

Nothingness dan Nilai Kristiani

"Nothingness (kesepian, kesendirian, depresi, kecemasan, rasa salah, frustrasi, marah, bosan, apatis dan derita) adalah sebuah pengalaman yang penting dalam penemuan dan pengembangan sebuah hidup yang sehat dan bermakna. Pengalaman akan kekosongan atau kehampaan yang menyakitkan adalah penting untuk menjadikan hidup lebih bermakna dan penuh secara sehat sejauh pengalaman itu diolah.

William F. Kraft dalam bukunya *A Psychology of Nothingness* menulis: "Nothingness (kesepian, kesendirian, depresi, kecemasan, rasa salah, frustrasi, marah, bosan, apatis dan derita) adalah sebuah pengalaman yang penting dalam penemuan dan pengembangan sebuah hidup yang sehat dan bermakna. Tesis utamanya adalah: pengalaman akan kekosongan atau kehampaan yang menyakitkan adalah penting untuk menjadikan hidup lebih bermakna dan penuh secara sehat sejauh pengalaman itu diolah. Kraft membagi 5 tahap periode kehidupan manusia (awal remaja, dewasa muda, dewasa, tengah umur dan usia lanjut). Tiap tahap memiliki kekhasan akan pengalaman Nothingnessnya sendiri. Menghadapi pengalaman nothingness ini, kita cenderung untuk lari dari padanya dan melihatnya sebagai suatu yang negatif, lambang kelemahan dan ketakberdayaan. Pengalaman nothingness dianggap sebagai kegagalan, kelemahan dan memalukan. Reaksi kita lebih cenderung untuk menolak realitas kemanusiaan kita daripada menerimanya sebagai sebuah anugerah. Kita rapuh dan sekaligus kuat. Suatu paradoks. "Ketika aku lemah, aku kuat", kata St. Paulus. Pengalaman Yesus dicobai di padang gurun melukiskan bagaimana setan menantang kemanusiaan Yesus. Setan mencoba Yesus untuk menolak dan lari dari kemanusiaannya, untuk menolak penderitaan dan konsekuensi sebagai manusia. Setan mencoba Yesus untuk mengambil jalan pintas dan mudah dalam menghadapi kesulitan. Syukurlah bahwa Yesus tetap bertahan untuk tidak mengikuti kelicikan setan. Pilihan Yesus untuk bertahan ini memberi makna akan pengalaman nothingness dalam keseharian hidup kita sebagai manusia. Yesus sendiri dalam hidupnya mengalami pengalaman nothingness ini. Ia ditolak oleh orangnya sendiri, digossip macam-macam, diusir, disiksa dan mati di salib. Bahkan di kayu salib ia merasakan kesendirian yang mencekam: "Allahku, Allahku, mengapa Engkau meninggalkan Aku" (Mrk 15:34). Dalam pengalaman yang menyakitkan ini Yesus tetap percaya bahwa Allah yang mengasihinya tetap setia: "Engkaulah Anak-Ku yang Kukasihi, kepada-Mulah Aku berkenan". Nilai yang paling penting dari pengalaman nothingness adalah bahwa ia membawa sebuah perjuangan penuh derita demi makna yang penting dan tetap. Di sinilah pengalaman penderitaan Yesus memberi makna bagi pengalaman nothingness kita masing-masing. Yesus menghadapi pengalaman nothingness dengan tetap teguh berpegang pada perspektif bahwa Allah mencintainya. Perspektif ini amat penting untuk menantang kekosongan yang mencekam. Pengalaman nothingness yang diolah adalah awal yang mengantarkan kepada kebaikan dan kegembiraan hidup: Kesepian eksistensial mengantarkan kepada cinta yang otentik. Kesendirian eksistensial mengantarkan kepada penyerahan yang bermakna. Depresi eksistensial mengantarkan kepada kemudahan hidup. Kecemasan eksistensial mengantarkan kepada kedamaian jiwa. Rasa salah eksistensial mengantarkan kepada proses menjadi yang kreatif. Frustrasi yang eksistensial mengantarkan kepada kepenuhan yang kekal. Kemarahan eksistensial mengantarkan kepada pandangan yang bijaksana. Kebosanan eksistensial mengantarkan kepada keterlibatan yang menyenangkan. Apatitis eksistensial mengantarkan kepada kepedulian yang penuh kasih. Dan penderitaan eksistensial mengantarkan kepada pembebasan yang penuh damai. Refleksi Kraft ini menantang kita dan sekaligus menantang budaya modern yang diwarnai oleh usaha untuk lari dari pengalaman Nothingness dengan tawaran nikmat-murah-meriah dan menyenangkan (obat-obat terlarang, seks bebas, korupsi) tetapi tidak mengajak orang untuk menemukan makna apa artinya hidup. Maka tepatlah apa yang ditulis oleh William Kirk Kilpatrick dalam buku *Psychological Seduction: The Failure of Modern Psychology* bahwa psikologi (tidak semua) begitu mempengaruhi kehidupan kita dalam cara berpikir dan bertindak tetapi apa yang ditawarkan tidak memiliki nilai yang amat mendalam. Hal ini dipertegas oleh Benedict J. Groeschel dalam bukunya *Spiritual Passages: The Psychology of Spiritual Development*. Ia mengatakan bahwa psikologi seperti musik memiliki aliran klasik, semi klasik dan populer. Yang sangat mempengaruhi kehidupan kita justru psikologi populer (pop) dan tidak semua ide mereka membantu untuk mengembangkan kehidupan spiritualitas kita. Tak dapat disangkal bahwa ada yang menawarkan terapi psikologi lebih diwarnai oleh bisnis daripada memberi makna akan nilai apa artinya hidup sebagai manusia (kristen) dan lebih untuk memenuhi hasrat kepuasan manusia modern yang berciri nikmat-murah-meriah. Maka kita perlu untuk kritis terhadap setiap pemikiran yang kita anut dan terima. Tetapi bagaimana kita mensintesis ide psikologi modern tentang aktualisasi diri, perealisasi diri, "jadilah dirimu sendiri" dengan paham kekristenan akan penyangkalan diri dan penyerahan total? Walter E. Com dalam buku *The Desiring Self: Rooting Pastoral Counseling and Spiritual Direction in Self-Transcendence* mengatakan bahwa jika perealisasi diri berarti pemenuhan diri dalam pengertian narsistik dari pemuasan setiap keinginan, maka harus ditolak bukan karena anti nilai kekristenan tetapi anti kemanusiaan. Pemenuhan yang demikian adalah sebuah ilusi yang mustahil. Jika penyangkalan diri berarti menyangkal atau mengorbankan diri yang sejati dan radikal, maka harus ditolak bukan hanya karena anti kemanusiaan tetapi anti nilai kekristenan. Penyangkalan yang demikian akan mengorbankan kemungkinan dari cinta. Tetapi kita mesti menegaskan bahwa perealisasi diri sebagai pemenuhan dari kemutlakan diri yang sejati, demikian pula bahwa penyangkalan diri sebagai penolakan segala kepentingan, hasrat, keinginan diri yang mengganggu perealisasi diri yang sejati. Maka transendensi diri merupakan penyatuan yang otentik antara perealisasi diri dan penyangkalan diri yang sejati demi pengembangan kemanusiaan dan spiritualitas kekristenan. Perealisasi dan penyangkalan diri didorong oleh makna, kebenaran, nilai dan cinta untuk menolak segala bentuk cinta diri yang mengejar kebahagiaan yang hampa. Transendensi diri terjadi dalam tanggapan yang efektif terhadap hasrat yang radikal dari roh manusia pada makna, kebenaran, nilai dan cinta. Pengalaman Nothingness yang tidak diolah sering melahirkan banyak wajah pelarian dalam bentuk addiction atau attachment: alkohol dan drugs, kerja, sex, penampilan, kuasa dan kontrol, tanggungjawab yang

berlebihan, pencari cinta dan kehangatan. Gerald G. May dalam bukunya *Addiction & Grace: Love and Spirituality in the Healing of Addictions* mengatakan bahwa kekuatan addiction hanya bisa diatasi dengan kerjasama manusia dan rahmat Allah. Kehendak manusia tidak cukup untuk mengatasi addiction. Kita perlu rahmat Allah dan doa. St. Paulus melukiskan pengalaman bagaimana sulitnya manusia mengatasi addiction dan attachment dalam hidup ini: "Sebab apa yang aku perbuat, aku tidak tahu. Karena bukan apa yang aku kehendaki yang aku perbuat, tetapi apa yang aku benci, itulah yang aku perbuat" (Rom 7:15). Hal ini melukiskan keterbatasan kita dan sekaligus kebutuhan kita akan Allah. Ann & Barry Ulanov dalam *Primary Speech A Psychology of Prayer* membahas panjang lebar tentang doa dalam hubungan dengan hasrat, proyeksi, fantasi, ketakutan, agresi, seksualitas. Semua hal ini real dalam hidup kita, bahkan ketika kita sedang berdoa mereka muncul. Kita sering "mengusir" hal-hal ini dari doa kita dan menyangkalnya. Tetapi sebaliknya, semua hal ini akan menjadi sumber doa untuk direfleksikan bersama Tuhan. Kita memohon kekuatan dan penyembuhan dari Tuhan terhadap luka-luka batin masa lalu kita dan membantu kita dalam menghadapi kesulitan dan tantangan hidup. Dalam doa kita akan menemukan diri yang sejati dihadapan Allah sebagai Kekasih Allah, yang menerima kita sebagaimana kita ada dan sekaligus membiarkan diri untuk dibawa kemana pun Allah mau. Kesiediaan untuk menerima kehendak Allah ini akan memberi kita damai dan sukacita. Dalam doa kita membuka hati, mendengarkan dan menemukan hasrat Allah yang terdalam untuk kita dan hasrat kita yang terdalam bagi Allah, diri sendiri, sesama dan alam semesta. (http://www.geocities.com/peace_and_all_good/)