

# **HASTA BRATA PART 5**

## **REGENERASI KEPEMIMPINAN**

**HIDUP INI MILIK SIAPA ?  
YANG MEMBUNUH UNTUK MEMILIKI ATAU YANG  
MERAJAT DAN MENJAGANYA**

---

“MUSIM SEMI TAHUN INI BERBEDA DENGAN TAHUN LALU  
DAN TAHUN DEPAN”



## **YANG MEMBERI DAN MEMELIHARA KEHIDUPAN, ATAU YANG MEMBUNUH UNTUK MEMILIKI**

---

**Seorang anak sedang jalan di kebun dan tiba-tiba mendengar burung menjerit di udara lalu jatuh tersungkur kena panah.**

**Ia menghampiri dan berusaha menolongnya, lalu dibawa pulang ke rumah, dicabut, panahnya, lukanya diobati, dibebat dengan kain. Dia diberi minum dan dielus supaya tenang kembali.**

**Tiba-tiba sepupunya datang dengan busur di tangannya lalu minta**

**burung itu diserahkan kepadanya karena dialah yang memanahnya. Terjadi perdebatan keras mengenai siapa pemiliknya.**

**Akhirnya dibawa ke sidang orang bijak dan diputuskan hidup adalah milik yang memelihara, bukan membunuh untuk memiliki**

## **MEMANAH PIKIRAN MENGHASILKAN PEMIMPIN YANG MENGHIDUPI**

---

**Sang Guru sedang duduk meditasi di bawah pohon yang rindang. Tiba-tiba jatuh seekor burung kena panah. Dia cabut panah itu, diberi serbuk obat lalu dilepas terbang kembali.**

**Seorang pemuda datang dan menyesal mengapa dilepas karena dialah yang memanahnya dan merasa sebagai pemiliknya.**

**Sang Guru bertanya, kerjaanmu apa ? Berburu adalah mata pencahariannya, sehari membunuh 2 atau 3 hewan dan kalau beruntung mendapat yang lagi hamil karena janinnya bisa dijual dengan harga lebih mahal sebagai obat kuat.**

**Guru mengakui bahwa dia juga pemburu dan yang dipanah adalah pikiran manusia. Kalau berhasil dia akan menjadi pemimpin yang bisa memberikan kehidupan bagi seluruh masyarakat. Kalau kamu tertarik, sila ikut saya nanti saya ajari bagaimana caranya.**

**Pemuda itu tertarik dan dengan tekun memahami ajaran dan contoh sehingga suatu hari bisa menjadi seorang pemimpin yang berhasil.**

## **BERKORBAN DEMI KESELAMATAN SEMUA MAHLUK HIDUP**

---

Seorang bijak sedang berjalan di pinggir hutan dan melihat elang menyambar induk ayam yang sedang bersama anak-anaknya mengais makanan.

Ia berteriak, "Lepaskan dia, kasihan anak-anaknya. Elang itu menjawab, ' di sarang saya menunggu 3 anak saya yang minta diberi makan, supaya tidak mati'. Semuanya benar menurut versi masing-masing.

Orang bijak itu tidak mempunyai pilihan lain, 'Sila ambil daging saya !'. Elang itu mengikuti dan mematuk lalu dibawa ke sarang dan tak lama kemudian kembali dan minta lagi karena tidak cukup. Diberi lagi dan setelah itu kembali lagi karena anak yang ketiga belum kenyang.

Yang aneh adalah setiap kali daging orang bijak luka dan berkurang karena dipatuk, tiba-tiba tumbuh kembali lagi.

"Seperti lautan, tidak pernah meluber meski hujan membanjiri terus menerus –Tak pernah kering meski disedot terus menerus"



# BURUNG PIPIT DAN HUTAN TERBAKAR

- ▶ **Alkisah hidup sepasang burung pipit dengan Bahagia di sebuah pohon rindang di samping sebuah danau.**
- ▶ **Entah mengapa hutan itu tiba-tiba terbakar akibat pemanasan global.**
- ▶ **Burung itu sedih melihatnya, lalu mengambil sikap menceburkan dirinya e dalam danau membasahi bulunya lalu terbang ke kobaran api sambil mengibaskan tubuhnya untuk ikut memadamkan.**
- ▶ **Setelah itu kembali lagi ke danau dan melakukan hal yang sama bolak – balik sampai kehabisan tenaga dan jatuh ke dalam api.**

**Titik Stagnan (12) YANG di atas – YIN di bawah**  
**Titik Damai (11) YIN di atas – YANG di bawah**  
**Titik Balik (24) YIN diatas – YANG muda di bawah**

	☰	☱	☲	☴	☵	☶	☷	☸
☰	01	34	5	26	11	9	14	43
☱	25	51	3	27	24	42	21	17
☲	6	40	29	4	7	59	64	47
☴	33	62	39	52	15	53	56	31
☵	12	16	8	23	2	20	35	45
☶	44	32	48	18	46	57	50	28
☷	13	55	63	22	36	37	30	49
☸	10	54	60	41	19	61	38	58

# **REGENERASI YANG MENGALIR**

## **Seperti Gelombang Sungai Tiang Kang (Yang Tze)**

**Yang datang belakangan, memukul yang di depan, sehingga akan pecah buyar ketika sampai di pantai. Karena rasa cemas maka yang duluan akan berusaha mati-matian bertahan selama mungkin sehingga terjadi pergolakan di masyarakat. Terjadilah PPS Post Power Syndrome.**

**Pemimpin yang memahami The Tao of Leadership justru menggunakan dorongan yang muda untuk menghilang di kegelapan rimba**

## **Fenomena siklus tanaman**

**“tumbuh – masak – lapuk – gugur seolah berhenti tumbuh dan tiba2 bersemi kembali karena ada gerakan perlahan yang muncul**

**secara spontan, tidak menggunakan kekuatan. Karena sesuai dengan masanya maka peralihan dari yang tua ke yang muda menjadi smooth tanpa gejolak : yang tua pergi dan yang muda muncul. Terjadilah damai sehingga dengan demikian maka alam semesta menjadi abadi.**

**PEMIMPIN YANG ADA DI ATAS KINI  
BLUSUKAN KE BAWAH MELAYANI RAKYAT  
SEHINGGA TERJADI DAMAI**

## BLUSUKAN

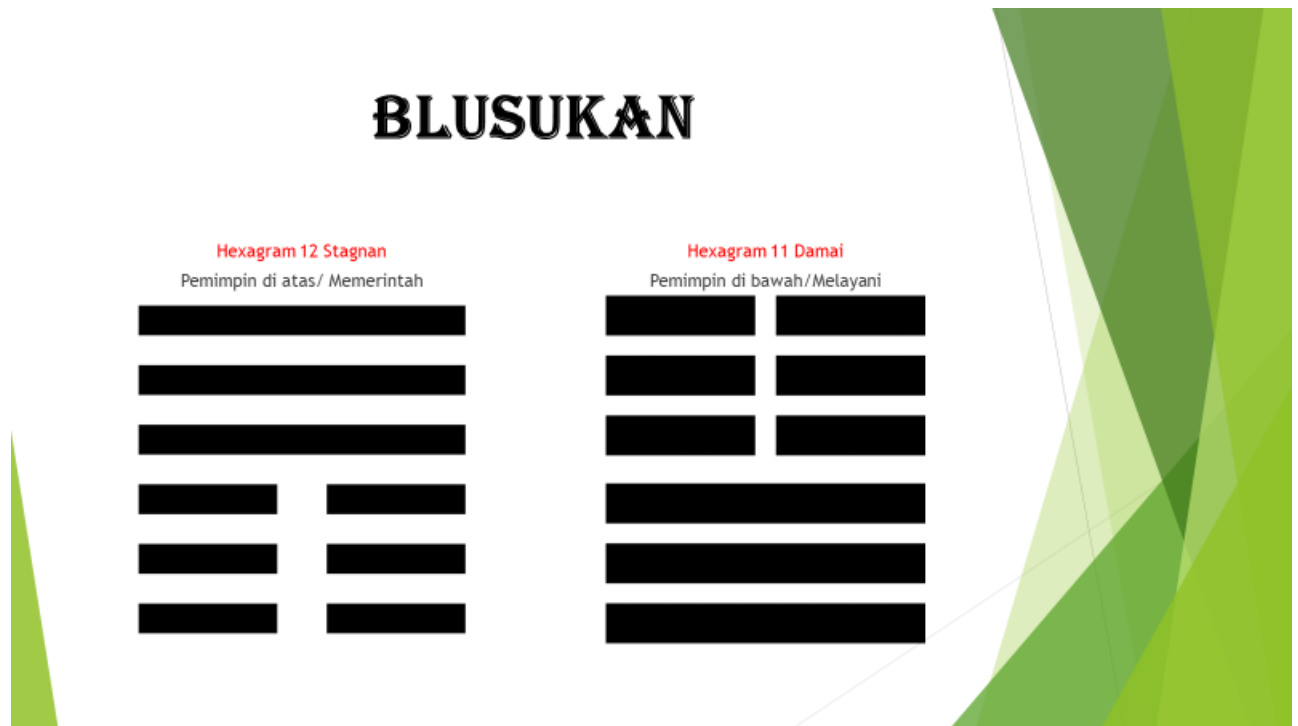
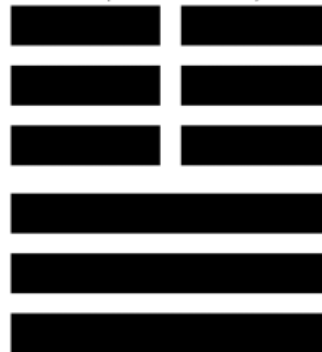
Hexagram 12 Stagnan

Pemimpin di atas/ Memerintah



Hexagram 11 Damai

Pemimpin di bawah/Melayani



**TITIK BALIK (FU) No. 24**  
**KEMBALI MUSIM SEMI – TAI CHI**  
**KALAU ADA YANG BISA MENAHAN MUSIM SEMI,**  
**BERILAH GAJI BERAPAPUN YANG DIMINTA**

- ▶ **YIN DI ATAS – YANG MUDA DI BAWAH**
- ▶ **MUSIM SEMI SETELAH MATANG DI MUSIM PANAS. LAPUK DI MUSIM GUGUR DAN SEOLAH BERHENTI TUMBUH DI MUSIM DINGIN**
- ▶ **TIBA-TIBA MUSIM SEMI DATANG KEMBALI- CAHAYA CEMERLANG YANG SELAMA INI DITEKAN MUNCUL KEMBALI**
- ▶ **ADA GERAKAN SPONTAN PERLAHAN, DAN TIDAK MENGGUNAKAN KEKERASAN.**
- ▶ **KARENA SESUAI DENGAN KEA  
CEDERA. YANG LAMA DITINGG  
DIPERKENALKAN.**



**MENIMBULKAN  
i BARU**

**KEMBALINYA MUSIM SEMI**  
**DIRAYAKAN 12 SHIO MEWAKILI JUGA VIRUS**  
**Terdiri 5 Siklus @ 12 tahun : kayu-logam-api-air-tanah**



# **MELATIH AYAM ADUAN – MELATIH PEMIMPIN**

**Sang Raja gemar adu ayam dan minta ayam jagonya dilatih oleh seorang pelatih tersohor dan dijanjikan siap bertanding dalam sebulan. Setelah sebulan dia datang dan bertanya, “Apakah sudah siap?”. “Belum Yang Mulia, masih berangasan. Kalau melihat ayam lewat, dia melompat-lompat mau menyerang!”**

**“Bukankah dia sudah siap tempur?” “Sama sekali belum, coba tunggu satu minggu lagi!” Seminggu kemudian raja datang, tapi dijawab, “Belum, meski sudah lebih tenang tapi kalau mendengar ayam berkook di kejauhan, kepalanya masih jelalatan ke arah datangnya suara. Coba seminggu lagi!” Ketika raja datang kembali dan bertanya hal yang sama, dijawab, “Belum, bulunya masih terangkat bila melihat ayam lain lewat. Tunggulah seminggu lagi!”**

**Merasa penasaran, raja datang kembali tepat pada waktunya ingin melihat ayamnya seperti apa? Dia heran karena kok seperti ayam kayu**



**dan tidak percaya bagaimana bisa dikatakan siap tanding. Lalu pelatih itu mengajak raja untuk membuktikan. Dan ketika dilepas, semua ayam yang lain lari terbirit-birit!**

**Lalu raja bertanya, “Bagaimana semua itu bisa terjadi?” “Ketika masih berangasan, menunjukkan belum punya rasa percaya diri. Ketika mulai tumbuh, menjadi semakin tenang sampai akhirnya menjadi ayam yang damai, namun bisa mengalahkan lawan-lawannya tanpa harus bertarung”. Sang raja terperanjat. “Kalau ayam saja bisa menjadi makhluk ciptaan yang damai dan matang, bagaimana dengan manusia?” Ternyata pelatih ayam itu bukan orang sembarangan. Ia adalah Taoist master dan mulai membuka rahasianya.**

**Manusia harus bisa hidup damai dengan dirinya sendiri. C.G Jung (1935) mengatakan di dalam jiwa ada badan – di dalam badan ada jiwa. Berbeda dengan Rene Descartes (1596-1650) yang mengatakan, di dalam materi sama sekali tidak ada spirit – di dalam spirit sama**

**sekali tidak ada materi. Kedudukan spirit lebih tinggi dan diberi tugas mengontrol materi.**

**Manusia yang terus gelisah dengan dirinya, bagaimana bisa damai dengan Penciptanya, seperti dikatakan dalam The Great Way ?**

### **SETIAP BANGUN PAGI TERSENYUM (Thich Nhat Hahn)**

- ▶ **Di depan saya ada 24 jan yang sana sekali baru;**
- ▶ **Saya berjanji akan mengisi dengan sepenuh hati.**
- ▶ **Dan melihat semua mahluk hidup,**
- ▶ **Dengan mata welas asih.**
- ▶ **Sehingga hidup saya bisa bermanfaat bagi sesame dan sekuruh alam semesta.**

**Meditasi - Cara mencegah pikiran tetap jernih.**

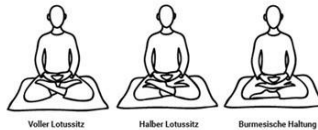
# PERLU DIBANTU RILAKSASI

---

## Medication in Meditation

"To the mind that is still,  
the whole Universe surrender"

---



## DAMPAK STRESS PADA HASIL LAB TEST BERBEDA DALAM KONDISI NORMAL

---

Peranan Mindfulness menjadi semakin penting dalam Kesehatan.

**Meditasi duduk dan sambil berjalan merupakan bagian dari Medication**

Konsep Kesehatan dunia medis bergeser mengarah pada CHI.

Tai Chi mempunyai efek mencakup 8 parameter (Pat Kwa)

Farmasi menggunakan prinsip 1 zat aktif hanya untuk satu gejala.

Ilmu food therapy semakin diperlukan.

Makan pagi seperti pangeran – siang seperti raja – malam seperti Pengemis

Tidur cukup dan Latihan sesuai dengan bio-rhythm

---