

**BAB III**  
**DASAR PEMIKIRAN FILOSOFIS KLASIK CINA**  
**DALAM TAIJI QUAN 太极拳**

Jika membicarakan mengenai *Yin* 阴 dan *Yang* 阳, tentu saja berhubungan dengan filsafat *Qi* 气, filsafat *Taiji* 太极, *Wu Xing* 五行, serta konsep *Dao* 道. Oleh karena adanya hubungan antara mereka, maka dalam Bab III ini, penulis juga akan menguraikan mengenai filsafat *Qi* 气, filsafat *Taiji* 太极 dan *Wu Xing* 五行, serta konsep *Dao* 道.

### 3.1 Konsep *Qi* 气

Dalam kamus bahasa Cina, karakter *Qi* 气 dapat diartikan sebagai udara, atmosfer, gas, roh, semangat, amarah, dll. Mendefinisikan karakter *Qi* 气 tidaklah semudah mencari arti harfiah dari karakter *Qi* 气 itu sendiri. Dibalik karakternya, *Qi* 气 memiliki makna filsafat yang dapat ditelusuri mendalam.

Masyarakat Cina percaya bahwa dengan pembagian dari *Yin* 阴 dan *Yang* 阳, energi *Yin* 阴 mengalir keatas/ naik untuk membentuk surga dan energi *Yang* 阳 mengalir kebawah/ turun untuk membentuk dunia. Dari interaksi yang dinamis antara *Yin* 阴 dan *Yang* 阳, maka *Qi* 气 mengalir.

Ketika *Qi* 气 mengalir dengan bebas, segalanya berjalan dengan semestinya. Ketika *Qi* 气 dibatasi, maka masalah akan muncul. Masyarakat Cina telah mengembangkan konsep untuk membantu perkembangan aliran *Qi* 气 kedalam segala bagian penting kehidupan. Untuk tenaga kehidupan dan umur yang panjang melalui *Qigong* 气功 dan ilmu kimia dalam. Untuk kesehatan melalui obat-obatan Timur. Untuk kenyamanan, kemakmuran kehidupan melalui *Feng Shui* 风水. Untuk pertahanan diri dan pengembangan yang lebih tinggi

melalui seni berperang/bela diri (*Martial Art*) salah satunya melalui *Taiji Quan* 太极拳.<sup>27</sup>

Konsep *Qi* 气 merupakan konsep kuno dan melampaui waktu dan tempat. Kata *Qi* 气 sesuai dengan bahasa Yunani yaitu *Pneuma*, dan bahasa sansekerta yang berasal dari India yaitu *Prana*, yang dapat diartikan sebagai nafas, yang berhubungan dengan pernafasan, angin, dan energi kehidupan, roh, arwah. Segala sesuatu yang ada di alam semesta, pasif dan aktif merupakan bagian yang luas dari *Qi* 气. Segala sesuatu adalah *Qi* 气, baik zat padat ataupun tenaga/ energi/ kekuatan. Para *Daois* tidak membuat perbedaan yang jelas antara zat dan tenaga atau antara material dan spiritual, dan hal ini direfleksikan dalam bagaimana *Qi* 气 didefinisikan. Ahli ilmu fisika modern mengemukakan energi dalam bentuk tingkatan, karena pada tingkat molekul semua zat di alam semesta ini terdiri dari partikel subatom: positif, negatif, dan energi netral saling berinteraksi.<sup>28</sup>

Filsuf Barat telah memperdebatkan gagasan mengenai materialisme dengan spiritualisme, pemisahan antara pikiran dan tubuh itu telah meresap kedalam pemikiran Barat. Beberapa ahli fisika modern telah mencoba untuk memecahkan dualisme ini dengan cara mengurangi aspek spiritual ke dalam tingkatan material. Teori material, yaitu pikiran hanyalah gejala/ perwujudan, suatu refleksi dari struktur otak. Jika kita memahami semua bagian otak, maka kita akan mengerti pikiran. Tetapi pada awal abad ke-20 filsuf berkebangsan Perancis, *Henri Bergson* memahami material dan spiritual sebagai kesatuan yang saling menjalin dengan baik, yang mirip seperti konsep *Dao* 道. Dia menyebut kekuatan nonmaterial kehidupan sebagai proses dari adanya kehidupan. Tenaga kehidupan ini tidak statis atau material.<sup>29</sup>

*Qi* 气 memanifestasikan dirinya sendiri dalam banyak jalan di dalam dunia yang ditunjukkan dari bagaimana nonmaterial dan material sebenarnya adalah dua bagian dari koin yang sama dan mereka adalah satu. *Qi* 气 adalah nonmaterial,

<sup>27</sup> Simpkins, Alexander & Annelen, *Tao in Ten*, (Massachusetts: Tuttle Publishing, 2002), hal. 49-50.

<sup>28</sup> *Ibid.* hal. 50.

<sup>29</sup> *Ibid.*

suatu energi seperti listrik yang tidak dapat dilihat dibawah mikroskop, tanpanya, benda material tidak akan menjadi seperti apa adanya. *Qi* 气 memanasikan seluruh dunia material, memberikan benda hidup kekuatan untuk hidup dan roh yang membuat mereka hidup. *Qi* 气 membuka pandangan bahwa segala sesuatu dan setiap manusia adalah bagian dari kesatuan dari keseluruhan.<sup>30</sup>

*Qi* 气 merupakan daya hidup/ energi dari keseluruhan alam semesta atau kehampaan, kekuatan dalam ketika *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 mengalir. Kesehatan kita dan keberadaan kita tergantung pada bagaimana *Qi* 气 mengalir melewati tubuh kita. Kekuatan *Yang* 阳 mengalir memiliki sifat hangat dan aktif. kekuatan *Yin* 阴 bersifat dingin dan menerima.

### 3.2 Konsep *Taiji* 太极

*Taiji* 太极 terbentuk dari dua karakter Cina, yaitu *Tai* (太) yang berarti “luas” dan *Ji* 极 yang berarti “yang paling hebat atau titik puncak.” Singkatnya, *Taiji* merujuk pada “titik paling hebat” dari alam semesta, yang dimanapun dan kapanpun secara khusus, selalu konstan dan hidup pada setiap benda. *Taiji* 太极 adalah kesatuan dan keseimbangan yang dinamis antara dua kekuatan, yaitu *Yin* 阴 dan *Yang* 阳, melalui pengaruh kosmos lalu memunculkan sesuatu. Kekuatan diseimbangkan secara sempurna dalam *Taiji* 太极, tempat dimana *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 melebur menjadi satu, tetapi saat mereka mulai membedakan diri mereka sendiri, mereka bergerak terus-menerus proses dari evolusi, menuju timbulnya semua perwujudan. Dalam ruang yang menyatu, atas terpisah dari bawah, atas dibedakan dari bawah, kekuatan sentrifugal dan sentripetal mulai menarik dan mendorong, selalu mencari keseimbangan.<sup>31</sup>

Menurut filosofi *Taiji* 太极, alam semesta ini pada awalnya tidak ada apapun melainkan tidak berbentuk, kekosongan/kehampaan yang tidak ada batasnya. Filsuf Cina menyebut hal ini sebagai *Wuji* 无稽 yang berarti “tanpa batas”. Dalam kekosongan tanpa batas, polarisasi terjadi dan terisi oleh energi mula-mula secara spontan memisahkan diri mereka.

<sup>30</sup> *Ibid.* hal. 51.

<sup>31</sup> Kuo, Simone, *Op. cit.*, hal. 28.

Hal ini seperti yang dikatakan dalam *Daodejing* 道德经 pada bab 40<sup>32</sup>:

反者道之动，弱者道之用。天下万物生于有，有生于无。

*“The movement of the Way is: to reserve. The method of the Way is: to be weak. Heaven and earth and the ten thousand things are born out of being; being is born out of Non-Being.”*<sup>33</sup>

“Berbalik: itulah gerakannya Jalan;  
Lemah: itulah gunanya Jalan.  
Langit dan Bumi (seluruh dunia) serta segala benda berasal dari Ada; Ada berasal dari Tiada.”<sup>34</sup>

Setiap apapun yang ada di alam ini menjadi bagian dari dan terjalin oleh dua kekuatan dari energi. Segala sesuatu mengandung *Yin* 阴 dan *Yang* 阳, dimana mereka terkandung dalam segala sesuatu. *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 merepresentasikan dan mengekspresikan sifat berlawanan dari kehidupan alami yang harmoni.

*Wuji* 无稽 adalah kehampaan, dan *Taiji* 太极 adalah saat ketika gerakan membiarkan pembagian dari *Yin* 阴 dan *Yang* 阳. Sebagai contoh, seseorang memasuki ruangan kosong, dinamakan *Wuji* 无稽. Semakin cepat seseorang memasuki dan membawa gerakan, ia memulai *Taiji* 太极. *Taiji* 太极 kemudian menjadi titik sumber *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 muncul. *Wuji* 无稽 telah ada sebelum terjadi sesuatu. Tujuannya adalah untuk menciptakan gerakan yang lahir dari *Wuji* 无稽.

Setiap benda walaupun sekecil apapun, bertumbuh satu tingkat setiap saat dalam proses dari perubahan yang tetap. Tubuh kita, menjadi bagian yang penting dalam kehidupan, mengandung dan mengekspresikan *Yin* 阴 dan *Yang* 阳. Ini merupakan sifat berlawanan yang saling melengkapi yang terbagi pada *Taiji* 太极 dan kemudian mengatur diri mereka sendiri menjadi kesatuan dalam segala bentuk kehidupan. Semua kejadian/ fenomena, termasuk segala sesuatu yang terjadi dalam tubuh, mengandung interaksi dari dua kekuatan energi ini.

<sup>32</sup>老子著; 苏南注评 (责任编辑: 周 骋) *道德经 / 春秋*, (一南京: 江苏古籍出版社, 2001), hal. 111.

<sup>33</sup> Duyvendak, J.J.L., *Tao Te Ching: The Book of the Way and Its Virtue, translation from the Chinese and Annotated* (London: John Murray Publishers Ltd., 1954), hal. 96.

<sup>34</sup> Tjan, Tjoe Som. *Tao-Te-Jing* (Jakarta: Bhratara: 1962), hal. 78.

Menurut Bagus Takwin (2001) dalam bukunya “Filsafat Timur”, keterangan mengenai terbentuknya alam semesta menurut pemikiran Cina terdapat dalam *Yijing* 易经. Kitab ini menjadi rujukan untuk memahami konsep kosmologi (ilmu mengenai alam semesta; asal usul, proses terciptanya, dan perkembangan alam). Di dalamnya juga terdapat penjelasan mengenai *Dao* 道 dan kaitannya dengan hukum alam.

Penafsiran dari kitab *Yijing* 易经, menjelaskan “bahwa pada mulanya terdapat kehampaan, belum ada dunia, belum ada planet, dapat diartikan sebagai suatu keadaan kosong. Ada yang mengatakan masa ini sebagai ‘dunia pikiran’. Keberadaan langit pada masa ini hanyalah dapat dibayangkan, dipikirkan atau diimpikan” (*Fu Shi* dalam *Sterling*, 1995). Dalam dunia pikiran tak ada apapun yang bersifat material, semuanya immaterial. Kehampaan kemudian disusul oleh kekacauan atau chaos. Pada saat itu munculah ketidakteraturan. Kehampaan berganti menjadi ketidakteraturan dengan tingkat energi yang tinggi. Banyak yang menafsirkan perubahan dari kehampaan menjadi kekacauan ini sebagai peristiwa letusan besar alam semesta.

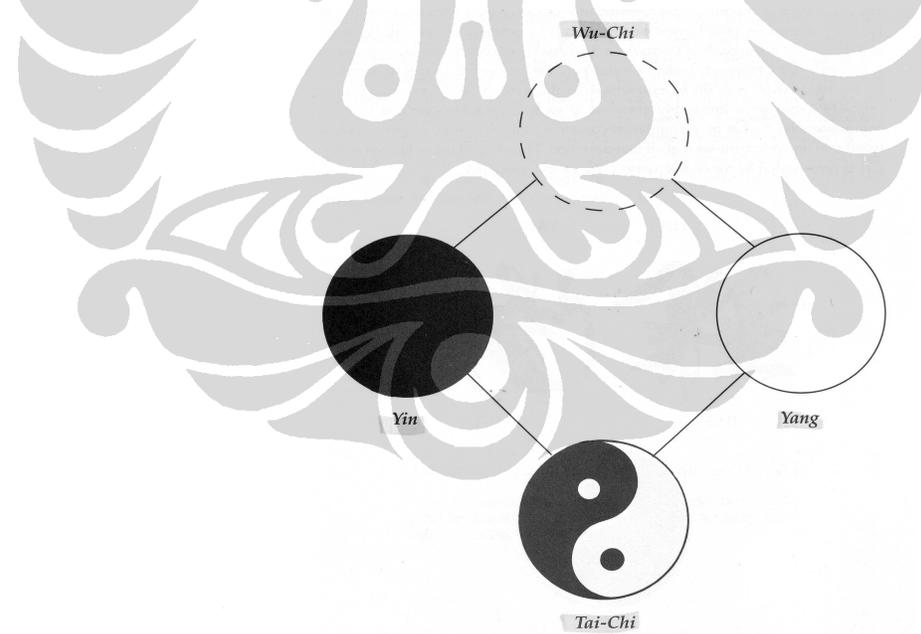
Setelah terjadi kekacauan, muncullah gas, disusul energi, serta materi-materi. Gas dan materi ini masih dalam bentuk yang tidak teratur, bergerak secara acak, bertabrakan, dan masih belum memiliki bentuk yang jelas. Alam semesta disini masih dalam bentuk yang tidak jelas dengan gerakan yang tidak teratur. Sampai suatu saat muncullah keteraturan atau hukum alam atau azas alam. Hukum ini mengatur materi-materi yang tersebar di alam, hingga saat alam semesta menampilkan bentuknya mendekati seperti yang ada sekarang. Perubahan terjadi untuk menyempurnakan alam pembentukan. Benda-benda alam (galaksi, tata surya, dan gugusan planet) yang telah terbentuk dan teratur, kemudian mulai berfungsi sesuai dengan hukum-hukum alam seperti yang dapat dilihat sekarang.

Fungsi alam semesta mencapai kesempurnaan setelah munculnya *Taiji* 太极. *Taiji* 太极 merupakan perpaduan *Yin* 阴 dan *Yang* 阳. Perpaduan *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 inilah yang membuat alam semesta berjalan seimbang dan harmonis. Adanya *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 inilah yang membuat alam semesta menjadi harmonis dan berfungsi dengan baik. Sifat *Yin* 阴 berlawanan dengan sifat *Yang* 阳. Namun,

perpaduannya merupakan suatu keharusan untuk alam ini agar berfungsi dengan harmonis. Perpaduannya merupakan syarat berlangsungnya dunia dan isinya.

*Taiji* 太极 ada dimana saja di alam ini, baik pada makhluk hidup maupun makhluk mati. Dari *Taiji* 太极 muncullah lima unsur alam pembentuk dunia dan isinya. Kelima unsur alam itu adalah api, air, tanah, logam, kayu. Alam semesta diatur oleh lima unsur ini, juga hidup manusia dan hidup makhluk lainnya. Dari lima unsur tersebut timbul segala benda, juga manusia. Dalam diri manusia dan makhluk lainnya terkandung kelima unsur itu. Perbedaan konsentrasi dan derajat kelima unsur itu menyebabkan adanya perbedaan pada benda-benda. Derajat dan konsentrasi lima unsur itu pada manusia berbeda dengan yang ada pada hewan atau benda-benda lain.

Dengan adanya *Taiji* 太极 yang mengandung *Yin* 阴 dan *Yang* 阳, alam semesta ini dapat mengatur dirinya. Cara kerja alam semesta selalu mengutamakan harmoni. Jika ada kekacauan, maka penyebabnya adalah manusia, karena pada alam semesta terkandung kebaikan dan harmoni.



Sumber gambar: Kuo, Simone. *Yin-Yang in Tai-Chi Chuan and Daily Life*. (California: North Atlantic Books: 2004), hal. 27.

Gambar di atas menjelaskan bahwa kekuatan *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 muncul untuk bersatu dalam *Taiji* 太极, tingkat dari keseimbangan yang terjadi dengan isi dari alam yang membentuk aliran energi. Dengan memahami *Taiji*, manusia diharapkan dapat memperbaiki keseimbangan didalam kehidupan sehari-hari jadi manusia tidak memiliki kelebihan *Yin* 阴 atau *Yang* 阳.

*Taiji* 太极 menyimbolkan seluruh dari semua hal memiliki peranan. Keseluruhan bentuk mewakili *Taiji* 太极 dan dua bagian terbagi, dibentuk oleh garis melengkung, melambangkan apa yang dinamakan *Yin* 阴 dan *Yang* 阳, dimana keduanya saling menghormati, misteri ini ditunjukkan oleh sebuah garis lintang yang sejajar. Hal ini menjadi khayalan yang luar biasa dari mitologi Yunani, yang menganggap pencampuran antara prinsip maskulin dan feminin dalam perkembangan kehidupan dunia.

Dalam *The Great Appendix III, section I, chapter II* no. 10 terdapat pernyataan:

*“The Strong and the weak (lines) displace each other, and produce the change and transformations (in the figures).”*<sup>35</sup>

“Kuat dan lemah menggantikan satu sama lain, dan menghasilkan perubahan dan perubahan bentuk.”

Dalam *The Great Appendix III, section I, chapter V* no. 24 terdapat pernyataan:

*“The successive movement of the inactive and active operations constitutes what is called the course (of things).”*<sup>36</sup>

“Gerakan yang terus-menerus dari kegiatan pasif dan aktif merupakan apa yang dinamakan terciptanya segala benda”

Dalam *The Great Appendix III, section I, chapter V* no. 25 terdapat pernyataan:

*“That which ensues as the result (of their movement) is goodness; that which shows it in its completeness is the natures (of men and things).”*<sup>37</sup>

“Yang terjadi sebagai hasil dari pergerakan adalah kebaikan; yang ditunjukkannya dalam keseluruhannya adalah alam semesta”

<sup>35</sup> Legge, James. *I Ching; Book of Change, 4<sup>th</sup> ed.*, (New York: Bantam Books, Inc, 1964), hal. 350.

<sup>36</sup> *Ibid.*, hal. 355.

<sup>37</sup> *Ibid.*, hal. 356.

*Taiji* 太极 dan *Qi* 气 merupakan konsep unik dalam kosmologi Cina yang sering diterjemahkan dengan hakekat utama dan energi kehidupan. *Taiji* 太极 adalah asal-usul kehidupan yang muncul dari *Wuji* (ketiadaan). *Taiji* 太极 mengandung kekuatan *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 serta menjadi sumber dari *Qi* 气, energi kehidupan yang aktif namun tak terlihat. *Taiji* 太极 adalah sumber utama dari energi kehidupan dan melalui *Taiji* 太极 semua benda dan kehidupan dapat menjadi satu. *Qi* 气 tak berbentuk dan tak berdimensi. Melalui *Qi* 气, segala sesuatu di alam semesta mewujudkan dirinya dalam realitas yang terlihat maupun tak terlihat. Kerusakan fisik terjadi bersamaan dengan hilangnya *Qi* 气, kematian fisik merupakan wujud dari tiadanya *Qi* 气. Oleh karenanya manusia harus menjaga dan mengembangkan *Qi* 气 dalam tubuhnya agar dapat terus tumbuh dan berkembang. Keseimbangan alami yang berputar terus menerus.

*Taiji* 太极 membuka aliran *Qi* 气, jika *Qi* 气 mengalir secara tepat dalam tubuh seseorang akan menyebabkan tubuh, pikiran dan jiwa orang tersebut berada dalam keadaan seimbang dan kesehatannya terpelihara. Jika aliran *Qi* 气 tersumbat atau tidak seimbang akan mendapatkan penyakit.

Lao Zi 老子<sup>38</sup> menulis bahwa dalam hidupnya manusia akan selalu berhadapan dan mengalami tekanan-tekanan keadaan hidup yang akan mengakibatkan ketidakseimbangan dalam dirinya dan menyebabkan sakit. Dengan demikian manusia harus berlatih agar tubuhnya dan pikirannya bisa menjadi rileks seperti keadaan bayi didalam kandungan.

---

<sup>38</sup>Lao Zi 老子 dipercaya hidup pada 570-470 SM, ia merupakan ahli filsafat yang mengemukakan *Daoisme* 道教 atau 道家 kini. Riwayat hidupnya tidak ditemukan jelas dalam catatan historis, tetapi kewujudannya terbukti dalam catatan historis Cina yang dituliskan pada bagian ke-63 isi dari *Shiji*. *Shiji* merupakan kitab sejarah yang disusun pada abad pertama sebelum masehi. Menurut kitab *Shiji*, Lao Zi memiliki nama asli *Li Er* 李耳, *Li* dipercaya sebagai nama keluarganya. Lao Zi dilahirkan di Provinsi *Ku* 苦县, *Chuguo* 楚国. Ia merupakan kepala pustakawan pada zaman dinasti *Zhou* 周. Pada masa jabatannya, ia banyak mendapat manfaat dengan membaca kitab-kitab serta catatan-catatan historis, sehingga ia mencapai keluasan pikiran. Tjan Tjoe Som, *Tao-Te-Tjing*, (Jakarta: Bharatara, 1962), hal.7.

Filosofi tersebut mengatakan bahwa segala sesuatu berasal dari *Taiji* 太极. Seluruh proses tersebut tertulis didalam “*Yijing* 易经 (Kitab Perubahan)” yang ditulis pada masa dinasti *Zhou* 周 (1100–221 SM). “*Taiji* 太极 menyebabkan dua hal yang berlawanan. Dua hal tersebut menyebabkan terjadinya empat musim dan empat musim melahirkan delapan fenomena alam (ledakan surga, bumi, halilintar, angin, air, api, gunung dan danau)”. Delapan fenomena alam melahirkan segalanya. Dua hal yang berlawanan tersebut yaitu *Yin* 阴 (negatif) dan *Yang* 阳 (positif) masih tetap ada didalamnya dan mengendalikan semua sistim agar berjalan seimbang.

Simbol lingkaran yang mewakili kondisi *Taiji* 太极 dibagi menjadi *Yin* 阴 (hitam) dan *Yang* 阳 (putih) terbagi dua pengimbang polar dalam keseimbangan yang harmonis. Kedua lingkaran kecil di tengah (matanya), bercorak warna yang berlawanan, mejelaskan bahwa dalam *Yin* 阴 ada *Yang* 阳, dan sebaliknya. *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 terkandung di dalam diri mereka sendiri. Di bagian yang paling tengah, akar dari perubahan. Garis yang membaginya menunjukkan bahwa perubahan ini dinamis dan terus-menerus. Setiap bagian menyerag bagian lain dan menetapkan diri mereka sendiri ke dalam pusat dari lawannya.

Proses keseluruhan dari keberadaan muncul dari ketidakberadaan melalui peleburan dua hal yang berlawanan, diikuti oleh diferensiasi dan penambahan dari kompleksitas dari satu bentuk menjadi banyak bentuk, dapat diamati dalam studi mengenai kosmologi modern, evolusi spesies, konsep dan pengembangan dari individual, dan munculnya ide. Ini adalah penjelasan yang mendalam bagaimana asal mula *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 dan adanya asal mula kehidupan.<sup>39</sup>

### 3.3 *Yin* 阴 dan *Yang* 阳

#### 3.3.1 Legenda *Yin* 阴 dan *Yang* 阳

Ini adalah sebuah kisah yang tidak diketahui kapan pertama kali muncul dalam peradaban manusia. Kisah tentang dua orang bersahabat yang bernama *Yin* 阴 dan *Yang* 阳. Mereka berdua adalah orang yang berjiwa besar, dan penuh cinta

<sup>39</sup> Kuo, Simone. *Op.cit.*, hal. 30.

kasih. *Yin* 阴 mempunyai keyakinan yang berbeda dengan *Yang* 阳. Mereka secara teratur bertemu untuk mendiskusikan keyakinan mereka, dengan tujuan mencari sesuatu yang tak mereka ketahui namanya. Walaupun mereka saling menghormati dan mengajukan argumentasi, namun pada setiap akhir pertemuan, mereka tidak pernah merasa puas. Segala cara dan metode diskusi yang diketahui telah mereka gunakan tapi tetap tidak menghasilkan apa-apa.

Ketika nyaris frustrasi, mereka mulai kehilangan kendali diri, dalam hati masing-masing mulai muncul rasa "lebih benar". Akhirnya terdetus kata-kata *Yin* 阴: "Ah, seandainya engkau adalah aku, tentu akan bisa memahami apa yang ingin kusampaikan, dan diskusi ini akan dapat membawa kita lebih mengerti "sesuatu". *Yang* 阳 juga berkata: "Hei, aku juga berpikir begitu. Tapi bagaimana cara kita saling tukar diri kita?"

Karena memang mereka tidak dapat saling tukar diri, maka tak lama kemudian mereka menemukan pemecahan yang disetujui paling tepat. Diputuskan, *Yin* 阴 akan mempelajari keyakinan *Yang* 阳 dan *Yang* 阳 akan mempelajari keyakinan *Yin* 阴. Karena mereka memang menginginkan hasil terbaik dan terbenar, maka mereka berikrar akan mempelajari dengan sepenuh hati, berusaha memahami dengan hati terbuka, tidak mencari-cari titik kelemahan yang akan digunakan untuk menyerang lawannya.

Akhirnya, 40 tahun kemudian, *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 yang telah semakin tua, bertemu pada senja hari di tempat terakhir mereka bertemu. Mereka saling berpandangan, tak sepele kata pun yang terucapkan. Sinar mata mereka penuh kasih yang menghanyutkan sukma, senyum mereka begitu halus dan tulus. Mereka saling memeluk. Resonansi getaran jiwa mereka pada angin yang membelai, pada daun-daun yang berbisik, pada seluruh relung ruang di jagat raya ini: "Saudaraku, kau selalu dalam aku, dan aku dalam engkau." Sejak saat itu tak ada lagi diskusi, karena dalam pelukan itu mereka mengerti tanpa mengetahui dan mendapatkan tanpa mencari.<sup>40</sup>

<sup>40</sup> <http://www.bluefame.com/lofi/version/index.php/t7681.html> Diakses pada tanggal 14 November 2008 pukul 10.35 WIB

### 3.3.2 Asal Usul Karakter *Yin* 阴 dan *Yang* 阳

Dari sudut pandang ilmu bahasa, dalam karakter Cina kuno *Yin* ditulis “霧”, yang merupakan kombinasi dari campuran atau persenyawaan yang menyatu. Hal itu sesuai dengan pengertian satu karakter yang dijelaskan oleh kombinasi penting dua atau lebih tulisan dengan lambang tersebut. Karakter kuno tersebut ditandai “matahari tertutup awan”. Karakter *Yang* “易” juga merupakan kombinasi dari campuran atau persenyawaan yang menandakan “cahaya matahari menyinari bumi”. Pada kamus Cina tua *Shuowen Jiezi* 说文解字, sebuah kamus ilmu asal kata yang disusun oleh *Xu Shen* 许慎 pada masa dinasti *Han* 汉, dua karakter fonetik gambar “陰” dan “陽”, dengan satu elemen menunjukkan arti dan bunyi lain mengganti campuran penggabungan awal. Pada bagian kiri dari karakter baru untuk *Yin* adalah radikal “阝”, sebuah gambar/ piktograf “丨” yang menunjukkan dua gunung. Oleh karena itu, arti asli dari *Yin* 陰 adalah “lereng utara dari gunung” atau “tepi selatan dari sungai”, yang menerima sinar matahari langsung, ketika arti asli dari *Yang* 陽 adalah “lereng selatan dari gunung” atau “tepi utara dari sungai” yang berlawanan, bermandikan sinar matahari. Program penyederhanaan huruf *Han* 汉 dikenalkan pada 1950an oleh pemerintah republik rakyat Cina menciptakan dua karakter sederhana dan jelas untuk *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 yang digunakan saat ini. Komposisi dari karakter modern untuk *Yin* 阴 menjelaskan “lereng gunung bermandikan cahaya bulan” dan karakter *Yang* 阳 menjelaskan “lereng gunung bermandikan cahaya matahari”.<sup>41</sup>

### 3.3.3 Perkembangan konsep *Yin* 阴-*Yang* 阳

Chan, Wing Tsit (1963) dalam bukunya yang berjudul “*A Source Book of Chinese Philosophy*” menjelaskan bahwa, konsep dualitas *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 serta lima unsur sudah ada sejak zaman purba dan untuk mencari asal mula konsep itu, banyak terdapat ketidakjelasan mengenai sejarahnya. Sebagai contoh, tidak ada kepastian apakah istilah “*Yin* 阴” dan “*Yang* 阳” asli merujuk kepada

<sup>41</sup> Min Jiayin, *The Chalice and The Blade in Chinese Culture; Gender Relations and Sosial Models*, terj.Mao Guoxuan (Beijing: China Social Sciences Publishing House, 1995), hal. 21.

fenomena fisik. Tidak ada kepastian mengenai gambaran awal dan cara kerjanya. Kalaupun ada, *Zou Yan* 邹衍 (305-240 SM) sebagai pendiri sekolah *Yin* 阴-*Yang* 阳 mengemukakan konsep *Yin* 阴 dan *Yang* 阳, teori kosmologi yang mendasar. Akan tetapi karyanya hilang dan semua hal mengenainya dapat diketahui dari catatan singkat mengenai dirinya dan pemikirannya dalam *Shiji*<sup>42</sup> 史记 (catatan sejarah) oleh Sima Qian 司马迁<sup>43</sup>. Sebenarnya, jauh sebelum masa *Zou Yan* 邹衍, kedua konsep mengenai Yin dan Yang serta lima unsur telah diperkenalkan dan didiskusikan oleh berbagai filsuf. Konsep *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 diperkenalkan oleh *Zuozhuan* 左传, *Lao Zi* 老子, *Zhuang Zi* 庄子, dan *Xun Zi* 荀子.

Pada masa musim semi dan musim gugur *ChunQiu*/ 春秋 (722-481 SM) dan masa negara-negara berperang *Zhanguo*/ 战国 (403-222 SM) merupakan masa keemasan filsafat Cina. Dimana-mana terdapat kegiatan para filsuf/ ahli pikir yang masing-masing mengemukakan pendiriannya mengenai persoalan negara, persoalan kehidupan, yang masing-masing dari filsuf tersebut diikuti oleh berpuluh-puluh bahkan beratus-ratus murid. Dapat dikatakan bahwa pada masa tersebut seratus aliran bersuara bersama.<sup>44</sup> Para filsuf dari semua sekolah mendiskusikan *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 dalam pekerjaan mereka dan dapat dikatakan bahwa kesepakatan menghormati *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 tercapai. *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 digunakan untuk menjelaskan hubungan antara langit, bumi dan manusia, ini meninggikan *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 menjadi kategori dasar dari filsafat Cina dan

<sup>42</sup> *Shiji* 史记 (Catatan Sejarah) adalah sebuah catatan sejarah yang mencakup sejarah dari peradaban manusia sampai masa 90 SM, dibagi menjadi beberapa bagian dan bab: sejarah kerajaan yang didalamnya mencatat kegiatan-kegiatan dan pernyataan-pernyataan dari para raja/ penguasa, bangsawan yang disusun dalam bentuk rangkaian kronologis nama raja dari setiap negara bagian sebelum terbentuknya imperium Cina, dan para bangsawan dan petinggi dinasti *Han* 汉; risalah mengenai kebiasaan, astronomi, sistem ekonomi, catatan riwayat hidup tokoh terkemuka dan keluarga sebelum masa imperium; dan risalah riwayat hidup dari tokoh terkemuka dalam sejarah dinasti *Han* 汉. Hook, Brian, *The Cambridge Encyclopedia of China*, 2<sup>nd</sup> ed, (Cambridge: The Press Syndicate of The University of Cambridge, 1991), hal.155.

<sup>43</sup> Sima Qian 司马迁 adalah anak dari Sima Tan, dengannya bersama-sama bertanggung jawab untuk mengumpulkan *Shiji* 史记. Salah satu standart awal, sejarah dinasti/ pemerintahan, buku yang terdiri dari 130 bab ini disusun sebagai bentuk baru dari pencatatan sejarah, yang diambil sejak periode dinasti secara berturut-turut. Para pengumpulnya menggambarkan ulang dokumen dan arsip kuno milik negara, yang sebagian digabung dan dimasukkan komentar singkat untuk kejadian penting. Karir Sima Qian berakhir karena suatu sebab kemudian ia menjalani hukuman dikebiri. *Ibid.*

<sup>44</sup> *Ibid.*, hal. 17.

Kebudayaan. Dalam hal ini, teori yang paling mempengaruhi adalah *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 dan orang yang meninggikan teori ini menjadi kategori paling mendasar adalah Lao Zi 老子, Seperti yang dikatakan dalam *Daodejing* 道德经 bab 42<sup>45</sup>:

道生一，一生二，二生三，三生万物。万物负阴而抱阳，冲气以为和。人之所恶，唯孤，不穀，而王公以为称。故物或损之而益，或益之而损。人之所教，我亦教之。强梁者不得其死，吾将以为教父。

*“One Produce two; two produce three; three produced the ten thousand things. The ten thousand things turn away from the dark (Yin) and embrace the light (Yang); the vapours of the void blend them harmoniously. What people loathe is to be “orphaned”, “lonely”, “destitute”, and yet kings and dukes call themselves thus. For, things are sometimes increased by decrease, and decrease by increase. What others have taught I also teach; that men of violence will not reach their natural death, I shall be the father of that doctrine”.*<sup>46</sup>

“Jalan” melahirkan satu, satu melahirkan dua, dua melahirkan tiga, tiga melahirkan segala benda. Segala benda itu mendukung gelap (*Yin*) dan memeluk terang (*Yang*), yang setelah bercampurnya hawanya mencapai keselarasan. Apa yang dibenci manusia adalah: terpencil, kekurangan, tak cukup, tetapi kata-kata ini digunakan oleh raja dan pengeran sebagai sebutan diri. Maka itu: segala sesuatu bertambah dengan dikurangnya, berkurang dengan ditambahnya. Apa yang diajarkan orang lain kamipun mengajarkannya: siapa yang menggunakan kekerasan tak akan menemukan ajal yang baik; kami menganggapnya sebagai guru kami.”<sup>47</sup>

Segala sesuatu dalam alam semesta mengandung kekuatan yang berlawanan *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 saling berselisih. Hubungan yang normal terjadi antara, dan ukuran yang sandar untuk *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 adalah “Harmoni”.

Filsuf Daois yang lain Zhuang Zi 庄子<sup>48</sup> membagi sudut pandang yang sama dan menulis: “ketika *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 tidak berada dalam keadaan yang harmonis, dan dingin dan panas menjadi jalan yang cepat, segala benda akan menjadi rusak. (*Yufu*, Zhuang Zi 庄子).

<sup>45</sup>老子著；苏南注评(责任编辑：周骋). *Op. cit.*, hal. 117.

<sup>46</sup> Duyvendak, J.J.L. *Op. cit.*, hal. 99.

<sup>47</sup> Tjan Tjoe Som. *Op. cit.*, hal. 70.

<sup>48</sup> Zhuang Zi 庄子 adalah murid Lao Zi yang merupakan salah satu filsuf yang didewakan. Zhuang Zi hidup pada masa abad ke-4 dan ke-3 SM. Ia paling pintar diantara semua Daois, mempertahankan pendapat Lao Zi bahwa alam semesta dimulai dari tiada nama, tetapi menurutnya kemungkinan ada tiada nama lebih absolut daripada yang dikatakan oleh Lao Zi. Ia memiliki kebiasaan tidur di siang hari, dan pada malam hari dia menjelma menjadi seekor kupu-kupu. Werner, E.T.C. *Mitos dan Legenda China* terj. Johan Japardi. (Jakarta: PT. Ikrar Mandiriabadi, 2008), hal. 136.

Sekolah Maois menganggap aturan dari pergerakan dari *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 menjadi objektif, dan tidak berubah sekalipun oleh guru. (*Modi*<sup>49</sup>).

Filsuf legalis Guan Zi 管子<sup>50</sup> memelihara, “Prinsip *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 adalah prinsip yang tertinggi dari langit dan bumi”. Sekolah dari strategi militer juga menggunakan *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 ketika mereka mendiskusikan strategi kemungkinan dan berbagai posisi geografis.

Filsuf Konfusian Xun Zi 荀子<sup>51</sup> dalam periode akhirnya juga menyentuh *Yin* 阴 dan *Yang* 阳. Dia menuliskan bahwa “semua bintang berputar bersama, bintang dan bulan menerangi bergiliran, empat musim berlangsung bergantian, pencampuran kekuatan *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 menghasilkan segala benda, angin dan hujan memberi manfaat kepada segala benda, dan semua benda menjadi ada melalui perpaduan yang tepat dari semua kondisi yang alami dan tumbuh dari kekayaannya”. (*Tian Ji*, Xun Zi).<sup>52</sup>

Dalam bukunya Xun Zi 荀子, menjelaskan : “kesempatan ditunjukkan *Yin* 阴 dan *Yang* 阳, dingin dan panas, dan kesempatan dan usaha keras”. “Prinsip umum dari langit dan bumi adalah bahwa *Yang* 阳 ada di luar dan *Yin* 阴 ada di dalam”.

Pada masa dinasti Zhou Timur 东周 (771- 256 SM), Selama periode musim semi dan musim gugur, *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 sering kali digunakan dengan pengertian/arti yang luas dalam *Zuozhuan* (catatan/penjelasan Zuo Qiuming 左丘明<sup>53</sup> dalam sejarah musim semi dan gugur).

<sup>49</sup> Filsuf humanisme yang hidup pada abad ke-5 sampai abad ke-4 SM. Ia dikenal dengan nama *Mo Zi*. Ia mengemukakan gagasan mengenai penciptaan alam. *Ibid*.

<sup>50</sup> Guan Zi 管子 dikenal dengan nama Guan Yiwu atau Guan Zhong merupakan seorang menteri di negara bagian *Qi*. Hook, Brian, *Op. cit.*, hal. 148.

<sup>51</sup> Xun Zi 荀子, juga dikenal dengan nama Xun Qing atau Xun Kuang adalah seorang yang berasal dari *Zhao* sekarang di *Shanxi*, bagian utara Cina. Ketika Ia berumur 50 tahun, Ia berpergian ke *Qi*, tempat para pelajar berkumpul. Ia adalah yang paling terkenal diantara mereka. Ia pernah menjadi petugas untuk upacara persembahan anggur. pada akhirnya beberapa orang memfitnahnya kemudian Ia pergi ke *Chu* dan menjadi seorang hakim, tinggal disana dan tetap mengajar. Masa hidupnya masih didebatkan tetapi para pelajar memutuskan ia dikenal pada masa 6 dekade, sekitar 298 dan 238 SM. Chan, Wang-Tsit. *A Source Book in Chinese Philosophy*, (Princeton, New Jersey: Princeton University Press, 1963), hal. 116.

<sup>52</sup> Min Jiayin, *Op. cit.*, hal. 23-25.

<sup>53</sup> Zuo Qiuming 左丘明, seorang komentator kitab Konfusius. Werner, E.T.C, *Op. cit.*, hal. 60.

Yang Xuepeng (1993) menulis dalam *Yin 阴 and Yang 阳: Forces and Variables*, Catatan Zuo Zhuan yaitu pada tahun ke-16 dari Xi Gong 喜公 (644 SM), meteor jatuh ke tanah dari negara bagian Song 宋 dan burung laut terbang kebelakang/ berbalik arah melewati ibukota Song 宋. Xiang Gong 襄公 bertanya pada Shu Xing apakah ini adalah pertanda baik atau buruk. Shu Xing mengatakan kepada Xiang Gong 襄公 bahwa ini adalah pertanda baik, tetapi secara pribadi berkata kepada yang lain, “Raja mengucapkan pertanyaan dengan salah. Ini adalah fenomena *Yin 阴* dan *Yang 阳*, tidak menciptakan masa depan yang baik ataupun buruk”. Dari Kejadian ini *Yin 阴* dan *Yang 阳* telah menjadi persamaan untuk fenomena alam.

Pada tahun pertama dari Zhao Gong 昭公, saat membicarakan penyebab dari penyakit, dikatakan bahwa ada 6 kekuatan dalam alam, yaitu *Yin 阴*, *Yang 阳*, angin, hujan, gelap, terang, dan ini bisa menyebabkan penyakit jika ada kelebihan pada salah satu diantaranya. Dalam tubuh manusia, “kelebihan *Yin 阴* menyebabkan ‘keedinginan’ dan kelebihan *Yang 阳* menyebabkan ‘sakit panas’ ”. Disini, *Yin 阴* dan *Yang 阳* dipandang sebagai dua bentuk dari kekuatan tubuh, dilukiskan sebagai “dingin” dan “panas”.

Pada tahun ke-9 dari Ai Gong 哀公, Zhao Yang dari negara bagian Jin 晋 meramalkan untuk menetapkan apakah dia harus bertarung dalam perang. Ramalan membaca: “air mengalir ke api”. Shi Min menjelaskan ramalan ini berarti “bahwa *Yang 阳* akan ditundukkan, jadi anda bisa mengirim pasukan”. Api adalah *Yang 阳* dan air adalah *Yin 阴*, dan ketika api bertemu air, api akan ditundukkan. Oleh karena itu, Zhao Yang dapat mengirim pasukannya dan memenangkan perang.

Pada contoh lainnya, pada tahun ke-15 dari Xi Gong 僖公 ketika Qing Zheng menggambarkan kuda yang ketakutan pada malam saat peperangan, ia mengatakan kuda itu telah “dipengaruhi oleh *Yin 阴* dalam darah tubuhnya”. Pada tahun ke-7 dari Zhao Gong 昭公, ketika Zi Chan membicarakan “hantu dan roh”, ia berkata, “seseorang yang baru saja meninggal dinamakan arwah, dan arwah, merupakan bentuk dari kekuatan *Yang 阳*, oleh karena itu dinamakan roh”. Ini

menunjukkan lebih lanjut perluasan dari konsep, untuk itu orang-orang menghormati darah sebagai *Yin* 阴 dan roh sebagai *Yang* 阳.

Dalam dua karya sejarah ini, kita dapat melihat bahwa *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 telah mulai digunakan sebagai dua konsep berlawanan untuk menjelaskan berbagai macam fenomena alam dari hal itu dua konsep ini mulai memiliki arti tersembunyi dari kefilosofatan.

Menurut Zuo Zhuan, pada tahun ke-21 dari Zhao Gong 昭公, terjadi gerhana matahari. Seorang pegawai negeri senior bernama Zi Shen menjelaskan bahwa ketika gerhana matahari terjadi pada musim panas atau musim dingin, atau pada saat musim semi dan musim gugur saat siang dan malam sama panjang, maka tidak akan ada bencana, tetapi disaat lain, akan terjadi. Penyebab dari gerhana matahari diinterpretasikan sebagai ketidakmampuan dari *Yang* 阳 untuk menundukkan *Yin* 阴 dan sebagai hasilnya banjir biasa terjadi.

Pada tahun ke-28 dari Xiang Gong 襄公, musim dingin tidak biasanya hangat, dan tidak ada es selama musim itu. Zi Shen menjelaskan bahwa alasan terjadinya hal ini bahwa “kekuatan *Yin* 阴 tidak sanggup mencegah masuknya kekuatan *Yang* 阳”.

“Percakapan pada negara bagian Zhou 周” dalam *Guoyu* mengandung perjalanan berhubungan dengan bagaimana Zhou Taishi (aturan agung), Bo-Yang Fu, menjelaskan bahwa penyebab dari gempa bumi itu adalah “kekuatan *Yang* 阳 disembunyikan dan ditindas oleh kekuatan *Yin* 阴, oleh karena itu kekuatan *Yang* 阳 tidak bisa menghasilkan gerak normal, dan sebagai hasilnya terjadilah gempa bumi”.

“Percakapan pada negara bagian Yue 越” pada kutipan *Fan Li* seperti membicarakan ketika *Yang* 阳 berjalan ekstrim, itu akan berputar menjadi *Yin* 阴 dan ketika *Yin* 阴 berjalan ekstrim, itu akan berputar menjadi *Yang* 阳. Fenomena ini sejajar bahwa matahari terbit diikuti terbenamnya matahari, atau bulan purnama pasti terjadi diikuti oleh bulan sabit.<sup>54</sup>

---

<sup>54</sup> Min Jiayin, *Op. cit.*, hal. 21-23.

### 3.3.4 Sistem filsafat *Yin* 阴 dan *Yang* 阳

Singkatnya, setelah proses sejarah yang panjang, pada saat (periode negara-negara berperang) *Zhanguo* 战国 (475-221 SM), dua konsep dari *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 dikemukakan untuk mencakup dua hal yang berlawanan, tetapi saling melengkapi, kategori yang mendasar. Pertama, keduanya menunjukkan dua hal dengan alam yang berlawanan, seperti surga dan dunia, matahari dan bulan, air dan api, dll. Kedua, mereka juga menunjukkan kekuatan *Yin* 阴 dan *Yang* 阳, tetapi konsep “kekuatan *Qi* 气” merupakan usaha yang tidak terlihat dan pada yang tidak terlihat, aliran materi yang tidak teraba, tenaga dan informasi. Pada akhirnya yang terpenting, *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 merujuk pada kebiasaan yang berlawanan seperti panas dan dingin, kering dan basah, gerakan dan diam. Menurut kepustakaan terakhir menunjukkan variabel yang berlawanan dari *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 menunjukkan turunan langsung dari penggunaan dari konsep dialek dari pembagian dari satu menjadi dua. Sebagai contoh, *Zhang Yingyue*, seorang ahli pengobatan Cina pada dinasti Ming (1368-1644 M) mendefinisikan *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 sebagai “satu dibagi menjadi dua”. Sebagaimana sebuah konsep, konsep *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 memiliki fungsi simbolis, seperti 1 dan -1, atau 1 dan 0 dalam bahasa matematika modern.<sup>55</sup>

Dalam masa negara-negara berperang, selain dari para filsuf dari berbagai berbagai sekolah yang secara luas mengadopsi konsep *Yin* 阴 dan *Yang* 阳, para filsuf lain juga menetapkan sekolah-sekolah filsafat sendiri dengan memberikan peranan istimewa bagi kelompok *Yin* 阴 dan *Yang* 阳, seperti *Zou Yan* 邹衍, yang mendirikan sekolah *Yin* 阴-*Yang* 阳 dan sekolah lima unsur. Sayangnya, karyanya hilang dalam bencana dan peperangan yang menandakan akhir dinasti *Qin* dan awal dinasti *Han*.<sup>56</sup>

Sekolah konfusian klasik yang awal tidak menggunakan *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 sebagai konsep filsafatnya. *Yijing* 易经 disusun pada masa Dinasti *Shang* 商 (1122-222 SM) dan dinasti *Zhou* 周 (221-206 SM) yang menjadi dihormati

<sup>55</sup> *Ibid.*, hal, 25.

<sup>56</sup> *Ibid.*, hal, 26.

sebagai kitab konfusian yang paling penting dan buku bersifat ketuhanan yang paling diperlukan, secara khusus tidak mengandung konsep *Yin* 阴 ataupun *Yang* 阳 atau gagasan metafisika yang teratur. Simbol ramalan “\_” (garis yang tidak terputus) dan “--” (garis yang terputus).<sup>57</sup>

Dengan mengenalkan ke dalam *Yijing* 易经, konsep Daois mengenai *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 secara umum diterima oleh filsuf dari berbagai sekolah. Kaum konfusian menginterpretasikan *Yijing* 易经 dan berubah menjadi sistem filsafat yang lengkap dengan *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 sebagai kategori dasar. Karya itu belum selesai hingga jaman Dinasti *Han* (206-25 SM), ketika *Yijing* 易经 telah dinamakan kembali menjadi *Zhou Yi* 周易. Pada akhir dari teks telah diberi keterangan 10 artikel yang dinamakan “*The Appendices*” (“*Yi Zhuan*”) menjelaskan prinsip dari *Yin* 阴 dan *Yang* 阳. “*The Appendices*” menyatakan: “*Zhou Yi* 周易 adalah buku pemahaman yang luas dan jangkauan hebat, mencakup semuanya. Meliputi jalan dari surga, jalan dari manusia, jalan dari dunia. Itu mengambil (garis yang mewakili) ketiga kekuatan, dan melipatgandakan mereka menjadi enam. Keenam garis ini (Heksagram) kemudian menunjukkan jalan yang mudah/serhana dari tiga kekuatan.”<sup>58</sup>

Disisi lain *Appendix* berjudul “*Shuo Gua*” (diperlihatkan pada Hexagrams), ini dijelaskan dalam bagian terkenal: “Pada jaman kuno, ketika orang yang bijaksana menghasilkan *Zhou Yi* 周易, itu dengan bentuk (diagram) seharusnya berada pada kecocokan dengan prinsip yang alam mendasar (dari manusia dan benda), dan peraturan (untuk mereka) diberikan (oleh Surga). Sesuai pandangan ini, mereka menunjukkan (dalam Diagram) Jalan dari Surga, menandakan (garis) *Yin* 阴 dan *Yang* 阳; Jalan dari Langit, menandakan (mereka) kelemahan (atau kelembutan) dan kekuatan (atau keras); dan Jalan dari Manusia, menjadi kebaikan hati dan keadilan. Setiap (Trigram) mencakup tiga kekuatan; dan, ketika diulang, Trigram (dari tiga garis) membentuk Hexagram (dari enam garis). Perbedaan terbentuk dalam (posisi yang diberikan) menjadi garis *Yin* 阴

<sup>57</sup> *Ibid.*

<sup>58</sup> *Ibid.* hal. 28.

dan *Yang* 阳, yang bermacam-macam ditempati oleh bentuk yang kuat atau lemah, demikian melengkapi susunan (dari setiap Heksagram)”.<sup>59</sup>

Kedua Jalan ini secara jelas menggambarkan bagaimana garis besar penerjemahan dalam “*The Appendices*” membentuk *Yijing* 易经 menjadi sistem filsafat yang menjelaskan Jalan dari Surga, jalan dari langit dan jalan dari Manusia, penamaan, kesatuan dari alam dan masyarakat. mereka juga menjelaskan bahwa dalam sistem ini, kategori dasar lainnya, selain dari *Yin* 阴 dan *Yang* 阳, telah diperkenalkan, “yang lemah dan yang kuat” (*Rou* dan *Gang*). “*The Appendices*” menjelaskan hukum pemerintahan berubah dalam fenomena astronomi dan posisi resmi dengan memakai kedua kategori dari *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 dan *Rou-Gang*, juga seperti kategori dialektikal yang sama seperti pergerakan dan istirahat, kemajuan dan kemunduran, pergi dan datang, menutup dan membuka, dingin dan panas, lurus dan berbelok, tinggi dan rendah, keberuntungan dan kesialan, mendapatkan dan kehilangan, gangguan dan ketenangan, bangsawan dan golongan menengah, jauh dan dekat. Semua hukum alam ditunjukkan oleh perubahan dalam *Yin* 阴 *Yao* (garis putus-putus, berhubungan dengan kelemahan) dan *Yang* 阳 *Yao* (garis tidak terputus, berhubungan dengan kekuatan) yang membuat Hexagram, setiap mengandung enam garis dalam tiga pasangan, atas, tengah, bawah, dan menurut “*The Great appendix*” mewakili “pergerakan yang baik dari *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 (atau kegiatan pasif dan aktif) yang terdapat Jalan (dari sesuatu), *Dao* 道”. Selain itu, “garis kekuatan dan garis kelemahan saling menggantikan, dan karenanya perubahan (dalam diagram) terjadi.”<sup>60</sup>

### 3.3.5 Simbol *Yin* 阴 dan *Yang* 阳

Putih melambangkan *Yin* 阴, hitam melambangkan *Yang* 阳. Di dalam putih terdapat hitam, di dalam hitam terdapat putih. Di dalam *Yang* 阳 terdapat *Yin* 阴, di dalam *Yin* 阴 terdapat *Yang* 阳.

<sup>59</sup> *Ibid.*

<sup>60</sup> *Ibid.*, hal. 25-29.

### Perwujudan *Yin* 阴 dan *Yang* 阳

<i>Yin</i> 阴 (- -)		<i>Yang</i> 阳 ( __ )		
Pasif			Aktif	
Feminin			Maskulin	
Malam	Intuisi	Bulan	Siang	Intelek
Matahari				
Musim Dingin	Barat		Musim Panas	Timur
	Rendah	Intisari		Tinggi
Pokok				Isi
Tersembunyi	Basah	Tulang	Terlihat	Kering
Kulit				
	Tengah Malam	Sisi		Siang
Sudut				Hari
	Kosong	Material		Penuh
Immaterial				
Padat/ Tebal	Kanan			Kiri
Berat		Dalam Tubuh	Cahaya	Luar
Tubuh				
Menerima	Berlubang			Padat
Hari				
Dalam/ Internal		Ruang	Luar/ Eksternal	
Waktu				
Bumi	Dingin		Surga	Panas
Gelap	Menghirup	Gravitasi		Mengeluarkan
Electo-				
Bawah			Atas	

### 3.4 *Wu Xing* 五行 (Lima Elemen)

Masyarakat Cina memiliki pandangan bahwa segala sesuatu yang mereka jumpai terdiri dari (Lima elemen) *Wu Xing* / 五行 sebagai dasar kehidupan yaitu (logam) *Jin* / 金, (kayu) *Mu* / 木, (air) *Shui* / 水, (api) *Huo* / 火 dan (tanah) *Tu* / 土. Adanya pandangan mengenai lima elemen ini tidaklah muncul begitu saja, melainkan terkait dengan *Yin* 阴 dan *Yang* 阳.

Saat dua kekuatan *Yin* 阴 dan *Yang* 阳, mulai saling mempengaruhi satu sama lain dan bergabung dengan berbagai cara, membentuk lima elemen dasar yang disimbolkan dengan kayu, api, tanah, logam, dan air. Semua elemen ini merupakan bentuk nyata dari energi yang diwujudkan dari *Yin* 阴 dan *Yang* 阳. Setelah *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 membedakan waktu dan ruang, kelima elemen

menentukan musim dan lima arah. Ketika *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 menentukan kematian dan kehidupan, siang dan malam, kelima elemen menggambarkan tingkatan dari putaran kehidupan dan perjalanan waktu. Segala sesuatu yang diuraikan terkait dengan *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 dapat lebih lanjut dibedakan menjadi unsur dasar, dan setiap tingkatan dapat juga dibedakan sebagai *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 yang terkait dengan yang lainnya. Kelima elemen dasar berintersaksi secara terus menerus dan pada akhirnya saling mempengaruhi satu dengan yang lainnya.

Pada masa dinasti *Han*, seorang filsuf yang bernama Dong Zhongshu 董仲舒<sup>61</sup> menuliskan mengenai konsep lima elemen, pada bab 42 dalam *The Spring and Autumn Annals* (Catatan musim Semi dan musim Gugur) 春秋:<sup>62</sup>

*“Heaven has five Elemen: the first is wood, the second is fire, the third earth, the fourth metal, the fifth water. Wood is the starting point of (the cycle of) the Five Elements, water is its conclusion, and earth its center...”*

*“Each of the Five Elements circulates according to its sequences; each of them exercises its own capacities in the performance of its official duties. Thus Wood occupies the eastern quarter, where it rules over the forces (Qi/ 气) of spring; fire occupies the southern quarter, where it rules over the forces of summer; metal occupies the western quarter, when it rules over the forces of autumn; water occupies the northern quarter, where it rules over the forces of winter...”*

*“Earth occupies the center, and is called the heavenly fructifier. It is the assister of Heaven. Its power abundant and good, and cannot be assigned to the affairs of a single season only. Therefore among the Five Elements and four season, earth embraces all. Although metal, wood, water, and fire each have their own particular duties, they could not stand were it not for earth...”*

Berdasarkan penjelasan di atas, maka terdapat keterkaitan antara lima elemen dengan arah dan musim.

Kayu	Timur	Musim Semi
Api	Selatan	Musim Panas

<sup>61</sup> Dong Zhongshu (董仲舒) (179-104 SM) adalah seorang pengikut ajaran Konfusius. Pada waktu muda, ia mendedikasikan dirinya untuk menulis *the Spring and Autumn Annals* (Catatan musim Semi dan Gugur) Ia menjadi seorang terpelajar, mengajar dibalik tirai dan ajarannya itu disebarluaskan oleh murid-muridnya, dari satu ke yang lainnya, sampai ke wilayah yang terpencil sehingga bahkan ada orang yang belum pernah melihat dirinya.

<sup>62</sup> Fung, Yu-Lan. *History of Chinese Philosophy*, Vol.2, terj. Derk Bodde, (Leiden: E. J. Brill, 1953), hal. 20-21.

Logam	Barat	Musim Gugur
Air	Utara	Musim Dingin
Tanah	Tengah	Semua musim/ dasar dari semua musim

Bagaimana kelima elemen saling menciptakan satu sama lainnya, dan bagaimana mereka saling mengatasi atau menggantikan satu sama lainnya, dijelaskan oleh Dong Zhongshu 董仲舒 pada bab 59:<sup>63</sup>

*“Metal overcomes Wood...Water overcomes fire...Wood overcomes earth...Fire overcomes metal...Earth overcomes water...”*

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat digambarkan siklus dari kelima elemen, yaitu seperti tergambar di bawah ini:



- |                           |                      |
|---------------------------|----------------------|
| • Kayu menciptakan Api    | Kayu mengatasi Tanah |
| • Api menciptakan Tanah   | Tanah mengatasi Air  |
| • Tanah menciptakan Logam | Air mengatasi Api    |
| • Logam menciptakan Air   | Api mengatasi Logam  |
| • Air menciptakan Kayu    | Logam mengatasi Kayu |

Sebagai contoh, lapisan kulit bumi dihasilkan dari api yang ada di dalam bagian tengah bumi dan bijih logam terbentuk di dalam bumi. Air dapat memberi nutrisi/ kehidupan pada tumbuh-tumbuhan, dan kayu yang dihasilkan oleh

<sup>63</sup> *Ibid.* hal. 22.

tumbuh-tumbuhan itu pada gilirannya menjadi bahan bakar untuk api. Sebaliknya, air memadamkan api, tanah dapat mengontrol air, dan logam yang digunakan dapat menumbangkan kayu/pohon.

### 3.4.1 Pengaruh Lima Elemen

*Yin* 阴 dan *Yang* 阳 serta keseimbangan yang kita capai dengan lima elemen memiliki pengaruh yang baik pada semua bagian tubuh kita. Emosi, fisik, mental, kesehatan jiwa semua dipandu oleh lima elemen. Dalam menjaga konsep ini, pengobatan Cina meneliti lima elemen: air, api, kayu, logam, tanah. Karena sumber elemen dari alam, dapat terlihat terpisah dari kita, tetapi dianggap menjadi proses yang dinamis yang merupakan dasar dalam memahami gerakan dari dan melalui alam, termasuk manusia. Kelima elemen ini terlihat dinamis, interaktif, dan itu termasuk dari mana kehidupan terbentuk. Tiap elemen membawa kualitas masing-masing yang unik:

- Air: Membasahi dan turun
- Api: Memanaskan dan naik
- Kayu: Dapat dibentuk
- Logam: Mencair, Mencetak dan Mengeras
- Tanah: Menyediakan makanan melalui menabur dan mengambil hasil

Lima elemen berinteraksi dan berubah oleh interaksi, empat prinsip utama datang seterusnya: saling menciptakan, saling mendekati, saling menghancurkan, saling membakar.<sup>64</sup>

#### 1) Saling Menciptakan

Satu elemen menciptakan elemen yang lainnya melalui siklus penciptaan secara terus-menerus.<sup>65</sup>

- Kayu menciptakan api: Dengan menggosokkan dua batang bersama, muncul Api.
- Api menciptakan tanah: Ketika api membakar, abu terbentuk dan abu menjadi tanah.

<sup>64</sup> *Ibid.*, hal. 40.

<sup>65</sup> Elinwood, Ellae. *Op. cit.*, hal. 50.

- Tanah menciptakan logam: Logam ditemukan di dalam bumi.
- Logam menciptakan air: Embun terbentuk dari logam keluar pada malam hari (air embun ini sering digunakan untuk terapi penyembuhan) dan pada suhu tinggi, logam larut menjadi cairan.
- Air menciptakan kayu: Air memberi makanan kepada tumbuhan/pohon-pohonan yang kemudian membentuk kayu.

## 2) Saling Mendekati

Kayu dekat dengan air, air dekat dengan logam. Logam dekat tanah. Tanah dekat dengan api. Api dekat dengan kayu.<sup>66</sup>

## 3) Saling Mengatasi

Prinsip ini menghadirkan pertentangan yang terjadi antara elemen.<sup>67</sup>

- Kayu mengatasi tanah: Kayu menyaring elemen/ nutrisi dari dalam tanah.
- Tanah mengatasi air: Tanah membendung gerakan air, seperti dalam danau dan bendungan.
- Air mengatasi api: Air dapat memadamkan api.
- Api mengatasi logam: Api melemahkan logam dengan baik dengan melelehkannya.
- Logam mengatasi kayu: Pisau kapak yang terbuat dari logam dapat menumbangkan kayu.

Sifat dari kelima elemen merupakan sifat alami yang dimiliki alam ini. Semuanya terlihat seperti siklus yang tidak berhenti. Penjelasan mengenai kekuatan dari alam ini, seperti terdapat dalam *Daodejing* 道德经 bab 45:<sup>68</sup>

大成若缺，其用不弊；大盈若冲，其用不穷。大直若屈，大巧若拙，大辩若讷。躁胜热，清静为天不正。

*“Treat the most flawless (vase) as cracked, and it will not wear out in use. Treat the fullest (vase) as empty, and it will not run dry in use. Treat the straightest as crooked, the cleverest as clumsy, the most eloquent as stammering. Stamping my overcome cold, but stillness overcomes heat. Purity and stillness are what rectifies All-under-heaven.”*<sup>69</sup>

“Guci yang berisi padat adalah seperti retak, tetapi gunanya tak kurang-kurang.

<sup>66</sup> *Ibid.* hal. 52.

<sup>67</sup> *Ibid.* hal. 53.

<sup>68</sup> 道德经/ (春秋) 老子著; 苏南注评. *Op. cit.*, hal. 125.

<sup>69</sup> Duyvendak, J.J.L. *Op. cit.*, hal. 104.

Jambangan yang penuh sesak adalah seperti kosong, tetapi gunanya tak habis-habis. Yang paling lurus adalah seperti bengkok, yang paling cerdas seperti bodoh, yang paling fasih seperti bisu. Api panas dapat mengatasi dingin, Air sejuk dapat mengatasi panas, murni, tenang dapat menjadi pembina alam semesta.”<sup>70</sup>

Komposisinya atau interaksi dari lima elemen ini membuat kealamiahannya manusia, memberikan petunjuk untuk memahami dan mengetahui manusia lain lebih baik, dan memberikan informasi yang penting mengenai jalan terbaik bagi kesehatan.

Keseluruhan alam semesta terus berubah dan selalu berganti, maka elemen-elemen pun selalu berganti melalui interaksi yang bersifat saling melengkapi tetapi ada pula yang bertentangan.

Hal ini sama dengan konsep *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 berasal dari prinsip pertentangan. Tarik ulur dinamis dari kedua kekuatan ini menempati posisi yang fundamentalis bagi terwujudnya semua fenomena yang ada di dunia.

### 3.5 Daoisme

#### 3.5.1 Konsep *Dao* 道

*Dao* 道 merupakan konsep kuno Cina yang jika diterjemahkan ke dalam bahasa Inggris berarti “Jalan,” atau “Jalan Kecil.” “Jalan” dari *Dao* 道 tidak statis, tetapi secara konstan berubah terus-menerus proses menjadi sesuatu. Ini adalah “Jalan” dari segalanya, “Jalan” semuanya tercipta, “Jalan” dari banyak benda tersusun, dan “Jalan” bagi semuanya akhirnya berakhir. Semua perwujudan dalam dunia yang berubah ini dan pergantian bentuk dilihat sebagai keterkaitan yang dinamis, dan saling mendukung, oleh acuan dari *Dao* 道, yang mendasari seluruh alam semesta. Dari susunan ini, semuanya dihasilkan dan saling mempengaruhi.<sup>71</sup>

*Dao* 道 berarti keseimbangan yang sempurna, karena telah mengandung *Yin* 阴 dan *Yang* 阳. Dengan kesempurnaannya, *Dao* 道 merupakan standar bagi seluruh alam semesta ini. *Dao* 道 menghasilkan ketunggalan (*Yin* 阴 dan *Yang* 阳). dari ketunggalan menghasilkan dwi tunggal, yaitu ‘langit’ dan ‘bumi’. Dari dwi tunggal ini dihasilkan tri tunggal yaitu manusia, untuk menghasilkan segala

<sup>70</sup> Tjan Tjoe Som. *Op. cit.*, hal. 83.

<sup>71</sup> Kuo, Simone, *Op. cit.*, hal. 26.

benda. Oleh karena itu dapat dikatakan standar manusia adalah bumi, standar bumi adalah langit, standar langit adalah *Dao* 道, dan standar *Dao* 道 adalah kealamiaan (*Ziran*).

Menurut Iwan Fridolin (1998) dalam bukunya “Cendekiawan dan Sejarah”, secara harfiah *Dao* 道 berarti “Jalan”. Namun makna yang dikandungnya lebih dari sekedar pengertian “Jalan”. Dalam arti “Jalan”, *Dao* 道 apada hakikatnya berarti cara atau metode yang dengan itu sesuatu hal dilakukan atau terjadi. Karena itu *Dao* 道 mempunyai arti cara bertindak atau alur perilaku dalam kehidupan manusia, atau bisa juga berarti aturan-aturan tingkah laku. Dalam hubungan ini ada tiga pengertian pokok yang sering diartikan untuk kata *Dao* 道, yaitu:

1. Sebagai tatacara alam atau tata cara semesta, yang mengekspresikan harmoni.
2. Sebagai tatacara kehidupan insani yang sesuai dengan susunan alam: maksudnya adalah tatacara manusia sesuai dengan kodratnya.
3. Sebagai tatacara yang diikuti manusia karena keputusannya sendiri atau karena kodrat subyektifnya: maksudnya adalah walaupun berakar dalam diri masing-masing manusia, *Dao* 道 harus dicari dan dikejar, dan hanya beberapa orang tertentu yang karena sifat kodratnya dapat mencapai *Dao* 道 atau menemukan *Dao* 道.

Aliran *Dao* 道 didasarkan pada “jalan” beserta dayanya, keluhuran alam, dan moralitas. “Jalan” yang harus ditempuh bagi aliran *Dao* 道 adalah mengikuti *Dao* 道.

Ada banyak hal yang dalam penjelasan yang utama dari *The Yi Appendices* berhubungan dengan *Zhong Yong* 中庸 (*Doctrine of the Mean*). Selain itu, *The Appendices* membawa banyak ide dari *Daodejing* 道德经. Oleh karena itu, mereka memiliki ide baik mengenai Daoisme. Karena kedekatan hubungan itu, maka *Zhong Yong* 中庸 dan *DaodeJing* 道德经 sebaiknya dibaca berdampingan dengan *Yijing* 易经 dan akan membantu pembacanya untuk memahami arti dan

maksud akhirnya dan mendapatkan kekayaan yang terkandung di dalamnya.<sup>72</sup> Pada dasarnya kata *Yi* 易 berarti “perubahan. Dalam *Yijing* 易经, kata *Yi* 易 digunakan bertukar tempat dengan kata *Dao* 道, sejak *Dao* 道 merupakan kehidupan, evolusi, atau dalam satu kata, merubah dirinya sendiri. Dalam *Analects/ Lunyu* 论语:

“Berdiri oleh sungai, Konfusius berkata: Ah! itu yang berlalu hanya seperti ini saja, hari dan malam tidak pernah berhenti.” (IX, 16)

Apa yang disebut “berlalu” sesungguhnya berubah-ubah dan mengubah. Semua yang terjadi di alam ini sesungguhnya mengalir dan berubah seperti “aliran sungai”. Semua perubahan merupakan hasil dari pergerakan. Dalam alam semesta ada dua kekuatan, yaitu yang kuat disebut *Yang* 阳 dan yang lemah disebut *Yin* 阴. Interaksi dari dua kekuatan ini menciptakan semua gerakan dan perubahan.<sup>73</sup>

Daoisme adalah sebuah filsafat kuno yang berakar pada *Dao* 道, yang merupakan prinsip penuntun tidak berbentuk, tidak bernama dan bersifat mistis. *Dao* 道 mengambil bentuk sepasang hal bertentangan yang dikenal sebagai *Yin* 阴 dan *Yang* 阳, pada gilirannya terjalin menyatu dan saling berhubungan untuk melahirkan dunia dengan kemungkinan yang tidak terbatas.

Setiap yang ada di alam semesta dipercaya untuk menyusun secara terus menerus dari sumber yang tidak diketahui. Tujuan dari kehidupan adalah untuk mewujudkan keseimbangan, penggambaran sumber dari keseluruhan, ketunggalan, atau kehampaan. Semua aktivitas dari kehidupan adalah utama yang dapat kita alami keseluruhan *Dao* 道. kesehatan, obat-obatan, komunikasi, meditasi, seni, musik, pekerjaan, dan yang lainnya.<sup>74</sup>

Fondasi pemikiran masyarakat Cina adalah kepercayaan pada alam semesta kosmis yang tunggal, suatu ketunggalan yang tanpa awal atau akhir. Filsafat yang lebih tua daripada aliran filsafat Cina manapun adalah kepercayaan mendasar yang membantu orang Cina memahami diri mereka sendiri dalam hubungannya dengan dunia: pada awalnya dunia adalah suatu kehampaan tanpa

<sup>72</sup> Legge, James. *I Jing; dalam introduction*. hal. xxxix.

<sup>73</sup> *Ibid.*, hal. xi.

<sup>74</sup> Elinwood, Ellae, *Op. cit.*, hal. 44.

batas yang disebut *Wuji* 无稽. Kehampaan ini diibaratkan sebagai suatu lingkaran kosong yang dibentuk oleh garis putus-putus. Dari kehampaan ini muncullah kegiatan yang diekspresikan sebagai *Yang* 阳, yang digambarkan dalam bentuk lingkaran hitam. Interaksi yang terjadi diantara kegiatan dan ketidakgiatan ini disebut *Taiji* 太极, yang diperlihatkan dalam bentuk lingkaran *Yin* 阴-*Yang* 阳, setengah hitam dan setengah putih. Penjelasan mengenai mengenai adanya interaksi yang terjadi diantara kegiatan dan ketidakgiatan dapat kita lihat dalam:

Dalam *The Great Appendix III, section I, chapter V*, no. 62 terdapat pernyataan:

*“In (all these operations forming) the Yi, there is no thought and no action. It is still and without movement; but when acted on, it penetrates forth-with to all phenomena and events under the sky. If it were not the most spirit-like thing under the sky, how could it be found doing this?”<sup>75</sup>*

“Dalam (semua proses pembentukan) *Yi*, tidak ada kegiatan dan pemikiran. Dia masih dan tetap tanpa gerak; tetapi ketika bergerak, dia menembus dengan segera ke semua perwujudan dan peristiwa di bawah langit. Jika dia bukan merupakan hal yang paling mirip roh di bawah langit, bagaimana dia dapat melakukan hal ini?”<sup>76</sup>

Dalam *The Great Appendix III, section I, chapter VI*, no. 70 terdapat pernyataan:

*“Therefore in (the system of) the Yi there is the Grand Terminus, which produced the two elementary Forms. Those two forms produced the Four emblematic Symbols, which again produced the Eight Trigrams.”<sup>77</sup>*

“Oleh karena itu dalam (sistem) *Yi* terdapat Sang Penghabisan yang Agung, yang menciptakan dua bentuk dasar. Dua bentuk dasar ini menciptakan Empat Simbol, yang kembali menciptakan Delapan Trigram.”

Menurut *James Legge* dalam bukunya *I Ching; Book of Change*, hal. xxii bab pendahuluan, kedua pernyataan ini mirip dengan yang terdapat di dalam *Daodejing* (道德经), kitab yang diyakini merupakan isi ajaran Lao Zi.

### 3.5.2 *Yijing* 易经

Sudah sejak berabad-abad yang lalu, para ilmuwan di dunia meneliti bahwa materi dan energi berasal dari satu sumber dan materi mencair menjadi

<sup>75</sup> *Ibid.*

<sup>76</sup> Legge, James, *Op. cit.*, hal. 370.

<sup>77</sup> *Ibid.*, hal. 373.

radiasi yang tidak bersubstansi. Begitulah siklus prosesnya sepanjang masa. Sesuatu yang konkrit akan menjadi tidak kongkrit. Alam semesta pada hakekatnya hanya terbentuk dari gelombang dengan serentetan ukuran kepadatan dan intensitas yang berbeda-beda. *Sir James Jeans* menyatakan, bahwa jagat kita terbentuk oleh gelombang-gelombang yang terkurung kita sebut materi, sedangkan gelombang-gelombang yang bebas disebut radiasi. Yang mutlak menjadi nisbi, proses ini dinamakan polarisasi. Pada kondisi yang bersifat mutlak, tidak akan ada perbedaan apa pun, karena semuanya merupakan satu keutuhan dan kelengkapan. Jika yang mutlak menjadi nisbi atau membagi diri menjadi dua sifat demi kepentingan upaya penciptaan, maka terjadilah roh dan materi, malam dan siang, besar dan kecil, laki-laki dan perempuan. Dengan kata lain, kita menyadari akan adanya kehidupan karena adanya perbedaan.

Hal ini seperti yang terdapat dalam *Daodejing* 道德经 bab 2:<sup>78</sup>

天下皆知美之为美，斯恶已；皆知善之为善，斯不善已。故有无相生，难易相称，长短相形，高下相倾，音声相和，前后相随。是以圣人处无为之事，行不言之教，万物作焉而不辞，生而不有，为而不恃，功成而弗居。夫唯弗居，是以不去。

*“Everybody in the world recognizes beauty as beauty, and thus ugliness (is known). Everybody recognizes the good as good, and thus what is not good (is known). For indeed : Being dan Non-Being produce one another, Hard dan easy complete one another, Long and short are relative to one another, High and low are dependent on one another, Tones dan Voice harmonize with one another, First dan last succeed one another.”*<sup>79</sup>

“Begitu semua orang di kolong Langit tahu apa yang merupakan keindahan itu, maka dengan sendiri kejelekan ada. Begitu mereka tahu apa yang merupakan kebaikan itu, maka dengan sendirian kejahatan ada. Maka itu: Ada dan tiada yang satu melahirkan yang lain, sukar dan mudah yang satu melengkapi yang lain, panjang dan pendek yang satu mewujudkan yang lain, tinggi dan rendah yang satu bersandar pada yang lain, bunyi dan suara yang satu selaras dengan yang lain, dahulu dan kemudian yang satu menyusul yang lain.”<sup>80</sup>

Adanya prinsip perubahan yang tidak ada hentinya sebagai dasar segala macam kegiatan yang ada. Aksi dan reaksi menjadi satu contoh utama prinsip itu. Jika ada pasang pasti ada surut, ada siang tentu juga ada malam, ada laki-laki

<sup>78</sup> 道德经/ (春秋) 老子著; 苏南注评. *Op. cit.*, hal. 5.

<sup>79</sup> Duyvendak, J.J.L. *Op. cit.*, hal. 22.

<sup>80</sup> Tjan Tjoe Som. *Op. cit.*, hal. 83.

tentu ada perempuan, ada gelap tentu ada terang, ada panas tentu ada dingin, dan begitu seterusnya.

Dalam *The Great Appendix III, section I, chapter IV*, no. 20 terdapat pernyataan:

*“The Yi was made on a principle of accordance with heaven and earth, and shows us therefore, without rent or confusion, the course (of things) in heaven and earth.”<sup>81</sup>*

“Yi tercipta dari prinsip keserasian antara surga dengan dunia, dan oleh karena itu menunjukkan kepada kita, tanpa kekacauan atau kebingungan, jalan terbentuknya (segala benda) di surga dan dunia.”

Untuk memahami *Yijing* 易经 dengan lebih mendalam, sebaiknya kita juga mendalami sejarah terbentuknya *Yijing* 易经. Dari alam semesta yang kosmis yang luas dan misterius, Yang-Esa, semuanya berkembang. Ketika mewujudkan di dunia, ketunggalan ini terbagi dua: *Yin* 阴 dan *Yang* 阳. Dua hal bertentangan yang dinamis ini digambarkan dengan garis putus *Yin* 阴 dan garis lurus *Yang* 阳. *Yijing* 易经 mengkombinasikan garis-garis ini dalam pola yang digunakan untuk meramal. Terdapat empat cara yang digunakan untuk mengatur garis-garis ini secara berpasangan: dua garis lurus, dua garis putus, satu garis lurus di atas garis putus, dan satu garis putus di atas satu garis lurus.

Trigram, kombinasi tiga garis dalam satu kolom, dianggap berkaitan dengan kualitas-kualitas tertentu dan cara kerjanya di alam semesta. Garis-garis itu pertama kali disusun dalam trigram oleh kaisar *Fu Xi* 伏羲 (2852-2738 SM). Ia melihat pola dalam cangkang kura-kura yang pada waktu itu umum digunakan sebagai ramalan. Dua trigram yang ekstrim adalah *Qian* 乾 berupa tiga garis lurus yang merupakan trigram kreatif dan *Kun* 坤 berupa tiga garis putus yang merupakan trigram menerima. Kedua trigram ini dianggap mewakili dinamika langit dan bumi. *Qian* 乾 adalah unsur kreatif, penguasa, ayah, cahaya. Sedangkan *Kun* 坤 adalah prinsip menerima, ibu, diatur dari atas, kegelapan. Semua trigram sisanya merupakan kombinasi dari kedua hal yang bertolak belakang itu.

*Fu Xi* 伏羲 mencoba menelaah tentang alam semesta, dia menggambarkan *Ba Gua* (8 penjuru angin) yang hanya merupakan perlambang. Langit

<sup>81</sup> *Ibid.*, hal. 370.

dilambangkan dengan 3 garis panjang yang tidak terputus, dan bumi digambarkan 3 garis yang terputus.

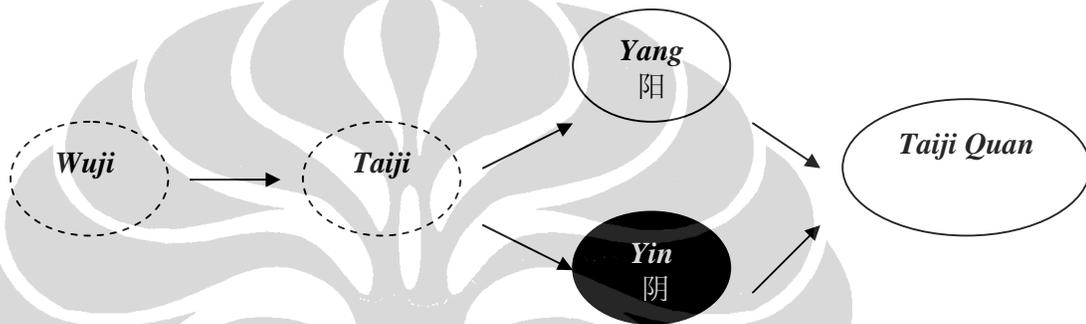
Garis panjang melambangkan garis *Yang* 阳 atau positif sedangkan garis putus melambangkan garis *Yin* 阴 atau negatif. Garis-garis ini disebut juga dengan nama *Yao*. Tiga garis yang menjadi satu disebut dengan nama trigram atau *Gua*, sedangkan 2 trigram atau 2 *Gua* yang menjadi satu disebut dengan nama Hexagram (6 baris). Jadi dari (8 penjuru angin) dengan trigram di setiap arahnya akan terjadi perubahan sebanyak  $8 \times 8 = 64$  hexagram. 64 hexagram inilah yang disebut dengan *Yijing* 易经, karena setiap garis pada setiap hexagram akan bisa berubah dan perubahan inilah yang kalau dimengerti dan dicermati adalah perubahan tentang alam semesta. Jadi inti dari pada *Yijing* 易经 ini adalah Perubahan tentang alam semesta, dimana jika alam semesta terjadi perubahan, maka kita sebagai manusia pasti akan terkena efek dari perubahan tersebut baik negatif maupun positif.

Kedelapan trigram itu dikombinasikan menjadi 64 heksagram. Dengan menafsirkan semua pola yang berlainan, orang Cina mengembangkan suatu cara meramal peristiwa di masa depan jika segala sesuatunya sesuai dengan alam. Ilmu meramal *Yijing* 易经 memprediksi masa depan dengan keakuratan. Kalender lunar (berdasarkan perputaran bulan) dikembangkan berakar pada teori ini.

Tanpa adanya pedoman, manusia hidup di dalam keadaan serba berubah secara terus menerus akan mudah kehilangan pegangan. *Yijing* 易经 memberi petunjuk kepada manusia, bagaimana membina kedamaian dan keserasian batin serta mengakrabkan diri dengan Roh yang ada di dalam diri manusia itu. Melalui petunjuk dari *Yijing* 易经 manusia diharapkan dapat mengadakan ikatan hubungan dengan menemukan *Dao* 道 agar manusia dapat hidup tenang dan sejahtera.

**BAB IV**  
**ANALISIS DASAR FILOSOFIS YIN 阴 DAN YANG 阳 DENGAN**  
**POLA DASAR GERAKAN TAIJI QUAN 太极拳**

Dengan adanya *Yin* 阴 dan *Yang* 阳, alam semesta ini dapat mengatur dirinya. Cara kerja alam semesta selalu berubah terus menerus seperti siklus dan mengutamakan harmoni/ keseimbangan.



Gambar diatas menjelaskan terbentuknya gerakan *Taiji Quan* 太极拳. Awalnya terdapat suatu keadaan kosong yang dinamakan *Wuji* 无稽. Kemudian muncul kekuatan energi dari kehampaan atau kepotensialan yang aktif melalui isi pada awal dari *Taiji* 太极. Isinya dibagi menjadi *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 yang merupakan dua kekuatan alam semesta yang memiliki sifat berlawanan. Keduanya saling menyeimbangkan, kemudian melandasi terbentuknya gerakan dari kekuatan tersebut yang dinamakan *Taiji Quan* 太极拳.

*Taiji Quan* 太极拳 mengungkap prinsip-prinsip kosmis (hukum alam) yaitu gerakan melingkar yang kemudian menjadi simbol dari *Taiji Quan* 太极拳, karena gerakan melingkar atau berputar adalah gerakan yang dinamis dan menghindari titik akhir (puncak), karena puncak itu adalah titik akhir dari pertumbuhan sekaligus awal dari kemerosotan.

Dalam prinsipnya *Taiji Quan* 太极拳 mengungkapkan bahwa tubuh manusia adalah miniatur dari alam semesta, sistem gerakan yang lembut dalam *Taiji Quan* 太极拳 bertujuan mengarahkan energi individual ke dalam jaringan energi sesuai dengan hukum alam. Jika tubuh harmonis dengan alam, maka

kesehatan fisik akan terjaga pikiran jernih sehingga menjadi tenang. Prinsip pertama *Taiji Quan* 太极拳 menyebutkan bahwa ke-Esa-an adalah akar dari segala gerakan. Dari perspektif kosmologis, ke-Esa-an adalah manifestasi di alam semesta. Dari ke-Esa-an inilah tercipta satu yang bisa dibagi *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 (keseimbangan). *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 ini menghasilkan berbagai manifestasi pula. Hal ini dapat diilustrasikan dengan kerjasama dua kaki ketika berjalan. Kedua kaki dapat bergerak dengan harmonis, berselang-seling yang keduanya diatur oleh otak manusia berjalan satu atau Esa. Prinsip ini kemudian diterapkan di *Taiji Quan* 太极拳 yang mengutamakan gerakan lembut dan tenang.



Sumber:

<http://images.search.yahoo.com/search/images?p=13+postures+of+tai+chi&ni=20&ei=UTF-8&fr=yfp-t-501&xargs=0&pstart=1&b=1>

Surga ( <i>Qian</i> / 乾)	=	Menangkis ( <i>Peng</i> / 捧)
Bumi ( <i>Kun</i> / 坤)	=	Menggulung ke dalam ( <i>Lu</i> / 掬)
Air ( <i>Kan</i> / 坎)	=	Menekan ( <i>Ji</i> / 挤)
Api ( <i>Li</i> / 离)	=	Mendorong ( <i>An</i> / 按)
Angin ( <i>Xun</i> / 巽)	=	Menarik ( <i>Cai</i> / 采)
Guntur ( <i>Zhen</i> / 震)	=	Membelah ( <i>Lie</i> / 裂)
Danau ( <i>Dui</i> / 兑)	=	Pukulan Siku ( <i>Zhou</i> / 肘)
Gunung ( <i>Gen</i> / 艮)	=	Pukulan Bahu ( <i>Kao</i> / 靠)

Kedelapan sikap ini ekuivalen dengan delapan trigram. Trigram merupakan kombinasi tiga garis dalam satu kolom, dianggap berkaitan dengan kualitas-kualitas tertentu di dalam alam semesta. Garis putus *Yin* 阴 dan garis lurus *Yang* 阳. Trigram yang ekstrim adalah *Qian* (tiga garis lurus) yang merupakan trigram kreatif dan *Kun* (tiga garis putus) yang merupakan trigram menerima. Kedua trigram ini dianggap mewakili langit dan bumi. *Qian* adalah unsur kreatif, penguasa, ayah, cahaya. Sedangkan *Kun* adalah prinsip menerima, ibu, diatur dari atas, kegelapan. Semua trigram sisanya merupakan kombinasi dari kedua hal yang bertolak belakang itu. Empat sikap pertama menunjukkan empat titik arah (Selatan, Utara, Barat, Timur). Empat sikap yang kedua menunjukkan empat sudut (Barat daya, Timur laut, Tenggara, Barat laut).

Berikut adalah penjelasan keterkaitan Yin 阴 dan Yang 阳 dengan delapan sikap dasar yang telah dijelaskan pada bab 2.

### 1. Menangkis (*Peng/ 捧*)

Gerakan dapat dilihat pada bab 2, halaman 15.

Keterangan:

Gerakan putaran tubuh dan perpindahan bobot tubuh ke kiri mewakili prinsip “*Yang* 阳”

Gerakan menarik kaki kanan ke sisi dalam kaki kiri mewakili prinsip “*Yin* 阴”

Gerakan putaran lengan kiri ke dalam sisi kiri mewakili prinsip “*Yang* 阳”

Gerakan tangan menghadap ke bawah mewakili prinsip “*Yin* 阴”

Gerakan telapak tangan menghadap atas mewakili prinsip “*Yang* 阳”

Gerakan putaran tubuh dan perpindahan bobot tubuh ke kanan mewakili prinsip “*Yin* 阴”

Gerakan telapak tangan menghadap ke bawah mewakili prinsip “*Yin* 阴”

### 2. Menggulung ke dalam (*Lu/ 掬*)

Gerakan dapat dilihat pada bab 2, halaman 17.

Keterangan:

Gerakan memindahkan bobot tubuh ke belakang mewakili prinsip “*Yin* 阴”.

Gerakan memutar bagian atas tubuh ke kiri mewakili prinsip “Yang 阳”

Gerakan telapak tangan menarik mewakili prinsip “Yang 阳”

Gerakan telapak tangan ke arah bawah dan ke depan mewakili prinsip “Yin 阴”

### 3. Menekan (*Ji* / 挤)

Gerakan dapat dilihat pada bab 2, halaman 18.

Keterangan:

Gerakan lengan kanan ke depan dada mewakili prinsip “Yang 阳”

Gerakan telapak tangan kanan menghadap ke dalam mewakili prinsip “Yin 阴”

Gerakan lengan kiri ke dalam mewakili prinsip “Yin 阴”

Gerakan telapak tangan kiri menghadap ke luar mewakili prinsip “Yang 阳”

### 4. Mendorong (*An* / 按)

Gerakan dapat dilihat pada bab 2, halaman 19.

Keterangan:

Gerakan telapak tangan kiri ke arah depan mewakili prinsip “Yang 阳”

Gerakan kedua telapak tangan menghadap ke arah bawah mewakili prinsip “Yin 阴”

Gerakan perpindahan bobot tubuh ke kiri mewakili prinsip “Yang 阳”

Gerakan perpindahan bobot tubuh ke depan mewakili prinsip “Yang 阳”

Gerakan telapak tangan menghadap ke depan mewakili prinsip “Yang 阳”

Gerakan jari-jari tangan yang menghadap ke arah atas mewakili prinsip “Yang 阳”

### 5. Menarik (*Cai* / 采)

Gerakan dapat dilihat pada bab 2, halaman 20.

Keterangan:

Gerakan perpindahan bobot tubuh ke kiri mewakili prinsip “Yang 阳”

Gerakan perpindahan telapak kaki kanan ke arah depan mewakili prinsip “Yang 阳”

Gerakan menahan telapak tangan di depan mewakili prinsip “Yang 阳”

#### 6. Pukulan siku (*Zhou* / 肘)

Gerakan dapat dilihat pada bab 2, halaman 21.

Keterangan:

Gerakan perpindahan bobot tubuh ke kaki kanan mewakili prinsip “Yin 阴”

Gerakan perpindahan kaki kiri ke belakang kaki kanan mewakili prinsip “Yin 阴”

Gerakan perpindahan bobot tubuh ke kaki kiri mewakili prinsip “Yang 阳”

Gerakan siku kanan yang siap memukul (aktif) mewakili prinsip “Yang 阳”

Gerakan perpindahan kaki kanan ke arah depan mewakili prinsip “Yang 阳”

#### 7. Membelah (*Lie* / 裂)

Gerakan dapat dilihat pada bab 2, halaman 23.

Keterangan:

Gerakan memutar tubuh ke kiri dan memindahkan bobot tubuh ke kiri mewakili prinsip “Yang 阳”

Gerakan menarik kaki kanan ke sisi dalam kaki kiri mewakili prinsip “Yin 阴”

Gerakan memutar lengan kiri ke depan sisi kiri dada mewakili prinsip “Yang 阳”

Gerakan siku tertekuk telapaknya menghadap ke bawah mewakili prinsip “Yin 阴”

Gerakan memutar lengan kanan ke luar dan ke arah depan mewakili prinsip “Yang 阳”

Gerakan telapak tangan kanan melingkar ke kiri mewakili prinsip “Yang 阳”

Gerakan telapak tangan menghadap ke arah atas mewakili prinsip “Yang 阳”

Gerakan kaki kanan ke depan mewakili prinsip “Yang 阳”

### 8. Pukulan bahu (*Kao / 靠*)

Gerakan dapat dilihat pada bab 2, halaman 24.

Keterangan:

Gerakan perpindahan bobot tubuh ke kaki kanan mewakili prinsip “Yang 阳”

Gerakan perpindahan kaki kiri ke belakang kaki kanan mewakili prinsip “Yin 阴”

Gerakan memajukan tubuh ke arah depan mewakili prinsip “Yang 阳”

Gerakan perpindahan kaki kanan ke arah depan mewakili prinsip “Yang 阳”

*Taiji Quan* juga mengambil teori dari lima elemen, yang terdiri dari (logam) *Jin/ 金*, (kayu) *Mu/ 木*, (air) *Shui/ 水* (api) *Huo/ 火* dan (tanah) *Tu/ 土*.

Jika konsep *Wu Xing* 五行 diaplikasikan secara eksternal maka akan membentuk lima pola langkah yaitu (Maju ke depan) *Jin Bu/ 近步*, (Mundur ke belakang) *Tui Bu/ 退步*, (Melihat ke kiri) *Zuo Gu/ 左顾*, (Memandang ke kanan) *You Pan/ 右盼*, dan (Keseimbangan di tengah) *Zhong Ding/ 中定*. Lima pola langkah dalam *Taiji Quan* yang berhubungan dengan lima elemen dan lima arah dan musim.

Elemen	Arah	Musim	Pola langkah
Tanah	Pusat	Dasar semua musim	Keseimbangan di tengah
Kayu	Timur	Semi	Mundur
Logam	Barat	Gugur	Maju
Api	Selatan	Panas	Memandang ke kanan
Air	Utara	Dingin	Melihat ke kiri

Keterangan:

- Gerakan Maju ke depan mewakili prinsip *Yang* 阳.

- Gerakan Mundur ke belakang mewakili prinsip *Yin* 阴.
- Gerakan Memandang ke kanan mewakili prinsip *Yin* 阴.
- Gerakan Melihat ke kiri mewakili prinsip *Yang* 阳.
- Gerakan Keseimbangan di tengah mewakili perpaduan yang seimbang antara *Yin* 阴 dan *Yang* 阳.

Ketika konsep *Wu Xing* 五行 diaplikasikan secara internal pada Taiji Quan, maka akan terkait dengan lima pola dasar tenaga, yaitu Melekat (粘), Menggabung (连), Bersitahan (黏), Mengikuti (随), Tidak Lepas dan Tidak Menentang (不丢不顶).<sup>82</sup> Unsur-unsur tersebut dapat saling mendukung dan juga dapat saling mengalahkan.

### 1. Melekat (*Zhan*/粘)

Keterangannya dapat dilihat pada bab 2, halaman 26.

Hal ini berkaitan dengan konsep *Wu Xing* 五行, yaitu Kayu mengalahkan tanah berkaitan dengan gerakan mundur untuk mengalahkan keseimbangan di tengah. Rangkaian gerak ini mengacu pada mundur menarik kekuatan untuk menghancurkan kestabilan dan keseimbangan lawan.

### 2. Menggabung (*Lian*/连)

Keterangannya dapat dilihat pada bab 2, halaman 28.

Menggabung berarti menjaga jarak dengan lawan. Tidak masalah jika lawan bergerak atau masih diam, tenaga harus tetap bergabung dengan tubuh. Inilah yang disebut tenaga menggabungkan.

Hal ini sesuai dengan prinsip saling mendekati dalam *Wu Xing* 五行, yaitu Kayu dekat dengan air, air dekat dengan logam, logam dekat tanah, tanah dekat dengan api, api dekat dengan kayu.

### 3. Bersitahan (*Nian*/黏)

<sup>82</sup> Yang, Jwing-Ming, *Op. cit.*, hal. 7.

Keterangannya dapat dilihat pada bab 2, halaman 28.

Hal ini berkaitan dengan konsep *Wu Xing* 五行, yaitu Logam mengalahkan kayu berkaitan dengan maju mengatasi mundur. Ini berarti ketika lawan menarik seseorang, ikuti dengan bergerak maju dan menggunakan teknik melekat dan menempel, untuk mengikuti gerak mundurnya dan kemudian melumpuhkan lawan secara agresif.

#### **4. Mengikuti (*Sui/ 隨*)**

Keterangannya dapat dilihat pada bab 2, halaman 29.

Dalam rangka menjalankan teknik ini dengan baik, seseorang harus mengetahui bagaimana mengikuti kecepatan lawan. Tidak apa-apa jika lawan maju atau mundur, ikuti kecepatannya dan mampu bersitahan dengannya.

Hal ini sesuai dengan prinsip saling mendekati dalam *Wu Xing* 五行, yaitu Kayu dekat dengan air, air dekat dengan logam, logam dekat tanah, tanah dekat dengan api, api dekat dengan kayu.

#### **5. Tidak Lepas dan Tidak Menentang (*Bu Diu Bu Ding/ 不丢不顶*)**

Keterangannya dapat dilihat pada bab 2, halaman 29.

Jika lawan menyerang dari kiri maupun kanan, usahakan tetap berada dalam posisi yang seimbang.

Hal ini berkaitan dengan konsep *Wu Xing* 五行, tanah mengalahkan api berkaitan dengan keseimbangan di tengah mengalahkan melihat ke kiri. maka untuk bertahan terhadap tekanan dari kiri ataupun dari kanan, seseorang harus menemukan pusat dan kestabilannya.

Teknik paling penting yang terhubung dengan lima elemen adalah tenaga dari tidak lepas dan tidak menentang. Tenaga ini berhubungan dengan tanah. Tanah bersifat netral dan merupakan pusat dari lima elemen, dan terhubung dan menyelaraskan empat elemen lainnya. Ini berarti bahwa dalam hal melekat, menggabung, bersitahan, mengikuti, seseorang harus mengetahui kemampuan tidak lepas dan tidak menentang. Setelah itu baru dapat menjalankan empat teknik lain dengan ketangkasan.

Dari adanya pola gerakan yang saling mengatasi, seperti tersebut di atas. Maka, dalam konsep *Wu Xing* 五行, yang digunakan adalah prinsip pertentangan yang terjadi antara elemen.

Pada prinsipnya *Taiji Quan* 太极拳 mengungkapkan bahwa tubuh manusia adalah miniatur dari alam semesta, sistem gerakan yang lembut dalam *Taiji Quan* 太极拳 bertujuan mengarahkan energi individual sesuai dengan hukum alam. Jika tubuh harmonis dengan alam, maka kesehatan fisik akan terjaga pikiran jernih sehingga menjadi tenang. Prinsip pertama *Taiji Quan* 太极拳 menyebutkan bahwa keseimbangan adalah akar dari segala gerakan. Hal ini dapat diilustrasikan dengan kerjasama dua kaki ketika berjalan. Kedua kaki dapat bergerak dengan harmonis, berselang-seling yang keduanya diatur oleh otak manusia berjalan satu atau Esa. Prinsip ini kemudian diterapkan di *Taiji Quan* 太极拳 yang mengutamakan gerakan lembut dan tenang.

Ketika terjadi pergeseran kaki pada saat melakukan gerakan *Taiji Quan*, kaki yang satu dalam kondisi “isi” atau ditekan, menyokong berat tubuh dan merepresentasikan prinsip *Yang* 阳, sedangkan kaki yang satu lagi dalam kondisi “kosong” dan rileks, merepresentasikan prinsip *Yin* 阴. Kedua kaki secara terus menerus berlawanan. Kaki yang “kosong” digantikan dengan kaki yang “isi” sebagai perubahan keseimbangan dan gerakan.

Menyerang dan bertahan juga merupakan bentuk keseimbangan *Yin* 阴 dan *Yang* 阳. Jika hubungan antara serangan dan pertahanan di atur dengan baik tujuan utama dalam pertarungan juga akan tercapai. Dengan demikian pencapaian keseimbangan *Yin* 阴 dan *Yang* 阳 dalam tubuh kita merupakan hal penting dalam menguasai pertarungan. Dasar pemikiran filosofis diatas adalah esensi pokok yang berada didalam setiap latihan *Taiji Quan* 太极拳. Gerakan menyerang dan bertahan juga berhubungan dengan dua trigram ekstrim yang terdapat dalam *Yijing*, yaitu *Qian* 乾 berupa tiga garis lurus yang merupakan trigram kreatif dan *Kun* 坤 berupa tiga garis putus yang merupakan trigram menerima. Kedua trigram ini dianggap mewakili dinamika langit dan bumi. *Qian* 乾 adalah unsur menyerang, penguasa, ayah, cahaya. Sedangkan *Kun* 坤 adalah prinsip menerima,

ibu, diatur dari atas, kegelapan. Maka, gerak menyerang dalam *Taiji Quan* 太极拳 mewakili prinsip *Qian* 乾 dan gerak menerima dan bertahan mewakili prinsip *Kun* 坤.

Dalam alam semesta semua gerakan berpola memutar. Bumi berputar pada porosnya ketika mengorbit matahari, matahari pun berputar mengorbit pusat galaksi. Galaksi berputar pula mengelilingi alam semesta. Hidup ini pun bersiklus. *Taiji Quan* 太极拳 merupakan rangkaian gerakan yang memutar dan merefleksikan hukum mikrokosmis. *Taiji Quan* 太极拳 mengungkap prinsip-prinsip kosmis (hukum alam) yaitu gerakan melingkar yang kemudian menjadi simbol dari *Taiji Quan* 太极拳, karena gerakan melingkar atau berputar adalah gerakan yang dinamis dan menghindari titik akhir (puncak), karena puncak itu adalah titik akhir dari pertumbuhan sekaligus awal dari kemerosotan. *Taiji Quan* 太极拳 yang dilakukan tiap hari dapat membangkitkan naluri kemanusiaan kita untuk menemukan rumus alam semesta yang pada akhirnya akan membantu kita dalam mencapai keutuhan, kedamaian, ketenangan jiwa dan kejernihan pikiran.

