

Concept of Soul Roh dan Tubuh

- www.budaya-tionghoa.net
- <https://www.facebook.com/groups/budaya.tionghoa/>
- Ardian.cangianto@gmail.com

- 信巫不信医者不治
 - Percaya pada shaman (doa) tidak percaya pada dokter tidak bisa diobati.
- Bianque 扁鵲 (401-310 BCE)

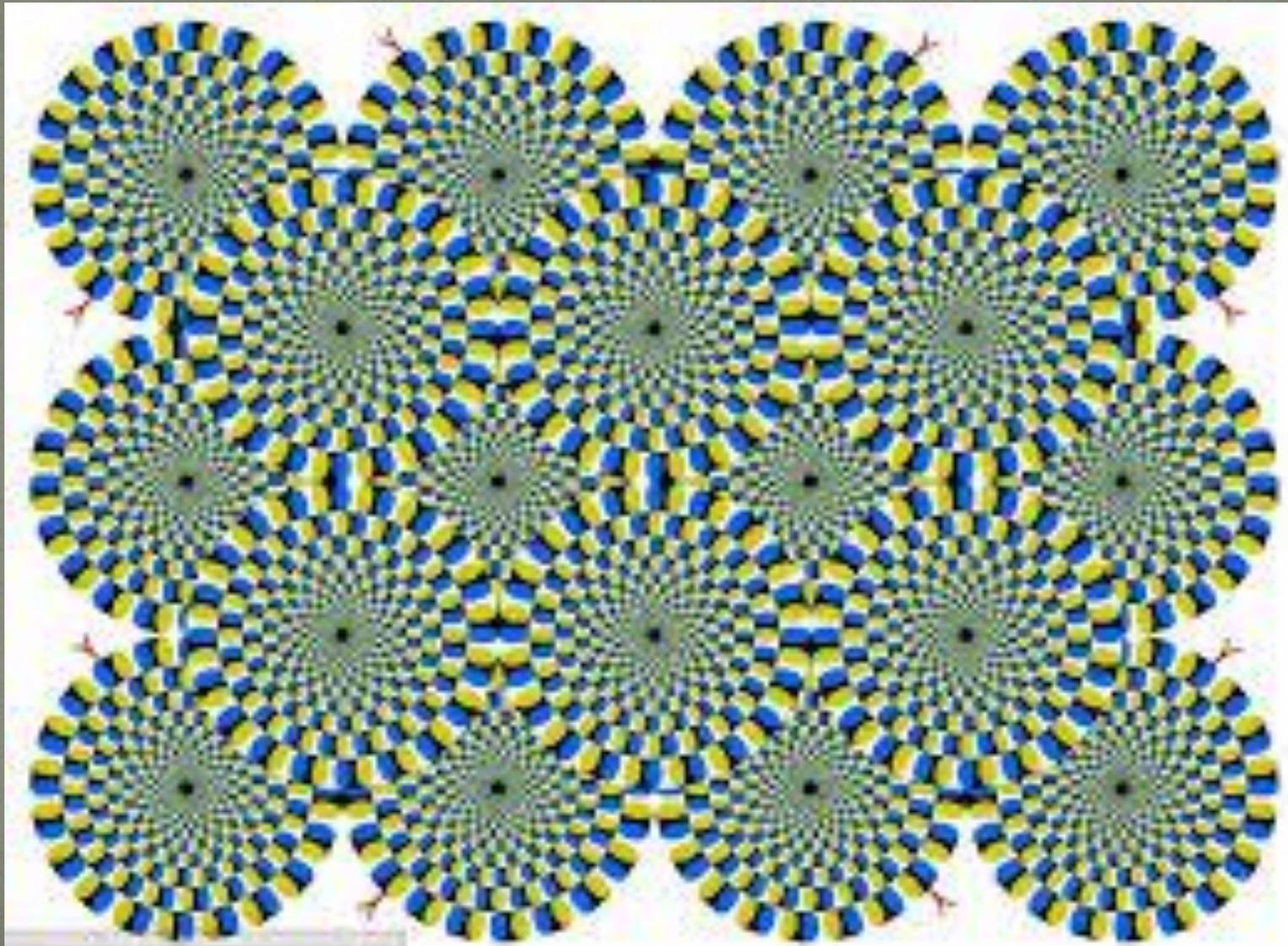


- Bentuk menggerakkan yang tidak berbentuk 有形帶動無形
- Tidak Berbentuk berubah menjadi bentuk 無形應化有形



Konsep dasar

- *Yinyang* (Hun 魂 unsur yang 陽, Po 魄 unsur yin 陰)
- Berkaitan (孤陰不生 獨陽不長)
- 萬物負陰而抱陽
- Kitab Zuozhuan 左傳, Chuci 楚辭, Daodejing, Zhuangzi, Liji, Shizi 尸子 dan kitab lainnya sudah ada pembahasan mengenai hun dan po secara sekilas. (periode ratus aliran filsafat)
- Dikembangkan oleh para Taoist dan menjadi dogma dalam agama Tao.
- Kitab-kitabnya antara lain : Huangdi Neijing, Yunji Qiqian, Bao Puzi dll.
- Dikaji juga dalam ilmu pengobatan Tiongkok.
- Memiliki kemiripan dengan konsep *atta* (*namas dan ruphas*) dalam agama Buddha.

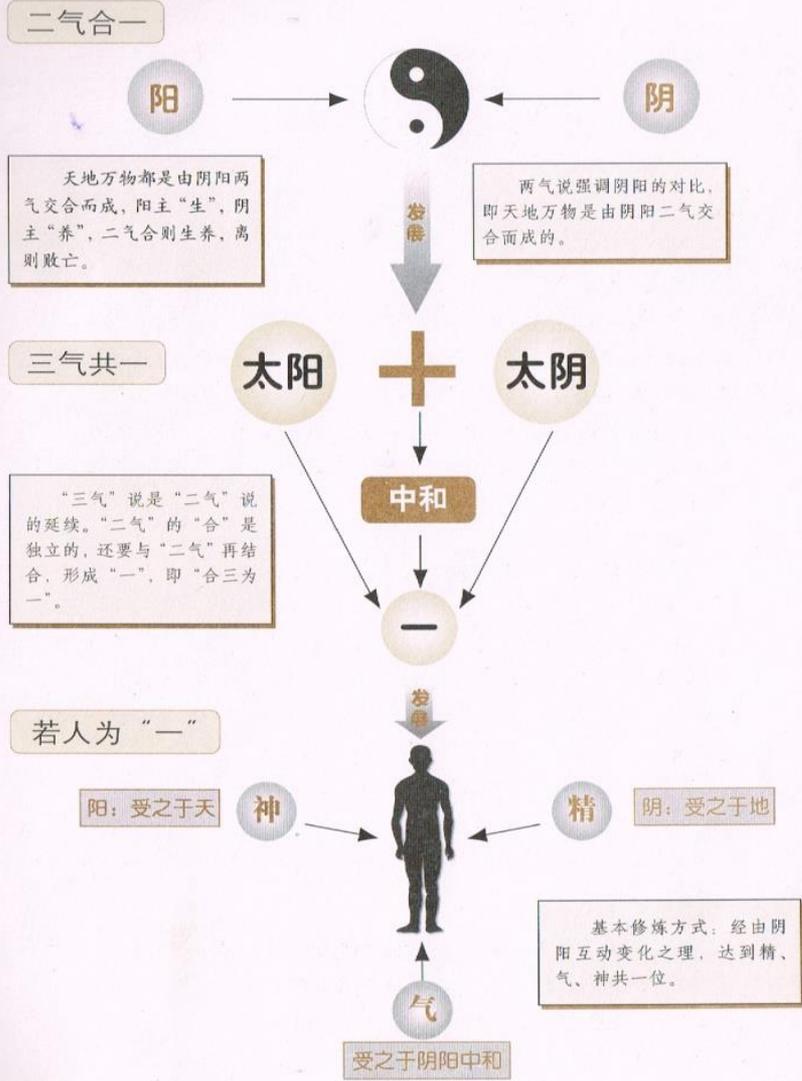




Gerak Diam

- Langit → Gerak
- Bumi → Diam
- Gerak → Kesadaran (Roh)
- Diam → Bentuk
- Semua yang bergerak memiliki kesadaran.

道教的生命观就是从阴阳的气化理论入手，在修炼内气时，追求“合二为一”与“合三为一”的实践之道。



- Pembentukan Manusia
- 2 qi menyatu menjadi taiji (二氣合一)
- Berkembang menjadi taiyang taiying. (三氣共一) Zhonghe.

Langit
18ribu
kesadaran

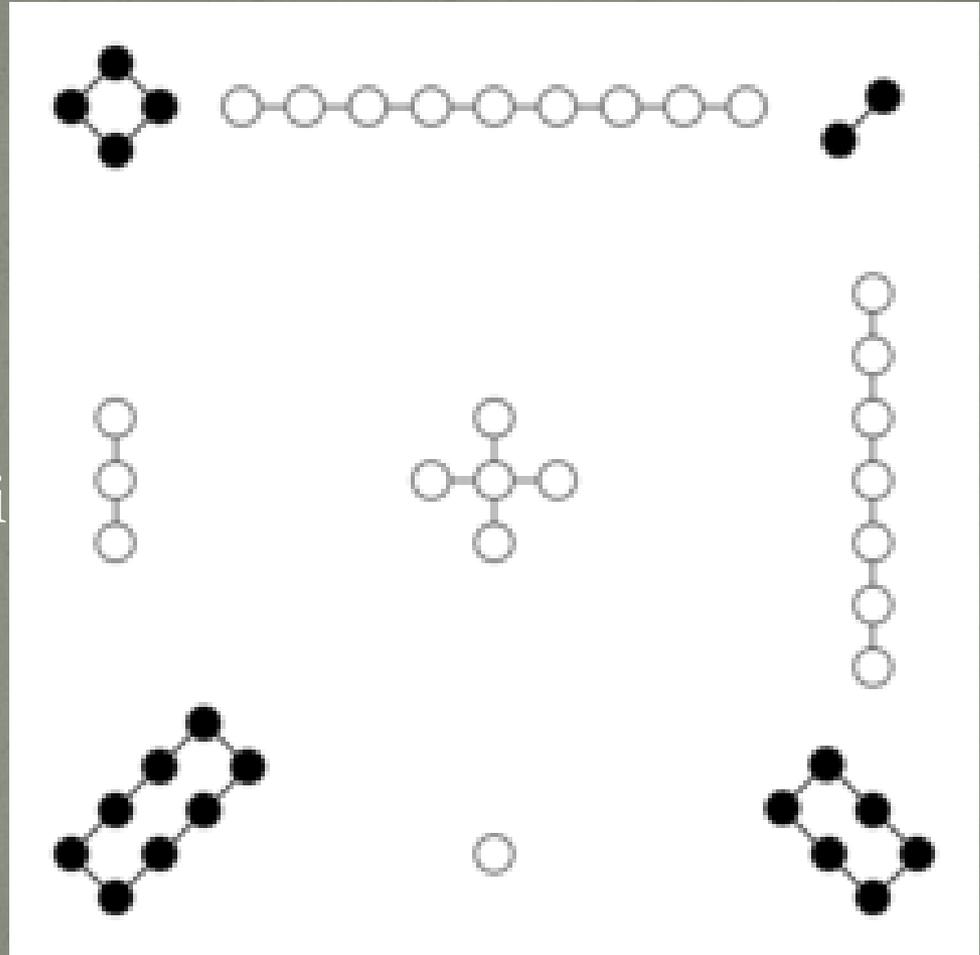


Bumi
18 ribu
kesadaran

Manusia
36 ribu
kesadaran

Peta kosmologi

- 3 hun
- 7 po
- 3 hun unsur kayu (qinglong)
- 7 po unsur logam (bai)
- 5 unsur tanah (organ tubuh)



Pembentukan Hunpo

- Dengan adanya *shen* 神 maka manusia hidup
- Perpaduan dari darah ibu 陰血 dan sperma ayah 陽精(以母为基，以父为盾)
- *Shen* 神 (bisa diartikan roh/ kesadaran) adalah perpaduan dari qi dan darah
- Kesadaran dan energi bersemayam di hati 神氣舍心. Saat dua kesadaran dan energi berpadu, belum terbentuk fisik maka bersemayam dalam sel2.
- Hun dan Po yang lengkap itulah yang menjadi manusia) (魂魄畢具 乃成為人) 黃帝內經
- Hun bisa diartikan sebagai psikis (semangat, kesadaran) dan po sebagai fisik (tempat hun bersemayam).

三魂圖



幽精



台光



爽靈

Pengertian 3 hun

- Wujud keberadaan hun didalam badan manusia adalah kesadaran, memory, kemampuan mereflexikan memory, wawasan / pola pikir, visi, imaginasi, dan semua hal-hal yang bersifat rohani spiritual.
- 3 hun menguat hingga umur 21 tahun atau matang secara psikologis.

Pengertian 3 hun

yunji qijian 雲笈七箋

- Taiguang 胎光/元神/天魂/靈魂 (janin/lapisan cahaya gemilang), sinar pencerahan tertinggi
- 太清陽和之氣 (energi keharmonisan *yang* yang maha jernih), unsur langit, reflektif dan evaluatif.
- Posisi di shangdantien / titik baihui
- Sebagai ekspresi Qi tertinggi, bahkan untuk orang-orang yang mencapai tingkat kesucian tertentu, Qi telah berubah jadi Shen / spirit sejati (Yuan Shen).
- Wujud Taiguang dalam diri manusia adalah sikap mental, tingkat spiritual, tingkat kesadaran, takdir, kesehatan, dan umur manusia tersebut. Terkait dengan hati nurani
- Hewan dan tumbuhan tidak memiliki *hun* taiguang
- Ciri-ciri orang yang mempunyai Taiguang yang berkembang dengan benar, wajahnya teduh, orangnya akan terbuka, terus terang, berani menyatakan apa adanya secara bijaksana tanpa melihat pangkat dan kedudukan lawan bicaranya.
- Anasir roh utama, roh dasar asali 元神, reflektif (bisa mengaplikasikan dari semua yang dicerap oleh persepsi inderanya dan proses kognisi). Dapat disebut sebagai “tuan” dari segala yang ada dalam diri kita 主魂

- *Shi ling* 爽靈 / *Shuangling* 爽靈/陽神/地魂/覺魂 (roh yang bersifat emosi)
- 陰氣之變 (perubahan energi *yin*), termasuk dalam lima unsur (indera tubuh) , unsur bumi, roh sensasi inderawi. Kemampuan bergerak, merespon yang terkait dengan emosi2 indra.
- Posisi di *danzhung* 臙中
- Mewujudkan sikap welas asih, humanis, positif thinking, kebajikan, mendorong sifat-sifat gembira orang yang bersangkutan, mendorong bertindak benar sesuai dengan hati nurani.
- *Shiling* juga mewujudkan kekayaan dan kejayaan dari pemiliknya.
- Terkait dengan persepsi inderawi, binatang memiliki anasir *shuangling* dan *youjing*.

- *Youjing* 幽精/人魂/生魂/命魂/陰神 (inti godaan)
- 陰氣之雜 (campuran rupaz energi *yin*), anasir bumi, kemampuan reproduksi.
- Posisidi xiadantien.
- Hasrat manusia menikmati hidup yang bersifat positif dan jika tidak bisa dikendalikan maka akan menjadi hedonist. Nafsu manusia yang melekat.
- *Youjing* mengatur bencana, kesedihan, karma, nasib dan takdir.
- Tumbuhan hanya memiliki anasir roh *youjing*.

Id, ego dan super ego

- Sigmund Freud dalam psiko analisisnya menyatakan ada 3 komponen kepribadian manusia.
- Taiguang=super ego ?
- Ego= shiling ?
- Id=youjing ?
- Mirip tapi tidak sama.
- Tiga hun harus dibina melalui ajaran yang benar. Karena tiga hun jika sudah matang tapi tidak mendapat pendidikan yang benar maka manusia menjadi sulit berubah (watak dasarnya sudah terbentuk)

七魄圖



鼻肺



除穢



飛毒



吞賊



雀陰



伏矢



尸狗

Tujuh *po*

- Unsur Yin
- Agregat perasaan dan juga fisik.
- Po sering diartikan sebagai fisik tapi juga mengandung faktor2 emosi yang berkaitan dengan unsur *hun*. 喜 怒 哀 懼 愛 惡 欲

Po	Emosi	fungsi	organ	
shigou 屍狗	senang	Menjaga kesadaran saat tidur	jantung, darah, usus kecil, dan lidah	Suka makan
fushi 伏矢	marah	Semua sisa hasil yang dicerap oleh tubuh dibuang.	maag, limpa, daging	Suka yang bagus utk dipakai
queyin 雀陰	Sedih	Memperbaiki dan menjaga fungsi reproduksi	di depan titik mingmen (diantara 2 ginjal)	Nafsu sex
tunzei 吞賊	takut	Menghilangkan semua anasir buruk hasil pikiran yang buruk.	ginjal, cairan tubuh, alat reproduksi dan tulang	Suka judi/spekulasi

feidu非毒	cinta	Membuang semua yang kotor. Fungsinya seperti anti oksidan. Menjaga qi agar bisa stabil dan kuat.	lever, mata dan otot	Suka hal-hal yang sedih/menya kitkan
chuhui除穢	benci	Menggantikan sel2 yang mati. Regenerasi sel, menghambat penuaan sel.	empedu	Rakus,tamak
choufei臭肺	nafsu	Hasil olah nafas. Membuang semua yang kotor dari yang kita hirup	paru-paru, usus besar	Suka urusan remeh-temeh dan menunda yg penting

- Po mempunyai sifat mengikuti instink hewani untuk survive dan perlindungan diri
- Po yang tidak terkendali menjurus ke sikap egois, agresif yang merugikan diri sendiri maupun orang lain
- Po harus dikendalikan supaya tidak berkembang berlebihan yang dapat mempengaruhi manusia sehingga menekan hun yang cenderung bersifat kebaikan
- Po bertanggung jawab terhadap emosi, nafsu, perasaan dan po yang berlebihan membuat energi cepat habis.
- Cara mengendalikan Po dengan berusaha tenang, senantiasa mengatur emosi, nafsu dan perasaan dengan menyadari resiko-resikonya, berusaha bijaksana, welas asih, ini adalah cara terbaik mengendalikan Po.
- Dengan Po yang terkendali kita akan lebih sehat dan realistis dan orang yang bisa mengendalikan Po dan tindakannya lebih dipengaruhi pola hun akan lebih sehat dan mendekatkan diri dengan penyatuan dengan Tao.
- Po berasal dari bumi merupakan representasi “Yin” bumi dalam diri manusia.
- Po juga sering disebut “Yin” jasmani , oleh karena wujud Po merupakan sikap yang timbul karena emosi dan nafsu dalam diri manusia yang bersifat jasmani.
- Po dan Hun harus dipelihara dalam tubuh karena jika Hun dan Po berpisah artinya orang itu meninggal.
- Po bertanggung jawab terhadap perasaan, emosi dan nafsu.

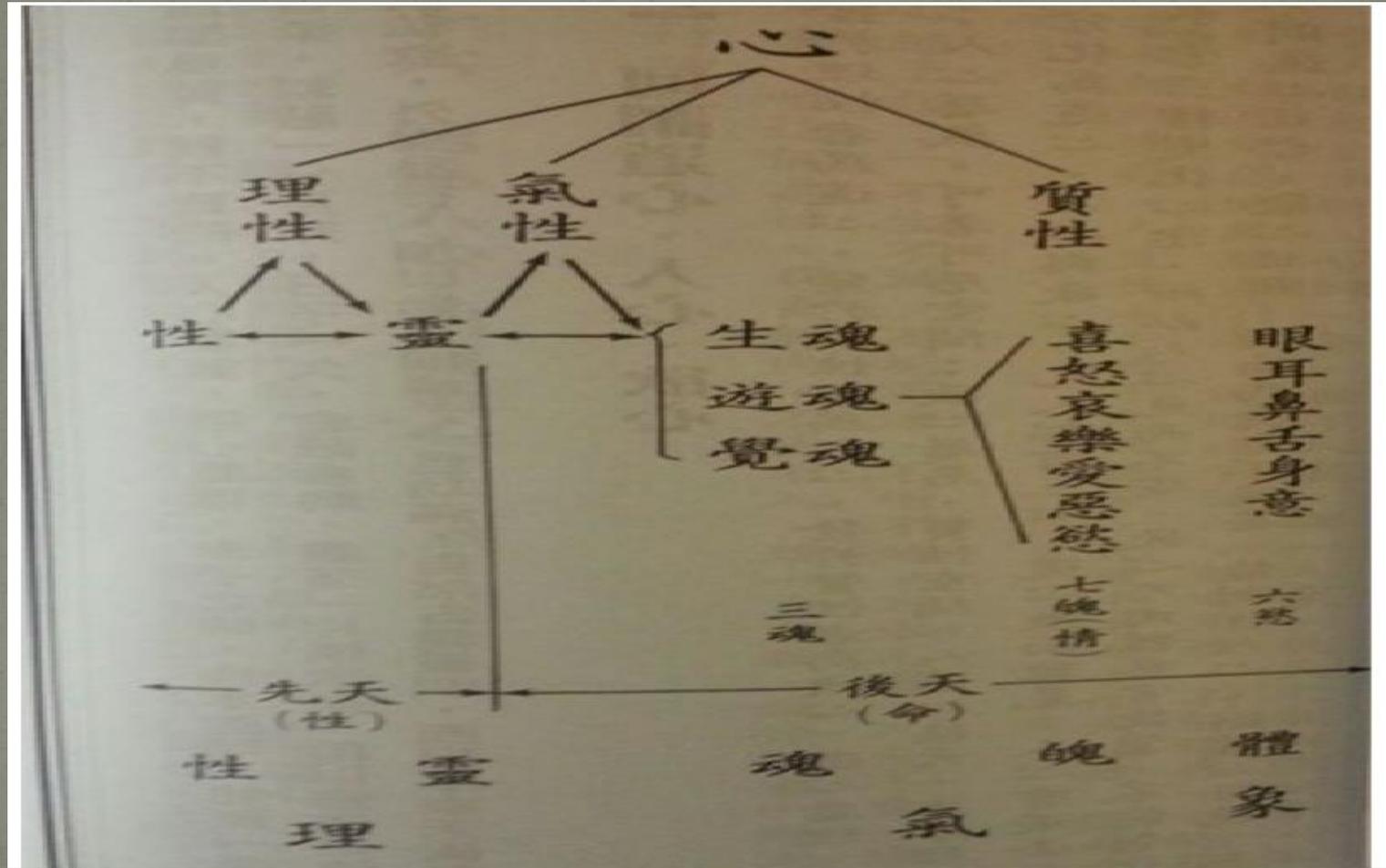
魂魄圖

魂者氣之神有清有濁口鼻
之所以呼吸者時為陽神吸
為陰也魄者精之神有在
有是耳目之所以視聽言視
為陽明聽為陰靈也

陽神曰魂
陰神曰魄
魂之與魄
互為室宅

生謂之精
氣死謂之
魂魄天下
公共成謂
之鬼神也





三尸圖



下尸彭嬌小名李如
在人胃足使人下明

中尸彭質小名
作子在人心中
使人降宮中焦



上尸彭瑒小名
呵呵在頭上夜
人泥丸丹田



《太上除三尸九蟲保生經》

彭瑒 下尸 靈精

彭質 中尸 靈爽

彭瑒 上尸 靈臺

头条号 / 趣历史

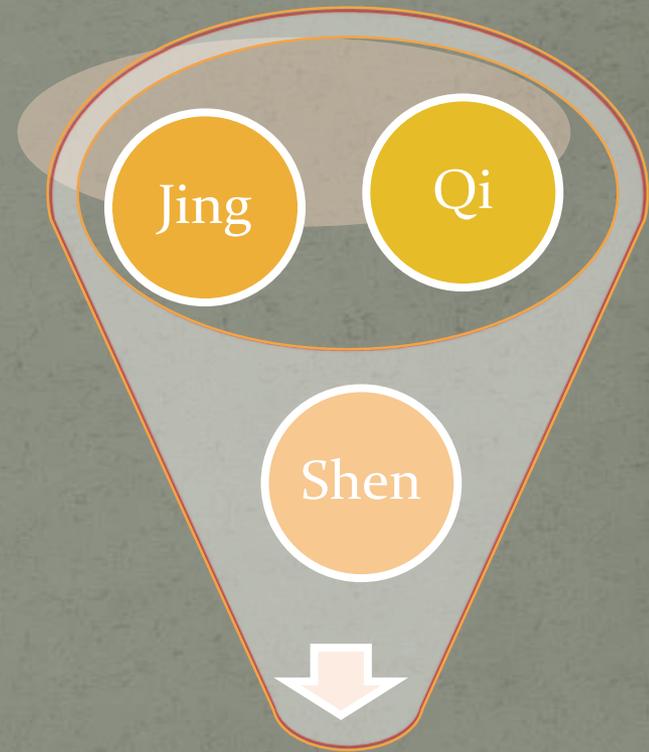
Tiga Mayat 三尸

Gangguan Psikis

- 彭璩 → Narcissistic Personality Disorder (NPD), Waham kebesaran, waham agama, ingin dipuja.
- 彭質 → Lapar, emosi tak terkontrol, tamak.
- 彭喬 → sex maniac, keinginan membunuh atau menyakiti orang lain.

Tiga Pusaka Tubuh

- Jing (dari *yin* 陰)
- Qi (中和 perpaduan harmonis *yinyang*)
- Shen (dari *yang* 陽)



Manusia

- Jing pra congenital 先天精----元精(jing formless dan aneroïd (nir cairan) 无形无液之精)真精(天地之精)
- Jing congenital (form dan cairan) 后天精----浊精(有形有质之精液)
- Shen precongenital (kesadaran non kesadaran) ---元神(不神之神)
- Shen Congenital (kesadaran yang lahir dari persepsi-persepsi indriawi) 后天神----识神。
- Qi Precongenital 先天气----真气。元气----炁母。

五行图



ROH KESADARAN dan ORGAN TUBUH

- Otak ?
- Organ Tubuh dan Otak ?

5 Unsur

- Api bersama hati, hasilnya kedamaian >> Jantung>>> 神 kesadaran
- Air dengan kebijaksanaan, hasilnya pencerahan>> Ginjal >>> 精 (saripati/cairan tubuh)/志
- Kayu bersama 3 Hun, hasilnya mencapai kesejatan>> Hati >>> hun
- Logam bersama Po Bumi, hasilnya jauh dari kedukaan dan kesedihan>> Paru-paru>> po
- Fungsi bumi sebagai penyatu ke – 4 unsur yang lain >> Lambung dan limpa >>> 意 (pikiran idea)

Hun dan Po

- Hunpo yang seimbang dan baik, maka jasmani dan rohani akan baik.
- Hunpo terkait juga dengan konsep moralitas diri.

Konsep baik dan buruk yang terkait dengan hunpo

- Hun pada dasarnya unsur *yang* dan unsur *yang* adalah unsur kebaikan. Po adalah unsur *yin*. Jika unsur *yin* terlalu menguat dan mempengaruhi hun, maka kita akan diperbudak oleh nafsu dan emosi.

Hal yang bisa mempengaruhi

- Makanan>>> banyak vegetarian mengembangkan welas asih, mengurangi pengaruh po buruk.
- Pola pikir>>> banyak kontemplasi, menenangkan diri, membaca kitab.
- Pola hidup>>> hidup sehat.

Hunpo dan kesehatan

- Hun dan po itu bersemayam dalam tubuh serta memiliki keterkaitan dengan organ-organ tubuh maupun kondisi kejiwaan.
- Hun yang lemah karena sering melamun, bengong, tidak bisa konsentrasi melemahkan semangat. Hal ini bisa disebabkan karena kekurangan gizi, tidak adanya peredaran darah yang baik (kurang olahraga), nafas yang tidak benar dan berbagai hal lainnya.
- Akibatnya mudah terpengaruh, tidak memiliki kekuatan analisa, daya ingat lemah.
- Hun yang keluar dan tidak kembali. Akibatnya bisa koma, pingsan dan berbagai faktor-faktor lain.
- Ketidak seimbangan po bisa menyebabkan manusia menjadi paranoid, kleptomaniak dan berbagai gejala psikis lainnya.
- Mereka yang dalam kondisi “koma” tetap mampu mencerap emosi dari luar ataupun dari dalam, tapi tidak bisa mengekspresikannya.

- Asupan makanan juga mempengaruhi po. Contoh terlalu banyak makan yang mengandung karbohidrat (gula)bisa menyebabkan emosi yang labil.

Mantra pembersih hati

- 净心神咒
太上台星，应变无停。驱邪缚魅，保命护身。
智慧明净，心神安宁。三魂永久，魄无丧倾。
急急如律令。
- Fokus pada pikiran dan ketenangan batin

Mantra pembersih mulut

- 净口神咒 丹朱口神，吐秽除氛。舌神正伦，通命养神。罗千齿神，却邪卫真。喉神虎贲，炁神引津。心神丹元，令我通真。思神炼液，道气常存。急急如律令
- Fokus pada makanan, ucapan (kekerasan verbal)

Mantra pembersih badan

- 灵宝天尊，**安慰身形。弟子魂魄，五脏玄冥。青龙白虎，对仗纷纭；朱雀玄武，侍卫我真 急急如律令**
- Fokus pada tindakan yang benar (kekerasan fisik) memantapkan “dewa-dewa” dalam badan, menentramkan hunpo

