

Transcendental Experiences pada Dzikir "Patrap" Sebuah Tinjauan Psikologi Transpersonal

Setiyo Purwanto

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstract. In transpersonal psychology, dzikir is one form of transcendental meditation. Patrap is a method which was used as a basic of dzikir practice. That method is developed by Ust. Abu Sangkan derived from his personal experience. Patrap method is a dzikir and transcendental meditation which was signed by the concentration process to the object of thought Allah, the owner of the world. The effect of "patrap", dzikir is a condition of peacefull, the breathe become slower, the body become relax and a few of the "patrap" dzikir does feel deeply silent. Beside that, they got the sensation of the acculturation with the environment and conscious that Allah is exist and Allah is one and in every where. That is cosmic consciousness which was experienced by the meditation does as explained by Tart in transpersonal Psychology as a transcendental experience.

Key words: *transcendental experiences, dzikir, transpersonal*

Abstraksi. Dalam tinjauan psikologi Transpersonal dzikir merupakan salah satu dari bentuk meditasi transcendental. Patrap adalah sebuah metode yang digunakan sebagai dasar-dasar pada praktek dzikir, yang dikembangkan oleh ustad Abu Sangkan berdasarkan pengalaman pribadinya. Metode patrap merupakan dzikir sekaligus meditasi transcendental yang ditandai dengan proses mengkonsentrasikan pada obyek pikir Allah, penguasa alam yang meliputi segala sesuatu secara intens dan tidak terputus. Efek yang paling sering dialami oleh peserta dzikir patrap adalah munculnya kondisi tenang, pernapasan berjalan dengan lebih lambat, badan menjadi rileks dan beberapa dari mereka dapat merasakan keheningan yang sangat dalam. Selain itu, mereka mendapatkan sensasi menyatu dengan alam dan muncul kesadaran bahwa Allah itu ada dan Allah itu satu dan ada di mana-mana. Inilah cosmic consciousness yang merupakan pengalaman yang banyak dialami oleh mereka yang melakukan meditasi seperti yang dijelaskan oleh Tart dalam psikologi Transpersonal sebagai transcendental experience.

Kata kunci: *transcendental experiences, dzikir, transpersonal*

Perintisan psikologi transpersonal diawali dengan penelitian-penelitian tentang psikologi kesehatan pada tahun 1969-an yang dilakukan Abraham Maslow. Perkembangan psikologi transpersonal lebih pesat lagi setelah terbitnya

Transcendental Experiences pada Dzikir "Patrap"
Sebuah Tinjauan Psikologi Transpersonal
Setiyo Purwanto

131

Journal of Transpersonal Psychology pada tahun 1969 dimana disiplin ilmu psikologi mulai mengarahkan perhatian pada dimensi spiritual manusia. Penelitian mengenai gejala-gejala ruhaniah seperti *peak experience*, pengalaman mistis, *ecstasy*, kesadaran ruhaniah, pengalaman transpersonal, aktualisasi transpersonal dan pengalaman transpersonal mulai dikembangkan. Aliran psikologi yang memfokuskan diri pada kajian-kajian transpersonal menamakan dirinya aliran psikologi transpersonal dan memproklamirkan diri sebagai aliran ke empat setelah psikoanalisis, behaviorisme dan humanistik. Psikologi transpersonal memfokuskan diri pada bentuk-bentuk kesadaran manusia, khususnya taraf kesadaran ASC (*altered states of consciousness*).

Pada pertengahan abad 20 praktek meditasi dari tradisi agama dan spiritual di Timur mulai banyak dipelajari dan dipraktikan di Barat. Jutaan orang Amerika dan Eropa melaksanakan meditasi. Salah satu bentuk meditasi yang banyak diminati adalah *Transcendental Meditation* (TM) yang dikembangkan oleh Maharishi Mahes Yogi. Di dalam kajian psikologi, meditasi didefinisikan sebagai usaha membatasi kesadaran pada satu objek stimulasi yang tidak berubah pada waktu tertentu. Pada meditasi transcendental kesadaran pada objek meditasi ini ditujukan kepada Tuhan yang menciptakan alam semesta, sehingga meditasi

transcendental ini banyak digunakan sebagai cara untuk lebih mendekatkan diri kepada Tuhan atau penyatuan transcendental dengan Tuhan (Subandi, 2002).

Menurut Haryanto (2001) dzikir sebenarnya merupakan salah satu dari bentuk meditasi transcendental. Ketika seseorang *khusyuk*, objek pikir atau stimulasi tertuju pada Allah SWT (dzikrullah). Disini ada unsur transenden yaitu mengingat akan Allah, merasakan adanya Allah serta persepsi kedekatan dengan Allah. Menurut Simuh (dalam Anward, 1996) dzikrullah akan berhasil bila dilakukan dengan penuh penghayatan dan semata-mata tertuju kepada Allah, tidak terpengaruh lagi terhadap alam sekitar serta kesadaran yang beralih dari fisik ke jiwa. Pada kondisi ini menurut Tart (1975) akan memunculkan keadaan hening dan leih jauh lagi munculnya fenomena *ecstasy*.

Dzikir Patrap

Perkembangan *patrap* yang cukup pesat disebarluaskan melalui *mailing list dzikrullah@yahoo.com*, dari *mailing list* inilah kemudian berkembang menjadi praktek dzikir yang dilakukan oleh *halaqoh-halaqoh* atau kelompok-kelompok di kota-kota besar terutama di Jakarta, Batam, Surabaya, dan Semarang, bahkan beberapa peserta yang melakukan secara individual di luar negeri seperti Belanda, Singapura, Malaysia, mereka

umumnya dibimbing oleh Ust Abu Sangkan melalui *email*.

Dasar-dasar dan praktek dzikir dengan metode *patrap* ini sudah disusun dan dibukukan dalam sebuah buku yang berjudul "Berguru Kepada Allah" yang ditulis sendiri oleh Ust. Abu Sangkan. Buku tersebut merupakan pengalaman pribadi dari penulisnya, yang melakukan perjalanan spiritual, dalam buku tersebut diuraikan teori bagaimana bersyariat, bertarekat, mencapai hakikat, dan makrifat kepada Allah melalui metode dzikir *patrap*.

Menurut Sangkan (2002) istilah *patrap* diambil dari kitab pepali karya Ki Ageng Selo, yang menurutnya sesuai dengan arti dan makna dzikrullah dalam bahasa Arab. Dengan kata lain istilah *patrap* ini sama dengan istilah dzikrullah yang diartikan dalam Bahasa Jawa, namun bukan kejawen, hanya mengambil istilah saja. Dengan demikian *patrap* dapat diartikan sebagai suatu sikap dzikir yang sempurna yang bercirikan penyerahan diri secara total, menggantungkan hidup dan matinya diperuntukkan untuk Allah, serta sikap ingat kepada Allah dalam setiap waktu dan keadaan.

Metode *patrap* ini merupakan dzikir sekaligus meditasi transendental yang ditandai dengan proses mengkonsentrasikan pada objek pikir Allah, penguasa alam, yang meliputi segala sesuatu, secara intens dan tidak terputus. Dengan dzikir *patrap* ini seseorang akan diantarkan untuk selalu berdzikir kepada Allah yang tidak hanya sekedar ucapan namun lebih

dari itu yaitu dengan kesadaran yang benar-benar sadar, dengan totalitas baik secara kognitif, emosi, bahkan konatifnya sehingga pada kondisi tertentu dapat mencapai *altered states of consciousness* (keadaan kesadaran yang berubah) dan keadaan transendensi.

Transendensi

Isu yang sekarang berkembang di dunia psikologi adalah munculnya *spiritual quotient*. Perkembangan ini tidak hanya diikuti oleh dunia psikologi saja tetapi juga oleh masyarakat luas yang haus akan kedamaian, ketentraman dan sentuhan spiritual. Menurut Zohar & Marshal (2000) *spiritual quotient* adalah kecerdasan yang bertumpu pada bagian dalam diri kita yang berhubungan dengan kearifan di luar ego atau jiwa sadar.

Kecerdasan spiritual ini tidak hanya dimiliki oleh orang beragama, orang awam agama atau bahkan tidak beragama sekalipun bila memiliki kemauan menempa diri untuk meningkatkan kemampuan spiritualnya maka akan memiliki tingkat spiritualitas yang tinggi. Demikian pula sebaliknya bila orang beragama hanya memperhatikan masalah eksoterik (ritualistik) namun kurang memperhatikan isoterik (kehakikatan) maka akan memiliki tingkat spiritualitas yang rendah. Kemampuan mentransendenkan dirilah yang akan menentukan seseorang memiliki spiritualitas yang tinggi atau rendah.

Menurut Zohar & Marshal (2000) transenden merupakan suatu yang membawa seseorang mengatasi (*beyond*) masa kini, mengatasi rasa suka atau duka, bahkan mengatasi diri pada saat ini. Ia membawa seseorang melampaui batas-batas pengetahuan dan pengalaman, serta menempatkan pengetahuan dan pengalaman ke dalam konteks yang lebih luas. Transendensi memberikan kesadaran akan sesuatu yang luar biasa dan tak terbatas, baik sesuatu itu berada pada diri kita sendiri maupun dunia di sekitar kita.

Kesadaran transendensi ini sesuai dengan teori medan kuantum yang menyebutkan bahwa manusia, meja, kursi, hewan, langit dan alam semesta merupakan pola energi yang dinamik yang berada diantara energi yang diam dan tak tereksitasi (hampa kuantum). Hampa kuantum ini tidak memiliki sifat yang dapat dirasakan atau diukur secara langsung. Sifat-sifat yang dapat dirasakan atau diukur tentulah merupakan eksitasi dari hampa kuantum, bukan hampa kuantum itu sendiri.

Munculnya *Altered States of Consciousness*

Kesadaran yang dimiliki manusia bersifat multidimensional, kesadaran yang umum digunakan oleh manusia pada umumnya adalah kesadaran yang paling luar, masih ada tingkat-tingkat kesadaran yang lebih dalam dan lebih tinggi (Adi, 2002). Secara sederhana diterangkan oleh

Effendi (2001) bahwa kesadaran dibagi menjadi 3 tingkatan. Pertama kesadaran fisik dengan ciri kesadaran diperoleh melalui sensasi fisik, melihat dengan mata, mendengar dengan telinga, berpikir dengan otak, sedih dan gembira dengan hati. Taraf kesadaran yang kedua yaitu kesadaran jiwa. Kesadaran ini merupakan bentuk pengenalan diri yang lebih dalam dengan menyadari bahwa dirinya bukanlah fisik tetapi makhluk mental. Ciri utama dari kesadaran ini adalah ketenangan karena pada taraf ini tidak ada senang dan tidak susah, dan dirinya adalah sosok yang meyakini tubuh, perasaan, pikiran dan alam sekitarnya. Taraf yang terakhir adalah kesadaran ketuhanan. Dirinya menyadari bahwa semua yang materi adalah tiada yang ada hanyalah Tuhan yang menciptakan dan menggerakkan serta yang meliputi segala sesuatu.

Munculnya ASCs pada seseorang dapat dijadikan alat untuk mengakses pengalaman transpersonal dan dapat menjadi suatu bantuan untuk penyembuhan (Adi, 2002). Dengan kemudahan akses pengalaman transpersonal ini seseorang bisa meningkatkan kecerdasan spiritualnya yang oleh Spilka (dalam Subandi, 2002) memiliki ciri: pertama *noetic* yaitu pengalaman tersebut mampu menjadi sumber inspirasi dan pengetahuan baru yang valid. Kedua *ineffable* pengalamannya sulit diungkapkan dengan kata-kata. Ketiga *holy* berkaitan komunikasi dengan Tuhan, keempat *positive effect*,

pengalaman tersebut menimbulkan perasaan yang positif kelima *paradoxal*, kadang berlawanan dengan kenyataan hidup sehari-hari dan terakhir *timeless and spaceless*, orang merasa terlepas dari dimensi ruang dan waktu.

Keadaan berubahnya kesadaran dari kondisi kesadaran normal menjadi lebih tinggi umumnya dialami oleh peserta *patrap*. Misalnya mereka menuturkan bahwa dirinya sekarang menjadi pengamat terhadap pikiran dan perasaan, tidak lagi terombang-ambing oleh perasaan dan pikirannya. Sebagian mengungkapkan pengalaman spiritualnya tanpa bisa mencari kata apa yang tepat untuk mendiskripsikan pengalaman tersebut. Dan pengalaman yang cukup menarik adalah pembuatan buku "berguru kepada Allah" buku tersebut ditulis tidak berdasarkan pemikiran yang runtut dengan kaidah penulisan buku namun ide-ide tersebut muncul melalui proses transendensi yang keluar begitu saja seperti arus air yang langsung dituangkan dalam bentuk tulisan oleh pengarangnya yaitu Ust Abu Sangkan.

Fenomena Binding Problem (*Cosmic Consciousness*) sebagai Sebuah Osilasi Saraf Sinkron

Beberapa peserta *Patrap* mengemukakan pengalamannya, ketika dzikir total ke Allah fikiran dan perasaan dipusatkan ke Allah kesadaran diri menjadi kosong dan tidak ada, bahkan beberapa

peserta menyatakan bahwa dirinya tidak merasakan lagi tangan, kaki sebagai bagian dari tubuhnya. Selain itu mereka mendapatkan sensasi menyatu dengan alam dan muncul kesadaran bahwa Allah itu ada dan Allah itu satu dan ada dimana-mana.

Cosmic consciousness merupakan pengalaman yang banyak dialami oleh mereka yang melakukan meditasi. Perasaan menyatu dengan alam, merasa diri memiliki keseimbangan dengan sekelilingnya, perasaan ini diikuti oleh perasaan tenang dan meningkatnya ESP (*extra sensory perception*). Contoh sederhana dari fenomena ini adalah ketika sedang mengendarai mobil, seolah-olah diri kita adalah mobil tersebut, saat mobil menyerempet dinding maka diri kita yang merasakan sakit. Dalam kondisi yang lebih lanjut seseorang akan merasa bersatu dan kadang terdapat persepsi bahwa dirinya tidak ada atau hilang (*no mind/zero mind*). Fenomena *binding problem* dapat dijelaskan dengan terjadinya peristiwa saraf yaitu adanya osilasi pada saraf.

Singer (dalam Zohar & Marshal, 2000) mengungkapkan dalam penelitian bahwa bagian otak selalu mengeluarkan sinyal listrik yang terbaca melalui EEG (*electroencephalograph*) yang bersilasi dengan frekuensi yang berbeda-beda. Sehingga ketika seseorang mempersepsi suatu benda misalnya sebuah gelas maka sel-sel saraf dibagian tertentu akan terlibat dalam proses osilasi secara seragam dengan

frekwensi 35-45 Hz. Osilasi sinkron ini menyatukan respon cerapan yang berbeda-beda terhadap gelas tersebut yaitu bentuknya, warnanya, tingginya dan sebagainya, dan hal ini akan memberikan pengalaman tentang benda yang utuh dan solid.

Penemuan Singer ini diperkuat dengan fenomena yang terjadi pada meditator yang menjadi subjek penelitiannya. Praktik-praktik meditasi seperti meditasi *transcendental*, yoga atau yang lainnya ketika meditator duduk tegak, kemudian mulai memusatkan perhatian pada objek pikir tertentu selama beberapa menit. Karena tidak ada gangguan otak selama meditasi otak menjadi tenang dan meditator menjadi sangat relaks. Pada tahap selanjutnya meditator bergerak ketahap kesadaran yang kosong dari pemikiran atau isi. Kadang meditator mampu secara sadar mendalami pandangan-pandangan tertentu secara lebih dalam. Keadaan ini membawa meningkatnya gelombang otak koheren pada frekwensi 40 Hz, pengalaman ini dituturkan oleh meditator tentang isi kesadaran yang memasuki keutuhan atau *unity* yang diiringi dengan menyatunya osilasi sel saraf otak. Kecerdasan unitif (*unitive thinking*) inilah yang menurut Zohar & Marshal (2000) merupakan dasar dari kecerdasan spiritual.

Munculnya gejala penyatuan (*merging*) dimana orang merasa bersatu dengan objek pikir meditasi merupakan suatu bentuk yang oleh Maslow disebut sebagai *peak experience* (Crapps, 1993).

Perubahan Gelombang Otak Selama Proses Dzikir

Efek yang paling sering dialami oleh peserta dzikir metode *patrap* adalah munculnya kondisi tenang, pernapasan berjalan dengan lebih lambat, badan menjadi rileks dan beberapa dari mereka dapat merasakan keheningan yang sangat dalam sehingga mereka menuturkan ketika kondisi tersebut berlangsung mereka tidak mampu berkata-kata seperti orang melamun tapi tetap sadar.

Fenomena dzikir *patrap* ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Hirai (dalam, Subandi 2002) yang menemukan bahwa adanya perubahan gelombang otak selama proses meditasi berlangsung. Dari hasil penelitiannya Hirai membagi menjadi empat tahap : *pertama*, dalam lima puluh menit gelombang otak berubah dari betha ke alpha. *Kedua*, gelombang otak makin halus sekitar 50% gelombang alpha muncul ketika subjek menutup mata, *ketiga*, gelombang otak semakin lambat dan halus, dan *keempat*, gelombang otak menjadi gelombang tetha yaitu gelombang yang pada umumnya muncul pada saat tidur atau mimpi. Terakhir perubahan makin halus dan menjadi gelombang deltha yang sangat lambat. Ditemukan juga bahwa makin lama seorang berlatih meditasi, makin halus gelombang otaknya. Perubahan-perubahan gelombang otak ini merupakan indikasi dari adanya perubahan tingkat kesadaran

dan sangat erat berhubungan dengan pengalaman-pengalaman transendental.

Penelitian Pare-Linas (dalam Zohar & Marshal, 2000) mengenai osilasi saraf 40 Hz menunjukkan bahwa kesadaran merupakan sifat dari intrinsik otak dan kesadaran itu sendiri adalah proses yang transenden yakni kesadaran yang menghubungkan kita dengan realitas yang jauh lebih dalam dan lebih kaya dari pada sekedar hubungan dan vibrasi beberapa sel saraf.

Terjadinya Trance Ketika Dzikir Berlangsung

Keadaan Trance masih menjadi perdebatan dalam kalangan ahli psikologi

apakah *trance* itu dilakukan secara sadar atau tidak. Sebagian ahli berpendapat bahwa *trance* itu tidak sadar sebab beberapa penelitian membuktikan bahwa mereka yang sedang mengalami *trance* tidak bisa menjawab pertanyaan-pertanyaan tentang kondisi pada saat *trance*, yang diajukan peneliti setelah kondisi *trance* selesai. Namun sebagian ahli yang berpendapat bahwa *trance* itu bisa dicapai dengan sadar dengan alasan bahwa proses kesadaran yang terjadi pada saat *trance* adalah terdesaknya kesadaran sehingga muncul kesadaran lain (Kartoatmojo, 1995), kemudian jika kesadaran tersebut terdesak dan orang tersebut mampu mempertahankan kesadarannya maka apa yang terjadi ketika dirinya *trance* akan diketahuinya

Tabel 1. Pola Gelombang Otak dan Artinya

Tipe	Laju Hz	Tempat/waktu	Arti
Delta	0.5 – 3.5	Tidur nyenyak atau koma, sering ditemukan pada otak bayi	Otak tidak melakukan apa-apa
Theta	3.5 – 7	Tidur yang disertai mimpi; pada anak usia 3-6 tahun	Informasi secara berkala dikirim dari suatu area ke area lain, dari hipokampus ke tempat penyimpanan yang lebih permanen di kortek
Alfa	7-13	Dewasa; pada anak usia 7-14 tahun	Keadaan relaxed alertness
Beta	13-30	Dewasa	Kerja mental yang terkonsentrasi
Gamma	40	Otak yang sadar, baik dalam kondisi terjaga atau tidur yang disertai mimpi	Cerapan yang dapat diikat atau dipahami (<i>perceptual binding</i>)
	200	Baru ditemukan di dalam hipokampus	Fungsi belum ditemukan

dan dia tetap sadar, sehingga seolah-olah memiliki dua bentuk kesadaran. Hal ini seperti terjadi pada kasus hipnosis bila si suyet (terhipnosis) tidak bersedia menyerahkan kesadaran dirinya secara total pada penghipnosisnya maka hipnosis tidak akan terjadi dan suyet tidak mampu dipengaruhi oleh penghipnosis.

Jadi munculnya fenomena-fenomena transpersonal pada saat *trance* sangat tergantung dari apa yang diinginkan, dipikirkan, dan dibayangkan. Misalnya seorang yang sebelum *trance* mereka mengharapkan, membayangkan, memikirkan maka dia akan mengkonsentrasikan pada objek pikir tersebut. Misalnya mengkonsentrasikan titik maka akan muncul fenomena seperti berada di suatu tempat yang tinggi, memasuki lorong yang panjang, mendapatkan cahaya sangat terang benderang kemudian dia masuk total dan mengikuti terus fenomena yang muncul maka akan terjadi peristiwa *trance* yang tidak disadari. Namun bagi mereka yang meniatkan dirinya untuk mendekatkan, memikirkan, merasakan Allah maka fenomena yang muncul seperti perasaan dekat, dan terjadinya proses *unbinding* dan pada kondisi ini *trance* yang dialaminya tetap dalam keadaan sadar sebab dia tidak masuk pada fenomena yang muncul tapi tetap menjaga kesadaran untuk tetap pada objek pikir Allah.

Proses terjadinya *trance* seringkali disertai dengan gerakan-gerakan yang tidak beraturan entah itu disadari ataupun tidak.

Gerakan ini disebabkan karena otak mendapatkan rangsangan yang sangat kuat yang selama ini rangsangan itu belum pernah dikenal sebelumnya. Rangsangan yang kuat ini mirip dengan penderita epilepsi ketika dia mendapatkan serangan pada otaknya. Serangan tersebut disebabkan oleh adanya ledakan aktivitas listrik di luar batas normal di area otak tertentu dan menyebabkan bagian *lobus temporalis* mengalami pengalaman-pengalaman spiritual. Fenomena ini diperkuat dengan penelitian Pesinger (dalam Zohar & Marshal, 2000) dengan memberikan rangsangan pada otak bagian *lobus temporalis* maka orang tersebut akan mengalami pengalaman spiritual.

Selama berlangsungnya *trance* terjadi perubahan-perubahan pernafasan, sikap duduk agak terarah ke belakang, kadang mata terbelalak yang hitam pindah ke atas. Pada kondisi ini orang yang bersangkutan terdapat gejala pengendapan kesadaran, penurunan ini diikuti dengan gejala gerak-gerak, hal ini bisa dicontohkan saat seseorang akan memasuki tidur terdapat gejala tarikan otot, guncangan-guncangan pada tangan dan kaki atau seluruh tubuh (Kartoatmodjo, 1995).

Beberapa aliran spiritual menggunakan *trance* sebagai cara untuk meningkatkan kesadaran dan meningkatkan spiritualitas, serta pemusatan energi tenaga dalam. Seperti yang dilakukan oleh perguruan silat Gunung Jati mereka menggunakan metode getaran untuk membangkitkan energi yang tersimpan Getaran fisik

yang terjadi menurut perguruan tersebut metode ini dilakukan untuk memancing dan mempercepat tercapainya kondisi beresonansi (ikut begetar) fisik terhadap ruhani sehingga membentuk getaran yang selaras. Keselarasan getaran ruhani dan fisik ini menghasilkan penyerapan, pengolahan dan polarisasi (pemusatan) energi, sehingga energi yang dihasilkan atau di-himpun akan jauh lebih besar, lebih padat dan lebih terkonsentrasi serta mempersingkat waktu yang diperlukan (wawancara dengan Guru Besar Perguruan Silat Gunung Jati, Feb 2003).

Dalam metode *patrap* ada salah satu metode yang digunakan yaitu metode gerak. Pada metode ini totalitas ke Allah tidak hanya sebatas kognitif dan afektif tapi diperkuat juga dengan dorongan gerak atau konatif sehingga saat menyambungkan diri (Dzikir dengan kekuatan fisik) dengan Allah kekuatannya akan berbeda dengan *patrap* duduk. Metode ini sering dilakukan di tempat yang luas biasanya lapangan atau di tepi pantai, dari hasil observasi penulis ketika peserta mempraktekan metode ini gerakan-gerakan yang muncul sangat keras seperti membanting diri, berputar sangat cepat, menjerit sekeras-kerasnya dan ada yang terjatuh kemudian kejang-kejang mirip seperti orang terserang epilepsi.

Menurut tinjauan penulis ketika *patrap* gerak berlangsung, terutama ketika memulai total ke Allah baik secara kognitif, afektif maupun konatifnya maka

saraf yang berada di lobus temporalis dirangsang secara kuat, saraf di lobus temporalis ini oleh beberapa ahli disebut dengan *god spot* (titik tuhan). Ketika lobus temporalis ini di sodori hal-hal yang bersifat spiritual akan menunjukkan aktivitasnya. Semakin kencang dan kuat rangsangan terhadap saraf di lobus temporalis ini maka loncatan listrik yang terjadi juga semakin besar, kondisi yang tidak stabil ini mengakibatkan guncangan fisik yang berupa kejang, dan gerakan-gerakan kasar serta tidak beraturan, disinilah terjadi *trance* secara sadar. Guncangan fisik yang terjadi tanpa kehendak *patrapis* akan menimbulkan pemahaman tersendiri bahwa dia memiliki kesadaran lain selain kesadaran fisik yang dipakai selama ini. Loncatan kesadaran ini membuka wawasan yang sangat luas bagi pelaku baik secara kognitif maupun emosinya. Disinilah terjadinya peningkatan kesadaran atau munculnya *altered states of consciousness* dan munculnya kesadaran transendensi. Kesadaran akan kekuatan diluar dirinya itulah menurut mereka merupakan kebenaran dari kalimat *hauqolah : laa haula wallaa quwata illa billahil aliiyyil adzim* tidak ada kekuatan selain kekuatan dari Allah ta'ala yang maha agung.

Fenomena Terhambatnya Rasa Sakit

Pada saat seseorang bermeditasi maka perhatian penuh pada objek medi-

tasinya, perhatian yang penuh ini menyebabkan seseorang kehilangan rangsang inderanya. Fenomena ini sering disebut dengan *selfhypnosis* sebab dengan cara ini seseorang dapat menghipnosa dirinya sendiri sehingga ketika meditasi berlangsung dia tidak merasakan apapun meskipun tubuhnya kena rangsangan yang menyakitkan.

Teori kontrol pintu gerbang (*gate-control theory*) mengatakan bahwa hilangnya rasa sakit ketika seseorang bermeditasi karena adanya rangsang yang lebih besar dibanding rangsang dari luar tersebut yang menghambat rangsang tersebut masuk ke otak. Rangsang yang lebih besar pada saat seseorang bermeditasi adalah adanya ASC (*altered states of consciousness*) kondisi ini menimbulkan perasaan damai, tenang, dan menyenangkan sehingga menghambat rangsang yang masuk pada otak (Subandi, 2002).

Fenomena terhambatnya rasa sakit ini sering dialami oleh peserta *patrap* seperti tidak merasakan gigitan nyamuk ketika ber*patrap* (berdzikir), fenomena ini sangat kelihatan ketika berlangsungnya

patrap gerak, beberapa kali penulis menyaksikan dari latihan yang dilakukan mereka tidak merasakan sakit ketika kepala terbentur dinding atau lantai. Bahkan beberapa dari peserta yang senior melakukan *patrap* gerak di jalan yang beraspal, mereka membanting, berputar, terbentur dan anehnya mereka tidak merasakan sakit dan terluka.

Simpulan

Kajian-kajian psikologi yang lebih mendalam tentang transendensi masih sangat kurang. Luasnya lahan pengalaman transendensi dan sedikitnya orang yang mengalaminya menjadikan salah satu penyebab kajian-kajian transendensi bergerak lambat. Demikian pula kajian-kajian ilmiah isoterik keislaman juga jarang diulas bahkan kajiannya tidak mendapatkan tempat karena adanya fitnah bahwa hal tersebut berkaitan dengan khurafat dan takhayul serta tidak ilmiah. Anggapan ini sangat menghambat perkembangan psikologi islam dan membentuk suasana yang kurang sehat dalam kajian keilmuan.

DAFTAR RUJUKAN

- Adi, A.W. (2002). Psikologi Transpersonal: Kasus Shalat. *Indigenous Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6, 14 - 20
- Anward, H.H.(2002) Dzikrullah: Suatu Transcendental Being dan Terapi. *Indigeneous Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6, 110 -121

- Crapps, R. W. (1993). *Dialog Psikologi dan Agama (terjemahan)*. Kanisius : Yogyakarta
- Effendi, I. (2001). *Kesadaran Jiwa*. Jakarta : Gramedia
- Haryanto, S. (2001). *Psikologi Sholat*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Kartoatmodjo, S. (1995). *Parapsikologi (parapsikologi, parergi dan data paranormal)*. Jakarta : Pustaka Sinar Harapan
- Sangkan, A. (2002). *Berguru kepada Allah*. Jakarta: Yayasan Bukit Thursina
- Subandi, (2002). *Psikoterapi (kumpulan artikel)*. Yogyakarta : Unit Publikasi Faklutas Psikologi UGM.
- Tart, C.T. (1975). Science, States of Consciousness, and Spiritual Experiences: the Need for State-Specific Sciences. in Tart, C.T. (ed), *Transpersonal Psychologies*, 11-58. New York: Harper & Row Publisher.
- Zohar, D. & Marshal, I. (2000). *SQ (memanfaatkan kecerdasan spiritual dalam berpikir integralistik dan holistik untuk memaknai kehidupan) terjemahan*. Bandung : Mizan