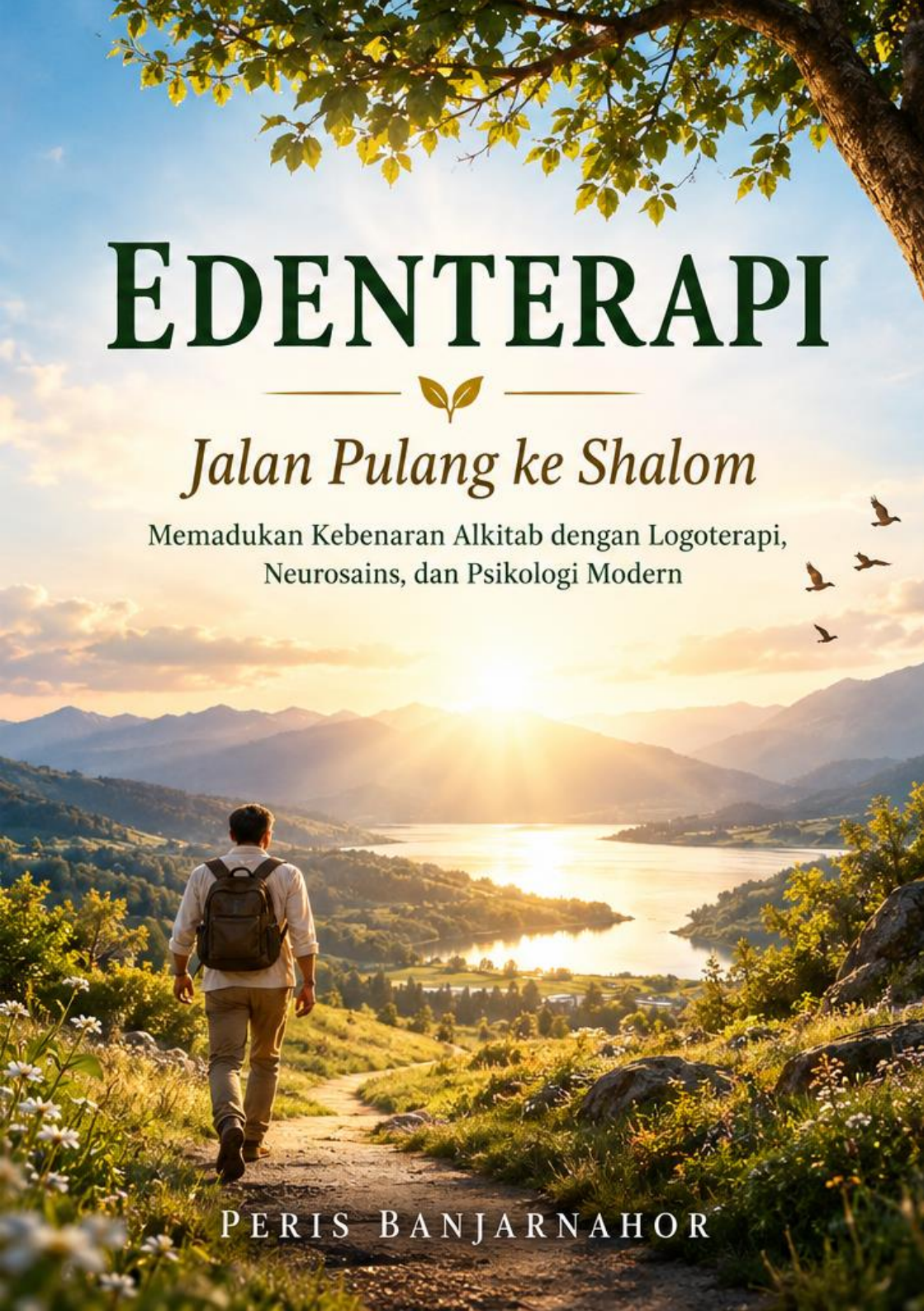
EDENTERAPI
Jalan Pulang ke Shalom
Memadukan Kebenaran Alkitab dengan Logoterapi,
Neurosains, dan Psikologi Modern
PERIS BANJARNAHOR

Daftar Isi

Kata Pengantar ..... **iv**

Kata Pengantar ..... **ix**

Dari Penulis ..... **xviii**

Prakata: Sebuah Peta untuk Pulang ..... **xxii**

Ucapan Terima Kasih ..... **xxix**

BAGIAN SATU: LANDASAN

Bab 1. Tiga Ikatan Setiap Ciptaan: Tujuan, Potensi, Prinsip 1

Bab 2. Gambar dan Habitatnya: Siapa Manusia dan Di Mana Ia Dirancang untuk Hidup 17

Bab 3. Kejatuhan dan Lukanya: Keterputusan yang Menjelma di Tubuh 22

BAGIAN DUA: JEMBATAN

Bab 4. Dua Kitab dan Tingkat Penjelasan 29

Bab 5. Makna: Mengapa Manusia Tidak Bisa Hidup Tanpa Tujuan 33

Bab 6. Perubahan: Otak yang Dapat Diperbarui, Jiwa yang Dapat Dipulihkan 39

BAGIAN TIGA: JALAN

Bab 7. Fondasi dan Gerak 0-1: Diterima, Lalu Pulang 50

Bab 8. Gerak 2: Melepas Genggaman 59

Bab 9. Gerak 3: Merangkul 64

Bab 10. Gerak 4-5: Mengusung Eden dan Pengutusan 77

BAGIAN EMPAT: PRAKTIK

Bab 11. Protokol dan Peran Pendamping 84

Bab 12. Etika, Keamanan, dan Batas 104

Penutup: Shalom yang Melampaui Eden 108

Lampiran A. Ringkasan Enam Gerak 110

Lampiran B. Glosarium 111

Lampiran C. Bagan SOP Skematis Terapeutik 113

Daftar Pustaka i

Bacaan Lanjutan ix

Tentang Penulis xi

BAGIAN SATU

Landasan
Manusia, Eden, dan Luka

Bab 1
Tiga Ikatan Setiap Ciptaan: Tujuan, Potensi, Prinsip

Saya akan memulai buku ini dengan sebuah pengakuan, bukan sebuah pembuktian.

Saya memulai dari sebuah keyakinan: bahwa Anda dan saya bukan kebetulan, melainkan dikehendaki oleh sebuah Tujuan yang mendahului kita. Saya tidak akan berpura-pura membuktikan keyakinan ini dari nol, seolah ada sebuah kursi netral -kosong dari segala kepercayaan- tempat saya bisa duduk menimbang bukti secara steril. Kursi seperti itu tidak ada, tidak bagi saya, tidak bagi ilmuwan yang paling ketat sekalipun.

Yang akan saya lakukan berbeda, dan saya harap lebih jujur: saya akan menunjukkan bahwa bila keyakinan ini benar, betapa banyak hal tentang penderitaan dan pemulihan manusia yang mendadak menjadi masuk akal.

Bagi Anda yang seiman dengan saya, undangan ini akrab. Bagi Anda yang datang dengan skeptis -barangkali seorang konselor yang terlatih menuntut data, seorang guru yang terbiasa meminta bukti, seorang pencari yang belum yakin- saya tidak meminta Anda menanggalkan keraguan di luar pintu. Bawalah ia masuk. Duduklah dengan argumen tajam bagai pedang yang

tetap terhunus. Saya hanya meminta satu hal: izinkan saya menunjukkan polanya lebih dahulu, sebelum Anda menggunakan pedang Anda lalu memutuskan apakah pola itu kebetulan atau memang demikianlah kebenarannya.

Sebuah pola yang, sekali terlihat terlalu benar untuk diabaikan.

Mari kita mulai dari sesuatu yang bisa kita sepakati bersama, apa pun keyakinan Anda.

Segala sesuatu yang hidup dengan baik, pasti hidup dalam sebuah kecocokan. Ikan berkembang di air. Elang berkembang di udara. Pohon bakau berbuah di air payau tempat pohon apel akan membusuk, dan pohon apel berbuah di dataran sejuk tempat bakau tak akan pernah tumbuh. Kecocokan ini bukan hiasan; ia syarat. Keluarkan ikan dari air, dan sirip yang di dalam air adalah mahakarya kelincahan manuver berubah menjadi kepak yang sia-sia di atas pasir. Ikannya tidak berubah, tubuhnya masih tubuh yang sama, insangnya masih insang yang sama. Yang berubah hanya satu: ia tercerabut dari ekosistem, lingkungan, posisi dimana seharusnya dia berada.

Simpan gambar itu. Kita akan kembali kepadanya berkali-kali sepanjang buku ini, karena manusia pun adalah makhluk yang dirancang untuk sebuah kecocokan.

Inilah keyakinan yang saya akui di halaman pertama tadi. Dan sebagian besar penderitaan jiwa yang saya jumpai selama

puluhan tahun mendampingi orang, dari yang paling miskin hingga yang paling berhasil, bermuara kepada satu hal yang sederhana namun menyakitkan: **mereka semua sedang berada jauh dari tempat dimana seharusnya mereka berada, di Hadirat TUHAN.**

Untuk memperkuat argumen logis saya, sebelum kita berbicara tentang manusia, saya ingin menunjukkan sebuah hukum yang berlaku pada segala ciptaan, baik ciptaan Tuhan maupun karya cipta tangan manusia. Sebab hukum ini, sekali Anda melihatnya, tidak bisa lagi mengabaikannya.

Tiga ikatan

Setiap ciptaan terikat pada tiga hal: **Tujuan**, **Potensi**, dan **Prinsip**. Tiga ikatan ini bukan teori yang saya karang; ia pola yang bisa Anda amati pada apa saja yang pernah dirancang, dari yang paling sederhana hingga yang paling rumit.

Ikatan pertama: Tujuan.

Tujuan selalu mendahului produk.

Ini kebenaran yang paling mudah dilupakan justru karena ia paling mendasar. Sebelum sebuah benda dibuat, tujuannya sudah ditetapkan. Tujuan datang lebih dahulu; produk menyusul untuk melayaninya. Jadi, produk ada hanya untuk memenuhi keinginan tujuan.

Ambil contoh yang ada di dapur Anda: sebuah kulkas. Sebelum satu lembar logam pun dipotong, sebelum satu baut pun dipasang, di kepala perancangnya sudah ada sebuah tujuan yang telah selesai dan jelas: mendinginkan, mengawetkan, menjaga yang mudah busuk agar tetap segar. Tujuan itu bukan hasil dari kulkas; ia alasan mengapa kulkas ada. Perancang tidak membuat kotak logam lebih dahulu lalu bertanya-tanya benda ini berguna untuk apa. Ia memulai dari tujuan, dan seluruh desain mengalir dari sana. Bentuknya, ukurannya, setiap komponennya. Semua tunduk melayani satu maksud yang sudah ada sebelum benda itu ada.

Ikatan kedua: Potensi.

Ke dalam setiap produk, pencipta telah menanamkan *(built-in)* kemampuan agar produk berhasil mencapai tujuannya.

Tujuan saja tidak cukup. Sebuah maksud yang mulia tanpa kemampuan untuk mewujudkannya hanyalah angan-angan. Maka pencipta menanamkan ke dalam ciptaannya potensi, kemampuan bawaan yang melekat di dalam dirinya sejak dari asal agar ciptaan itu sanggup mencapai tujuan yang dibebankan kepadanya.

Kulkas tadi tidak sekadar diberi tujuan mendinginkan; ke dalamnya ditanam kompresor, kumparan pendingin, gas refrigeran, lapisan penyekat panas. Itulah potensinya, perangkat *inheren* yang membuatnya *mampu*, bukan sekadar *diharapkan*, untuk mendinginkan.

Mari lihatlah kembali ke ikan. Ia tidak sekadar ditakdirkan untuk hidup di dalam air; ia sengaja diciptakan dan didesain untuk hidup di dalam air. Tubuhnya ramping-dinamis, lincah membelah arus. Siripnya bermanuver dengan kelincahan yang membuat manusia perenang terbaik pun kikuk tak mampu mengikutinya. Insangnya menyuling oksigen dari air, dimana paru-paru kita tak akan pernah bisa melakukannya. Potensi ini bukan tambahan; ia bagian dari desain, ditanamkan justru agar ikan berhasil menjadi ikan di tempat yang untuknya ia dirancang.

Ikatan ketiga: Prinsip.

Tujuan hanya akan tercapai, dan potensi hanya beroperasi atau berkembang bila produk tunduk kepada prinsip.

Inilah ikatan yang paling sering diabaikan, padahal ia penentu segalanya. Sebuah ciptaan boleh punya tujuan yang jelas dan potensi yang lengkap serta desain yang sempurna, tetapi ia hanya akan berhasil mencapai tujuannya bila ia tunduk kepada prinsip, yaitu hukum yang mengikat keberhasilannya.

Kembali ke ikan. Segala kelincahannya, segala kesempurnaan desainnya, tunduk pada satu prinsip yang tak bisa ditawar: ia harus berada di air. Di darat, potensi itu tidak hilang, sirip itu masih sirip yang sama, tetapi ia menjadi tak berdaya. Ikan yang paling lincah sekalipun, di luar air, hanya menggelepar. Prinsipnya sederhana namun mutlak, tidak bisa ditawar: tetaplah di air, atau seluruh potensimu menjadi sia-sia. Tak satupun produk yang bisa melanggar hukum, sebab dia pasti

merusak dirinya sendiri. Demikian juga halnya dengan manusia sebagai "produk" ciptaan TUHAN.

Kembali ke kulkas. Ia boleh punya kompresor terbaik, insulasi tertebal, teknologi termutakhir, tetapi ia hanya akan berhasil mendinginkan bila ia tunduk pada satu prinsip: ia harus tersambung ke listrik. Sumber listriknya bisa berbeda-beda; dari PLN, dari genset pribadi, atau dari panel surya, prinsipnya tidak peduli dari mana; ia hanya menuntut satu hal: harus ada listrik. Cabut kulkas dari sumber daya, dan kompresor termahal di dunia pun menjadi diam. Bukan komponennya yang rusak. Ia hanya terputus dari sumber yang menghidupinya.

Perhatikan baik-baik, sebab di sinilah seluruh buku ini berporos: **ketika sebuah ciptaan gagal mencapai tujuan, penyebabnya hampir selalu bukan hilangnya potensi, melainkan keterputusan dari prinsip.** Ikan tidak menggelepar karena siripnya lenyap; ia menggelepar karena ia di luar air. Kulkas tidak diam karena kompresornya raib; ia diam karena ia tercabut dari listrik. Potensinya utuh. Yang putus adalah hubungannya dengan syarat mutlak yang menghidupkannya.



Gambar 1. *Tiga ikatan setiap ciptaan: Tujuan, Potensi, dan Prinsip*

Dari benda kepada manusia

Sekarang, dengan segala kehati-hatian, izinkan saya melangkah dari benda kepada manusia. Dan di sini saya menaikkan kembali bendera yang saya kibarkan di halaman pertama: langkah ini adalah langkah iman, bukan kesimpulan yang saya paksa keluar dari data.

Seorang yang memandang manusia semata sebagai hasil kebetulan yang panjang berhak berhenti di sini dan berkata, "Analogimu berhenti pada benda buatan; manusia lain soalnya." Saya menghormati keberatan itu. Saya hanya meminta Anda terus membaca, dan menimbang di akhir apakah pola ini menerangi hidup Anda atau tidak.

Sebab bila manusia pun terikat pada tiga ikatan yang sama, maka kisah tertua tentang manusia mendadak terbaca dengan jernih sejernih cristal.

Menurut kesaksian Kitab Kejadian, manusia diciptakan dengan **Tujuan** yang ditetapkan sebelum ia ada. Ia dipanggil untuk berkuasa dan memelihara. Dalam bahasa Ibrani, ***radah*** (רָדָה, memerintah sebagai wakil) atas ciptaan; bukan sebagai pemilik, melainkan sebagai penatalayan yang mencerminkan Sang Pemilik.[1]

Ke dalam manusia ditanamkan **Potensi** yang setara dengan tujuan serta agar berhasil mencapai tujuan itu: gambar TUHAN, *imago Dei*. Imago Dei bukan sekadar kemiripan wajah, melainkan kapasitas untuk beroperasi alami dalam mengasihi, memerintah, mencipta, memilih, dan bersekutu dengan Sang Perancang. Inilah "kompresor" manusia, "sirip-insang" manusia; perlengkapan inheren yang membuatnya sanggup menjadi manusia sepenuhnya secara alami.

Selanjutnya, manusia diikat pada sebuah **Prinsip**, sebuah hukum yang kepadanya potensinya harus tunduk agar tujuannya tercapai. Prinsip itu, dalam narasi Eden, mengambil bentuk satu

[1] Kata kerja Ibrani רָדָה (radah) muncul dalam Kejadian 1:28. Meski sering diterjemahkan "berkuasa" atau "menaklukkan," pembacaan penatalayanan menekankan bahwa kekuasaan ini bersifat perwakilan: manusia memerintah sebagai citra (imago) yang mencerminkan kehendak Sang Pemilik, bukan sebagai penguasa mutlak. Lihat pembahasan Middleton, J. R. (2005). The liberating image: The imago Dei in Genesis 1. Brazos Press.

larangan yang tampak sederhana: "jangan makan buah pohon pengetahuan tentang yang baik dan yang jahat." Bukan karena buahnya beracun secara kimiawi, melainkan karena tindakan itu adalah pernyataan kemerdekaan dari Sang Sumber. Sebuah deklarasi, "Akulah yang menentukan sendiri apa yang baik dan yang jahat, bukan kamu." Ikan tidak boleh memutuskan bahwa ia tak lagi butuh air. Demikian juga kulkas tidak boleh mencabut kabelnya sendiri dari listrik.

Mati, tapi tidak menghentikan denyut jantung

Perhatikan apa yang dikatakan TUHAN tentang akibatnya jika manusia melanggar prinsip: "Pada hari engkau memakannya, engkau pasti mati" dalam bahasa Ibrani sebuah ungkapan yang berlipat, *mot tamut* (תָּמוּת מוֹת), harfiahnya "mati, engkau pasti akan mati."[2] Sebuah penegasan dan memperkuat kepastian 100%.

Tetapi kita tahu kisahnya: setelah memakan buah itu, manusia pertama tidak jatuh terkapar dan mati tak bernyawa. Jantungnya masih berdetak. Ia masih berjalan, berbicara, bekerja, bahkan beranak. Secara biologis dalam bahasa Yunani

[2] Konstruksi תָּמוּת מוֹת (mot tamut) dalam Kejadian 2:17 adalah infinitivus absolutus yang mengintensifkan kata kerja, sebuah penegasan, bukan pengulangan. Banyak penafsir membacanya sebagai kematian yang bermula seketika (keterputusan relasional-rohani) dan berpuncak pada kematian jasmani, sejalan dengan pembedaan zoe/bios yang menjadi urat nadi buku ini.