalanan Atma", kemudian dibandingkan dengan tiga bentuk latihan spiritual dalam pemikiran Hadot, yaitu *prosoche*, *learning to die*, dan *the view from above*.[16] Perbandingan dilakukan berdasarkan tiga kriteria: (1) adanya instruksi yang ditujukan kepada pelaku, (2) tuntutan perubahan cara memandang diri atau dunia, dan (3) adanya disiplin atau latihan yang dilakukan secara berulang.[17] Bagian teks yang tidak memenuhi kriteria tersebut atau memiliki fungsi yang tidak dapat dijelaskan melalui kategori Hadot tidak dipaksakan ke dalam kerangka analisis. Bagian-bagian tersebut dicatat sebagai temuan tersendiri untuk menunjukkan batas penerapan pemikiran Hadot dalam memahami kedua naskah Sunda Kuna.

Langkah keempat adalah sintesis hermeneutis, yaitu mendialogkan hasil pengodean untuk menyusun model laku hidup Sunda Kuna yang diturunkan dari teks, dengan menandai kemiripan dan perbedaannya terhadap Hadot.[18] Validitas tafsir dijaga dengan dua cara: membandingkannya dengan pembacaan alternatif, misalnya pembacaan larangan indra sebagai aturan adat, dan membandingkannya dengan kajian terdahulu tentang SSKK dan SD. Tafsir yang tidak ditopang dengan bukti tekstual (filologis) dan tidak didukung oleh rujukan penelitian terdahulu yang relevan, dinyatakan sebagai dugaan sementara.

Kajian Naskah Siksa Kandang Karesian (SSKK) dan Sewaka Darma

1. Praktik Askesis dan Pengendalian Diri dalam SSKK dan Sewaka Darma

Ajaran dalam *Sanghyang Siksa Kandang Karesian* (SSKK) memperlihatkan bahwa pembentukan perilaku manusia berkaitan erat dengan kemampuan mengendalikan indra dan kehendak. Hal ini terutama terlihat dalam ajaran *Dasa Kreta*, yang mengatur penjagaan anggota tubuh agar manusia terhindar dari tindakan yang dapat mendatangkan keburukan. Pengendalian tersebut tidak hanya menyangkut perilaku pribadi, tetapi juga berhubungan dengan kehidupan sosial sebagaimana tercermin dalam ajaran *Karma*

ning Hulun. Dengan demikian, SSKK memuat tuntunan etis yang menghubungkan pengendalian diri dengan tanggung jawab seseorang dalam tatanan masyarakat.

Berbeda dengan SSKK yang lebih menekankan kehidupan sosial, *Sewaka Darma* (SD) mengarahkan pengendalian diri pada kesiapan jiwa menghadapi kematian. Anjuran "*mulah mo iyatna-yatna*" (jangan sampai tidak waspada) menunjukkan pentingnya kewaspadaan dalam menjalani kehidupan. Kewaspadaan tersebut berkaitan dengan penjagaan *Bayu* (tenaga atau napas), *Sabda* (ucapan), dan *Hedap* (kehendak atau pikiran), terutama agar *Hedap* tetap *hedap herang mana linglang* (bening dan jernih). Dalam kerangka pemikiran Pierre Hadot, ajaran kedua naskah ini dapat dibandingkan dengan latihan spiritual dalam filsafat kuno, terutama dalam hal pengendalian diri. Dalam tradisi Stoik, latihan tersebut berkaitan dengan upaya mengendalikan hasrat dan emosi yang tidak sejalan dengan penilaian rasional (*pathē*) untuk mencapai ketenangan batin *(apatheia*).[19] Meskipun demikian, kesamaan tersebut bersifat konseptual dan fungsional, bukan bukti adanya hubungan historis antara tradisi Sunda Kuna dan filsafat Stoik. Perbedaan tujuan keduanya menjadi dasar untuk menilai batas penerapan konsep Hadot dalam pembahasan berikutnya.

Naskah *Siksa Kandang Karesian* menerapkan konsep kewaspadaan ke dalam kehidupan sehari-hari melalui doktrin *Dasa Kreta,* yaitu latihan jasmani terstruktur untuk tujuan mengendalikan indra dan organ tubuh sebagai upaya menjaga moralitas manusia.

Larangan terhadap perilaku indrawi dalam ajaran Dasa Kreta pada naskah SSKK tidak hanya dapat dipahami sebagai ketentuan adat atau pamali, tetapi juga sebagai tuntunan untuk membentuk kebiasaan mengendalikan diri. Dalam konteks ini, pengendalian indra berkaitan dengan usaha menjaga perilaku agar sesuai dengan tatanan etis yang diajarkan dalam naskah. Pembacaan melalui konsep prosoche Pierre Hadot membantu menjelaskan fungsi latihan tersebut sebagai bentuk kewaspadaan terhadap tindakan dan kehendak. Namun, kesamaan itu terbatas pada fungsi pengendalian diri, sebab landasan kosmologis dan tujuan spiritual kedua tradisi tidak sepenuhnya sama. Dengan demikian, ajaran kewaspadaan dalam SSKK dan SD dapat dipahami sebagai tuntunan pembentukan diri, meskipun teks-teks tersebut belum cukup untuk memastikan bagaimana ajaran itu dipraktikkan dalam kehidupan masyarakat Sunda Kuna.

2. Perjalanan *Atma* dalam Sewaka Darma sebagai *Learning to die*

Dalam pemikiran Pierre Hadot, *learning to die* merupakan salah satu bentuk latihan spiritual yang berakar pada pembahasan Plato mengenai hubungan jiwa dan tubuh dalam *Phaedo*. Belajar untuk mati dalam pengertian ini bukanlah keinginan mengakhiri kehidupan, melainkan latihan untuk membebaskan jiwa dari dominasi hasrat badaniah agar manusia mampu memandang kehidupannya secara lebih jernih.

Gagasan tersebut dapat digunakan untuk membaca ajaran Sewaka Darma (SD), terutama mengenai persiapan Atma menghadapi kematian. Meskipun keduanya sama-sama menempatkan pelepasan kelekatan sebagai bagian dari pembentukan diri, tujuan dan kerangka pemikirannya berbeda.

Dalam SD, tubuh manusia dipahami sebagai bagian dari kehidupan yang fana, sedangkan perjalanan Atma berkaitan dengan tujuan keselamatan dalam tatanan kosmologisnya. Ajaran mengenai *Bayu* (tenaga atau napas), *Sabda* (ucapan), dan *Hedap* (kehendak atau pikiran) memperlihatkan pentingnya pengendalian unsur-unsur kehidupan manusia. Ungkapan *"suka kahingngannan duka, hurip kahinganan pati"* (kesenangan dibatasi kesedihan, kehidupan dibatasi kematian) menegaskan kesadaran terhadap keterbatasan hidup. Jika dalam filsafat Plato latihan menghadapi kematian berkaitan dengan pemurnian jiwa melalui kehidupan filosofis, dalam SD pelepasan dari keterikatan badaniah ditempatkan dalam perjalanan Atma menuju keselamatan atau pembebasan spiritual. Perbandingan ini menunjukkan kemiripan dalam orientasi pelepasan diri, tetapi tidak berarti bahwa kedua tradisi memiliki konsep jiwa dan tujuan akhir yang sama.

Tuntutan pelepasan tersebut terlihat dalam ungkapan *"Pegatkeun mulah tresna, urang ninggalkeun kahanan… Rabi tan diaku rabi, anak tan diaku anak"* (Putuskanlah, jangan merasa sayang, mari kita tinggalkan jasad… Istri tidak dianggap istri, anak tidak diakui sebagai anak). Ungkapan ini memperlihatkan kuatnya tuntutan untuk melepaskan ikatan duniawi dalam menghadapi perjalanan jiwa. Akan tetapi, teks tersebut tidak harus dipahami sebagai penolakan terhadap hubungan keluarga dalam kehidupan sehari-hari. Dalam konteks ajaran eskatologis SD, ungkapan itu dapat dibaca sebagai tuntunan untuk tidak mempertahankan keterikatan duniawi ketika jiwa harus meninggalkan kehidupan jasmaniah. Pembacaan ini memiliki kedekatan dengan konsep *learning to die*, terutama dalam hal pelepasan kelekatan, tetapi tetap perlu ditempatkan dalam kosmologi dan tujuan keselamatan yang diajarkan oleh SD.

Pada akhirnya, latihan spiritual "belajar untuk mati" dalam SD bermuara pada sebuah pencapaian eskatologis yang transenden. Ketika sang *Atma* (jiwa) telah berhasil membuang seluruh *dasa mala* (noda hasrat) melalui laku pelepasan tersebut, kematian tidak lagi dipandang sebagai sebuah tragedi yang menakutkan, melainkan dirayakan sebagai sebuah kepulangan. Jiwa yang telah "mati" sebelum mati ini melakukan perjalanan pendakian kosmis, melampaui alam material (*sakala*), melewati hierarki para dewa, hingga mencapai *Moksa* di *Jatiniskala*. Teks menggambarkan *Jatiniskala* sebagai keadaan "lepas bebas" ketika *Atma* "tertiup habis" dari ego individualnya. Pemaknaan *Jatiniskala* sebagai realitas kekosongan absolut (*Shunyata*) dan penyatuan dengan "Dzat Tunggal" adalah tafsir yang memerlukan dukungan leksikal dan kajian istilah,[20] sehingga di sini diperlakukan sebagai hipotesis tafsir, dan bahasa SD dibedakan dari kategori filsafat pembanding. Dengan demikian, naskah

Sewaka Darma menunjukkan bahwa latihan menghadapi kematian diarahkan pada pelepasan dan transendensi jiwa menurut kosmologi naskahnya sendiri.

3. Kosmologi Kosong dan *The view from above*

Dalam pemikiran Pierre Hadot, *the view from above* merupakan latihan spiritual yang mengajak manusia memandang kehidupan dari perspektif kosmis. Melalui latihan ini, persoalan pribadi, ambisi, dan keterikatan terhadap dunia ditempatkan dalam cakrawala yang lebih luas sehingga manusia dapat menilai kembali kedudukannya dalam keseluruhan alam.[21] Konsep tersebut dapat digunakan untuk membaca perjalanan Atma dalam Sewaka Darma (SD), terutama untuk melihat apakah narasi perjalanan jiwa mengandung perubahan sudut pandang yang dapat mengurangi kelekatan terhadap kehidupan duniawi. Namun, kesamaan antara keduanya perlu dinilai berdasarkan isi teks, bukan hanya berdasarkan gambaran perjalanan menuju alam yang lebih tinggi.

Dalam narasi eskatologis SD, perjalanan Atma digambarkan melewati berbagai tingkatan alam, termasuk Caturloka, menuju tujuan spiritual yang melampaui kehidupan jasmaniah. Perjalanan tersebut memperlihatkan kedudukan dunia sebagai bagian dari tatanan kosmis yang lebih luas. Jika dibaca melalui konsep *the view from above*, perpindahan dari alam duniawi menuju tingkatan yang lebih tinggi dapat ditafsirkan sebagai perubahan perspektif terhadap kehidupan dan kematian. Akan tetapi, perjalanan Atma yang diceritakan dalam naskah tidak dengan sendirinya membuktikan adanya latihan imajinatif yang dilakukan pembaca atau pendengarnya. Karena itu, hubungan dengan konsep Hadot lebih tepat dipahami sebagai kemungkinan pembacaan hermeneutis daripada kesamaan praktik spiritual yang telah terbukti.

Gambaran tentang kefanaan kehidupan juga tampak dalam ungkapan "panggung langgeng waya meneng" (panggung abadi yang pada akhirnya sepi). Ungkapan ini dapat dibaca sebagai pengingat bahwa kehidupan jasmaniah tidak berlangsung selamanya. Namun, penafsirannya sebagai gambaran dunia yang kosong perlu dibedakan dari kemungkinan makna lain, yakni tubuh sebagai wadah sementara yang menjadi sunyi setelah ditinggalkan jiwa. Kedua kemungkinan tersebut harus dipertimbangkan berdasarkan konteks bagian naskah tempat ungkapan itu muncul. Dengan demikian, hubungan antara kosmologi SD dan *the view from above* tidak terletak semata-mata pada gambaran ketinggian ruang, tetapi pada kemungkinan perubahan cara memandang kedudukan manusia dalam kehidupan yang fana.

Perjalanan Atma dalam SD juga berkaitan dengan pelepasan dasa mala, yakni sepuluh noda atau kekotoran yang harus ditinggalkan dalam proses penyucian diri. Pelepasan tersebut menunjukkan bahwa perjalanan jiwa tidak hanya menggambarkan perpindahan antartingkatan alam, tetapi juga memuat tuntutan pemurnian diri.

Dalam kerangka Hadot, hubungan ini dapat dipahami sebagai kedekatan fungsi antara perubahan perspektif dan pembebasan manusia dari kelekatan. Meskipun demikian, tujuan perjalanan Atma tetap berada dalam kosmologi keselamatan Sunda Kuna, sedangkan *the view from above* dalam filsafat kuno merupakan latihan untuk menempatkan kehidupan manusia dalam perspektif universal. Perbedaan ini menunjukkan batas penerapan konsep Hadot terhadap SD.

Puncak dari pendakian dan pandangan kosmis dalam naskah SD bermuara pada entri Sang *Atma* ke alam *Jatiniskala*. Di ranah maha gaib ini, bahkan hierarki dewa-dewi agung panteon Hindu-Buddha (Brahma, Wisnu, Siwa, Isora) telah terlampaui ke bawah. *Jatiniskala* dapat dipahami sebagai realitas kekosongan absolut yang merepresentasikan kepenuhan eksistensial (*Shunyata*), tafsir yang memerlukan dukungan leksikal.[22] Di titik perhentian absolut ini, sang jiwa mencapai pembebasan paripurna (*Moksa*), di mana seluruh identitas duniawi tertiup habis. Penyamaan pengalaman ini dengan *apatheia* tidak dapat diterima begitu saja karena kategori yang dibandingkan berasal dari tradisi yang berbeda.

Perjalanan Atma dalam Sewaka Darma (SD) memperlihatkan kemungkinan perubahan cara pandang terhadap kehidupan duniawi melalui gambaran perpindahan dari alam jasmaniah menuju tingkatan kosmis yang lebih tinggi. Narasi perjalanan, ungkapan panggung langgeng waya meneng, dan pelepasan dasa mala menjadi unsur tekstual yang mendukung pembacaan tersebut. Dalam kerangka *the view from above*, ketiganya dapat ditafsirkan sebagai sarana untuk merenungkan kefanaan hidup dan melepaskan kelekatan terhadap dunia. Namun, penafsiran ini tidak berarti bahwa pembaca SD secara historis melakukan latihan imajinatif sebagaimana dikenal dalam tradisi filsafat kuno. Pengaruhnya terhadap sikap dan perilaku pembaca juga belum dapat dipastikan karena tidak tersedia data mengenai penerimaan dan penggunaan naskah tersebut.

4. Teks Kuna sebagai Terapi Jiwa (*Hypomnemata*)

Dalam pemikiran Pierre Hadot, filsafat kuno tidak hanya berisi penjelasan teoretis, tetapi juga memuat latihan yang bertujuan membentuk cara berpikir dan menjalani kehidupan. Tulisan, nasihat, dan kegiatan membaca dapat menjadi bagian dari latihan spiritual apabila digunakan untuk mengingat, merenungkan, dan membiasakan ajaran tertentu dalam kehidupan sehari-hari.[23] Perspektif ini membuka kemungkinan untuk membaca Sanghyang Siksa Kandang Karesian (SSKK) dan Sewaka Darma (SD) sebagai teks yang memiliki fungsi pembentukan diri. Namun, penyebutan keduanya sebagai hypomnemata perlu dipahami sebagai analogi fungsi, bukan penyamaan bentuk, sejarah, atau praktik penggunaannya dengan tradisi filsafat Yunani.

Sebagai teks yang berbentuk kawih atau kidung, SD memiliki susunan yang memungkinkan ajaran mengenai kefanaan hidup dan perjalanan Atma disampaikan melalui pelantunan. Bentuk tersebut membuka kemungkinan bahwa pengulangan dan pendengaran menjadi sarana untuk mengingat ajaran yang terkandung di dalamnya. Akan tetapi, kemungkinan ini belum cukup untuk membuktikan bahwa SD benar-benar digunakan sebagai latihan kontemplatif oleh masyarakat Sunda Kuna. Yang dapat ditunjukkan melalui pembacaan teks adalah adanya tuntunan mengenai pelepasan kelekatan duniawi dan persiapan jiwa menghadapi kematian. Dalam kerangka Hadot, tuntunan tersebut memiliki kedekatan dengan fungsi pedagogis latihan spiritual, meskipun cara penggunaannya dalam kehidupan historis masih memerlukan pembuktian.

Sementara itu, SSKK lebih banyak memuat tuntunan mengenai pengendalian perilaku dan hubungan manusia dalam kehidupan sosial. Ajaran Dasa Kreta menekankan penjagaan indra, sedangkan Catur Yatna mengarahkan manusia untuk memelihara kewaspadaan dalam bertindak. Kedua ajaran tersebut berkaitan dengan ketentuan perilaku yang juga tercermin dalam Karma ning Hulun. Pernyataan pitutur rahayu memperlihatkan bahwa tuntunan dalam SSKK diarahkan pada kehidupan yang selamat dan tertib. Jika dibaca melalui konsep latihan spiritual Hadot, ajaran-ajaran tersebut dapat dipahami sebagai bahan perenungan dan pembentukan kebiasaan etis. Namun, belum dapat dipastikan apakah pembaca SSKK mengulang atau merenungkannya secara teratur sebagaimana praktik latihan filosofis dalam tradisi Stoik.

Dengan demikian, SSKK dan SD memperlihatkan dua penekanan yang berbeda dalam pembentukan diri. SSKK mengarahkan perilaku manusia agar sesuai dengan tuntunan etis dan tatanan sosial, sedangkan SD menempatkan pengendalian diri dalam kaitannya dengan perjalanan jiwa dan keselamatan setelah kematian. Keduanya dapat dibaca melalui fungsi pedagogis latihan spiritual, tetapi tidak dapat langsung disamakan dengan hypomnemata dalam tradisi filsafat kuno. Kesamaan yang dapat ditunjukkan terletak pada kandungan ajaran dan kemungkinan fungsinya sebagai pedoman hidup, bukan pada bukti kesamaan praktik historis.

5. Perbedaan Kosmologi dan Batas Penerapan Konsep Hadot

Perbandingan SSKK dan SD dengan pemikiran Pierre Hadot menunjukkan adanya kesamaan dalam perhatian terhadap pengendalian diri, perubahan cara pandang, dan pembentukan perilaku. Namun, kesamaan tersebut tidak menghilangkan perbedaan landasan filosofis dan tujuan spiritual masing-masing tradisi. Kerangka Hadot, terutama ketika membahas latihan dalam Stoikisme, berkaitan dengan rasio dan Logos sebagai prinsip keteraturan alam. Sebaliknya, ajaran dalam SSKK dan SD ditempatkan dalam pandangan kosmologis yang mengenal sakala, niskala, dan

Jatiniskala. Karena itu, konsep prosoche, *learning to die*, dan *the view from above* tidak dapat digunakan untuk menjelaskan seluruh kandungan kedua naskah tanpa mempertimbangkan konteks keagamaan dan kebudayaannya.

Perbedaan tersebut terlihat dalam ajaran Karma ning Hulun yang menempatkan pengendalian perilaku dalam hubungan sosial yang hierarkis, serta perjalanan Atma dalam SD yang melibatkan tingkatan alam dan entitas spiritual. Tujuan pelepasan jiwa menuju Jatiniskala juga tidak dapat disamakan dengan pencapaian *apatheia* dalam tradisi Stoik. Demikian pula, tuntutan pelepasan ikatan keluarga dalam SD perlu dipahami berdasarkan konteks eskatologisnya, bukan langsung disamakan dengan latihan filosofis Yunani. Pada bagian naskah yang dianalisis, unsur instruksi dan perubahan cara pandang dapat ditemukan dalam kedua teks, sedangkan gambaran perpindahan perspektif kosmis lebih menonjol dalam SD. Adapun unsur pengulangan sebagai praktik latihan belum dapat dipastikan hanya berdasarkan kandungan teks.

Pembacaan hermeneutis melalui pemikiran Hadot dengan demikian membantu menjelaskan dimensi pembentukan diri dalam SSKK dan SD, sekaligus memperlihatkan keterbatasan kerangka tersebut ketika diterapkan pada tradisi yang memiliki dasar kosmologis berbeda. Kedua naskah dapat dipahami sebagai sumber ajaran mengenai cara menjalani kehidupan, tetapi belum cukup untuk membuktikan bahwa ajaran tersebut dipraktikkan melalui bentuk latihan spiritual tertentu. Analisis ini terbatas pada bagian kedua naskah yang dikaji dan tidak dimaksudkan untuk mewakili keseluruhan tradisi filsafat atau pemikiran Sunda Kuna.

Dalam SSKK, Dasa Kreta mengatur penjagaan sepuluh anggota tubuh dan indra. Pengelompokan menjadi penerima rangsangan, alat ucapan dan tindakan, serta organ yang berkaitan dengan dorongan jasmani merupakan kategori analitis peneliti, bukan klasifikasi eksplisit naskah.[24] Kutipan *"Mata ulah barang deuleu ... kénana dora bancana"* memperlihatkan bahwa larangan melihat disertai konsekuensi etis.[25] Karena itu, aturan tersebut dapat dibaca sebagai tuntunan pengendalian persepsi sebelum tindakan, tanpa mengabaikan fungsinya sebagai norma sosial. Ajaran *Karma ning Hulun* mengaitkan disiplin diri dengan relasi pengabdian yang hierarkis, sedangkan *Catur Yatna* merinci bentuk kewaspadaan terhadap perilaku dan hak orang lain. Setiap bentuk kewaspadaan menyasar satu objek penjagaan sebagai berikut:

- *siwok canté*: dorongan makan-minum,
- *simur canté*: tindakan terhadap hak orang lain,
- *simar canté*: pengumpulan harta tanpa hak,
- *darma canté*: sikap dalam menegakkan keadilan.

6. Transformasi Jiwa dan Perjalanan Eskatologis dalam Sewaka Darma

Berbeda dari penekanan sosial dalam SSKK, SD mengaitkan pengendalian diri dengan persiapan perjalanan Atma setelah kematian. Teks menempatkan *Bayu*, *Sabda*,

dan *Hedap* dalam hubungan dengan raga, serta memuat ungkapan *"suka kahingngannan duka, hurip kahinganan pati"* untuk menandai kefanaan. Perintah *"Pegatkeun mulah tresna ... Rabi tan diaku rabi, anak tan diaku anak"* menunjukkan tuntutan pelepasan ikatan duniawi, yang masih terbuka untuk dibaca sebagai instruksi literal atau simbolik. Perjalanan *Atma* melalui tingkatan kosmis menuju *Jatiniskala* menjadi konteks utama untuk menafsirkan tuntutan tersebut.[26]

SD menguraikan manusia ke dalam *Bayu* (tenaga/napas), *Sabda* (ucapan), dan *Hedap* (tekad/pikiran), yang dipahami sebagai daya yang menggerakkan tubuh. Raga digambarkan sebagai "panggung" yang fana (*panggung langgeng waya meneng*), yang tidak bertahan ketika ketiga daya itu meninggalkannya.[27] Konsekuensi etisnya adalah penjagaan ucapan dan kehendak, karena keduanya yang tetap bekerja ketika raga ditinggalkan.

SD memuat ungkapan "*suka kahingngannan duka, hurip kahinganan pati*" (kebahagiaan dibatasi kesedihan, kehidupan dibatasi kematian).[28] Yang diperintahkan berlatih adalah sang murid (*Sang Sewaka Darma*), yang diminta melepaskan kelekatan sebagai persiapan menghadapi ajal sebelum menempuh *moksa*. Instruksi pelepasan yang paling tajam berbunyi: "*Pegatkeun mulah tresna, urang ninggalkeun kahanan… Rabi tan diaku rabi, anak tan diaku anak*" (Putuskanlah, jangan merasa sayang, mari kita tinggalkan jasad… istri tak dianggap istri, anak tak diaku anak). ini dapat dibaca sebagai (a) instruksi harfiah bagi pelaku laku tertentu, atau (b) bahasa simbolik tentang pelepasan kelekatan menjelang ajal. Dalam kedua pembacaan, hubungan sosial pelaku ditempatkan di bawah tujuan pelepasan.

Puncak laku dalam SD adalah *moksa*. *Atma* mendaki lapis kosmos (*Caturloka*), melewati pintu penjagaan Sang Yama dan godaan para bidadari, melampaui alam Brahma, Wisnu, Siwa, dan Isora, lalu mencapai *Jatiniskala*.[29] Teks menggambarkan *Jatiniskala* sebagai keadaan "lepas bebas" ketika *Atma* "tertiup habis". Penyamaan *Jatiniskala* dengan kekosongan absolut (*shunyata*) dan penyatuan dengan "Dzat Tunggal" adalah tafsir yang memerlukan dukungan leksikal dan kajian istilah. Keduanya diperlakukan sebagai hipotesis tafsir, bukan temuan.

Diskursus Laku Hidup dalam Naskah Siksa Kandang Karesian (SSKK) dan Sewaka Darma (SD)

1. Dasa Kreta dan Iyatna-Yatna sebagai Laku Prosoche (Kewaspadaan)

Konsep *prosoche* dalam pembacaan Pierre Hadot merujuk pada kewaspadaan yang menjaga penilaian dan tindakan agar tidak dikuasai impresi serta hasrat yang merusak. Pada SSKK, kedekatan fungsional tampak dalam *Dasa Kreta* dan *Catur Yatna*: indra dan perilaku dijaga agar tidak menimbulkan *dora bancana*. Pada SD, perintah *iyatna-yatna* dan penjagaan *Hedap* menunjukkan perhatian terhadap kehendak dan kesiapan jiwa. Meski demikian, kesepadanan ini terbatas pada fungsi

kewaspadaan. *Prosoche Stoik* berhubungan dengan penilaian rasional dalam tatanan *Logos*, sedangkan SSKK berkaitan dengan ketertiban etis-sosial dan SD dengan keselamatan *Atma*. Karena itu, keduanya tidak dapat dinyatakan sebagai praktik *Stoik* ataupun bukti pengaruh historisnya. Dalam kerangka pemikiran Hadot, filsafat pada masa kuno dihayati sebagai terapi eksistensial (*therapeia*) yang bertujuan untuk menyembuhkan jiwa manusia dari penderitaan akibat ketidaktahuan dan hasrat yang tak terkendali.[30] Paradigma terapeutik ini memiliki kemiripan konseptual dengan imperatif etis dalam ajaran *Dasa Kreta* di naskah SSKK dan laku eskatologis dalam naskah SD, di mana keduanya mensyaratkan sebuah disiplin kesadaran yang terus-menerus.

Fondasi utama dari latihan spiritual dalam tradisi kebijaksanaan kuno, sebagaimana dianalisis oleh Hadot, berpusat pada konsep *Prosoche* (perhatian pada diri sendiri atau kewaspadaan konstan). Hadot menjelaskan bahwa bagi para filsuf Stoik, seperti Epictetus dan Marcus Aurelius, *Prosoche* adalah sikap kesiagaan mental yang tak pernah tidur (*vigilance*), yang difokuskan sepenuhnya pada masa kini (*the present moment*).[31] Latihan ini bertujuan untuk memastikan bahwa manusia hanya memberikan persetujuan (*assent*) pada representasi objektif yang selaras dengan rasio universal (*Logos*), sekaligus menolak secara tegas segala bentuk nafsu indrawi dan emosi irasional (*pathe*) yang dapat mengganggu kedamaian batin (*apatheia*). Kesadaran pada masa kini ini menjadi jangkar bagi sang filsuf agar tidak terombang-ambing oleh penyesalan masa lalu maupun ketakutan akan masa depan.[32]

Naskah Sewaka Darma mewajibkan sikap kewaspadaan total untuk menyeleksi impuls duniawi demi menjaga kesucian jiwa menuju jati niskala. Konsep ini mirip dengan *prosoche* pada stoikisme dalam hal penyeleksian impresi, namun berbeda dalam tujuan utamanya. *Prosoche* bertujuan mencapai *apatheia* sesuai *logos*, sedangkan Sewaka Darma bertujuan untuk kesucian jiwa transendental.

Lebih dalam lagi, *Prosoche* dalam naskah SD dioperasikan melalui pengendalian tritunggal ontologis manusia, yakni *Bayu* (tenaga/napas), *Sabda* (ucapan), dan *Hedap* (tekad/pikiran/kehendak). Seluruh kewaspadaan difokuskan untuk menjaga *Hedap* agar tetap *hedap herang mana linglang* (bening dan jernih), karena *Hedap* adalah pusat eksistensial yang menggerakkan tubuh fisik. Persamaan ini bersifat struktural-fungsional, yakni sama-sama kewaspadaan pada pusat kehendak, dan tidak ada bukti pengaruh historis dari tradisi Stoik.

Latihan membersihkan kehendak dari itikad buruk, dengki, dan kebohongan ini sebanding dengan penjagaan *the inner citadel* (Benteng Batin) dalam konsep Hadot. Fitur yang sebanding adalah penjagaan pusat kehendak dari impuls yang merusak. Batas analoginya, SD menempatkan penjagaan itu dalam perjalanan pelepasan menuju *Jatiniskala*, sedangkan benteng batin Stoik berada dalam hidup selaras dengan Alam. Dalam SD, manusia dilatih untuk menyadari bahwa tubuh kasarnya

hanyalah panggung kosong, dan keselamatan hanya bisa dicapai apabila sang *Hedap* selalu dalam kondisi *prosoche*, menolak impuls-impuls yang bersifat merusak.

Jika naskah SD memproyeksikan laku kewaspadaannya untuk tujuan eskatologis dan mistis, naskah Siksa Kandang Karesian mendaratkan konsep kewaspadaan tersebut ke dalam realitas imanen-sosial di ranah keseharian. Di sinilah doktrin *Dasa Kreta* tampil sebagai sebuah askesis (latihan) jasmaniah yang sangat terstruktur. Melalui *Dasa Kreta*, tubuh manusia dihayati sebagai medan pertempuran moral yang menuntut pengawasan intelektual secara *real-time*.

Larangan-larangan indrawi dalam *Dasa Kreta* SSKK dapat dibaca sebagai aturan tabu atau pamali (keyakinan masyarakat Sunda agar tidak keluar dari aturan) mistis, maupun sebagai metode asketis untuk melatih kehendak rasional manusia. Kedua pembacaan didialogkan di sini berdasarkan dan konteksnya. Larangan bagi mata mengandaikan hukum sebab-akibat yang logis: kelengahan terhadap penjagaan satu indra saja akan membuka *dora bancana* (gerbang malapetaka) yang menyeret manusia ke dalam kawah kesengsaraan. Ini menunjukkan kemiripan fungsional dengan *Prosoche*, di mana sang subjek menyeleksi secara ketat rangsangan eksternal demi menjaga otonomi moralnya. Namun fungsi larangan sebagai pengatur tatanan sosial atau adat tidak dapat disingkirkan. Alasan akibat dalam dan sasaran *Catur Yatna* pada kondisi batin mendukung pembacaan sebagai latihan, sedangkan fungsi sosialnya dapat berjalan bersamaan.

2. Perjalanan *Atma* dalam Sewaka Darma sebagai *Learning to die*

Dalam kerangka hermeneutika Pierre Hadot, salah satu pilar paling fundamental dari praktik filsafat kuno, yang diwariskan oleh Plato dalam dialog *Phaedo*, adalah gagasan bahwa berfilsafat pada hakikatnya adalah "belajar untuk mati" (*Melete Thanatou* / *Learning to die*). Kematian filosofis yang dimaksud di sini bukanlah anjuran untuk mengakhiri hidup secara fisik, melainkan latihan spiritual (*spiritual exercise*) untuk memisahkan jiwa (rasio/akal budi) dari cengkeraman hasrat, ilusi, dan afeksi badaniah demi perspektif universal, sehingga sang filsuf terbebas dari ketakutan eksistensial terhadap kefanaan.

Gagasan *learning to die* dalam pembacaan Hadot atas tradisi Platonik menunjuk pada latihan melepaskan dominasi hasrat badaniah. Perintah pelepasan dalam SD dapat dibandingkan secara terbatas dengan latihan tersebut karena sama-sama menempatkan keterikatan sebagai hambatan pembentukan diri. Akan tetapi, perintah SD berada dalam narasi perjalanan *Atma* menuju *moksa* di *Jatiniskala*, bukan dalam kerangka pemurnian jiwa-rasional Platonik. Karena itu, analogi ini menjelaskan orientasi pelepasan, bukan kesamaan ontologi jiwa atau tujuan akhirnya. Ungkapan tentang istri dan anak perlu dibaca dalam konteks eskatologisnya; naskah

yang dianalisis belum cukup untuk memastikan apakah perintah tersebut diterapkan secara literal dalam kehidupan sosial.

Untuk merealisasikan pelepasan jiwa dari kungkungan tubuh tersebut, naskah SD menuntut sebuah praktik askesis (latihan pengekangan diri) yang sangat radikal. Puisi SD secara eksplisit menuntun sang murid (Sang Sewaka Darma) untuk secara bertahap memutus segala bentuk kemelekatan material dan emosional di dunia. Ungkapan SD menegaskan imperatif ini dengan sangat kuat: "*Pegatkeun mulah tresna, urang ninggalkeun kahanan… Rabi tan diaku rabi, anak tan diaku anak*" (Putuskanlah, jangan merasa sayang, mari kita tinggalkan jasad… Istri tak dianggap istri, anak tak diaku anak). Dalam kacamata pembaca awam, larangan ini mungkin terdengar nihilistik atau kejam, namun dalam optik filsafat spiritual, ini dapat dibaca sebagai metode asketis untuk melepaskan gravitasi duniawi (*tresna*) yang memberatkan perjalanan jiwa. ini dapat dibaca sebagai instruksi harfiah bagi pelaku laku tertentu atau sebagai bahasa simbolik tentang pelepasan kelekatan menjelang ajal.

Praktik pelepasan ekstrem dalam SD tersebut memiliki kemiripan terbatas dengan upaya pencapaian *Apatheia* (ketiadaan penderitaan atau bebas dari gairah irasional) yang dianalisis oleh Hadot. Hadot menunjukkan bahwa kondisi *apatheia* ini merupakan cita-cita tertinggi yang dikejar oleh para filsuf Neoplatonis (seperti Plotinus) dan para biarawan awal Kristen pada akhir masa antikuitas. Dengan "tidak mengakui" status sosial seperti istri dan anak, serta membuang identitas ragawinya, manusia Sunda Kuna dapat dibaca sedang melakukan purifikasi batin total. Ia melatih dirinya untuk mencapai ketenangan absolut yang tidak lagi bisa digoyahkan oleh kehilangan, kesedihan, atau hasrat biologis, menjadikan jiwanya murni dan ringan sebelum benar-benar menghadapi ambang maut yang sesungguhnya. Kemiripan ini perlu dibatasi: *apatheia* menyangkut ketenangan dari gairah irasional dalam kehidupan filosofis, sedangkan pelepasan dalam SD bertujuan menyiapkan *Atma* menuju *moksa*. Kosmologi, perlakuan terhadap emosi, dan tujuan akhirnya berbeda, dan kategori *apatheia* tidak menjelaskan peran Sang Yama, para bidadari, dan hierarki dewa dalam perjalanan *Atma*.

Pada akhirnya, latihan spiritual "belajar untuk mati" dalam SD bermuara pada sebuah pencapaian eskatologis yang transenden. Ketika sang *Atma* (jiwa) telah berhasil membuang seluruh *dasa mala* (noda hasrat) melalui laku pelepasan tersebut, kematian tidak lagi dipandang sebagai sebuah tragedi yang menakutkan, melainkan dirayakan sebagai sebuah kepulangan. Jiwa yang telah "mati" sebelum mati ini melakukan perjalanan pendakian kosmis, melampaui alam material (*sakala*), melewati hierarki para dewa, hingga mencapai *Moksa* di *Jatiniskala*. Teks menggambarkan *Jatiniskala* sebagai keadaan "lepas bebas" ketika *Atma* "tertiup habis" dari ego individualnya. Pemaknaan *Jatiniskala* sebagai realitas kekosongan absolut (*Shunyata*) dan penyatuan dengan "Dzat Tunggal" adalah tafsir yang memerlukan dukungan

leksikal dan kajian istilah, sehingga di sini diperlakukan sebagai hipotesis tafsir, dan bahasa SD dibedakan dari kategori filsafat pembanding. Dengan demikian, naskah Sewaka Darma menunjukkan bahwa latihan menghadapi kematian diarahkan pada pelepasan dan transendensi jiwa menurut kosmologi naskahnya sendiri.

3. Kosmologi Kosong dan *The view from above*

Latihan spiritual krusial lainnya yang diidentifikasi oleh Pierre Hadot dalam tradisi filsafat kuno adalah *The view from above* (Pandangan dari Atas), yaitu proyeksi imajinatif yang mengangkat akal budi dan kesadaran ke angkasa untuk mengamati bumi secara keseluruhan. Ini bukanlah sekadar penerbangan fantasi yang pasif, melainkan manuver intelektual dan spiritual yang aktif untuk mereposisi titik pandang dari partikularitas ego yang sempit menuju universalitas kosmos, sehingga sang filsuf melepaskan diri dari kungkungan ruang dan waktu.[33] Untuk menilai apakah perjalanan *Atma* dalam SD sungguh merupakan latihan perspektif, dipakai tiga kriteria: sudut pandang dalam teks terangkat ke ketinggian, perspektif itu mengurangi kelekatan, dan teks mengajak pembaca atau pendengar membayangkannya.

Tujuan utama dari *The view from above*, menurut Hadot, adalah untuk menghasilkan konversi radikal dalam mengevaluasi realitas. Ketika bumi dilihat dari ketinggian bintang-bintang, batas-batas geografis yang diperebutkan melalui peperangan berdarah, kemewahan harta benda, hingga hierarki kekuasaan politik tiba-tiba menyusut menjadi realitas yang sangat mikroskopis dan banal. Penderitaan dan ambisi manusia yang tampak begitu besar di permukaan bumi dengan sendirinya kehilangan bobotnya. Kesadaran kosmis ini melahirkan objektivitas mutlak, di mana sang filsuf mencapai kondisi ketenangan jiwa yang terbebas dari segala bentuk ilusi dan kecemasan eksistensial.[34]

Korespondensi struktural dengan konsep *The view from above* ini tampak dalam urutan narasi kosmologi naskah Sewaka Darma (SD), dengan perbedaan tujuan antara kosmologi Sunda dan Yunani. Selain sebagai deskripsi geografis alam gaib, SD dapat dibaca mengonstruksi perjalanan Sang *Atma* (jiwa) sebagai sebuah kerangka latihan meditasi imajinatif bagi pembaca atau pendengarnya. Kidung SD dapat dibaca menuntun sang *sewaka darma* (murid) untuk secara mental ikut melakukan penerbangan kosmis, menembus lapisan-lapisan langit material hingga menuju ranah spiritual yang tidak bertepi. Pembacaan ini adalah hipotesis, karena bukti kontekstual yang menyatakan latihan oleh pembaca belum ditunjukkan.

Dalam narasi eskatologis SD, pengalaman pandangan dari atas ini dikonkretkan melalui perjalanan mendaki Sang *Atma* melewati *Caturloka* hingga mencapai Puncak Angkasa. Saat Sang *Atma* melayang naik, meninggalkan cangkang jasadnya dan melampaui alam entitas surgawi, narasi menggambarkan dimensi bumi dipandang dari jarak yang ekstrem. Jika dibaca sebagai latihan bagi pembaca, penerbangan

eskatologis ini akan membuat kesadaran manusia Sunda Kuna mengalami dilatasi spasial, di mana dunia material yang sebelumnya dirasa begitu mengikat perlahan-lahan memudar dan mengecil dalam lanskap keabadian. Peristiwa perjalanan *Atma* dalam narasi perlu dibedakan dari latihan imajinatif yang dilakukan pembaca.

Pada titik elevasi inilah, efek filosofis dari pandangan dari atas mencapai puncaknya, yang direkam dalam SD melalui frasa "*panggung langgeng waya meneng*" (panggung abadi yang pada akhirnya sepi). Dari ketinggian kosmis, dunia dapat dibaca tidak lagi dihayati sebagai pusat realitas permanen, melainkan disadari semata-mata sebagai sebuah panggung sandiwara yang kosong dan fana. Alternatif pembacaan, yakni raga sebagai wadah sementara yang menjadi sunyi ketika ditinggalkan, perlu dibandingkan dengan konteks. Segala hiruk-pikuk kehidupan, dualitas suka dan duka, serta pencapaian ragawi disadari hanya sebagai ilusi sesaat yang pasti akan berujung pada kesenyapan. Kesadaran ini dapat meruntuhkan segala bentuk arogansi dan kebanggaan material yang melekat pada diri manusia.

Seiring dengan meluasnya kesadaran kosmis tersebut, Sang *Atma* mengalami proses purifikasi yang esensial, yakni pelepasan *dasa mala* (sepuluh noda atau kotoran batin). Elevasi imajinatif ini bertindak sebagai instrumen pembersihan; semakin tinggi jiwa memandang dunia dari atas, semakin ia menyadari absurditas hasrat, keserakahan, dan kemelekatan emosional yang selama ini membebaninya di alam *sakala*. Menyadari bahwa keberadaannya hanyalah partikel mikroskopis dari tatanan kosmos yang agung, sang subjek tidak lagi memandang dirinya sebagai individu yang egois, melainkan entitas yang harus meleburkan kehendaknya pada kehendak semesta.

Sebagai kesimpulan hermeneutis, praktik mendaki lapis-lapis langit dan memandang ke bawah dalam naskah Sewaka Darma dapat dibaca sebagai metode terapi kejiwaan (*psychagogy*) yang dirancang dengan kecerdasan literer. Perangkat tekstual yang mendukung fungsi pedagogis ini adalah narasi pendakian, frasa *panggung langgeng waya meneng*, dan pelepasan *dasa mala*. Melalui latihan spiritual *The view from above* khas Sunda Kuna ini, pembaca dapat dididik secara mental untuk memutuskan ikatan afektif terhadap harta benda dan ambisi kekuasaan (tahta). Dampak pada pembaca historis, yakni imajinasi kosmis yang meletakkan fondasi etika eksistensial dan sikap lepas bebas, kesederhanaan, serta dedikasi pada hukum kebenaran (*Dharma*), diajukan sebagai hipotesis karena tidak ada data resepsi.

4. Teks Kuno sebagai Terapi Jiwa (*Hypomnemata*)

Menurut Hadot, tulisan-tulisan filsafat pada masa kuno tidak dirancang untuk memaparkan sistem teori yang abstrak, melainkan banyak berfungsi sebagai *hypomnemata*, yakni catatan spiritual pribadi atau manual panduan laku hidup yang dibaca, direnungkan, dan diinternalisasi secara terus-menerus oleh sang murid,[35]

untuk menempa pengetahuan konseptual agar mengkristal menjadi watak, habitus, dan cara pandang yang permanen terhadap realitas.[36] Analogi dengan SSKK dan SD dibatasi pada ciri tekstual yang tampak, yakni instruksi bagi pelaku, bentuk kidung, dan pernyataan tujuan, tanpa menyamakan bentuk dan fungsi keduanya.

Ketegasan kerangka teoretis Hadot ini memberikan justifikasi metodologis yang krusial untuk mengevaluasi naskah Sewaka Darma (SD) dan Sanghyang Siksa Kandang Karesian (SSKK). Menilai kedua naskah Sunda Kuna ini menggunakan standar traktat filsafat Barat modern yang sistematis adalah sebuah kekeliruan fatal yang mereduksi maknanya. Sebaliknya, apabila SD dan SSKK dibaca sebagai *hypomnemata* Nusantara, akan terungkap bahwa ketiadaan silogisme teoretis di dalamnya bukanlah tanda keterbelakangan rasional, melainkan bukti otentik bahwa teks-teks tersebut murni beroperasi pada ranah praksis sebagai alat transformasi eksistensial.

Fungsi terapeutik dari sebuah *hypomnemata* terlihat dalam penyebutan diri naskah Sewaka Darma. Teks SD menamakan dirinya sendiri sebagai nyanyian pengingat atau nasihat (*Kawih Panyaraman*) yang berfungsi secara spesifik sebagai obat takut (*ubar keueung*). Metafora medis ini mirip dengan klaim filsafat Helenistik (seperti *tetrapharmakos* Epicurus) bahwa filsafat adalah terapi bagi penyakit jiwa,[37] tetapi penyamaannya perlu dibatasi dengan membedakan tujuan dan cara kerjanya. Rasa takut (*keueung*) yang hendak disembuhkan oleh SD dipahami di sini sebagai kecemasan eksistensial manusia di hadapan penderitaan duniawi dan misteri kematian, dan makna lokalnya perlu dianalisis dari teks. Naskah ini meresepkan dogma-dogma eskatologis sebagai obat penawarnya, yakni dengan mengajarkan jalan jiwa menuju *moksa*.

Sebagai sebuah *kawih* (kidung), bentuk SD membuka kemungkinan laku internalisasi yang khas. Bentuk *kawih* mengindikasikan bahwa teks ini dapat disuarakan, dikidungkan, dan diulang-ulang, tetapi bukti praktik transmisi atau pernyataan teks tentang pemakaiannya belum ada. Repetisi ritmis ini dapat berfungsi sebagai latihan spiritual jika benar dipraktikkan. Jika pelantunan dilakukan terus-menerus, dogma tentang kefanaan dunia material dan keniscayaan perjalanan jiwa menuju *Jatiniskala* dapat perlahan-lahan meresap, menembus lapisan kognitif, dan menancap ke dalam kesadaran terdalam sang pembaca. Di sinilah lisan dan teks dapat bersintesis menjadi laku kontemplasi yang mengubah ketakutan menjadi keberanian menyambut kematian. Efek psikologis ini adalah hipotesis, berbeda dari bentuk *kawih* yang dapat diamati.

Ketegasan fungsi transformatif ini juga beresonansi dengan sangat kuat dalam naskah Sanghyang Siksa Kandang Karesian. Jika SD berfokus pada terapi eskatologis, SSKK memosisikan dirinya sebagai manual terapi untuk kehidupan imanen-sosial. Pada bagian penutupnya, naskah ini secara deklaratif menyatakan

bahwa seluruh instruksi di dalamnya digubah sebagai ajaran keselamatan atau kesejahteraan (*pitutur rahayu*). Teks SSKK menolak untuk dibaca sekadar sebagai undang-undang tata krama yang kaku; ia adalah pedoman laku hidup yang harus diresapi agar pembacanya selamat dari jebakan *dora bancana* (pintu malapetaka) akibat ketidakmampuan mengendalikan hasrat.

Pernyataan *pitutur rahayu* dalam SSKK membuka kemungkinan pembacaan yang performatif. Sebagaimana filsuf Stoa yang setiap pagi dan malam meninjau kembali catatan *hypomnemata*-nya untuk mengevaluasi tindakannya hari itu, pembaca SSKK dapat menjadikannya cermin batin (*eunteung*). Ini adalah kemungkinan fungsi teks, bukan praktik historis yang terbukti. Dalam kemungkinan itu, ajaran *Dasa Kreta* (pengekangan indra) dan *Catur Yatna* (kewaspadaan mental) yang termuat di dalamnya direnungkan secara berulang hingga menjadi refleks moral saat subjek berinteraksi dalam hierarki sosial negara (*Karma ning Hulun*). Pengetahuan teoretis tentang yang baik harus menjelma menjadi tindakan yang baik. Pembuktian cara pemakaian naskah memerlukan data praktik historis, misalnya catatan pemakaian atau pernyataan teks tentangnya.

Secara filosofis, keberadaan SD sebagai *ubar keueung* dan SSKK sebagai *pitutur rahayu* menunjukkan bahwa kedua naskah dapat dibaca sebagai instrumen psikagogi (*psychagogy*), yakni seni bimbingan dan terapi jiwa, sejauh dibatasi oleh bukti teks yang dikutip. Meminjam rumusan Victor Goldschmidt yang sering dikutip oleh Hadot, teks-teks kuno ini ada "*to form more than to inform*" (untuk membentuk, bukan sekadar memberi informasi). Keduanya dapat dibaca sebagai medium laku hidup yang secara progresif memandu subjek manusia untuk melakukan konversi radikal: bertransisi dari keadaan *ignorance* (kegelapan batin/ketidaktahuan yang memicu penderitaan) menuju *wisdom* (pencerahan eksistensial dan kebijaksanaan). Dari pembacaan di atas dapat disintesiskan komponen model laku hidup Sunda Kuna: pengendalian indra (*Dasa Kreta* dalam SSKK; *Bayu*, *Sabda*, *Hedap* dalam SD), kewaspadaan (*Catur Yatna*; *iyatna-yatna*), pelepasan (meredam ego dalam pengabdian; memutus kelekatan), perspektif kosmis (hanya jelas dalam SD), dan tujuan transenden (*rahayu* dalam tatanan sosial pada SSKK; *moksa* di *Jatiniskala* pada SD). Perbedaan SSKK dan SD terletak pada sasaran, yakni kehidupan sosial versus kesiapan menghadapi maut.

5. Perbedaan Kosmologi dan Batas Penerapan Konsep Hadot

Kerangka Hadot bertumpu pada rasio dan *Logos* universal, sedangkan SSKK dan SD bertumpu pada *sakala*, *niskala*, dan *Jatiniskala*. Kategori Hadot tidak menjelaskan ketaatan hierarkis dalam *Karma ning Hulun* dan ketegangannya dengan disiplin diri, peran Sang Yama, para bidadari, dan hierarki dewa dalam perjalanan *Atma*, tujuan *moksa* di *Jatiniskala* yang tidak identik dengan *apatheia* atau *Logos*, serta pelepasan

ikatan keluarga yang radikal. Pada bagian yang dibaca, ketiga kriteria (instruksi bagi pelaku, perubahan cara memandang diri atau dunia, dan disiplin yang berulang) terpenuhi pada kedua naskah, tetapi kriteria perspektif kosmis hanya jelas pada SD.

Sebagai konklusi, analisis hermeneutika Hadot menunjukkan bahwa Sewaka Darma dan Siksa Kandang Karesian dapat dibaca sebagai teks laku hidup yang memuat korespondensi dengan latihan spiritual filsafat kuno, dengan batas yang telah diuraikan. Temuan ini terbatas pada dua naskah dan bagian yang dibaca, sehingga tidak dimaksudkan untuk menggugurkan atau mengukuhkan klaim tentang tradisi filsafat Nusantara secara keseluruhan. Perbandingan ini menunjukkan bahwa kategori Hadot membantu mengungkap fungsi pembentukan diri dalam SSKK dan SD, tetapi tidak menjelaskan keseluruhan kosmologi maupun struktur sosial keduanya. Ketaatan hierarkis dalam Karma ning *Hulun*, figur-figur spiritual dalam perjalanan Atma, dan tujuan moksa di *Jatiniskala* perlu dibaca menurut konteks Sunda Kuna. Kesamaan yang dapat dipertahankan adalah pola pengendalian diri, kewaspadaan, dan pelepasan kelekatan; sedangkan bukti pengulangan latihan, praktik pembaca historis, dan kesepadanan ontologis dengan *Stoikisme* belum tersedia. Batas inilah yang menjadi dasar kesimpulan penelitian.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa pembacaan hermeneutika filosofis Pierre Hadot dapat diterapkan pada bagian tertentu naskah kuno Nusantara, dengan batas yang jelas. Sanghyang Siksa Kandang Karesian dan Sewaka Darma tidak hanya dapat dibaca sebagai dokumen sejarah atau karya sastra, tetapi juga sebagai teks laku hidup dalam tradisi "Filsafat sebagai Laku Hidup" di Tatar Sunda. SSKK memberikan metodologi latihan spiritual (*askesis*) yang bersifat keseharian dan komunal melalui kontrol indrawi yang menyerupai *Prosoche* Stoikisme. Sementara itu, SD menawarkan latihan eskatologis melalui kontemplasi kematian (*Learning to die*) dan kesadaran kosmis (*The view from above*) yang memiliki korespondensi struktural dengan tradisi Neoplatonis, dalam kosmologi yang tetap bercorak Sunda Kuna dan Hindu-Buddha. Dari kedua naskah dapat diturunkan model laku hidup Sunda Kuna yang mencakup pengendalian indra, kewaspadaan, pelepasan, perspektif kosmis, dan tujuan transenden, dengan sasaran yang berbeda: tatanan sosial (*rahayu*) pada SSKK dan kesiapan menghadapi maut (*moksa*) pada SD.

Kebaruan teoretis penelitian ini terletak pada pengujian kerangka Hadot di luar konteks Yunani-Romawi, yang menunjukkan bahwa kerangka itu perlu dilengkapi. Kategori rasio, *Logos*, dan *apatheia* tidak menjelaskan ketaatan hierarkis dalam *Karma ning Hulun*, peran Sang Yama dan hierarki dewa dalam perjalanan *Atma*, tujuan *moksa* di *Jatiniskala*, maupun pelepasan ikatan keluarga. Pembacaan atas hal-hal ini memerlukan kosmologi *sakala*, *niskala*, dan *Jatiniskala* serta kewajiban sosial-

hierarkis yang melekat pada laku tersebut. Bagi kajian filsafat Nusantara, hal ini membuka kemungkinan membaca naskah sebagai teks pembentukan diri tanpa menyamakannya dengan tradisi Yunani. Temuan ini terbatas pada dua naskah dan bagian yang dibaca. Dampak naskah pada pembaca historis serta penafsiran istilah seperti *Jatiniskala* sebagai *shunyata* masih berupa hipotesis. Penelitian ke depan disarankan untuk memperluas pendekatan komparatif-filosofis semacam ini pada naskah-naskah Nusantara lainnya, disertai kajian edisi dan istilah secara filologis, guna menguji dan memperluas model ini.

Catatan Kaki

1. N. Nurazizah, "Etika Sunda: Studi Naskah Sanghyang Siksakandang Karesian" (2016), https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/6956.
2. D. Dr. J. M, "Konsep Keindahan Budaya Rupa Dalam Naskah Sunda Kuno," *Jurnal Budaya Nusantara* 1, no. 2 (2018): 101–5, https://doi.org/10.36456/jbn.vol1.no2.1571.
3. P. Hadot et al., *Philosophy as a Way of Life: Spiritual Exercises from Socrates to Foucault* (1995).
4. A. I. Davidson, "Spiritual Exercises and Ancient Philosophy: An Introduction to Pierre Hadot," *Critical Inquiry* 16, no. 3 (1990): 475–82, https://doi.org/10.1086/448542.
5. A. Gunawan, *Nipah or Gebang?: A Philological and Codicological Study Based on Sources from West Java*, 171 (2015): 249–80, https://doi.org/10.1163/22134379-17101004.
6. Y. Wijayanti et al., "Tata Kelola Indera Dalam Naskah Sanghyang Siksakandang Karesian," *Jurnal Artefak* 11, no. 2 (2024): 191–191, https://doi.org/10.25157/ja.v11i2.16423.
7. E. S. Nuraeni, *Perilaku Hulun (Karma Ning Hulun) Dalam Naskah Sanghyang Siksa Kandang Karesian*, 20, no. 2 (2020): 128–42, https://doi.org/10.24036/DIAKRONIKA/VOL20-ISS2/153.
8. Y. Siswantara, *Sewaka Darma: Pembelajaran Keutamaan Kehidupan Dan Implikasi Pedagogisnya*, 32, no. 1 (2016): 46–72, https://doi.org/10.26593/MEL.V32I1.1925.46-72.
9. I. Indrawardana, *Berketuhanan Dalam Perspektif Kepercayaan Sunda Wiwitan*, 30, no. 1 (2014): 105–18, https://doi.org/10.26593/MEL.V30I1.1284.105-118.
10. Hadot et al., *Philosophy as a Way of Life: Spiritual Exercises from Socrates to Foucault*.
11. M. Chase, *Pierre Hadot and His Critics on Spiritual Exercises and Cosmic Consciousness: From Ancient Philosophy to Contemporary Neurology* (2024), 137–62, https://doi.org/10.1163/9789004693524_008.
12. S. Supriyono, *Research Methodology: Qualitative Approach*, 2024, https://doi.org/10.13140/rg.2.2.26723.57121.
13. P. C. Florentsen, "Translation, Philosophy and Deconstruction," *Perspectives-Studies in Translatology* 2, no. 2 (1994): 225–43, https://doi.org/10.1080/0907676X.1994.9961239.
14. M. P. DiEdwardo, "Hermeneutics and Metacognition," *Advances in Social Sciences Research Journal* 7, no. 7 (2020): 12–16, https://doi.org/10.14738/ASSRJ.77.8497.
15. S. L. Eyre, *The Deconstruction of Thick Description: Changing Portrayals of Bali in the Writing of Clifford Geertz*, 39 (1985): 37, https://doi.org/10.2307/3350985.
16. A. M. Naeem, *Thematic Analysis*, 2025, https://doi.org/10.13140/rg.2.2.15158.97604.
17. M. Lamb, "Philosophy as a Way of Life: Albert Camus and Pierre Hadot," *Sophia* 50, no. 4 (2011): 561–76, https://doi.org/10.1007/S11841-011-0276-Y.
18. *How Is Heidegger Doing His Phenomenological Investigation? Reviewing "The Essence of Human Freedom: An Introduction to Philosophy" as an Example of Phenomenological Text, Seeking Guidelines for Investigating Phenomenologically*, 2018, https://doi.org/10.13140/rg.2.2.21292.97923.

19. M. C. Nussbaum, "The Stoics on the Extirpation of the Passions," *Apeiron* 20, no. 2 (1987): 129, https://doi.org/10.1515/APEIRON.1987.20.2.129.
20. Siswantara, Y (2013). *Keutamaan: Kritik Teks atas Naskah Sewaka Darma. Bandung: LPPM Universitas Katolik Parahyangan, hlm. 45-55*.
21. Lamb, "Philosophy as a Way of Life: Albert Camus and Pierre Hadot."
22. Siswantara, Y (2013). *Keutamaan: Kritik Teks atas Naskah Sewaka Darma. 48-52*.
23. Hadot et al., *Philosophy as a Way of Life: Spiritual Exercises from Socrates to Foucault*.
24. Siswantara, Y. (2016). Sewaka Darma: Siswantara, *Sewaka Darma: Pembelajaran Keutamaan Kehidupan Dan Implikasi Pedagogisnya*.Kehidupan dan Implikasi Pedagogisnya. 32(1), 56–58. *https://doi.org/10.26593/MEL.V32I1.1925.46-72*
25. Panikkar, "Common Patterns of Eastern and Western Scholasticism."
26. G. M. Hall, *Ethics, Theology, and Jurisprudence* (1997), 357–74, https://doi.org/10.1007/978-1-4899-6020-7_19.
27. Siswantara, Y. (2016). Sewaka Darma: Siswantara, *Sewaka Darma: Pembelajaran Keutamaan Kehidupan Dan Implikasi Pedagogisnya*.Kehidupan dan Implikasi Pedagogisnya. 32(1), 46–72. *https://doi.org/10.26593/MEL.V32I1.1925.46-72*
28. Siswantara, *Sewaka Darma: Pembelajaran Keutamaan Kehidupan Dan Implikasi Pedagogisnya*.
29. Siswantara, *Sewaka Darma: Pembelajaran Keutamaan Kehidupan Dan Implikasi Pedagogisnya*.
30. D. T. Nguyen, "Ancient Greek Philosophy as a Founding Model of Western Philosophy: Pierre Hadot's Vision of the History of Philosophy," *Bulletin of the Transilvania University of Braşov*, 2026, 383–92, https://doi.org/10.31926/but.ssl.2025.18.67.2.13.
31. Chase, *Pierre Hadot and His Critics on Spiritual Exercises and Cosmic Consciousness: From Ancient Philosophy to Contemporary Neurology*.
32. S. G. Kostara, "The Potential of the Human Soul towards a Life in Harmony with Nature and Logos as per the Stoic Psychology," *Psychology* 12, no. 08 (2021): 1246–58, https://doi.org/10.4236/PSYCH.2021.128078.
33. L. Cremonesi, *Pierre Hadot and Michel Foucault on Spiritual Exercises: Transforming the Self, Transforming the Present* (2015), 195–209, https://doi.org/10.1057/9781137385925_13.
34. Chase, *Pierre Hadot and His Critics on Spiritual Exercises and Cosmic Consciousness: From Ancient Philosophy to Contemporary Neurology*.
35. R. S. Braicovich, *The Memorization of Epitomes in the Epicurean Community and the Redefinition of Philosophical Praxis*, 21 (2017): 127–57, https://doi.org/10.14195/1984-249X_21_4.
36. J. B. Haney, *The Elaboration of Logical Procedures for Concept Analysis and Instruction*, 25, no. 4 (1977): 427–40, https://doi.org/10.1007/BF02769751.
37. Nussbaum, "The Stoics on the Extirpation of the Passions."

Daftar Pustaka

Alladakan, K. "Stoicism, a Philosophical Basis for Ecology?" *Open Access Library Journal* 08, no. 04 (2021): 1–14. https://doi.org/10.4236/OALIB.1107237.

Braicovich, R. S. *The Memorization of Epitomes in the Epicurean Community and the Redefinition of Philosophical Praxis*. 21 (2017): 127–57. https://doi.org/10.14195/1984-249X_21_4.

Chase, M. *Pierre Hadot and His Critics on Spiritual Exercises and Cosmic Consciousness: From Ancient Philosophy to Contemporary Neurology*. 2024. https://doi.org/10.1163/9789004693524_008.

Cremonesi, L. *Pierre Hadot and Michel Foucault on Spiritual Exercises: Transforming the Self, Transforming the Present*. 2015. https://doi.org/10.1057/9781137385925_13.

Davidson, A. I. "Spiritual Exercises and Ancient Philosophy: An Introduction to Pierre Hadot." *Critical Inquiry* 16, no. 3 (1990): 475–82. https://doi.org/10.1086/448542.

DiEdwardo, M. P. "Hermeneutics and Metacognition." *Advances in Social Sciences Research Journal* 7, no. 7 (2020): 12–16. https://doi.org/10.14738/ASSRJ.77.8497.

Eyre, S. L. *The Deconstruction of Thick Description: Changing Portrayals of Bali in the Writing of Clifford Geertz*. 39 (1985): 37. https://doi.org/10.2307/3350985.

Florentsen, P. C. "Translation, Philosophy and Deconstruction." *Perspectives-Studies in Translatology* 2, no. 2 (1994): 225–43. https://doi.org/10.1080/0907676X.1994.9961239.

Gunawan, A. *Nipah or Gebang?: A Philological and Codicological Study Based on Sources from West Java*. 171 (2015): 249–80. https://doi.org/10.1163/22134379-17101004.

Hadot, P., A. I. Davidson, and M. Chase. *Philosophy as a Way of Life: Spiritual Exercises from Socrates to Foucault*. 1995.

Hall, G. M. *Ethics, Theology, and Jurisprudence*. 1997. https://doi.org/10.1007/978-1-4899-6020-7_19.

Haney, J. B. *The Elaboration of Logical Procedures for Concept Analysis and Instruction*. 25, no. 4 (1977): 427–40. https://doi.org/10.1007/BF02769751.

How Is Heidegger Doing His Phenomenological Investigation? Reviewing "The Essence of Human Freedom: An Introduction to Philosophy" as an Example of Phenomenological Text, Seeking Guidelines for Investigating Phenomenologically. 2018. https://doi.org/10.13140/rg.2.2.21292.97923.

Indrawardana, I. *Berketuhanan Dalam Perspektif Kepercayaan Sunda Wiwitan*. 30, no. 1 (2014): 105–18. https://doi.org/10.26593/MEL.V30I1.1284.105-118.

Kostara, S. G. "The Potential of the Human Soul towards a Life in Harmony with Nature and Logos as per the Stoic Psychology." *Psychology* 12, no. 08 (2021): 1246–58. https://doi.org/10.4236/PSYCH.2021.128078.

Lamb, M. "Philosophy as a Way of Life: Albert Camus and Pierre Hadot." *Sophia* 50, no. 4 (2011): 561–76. https://doi.org/10.1007/S11841-011-0276-Y.

M, D. Dr. J. "Konsep Keindahan Budaya Rupa Dalam Naskah Sunda Kuno." *Jurnal Budaya Nusantara* 1, no. 2 (2018): 101–5. https://doi.org/10.36456/jbn.vol1.no2.1571.

Naeem, A. M. *Thematic Analysis*. 2025. https://doi.org/10.13140/rg.2.2.15158.97604.

Nguyen, D. T. "Ancient Greek Philosophy as a Founding Model of Western Philosophy: Pierre Hadot's Vision of the History of Philosophy." *Bulletin of the Transilvania University of Braşov*, 2026, 383–92. https://doi.org/10.31926/but.ssl.2025.18.67.2.13.

Nuraeni, E. S. *Perilaku Hulun (Karma Ning Hulun) Dalam Naskah Sanghyang Siksa Kandang Karesian*. 20, no. 2 (2020): 128–42. https://doi.org/10.24036/DIAKRONIKA/VOL20-ISS2/153.

Nurazizah, N. "Etika Sunda: Studi Naskah Sanghyang Siksakandang Karesian." 2016. https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/6956.

Nussbaum, M. C. "The Stoics on the Extirpation of the Passions." *Apeiron* 20, no. 2 (1987): 129. https://doi.org/10.1515/APEIRON.1987.20.2.129.

Panikkar, R. "Common Patterns of Eastern and Western Scholasticism." *Diogenes* 21, no. 83 (1973): 103–13. https://doi.org/10.1177/039219217302108306.

Siswantara, Y. *Sewaka Darma: Pembelajaran Keutamaan Kehidupan Dan Implikasi Pedagogisnya*. 32, no. 1 (2016): 46–72. https://doi.org/10.26593/MEL.V32I1.1925.46-72.

Supriyono, S. *Research Methodology: Qualitative Approach*. 2024. https://doi.org/10.13140/rg.2.2.26723.57121.

Wijayanti, Y., W. Warto, W. Wasino, and D. Djono. "Tata Kelola Indera Dalam Naskah Sanghyang Siksakandang Karesian." *Jurnal Artefak* 11, no. 2 (2024): 191–191. https://doi.org/10.25157/ja.v11i2.16423.

Naan, *Sunan Gunung Djati State Islamic University Bandung*; Email: naan@uinsgd.ac.id

Yogi Supriyadi, *Sunan Gunung Djati State Islamic University Bandung*; Email: yogi.supriadi@uinsgd.ac.id

Didi Supandi, *Sunan Gunung Djati State Islamic University Bandung*; Email: didisupandi@uinsgd.ac.id