

"Frankl mengajak kita untuk melihat bahwa kehidupan yang bermakna bisa dimulai dari apa yang kita miliki saat ini."  
— **dr. Jiemi Ardian, Sp.KJ, Psikiater Siloam Hospitals Bogor**

# Yes to Life

Katakan Ya pada Kehidupan  
Apa pun yang Terjadi



## Viktor E. Frankl

Penulis MAN'S SEARCH FOR MEANING  
Terjual Lebih dari 18 Juta Eksemplar

Pengantar oleh **Daniel Goleman**

"Frankl mengajak kita untuk melihat bahwa kehidupan yang bermakna bisa dimulai dari apa yang kita miliki saat ini."  
— **dr. Jiemi Ardian, Sp.KJ, Psikiater Siloam Hospitals Bogor**

# Yes to Life

Katakan Ya pada Kehidupan  
Apa pun yang Terjadi



## Viktor E. Frankl

Penulis MAN'S SEARCH FOR MEANING  
Terjual Lebih dari 18 Juta Eksemplar

Pengantar oleh **Daniel Goleman**

“Viktor Frankl adalah sosok yang penting dalam psikiatri, mungkin lebih jauh lagi, bagi dunia.

Melalui Frankl kita belajar bahwa makna bukan hanya datang dengan cara mendapatkan segala hal yang kita inginkan. Sebaliknya, makna justru bisa hadir dalam penderitaan. Di tengah dunia yang sibuk mencari kesuksesan, kita menjadi tidak sadar bahwa mungkin yang dicari adalah makna kehidupan. Sosok Frankl merupakan antitesis dari kebudayaan yang melihat kehidupan sebatas materi. Dia mengajak kita untuk melihat lebih dalam tentang kemanusiaan. Kehidupan yang bermakna tidaklah sejauh yang kita bayangkan. Kehidupan yang bermakna bisa dimulai dari apa yang kita miliki saat ini.”

—**dr. Jiemi Ardian, Sp.KJ**, Psikiater Siloam Hospitals Bogor, Mindfulness MBSR Teacher, dan Advisor @ibunda.id

“Kumpulan tulisan yang ramping, tetapi sangat penting, dari Frankl ( *Man’s Search for Meaning*), seorang ahli neurologi dan psikiatri Austria ini, memperlihatkan makna hidup bahkan di tengah keputusasaan.... Karya indah ini melampaui konteks aslinya serta menawarkan bimbingan dan kearifan.”

—***Publishers Weekly***, resensi berbintang

“Studi kasus dalam buku ini menimbulkan empati, dan keseluruhan sudut pandang Frankl mampu meyakinkan pembaca. Setelah lebih dari 70 tahun, filosofi Frankl masih tetap menginspirasi.”

—***Kirkus Reviews***

“Gagasan-gagasan Frankl memunculkan perenungan yang mendalam, terutama di masa sekarang ini.”

—***Washington Post***

“*Yes to Life* adalah ajakan provokatif untuk berpikir tentang apa yang Anda yakini dan apa yang Anda dapat lakukan untuk melalui masa-masa sulit. Isinya yang ringkas akan mengundang Anda berlama-lama membaca

berbagai frasa di dalamnya atau membaca ulang halaman-halaman yang menarik perhatian. Untuk tetap mampu bersikap welas asih di tengah kondisi sulit, misalnya, dukungan yang sangat Anda butuhkan dapat ditemukan dalam puisi karya Rabindranath Tagore yang dikutip Frankl ini: Aku tidur dan bermimpi bahwa hidup adalah kegembiraan. Aku terjaga dan melihat bahwa hidup adalah kewajiban. Aku bekerja—dan menemukan, kewajiban adalah kegembiraan.”

—***Oncology Times***

“Suara Frankl tampak sama pentingnya di masa kini dengan di masa lalu ketika kekejaman Nazi membayangi.”

—***Guardian***

“Menawarkan jalan untuk menemukan harapan, bahkan di masa-masa paling kelam.”

—***The New York Times***

“Sebuah kesempatan yang tak boleh dilewatkan untuk memahami [Frankl] dan karyanya secara lebih dalam.”

—***The Jewish Chronicle***

“Viktor Frankl memberi hadiah yang mendorong kita untuk memandang segala sesuatu dalam hidup sebagai sebuah kesempatan.”

—**Edith Eger**, penulis buku laris *The Choice*

Yes to Life



Menyajikan bacaan yang diramu dari beragam informasi, kisah,  
dan pengalaman yang akan memperkaya  
hidup Anda dan keluarga.



Menyajikan bacaan yang diramu dari beragam informasi, kisah,  
dan pengalaman yang akan memperkaya  
hidup Anda dan keluarga.

# **Yes to Life**

Viktor E. Frankl

**nura**

# **Yes to Life**

Viktor E. Frankl

**nura**



Yes to Life

Karya Viktor E. Frankl

Diterjemahkan dari edisi bahasa Inggris: *Yes to Life* yang diterbitkan di Amerika Serikat oleh Beacon Press, 2019.

Dari edisi asli berbahasa Jerman: *Über den Sinn des Lebens* diterbitkan oleh © 2019 Beltz Verlag dalam grup penerbit Beltz Weinheim Basel Hak cipta kata pengantar 2020 © Daniel Goleman

Diterbitkan dengan perjanjian bersama Beacon Press.

Copyright versi Indonesia 2021 © Penerbit Noura Books Hak cipta dilindungi oleh Undang-Undang

Hak penerjemahan ke dalam bahasa Indonesia ada pada Penerbit Noura Books (PT Mizan Publika)

All rights reserved

Penerjemah: Pangestuningsih

Penyunting: Shera Diva

Penyelaras aksara: Nurjaman & Dhiwangkara

Penata aksara: Aniza Pujia

Ilustrator sampul: Silmi Sabila

Perancang sampul: @platypo

Digitalisasi: Lian Kagura

Diterbitkan oleh Noura Books

PT Mizan Publika (Anggota IKAPI)

Jln. Jagakarsa No.40 Rt.007/Rw.04, Jagakarsa-Jakarta Selatan 12620

Telp: 021-78880556, Faks: 021-78880563

E-mail: [redaksi@noura.mizan.com](mailto:redaksi@noura.mizan.com)

<http://www.nourabooks.co.id>

ISBN: 978-623-242-219-3

Untuk mendiang ayahku

### **Daftar Isi**

[Katakan Ya pada Kehidupan](#)

[Tentang Makna dan Nilai Kehidupan I](#)

[Tentang Makna dan Nilai Kehidupan II](#)

[Experimentum Crucis \(Eksperimen yang Menentukan\)](#)

[Catatan Penutup](#)

[Tentang Viktor E. Frankl](#)

[Karya-Karya Lain Viktor Frankl](#)

[Tentang Viktor Frankl Institute](#)

[Tentang Daniel Goleman dan Franz Vesely](#)

[Catatan](#)

Katakan Ya

pada Kehidupan

## Pengantar Daniel Goleman

Sungguh kehadiran buku ini merupakan mukjizat kecil bagi saya. Kuliah yang menjadi dasar gagasan utama buku ini disampaikan pada 1946 oleh Viktor E. Frankl, seorang psikiater, hanya sebelas bulan setelah dia dibebaskan dari kamp kerja paksa tempat dia, belum terlalu lama sebelumnya, berada di ambang kematian.

Kuliah-kuliah tersebut, yang diedit sendiri menjadi buku oleh Frankl, pertama kali diterbitkan dalam bahasa Jerman oleh penerbit asal Wina bernama Franz Deuticke. Buku itu tidak dicetak ulang dan terlupakan begitu saja sampai penerbit lain, Beltz, menemukannya dan meminta izin untuk menerbitkan ulang. Buku *Yes to Life* ini pun belum pernah diterbitkan dalam bahasa Inggris, sampai saat ini.

Selama masa pendudukan Nazi yang panjang, peminat kuliah-kuliah Viktor Frankl yang diterbitkan dalam buku ini sangat merindukan dorongan moral dan intelektual yang ditawarkan, dan memiliki kebutuhan mendesak akan pedoman etika yang baru. Holocaust telah menyebabkan jutaan orang kehilangan nyawa di kamp konsentrasi, termasuk kedua orangtua dan istri Frankl yang sedang hamil. Namun, di tengah tragedi pribadi dan duka mendalam yang dirasa karena akibat kehilangan besar itu, Frankl mampu menemukan penderitaannya dalam sebuah perspektif yang menginspirasi jutaan pembaca karyanya, *Man's Search for Meaning* (Noura Publishing, 2018), dan juga dalam kuliah-kuliahnya yang dikumpulkan dalam buku ini.

Dia tidaklah sendiri dalam penderitaan dan pengalaman mendekati ajal serta dalam menemukan pijakan untuk masa depan yang penuh harapan, setelah mengalami kesengsaraan tak terperikan. Seorang gadis yang merupakan putri pasangan suami-istri penyintas Holocaust mengisahkan kepada saya tentang jaringan pertemanan kedua orangtuanya yang, sebagaimana Frankl, berhasil selamat dari pengalaman mengerikan di kamp kematian. Semula saya mengira dia akan menceritakan kehidupan mereka yang, walaupun tidak depresif, terbelenggu pandangan yang pesimistis.

Namun dia menceritakan kepada saya, saat dia tumbuh besar di pinggiran kota Boston, orangtuanya sering berkumpul dengan teman-teman mereka yang juga sama-sama mantan penghuni kamp kematian Nazi—dan mengadakan pesta. Para wanita, sebagaimana sering dikatakan nenek saya yang ke lahiran Rusia, akan berdandan habis-habisan, mengenakan pakaian terbaik mereka, berbusana glamor se olah mereka akan menghadiri pesta dansa yang mewah. Mereka akan berkumpul di sekeliling makanan yang berlimpah, berdansa, dan bersenang-senang bersama—“menikmati hidup yang indah setiap ada kesempatan,” begitulah gadis itu menggambarkan kannya. Dia selalu ingat bagaimana ayahnya berseru, “Ini yang namanya hidup!” setiap kali mengalami kesenangan yang paling sederhana sekalipun.

Katanya, “Mereka tak pernah melupakan bahwa hidup adalah sebuah karunia dan Nazi telah gagal merampasnya.” Mereka bertekad, setelah neraka yang mereka alami, untuk selalu mengatakan “Ya!” pada kehidupan, apa pun yang terjadi.

Ungkapan “Yes to Life” (Katakan Ya pada Kehidupan), Frankl mengingatnya, berasal dari lirik lagu yang dinyanyikan secara *sotto voce*—

sepelan mungkin, agar tidak menimbulkan kemarahan sipir penjaga. Lagu itu dinyanyikan para tawanan di empat kamp yang pernah dihuninya, salah satunya Kamp Buchenwald yang terkenal. Lagu itu memiliki asal muasal

yang unik. Salah satu komandan Kamp Buchenwald—yang semula dibangun pada 1937 untuk menampung tahanan politik—memerintahkan penulisan sebuah lagu untuk kamp. Para tawanan yang sering kali sudah kelelahan karena kerja paksa dan porsi makanan yang sedikit dipaksa menyanyikan lagu itu berulang-ulang. Seorang mantan tawanan mengatakan bahwa mereka “mengerahkan seluruh tenaga” demi bisa menyanyikan lagu itu.

Namun bagi sebagian yang lain, lirik lagunya justru menimbulkan pengharapan, terutama bait berikut:

... Whatever our future may hold:

We still want to say “yes” to life,

Because one day the time will come—

Then we will be free!

... Apa pun yang ada di masa depan:

Kita tetap ingin mengatakan “ya!” pada kehidupan, Karena suatu hari waktunya akan tiba—

Lalu kita semua bebas merdeka!

Kalau para tawanan Buchenwald, yang disiksa kelaparan dan kerja paksa hingga hampir kehilangan nyawa, mampu menemukan harapan dalam lagu itu di tengah penderitaan mereka yang seakan tak pernah berakhir, Frankl bertanya pada kita, tidakkah seharusnya kita, yang hidup jauh lebih nyaman dari mereka, mampu pula mengatakan “Ya!” pada kehidupan, terlepas apa pun yang akan disajikan hidup kepada kita?

Kredo afirmasi atas kehidupan itu juga menjadi judul buku ini, pesan yang sengaja diperkuat Frankl dalam berbagai pembicaraannya. Tema-tema dasar yang dirangkumnya dalam *Man’s Search for Meaning*, buku yang dibaca luas di seluruh dunia, tampak dalam kuliah-kuliahnya yang disam-



paikan pada Maret dan April 1946, di antara waktu Frankl menulis *Man’s Search for Meaning* dan saat penerbitannya.

Ungkapan “Yes to Life”, Frankl mengingatnya,

berasal dari lirik lagu yang dinyanyikan secara

sotto voce—sepelan mungkin, agar tidak



memancing kemarahan sipir penjaga kamp konsentrasi.

Bagi saya, resonansi dengan gagasan *Yes to Life* lebih bersifat pribadi.

Kakek-nenek saya datang ke Amerika sekitar tahun 1900, menghindari dari masa-masa awal kebencian dan kebrutalan serupa yang dialami Frankl dan para tawanan Nazi lain. Frankl menyampaikan kuliahnya pada Maret 1946, di sekitar masa kelahiran saya; keberadaan saya seolah menjadi perlawanan orangtua saya terhadap kekelaman yang mereka saksikan pada masa itu, sebuah tanggapan terhadap kegeraman yang sama—tanggapannya justru merayakan kehidupan.

Menengok kaca spion ke masa yang lebih dari tujuh dekade lalu itu, realitas yang dibicarakan Frankl dalam kuliah-kuliah ini sudah lama berlalu, berekor trauma dan harapan yang saling menyusul dari generasi ke generasi. Kami, anak-anak pasca-perang menyadari kengerian kamp-kamp kematian itu, sementara sekarang ini hanya sedikit sekali anak-anak muda yang tahu bahwa Holocaust pernah terjadi.

Meskipun begitu, pesan-pesan Frankl, yang terbentuk dari berbagai derita dan ujian yang ditanggungnya, secara mengejutkan juga mendapatkan relevansinya di masa sekarang ini.

Mengakui “Kebohongan Besar” adalah salah satu tugas pekerjaan rumah pelajaran Kewarganegaraan di sekolah menengah saya di California, kebohongan besar biasanya menjadi rencana standar dalam sebuah propaganda. Di kalangan Nazi, kebohongan besar itu adalah klaim bahwa ras Arya adalah ras paling unggul dan ditakdirkan menguasai dunia.

Kekalahan Nazi menumbangkan fantasi itu.

Ketika Perang Dunia II usai dan Perang Dingin mengintai, muncul pula kekhawatiran bahwa Rusia pun akan menggunakan propaganda sebagai salah satu senjata. Itulah sebabnya anak-anak SMA di masa saya belajar mengenali dan melawan kebenaran-semu yang membahayakan.

Sebagai pencegahan melawan kebohongan yang dilancarkan Rusia ketika itu, kami belajar mengenali prinsip-prinsip dasar disinformasi, salah satunya topik Kebohongan Besar. Propaganda, sebagaimana saya pelajari dalam mata pelajaran Kewarganegaraan, bersandar bukan hanya pada kebohongan dan fitnah, tetapi juga penyebaran stereotip negatif yang merusak kredibilitas, istilah-istilah yang menyinggung, dan siasat-siasat lain untuk memanipulasi opini dan keyakinan masyarakat demi memaksakan sebuah agenda ideologis.

Propaganda memainkan peran penting dalam membentuk pandangan masyarakat yang dikuasai Blok Poros (Jerman, Italia, Jepang). Hitler berpendapat bahwa orang akan percaya pada sesuatu yang sering diulang-ulang, dan jika informasi yang berlawanan dengannya terus-menerus disangkal, di bungkam, atau ditolak dengan kebohongan lainnya. Frankl tahu benar propaganda beracun yang dimanfaatkan oleh Nazi dalam meraih kekuasaan dan hal-hal keji lainnya. Semua itu ditujukan, menurut pengamatan Frankl, langsung pada nilai eksistensi manusia, menekankan pada betapa tak berharganya hidup—setidaknya bagi orang-orang, yang

seperti juga Frankl, jatuh ke dalam kategori yang kena fitnah, antara lain kalangan gipsi, gay, Yahudi, pembangkang politik, dan lain-lain.

Saat menjadi tawanan di kamp konsentrasi Nazi, Frankl mengalami sendiri menjadi korban kebohongan sistematis, menjadi bulan-bulanan disiksa para penjaga kamp yang menganggapnya serta tawanan lainnya lebih rendah dari manusia. Ketika dia memberikan kuliah-kuliah yang terangkum dalam buku ini, hanya sembilan bulan setelah pembebasannya dari kamp kerja paksa Turkheim, Frankl memulai pembicaraannya dengan mengutuk propaganda negatif Nazi yang telah menghancurkan segala makna, etika kemanusiaan, dan nilai kehidupan.

Frankl dan warga Wina pengikutnya tahu benar, Nazi telah mengasah keterampilan propaganda mereka hingga tingkat tinggi. Namun, pelajaran Kewarganegaraan yang mengajarkan bagaimana mengidentifikasi hoaks itu sudah lama dilupakan.

Selama berabad-abad, sebagaimana sekarang ini, rentetan disinformasi serupa digunakan oleh para penguasa otoriter di seluruh dunia. Tanda-

tandanya sangat jelas: membe rangus media oposisi, membungkam suara-suara pem bang kang, dan memenjarakan para wartawan yang melaporkan sesuatu yang bertentangan dengan garis penguasa. Bahaya menggantikan berita yang benar dan objektif dengan ren tetan kebohongan, teori konspirasi yang lemah, dan ujaran kebencian “kita lawan mereka”, makin diperkeras oleh media digital. Mereka yang sama-sama percaya pada berita hoaks dapat dengan mudah menemukan orang-orang berpikiran serupa, lalu berkelompok tanpa perlu khawatir akan mene mukan pandangan atau bukti yang bertentangan. Begitulah aturan propaganda.

Saya tidak ingat secara spesifik topik Kebohongan Besar yang muncul dalam tugas pekerjaan rumah saya. Namun, saya bisa menyebut beberapa yang terbongkar selama be berapa dekade. Salah satunya tentang merokok.

Pemerintah Amerika menekankan pentingnya memberikan rokok pada tentara sekutu di Eropa dan Asia—sehingga menanamkan pada sebuah generasi, sebuah kebiasaan yang pada akhir nya memperpendek umur mereka. Pada masa muda saya, merokok dipandang sebagai perbuatan keren dan glamor (iklan pun bisa menjadi bagian dari sebuah Kebohongan Besar). Kini semua tahu kebiasaan merokok meningkatkan risiko penyakit kanker, serangan jantung, dan kematian dini.

Kebohongan Besar lain terkait dengan perusahaan listrik lokal di tempat saya tinggal, PG&E. Di masa saya remaja, perusahaan penyedia energi itu memiliki citra yang dapat dipercaya. Kini kita semua tahu bahwa perusahaan listrik itu adalah perusahaan swasta, yang serakah dan mengambil keuntungan besar, alih-alih mengalokasikan dana untuk pemeliharaan infrastruktur. Dan sekarang, organisasi yang dulu dapat diandalkan itu malah menjadi penyebab banyak ke bakaran hutan—dan menuju bangkrut.

Pelajaran yang dulu saya dapatkan dalam menengarai propaganda kini hilang dari kurikulum sekolah. Namun ke lihatannya waktunya telah tiba lagi untuk kita membela kebenaran dan nilai-nilai dasar kemanusiaan, yang kini kem bali berhadapan dengan para pengumbar propaganda yang meludahkan kebencian. Inilah saatnya kita mengembalikan pelajaran Kewarganegaraan—menyatakan pendapat dengan baik, menjadi warga

negara yang bertanggung jawab, dan mengenali Kebohongan Besar masa kini.

Hal itu sebenarnya sudah mulai terjadi: berbagai pra karsa baru di berbagai belahan dunia, sedang bekerja sama memastikan para siswa SMP

dan SMA mendapatkan pelajaran dalam bidang yang sangat krusial ini.

Di zaman ketika segala macam media menjadi alat persuasi dan propaganda, semua menjadi sesuatu yang layak kita pertanyakan.



Mungkin terasa ganjil bagi para pembaca sekarang bahwa Frankl menghabiskan banyak waktu untuk mempersoalkan asumsi-asumsi yang melatari eutanasia—bukan dalam makna harfiahnya, kematian yang “baik”, lembut, dan tanpa sakit, melainkan dalam arti negatifnya: bahwa ada kehidupan ter tentu yang tak lagi memiliki nilai, termasuk kehidupan orang-orang yang menderita gangguan mental, gangguan perkembangan, sehingga kematian mereka dapat diterima.

Nazi telah membunuh orang-orang seperti itu, tak diragukan lagi, sebuah fakta yang masih segar terpatir dalam benak Frankl hanya beberapa bulan setelah perang berakhir. Sebagai seorang psikiater, Frankl tentu sangat sadar akan kebijakan eutanasia yang membunuh orang-orang dengan gangguan mental—mereka yang tak ada beda dengan pasien-pasiennya di lembaga tempatnya bekerja sebelum perang.

Frankl menyatakan bahwa penderitaan, bahkan sakit yang tak tersembuhkan dan martabat menjalani “kematian sendiri” bisa sangat penuh makna. Di hadapan kematian, sekadar contoh, bisa jadi masih ada rasa keberhasilan diri, baik itu dalam mempertahankan sikap tertentu atau dalam pemenuhan makna hidup orang tersebut. Karenanya, menurut Frankl, tak ada yang berhak menilai hidup seseorang itu tak berarti, atau menganggap orang lain tidak layak memiliki hak untuk hidup. Frankl sendiri baru saja bebas dari kamp konsentrasi, tempat para tawanan seperti dirinya “tidak dianggap ada”.

Walaupun Holocaust dianggap sebagai kejahatan atas kelompok-kelompok etnis, politik, dan agama yang di pandang Nazi sebagai tak berguna, kebijakan pemusnahan massal juga diberlakukan pada mereka yang menyandang gangguan mental, dalam jumlah yang tidak sedikit—

hingga ratusan ribu. Anehnya, pendekatan yang mereka lakukan berasal



dari gerakan “eugenetika” Amerika, sebuah bentuk Darwinisme sosial yang membenarkan masyarakat untuk membersihkan kelompoknya sendiri dari mereka yang dianggap “tidak layak”, sering kali dengan melakukan sterilisasi paksa. Alasan inilah yang kemudian diterapkan sebagai logika program oleh Nazi, yang tentu sangat mengerikan.

Untungnya, pembunuhan terhadap orang-orang seperti itu, secara luas sudah tidak lagi dipilih sebagai taktik untuk menangani orang-orang yang dulu dianggap “tidak diinginkan”. Sekarang ini perdebatan eutanasia hanya menyangkut sisi “kematian yang baik” dari istilah tersebut, di mana seorang penderita sakit parah, yang biasanya merasakan sakit yang luar biasa, memilih untuk mati demi mengakhiri penderitaannya sendiri.

Kontribusi utama Frankl di dunia psikoterapi adalah apa yang disebutnya sebagai Logoterapi, yang menangani permasalahan psikologi dengan cara membantu orang untuk menemukan makna dalam hidup mereka. Alih-alih sekadar mencari kebahagiaan, dia mengemukakan bahwa kita bisa mencari tujuan yang disajikan oleh hidup untuk kita.

Kebahagiaan sendiri tidak termasuk dalam kategori tujuan hidup; kesenangan tidak memberikan makna pada hidup kita. Sebaliknya, dia menegaskan bahwa episode-episode kehidupan tergelap dan tanpa kesenangan sekalipun, bisa menjadi masa-masa bagi kita untuk menjadi dewasa dan menemukan makna. Dia bahkan menyatakan bahwa semakin sulit masalah dan tantangan hidup yang kita alami, maka semakin banyak makna yang kita temukan di dalamnya. Frankl berpendapat bahwa cara kita menangani kesulitan dan penderitaan dalam hidup, akan “menunjukkan siapa diri kita”.

Jika kita tak mampu mengubah nasib kita, setidaknya kita bisa ikhlas menerimanya, beradaptasi dengannya, dan mungkin mengalami



pertumbuhan dalam diri kita, meski di tengah berbagai kesulitan.

Pendekatan ini merupakan bagian dari aliran yang disebut “terapi eksistensial”, yang membahas isu-isu kehidupan yang lebih besar, seperti menghadapi penderitaan dan kematian—semua yang menurut Frankl dapat dihadapi secara lebih baik saat orang memiliki tujuan hidup yang jelas.

Terapi-terapi eksistensial, termasuk versi Frankl, berkembang terutama sebagai bagian dari gerakan psikologi manusiawi yang mencapai puncaknya pada 1970-an dan berlanjut hingga beberapa dekade kemudian.

Yang pasti, sebuah garis keturunan yang sangat kuat dari logo terapi dan analisis eksistensial masih berkembang hingga sekarang.

Dalam pandangan Frankl, ada tiga cara utama orang memenuhi makna hidupnya. *Pertama*, tindakan (aksi), seperti menciptakan sebuah karya, entah itu seni atau kegiatan apa pun yang dicintai—sesuatu yang akan bertahan lebih lama dari usia kita dan terus memberikan manfaat. *Kedua*, ujar Frankl, makna bisa ditemukan saat kita menghargai alam, karya seni, atau cukup dengan mencintai seseorang; Frankl mengutip Kierkegaard, bahwa pintu kebahagiaan selalu membuka ke arah luar. Yang *ketiga*, orang dapat menemukan makna hidupnya ketika ia beradaptasi dan merespons batas-batas yang tak terhindarkan atas kemungkinan-kemungkinan hidupnya, seperti saat menghadapi kematian atau menanggung nasib yang mengerikan seperti menjadi tawanan di kamp konsentrasi. Pendek kata, hidup kita mendapatkan makna lewat tindakan-tindakan kita, lewat mencintai, dan lewat penderitaan.

Kebahagiaan sendiri tidak termasuk dalam

kategori tujuan hidup; kesenangan tidak

memberikan makna pada hidup kita.

Sebaliknya, dia menegaskan bahwa episode-episode kehidupan tergelap dan tanpa

kesenangan sekalipun, bisa menjadi masa-masa

bagi kita untuk menjadi dewasa dan

menemukan makna.

Di sini saya teringat nasihat kehidupan yang di sampai kan Dalai Lama pada perayaan ulang tahunnya yang ke-80, saat saya menulis *A Force of God: The Dalai Lama's Vision of Our World*. Pertama, beliau menyarankan, kuasai kendali internal atas pikiranmu dan caramu menanggapi kesulitan hidup. Lalu, jalani etos welas asih dan kedermawanan, dorongan untuk menolong orang lain. Terakhir, bertindaklah atas dasar pandangan itu, apa pun yang disajikan hidup untukmu.

Frankl mengutip juga rumusan yang senada dari Rabbi Hillel hampir dua ribu tahun lalu. Terjemahannya kira-kira begini: “Jika aku bukan untuk diriku, siapa lagi yang ter sedia untukku? Jika aku bukan untuk orang lain, apakah artinya aku ini? Dan jika bukan sekarang, kapan lagi?” Bagi Frankl, ini berarti bahwa setiap diri kita mempunyai tujuan hidup yang unik dan bahwa melayani orang lain menjadikan hidup kita mulia. Cakupan tindakan kita tidak terlalu pening ketimbang seberapa baik kita merespons tuntutan tertentu dalam hidup kita.

Benang merah dari ketiga nasihat itu adalah tentang cara kita menanggapi realitas kehidupan, waktu demi waktu, di sini dan saat ini, mengungkapkan tujuan kita dalam sebuah etos kehidupan sehari-hari.

Hidup kita secara terus-menerus menampilkan pertanyaan akan makna hidup kita, yang kita jawab dengan cara kita menanggapi kehidupan itu

sendiri.

Yang pasti, Frankl juga melihat kelemahan manusia. Se tiap kita, katanya, tidaklah sempurna—tapi ketaksempurnaan dalam cara kita sendiri. Dia juga



memberikan sebuah pe maknaan positif dalam hal ini, menyimpulkan bahwa ke kuatan dan kelemahan kita yang unik membuat kita tak tergantikan.

Sebagian besar mereka yang, sebagaimana Frankl, ter bebas kan dari kamp konsentrasi Nazi, memilih pindah ke negara lain ketimbang kembali ke kampung halaman, tempat di mana terlalu banyak tetangga mereka yang telah berubah menjadi ancaman. Namun Viktor Frankl memilih untuk tetap tinggal di kampung halamannya di Wina setelah pembebasan, dan men jadi kepala bagian neurologi di rumah sakit utama kota Wina.

Frankl sering dibuat bingung oleh warga Austria di se kitarnya yang mengaku tidak tahu-menahu tentang ke ngerian kamp konsentrasi yang baru saja dialami Frankl. Bagi manapun, bagi Frankl, alibi teman-teman senegaranya itu agak lemah. Dia merasa mereka *memilih* untuk tidak tahu.

Penyintas kamp Nazi yang lain, yaitu psikolog sosial Ervin Staub, diselamatkan dari kematian oleh Raoul Wallen berg, seorang diplomat yang membuatkan paspor Swedia bagi ribuan warga Hungaria, demi menyelamatkan mereka dari Nazi. Staub mempelajari kekejian dan kebencian, dan dia menemukan bahwa salah satu akar dari kejahatan se perti itu adalah pengabaian, orang-orang yang memilih untuk (bersikap) tidak melihat, memilih untuk tidak (mau) tahu. Ketidakacuhan itu dipandang oleh pelaku kekejaman se bagai bentuk persetujuan secara diam-diam. Namun saat para saksi bersuara dan melakukan protes atas tindak ke jahatan yang terjadi, dalam pengamatan Staub, itu akan menyulitkan pelaku kejahatan.

Bagi Frankl, “sikap tak tahu-menahu” yang ditemuinya di Wina pada masa pasca-perang itu menyangkut kamp konsentrasi Nazi yang tersebar di seluruh penjuru Austria, serta sikap “lupa” warga Wina atas nasib tetangga



mereka yang dipenjara dan tewas di kamp-kamp ini. Iktikad yang melamburi sikap tak tahu-menahu itu, Frankl menekankan, lahir dari



keinginan menghindari tanggung jawab atau rasa bersalah terhadap kejahatan yang terjadi. Frankl melihat, pada umumnya orang menjadi tak peduli karena didorong oleh penguasa yang otoriter—sebuah fakta yang juga terjadi di zaman sekarang ini.

Sikap tanpa dosa serupa, “*Saya sama sekali tidak men duga*”, memiliki resonansinya pada masa kini di dalam munculnya ketegangan antar-generasi. Anak-anak muda di seluruh dunia marah pada generasi yang lebih tua karena mewariskan planet yang hancur, di mana kerusakan lingkungan tak tercegah akan berlangsung selama puluhan tahun mendatang, bahkan berabad-abad kemudian.

Ketakpedulian terhadap lingkungan ini sudah berlangsung berabad-abad, sejak Revolusi Industri. Sejak saat itu kita telah menyaksikan penemuan platform dan proses manu faktur yang tak terhitung jumlahnya, sebagian besar muncul di era ketika kita sama sekali tidak bisa menduga dampak ekologisnya. Kemajuan dalam sains dan teknologi menjadi kan dampak ekologis ini makin tampak jelas, sehingga me munculkan opsi untuk lebih mencermati krisis iklim dan, semoga saja, akan ditangani secara meluas di seluruh dunia dan secara berkesinambungan oleh generasi-generasi mendatang.

Alternatif-alternatif disruptif yang benar-benar “hijau” seperti itu merupakan salah satu cara mengurangi suramnya Bumi 2.0—planet tercinta ini dalam beberapa dekade men datang—sebuah fakta menarik tentang kehidupan kaum muda sekarang ini. Andai Frankl masih bersama kita sekarang ini (dia meninggal pada 1997), dia pasti akan gembira melihat banyak anak-anak muda memilih untuk peduli dan berupaya menemukan tujuan serta makna hidupnya di tengah fakta-fakta lingkungan yang mengemuka, sekaligus bertindak untuk mengatasinya.

Di tengah maraknya kegilaan yang begitu memengaruhi dunia “beradab”

selama perang besar yang baru saja usai, Frankl merasa generasi lebih muda di masanya tidak lagi memiliki teladan yang akan memberi mereka idealisme yang penuh semangat, energi yang mendorong kemajuan. Dia merasa bahwa anak-anak muda yang menyaksikan perang, telah melihat terlalu banyak kekejian, penderitaan yang tak bermakna, dan kegagalan yang menyedihkan untuk sekadar menanamkan pandangan positif, apalagi antusiasme.

Tahun-tahun menjelang dan selama perang, tulis Frankl, telah “benar-benar menistakan” segala prinsip, melahirkan pandangan nihilistik bahwa dunia ini tidak lagi berarti. Frankl mempertanyakan, bagaimana mungkin menumbuhkan kembali dan mempertahankan konsep-konsep seperti makna mulia kehidupan, yang telah secara sembrono dihancurkan oleh semburan kebohongan?

Dalam wawasan lain yang juga relevan dengan kondisi saat ini, Frankl melihat bahwa pandangan materialistis, yaitu saat orang tanpa pikir panjang mengonsumsi dan terobsesi pada apa yang akan mereka beli selanjutnya, melambungkan sebuah kehidupan yang tanpa makna, sebagaimana diistilahkannya, yaitu saat kita “terus melahap” tanpa memikirkan moralitas. Kegairahan materialistis itulah yang saat ini mendominasi pandangan dunia, tanpa adanya makna atau tujuan batin yang lebih besar.

Belum lagi kemerosotan martabat manusia yang diciptakan oleh sistem ekonomi yang, selama beberapa dekade terakhir sebelum Frankl menyampaikan gagasan-gagasannya, telah menghinakan pekerja pria dan wanita sebagai sekadar “sarana”, merendahkan derajat mereka sebagai sekadar “alat” mendatangkan uang bagi orang lain. Frankl melihat hal ini sebagai penghinaan atas martabat manusia, menegaskan bahwa seorang manusia tidak pantas menjadi sarana atau alat bagi sebuah tujuan.



Pandangan materialistis,

saat orang tanpa pikir panjang mengonsumsi

dan terobsesi

pada apa yang akan mereka beli selanjutnya,

melambangkan sebuah kehidupan yang tanpa makna, sebagaimana diistilahkan Frankl, “terus melahap” tanpa memikirkan moralitas.

Lalu tentang kamp konsentrasi, tempat kehidupan di pan dang tak ada bedanya dengan kematian, namun manusia tetap dieksploitasi sebagai budak dalam kerja paksa yang menguras kekuatan mereka hingga tetes darah terakhir. Dari semua itu—ditambah fakta sederhana adanya kolusi dengan pemimpin-pemimpin yang jahat—negara-negara Eropa khu sus nya di hantui perasaan bersalah. Pada puncaknya, Frankl menyadari sebagai seorang yang selamat dari kamp ke matian, “orang-orang terbaik di antara kita” tidak kembali. Kesadaran tentang hal itu melahirkan “rasa berdosa mereka yang selamat”, yang efeknya sangat melumpuhkan. Para penyintas kamp kon sen trasi seperti Frankl, sekelompok kecil keajaiban, harus belajar lagi bagaimana bisa merasakan kebahagiaan.

Berangkat dari semua penistaan itu, untuk mencapai rasa kebermaknaan dari krisis batin yang dialami, se bagai mana dirasakan Frankl, orang akan digiring kepada pan dang an yang sama sekali tidak menyenangkan, yaitu eksistensialisme nihilis tik—mengingat kita pada drama pasca-perang gu bahan Samuel Beckett, *Menunggu Godot*, sebuah ekspresi sinisme dan keputusan pada masa-masa itu. Sebagai mana dinyatakan Frankl, “Tidak perlu kaget jika filosofi kontemporer memandang dunia ini seolah tak berarti.”



Kita melompat ke masa tujuh dekade kemudian atau lebih—masa sekarang. Serangkaian bukti menunjukkan bahwa banyak anak-anak muda sekarang ini mengutamakan makna dan tujuan hidup mereka—sebuah perkembangan yang mung kin tidak pernah dibayangkan Frankl mengingat lensa gelap yang didapatnya setelah pengalaman kengerian selama men jadi tawanan Nazi. Namun sekarang ini, mereka yang mela kukan rekrutmen karyawan di berbagai perusaha an, misalnya, melaporkan bahwa generasi baru yang melamar pekerjaan, lebih dari waktu-waktu sebelumnya, cenderung

menolak bekerja di tempat yang memiliki aktivitas bertentangan dengan nilai-nilai hidup mereka.

Intuisi Frankl yang menyatakan bahwa tujuan hidup sangatlah penting bagi seseorang, didukung oleh sebuah lembaga riset terkemuka. Sebagai contoh, memiliki tujuan hidup akan menciptakan semacam penyangga melawan rasa sakit. Orang yang memiliki tujuan hidup, menurut data, cenderung berumur lebih panjang. Para peneliti menemukan bahwa memiliki tujuan hidup merupakan salah satu faktor penting untuk kesejahteraan fisik dan mental seseorang.

Dalam drama yang digubah Beckett, Estragon dan Vladimir, dua karakter yang menunggu Godot saat sedang terjebak dalam keputusan abadi, sama-sama melakukan upaya bunuh diri yang ceroboh demi melarikan diri dari kesulitan yang tak masuk akal. Sebaliknya, Frankl berhasil menciptakan sebuah program pencegahan bunuh diri pada dekade sebelum Nazi menggiringnya ke kamp konsentrasi. Di sekolah-sekolah Jerman pada masa itu juga terjadi sejumlah gelombang bunuh diri di kalangan pelajar setelah mereka menerima laporan nilai ujian yang menentukan jenjang pendidikan/pelatihan yang berhasil atau gagal mereka dapatkan.



Intuisi Frankl bahwa tujuan hidup sangatlah penting bagi seseorang, didukung data-data lembaga riset masa kini. Orang yang memiliki

tujuan hidup akan menciptakan semacam penyangga melawan rasa sakit. Orang yang memiliki tujuan hidup, menurut data, cenderung berumur lebih panjang—memiliki tujuan hidup merupakan salah satu faktor penting untuk kesejahteraan fisik dan mental seseorang.

Namun bunuh diri, menurut Frankl, mewakili ketakbermaknaan yang tinggi. “Bunuh diri,” tulisnya, “tak pernah menyelesaikan masalah” atau menjawab pertanyaan kehidupan. Frankl menyarankan bahwa alih-alih merasa sedih dan lebih-lebihkan penderitaan hidup akibat nilai buruk, para pelajar hendaknya merenungkan aspirasi yang lebih besar bagi hidup mereka. Program yang diselenggarakan Frankl, menurut sejumlah sumber, menekan tingkat bunuh diri hingga ke titik nol pada tahun pertama diluncurkan.

“Siapa pun yang memiliki alasan **mengapa** hidup akan mampu menahankan hampir semua **bagaimana** (keadaan dalam hidupnya),”

demikian dinyatakan filsuf Jerman Friedrich Nietzsche. Frankl menggunakan pepatah ini sebagai penegasan bagi tekad kuat untuk keluar selamat dari kamp Nazi yang dia amati pada sejumlah tawanan. Mereka yang menemukan makna dan tujuan yang lebih besar dalam hidupnya, yang memiliki mimpi akan kontribusi yang dapat mereka berikan pada kehidupan, dalam pandangan Frankl, memiliki kemungkinan lebih besar untuk selamat ketimbang mereka yang memilih untuk menyerah.

Sebuah fakta penting sangat jelas di sini. Di tengah kekejaman penjaga kamp, pemukulan, penyiksaan, dan ancaman kematian yang terus-menerus, terdapat satu bagian dari hidup mereka yang tetap bebas: pikiran mereka.

Harapan, imajinasi, dan mimpi-mimpi para tawanan itu bergantung sepenuhnya pada diri mereka sendiri, terlepas dari keadaan penuh

penderitaan yang mereka alami. Kemampuan batin inilah kebebasan sejati manusia; banyak tawanan mampu menghadapi kelaparan, Frankl mengamati, “jika kelaparan itu memiliki makna dan tujuan.”

Pelajaran yang didapat Frankl dari fakta eksistensial ini: persepsi kita atas peristiwa-peristiwa dalam hidup—bagai mana kita menyikapi mereka—

sama atau bahkan lebih penting ketimbang peristiwa itu sendiri. “Nasib”

adalah apa yang menimpa kita tanpa bisa kita kendalikan. Namun, masing-masing kita bertanggung jawab atas cara bagaimana menempatkan peristiwa-peristiwa yang kita alami dengan cara yang lebih bermakna.

Frankl memegang pandangan tentang pentingnya memberi makna ini bahkan sebelum mengalami kekejian kamp konsentrasi, meskipun pengalamannya sebagai tawanan kebiduan makin memperdalam keyakinannya itu. Ketika dia ditangkap dan dideportasi pada 1941, dia menjahit manuskrip buku yang mengungkapkan pandangannya ini di lipatan jaketnya. Dia berharap suatu hari dapat menerbitkan buku itu, meskipun pada akhirnya dia harus menyerahkan jaket itu—dan naskah yang ingin diterbitkannya—kepada tentara Nazi, pada hari pertamanya sebagai tawanan. Dan keinginannya yang kuat untuk suatu hari dapat menerbitkan buku itulah, juga kerinduannya bertemu kembali dengan orang-orang yang dia cintai, memberikannya tujuan yang membuat Frankl mampu bertahan.

Setelah perang, dan dengan pandangan optimis akan kehidupan yang masih melekat padanya, meski berhadapan dengan kebrutalan kamp kematian, Frankl dalam kuliah-kuliahnya di buku ini mengajak kita untuk

berjuang menuju “kemanusiaan yang baru”, bahkan di hadapan kehilangan, patah hati, dan kekecewaan yang kita alami. “Apa pun yang masih manusiawi,” katanya, “masih layak dipertahankan.”

Frankl ingat bertanya kepada para mahasiswanya apa kiranya yang menjadi makna dan tujuan hidup sang dosen (Frankl). Seorang mahasiswa menjawabnya dengan sangat tepat: menolong orang lain menemukan makna hidupnya. Frankl mengakhiri kuliah dan bukunya ini dengan mengatakan bahwa keseluruhan makna dan tujuan hidupnya adalah



memastikan bahwa kita semua dapat mengatakan “Ya!” pada kehidupan,  
terlepas apa pun yang kita alami.[]

—Daniel Goleman

Boston, Musim Dingin 2020

Tentang

## Makna dan Nilai Kehidupan I

Berbicara mengenai makna dan nilai kehidupan terasa makin penting saat ini (1946), ketimbang sebe lumnya; pertanyaannya hanyalah, apakah mungkin dan bagaimana hal ini bisa dilakukan. Dalam beberapa hal, sebenarnya hal ini lebih mudah dilakukan sekarang—saat kita bisa bebas bicara mengenai banyak hal, yaitu hal-hal yang secara inheren terkait dengan masalah kebermaknaan dan nilai eksistensi manusia, serta dengan martabat manusia. Bagaimanapun, karena satu dan lain hal, semakin sulit saja untuk kita bicara soal makna, nilai-nilai, dan martabat. Kita harus bertanya pada diri sendiri: masihkah kita bisa dengan mudah menggunakan kata-kata tersebut, sekarang ini? Tidakkah makna sesungguhnya kata-kata tersebut entah bagaimana, jadi dipertanyakan? Tidakkah kita kini melihat, dalam beberapa tahun belakangan ini, terlalu banyak propaganda negatif mengaburkan makna mereka, atau makna yang semula mereka miliki?

Propaganda beberapa tahun terakhir ini adalah sebuah propaganda melawan segala makna yang mungkin ada dan melawan nilai-nilai eksistensi manusia itu sendiri. Sungguh nyalah, masa belakangan ini makin menunjukkan ketidak bermaknaan hidup manusia.

Sejak Kant, pemikiran Eropa telah berhasil membuat pernyataan yang jelas tentang martabat sejati manusia: Kant sendiri, dalam perumusan kedua imperatif kategorisnya (aturan moral) mengatakan bahwa segala sesuatu memiliki nilai, tetapi manusia memiliki martabat—seorang manusia tidak seharusnya menjadi sebuah alat untuk suatu tujuan. Namun seperti terjadi dalam *sistem ekonomi* beberapa dekade terakhir, sebagian besar *manusia pekerja* telah berubah menjadi sekadar sarana, turun derajatnya menjadi

sekadar alat demi hidupnya ekonomi. Bukan lagi kerja yang menjadi alat tercapainya sebuah tujuan, alat untuk hidup atau, sesungguhnya, menyediakan makanan untuk hidup—tetapi manusia dan kehidupannya, energinya yang sangat penting, “tenaga manusia”-nya (*man power*), yang ternyata kemudian menjadi alat bagi tujuan yang diinginkan.

Lalu tibalah perang—sebuah perang tempat manusia dan hidupnya bahkan dijadikan sarana kematian. Lalu ada kamp-kamp konsentrasi. Di kamp-

kamp itu, bahkan kehi dupan yang dipandang hanya layak untuk mati, dieksploitasi sampai batas absolutnya. Sungguh sebuah penistaan hidup, penghinaan, dan pelecehan kemanusiaan! Coba bayangkan—agar kita bisa menilai—bahwa sebuah negara, entah bagai mana caranya, memanfaatkan semua warga yang sudah mereka tetapkan kematiannya, mengeksploitasi tenaga me reka hingga saat-saat terakhir—mungkin karena berpikir bahwa cara itulah yang paling masuk akal ketimbang lang sung membunuh mereka, atau bahkan memberi makan se lama sisa hidup mereka. Dan bukankah cukup sering kami mendengar ucapan para penjaga kamp, bahwa kami

“tidak layak diberi semangkuk sup,” sup yang dibagikan kepada kami sebagai satu-satunya makanan hari itu, yang harus kami bayar harganya dengan bersusah payah menggali te rowongan? Kami orang-orang yang tak berharga ini bahkan harus menerima pemberian yang tak pantas kami terima itu dengan sikap sesuai aturan: saat sup diberikan padanya, seorang tahanan harus mengangkat topinya. Jadi, sementara jiwa kami tak layak dibandingkan dengan semangkuk sup, kematian kami pun bernilai sangat rendah, bahkan tak layak untuk dihargai dengan sebutir peluru, cukuplah dengan Zyklon B1.

Akhirnya, sampai pula kita ke soal *pembunuhan massal* di rumah sakit jiwa. Di sini, menjadi sangat jelas bahwa setiap orang yang hidupnya tak lagi “produktif”, bahkan walaupun sekiranya hidupnya berada dalam



kondisi yang sangat menyedihkan, secara harfiah dinyatakan sebagai “tidak pantas hidup”.

Namun sebagaimana kami sampaikan sebelumnya, bah kan segala “hal tak masuk akal” disebar-sebarkan juga pada waktu itu. Apa yang kami maksud dengan ini semua?

Sering kami mendengar penjaga kamp

mengatakan bahwa kami

“tidak layak diberi semangkuk sup,” yang  
dibagikan kepada kami sebagai satu-satunya  
makanan hari itu, yang harus kami bayar  
dengan bersusah payah menggali terowongan.

Kami orang-orang yang tak berharga ini bahkan  
harus menerima pemberian yang tak pantas  
kami terima itu dengan sikap sesuai aturan:  
saat sup diberikan, seorang tahanan harus  
mengangkat topinya.

Jadi, sementara jiwa kami tak layak  
dibandingkan dengan semangkuk sup,  
kematian kami pun dinilai sangat rendah,  
bahkan tak layak untuk dihargai dengan sebutir  
peluru, cukuplah dengan gas beracun Zyklon B.

Sekarang ini, sikap kita terhadap kehidupan sangat tidak memberikan ruang  
bagi keyakinan akan adanya makna. Kita hidup dalam periode pasca-perang  
yang sangat tipikal. Meski saya menggunakan semacam frasa jurnalistik di  
sini, pe mi kiran dan kondisi spiritual rata-rata orang se karang

ini se bagian besar dapat digambarkan sebagai “meledak secara spiritual”.

Ini saja sudah buruk, tetapi makin diperparah oleh fakta bahwa pada saat yang sama, kita secara keseluruhan didominasi oleh perasaan bahwa kita belum selesai perang. Penemuan bom atom menimbulkan ketakutan akan kehancuran berskala global, semacam kiamat, perasaan “akhir dunia” yang mencengkeram pada akhir milenium kedua. Kita telah mengenal perasaan

“akhir dunia” itu dari sejarah. Mereka hadir pada masa awal dan akhir milenium pertama. Dan, yang meluas, munculnya perasaan ketakstabilan dan ketidaknyamanan akhir abad (*fin-de-siecle*); celakanya, ini bukan menjadi satu-satunya emosi yang melumpuhkan; pada akar dari semua perasaan itu adalah fatalisme.

Bagaimanapun, kita tak mungkin melangkah menuju sebuah rekonstruksi spiritual dengan sikap fatalistik seperti itu. Pertama-tama kita harus mengatasinya. Namun dalam melakukannya, kita harus memperhitungkan bahwa kita tidak dapat bersikap dengan sekadar optimisme suka-suka, menyerahkan pada sejarah begitu saja segala peristiwa yang dihadapkannya selama tahun-tahun kelam itu. Kita menjadi pesimistis. Kita tak lagi percaya pada progres, pada evolusi kemanusiaan yang serta-merta dapat berjalan begitu saja. Keyakinan membabi buta pada kemajuan yang berjalan dengan sendirinya hanya berlaku bagi mereka yang puas diri —keyakinan seperti itu sekarang ini akan menjadi sikap yang reaksioner.

Kini kita tahu apa yang mampu dilakukan manusia. Dan kalau ada perbedaan fundamental antara cara orang memandang dunia sekeliling mereka pada masa lalu dibanding dengan cara pandang mereka sekarang, mungkin dapat dirumuskan sebagai berikut: pada masa lalu, aktivisme dipasangkan

dengan

optimisme,

sedangkan

sekarang,



akti visme

membutuhkan pesimisme. Sebab sekarang ini, setiap gereget untuk bertindak muncul dari pengetahuan bahwa tidak ada kemajuan yang kita

yakini bisa diandalkan. Kalau sekarang ini kita tak bisa duduk diam, itu karena masing-masing dari kita menentukan sejauh apa dan bagaimana segala sesuatu “berjalan”. Kita tahu bahwa kemajuan diri hanya mungkin bagi masing-masing individu, sedangkan kemajuan masyarakat pada umumnya sekadar mencakup kemajuan teknis—ini membuat kita terkesan, tetapi hanya karena kita memang hidup di era teknis. Tindakan kita sekarang hanya bisa muncul dari pesimisme kita sendiri; kita hanya bisa meraih peluang dalam kehidupan dari sudut pandang skeptisisme, sementara optimisme lama hanya akan membuai kita ke dalam sikap puas diri dan fatalisme, meski bukan fatalisme yang lesu. Namun, bagi saya tetap lebih baik aktivisme yang dipicu oleh sikap skeptis ketimbang fatalisme yang lahir dari optimisme membabi buta.

Keyakinan kita akan kebermaknaan hidup harus benar-benar tangguh agar tidak hancur oleh wabah skeptisisme. Kepercayaan kita akan makna dan nilai eksistensi manusia harus total sehingga mampu menahan gempuran skeptisisme dan pesimisme. Inilah saat seluruh idealisme demikian me ngecewakan, seluruh antusiasme dilecehkan, tetapi kita tak bisa berpaling kecuali bersandar pada idealisme atau antu siasme itu. Namun generasi sekarang, anak-anak muda zaman ini—pada merekalah seharusnya kita menemukan idealisme dan antusiasme—tidak lagi memiliki teladan.

Terlalu banyak pergolakan yang mereka saksikan, terlalu banyak kekacauan di sekitar mereka—dan sebagai konsekuensinya, kekacauan di dalam diri mereka juga; sungguh terlalu banyak bagi sebuah generasi yang seharusnya kita andalkan, untuk bisa mempertahankan idealisme dan antusiasme mereka.

Tak seorang pun peduli dengan semua program, slogan, dan prinsip-prinsip hidup, hingga tidaklah mengejutkan kalau filsafat kontemporer sekarang ini memandang dunia seolah tanpa arti. Namun, di tengah



nihilisme ini, di tengah pe si misme dan skeptisisme ini, di tengah kesadaran baru yang sebenarnya sudah usang, kita harus berjuang menuju kemanusiaan yang baru. Masa beberapa tahun belakangan ini mungkin telah mengecewakan kita, tetapi juga me nunjukkan kepada kita bahwa kemanusiaan masih sangat berharga; meng ajari kita bahwa muara semuanya adalah soal manusia. Di atas segalanya, pada akhirnya, yang terpenting adalah soal ma nusia! Sebab, manusialah yang pada akhirnya selamat dan lolos dari semua kekejian belum lama ini. Demikian juga, ma nusialah yang memiliki pengalaman hidup di kamp-kamp kon sentrasi. (Terdapat sebuah contoh tentang hal ini di Bavaria, saat komandan kamp, seorang tentara SS, secara diam-diam menggunakan uang pribadinya untuk membeli obat-obatan bagi tawanan-“nya”, di apotek dekat pasar kota Bavaria; se mentara di kamp yang sama, penjaga senior kamp, yang juga seorang tawanan, berlaku keji ter hadap sesama tawanan: semuanya sangat bergantung pada diri pribadi masing-masing manusia!)

Keyakinan kita akan kebermaknaan hidup harus

benar-benar tangguh agar tidak hancur oleh

wabah skeptisisme. Kepercayaan kita

akan makna dan nilai eksistensi manusia harus

total sehingga mampu menahan gempuran

skeptisisme dan pesimisme.

Yang tertinggal selalu sang diri, sang manusia—bukan hal lain.

Segalanya telah terenggut—uang, kekuasaan, ke te naran; tak ada lagi yang pasti: kehidupan, kesehatan, ke ba hagiaan; semua dipertanyakan—

kebanggaan, ambisi, hu bungan dengan orang lain. Semua sirna. Dengan semua kepahitan yang terjadi, segala yang tak penting pun musnah—ke ber-

adaan diri manusia menyusut menjadi sekadar bagian dari sebuah gerombolan, tak seorang pun tampil sebagai individu riil, benar-benar tak seorang pun—tak dikenal (anonim), bahkan tak bernama ( *nameless!*), yang ada hanyalah sebuah nomor tahanan; atau dengan kata lain, ia lebur menjadi diri esensialnya. Maka pada akhirnya, apakah ada semacam keputusan yang perlu diambil? Tidak mengejutkan, sebab “eksistensi diri”—ketika kondisi manusia berada pada tingkat paling telanjang dan paling mentah—tak lain adalah sesuatu yang harus diputuskan juga.

Bagaimanapun, banyak alasan di sekeliling kita untuk membuat keputusan tersebut; faktor paling penting adalah eksistensi orang lain, dan kesadaran ini harus mewujud dalam tindakan. Tindakan lebih bermanfaat ketimbang se gala petatah petitih, tulisan, atau semboyan apa pun. Eksis tensi diri-manusia selalu lebih penting dari sekadar kata-kata. Penting bagi kita untuk selalu mempertanyakan apa kah kita menyadari dan menghidupkan eksistensi diri ini dalam ke seharian kita, ketimbang sekadar berpidato, memberikan kuliah, atau menulis buku: setiap diri kita mengaktua li sasikan segala sesuatu di dalam tindakan kita. Apa yang diaktualisasikan juga akan berdampak lebih efektif. Kata-kata tidaklah cukup. Saya pernah diminta meninjau aparte men seorang perempuan yang baru saja bunuh diri. Pada dinding di atas sofanya, terpasang sebuah poster berpigura rapi, bertuliskan:

“Keberanian dan ketabahan menghadapi hidup akan mengalahkan nasib.”

Dan perempuan ini telah melakukan bunuh diri tepat di bawah poster itu.

Tentu saja mereka yang bisa menjadi teladan tentang sikap hidup ini sangatlah sedikit. Sikap pesimis kita memahami hal ini; tetapi itulah sebabnya mengapa penting sekali bagi kita untuk aktif bertindak, yang menjadi tanggung jawab se bagian orang saja. Sebuah mitos kuno menyebutkan bahwa keberadaan dunia ini hanya bergantung pada tiga puluh enam orang yang sungguh-sungguh adil, yang selalu ada setiap saat.

Bayangkan, hanya tiga puluh enam orang! Sa ngat minoritas. Namun mereka memastikan kehadiran mo ralitas yang berkelanjutan di seluruh dunia ini. Namun de mi kian, cerita ini masih berlanjut: begitu satu di antara manusia-manusia adil itu dikenali dan terungkap oleh ling kungan sekelilingnya sebagai manusia istimewa, dikenali oleh sesama manusia, dia pun menghilang, “menarik diri”, dan meninggal seketika. Apa artinya?

Pada saat kita mene mui kecen de rungan menggurui pada seorang panutan, kita langsung bersikap menentang; kita, para manusia ini, tidak suka digurui seperti anak-anak.

Apa yang kemudian dibuktikan oleh semua itu? Apa yang telah kita pelajari dari masa lalu? Dua hal: segala sesuatu bergantung pada individu-individu manusia, terlepas dari seberapa kecil jumlah orang yang berpemikiran serupa, dan segala sesuatu bergantung pada masing-masing orang, melalui tindakannya, dan bukan sekadar kata-katanya, yang secara kreatif mewujudkan makna hidup dalam dirinya. Karenanya, kita harus melawan propaganda negatif yang sering muncul, yang berseru “Omong Kosong,” atau “Peduli Amat,” menggantikannya dengan propaganda yang pertama-tama harus bersifat individual dan, kedua, bersifat aktif dan aktual.

Hanya dengan cara itu kita dapat mengubah dunia ini menjadi lebih positif.

Cukup banyak pertanyaan awal yang harus dilontarkan, antara lain mungkinkah, dan dalam kondisi seperti apa, serta dengan semangat apa, seseorang pada masa sekarang ini dapat menjadi pendukung makna dan nilai kehidupan. Sebab begitu kita berbicara makna keberadaan manusia, maka makna diri kita sendiri dipertanyakan. Pada saat kita secara eksplisit mempertanyakan makna diri kita, besar kemungkinan akan muncul keraguan. Dan keraguan akan makna keberadaan manusia dapat dengan

mudah menjerumuskan kita pada perasaan putus asa. Kita pun sering menemukan keputusan ini sebagai keputusan bunuh diri.

Bicara tentang bunuh diri, kita harus membedakan empat alasan penting yang melahirkan keinginan dari dalam diri seseorang untuk bunuh diri—

empat alasan yang secara esensi sungguh berbeda. *Pertama*, bunuh diri dapat meru pakan sebuah konsekuensi—konsekuensi yang tidak selalu dari aspek mental, tetapi juga fisik, terkait kondisi (kese hatan) tubuh. Ini termasuk ketika seseorang mengalami perubahan kondisi mental akibat keadaan fisiknya, mela ku kan percobaan bunuh diri karena merasa harus mela ku kan nya. Kasus seperti ini tidak akan kita bahas dalam diskusi tentang makna hidup.

*Kedua*, ada orang-orang yang bertekad melakukan bunuh diri atas dasar pertimbangan akibat yang ditimbulkan tin dak annya itu terhadap lingkungan sekelilingnya: orang yang ingin melakukan balas dendam kepada seseorang atas se suatu yang ditimpakan kepadanya, dan yang sangat ingin segera melakukan balas dendam itu demi memberikan rasa bersalah pada mereka yang dianggap telah mendorong tin dakan bunuh diri tersebut—rasa bersalah seumur hidup. Kasus-kasus seperti ini juga harus kita keluarkan dari pem bahasan tentang makna hidup.

Yang *ketiga*, ada orang-orang yang keinginannya untuk bunuh diri muncul dari fakta bahwa mereka sekadar merasa lelah, lelah akan hidup.

Namun, kelelahan ini adalah sebuah perasaan—dan kita tahu perasaan bukanlah alasan. Bahwa seseorang merasa lelah, teramat lelah, pada hakikatnya bukanlah alasan bagi mereka untuk berhenti dan mening gal kan jalur. Segalanya akan sangat bergantung pada jawaban pertanyaan, apakah kalau dia melanjutkan, perjalanan itu memiliki makna, apakah hal itu layak ditempuh karena akan mampu mengatasi kelelahannya. Apa yang dibutuhkan di sini sederhana saja, yaitu jawaban atas pertanyaan me nge nai makna hidup, tentang melanjutkan kehidupan di tengah kelelahan terus-menerus yang ditimbulkan dunia sekitar. Dengan demikian, ini pun bukan

alasan untuk terus me lan jutkan hidup; semangat untuk melanjutkan hidup, bagaima pun, hanya akan muncul jika ada pengetahuan tentang makna

hidup yang tanpa syarat.

Namun sesungguhnya, kelompok *keempat* ada di sini, yaitu mereka yang bunuh diri karena mereka tidak percaya bahwa hidup ini pantas dijalani, tidak percaya pada makna hidup itu sendiri. Bunuh diri dengan motif seperti itu umum disebut “bunuh diri neraca (kehidupan)” atau *balance sheet suicide*. Ia merupakan hasil dari apa yang disebut “neraca hidup negatif”.

Para pelaku membuat “neraca” dan membandingkan apa yang mereka miliki (kredit) dengan apa yang mereka rasa seharusnya dimiliki (debit); mereka lalu menemukan selisih dan menganggap hidup masih punya utang yaitu berupa hal-hal yang seharusnya bisa mereka dapatkan. Saldo negatif yang mereka temukan itulah yang kemudian menanamkan gagasan kepada mereka tentang bunuh diri. Sekarang kita akan mencoba memeriksa neraca ini.

Normalnya, kolom kredit mengandung semua kesakitan dan penderitaan; kolom debit memuat daftar semua kebahagiaan dan keberuntungan yang tidak diperoleh. Namun, neraca ini sebenarnya sama sekali tidak betul.

Sebab, sebagaimana sering dikatakan, “Kita di dunia ini bukan untuk bersenang-senang.” Dan ini pernyataan yang benar dalam kerangka perbandingan antara apa yang terjadi dan apa yang seharusnya terjadi. Apa yang ada dan apa yang seharusnya ada. Orang yang tidak merasakan hal ini sebaiknya mempelajari tulisan-tulisan seorang psikolog eksperimental Rusia, yang pernah membuktikan bahwa rata-rata manusia mengalami lebih banyak perasaan tidak puas ketimbang perasaan puas/senang—dengan kesenjangan yang sangat signifikan. Karenanya, sungguh tidaklah mungkin kita berharap hidup hanya demi kepuasan/kesenangan. Namun, bukankah kepuasan itu memang diperlukan—bukankah hidup memang demi

mengejar kepuasan? Mari kita bayangkan seseorang yang divonis hukuman mati dan, beberapa jam sebelum dieksekusi, sipir penjara menyampaikan bahwa lelaki itu bebas memilih menu apa pun untuk makan malam terakhirnya. Penjaga menanyakan makanan apa yang dia inginkan, menawarkan berbagai macam menu lezat; tetapi lelaki itu menolak semua saran. Dia berpikir, sungguh tidak ada gunanya apakah makanan terakhirnya enak atau tidak, toh dalam beberapa jam dia hanya akan

menjadi sesosok mayat. Begitulah, bahkan kepuasan yang masih bisa dirasakan oleh saraf-saraf otak tampak tidak ada artinya di hadapan fakta bahwa dalam dua jam perasaan itu akan hancur untuk selama-lamanya.

Bagaimanapun seluruh hidup ini berdiri di hadapan kematian, dan jika pandangan lelaki itu benar, maka seluruh hidup kita ini tentu juga tak ada maknanya sama sekali, apakah kita harus berjuang demi kepuasan saja dan bukan hal lain—lebih baik lagi kepuasan dengan derajat tertinggi.

Kepuasan sendiri tidak dapat memberikan makna pada keberadaan kita; maka ketiadaannya pun tidak bisa mencahkan makna hidup itu sendiri, yang sekarang menjadi sangat jelas bagi kita.

Seorang lelaki yang terselamatkan dari sebuah upaya bunuh diri suatu hari mengatakan kepada saya bagaimana dia ingin sekali keluar kota dan menembak dirinya sendiri dan betapa, karena sudah sore dan trem tak lagi beroperasi, dia merasa perlu memanggil taksi, dan bagaimana dia masih menggerutu karena harus membayar ongkos yang lebih mahal, dan betapa akhirnya dia tersenyum-senyum mengenang sempat-sempatnya dia memiliki kegusaran semacam itu sesaat sebelum kematiannya. Kelihatannya sangat tidak masuk akal seorang pria yang bermaksud bunuh diri mempersoalkan uang yang harus dikeluarkannya untuk taksi—di hadapan kematian.

Rabindranath Tagore dengan indah mengekspresikan kekecewaan manusia atas klaim kebahagiaan hidup, melalui puisi berikut: Aku tidur dan bermimpi

bahwa hidup adalah kegembiraan



Aku terjaga dan melihat

bahwa hidup adalah kewajiban

Aku bekerja—dan menemukan,

kewajiban adalah kegembiraan.

Inilah arah yang kita ambil dalam penjelasan-penjelasan se lanjutnya.

Jadi, hidup ini bagaimanapun adalah kewajiban, satu kewajiban yang sangat besar. Dan tentu ada juga ke gem biraan dan kesenangan dalam hidup, tetapi hal itu tidak dapat dikejar, tidak dapat secara sengaja “dikehendaki”

sebagai kegembiraan; ia harus muncul secara spontan, se bagaimana sebuah akibat/hasil muncul: kebahagiaan tidak seharusnya, tidak harus, dan tidak dapat dijadikan sebuah tujuan, tetapi ia hanyalah sebuah hasil; hasil dari peme nuhan dari apa yang disebutkan dalam puisi Tagore sebagai kewajiban, dan yang selanjutnya akan kita jelaskan lebih perinci. Pada intinya, manusia berupaya mengejar keba ha giaan, namun hanya akan menemui kegagalan karena se ba gaimana keberuntungan yang hanya bisa tiba-tiba mendarat di pangkuan seseorang, kebahagiaan tidak dapat diburu.

Adalah Kierkegaard yang mengisahkan cerita hikmah tentang pintu menuju kebahagiaan yang selalu membuka “ke luar”, yang berarti ia akan menutup membelakangi mereka yang berusaha mendorong pintu “ke dalam” demi memasuki ruang kebahagiaan.

Suatu kali saya duduk berhadapan dengan dua orang yang seolah lelah hidup—sungguh sebuah kebetulan, dua orang sekaligus pada waktu yang sama—seorang lelaki dan seorang perempuan. Keduanya mengatakan, dan sama-sama setuju, dengan kata per kata yang hampir sama, bahwa hidup ini tidak ada artinya, bahwa mereka “tak lagi ber harap apa pun dari hidup.”

Entah bagaimana keyakinan keduanya seolah tampak benar. Namun, tidak lama setelah itu ter bukti sebaliknya, bahwa ada sesuatu yang sedang menunggu keduanya: si lelaki, memiliki kerja penelitian yang belum selesai, dan si wanita, memiliki seorang anak yang tinggal di luar negeri yang jauh dan sulit dihubungi. Pada titik ini barangkali akan bermanfaat,

sebagaimana dikatakan Kant, untuk “menyajikan revolusi Copernicus”, sebuah konsep yang dibalikkan 180 derajat, di mana pertanyaannya bukan lagi “Apa yang bisa kuharapkan dari hidup?” melainkan harus diubah menjadi “Apa yang diharapkan hidup dari saya?” Tugas apa yang menunggu saya dalam hidup ini?



Kegembiraan dan kesenangan  
dalam hidup tidak dapat dikejar,  
tidak dapat secara sengaja “dikehendaki”  
sebagai kegembiraan;  
ia harus muncul secara spontan.

Kita kini juga bisa memahami dari kisah di atas, bahwa pertanyaan tentang makna hidup tidak diajukan dengan cara yang benar, jika disampaikan dengan cara pada umumnya: kita tidak berhak mempertanyakan makna hidup—hidup lah yang seharusnya menanyakan pertanyaan-pertanyaan yang ditujukan langsung kepada kita—kitalah yang seharusnya ditanya! Kitalah yang seharusnya menjawab, dan harus memberikan jawaban, terhadap pertanyaan yang senantiasa muncul, pertanyaan-pertanyaan kehidupan yang penting. Hidup sendiri tidak bermakna lain kecuali menghadapi pertanyaan; keseluruhan eksistensi kita tidak lebih dari memberikan tanggapan atas—atau bertanggung jawab terhadap—hidup. Dengan posisi mental ini, tak akan ada lagi yang menakutkan bagi kita, entah itu masa depan, atau juga ketiadaan masa depan.

Sebab masa sekarang, saat ini, ada lah segalanya—karena ialah yang menyampaikan kepada kita pertanyaan-pertanyaan baru nan abadi dari kehidupan. Kini segalanya bergantung pada apa yang diharapkan dari kita.

Mengenai apa yang menantikan kita di masa depan, kita tidak perlu tahu melebihi apa yang sudah kita ketahui tentangnya. Terkait hal ini, saya sering mengisahkan sebuah cerita yang saya baca di artikel pendek sebuah surat kabar bertahun-tahun yang lalu:

Seorang pria kulit hitam yang divonis hukuman seumur hidup dideportasi ke Devil's Island (Pulau Setan). Ketika kapal *Leviathan* yang ditumpangi terkena badai, tiba-tiba terjadi kebakaran. Di tengah kekacauan itu, sang terpidana terbebas dari kurungannya dan terlibat dalam upaya penyelamatan. Dia berhasil menyelamatkan sepuluh penumpang kapal. Karena jasanya itu, dia pun diampuni dan dibebaskan.

Pertanyaan saya kepada Anda: jika seseorang di pelabuhan keberangkatan di Marseilles, bertanya kepada pria tersebut, apakah meneruskan hidup masih memiliki makna baginya, dia akan menggelengkan kepala: memangnya apa yang menunggunya di Devil's Island? Namun, tidak ada di antara kita yang mengetahui apa yang menunggu kita, peristiwa besar apa yang ada di depan, peluang istimewa apa yang lahir dari tindakan yang tidak biasa, seperti menyelamatkan sepuluh nyawa manusia yang dilakukan pria kulit hitam di atas kapal *Leviathan* itu.

Pertanyaan yang dilontarkan hidup kepada kita, juga dalam menjawabnya yang membuat kita memahami masa sekarang ini, bukan hanya berubah dari jam ke jam, tetapi juga berbeda dari satu orang ke orang yang lainnya: pertanyaan itu akan berubah setiap waktu untuk setiap individu.

Karenanya, kita dapat melihat, pertanyaan tentang makna hidup sering dilontarkan dengan cara yang terlalu sederhana—kecuali ia disampaikan lengkap dengan fakta-fakta yang konkret tentang saat ini dan di sini.

Bertanya tentang “makna hidup” dengan cara terlalu sederhana hanyalah upaya naif sebagaimana seorang wartawan mewawancarai juara dunia catur dan bertanya, “Baiklah, Master, tunjukkan gerakan catur seperti apa yang menurut Anda paling baik?” Mana mungkin ada sebuah gerakan, yang khusus, yang bagus, atau bahkan terbaik, yang terlepas dari situasi permainan, dan konfigurasi riil bidak-bidak catur pada saat pertandingan berlangsung?

Tidak kalah naif seorang pemuda yang suatu hari bertanya kepada saya tentang makna hidup, beberapa tahun lalu saat saya akan bicara di sebuah seminar. Kalimatnya secara garis besar seperti ini: “Hai Frankl, jangan marah padaku ya, aku diundang ke rumah calon mertuaku malam ini. Aku benar-benar harus pergi dan tidak bisa hadir dalam kuliahmu; tolong berbaik hatilah padaku, beritahukan secara ringkas, apa sebenarnya makna hidup ini?”

Apa pun yang menunggu kita saat ini, “tantangan yang spesifik” tersebut menuntut pada jawaban yang sesuai. Per tama-tama, jawaban kita bisa jadi merupakan jawaban aktif, yaitu memberikan jawaban lewat tindakan, menjawab pertanyaan-pertanyaan hidup yang spesifik dengan tugas yang kita selesaikan atau pekerjaan yang kita ciptakan. Namun, di sini juga ada beberapa hal yang harus menjadi pertimbangan kita. Dan apa yang saya maksud ini mungkin ditunjukkan dengan baik oleh peristiwa nyata berikut: suatu hari, seorang anak muda duduk di depan saya. Sebelumnya dia mencecar saya dengan pertanyaan tentang keberadaan makna atau ketakbermaknaan hidup. Argumennya sebagai berikut: “Mudah saja bagi Anda bicara, karena Anda mendirian pusat konsultasi, menolong orang,

meluruskan jalan hidup mereka; tetapi saya? Siapa saya ini, apakah saya ini—hanya seorang asisten penjahit. Apa yang bisa saya lakukan, bagaimana saya memberikan makna hidup pada tindakan-tindakan saya?”

Pemuda ini lupa bahwa pertanyaannya bukan tentang posisi seseorang dalam hidup ini, atau apa profesinya, tetapi tentang bagaimana dia mengisi

posisinya itu, mengisi lingkaran sekelilingnya. Apakah hidup seseorang terisi dengan baik bukan bergantung pada seberapa besar pengaruh tindakannya, melainkan pada apakah lingkaran hidupnya itu cukup terpenuhi.

Dalam siklus lingkarannya, setiap manusia tidak tergantikan dan tidak bisa diduplikasi, dan ini berlaku bagi setiap orang. Tugas yang diberikan padanya oleh hidup memang khusus dan spesifik untuknya, dan hanya dia yang diberi tugas memenuhinya. Seseorang yang belum memenuhi lingkaran besarnya akan tetap lebih tertinggal dibanding mereka yang memiliki lingkaran lebih kecil namun sudah tuntas terpenuhi. Di dalam lingkungan khususnya, asisten penjahit ini dapat mencapai lebih banyak, dan, di dalam hal-hal yang sudah dikerjakannya serta hal-hal yang tidak dikerjakannya, dia dapat menjalani hidup yang lebih bermakna ketimbang orang lain yang kehidupannya menjadikannya iri, selama orang lain itu tidak menyadari tanggung jawab besarnya terhadap kehidupan dan tidak melupakan yang semestinya.

“Lantas, bagaimana dengan mereka yang pengangguran?” Anda mungkin bertanya, lupa bahwa pekerjaan bukanlah satu-satunya bidang untuk kita secara aktif berkiprah sehingga dapat memberikan makna dalam kehidupan.

Apakah hanya melalui pekerjaan yang membuat hidup bermakna? Mari kita tanya kepada banyak orang yang mengeluh kepada kami (bukan tanpa alasan) tentang betapa tak bermaknanya pekerjaan mereka (seringnya kerja-kerja mekanis), kolom-kolom angka yang tak berkesudahan dan monoton, menarik dan mendorong tuas mesin di jalur produksi yang tak berujung.

Orang-orang ini hanya dapat menjadikan hidup mereka bermakna dalam waktu senggang mereka yang sangat sedikit, mengisinya dengan hal-hal yang manusiawi. Sebaliknya, para pengangguran, yang memiliki banyak waktu senggang, juga berkesempatan untuk memberikan makna pada hidupnya. Tidak seharusnya kita menganggap bahwa kita demikian ceroboh sehingga mereka meyakini kesulitan ekonomi, situasi yang suram secara ekonomi, atau, lebih tepatnya, faktor-faktor sosial ekonomi dalam konteks ini.

Kita tahu sekarang ini seberapa jauh ungkapan “Pertama makanannya, baru moralnya<sup>2</sup>”, akan membawa kita. Kita tidak memiliki ilusi lagi tentang hal itu. Namun kita tahu betapa tak bermaknanya sekadar mementingkan makan tanpa moralitas, dan betapa celaknya ketakbermaknaan ini bagi mereka yang hanya memikirkan urusan konsumsi. Dan, ter akhir, kita tahu sebesar apa makna “moralitas”: keyakinan tak tergoyahkan pada makna hidup tanpa syarat yang, dengan satu dan lain cara, menjadikan hidup masih tertanggungkan. Karena kita telah mengalami sebuah kenyataan bahwa manusia benar-benar siap untuk lapar jika kelaparan memiliki sebuah tujuan atau makna.

Bagaimanapun, kita bukan hanya menyaksikan betapa berat mengalami kelaparan jika seseorang tidak memiliki “moralitas”, tetapi kita juga melihat betapa beratnya menuntut moralitas dari seorang manusia jika orang lain sengaja membiarkannya kelaparan. Saya pernah harus memberikan catatan psikiatris pada pengadilan tentang seorang pemuda, yang—di tengah situasi keputusan yang sangat berat—telah mencuri sebungkah roti; pertanyaan pengadilan sangat spesifik, yaitu apakah anak itu “inferior” atau tidak.

Dalam laporan saya harus mengakui bahwa, dari sudut pandang psikiatri, dia tidak bisa dianggap inferior. Namun, saya tidak mungkin melaporkan hal semacam itu, tanpa menjelaskan pada saat yang sama bahwa dalam



kondisi yang sangat spesifik itu dia terpaksa harus menjadi “superior” agar dapat menahan godaan di tengah kelaparan!



Setiap manusia tidak tergantikan  
dan tidak bisa diduplikasi,  
dan ini berlaku bagi setiap orang.

Tugas yang diberikan padanya

oleh hidup memang khusus

dan spesi k untuknya, dan hanya dia yang

diberi tugas memenuhinya.

Kita dapat memberikan makna pada hidup bukan hanya melalui tindakan

—selama kita dapat menjawab pertanyaan-pertanyaan hidup secara spesifik dan bertanggung jawab—kita dapat memenuhi tuntutan eksistensi bukan hanya se bagai manusia yang aktif bertindak, tetapi juga sebagai manusia yang mampu mencintai: dalam pengabdian kita yang penuh cinta pada keindahan, kehebatan, dan kebaikan. Haruskah saya menjelaskan kepada Anda dengan kalimat-kalimat usang tentang bagaimana dan mengapa pengalaman tentang keindahan dapat membuat hidup jadi bermakna? Saya lebih suka menyajikan percobaan berikut: bayangkan Anda duduk di sebuah gedung konser mendengarkan sim foni favorit Anda, dan penggalan simfoni yang Anda sukai bergema di telinga Anda, begitu menyentuh sampai-sampai Anda gemetar; lalu sekarang bayangkan apakah mungkin bila pada saat yang sama seseorang menanyakan makna dalam hidup Anda (sesuatu yang tidak mungkin secara psikologi). Saya yakin Anda sepakat jika saya katakan bahwa Anda hanya akan memberikan satu jawaban semacam:

“Hidup akan sangat bermakna jika aku bisa hidup di saat ini saja!”

Mereka yang memiliki pengalaman keindahan alam, bu kan seni, mungkin akan memiliki tanggapan serupa, demi kian juga yang menemukan pengalaman (keindahan) dengan ma nusia lain. Tentunya kita mengenal perasaan yang menyita jiwa pada saat kita bersama seseorang yang istimewa, pe rasaan yang secara umum dapat kita terjemahkan sebagai,

“Fakta keberadaan orang ini di dunia, itu saja, membuat dunia dan hidup ini jadi bermakna.”

Kita memberikan makna pada hidup bukan hanya me lalui tindakan melainkan juga melalui cinta dan, akhirnya, melalui penderitaan.

Bagaimana manusia berurusan dengan batasan yang memengaruhi cara mereka bertindak dan men cinta, bagaimana mereka berperilaku di dalam batasan ini—cara mereka menerima penderitaan karena batasan-batasan tersebut—dengan semua itu, mereka masih mampu mem pertahankan nilai-nilai kemanusiaan.

Cara kita menanggapi kesulitan benar-benar menunjuk kan siapa kita, dan karenanya, juga memungkinkan kita hidup secara lebih bermakna. Kita juga tidak boleh me lupa kan semangat olahraga ( *sporting spirit*), yang secara unik dimiliki manusia. Bukankah yang dilakukan para atlet itu adalah menambah kesulitan untuk mereka taklukkan sendiri dan dengannya mereka bisa bertumbuh? Secara umum, tentu saja, tidaklah perlu menciptakan kesulitan bagi diri sendiri; sebab pada umumnya penderitaan yang muncul dari kemalangan hanya akan memberikan makna jika kemalangan ini dihadirkan oleh nasib, dan karenanya tidak dapat dihindari atau diabaikan.

Nasib, dengan kata lain, apa yang terjadi pada diri kita, dapat dibentuk melalui satu dan lain cara. “Tidak ada kesu litan yang tak dapat dimuliakan, baik itu dengan pencapai an-pencapaian maupun dengan ketahanan dan ketabahan,” kata Goethe<sup>3</sup>. *Entah kita berusaha mengubah nasib kita, jika*

*mungkin, atau kita bersedia menerimanya, bila perlu.* Kedua nya sama-sama memberikan pengalaman pengembangan diri melalui setiap kesulitan atau kemalangan yang kita temui. Kini kita juga paham apa yang dimaksud Hölderlin saat menulis, “Kalau aku melangkah dan menapaki ke-malanganku, maka aku berdiri lebih tinggi darinya<sup>4</sup>.”

Kini tampak jelas bagi kita, orang yang mengeluh ten tang kemalangan yang dialaminya, atau mengomel tentang nasibnya, sungguh menyesatkan.

Apa jadinya kita tanpa nasib kita? Eksistensi kita ,bagaimanapun, ditempa oleh pu kulan palu dan sengatan panas penderitaan yang dihantar kan oleh tangan Sang Nasib. Mereka yang memberontak terhadap nasib—terhadap keadaan yang tak bisa mereka tolak dan pastinya tak bisa mereka ubah—

pasti belum me mahami makna nasib. Nasib merupakan bagian integral dari totalitas hidup kita, dan bahkan tidak sedikit pun bagian dari apa yang

sudah ditakdirkan itu dapat dipisahkan dari totalitas hidup tanpa merusak keseluruhan konfigurasi dari eksistensi kita.

Jadi nasib adalah bagian dari hidup kita, demikian juga penderitaan; karenanya, jika hidup memiliki makna, penderitaan pun memilikinya.

Konsekuensinya, penderitaan dan kesulitan, selama ia diperlukan dan tak dapat dihindari, juga berkemungkinan memiliki makna. Sesungguhnya hal ini secara universal diakui dan bahkan dihargai. Beberapa tahun lalu sebuah berita sampai kepada kita bahwa organisasi kepanduan Inggris memberikan penghargaan kepada tiga anak laki-laki atas pencapaian mereka; siapakah mereka itu? Tiga anak laki-laki yang tengah sekarat dan terbaring di rumah sakit, yang terbukti mampu menanggung nasib mereka itu dengan penuh martabat dan keberanian. Ini sebuah pengakuan yang jelas bahwa penderitaan sejati yang lahir dari sebuah nasib juga merupakan pencapaian dan, sesungguhnya, merupakan pencapaian tertinggi yang paling mungkin diraih manusia. Alternatif yang tersirat dalam pernyataan

Goethe di atas karenanya tidak sepenuhnya benar, jika kita teliti lagi secara lebih dekat: pertanyaannya bukanlah antara pencapaian atau ketahanan menderita, melainkan bahwa dalam beberapa kasus, ketahanan menanggung penderitaan adalah sebuah pencapaian terbesar.

Inti pencapaian di dalam penderitaan, menurut pendapat saya, diungkapkan paling jelas melalui kata-kata Rilke, yang pernah berteriak,

“Seberapa banyak lagi kita harus menderita (*suffer through*)!” Bahasa Jerman hanya mengenal kata “bekerja” (*work through*). Namun, Rilke memahami bahwa pencapaian kita yang bermakna dalam hidup ini setidaknya sama-sama dapat diraih melalui penderitaan sebagaimana melalui bekerja.

Dengan satu dan lain cara, hanya ada satu alternatif untuk memberikan makna pada hidup, makna pada suatu momen tertentu—setiap saat kita hanya perlu membuat keputusan tentang bagaimana harus menjawab pertanyaan yang sangat spesifik yang setiap saat dilontarkan oleh hidup kepada kita. Karena hidup selalu menawarkan kepada kita berbagai

kemungkinan pemenuhan makna, maka pasti se lalu ada pilihan bahwa hidup itu sendiri memiliki sebuah makna. Boleh dikatakan bahwa keberadaan kita sebagai manusia sangatlah penuh makna “hingga embusan napas terakhir”; selama kita bernapas, selama kita sadar, kita bertanggung jawab memberikan jawaban pada pertanyaan-pertanyaan hidup. Ini tidaklah mengagetkan kalau kita ingat kebenaran mendasar dari menjadi manusia—

menjadi manusia tidak lain adalah menjadi sadar dan bertanggung jawab!

Namun jika hidup memiliki makna sesuai dengan kemungkinan-kemungkinan yang ada, jika ia hanya bergantung kepada kita, apakah akan terisi secara instan dengan kemungkinan makna-makna yang selalu berubah, jika tanggung jawab dan keputusan kita sepenuhnya untuk mengaktualisasikan makna itu, maka kita pun tahu satu hal: satu hal yang



pastinya tidak masuk akal dan sudah pasti tidak bermakna adalah ... membuang hidup Anda. Bunuh diri sama sekali bukanlah jawaban dari pertanyaan apa pun; bunuh diri tidak pernah menyelesaikan masalah.

Sebelumnya, kita menggunakan permainan catur sebagai perumpamaan untuk keberadaan manusia, yang selalu di hadapkan pada pertanyaan-pertanyaan hidup; dengan contoh tentang “gerakan catur terbaik”, kita ingin menunjukkan bahwa pertanyaan-pertanyaan hidup haruslah sebuah pertanyaan yang konkret dan spesifik: pertanyaan tunggal yang terkait pada satu orang dan satu keadaan, satu orang tertentu dan satu momen tertentu—

satu pertanyaan di sini dan saat ini. Maka kita harus kembali menggunakan permainan catur itu, untuk menunjukkan betapa upaya

“menyelesaikan” masalah dengan bunuh diri itu sangat absurd.

Keberadaan kita sebagai manusia sangatlah

penuh makna hingga embusan napas terakhir.

Bayangkan keadaan ini: seorang pemain catur meng hadapi langkah rumit dan tidak bisa menemukan solusi; apa yang dia lakukan? Membalikkan papan catur? Apakah benar itu penyelesaian masalah caturnya? Tentu saja tidak!

Tapi begitulah esensi bunuh diri: membuang hidup dengan sia-sia dan berpikir telah menemukan solusi bagi persoalan hidup yang tak terselesaikan. Dia tidak tahu bahwa dengan melakukan hal itu dia telah mengabaikan aturan kehidupan—sama sebagaimana pecatur dalam perumpamaan kita mengabaikan aturan main catur, yang mana persoalan catur seharusnya dilakukan dengan menggerakkan bidak catur baik itu menteri, benteng, pion atau apa pun itu, yang pasti bukan dengan tindakan membalikkan papan catur. *Tindakan bunuh diri juga mengabaikan aturan*

*main kehidupan, aturan yang tidak menuntut kita untuk selalu menang dengan segala cara, tetapi meminta kita untuk tidak pernah menyerah atau berhenti berjuang.*

Mungkin sebagian orang merasa keberatan, mengatakan bahwa “tindakan bunuh diri memang tidak beralasan sama sekali; tetapi bukankah hidup sendiri menjadi tak bermakna di hadapan kematian yang pada akhirnya toh dialami semua manusia? Tidakkah kematian membuat semua hal sejak awal tampak tidak berarti, karena toh tidak ada satu pun yang abadi?” Mari kita jawab keberatan ini dengan bertanya sebaliknya, mari bertanya pada diri sendiri, “Bagaimana seandainya kita tidak bisa mati?” Dan kita bisa menjawab: jika kita hidup abadi, kita bisa menunda segalanya, benar-benar segala hal. Sebab tidak akan ada artinya kita melakukan sesuatu sekarang, atau besok, atau lusa, atau se tahun lagi, sepuluh tahun lagi, atau kapan saja.

Tidak ada kematian, tidak ada akhir yang menghantui kita, tidak ada batasan yang menghalangi apa pun peluang kita, maka tidak ada alasan untuk melakukan apa pun saat ini, kita pasrah saja pada apa yang terjadi

saat ini—akan ada waktu nya nanti, kita akan punya waktu untuk itu, kita memiliki waktu tak terbatas.

Sebaliknya, fakta bahwa kita ini makhluk yang bisa mati, bahwa hidup kita terbatas, bahwa waktu kita memiliki batasan dan dengan demikian membatasi peluang-peluang kita—fakta ini memberikan makna pada setiap perbuatan kita; akan sa ngat berarti sekali kalau kita mengeksploitasi sebuah kemung kinan dan menjadikannya kenyataan, me menuhi harapan, menggunakan waktu dan mengisinya. Kematian seolah me maksa kita melakukan semua itu. Kematian memberikan latar belakang sehingga keberadaan kita sebagai manusia menjelma sebagai sebuah tanggung jawab.



“Menyelesaikan” masalah

dengan bunuh diri itu sangat absurd.



Bayangkan seorang pemain catur menghadapi

langkah rumit

dan tidak bisa menemukan solusi;

apa yang dia lakukan?

Membalikkan papan catur?

Apakah benar itu penyelesaian masalah

caturnya? Tentu saja tidak!

Dengan cara pandang seperti itu, pada dasarnya akan sangat tidak relevan untuk mempersoalkan berapa lama hidup kita. Masa hidup yang lama tidak serta-merta menjadi kannya penuh makna, dan kehidupan yang pendek pun belum tentu menjadikannya tidak berarti. Kita juga tidak menilai sejarah kehidupan seorang manusia dari tebalnya buku yang mengungkap kisahnya, melainkan dari kekayaan isi yang dikandungnya.

Ada pertanyaan lain yang harus kita sikapi: pertanyaan apakah seseorang yang tidak memiliki keturunan menjadi tidak berarti hanya dari fakta bahwa dia tidak memiliki anak. Dapat kita jawab, bahwa hidup dan kehidupan individual itu selalu memiliki makna, dan ia wajib memper tahankan makna itu, meskipun tidak ada penerus, atau kalau boleh dikatakan, tidak ada

“keabadian biologis”; atau dengan kata lain, kehidupan individu yang tak bermakna, tidak lantas memiliki makna hanya dengan mengupayakan

“keabadian” melalui keturunan. Sebab mengabadikan sesuatu yang pada hakikatnya “tak bermakna” adalah sebuah per buatan tak bermakna.

Dari hal ini kita bisa melihat satu hal: kematian adalah bagian yang sangat bermakna dari kehidupan, sama halnya dengan penderitaan manusia.

Keduanya tidaklah merampas makna dari keberadaan manusia, melainkan sebaliknya justru membuatnya lebih bermakna. Inilah keunikan eksistensi kita di dunia, masa hidup kita yang tak bisa kembali, ketetapan dari apa pun yang kita lakukan untuk mengisinya—atau tidak mengisinya—yang membuat keberadaan kita menjadi penting. Namun, bukan hanya keunikan hidup individual secara keseluruhan yang menjadikannya penting, tetapi juga keunikannya setiap hari, setiap jam, setiap momen yang mewakili sesuatu yang membebani eksistensi kita dengan tanggung jawab yang menggentarkan sekaligus juga indah! Setiap jam yang tidak mampu kita penuhi tuntutananya, atau hanya kita penuhi dengan setengah hati, maka waktu satu jam itu akan sirna sia-sia, sia-sia “selamanya”. Sebaliknya, apa

yang kita capai dengan memanfaatkan momen sebaik-baiknya, akan teramankan menjadi kenyataan, yang juga berarti “batal” menjadi masa lalu. Sesungguhnya waktu yang dimanfaatkan dengan baik seolah diawetkan, diaman kan. Inilah bentuk eksistensi paling aman. Eksistensi keber manfaat yang tidak akan terancam oleh kefanaan apa pun.

Tentunya, hidup kita dalam aspek biologis dan fisik, secara alamiah bersifat fana. Tidak ada bagian darinya yang akan selamat—dan betapa sedikit yang tersisa! Apa yang tersisa dari hidup kita, apa yang tersisa dari diri kita, apa yang dapat menjadi penerus kita, adalah apa yang sudah kita capai semasa hidup dan yang masih memberikan manfaat dan pengaruh, melampaui dan melebihi masa hidup kita. Efektivitas hidup kita tak berwujud fisik, serupa radium yang selama perjalanan “masa hidupnya”

(dan bahan radio aktif diketahui memiliki masa hidup yang sangat terbatas) memiliki bentuk fisik yang sangat cepat berubah menjadi energi radiasi, tidak pernah kembali ke bentuk fisik materialnya lagi. Apa yang kita

“pancarkan” kepada dunia, “gelombang” yang memancar dari keberadaan kita, itulah yang akan tersisa saat diri kita sudah meninggalkan dunia ini.

Ada sebuah cara mudah, bisa dikatakan sebuah *trik*, untuk menunjukkan tanggung jawab yang secara menyeluruh menjadi beban atas keberadaan kita, tanggung jawab yang kita hadapi dengan gemetar, tetapi pada akhirnya dan entah bagaimana caranya juga bisa menerimanya dengan gembira.

Sebab ada formula yang sangat penting yang juga dikenal dengan rumusan

“bertindak seolah-olah”, selaras dengan pepatah terkenal Kant yang menyatakan, “*Hiduplah seakan kau mendapat kesempatan kedua dan bersikaplah seolah tindakan yang akan kaulakukan sekarang ini pernah kaulakukan secara salah pada masa lalu.*”

Kefanaan eksistensi kita di hadapan kematian, meskipun kematian itu mungkin masih jauh di masa depan kita, bukanlah satu-satunya yang membuat keberadaan kita bermakna. Kefanaan hubungan kita dengan orang lain juga membuat hidup setiap individu sangat penuh makna. Apa yang dimaksud di sini adalah fakta tentang ketidaksempurnaan kita,

keterbatasan di dalam diri kita, sebagaimana tampak dalam karakteristik yang berbeda dari setiap manusia. Namun, sebelum bicara tentang kebermaknaan dari ketidaksempurnaan kita, kita harus menanyakan apakah kepedihan atas ketidaksempurnaan dan ketidakcukupan itu memang benar-benar ada. Sebab kita harus bertanya apakah orang yang mengukur keberadaan mereka dengan “apa yang seharusnya”, mereka yang mengukur diri dengan sesuatu yang ideal, boleh dianggap atau menganggap diri mereka benar-benar tak berharga? Tidakkah fakta bahwa mereka merasa sedih akan ketidaksempurnaan itu malah memperkuat eksistensi mereka, dan dengan demikian dalam derajat tertentu, mengurangi legitimasi dari kesedihan tersebut? Berhakkah orang-orang seperti itu duduk dan menghakimi diri sendiri, jika mereka memang benar-benar orang tak berguna yang bahkan tak mungkin mengetahui hal-hal yang ideal? Bukan kah perasaan berjarak dari hal yang ideal itu, tepat pada saat mereka merasakannya, justru

mengonfirmasi bahwa mereka sama sekali bukan tidak setia pada nilai-nilai ideal (sehingga mereka sungguh pantas diapresiasi)?

Sekarang tentang makna dari ketidaksempurnaan dan ketidakseimbangan diri kita: janganlah lupa bahwa setiap individu tidaklah sempurna, tetapi tidak sempurna dengan cara masing-masing—berbeda-beda. Tak sempurna secara unik. Maka, jika diekspresikan dalam cara yang positif, setiap individu bagaimanapun jadi tak tergantikan, tak bisa diwakili oleh orang lain, tak dapat ditukar. Untuk menunjukkan hal ini, kita punya model yang sangat tepat dari dunia biologi: pada awalnya, dalam evolusi makhluk hidup, sel-sel diketahui memiliki segala macam kemampuan. Sebuah sel

“primitif” dapat melakukan apa saja: memberi makan, berjalan, menghasilkan keturunan, dan, entah bagaimana, mengenali lingkungannya, dan lain-lain. Sel-sel tunggal ini hanya bisa berkembang menjalankan fungsi spesialisasi setelah melalui proses evolusi yang sangat lambat menjadi sel tingkat tinggi dari sekelompok sel-sel organik, sehingga pada akhirnya sel-sel tersebut hanya digunakan untuk menjalankan satu fungsi saja. Menurut prinsip pem belahan sel dalam sebuah organisme, karena kapabilitas alaminya, sel-sel kemudian mendapatkan fungsi yang relatif tak tergantikan. Jadi, sebagai contoh, sebuah sel dari retina mata tidak dapat lagi

menjalankan fungsi memberi makan, tak dapat lagi bergerak, atau menghasilkan keturunan, tetapi satu hal yang dapat dilakukannya—yaitu melihat—dapat dilakukannya dengan sangat baik! Ia tak dapat digantikan oleh sebuah sel kulit, sel otot, atau juga sel reproduksi.

Sebagaimana telah dibahas sebelum ini, sebagaimana kematian terbukti menjadi penting untuk menemukan makna dalam perannya yang mendukung *keunikan eksistensi kita* dan dengannya pula, tanggung jawab hidup kita, kini kita dapat melihat bahwa ketaksempurnaan manusia sangatlah bermakna karena—kini dengan persepsi yang positif—ia me-



wakili *individualitas di dalam diri kita yang sejati*. Bagai manapun keunikan sebagai sebuah nilai positif tak dapat didasarkan hanya pada dirinya sendiri.

Paralel dengan nilai fungsional sel tunggal pada sebuah organisme, keunikan individualitas setiap manusia mendapatkan nilai dari hubungannya dengan keseluruhan kumpulan, yaitu masyarakatnya. Individualitas hanya dapat bernilai jika individualitasnya bukan melulu untuk dirinya sendiri, melainkan untuk komunitas manusia. Fakta sederhana bahwa setiap manusia memiliki sidik jari unik, hanya relevan untuk kepentingan penyelidikan kejahatan oleh para kriminolog; tetapi “individualitas”

biologis yang dimiliki setiap manusia ini tidak secara otomatis menjadikan seseorang sebagai pribadi yang bernilai sosial.

Jika kita ingin merangkum keunikan eksistensi alami dan keunikan setiap manusia ke dalam sebuah formula, juga bahwa keunikan ini sebagai keunikan “untuk”—dengan kata lain, keunikan yang berfokus pada orang lain, pada masyarakat—sebuah formula yang dapat mengingatkan kita pada tanggung jawab manusia yang besar bagi keseriusan hidupnya, maka kita dapat mengandalkan pernyataan tetua Yahudi Hillel the Elder yang menciptakan motonya dua ribu tahun lalu, “Jika aku tak melakukannya, siapa yang akan melakukannya? Na mun, jika aku hanya melakukannya

untuk diri sendiri, lalu apakah arti diriku? Dan jika tidak kulakukan sekarang, lalu kapan aku akan melakukannya?” “Jika bukan aku”—di sini terkandung makna keunikan setiap manusia; “Jika hanya untuk diriku,”

mengandung makna kesia-siaan dan ketakberartian keunikan semacam itu kecuali ia merupakan keunikan yang “melayani”; dan “jika bukan sekarang” menyiratkan keunikan setiap situasi individual!

Ketaksempurnaan manusia

sangatlah bermakna karena ia mewakili individualitas di dalam dirinya yang sejati.

Jika sekarang kita rangkum apa yang kita katakan se bagai “makna”

hidup, dapat kita simpulkan: hidup berarti menghadapi pertanyaan, berarti menjawab pertanyaan; se tiap orang harus bertanggung jawab pada eksistensinya sendiri. Hidup tak lagi tampak di hadapan kita sebagai sesuatu yang diberikan, melainkan sesuatu yang diserahkan, suatu tugas yang harus kita hadapi setiap saat. Maka ini berarti bahwa hidup hanya akan menjadi semakin bermakna jika ia menjadi semakin sulit. Para atlet, pendaki yang secara aktif *mencari* tugas-tugas dan tantangan, bahkan men cipta kan kesulitan bagi dirinya sendiri: betapa gembiranya pen daki yang menemukan tebing yang sulit, bahkan “variasi” yang lebih sulit dari tugas yang harus diselesaikannya! Bagai manapun pada titik ini kita harus mencatat, bahwa orang-orang yang religius, dalam pengertian mereka atas hidup, dalam pemahaman atas keberadaan diri, membedakan diri mereka dalam hal bahwa mereka satu langkah lebih jauh ketimbang orang-orang yang melulu memandang hidup se bagai sebuah tugas. Mereka yang religius memandang bahwa pihak yang memberikan tugas hidup atau yang menetapkan mereka untuk menjalani tugas itu bersifat ilahiah. Dengan kata lain, orang-orang religius menganggap hidup mereka sebagai sebuah misi suci/ilahiah.

Untuk meringkas, apa yang dapat kita katakan tentang “nilai” hidup?

Pandangan yang mengemuka di hadapan kita barangkali paling tepat diwakili oleh pernyataan penyair Jerman Christian Friedrich Hebbel, yang mengatakan, “Hidup bukanlah sesuatu, hidup adalah kesempatan bagi sesuatu.”<sup>5</sup>[





Tentang

## Makna dan Nilai Kehidupan II

Salah satu kesimpulan yang ingin kita tarik dari diskusi sebelum ini adalah: jika hidup memiliki makna, maka penderitaan pun pasti juga memiliki makna.

Tentunya, penyakit adalah bagian dari penderitaan. “Bagian”, kita katakan, karena “penderitaan” dan “penyakit” bukanlah hal yang sama.

Seseorang bisa saja menderita tanpa sakit, dan mereka pun bisa sakit tanpa menderita. Penderitaan adalah murni masalah manusia, secara hakiki sudah menjadi bagian hidup manusia, hingga pada seberapa kondisi, keadaan

“tanpa penderitaan” justru dapat menjadi sebuah penyakit. Kita dapat melihat hal ini terutama dalam kasus-kasus dan kondisi yang secara umum disebut sebagai “penyakit mental” yang tak kurang adalah penyakit pikiran.

Sebab sebenarnya pikiran tak bisa sakit; dimensi kognitif hanya bisa mengalami benar atau salah, valid atau tidak valid, tetapi tak pernah jadi sakit. Satu-satunya yang bisa sakit, yang bisa jatuh sakit, adalah jiwa (*psyche*). Namun, dalam penyakit jiwa semacam itu, terutama untuk yang tidak disebabkan oleh sang jiwa sendiri melainkan yang disebabkan oleh hal-hal fisik, dengan kata lain yang disebut penyakit mental (psikosis, berbeda dengan penyakit psikologis yang disebut *neurosis*): banyak kasus di sini menunjukkan bahwa ketidakmampuan menderita menjadi sebuah gejala (penyakit) tersendiri.

Jika hidup memiliki makna,

maka penderitaan pun pasti

juga memiliki makna.

Seseorang yang mengalami infeksi sifilis dalam batas tertentu menghadapi risiko kemungkinan, pada saat bertahun-tahun atau puluhan tahun kemudian, terancam oleh penyakit sifilis otak, yang juga disebut *general*

*paralysis* 6 (sering disebut *general paralysis of the insane* atau GPI, merupakan gangguan neuropsikiatrik yang digolongkan sebagai gangguan mental organik— *Penerj.* ). Jika dia tak me nya dari bahwa, dengan meng uji cairan tulang belakangnya pada jangka waktu tertentu, dokter dapat secara akurat me mastikan apakah dia masuk dalam golongan berisiko ini, dia pasti akan ketakutan risiko gangguan mental itu suatu saat akan muncul. (Secara ke be tulan, dalam kasus di mana cairan tes tulang belakang me nun juk kan hasil positif, GPI dapat dicegah dengan metode penanganan malaria, bahkan gejala kelumpuhan yang sudah mulai terjadi pun bisa di hindari dengan penanganan dini meng gunakan metode ini.) Ketakutan akan GPI sendiri dapat me nimbulkan dimensi-dimensi patologis, dengan kata lain, ia dapat “dibesar-besarkan” menjadi patologis, yang berarti juga munculnya gejala neurotik. Namun, apa yang akan kita dapati pada se seorang saat benar-benar mengalami kelumpuhan total GPI, dan saat sakit (patologis) yang ditakutkan, sungguh-sung guh terjadi? Pada saat itu, ia berhenti merasa takut akan pe nyakit nya! Mengapa? Karena gejala kelumpuhan total di antara nya membuat penyandang nya berada dalam suasana hati yang tenang, dan karenanya ia tak merasakan derita.

Seorang dokter biasanya akan bertenggang rasa tak akan menyampaikan secara langsung di depan seorang pasien lain apalagi kepada pasien bersangkutan, diagnosis mengeri kan akan penyakit yang begitu parah seperti ke lumpuhan total GPI ini. Hanya saja dalam kasus GPI, kekhawatiran semacam itu tidak lagi perlu. Dokter bisa saja menyampai kan

secara terperinci gambaran penyakitnya kepada pasien: pasien akan tersenyum dan mengatakan bahwa diagnosis nya salah, dan jika dokter menunjukkan bahwa sang pasien mengalami kesulitan bicara, pasien tersebut akan tetap tenang dan, sebagaimana biasa terjadi dalam kasus-kasus seperti ini, hanya akan menyalahkan gigi palsu nya.

Di hadapan orang yang kemampuannya merasakan derita sudah berkurang akibat gangguan psikologis, apa pun yang akan mengesankan atau mengesalkan orang normal bisa lewat begitu saja tanpa meninggalkan pengaruh apa pun. Mari kita ambil contoh saat pendaftaran di sebuah rumah sakit jiwa. Saya ingat salah seorang penderita GPI di tempat para dokter melakukan tes terhadap pasien yang baru masuk: dengan senyum ceria dan

perasaan bahagia dia menyapa, mengungkapkan betapa senangnya dia bertemu kami. Dan saat dipersiapkan untuk diambil cairan tulang belakangnya (prosedur dilakukan dengan menusukkan jarum di antara tulang belakang bagian bawah— *Penerj.* ), dia tidak takut sama sekali bahkan berkata, “Tentu saja, aku paham mengapa kalian melakukan semua ini padaku. Supaya aku berhenti kebosanan, kan.” Dan saat suntikan pengambilan cairan itu selesai dilakukan, pada saat dia semestinya merasakan se ngatan yang menyakitkan—dia bahkan berteriak, “Aw!”—dia juga menambahkan, “Luar biasa!”

Jika Anda mengabaikan fakta bahwa orang yang sakit secara mental, telah kehilangan kapasitas normal merasakan penderitaan, maka apa yang terjadi pada saya berikut ini, suatu saat akan terjadi pula pada Anda. Saya mendapat tugas di bagian pendaftaran pasien di bangsal psikiatri. Saat tiba di rumah sakit, saya mendapati seorang perempuan tua dan seorang perempuan yang lebih muda, tampak jelas sebagai pasangan ibu dan anak.

Sang ibu tampak sangat marah dan berteriak-teriak mengenai betapa buruk segala sesuatunya, sementara sang anak mencoba menenangkan dan

menghiburnya dengan terus berkata bahwa semua akan baik-baik saja, dan sebagainya. Saat saya ingin mengajukan pertanyaan kepada pasien dan menoleh kepada sang ibu yang kalut itu, dia menunjukkan jarinya ke punggung sang anak—pasiennya yang itu! Pasiennya sendiri sangat tenang dan sama sekali tidak khawatir dirinya sedang didaftarkan ke “rumah gila”: karena penyakitnya, dia menanggapi situasi tidak menyenangkan yang pastinya tidak setiap hari terjadi ini dengan apati. Inilah kasus yang menunjukkan bahwa reaksi abnormal (bingung, marah, emosional) terhadap situasi abnormal mewakili perilaku yang normal. Namun, ada juga penyakit mental yang menyebabkan pasien menderita karena tak mampu merasakan derita—sungguh ini memang sebuah paradoks. Ada sebetulnya melankolia yang, tidak seperti bentuk umumnya, tidak terjadi bersamaan dengan depresi, utamanya dalam hal kesedihan atau kegelisahannya; sebaliknya, pasien mengeluh bahwa mereka tidak dapat merasa bahagia, tetapi juga tidak merasakan derita, bahwa mereka tidak mampu merasakan emosi sama sekali, baik yang berhubungan dengan pengalaman menyenangkan atau tidak menyenangkan, suasana hati mereka serasa tumpul dan secara emosi

mereka merasa dingin. Pasien seperti ini me ngeluh bahwa mereka bahkan tak mampu menangis, dan keputusan orang-orang ini karena ketidakmampuan me reka merasakan penderitaan merupakan salah satu bentuk keputusan paling memilukan yang pernah disaksikan oleh para psikiater. Seberapa dalam lagi kita harus menye lami kesadaran manusia untuk menemukan pemahaman bahwa penderitaan sesungguhnya merupakan bagian dari kehidupan itu sendiri?

Namun bagi kita semua, fakta ini tidaklah seaneh saat pertama kali muncul; dalam kehidupan spiritual kita yang normal, orang biasanya memahami sampai taraf tertentu bahwa penderitaan merupakan bagian dari kehidupan. Mari kita bertanya secara jujur dan serius kepada diri sendiri.

Apakah kita bersedia menghapus pengalaman sedih kita pada masa lalu (mungkin yang pernah terjadi dalam ke hidupan cinta kita)? Apakah kita bersedia kehilangan segala sesuatu yang menyakitkan atau melukai? Saya yakin kita se mua akan mengatakan tidak. Bagaimanapun kita semua tahu kita mampu tumbuh dan menjadi dewasa justru selama pe riode masa-masa tanpa kegembiraan dalam kehidupan kita.

Sekarang, beberapa di antara Anda mungkin keberatan bahwa ini semua merupakan alasan yang dicari-cari, ma nuver demagogi saja dari saya, dan saya seharusnya bertanya pada seseorang yang masih menjalani penderitaannya—saya se harus nya memang bertanya, apakah mereka bisa mene rima de ngan ikhlas penderitaan itu. Baiklah, untuk tujuan ini, kita bisa belajar dari sejumlah pengalaman, secara langsung, penga lam an yang sangat nyata: tidak lebih dari setahun yang lalu para lelaki dari kamp konsentrasi berdiri di parit-parit, bekerja keras menyekop dan memecah tanah bersalju tebal, sehingga serpihan-serpihan salju itu be terbang. Lalu saat penjaga berlalu dan tidak mengawasi, sekop dan cangkul itu berhenti bergerak, bertumpu di tangan-tangan mereka yang lelah, obrol an pun dimulai, peng ulangan yang monoton ten tang topik yang sama: ma kanan.

Resep-resep dipertukarkan, menu-menu di rencana kan, dan salah seorang akan menanya kan pada yang lain tentang makanan favoritnya atau berbicara dengan semangat tentang berbagai kue lezat, dan mereka mem-bayangkan apa yang akan mereka suguhkan kepada satu sama lain, suatu hari nanti apabila, setelah pembebasan me reka dari kamp, mereka saling

mengundang untuk makan malam. Namun, beberapa di antara mereka tidak berharap ada pembebasan yang memungkinkan mereka dapat merasa kan kembali makanan-makanan lezat itu, tetapi dengan alasan yang sangat berbeda: agar kondisi tak manusiawi ini, yang membuatmu tak bisa berpikir kecuali tentang mengisi perut, dapat segera berakhir; keadaan di mana kau



tak bisa ber pikir tentang apa pun selain bertanya-tanya apakah sudah pukul sembilan seperempat atau sembilan tiga puluh di pagi hari, atau setengah dua belas atau dua belas kurang se perempat di siang hari, dan berapa banyak lagi jam-jam yang akan berlalu di dalam parit yang dingin membeku, dengan perut kosong sampai istirahat makan siang yang singkat, atau sampai sore saat kau berbaris kembali ke barak-barak di kamp untuk me nyentuh tanganmu pada mangkuk sup di dapur. Betapa saat itu kami rindu pada pen deritaan ma nusia yang semesti nya, persoalan manusia sesungguhnya, konflik manusia yang senyatanya, mengganti kan pertanyaan-per tanyaan tentang makanan, kelaparan, kedinginan atau tidur, kerja paksa atau dipukuli penjaga. Dengan melankolis dan kesedihan yang men dalam kami mengenang kembali tentang masa-masa ketika kami masih menghadapi penderitaan-pen deritaan manusiawi, masalah-masalah dan konflik dan bu kan lah penderitaan-pen deritaan serta ancaman bahaya yang dihadapi binatang; na mun, saat memikirkan masa depan, betapa mengharukan ke rindu an akan keadaan di mana kami harus menderita, tetapi men derita atas bentuk-bentuk penderitaan yang bermakna, yang memang harus dialami manusia dalam kema nu sia annya.

Apakah kita bersedia menghapus pengalaman  
sedih kita di masa lalu? Sebenarnya, justru kita

mampu tumbuh dan menjadi dewasa

setelah melalui masa-masa



tanpa kegembiraan

dalam kehidupan kita itu.

Kita telah mengetahui bahwa pemenuhan makna hidup manusia dapat dilakukan dalam tiga arah: manusia mampu memberikan makna pada

Tersebutlah seorang anak muda yang sangat aktif dan produktif dalam berkarier—dia adalah seorang desainer grafis di sebuah agensi periklanan—yang tiba-tiba tercabut dari tempat kerjanya karena menderita tumor ganas di bagian atas tulang belakangnya. Tumor ini dengan segera menyebabkan kelumpuhan di lengan dan kakinya. Kini dia tak mampu lagi melakukan sesuatu yang semula membuat hidupnya bermakna, yaitu menjadi pekerja yang aktif: seolah dia didorong miring ke arah yang berbeda: tak mungkin lagi menjadi aktif seperti dulu, dan dia pun makin bersandar pada penemuan makna hidupnya di dalam situasi yang terbatas, memeras makna hidup meski dalam kemungkinan-kemungkinan yang sangat terbatas. Apa yang kemudian dilakukan pasien kita ini? Semasa dia di rumah sakit, dia banyak sekali membaca, melahap buku-buku yang dalam kehidupan profesional sebelumnya tak pernah bisa dia sisihkan waktu untuk membacanya. Dia juga rajin mendengarkan musik di radio dan terlibat diskusi yang membangkitkan semangat dengan sesama pasien. Maka dia pun sudah menarik dirinya ke area di mana sangatlah mungkin bagi seseorang, untuk memenuhi makna hidup dan menjawab pertanyaan-pertanyaan kehidupan dengan secara pasif mendatangkan dunia ke dalam dirinya. Karenanya sangat

bisa dipahami bahwa pemuda pemberani ini, bahkan pada titik terendahnya itu, dalam situasi yang sangat penuh keterbatasan, tidak pernah merasa bahwa hidupnya jadi tak berarti. Namun, tiba juga saat penyakitnya demikian merajalela sehingga memegang buku pun dia tak lagi mampu,

eksistensinya, *pertama* dengan melakukan sesuatu, dengan bertindak, dengan mencipta—mewujudkan sebuah karya; *kedua*, dengan mengalami se suatu—alam, seni—atau orang-orang yang menyenangkan; dan *ketiga*, manusia dapat menemukan makna bahkan ketika tidak memungkinkan bagi mereka untuk menemukannya dengan kedua cara di atas—yaitu, persis saat mereka meng ambil posisi di hadapan hal-hal yang tak bisa diubah, tak terhindarkan, sudah ditakdirkan, serta batasan-batasan diri mereka yang tak terelakkan: bagaimana mereka beradaptasi dengan batasan-batasan ini, bereaksi terhadapnya, bagai mana mereka menerima nasib ini. Sepanjang perjalanan hidupnya, manusia harus siap untuk mengubah arah peme nuhan makna hidupnya, sering kali secara tiba-tiba, sesuai dengan “tantangan saat ini” yang spesifik. Sebab sudah ditekankan bahwa makna hidup hanya bisa satu hal yang spesifik, spesifik baik dalam hubungannya dengan masing-masing individu dan spesifik terkait waktu masing-masing individu tersebut: pertanyaan yang diajukan hidup pada kita akan berubah dari satu orang ke orang lainnya, dari situasi yang satu ke situasi yang lainnya. Pada titik ini saya ingin menunjukkan, dengan sebuah contoh, bagaimana perubahan arah ini bisa lahir karena “tuntutan” nasib dan dipenuhi “dengan patuh” oleh individu yang bersangkutan.

Tersebutlah seorang anak muda yang sangat aktif dan produktif dalam berkarier—dia adalah seorang desainer grafis di sebuah agensi periklanan—yang tiba-tiba tercerabut dari tempat kerjanya karena menderita tumor ganas di bagian atas tulang belakangnya. Tumor ini dengan segera menyebabkan kelumpuhan di lengan dan kakinya. Kini dia

tak mampu lagi melakukan sesuatu yang semula membuat hidupnya bermakna, yaitu menjadi pekerja yang aktif: seolah dia didorong miring ke arah yang berbeda: tak mungkin lagi menjadi aktif seperti dulu, dan dia pun makin bersandar pada penemuan makna hidupnya di dalam situasi yang terbatas, memeras makna hidup meski dalam kemungkinan-kemungkinan yang sangat terbatas. Apa yang kemudian dilakukan pasien kita ini? Semasa dia di rumah sakit, dia banyak sekali membaca, melahap buku-buku yang dalam kehidupan profesional sebelumnya tak pernah bisa dia sisihkan waktu untuk membacanya. Dia juga rajin mendengarkan musik di radio dan terlibat diskusi yang membangkitkan semangat dengan sesama pasien. Maka dia pun sudah menarik dirinya ke area di mana sangatlah mungkin bagi seseorang, untuk memenuhi makna hidup dan menjawab pertanyaan-pertanyaan kehidupan dengan secara pasif mendatangkan dunia ke dalam dirinya. Karenanya sangat bisa dipahami bahwa pemuda pemberani ini, bahkan pada titik terendahnya itu, dalam situasi yang sangat penuh keterbatasan, tidak pernah merasa bahwa hidupnya jadi tak berarti. Namun, tiba juga saat penyakitnya demikian merajalela sehingga memegang buku pun dia tak lagi mampu,

karena ototnya menjadi sangat lemah; dia tak lagi tahan mengenakan *headphone* karena alat itu menimbulkan rasa pusing yang sangat hebat; dan pada akhirnya dia mengalami kesulitan bicara, dan tak dapat lagi melakukan diskusi yang bersemangat dengan pasien-pasien lain. Lagi-lagi individu ini didorong dan ditolak oleh nasib, tetapi sekarang penolakan itu bukan dari alam penciptaan melainkan juga dari nilai-nilai pengalaman. Karena penyakitnya, begitulah situasi hari-hari terakhirnya. Namun, dia dapat mencerap makna, bahkan dari situasi yang kurang menguntungkan, dengan cara merangkul situasi tersebut. Pasien kita ini tahu bahwa dia tinggal menghitung hari, bahkan jam, untuk sampai akhir hidupnya. Saya ingat saat jadi dokter jaga pada siang terakhir pasien ini. Saat melewati ranjangnya, dia memberi isyarat agar saya mendekat. Bicara dengan susah payah, dia mengatakan bahwa pagi tadi saat dokter senior mengunjunginya, dia mendengar bahwa Profesor G memberi perintah untuk memberinya suntikan morfin di saat-saat terakhir, demi membuatnya lebih nyaman di saat-saat sekaratnya. Dia melanjutkan bahwa karena dia yakin saat akhir itu akan terjadi malam nanti, dia meminta saya menyuntikkan morfin itu sekarang, saat kunjungan saya itu, sehingga perawat yang giliran berjaga di malam hari tak perlu memanggil saya khusus hanya gara-gara dia dan tidur saya tak perlu terganggu. Di saat-saat akhir hidupnya, laki-laki itu masih mempertimbangkan orang lain dan tak ingin menjadi pengganggu! Selain keberaniannya yang membuatnya mampu menahankan penderitaan dan sakit, betapa



karena ototnya menjadi sangat lemah; dia tak lagi tahan mengenakan *headphone* karena alat itu menimbulkan rasa pusing yang sangat hebat; dan pada akhirnya dia mengalami kesulitan bicara, dan tak dapat lagi melakukan diskusi yang bersemangat dengan pasien-pasien lain. Lagi-lagi individu ini didorong dan ditolak oleh nasib, tetapi sekarang penolakan itu bukan dari alam penciptaan melainkan juga dari nilai-nilai pengalaman. Karena penyakitnya, begitulah situasi hari-hari terakhirnya. Namun, dia dapat mencerpah makna, bahkan dari situasi yang kurang menguntungkan, dengan cara merangkul situasi tersebut. Pasien kita ini tahu bahwa dia tinggal menghitung hari, bahkan jam, untuk sampai akhir hidupnya. Saya ingat saat jadi dokter jaga pada siang terakhir pasien ini. Saat melewati ranjangnya, dia memberi isyarat agar saya mendekat. Bicara dengan susah payah, dia mengatakan bahwa pagi tadi saat dokter senior mengunjunginya, dia mendengar bahwa Profesor G memberi perintah untuk memberinya suntikan morfin di saat-saat terakhir, demi membuatnya lebih nyaman di saat-saat sekaratnya. Dia melanjutkan bahwa karena dia yakin saat akhir itu akan terjadi malam nanti, dia meminta saya menyuntikkan morfin itu sekarang, saat kunjungan saya itu, sehingga perawat yang giliran berjaga di malam hari tak perlu memanggil saya khusus hanya gara-gara dia dan tidur saya tak perlu terganggu. Di saat-saat akhir hidupnya, laki-laki itu masih mempertimbangkan orang lain dan tak ingin menjadi pengganggu! Selain keberaniannya yang membuatnya mampu menahankan penderitaan dan sakit, betapa

sebuah pencapaian, bukan pencapaian profesional, tetapi pencapaian kemanusiaan yang tak tertandingkan, tecermin dalam pernyataan sederhananya itu, dalam kemauannya memikirkan orang lain, persis pada jam terakhir hidupnya!

Anda akan memahami saya jika sekarang saya katakan bahwa tak ada desain grafis yang paling indah sekalipun, pa ling bagus dan terbaik di dunia ini (seandainya pasien tersebut menciptakannya saat dia masih bekerja secara profesional), dapat menjadi pencapaian yang setara dengan pencapaian kemanusiaan sederhana yang ditunjukkannya dengan perilaku pada jam-jam terakhir hidupnya itu.

Jadi bisa kita lihat bahwa penyakit tidak selalu me libatkan kekosongan makna, pemiskinan makna akan keber adaan kita; tetapi bergantung pada kemungkinan-kemung kinan yang ada, ia justru selalu menghadirkan sesuatu yang penuh makna. Bahwa ketiadaan makna tidak harus terjadi pada saat seseorang menderita ketiadaan kekuatan fisik, ditunjukkan oleh kasus berikut: suatu hari, seorang hakim yang sangat dihormati di Austria dibawa ke rumah sakit tempat saya bekerja. Dia menderita peradangan parah akibat arteriosklerosis dan salah satu kakinya harus diamputasi.

Operasi berjalan sukses dan tibalah saat dia harus berlatih berjalan dengan hanya satu kaki. Saya bantu dia turun dari ranjang rumah sakit dan mulai berusaha keras dan tanpa arah melompat-lompat dengan satu kaki berkeliling ruangan, se perti burung gagak. Lalu tiba-tiba dia menangis tersedu, dan tokoh terkemuka dan terhormat yang tangannya saya pegangi itu menangis seperti seorang anak kecil: “Aku tidak bisa, tak ada gunanya hidup sebagai orang lumpuh begini,” dia merengek. Lalu saya tatap wajahnya, bertanya dengan agak mendesak tetapi sedikit bercanda, “Tolong jawab per tanyaan saya, Yang Mulia, apakah Anda bermaksud mengejar

karier sebagai pelari jarak pendek atau jarak jauh?” Dia mendongak dan sedikit kaget. “Sebab saya bisa memahami keputusan dan pernyataan Anda tadi, hanya kalau Anda memang ingin berkarier sebagai pelari, karena sebagai pelari hidup Anda memang tak akan ada gunanya lagi: karena Anda tak lagi bisa menjadi pelari. Namun, di luar itu semua, seorang terhormat



seperti Anda yang telah menjalani hidup dalam cara yang sangat bermakna, dan telah mencatatkan nama baik di dunia profesional—apakah seluruh hidupnya akan kehilangan makna hanya karena kehilangan satu kaki?”

Sang hakim langsung memahami maksud saya, dan sebuah senyum lebar terkembang di wajahnya yang masih basah oleh air mata.

Jadi, penyakit tidak harus menyebabkan hilangnya makna hidup. Lebih dari itu, kadang-kadang ia bahkan mendatangkan manfaat. Agar soal ini lebih jelas, saya akan mengislahkan sebuah kasus yang terjadi di kamp konsentrasi. Di sana saya berjumpa dengan seorang perempuan muda yang sudah saya kenal sebelumnya. Saat bertemu di kamp konsentrasi itu, dia dalam kondisi sakit parah menuju sekarat—dan dia tahu hal itu. Namun, beberapa hari sebelum meninggal, dia berkata: “Saya berterima kasih pada Nasib yang membawa saya ke sini; dalam kehidupan saya sebelumnya yang borjuis, saya berangan untuk bisa lebih berbudaya, tetapi saya tak pernah benar-benar serius mengupayakannya. Namun, se karang saya bahagia, meski berada dalam tahanan kamp. Sekarang semua hal jadi serius dan saya dapat, saya harus, membuktikan diri saya.” Saat mengucapkan kalimat-kalimat itu, dia tampak lebih ceria ketimbang biasanya selama saya mengenalnya. Dia sungguh beruntung, karena berhasil melakukan apa yang diharapkan Rilke<sup>7</sup> (Rainer Maria Rilke, penyair dan novelis Austria—

*Penerj.* ) bisa dilakukan semua orang, yaitu “bisa menjalani kematiannya sendiri”! Dengan kata lain, menggabungkan bahkan kematian ke dalam keseluruhan kehidupan, ya, bahkan untuk memenuhi makna hidup dalam kematian.

Penyakit tidak harus menyebabkan hilangnya makna hidup.

Ia justru menghadirkan sesuatu yang penuh makna.

Karenanya kita tak perlu terkejut andai ada orang yang (mengakui makna kematian dalam makna hidup yang total) tidak melihat kerugian apa pun dalam sakit dan kematian dan bahkan melihat bukan sekadar manfaat melainkan juga sebagai karunia. Ada sepucuk surat yang tergeletak di hadapan saya, surat yang, ingin saya tekankan, tidak ditulis untuk saya, sehingga penulisnya tak akan pernah menduga saya menggunakan suratnya untuk bahan kuliah. Namun, se belum saya membacakan bagian-bagian yang relevan dalam surat itu saya ingin mengisahkan cerita latar belakangnya. Pria ini sangat terpukul karena penyakit tulang punggung yang parah dan mematikan yang dideritanya. Demi mendapatkan perawatan yang lebih baik, dia tinggal di sebuah rumah pedesaan milik seorang kawan perempuannya, yang jaraknya agak jauh dari kota Wina. Banyak temannya telah berkonsultasi dengan seorang spesialis terkemuka di Eropa, dan dokter ini mengatakan operasi tidak dimungkinkan. Bahkan operasi, menurutnya, hanya akan memberikan kemungkinan sukses 5% saja.

Pendapat dokter ini disampaikan melalui surat kepada kawan pemilik rumah pedesaan tempat si pasien tinggal. Surat tersebut dibawa dengan nampan oleh asisten rumah tangga yang kelihatannya tak pernah tersenyum saat sang pemilik rumah dan sang pasien sarapan bersama. Begitulah, dalam surat si pasien yang saya pegang ini, dia menggambarkan semua itu dan kemudian melanjutkan:

*Jadi hal itu tak mungkin dihindari bagi ... untuk memungkinkan saya melihat surat itu ... kalau tidak dia akan menyalahi kebiasaan lama, dan saya akan mengambil kesimpulan sendiri. (Suatu hari seorang teman mendesak saya, kalau saya tak salah ingat, untuk pergi*



*menyaksikan film bicara pertama yang sedang diputar di ... yaitu Titanic8 ! Dengan penggambarannya yang sangat piawai, Fritz Kortner memerankan seorang pe nyair yang lumpuh di atas kursi roda, yang, setelah upaya bertahan yang sangat keras, membiarkan air laut meneng gelamkannya, lalu menyanyikan Doa Bapa, dengan tegas dan bersemangat memimpin kelompok kecil pe numpang kapal itu menuju kematian yang telah ditetapkan. Saya benar-benar terguncang usai menonton film itu dan berpikir, pastinya merupakan karunia Nasib jika bisa menghadapi kematian dengan tegar seperti itu. Sekarang saya diberkahi semua ini untuk kematian saya sendiri! Saya bisa menguji semangat berjuang saya sekali lagi; tetapi dari kondisi yang ada, perjuangan ini bukan tentang kemenangan melainkan tentang mengumpulkan sisa-sisa kekuatanku, boleh dibilang begitu, seolah ini adalah latihan olahraga terakhir. Saya ingin menahankan rasa sakit ini tanpa narkotika, selama saya bisa menahankannya.*

*“Memperjuangkan kekalahan”... per nyataan yang terlarang di dunia kita! Karena semua harus tentang berjuang dan melawan.) Setelah membaca surat dari ... yang menyampaikan opini Profesor ... kami memainkan karya Bruckner (Anton Bruckner, komposer Austria—*

*Penerj. ), “ Fourth ”, sebuah simfoni romantik pada malam hari. Segala sesuatu dalam diri saya seperti mengalir lembut dalam keluasan ruang. Omong-omong, saya ini bergelut dengan matematika setiap hari dan saya sama sekali tidak merasa sentimental. Salam hormat saya ....*

Pada titik ini saya yakin Anda tak akan bisa lagi membantah saya dan mengatakan mudah saja bagi saya untuk bicara. Anda akan kagum melihat

bagaimana seorang pasien benar-benar mampu bersikap di hadapan kematian dalam cara yang sudah saya sampaikan, sesuatu yang sangat mungkin dilakukan dan karenanya perlu dilakukan: tidak mudah bagi si penulis surat untuk bicara, tetapi dia telah melakukannya dan karenanya menunjukkan bahwa sikap yang dituntut dari kita itu bisa diwujudkan.

Sekarang jelas bagi Anda bahwa makna yang dapat lahir dari pengalaman sakit dan sekarat tidak dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal semisal ketidakberhasilan (dalam hidup) atau segala bentuk kegagalan di dunia ini, bahwa hal ini lebih cenderung merupakan keberhasilan internal (diri-

dalam), dan keberhasilan internal ini bisa eksis meski di tengah kegagalan eksternal. Yang juga menjadi jelas adalah barang kali bahwa semua ini benar tidak hanya dalam kasus-kasus tertentu yang spesial, tetapi kita dapat menerapkannya pada keseluruhan hidup kita. Sebab, betapa pun keseluruhan hidup kita pada akhirnya penuh kegagalan, ia hanya sampai pada batas pemahaman kita tentang kesuksesan sebagai kesuksesan eksternal: tidak ada kesuksesan eksternal, tidak ada pengaruh, boleh dikatakan, tidak ada pengaruh sosio logis maupun biologis di luar sana, yang bisa melebihi usia kita ataupun bisa bertahan selamanya. Namun, kesuksesan internal diri-dalam, pemenuhan internal akan makna hidup, merupakan sesuatu yang, dapat dipastikan, dicapai “sekali dan untuk selamanya”. Fakta bahwa pencapaian ini sering hanya diraih di saat-saat akhir eksistensi kita tidaklah meng alihkannya dari makna hidup, tetapi menjadikan “akhir” ini benar-benar sebagai penggenap kehidupan kita.

Sungguh sulit membuat hal ini mudah dilihat dan diyakini hanya dengan menggunakan contoh sehari-hari. Dunia seni mem beri peluang lebih dalam hal ini. Sebagai contoh, saya ingin mengingatkan Anda pada novela karya Werfel, *The Man Who Conquered Death (Der Tod des Kleinburgers)*.

Werfel meng gambarkan tokoh sehari-hari, laki-laki kecil borjuis yang picik,

yang seluruh hidupnya dipenuhi kemalangan dan ke khawatiran, dan dia demikian terserap oleh semua itu. Laki-laki ini jatuh sakit dan dibawa ke rumah sakit. Lalu Werfel menunjukkan kepada kita bagaimana laki-laki ini dengan sangat heroik berjuang melawan ajalnya yang makin men dekat, karena keluarganya akan menerima pembayaran asuransi premium yang lebih besar kalau dia meninggal setelah Hari Tahun Baru, tetapi jika tidak, maka asuransi tidak akan membayar klaim apa pun. Dalam perjuangan melawan kematian inilah, dalam pengharapan yang besar untuk mencapai Tahun Baru, dalam perjuangannya me mastikan keamanan finansial bagi keluarganya, laki-laki se derhana ini mencapai derajat kebesaran manusia yang hanya bisa digambarkan oleh para penyair. Atau kita bisa juga menengok kisah serupa dalam novel *The Death of Ivan Ilyich* karya Tolstoy.

Di sini tokohnya pun seorang laki-laki borjuis yang semula putus asa menghadapi kematian dan ketak ber maknaan hidupnya sebelum itu, begitu

anggapannya, tetapi dalam keputusasaan itu, dia berubah, dan dalam perubahan itu, dengan perubahan itu, entah bagaimana dia mampu memberi makna

pada

hidupnya

yang

sebelumnya

penuh

kesia-siaan;

sesungguhnya, melalui pengalaman masa lalu nya yang penuh kesia-siaan itu dia mendedikasikan ke hidupnya secara keseluruhan agar menjadi penuh makna.

Jika, setelah semua ini, terbukti bahwa kehidupan orang yang sakit parah, di ambang kematian, sama sekali tak bermakna, maka kita harus mempertanyakan, apa hak kita untuk menilai orang lain yang sakit parah bahkan sekarat sebagai orang tak berharga, menilai bahwa hidup mereka

“hidup yang sia-sia”. Kita juga tak boleh mengesampingkan nilai-nilai praktis, yaitu kebermanfaatan, apa pun bentuknya, yang masih dapat dimiliki oleh seorang yang sakit parah, yaitu hidupnya itu—mereka bisa saja berkontribusi atas pe nemuan penyakit baru atau penemuan cara

pengobatan baru atas penyakit yang dideritanya. Mengapa pula kita ingin menghilangkan peran ini sejak awal?

Menurut pendapat saya, hanya si orang sakit itu sendiri lah yang berhak menentukan posisinya, makna dirinya. Dari sudut pandangnya, pertanyaan tentang makna hidup itu bisa jadi dapat dibenarkan dalam hal nilai hidupnya sebagai orang sakit yang memberikan sumbangan pada ilmu penge tahuan; lagi pula, banyak orang yang menyumbangkan bagian tubuhnya untuk lembaga-lembaga penelitian anatomi agar mereka dapat berkontribusi pada ilmu pengetahuan meski sudah meninggal. Namun, dari sudut pandang kita, dari sudut pandang seorang dokter, penilaian manusia yang sa ngat objektif ini tidak bisa diterima. Tentu saja, objektivitas sesuai dengan cara pandang para dokter, sikap para profe sional medis terhadap para pasien perlu untuk berjarak. Coba bayangkan saja bagaimana kunjungan harian dokter dilakukan. Di hadapan setiap pasien, dokter tidak sedang menghadapi seorang manusia melainkan sebuah kasus. Asisten yang menyertai dokter senior dalam kunjungannya mengenalkan pasien sebagai



“sebuah kasus” penyakit ini atau penyakit itu. Secara umum, dokter cenderung menanggapi penyakitnya, bukan manusianya, bukan si orang yang sakit. Dan sering kali kita mendengar ungkapan “Ini adalah sebuah kasus

....” Tolong dicatat kata “ini”, dan bukannya “orang yang di sini ini ...”; lebih jauh lagi, “adalah,” dengan kata lain, bukan “mengalami” atau

“menderita” sehingga mengakui adanya sebuah penyakit yang diderita oleh si manusia, tetapi si manusia itu “adalah” sebuah kasus; ter akhir, “sebuah”

kasus, yang berarti kasus acak, sebarang kasus, sekadar perwakilan dari satu penyakit tertentu—atau mungkin kasus nomor sekian-sekian dari sebuah seri kasus, yang sering disebut sebagai “subjek” penyakit. Dengan ekspresi-ekspresi tersebut yang secara tidak disadari menjadi jargon medis, maka cukuplah bukti untuk menunjukkan betapa jauh dan dalamnya

kecenderungan sikap disosiasi (mengambil jarak) dari para dokter ini, serta sikap mereka yang menjadikan manusia sebagai sekadar objek.

Seorang dokter yang baik, yang biasanya juga seorang pribadi yang baik, akan selalu menghindari objektifikasi dan lebih memilih pendekatan kemanusiaan. Saat sikapnya terancam menjadi objektif (dan biasanya begitu, terutama dalam kasus-kasus pasien gangguan mental), maka ia akan memaksa dirinya untuk kembali bersikap manusiawi, yang dapat dilakukan dengan sering-sering melontarkan pertanyaan ini kepada dirinya sendiri,

“Oke, ini adalah kasus skizo frenia. Sekarang apa yang akan aku lakukan kalau jadi dia?” Ini tentu saja cerita berbeda yang tidak akan kita alami lebih jauh di sini, bahwa perubahan sikap “menjadi manusia”, dan menghindari sikap faktual murni dan posisi ilmuwan, menjadi manusia dan, sesungguhnya, menuju posisi insan medis, menunjukkan bahwa kemanusiaan dalam diri sang dokterlah yang pertama-tama akan menemukan si manusia dalam diri pasiennya (yang di atas segalanya, merupakan hal terpenting bagi sang psikiater)—dan, lebih jauh lagi, membangkitkan sisi manusia dalam diri si pasien (yang merupakan hal paling penting di ranah perawatan psikiatrik).

Jadi, jika pertanyaan tentang kebermanfaatan untuk masyarakat manusia dan kemajuan ilmu pengetahuan dari seorang yang sakit diajukan, maka pertanyaan itu sendiri sama sekali tidak manusiawi dan karenanya sangat bertenangan dengan cara pandang medis, sebuah posisi yang secara radikal melakukan objektifikasi dan menurunkan derajat manusia, yang harus kita tolak mentah-mentah. Bahkan mereka yang mengalami gangguan mental

“bukan” hanya sebuah penyakit bagi kita, tetapi pertama-tama dan terutama dia adalah se orang manusia, yaitu manusia yang “memiliki” sebuah penyakit. Dan betapa orang ini mampu menjadi sangat manusiawi, meski sedang dalam kondisi sangat tidak baik: sangat manusiawi, bukan hanya terlepas

dari atau dalam kondisi sakitnya, melainkan juga dalam sikapnya terhadap penyakit itu sendiri. Bertahun-tahun lalu, saya mengenal seorang perempuan lanjut usia yang selama puluhan tahun menderita gangguan mental parah dan terus-menerus tersiksa oleh berbagai halusinasi; dia terus-menerus mendengar suara yang mengkritik apa pun hal yang dilakukannya dengan kalimat-kalimat yang mengejek—yang tentu sangat membuatnya tertekan. Namun, betapa mengagumkan wanita ini menanggapi nasibnya yang mengerikan itu! Betapa dia melakukan perdamaian antara diri dan nasibnya! Karena jelas bahwa itulah yang telah dilakukannya: ketika menceritakan kondisi nya, pembicaraannya sangat tenang dan ceria; dia bahkan sangat telaten, selama hal itu mungkin dia lakukan. Takjub akan hal ini, saya penasaran dan secara hati-hati melontarkan pertanyaan mengenai pendapatnya tentang kondisinya saat itu dan bagaimana dia bisa tersenyum tenang begitu, serta apakah suara-suara yang didengarnya tidak mengerikan? Dan apa jawabannya? “Oh, Tuhan, aku hanya berpikir, Dokter, lebih baik mendengar suara-suara daripada aku tak bisa mendengar sama sekali.”

Dan dia pun terus tersenyum *jail*. Sungguh inilah kemanusiaan, pencapaian manusia—atau lebih tepat lagi, itulah kearifan tingkat tinggi!

Sebaliknya, mari kita bertanya pada diri sendiri apa yang harus kita katakan tentang fakta bahwa mereka yang sakit dan tak bisa disembuhkan, khususnya mereka yang mengalami gangguan mental, dicap sebagai orang

tak berguna hanya karena penyakitnya dan harus menghadapi kehancuran bahkan bunuh diri atau dibunuh. Sebab kita mendengar berkali-kali bahwa pembunuhan mereka yang mengalami gangguan mental dan tak bisa disembuhkan merupakan satu-satunya pembunuhan yang mungkin “masih bisa dipahami” dalam program-program politik ideologi; itulah sebabnya kita sekarang akan menguji semua alasan yang, sebagian besar, hanyalah

taktik untuk dapat mengeluarkan pernyataan seperti itu, agar kita bisa memberikan penjelasan dengan sanggahan yang jitu.

Karena kita berbicara terutama tentang apakah kita punya hak untuk

“menghilangkan” orang-orang dengan gangguan mental yang hidupnya dianggap tak bermakna dan “tak layak hidup”, pertama-tama kita harus bertanya, “Apa artinya tak bisa disembuhkan?” Alih-alih memberikan sejumlah penjelasan yang kurang lengkap dan tidak dapat diandalkan, saya akan memaparkan sebuah kasus individual spesifik yang pernah saya saksikan. Ada seorang pemuda di rumah sakit yang berada dalam kondisi

“kosong sempurna”: selama lima tahun penuh dia tidak mengucapkan satu kata pun, dan tidak pernah makan tanpa alat bantu, sehingga dia harus diberi makanan melalui tabung yang dipasangkan di hidung; dia terus-menerus tergeletak di tempat tidur, sehingga otot kakinya lama kelamaan lumpuh. Seandainya saya menunjukkan kasus ini saat kunjungan dokter rutin, seorang mahasiswa saya, sebagaimana sering terjadi, pasti akan bertanya: “Serius nih, Dokter, apa tidak sebaiknya membiarkannya mati saja?” Dan begitulah, masa depan yang ternyata memberikan jawaban atas pertanyaan mahasiswa itu. Sebab suatu hari, tanpa alasan apa pun, pasien kita itu bangkit duduk, bertanya kepada perawat apakah dia boleh menyantap makanan secara normal, dan minta tolong dibantu turun dari tempat tidur untuk mulai latihan berjalan. Dia bersikap normal dalam aspek-aspek lain, mengingat kondisi nya sebelum itu. Berangsur-angsur otot kakinya menguat, dan hanya perlu beberapa minggu agar pasien itu

“diizinkan pulang dalam keadaan sembuh”. Tak lama setelah itu, bukan saja dia kembali menekuni profesi lamanya, tetapi juga memberikan kuliah di salah satu kampus di Wina tentang perjalanan ke luar negeri dan wisata ke

puncak Alpen, perjalanan yang telah dia lakukan dan membuatnya berkesempatan mendapatkan foto-foto yang sangat indah. Namun, dia juga

berbagi dengan kelompok kecil kolega psikiater saya, ketika saya mengundangnya untuk mengisahkan kehidupan diri-dalam nya selama lima tahun di rumah sakit. Pada saat berbagi inilah, dia menceritakan berbagai pengalaman menarik dan memberikan kepada kami wawasan, bukan hanya tentang hal-hal kedamaian spiritual yang tersembunyi di balik ke tiadaan gerakanya, tetapi juga banyak detail luar biasa tentang apa yang sebenarnya terjadi “di balik layar”, peristiwa-peristiwa yang mustahil dipahami oleh para dokter yang hanya berkeliling dan tidak banyak memberikan perhatian khusus. Pasien ini bahkan masih mengingat kejadian ini dan itu bertahun-tahun kemudian, membuat para perawat kesal karena tak menyangka pasien ini akan mengungkap berbagai ke nang annya di rumah sakit.

Bahkan ketika kita sepakat kasus-kasus tertentu memang tak bisa disembuhkan, siapa yang bisa menentukan berapa lama keadaan tak disembuhkan itu benar-benar akan tetap tak disembuhkan? Tidakkah kita melihat dalam psikiatri, terutama dalam beberapa dekade terakhir, bahwa gangguan mental yang hingga kini digolongkan sebagai tidak bisa disembuhkan, dapat dikurangi dengan beberapa perawatan, walaupun tidak bisa disembuhkan sama sekali? Jadi, siapa yang bisa mengatakan bahwa sejumlah kasus yang sedang kita tangani, tidak akan dipengaruhi juga oleh jenis perawatan yang sedang diupayakan di suatu tempat di dunia, di sejumlah rumah sakit, yang mungkin tidak kita ketahui?

Sekarang kita harus bertanya pada diri sendiri: anggap lah kita serba-tahu dan punya dasar untuk berbicara dengan yakin tentang penyakit yang secara permanen tidak dapat disembuhkan; siapa yang memberi hak para dokter untuk membunuh? Apakah masyarakat mempekerjakan dokter untuk membunuh? Bukankah tugasnya justru menyelamatkan siapa pun sebisa mungkin, dan memberikan perawatan saat penyakit tak bisa disembuhkan?

(Jadi bukanlah kebetulan kalau kebanyakan rumah sakit psikiatri disebut

*Heil-und Pflegeanstalten*— Lembaga Penyembuhan dan Perawatan). Dokter pastinya bukan seorang hakim di atas “ada dan tidak ada-nya” orang-orang sakit yang dipercayakan padanya, bahkan yang memercayakan

diri mereka sendiri kepadanya. Karena nya, dokter tak punya hak—dan tak boleh sekali-kali ber asumsi punya—untuk menghakimi nilai kebermaknaan hidup seorang pasien yang diduga ataupun benar-benar tak bisa disembuhkan.

Bayangkan apa yang akan terjadi jika “hak” tersebut (yang sesungguhnya tak ia miliki) ditingkatkan hingga level hukum (meski tidak tertulis). Biar saya sampaikan pada Anda: kepercayaan pasien dan keluarganya pada profesi medis akan hancur selamanya! Sebab tak seorang pun tahu apakah dokter akan melakukan pendekatan kepada pasien sebagai penolong dan penyembuh, atau sebagai hakim dan eksekutor.

Anda mungkin melontarkan keberatan lebih jauh: mung kin alasan yang saya ajukan tidak terlalu jitu, sebab terus terang kita juga harus menanyakan pada diri sendiri, apakah negara memiliki kewajiban untuk memberi para dokter hak untuk memusnahkan individu “tak berguna” yang berlebih.

Bagaimanapun pastinya tersirat pemahaman bahwa negara sebagai pengawal kepentingan publik, harus membebaskan masyarakat dari beban individual yang sangat “tidak produktif” yang menghabiskan jatah pangan anggota masyarakat lain yang sehat dan fit untuk hidup.

Baiklah, kalau menyinggung soal berbagai keperluan seperti makanan, ranjang rumah sakit, dokter dan perawat, perdebatannya tidak akan relevan kalau kita ingat satu hal: sebuah negara yang telah terpuruk secara ekonomi sehingga harus mengenyahkan warganya yang sakit tak tersembuhkan sekadar demi menghemat keperluan-keperluan konsumsi—negara semacam itu pasti sudah mutlak bangkrut.

Kalau kita menguji sisi lain dari pertanyaan di atas, fakta bahwa pasien yang tak tersembuhkan tak lagi berman faat bagi masyarakat, bahwa

merawat mereka merupakan hal yang “tidak produktif”, maka kita harus ingat bahwa kebermanfaatan bagi masyarakat bukanlah dan tidak akan pernah menjadi satu-satunya kriteria yang menentukan keadilan kita dalam menilai seorang manusia. Mudah sekali menemukan bukti tentang hal ini: para pasien demensia di lembaga psikiatri, yang melakukan tugas-tugas sederhana seperti mendorong gerobak tangan penuh keping ubin atau pun

membantu mencuci piring, orang-orang ini jauh lebih berguna dan produktif ketimbang kakek-nenek kita, yang mungkin menghabiskan masa senja mereka dengan cara yang sangat tidak produktif dan kalau mereka dieliminasi pasti akan mendapat tentangan keras dari mereka yang menganjurkan penghapusan kehidupan yang tak produktif. Bayangkan betapa tak produktifnya seorang perempuan lansia yang hanya duduk-duduk di rumah, mengantuk dan setengah lumpuh duduk di kursi berlengan di balik jendela rumah, tetapi malah dikelilingi dan dimanja dengan cinta dari anak-cucunya! Dikelilingi cinta, itulah yang dialami nenek ini—tak lebih dan tak kurang. Namun, dalam cinta itulah, dia tak tergantikan dan harus tetap hadir, sebagaimana orang-orang yang masih bekerja tak tergantikan dalam peran nya di tengah masyarakat. Di bagian pertama, saat kita bicara tentang fakta bahwa keunikan dan individualitas setiap manusia mewakili nilai dari manusia tersebut, dan bahwa nilai ini harus terhubung dengan masyarakat yang melihat keunikan ini sebagai nilai, maka kita semua berpikir hal ini terutama dalam konteks melayani masyarakat; tetapi kini kita dapat melihat bahwa ada cara lain di mana setiap orang sebagai individu yang unik selalu menjadi dirinya sendiri, yang membuat nilai kepribadiannya mewujudkan dan makna khusus hidupnya terpenuhi: inilah jalan cinta, atau lebih indah lagi, dicintai. Ini sedikit banyak merupakan jalan pasif, tanpa upaya, tanpa harus melakukan apa pun—“tanpa bertindak apa pun untuk mendapatkannya”—yaitu menjadi orang yang dicintai, yang

tanpa itu, seperti kita lihat, orang yang memiliki kegiatan atau menjadi karyawan harus berjuang mendapatkan nilai dirinya. Karena dicintai, orang akan mencapai hal-hal yang biasanya harus diraih dengan berjuang keras, tanpa harus berusaha: sesungguhnya orang tak bisa mengupayakan cinta; cinta itu bukan imbalan, cinta itu anugerah. Di jalan cinta, karenanya, orang menerima hal-hal yang kalau tidak diberikan atas dasar kemurahan hati, harus didapatkannya dengan berjuang keras melalui tindakan: inilah perwujudan dari keunikan dan individualitasnya itu. Sebab sifat alami cintalah yang membuat kita mampu melihat orang yang kita cintai dalam keunikan dan individuitas mereka.

Sekarang saya siap untuk argumen berikutnya: semua yang saya sampaikan barangkali berlaku secara umum, walaupun mungkin sulit menemukannya pada mereka yang keadaannya sangat menyedihkan, tetapi terpaksa menyan

dang titel “ma nusia”—antara lain anak-anak yang menyandang disabilitas mental parah. Namun, Anda mungkin akan takjub (bahkan psikiater berpengalaman pun dibuat terkejut), jika saya menceritakan bagaimana anak-anak khusus ini malah sangat dihargai dan dimanjakan dengan kelembutan cinta orangtua mereka. Izinkan saya membacakan sebuah surat dari seorang ibu yang kehilangan anaknya dalam program eutanasia yang terkenal kejam itu (Program Eutanasia adalah pembunuhan massal pertama yang dilakukan Nazi di Jerman pada 1939, dua tahun sebelum genosida kaum Yahudi Eropa, dengan saran mereka yang menyandang gangguan mental parah dan dianggap “tak tersembuhkan”—

*Penerj. ):*

*Akibat penyimpangan dalam pembentukan tengkorak kepalanya saat berada di dalam rahim, putriku lahir pada tanggal 6 Juni 1929*

*dengan penyakit yang tak bisa disembuhkan. Aku sendiri berumur 18 tahun waktu itu. Aku sangat menyayangi anakku, sangat mencintainya.*

*Aku dan ibuku melakukan segala yang kami mampu untuk menolong si kecilku ini, tetapi tanpa hasil. Anakku tak bisa jalan dan tak mampu bicara. Namun, aku masih muda dan tak kehilangan harapan. Aku bekerja siang dan malam agar dapat membelikan nutrisi tambahan dan obat untuk putri tercintaku. Saat aku merangkulkan tangan kecilnya yang kurus ke leherku, kukatakan pada nya, “Putriku, apakah kamu mencintai Mama?” dia memelukku lebih erat lagi, tertawa dan dengan susah payah berusaha mengusap wajahku dengan tangan-tangan kecilnya. Saat itu aku benar-benar bahagia, terlepas dari apa pun yang kualami, bahagia tak terkira.*

Barangkali Anda masih meragukan penjelasan ini. Barangkali Anda masih berpikir bahwa pada akhirnya, tindakan dokter melakukan eutanasia terhadap pasien yang “tak tersembuhkan” adalah juga karena pertimbangan kepentingan dan kemauan si pasien. Tepatnya karena kemauan yang

“diblokkan”, karena para pasien tak menyadari kemauan dan kepentingan mereka sendiri disebabkan gangguan mental yang mereka alami—untuk alasan ini, dokter pastinya telah bertindak layaknya pengacara yang

mewakili kepentingan dan kemauan me reka, bukan hanya sah, tetapi hampir merasa wajib melakukan eutanasia itu.

Anda mungkin berpikir, jika dapat dipahami dengan benar, pembunuhan (eutanasia) semacam itu dapat menjadi pengganti sebuah upaya bunuh diri, yang tak diragukan lagi akan dilakukan pasien seandainya dia memahami kebenaran me ngenai situasi dirinya.


Yang ingin saya sampaikan kepada Anda sebagai jawaban argumen di atas adalah saya akan menjelaskan melalui kasus lain yang saya tangani:

Sebagai seorang dokter muda, waktu itu saya bekerja di sebuah klinik pengobatan internal di mana suatu hari seorang kolega muda diantar untuk dirawat di sana. Dia membawa lembar diagnosisnya—kanker langka dan ganas yang sangat berbahaya dan tak bisa dioperasi—dan diagnosis itu memang benar! Ini adalah sejenis kanker khusus—dalam istilah medis disebut melanosarkoma—yang dapat dideteksi melalui reaksi tertentu atas urine. Tentu



saja, kami mencoba mengelabuinya dengan menukar sampel urinenya dengan milik pasien lain dan menunjukkan kepadanya hasil yang negatif. Namun, apa yang kemudian dia lakukan? Suatu hari di saat tengah malam, dia mengendap-endap pergi ke laboratorium untuk menguji urine-nya sendiri dan mengejutkan kami semua pada pagi harinya saat kami melakukan kunjungan dokter rutin. Kami sungguh merasa malu, dan sudah membayangkan kawan kami ini pasti akan melakukan bunuh diri. Setiap kali dia mendapat izin keluar rumah sakit—sulit sekali melarang-nya pergi—untuk mengunjungi kafe kecil terdekat yang biasa dikunjunginya, kami merasa tegang dan berjaga-jaga siapa tahu ada berita dia meracuni diri sendiri di toilet kafe. Tetapi apa yang sebenarnya terjadi? Semakin penyakitnya berkembang, dan hal itu sangat nyata terlihat, si pasien malah meragukan diagnosisnya; bahkan saat tumbuh benjolan baru di levernya, dia mulai mengira bahwa penyakit-nya hanyalah gangguan lever yang tak berbahaya. Jadi, apa yang telah terjadi? Semakin dekat ia pada kematian, semakin kuat tekadnya untuk hidup dan mencermati hidupnya, dan semakin dia menyangkal bahwa ajalnya semakin mendekat. Bagaimanapun cara Anda memandangnya, yang pasti semangat hidupnya malah makin menyala, dan fakta ini seharusnya makin meyakinkan kita (dan ini berlaku untuk kasus-kasus serupa) bahwa kita tidak memiliki hak untuk menolak keinginan pasien untuk tetap hidup!

saja, kami mencoba mengelabuinya dengan menukar sampel urinenya dengan milik pasien lain dan menunjukkan kepadanya hasil yang negatif. Namun, apa yang kemudian dia lakukan? Suatu hari di saat tengah malam, dia mengendap-endap pergi ke laboratorium untuk menguji urine-nya sendiri dan mengejutkan kami semua pada pagi harinya saat kami melakukan kunjungan dokter rutin. Kami sungguh merasa malu, dan sudah membayangkan kawan kami ini pasti akan melakukan bunuh diri. Setiap kali dia mendapat izin keluar rumah sakit—sulit sekali melarangnya pergi—untuk mengunjungi kafe kecil terdekat yang biasa dikunjunginya, kami merasa tegang dan berjaga-jaga siapa tahu ada berita dia meracuni diri sendiri di toilet kafe. Tetapi apa yang sebenarnya terjadi? Semakin penyakitnya berkembang, dan hal itu sangat nyata terlihat, si pasien malah meragukan diagnosisnya; bahkan saat tumbuh benjolan baru di levernya, dia mulai mengira bahwa penyakitnya hanyalah gangguan lever yang tak berbahaya. Jadi, apa yang telah terjadi? Semakin dekat ia pada kematian, semakin kuat tekadnya untuk hidup dan mencermati hidupnya, dan semakin dia menyangkal bahwa ajalnya semakin mendekat. Bagaimanapun cara Anda memandangnya, yang pasti semangat hidupnya malah makin menyala, dan fakta ini seharusnya makin meyakinkan kita (dan ini berlaku untuk kasus-kasus serupa) bahwa kita tidak memiliki hak untuk menolak keinginan pasien untuk tetap hidup!



Saya akan lebih jauh membela alasan ini bahkan pada kasus di mana kami para dokter berhadapan dengan pasien yang memperlihatkan melalui perilaku dan tindakannya bahwa mereka tidak lagi memiliki keinginan untuk hidup. Maksud saya, mereka yang berupaya bunuh diri. Dan saya berkeyakinan bahwa bahkan dalam kasus upaya bunuh diri yang sebenarnya, dokter bukan hanya memiliki hak, tetapi juga berkeajiban melakukan intervensi secara medis, dan itu berarti untuk menyelamatkan dan membantu se maksimal mungkin. Ada saat ketika hal ini sangat relevan.

Bertahun-tahun lalu, saya sendiri terlibat dalam membangun sebuah prosedur yang akan menyelamatkan pasien yang bahkan mengalami kasus parah, yaitu keracunan pil tidur, yang sampai saat itu belum bisa diatasi dengan penanganan biasa. Ada suara-suara protes dari sejumlah kolega saya yang ingin menekankan bahwa bagi orang yang keputusannya untuk bunuh diri dapat dipahami dari sudut pandang manusia (ada saat di mana

“pandemi bunuh diri” terjadi karena kondisi ekstrem yang sangat bermacam yang dialami sekelompok orang<sup>9</sup>), saya tidak punya hak untuk

“mengembalikan hidup mereka” atau menyeret mereka kembali untuk menjalani kehidupan. Apa yang saya lakukan—inilah argumen mereka—

adalah memainkan peran nasib. Namun, saya bersikeras mengenai pandangan saya. Saya bahkan tetap bersikukuh atas prinsip ini meskipun asisten saya sendiri, yang berulang kali juga melontarkan kritik atas pendekatan yang saya lakukan, suatu hari dibawa ke rumah sakit karena berupaya bunuh diri: dalam kasusnya pun, saya bersikeras tentang prinsip saya dan dalam kasusnya pula, saya menerapkan teknik saya dan berhasil

---

tidak mendapat ucapan terima kasih, pastinya. Namun, yang saya jelaskan kepada para pengkritik moral metode saya (biasanya, kritik medis akan tertolak sendiri dengan fakta-fakta yang kemudian muncul) adalah hal seperti ini: Bukanlah saya yang memainkan peran nasib, tetapi dokter yang menelantarkan kasus bunuh diri yang datang ke dalam nasibnya, dia yang

memberi nasib kekuasaan bebas dan berpangku tangan saja padahal sebenarnya dia masih bisa melakukan intervensi dan menolong, dialah yang mencoba mengambil peran takdir. Sebab, bayangkan kalau “SANG

NASIB” menginginkan upaya bunuh diri itu terjadi, ia tentu akan menemukan jalan dan cara apa pun untuk mencegah orang yang ingin bunuh diri tersebut untuk dipertemukan dengan seorang dokter, selagi masih ada waktu. Namun, saat si pasien sudah berada di tangan seorang dokter, maka dokter ini harus bertindak sebagaimana dokter dan tidak jatuh ke pelukan *nasib yang satu ini*, yaitu nasib yang “berbelas kasihan”.

Semoga sekarang saya sudah memaparkan, melalui diskusi-diskusi ini, seluruh argumen yang dapat mendukung eutanasia, betapa kebermaknaan eksistensi manusia itu tak perlu syarat, dan karenanya keyakinan kita pada makna kehidupan tak mungkin tergoyahkan. Jika pada awalnya hidup saja telah terbukti memiliki makna bagi kita, berangsur-angsur akan tampak juga bahwa bahkan penderitaan memberikan makna dan merupakan bagian dari



makna hidup itu sendiri. Lalu kita juga akan melihat bahwa kematian memiliki makna, bahwa sungguh akan sangat bermakna bagi setiap diri kita untuk mendapatkan “kematian kita sendiri”. Dan akhirnya, akan terlihat juga bahwa bahkan pada saat sakit, bahkan yang tak tersembuhkan sekalipun, ya, bahkan sakit yang tak tersembuhkan, tidak memberikan hak kepada siapa pun untuk menghakimi seorang manusia dan menyebutnya

“tak layak hidup” apalagi menyangkal hak hidup mereka. Jadi, sekarang kita sudah mengeksplorasi pertanyaan-pertanyaan tentang makna kehidupan dari berbagai sisi. Dalam peninjauan sekilas kesimpulan utama kita, yang paling kita ingat di atas segalanya adalah pengamatan dasar kita bahwa hidup sendiri berarti menghadapi berbagai pertanyaan, dan bahwa kita tidak mungkin menanyakan maknanya, karena makna itu hadir di dalam tindakan kita menjawabnya. Namun jawaban-jawaban yang harus kita berikan kepada pertanyaan-pertanyaan kehidupan tidak lagi terdapat dalam kata-kata melainkan hanya dalam perbuatan, dan lebih dari itu, ia terdapat

dalam tindakan menjalani kehidupan, dalam keseluruhan eksistensi diri kita! Pertanyaan-pertanyaan “hidup kita”, seperti yang kita rasakan, hanya dapat dijawab saat masing-masing kita bertanggung jawab atas “hidup kita sendiri”.

Kebermaknaan eksistensi manusia itu tak perlu

syarat, dan karenanya keyakinan kita pada

makna kehidupan tak mungkin tergoyahkan.

Sebagai kesimpulan, kita tidak boleh lupa bahwa pertanyaan asal tentang makna juga dapat disampaikan dalam berbagai ekspresi, yang juga bisa berarti berbeda, selama ia ditanyakan dalam hubungannya dengan dunia secara keseluruhan, terutama tentang apa yang terjadi pada diri kita, apa

yang kita temui, secara sukarela maupun terpaksa, terkait dengan nasib.

Kita tak bisa mengarahkan nasib—kita mengamalkan nasib sebagai sesuatu yang tak mungkin bisa kita perengaruhi, yang selalu mampu menghindar dari kuasa kemauan kita. Tentu saja sebagaimana sudah kita ketahui, makna hidup kita sebagian besar bergantung pada cara kita terhubung dengan “nasib eksternal”—hal-hal di luar sana—bagaimana kita bersikap terhadapnya saat kita tak bisa lagi mengaturnya, atau saat ia tak lagi bisa diubah. Namun, lebih jauh, kita sekarang juga harus bertanya, apakah segala sesuatu yang terjadi di luar sana di jagat raya ini, memiliki makna pula?

Saya percaya bahwa di sini kita dipaparkan dengan dua pilihan utama cara berpikir, masing-masing tak dapat di sangkal dan tak terbantahkan!

Bagaimanapun, kita dapat menilai dengan baik bahwa segala hal, pada akhirnya, sama sekali tak berarti, sebagaimana kita bisa mengatakan bahwa segalanya tidak hanya sangat berarti, tetapi juga demikian berarti sehingga kita tak lagi bisa memahami makna keseluruhannya, makna universalnya; bahwa sesungguhnya kita hanya bisa bicara tentang “makna-sejati dunia”.

Karenanya, orang dapat berdebat tentang ketakbermaknaan dunia dengan pembenaran yang sama sebagaimana ia dapat berdebat tentang makna-sejati dunia. Dengan pembenaran yang sama, yang berarti dengan logika yang dapat dibenarkan maupun tidak dapat dibenarkan. Sebenarnya, keputusan yang kita hadapi memang bukan lagi sebuah keputusan logis. Akan sangat logis untuk berdebat membela yang satu sebagai mana logisnya membela yang lain. Dalam logika, kedua pilihan cara berpikir itu adalah pilihan yang riil. Keputusan yang kita bicarakan di sini, secara logis, merupakan keputusan tak berdasar; tidak ada sesuatu yang menjadi dasar, dan dasarnya tak ada: dalam keputusan ini kita melayang-layang di atas ketiadaan—tetapi pada saat yang sama dalam keputusan ini kita berdiri di garis makna sejati!

Seseorang tidak dapat mengambil keputusan atas dasar sebuah aturan logika, tetapi hanya dari kedalaman eksistensinya sendiri—itulah satu-satunya cara menentukan mana yang lebih baik saat menghadapi satu persoalan. Namun, kita tahu satu hal: jika manusia memutuskan untuk percaya pada makna (hidup) sejati, pada makna eksistensinya yang sangat penting, maka kepercayaan ini, sebagai mana setiap kepercayaan yang lain, akan memiliki efek kreatif. Sebab kepercayaan bukan hanya kepercayaan pada kebenaran “yang dimiliki” seseorang, tetapi lebih dari itu, jauh lebih dari itu: kepercayaan membawa ke dalam diri manusia sesuatu yang bisa dipercayainya! Karenanya, bisa dikatakan bahwa untuk mengambil keputusan atas sebuah pilihan *tertentu* untuk cara berpikir kita itu lebih dari *sekadar pilihan* mengenai sebuah kemungkinan berpikir—ia merupakan proses yang membawakan satu-satunya *pilihan pemikiran* itu ke dalam diri kita.[]

## Experimentum Crucis

### (Eksperimen yang Menentukan)

Ada sebuah kota kecil di Bavaria bernama Landsberg, sekitar lima puluh kilometer di sebelah barat Munich. Di sebelah selatan kota itu, terdapat sebuah jalan menuju kota Markt Kaufering, yang berjarak lima kilometer. Di awal tahun lalu (1945) pada waktu dini hari, 280 laki-laki berbaris sepanjang jalan ini. Barisan itu terdiri dari lima lajur dan mereka dikawal oleh para tentara SS: inilah kelompok tawanan dari kamp konsentrasi

Kaufering. Mereka berjalan ke arah hutan terdekat, tempat mereka akan membangun sebuah pabrik amunisi tersembunyi yang sangat besar. Para tawanan itu sungguh menyedihkan, berbaris di sepanjang jalan dalam keadaan compang-camping. Bahkan “berjalan” bukanlah penggambaran yang tepat; mereka ter tatih-tatih menyeret tubuh mereka sendiri, beberapa bergan tung pada lengan temannya, menopang satu sama lain; kaki-kaki mereka yang bengkak dan benjol melepuh akibat ke la paran, hampir tak kuat menahan tubuh mereka, yang rata-rata memiliki berat hanya sekitar empat puluh kilogram. Tapak-tapak kaki mereka lecet dan penuh nanah. Apa kiranya yang ada di kepala orang-orang ini? Mereka berpikir tentang sup—

satu-satunya makanan yang akan disendokkan untuk mereka di kamp, saat mereka pulang kerja senja hari. Mereka bertanya-tanya, senja itu, selain kuah kaldu, apakah mereka akan cukup beruntung menemukan potongan kecil kentang di dalamnya. Mereka juga berpikir ke grup mana mereka akan ditugaskan hari itu, pengelompokan yang biasa nya berlangsung selama lima belas menit dan dimulai satu jam sebelum lonceng kerja dibunyikan.

Apakah mereka akan termasuk dalam kelompok yang dibawahhi oleh penjaga yang kejam, atau sebaliknya, mendapatkan penjaga yang cukup

ramah. Benak orang-orang ini hanya berkisar di antara kesu litan-kesulitan harian yang dialami oleh sesama penghuni kamp konsentrasi.

Lalu seorang di antara mereka merasa bahwa pe mikiran- pemikiran itu entah bagaimana terlalu leceh, tanpa makna. Dan dia berupaya lebih baik dan memikirkan hal-hal lain yang lebih bermartabat, kepentingan-kepentingan kemanu siaan. Namun, dia tak juga bisa melakukannya. Maka dia pun menggunakan sebuah taktik: dia berusaha meng ambil jarak dari kehidupan suram di kamp itu, untuk men dapat kan sudut pandang yang lebih jelas, sudut pandang masa depan, dalam sebuah kerangka pengamatan teori untuk masa depan. Dan apa yang dilakukannya? Dia mem bayang kan berdiri di depan kelas di sebuah kampus di Wina dan mengajar tentang apa yang saat ini dia alami: dalam benak nya, dia memberikan kuliah berjudul

“Psikologi di Kamp Konsentrasi”.

Jika Anda melihat lebih dekat pada sang pria, Anda akan melihat sobekan kain kecil yang dijahit menempel di jaket dan celananya, bertuliskan angka yang cukup men colok: 119104. Dan kalau Anda bisa mengakses data Kamp Dachau, Anda akan menemukan bahwa di samping nomor itu akan tertulis nama tawanan kamp: Frankl Viktor.

Sekarang untuk pertama kalinya, saya ingin benar-benar memberikan kuliah itu, di kehidupan nyata, di ruang kuliah kampus di Wina ini, kuliah yang kala itu dibayangkan si pria tadi. Izinkan saya menceritakannya!

Kuliah itu dimulai dengan kata-kata ini: Dalam psikologi kamp konsentrasi kita dapat memecah beberapa fase terkait reaksi psikologis para tawanan terhadap kehidupan di kamp konsentrasi. Fase pertama dimulai ketika mereka dimasukkan ke dalam kamp. Inilah fase yang dapat diidentifikasi atau dikelompokkan sebagai kejutan pengebosan. Bayangkan: seorang tawanan dikirim, katakanlah, ke Kamp Auschwitz. Kalau dia termasuk golongan mayoritas tawanan, sekitar 95%, sebagaimana kasus pemindahan

yang saya alami, maka jalurnya akan berawal dari stasiun kereta langsung ke kamar gas; tetapi jika dia kebetulan termasuk 5% minoritas, kebetulan se bagai mana pengalaman saya juga, maka jalurnya akan menuju kamar disinfektan dulu, jadi ke pancuran (mandi) yang sebenarnya. Sebelum dia masuk ke kamar pancuran yang sebenarnya, semua benda yang melekat padanya akan disita, dia hanya boleh membawa behel atau ikat pinggang.

Atau juga kaca mata dan alat pelindung cedera. Namun, tak sehelai rambut pun diizinkan menempel di tubuh tawanan, dia harus ter cukur bersih. Saat akhirnya berdiri di bawah pancuran, tak satu pun tersisa dari kehidupannya sebelum itu, kecuali keberadaannya yang secara harfiah “telanjang”. Dan kini dia sampai pada titik masuk fase pertama pengalaman di kamp konsentrasi: dia menggambar garis yang membatasi kese luruh an eksistensinya sebelum ini.

Tak seorang pun akan merasa heran kalau mendengar bahwa yang ada di benaknya setelah itu adalah pikiran untuk bunuh diri sebagai jalan terbaik.

Sebenarnya, setiap orang dalam situasi itu cenderung bermain mata, meski hanya sebentar, dengan gagasan untuk “lari ke arah pagar kawat”,



melakukan bunuh diri, menggunakan metode yang biasa dilakukan tawanan di kamp: menabrakkan diri ke pagar kawat bertegangan tinggi. Namun, tokoh kita ini lang sung membatalkan niat itu, karena sederhana saja, hal itu adalah tindakan yang sedikit-banyak tak ada artinya; sebab upaya bunuh diri untuk kondisi saat itu terasa berlebihan bila dihadapkan dengan kecilnya kemungkinan dia terbebas dari kamar gas, cepat atau lambat. Siapa perlu pagar kawat itu, kalau cepat atau lambat dia akan dijebloskan ke kamar gas? Dia tak lagi perlu “pagar kawat” sebab dia punya “kamar gas”

yang dia takuti, tetapi dia tidak perlu lagi takut dengan “kamar gas” itu saat dia bisa mengandalkan “pagar kawat”.

Saat saya bicara mengenai semua ini, saya selalu me ngi sahkan pengalaman berikut ini: pada pagi pertama kami berada di Auschwitz, seorang kolega saya yang tiba beberapa pekan sebelum kami, menyelusup ke barak kami—sebagai pendatang baru, kami semua dikumpulkan di satu pondok terpisah. Dia ingin menghibur sekaligus memper ingat kan kami. Di atas segalanya, dia ingin memberi tahu kami agar memperhatikan penampilan; kami harus berjuang keras, apa pun yang terjadi, untuk memberikan kesan sehat dan kuat bekerja. Bahkan sekadar pincang karena alasan yang ringan sekalipun—misalnya karena sepatu yang tidak pas—

sudah cukup jadi alasan; seorang tentara SS yang me lihat seorang tawanan pincang dengan mudah akan mem beri kan isyarat agar tawanan itu minggir dan mengirimnya ke kamar gas. Hanya mereka yang dianggap layak bekerja yang akan di anggap layak untuk hidup; sisanya akan dianggap tidak layak hidup, tidak layak selamat.

Itulah sebabnya teman saya itu mendesak kami untuk bercukur setiap hari agar setelah mengerok kulit dan wajah kami dengan alat cukur seadanya, misalnya pecahan gelas, kami akan tampak lebih “memerah”, lebih cerah, dan sehat.

Dan ketika akhirnya dia memeriksa kelompok kami untuk melihat apakah kami semua sudah menunjukkan kesan sehat dan kuat untuk bekerja, dia berkata dengan yakin: “Saat kalian berdiri di depan saya begini, kalian tidak perlu takut dikirim ke kamar gas saat ini—mungkin kecuali satu orang—kecuali kamu, Frankl. Kamu *nggak* marah ke saya, kan? Tetapi kamulah

satu-satunya yang, kalau dilihat penampilan annya, mungkin akan dipertimbangkan untuk ikut pemilihan (ke kamar gas).” ( *Pemilihan* merupakan istilah umum yang digunakan di kamp untuk memilih siapa saja yang akan dikirim ke kamar gas berikutnya.) Yah, saya tidak marah padanya sama sekali, karena apa yang saya rasakan saat itu adalah

kepuasan, bahwa setidaknya dengan cara begini, saya hampir pasti tidak perlu susah-susah melakukan upaya bunuh diri.

Ketakpedulian pada nasib ini kemudian berlanjut lebih jauh. Dan semakin meningkat, bahkan hanya setelah beberapa hari dia berada di kamp, tawanan ini semakin kebas secara emosional. Berbagai hal yang terjadi di sekelilingnya makin tak punya pengaruh pada dirinya. Padahal selama beberapa hari pertama, pengalamannya penuh dengan hal-hal yang sangat buruk—kebencian dalam segala bentuknya—perasaan ngeri yang meneror, kemarahan, dan rasa jijik, semua perasaan itu pada akhirnya terkikis, dan nyala kehi dupan dalam dirinya meredup menjadi sangat minimum; sesuatu yang bagi orang luar tak akan terbayangkan. Semua pemikiran dan upaya perjuangan terbatas hanya untuk bisa bertahan hari demi hari. Demikian pula kehidupan spiritual sama sekali tak lagi menarik bagi tawanan. Dalam ber hu bung an dengan hal-hal di luar dirinya, tawanan kita melindungi jiwanya dengan cangkang yang kalau tak dipasang akan menimbulkan kesan mengganggu bahkan mengerikan darinya. Inilah cara jiwanya melindungi diri, berupaya mengamankan diri dari kekuasaan yang mencekam dan mengan cam menenggelamkannya; sang jiwa berupaya mempertahankan kesetimbangan dirinya—menyelamatkan dirinya dari ketakpedulian. Dengan cara ini, tawanan kita meluncur ke fase kedua dari reaksi psikologinya dalam kehidupan kamp konsentrasi: fase yang dapat dicirikan sebagai fase apatis.

Kepentingannya sekarang adalah mempertahankan diri, mempertahankan hidup dirinya sendiri dan beberapa teman sesama tawanan, tetapi kehidupan batinnya tenggelam hingga hampir di level seekor binatang. Dan jika kita melihat lebih dekat, kita bisa tambahkan, levelnya adalah level kawan binatang gembalaan. Untuk memverifikasi hal ini, kita harus mengamati perilaku para tawanan kamp saat harus membentuk lajur-lajur barisan, saat



mereka cenderung berupaya memosisikan diri di bagian tengah rombongan dan di bagian tengah baris yang terdiri dari lima orang, sehingga mereka tidak dengan mudah terpapar dengan tentangan para penjaga. Setiap orang melakukan upaya itu dengan cara yang tak menarik perhatian, menghindari berdiri terpisah dan men colok, sekadar menghilang saja di kerumunan. Tak meng heran kan, karenanya, jika upaya menyembunyikan diri ke dalam gerombolan ini mengarah kepada “penenggelaman diri”, penurunan lingkup individu. Di dalam kamp, manusia terancam menjadi satu makhluk dalam gerombolan. Secara umum dia menjadi primitif sebagaimana makhluk gerombolan. Keseluruhan daya penggerakannya menjadi primitif—men jadi primitif karena paksaan. Sangat mudah dipahami bila para psikoanalisis di antara kolega saya yang bersama-sama ditawan di kamp konsentrasi memilih istilah mereka sendiri yaitu “regresi”: regresi berarti kemunduran psikis menuju tingkat yang lebih primitif, mengarah ke impuls binatang.

Manusia memiliki kebebasan

untuk menyesuaikan diri

dengan nasib dan lingkungannya, jika ia mau

menggunakan kemampuan dirinya dan tidak  
hanya membiarkan tekanan memaksanya. Itulah

kebebasan manusia

yang sesungguhnya—yang

tak bisa dirampas darinya.

Sesungguhnya, sangat mungkin, dengan mengamati mimpi-mimpi tipikal para tawanan, untuk menentukan hasrat primi tif yang mereka miliki di dalam hati. Jadi, apa yang biasanya dimimpikan para lelaki di kamp konsentrasi? Selalu sama: roti, rokok, kopi tubruk yang layak, dan terakhir,

te tapi tak kalah penting, berendam air hangat (dan secara pribadi, saya selalu memimpikan kue berbalut krim yang istimewa).

Namun demikian, pendapat kawan-kawan saya yang berorientasi psikoanalitik dan hanya memandang dari satu sisi itu salah secara mendasar.

Tidaklah benar bahwa penga laman di kamp konsentrasi mendorong orang untuk meng alami regresi akibat paksaan yang secara internal memaksa mereka mengambil langkah mundur. Saya mengetahui banyak kasus—dan meskipun kasus-kasus ini bersifat individu, me reka masih memiliki nilai-nilai bukti yang fundamental—yaitu ketika mereka yang menjadi objek observasi, alih-alih menarik diri (regresi), malah menunjukkan kemajuan, tumbuh melampaui diri mereka sebelumnya dan meraih kebesaran manusia sejati, bahkan di kamp konsentrasi dan melalui pengalaman mereka di kamp konsentrasi.

Sekarang, profesional yang lain, yang bukan psiko analisis, memiliki interpretasi yang berbeda tentang apa yang terjadi pada kehidupan mental dan spiritual orang di kamp konsen trasi. Pakar karakter terkemuka Prof.

(Emil) Utitz, yang juga mengalami sendiri kehidupan di kamp selama beberapa tahun, berpendapat dia dapat mengamati karakter tawanan kamp pada umumnya berkembang mengikuti tipe psikologis yang disebut Kretschmer sebagai skizoid<sup>10</sup>. Gangguan ini dicirikan dengan fakta bahwa orang yang terjangkit berubah-ubah sikapnya di antara keadaan apatis di satu sisi dan gampang marah di sisi lain, sementara tipe karakter lain yang

paling penting, dicirikan dengan temperamen sikloid<sup>11</sup>, yaitu “menikmati surga tingkat tujuh” di satu waktu dan “tenggelam dalam kesedihan”<sup>12</sup> pada menit berikutnya; dengan kata lain, dia terjebak dalam siklus tak berkesudahan antara kegembiraan berlebihan dan kesedihan yang membuat depresi. Namun, di sini bukan tempatnya berdiskusi tentang psikopatologi.

Saya akan membatasi diri pada apa yang secara fundamental memang penting, dan itu adalah kesimpulan yang saya tarik dari “bahan”

pengamatan identik, yang justru berlawanan dengan Utitz: yaitu, bahwa tawanan kamp konsentrasi kita berada di bawah paksaan eksternal untuk mengarahkan pengembangan jiwanya menjadi KZler (tawanan kamp konsentrasi) yang tipikal, dengan kecenderungan skizoid yang tampak jelas, tetapi alih-alih seperti itu dia kemudian mendapatkan sebuah kebebasan, kebebasan manusia dalam menyesuaikan diri dengan nasib, lingkungan, dengan satu dan lain cara—dan sungguh, memang dengan “satu dan lain cara” itu terjadi! Dan terdapat orang-orang di kamp yang, sebagai contoh, mampu mengatasi serangan apati dan me nekan kemarahan mereka, dan pada akhirnya ini memang soal kemauan dalam menggunakan kemampuan mereka untuk “melakukan hal-hal secara berbeda” dan tidak hanya membiarkan tekanan kekuasaan memaksa mereka “melaku kannya seperti ini”! Itulah kemampuan diri manusia, kebebasan manusia yang sesungguhnya—yang tak bisa di ram pas dari si tawanan, bahkan jika di sana mereka dapat merampas segala hal lain darinya, dan kenyataannya memang demikian. Kebebasan ini selalu ada bersamanya, bahkan ketika satu-satunya kacamata yang dia miliki hancur saat wajahnya dipukuli, dan bahkan ketika suatu hari dia ter paksa menukar ikat pinggangnya dengan sepotong roti, hingga tak ada lagi satu pun benda yang dia miliki—tetapi kemerdekaan itu tetap ada dalam dirinya dan akan tetap ada sampai napasnya berhenti.

Bahkan bila seseorang secara psikologis bisa menerima kamp konsentrasi, dia tetap memiliki kebebasan untuk meng hindar dari kuasa dan pengaruh lingkungan itu dan untuk tidak diperintah oleh aturan di sana, untuk menentangnya, untuk menjauh dari aturan-aturan itu alih-alih menurutinya secara membabi buta. Dengan kata lain, orang itu pernah memiliki



kebebasan, tetapi ia kemudian menyerahkan kebebasan itu, tidak menggunakannya—sukarela menyerahkannya! Namun dengan bertindak

seperti itu, dia telah menyerahkan diri, menyia-nyiakan dirinya, diri sejatinya. Secara spiritual, dia telah membiarkan dirinya jatuh dan kalah.

Namun sekarang kita perlu bertanya, kapan kemunduran seperti itu mulai terjadi, kapan orang ini mulai membiarkan dirinya jatuh secara spiritual?

Dan jawaban kita tentunya adalah, saat dia melepaskan pegangan dirinya—

tepat saat dia tidak lagi punya pegangan! Pegangan semacam itu terdapat dalam dua bentuk: pegangan pada masa depan atau pegangan pada keabadian. Yang kedua tentu terkait dengan segala bentuk penganut agama; mereka bahkan tak perlu pegangan pada masa depan, kehidupan masa depan mereka ada di sana di dunia bebas, setelah mereka dibebaskan dari kamp—orang-orang ini dapat tetap tegak tak peduli dengan takdir masa depan mereka, atau apakah mereka akan mengalami masa depan, atau selamat dari kamp konsentrasi. Namun, yang lain dipaksa berpegang pada kehidupan masa depan mereka, pada apa saja isi kehidupan mereka di masa depan. Namun, sungguh sulit bagi mereka untuk berpikir tentang masa depan, mereka tak akan mendapatkan bayangan apa pun, mereka tak melihat ujung lorong itu: ujung lorong itu tidak bisa diramalkan. Betapa kita merasa iri pada penjahat yang tahu pasti dia akan berada di dalam tahanan selama sepuluh tahun, dia yang dapat menghitung jumlah hari sebelum kebebasannya ... beruntungnya dia! Sebab kami semua di kamp tidak memiliki dan tidak mengetahui kapan “hari pembebasan” itu, dan tak seorang pun dari kami tahu apakah semua ini akan berakhir. Hal ini, menurut pendapat semua kawan-kawan tahanan, merupakan fakta kehidupan kamp yang paling membuat depresi secara spiritual! Dan, rumor tentang akhir perang yang demikian santer makin menambah tekanan dalam menunggu saat itu. Sebab, lagi-lagi tenggat waktu itu harus ditunda.

Namun, siapa pula yang mau percaya berita semacam itu? Selama tiga tahun saya mendengarnya berulang-ulang: perang akan berakhir enam

pekan lagi, kita bisa kembali pulang paling lambat enam pekan mendatang.

Kekecewaan yang muncul makin pahit dan nyata, harapan yang muncul kian mena kutkan. Sebagaimana Kitab Suci mengatakan, “Harapan yang tertunda menyedihkan hati.”<sup>13</sup> Sungguh, hati menjadi sakit, demikian sakitnya hingga ia jadi mati. Anda akan memahaminya ini kalau saya ceritakan tentang kasus berikut:

Pada awal Maret tahun lalu (1945—*Penerj.*), tetua blok tahanan saya, seorang komposer tango asal Budapest yang juga seorang penulis lirik lagu untuk opera-opera kecil, mengatakan pada saya bahwa dia punya mimpi yang aneh. “Pada pertengahan Februari lalu saya bermimpi,” katanya, “sebuah suara berkata pada saya dan meminta saya menyebutkan sebuah harapan, meminta saya menanyakan kepadanya hal yang ingin aku ketahui; dia akan bisa menjawabnya, dia bisa meramalkan masa depan. Lalu kutanyakan kepadanya: ‘Kapan perang ini berakhir, apakah kamu tahu? Kapan kami akan dibebaskan pasukan Amerika?’” “Lalu apa jawabnya?” Lalu dia mencondongkan badan ke arah saya, berbisik: “Tanggal 30 Maret!” Pada pertengahan Maret saya dibawa ke pondok pengobatan karena tifus. Pada 1 April saya keluar dari klinik itu dan kembali ke barak saya lagi: “Di mana tetua blok kita?” Saya bertanya, dan apa yang saya temukan? Menjelang akhir Maret, saat tanggal yang diramalkan suara dalam mimpinya makin mendekat tanpa ada berita kemajuan militer yang bersesuaian, tetua blok kami itu semakin tertekan dan mengalami depresi. Pada 29 Maret dia menderita demam tinggi. Dan pada 30 Maret, hari saat perang seharusnya berakhir “baginya”, dia tak sadarkan diri. Pada 31 Maret dia meninggal. Dia meninggal karena tifus.

Jadi Anda bisa melihat bahwa kemunduran mental dan spiritual akibat kehilangan pegangan, apalagi karena kehilangan pegangan akan masa

depan, juga menimbulkan kemunduran kesehatan. Sekarang mari kita tanyakan pada diri sendiri apakah ada terapi untuk kemerosotan kondisi mental, spiritual, dan fisik ini: Adakah yang bisa dilakukan untuk mengatasi persoalan itu—dan apa? Saya hanya bisa memberikan jawaban ini: ada sebuah terapi, tetapi sangat jelas sejak awal, bahwa terapi ini sangat terkait dengan psikologi sehingga ia tak lain adalah psikoterapi. Dan di dalam psikoterapi se macam itu, tentu saja, yang utama adalah memberikan pegangan spiritual, memberikan makna kehidupan. Ingat apa yang dikatakan Nietzsche, “Siapa pun yang tahu ‘mengapa’ ia hidup akan mampu mengatasi

sebarang

‘bagaimana’

yang

di paparkan

hidup

kepadanya.”—“mengapa” adalah bagian dari isi kehidupan, dan “bagaimana”, sebagai kondisi yang membuat kehidupan di kamp sangat sulit, yang hanya dapat ditanggulangi bila kita memiliki “mengapa”, memiliki sebuah alasan. Jadi kalau pada dasarnya tak ada yang lain kecuali psikoterapi untuk memungkinkan orang menanggung kehidupan di kamp, maka psikoterapi ini sudah didefinisikan dalam makna khusus, karena ia harus meyakinkan orang yang diharapkan dapat menumbuhkan kemauan melewati penderitaan kamp, bahwa kebebasan mereka dari kamp tersebut memiliki makna yang besar. Tambahan pula, tugas psikoterapi, yang di kamp konsentrasi berarti merawat jiwa-jiwa para tawanan, jadi lebih sulit karena kita menangani orang-orang yang secara umum, rata-rata, tidak berharap bisa selamat dari kamp! Apa yang bisa kita katakan pada mereka?

Sedangkan kita harus menanggapi sesuatu kepada mereka secara khusus.

Maka, situasi ini pun menjadi sebuah *experimentum crucis* untuk perawatan psikoterapi<sup>14</sup>.





Kapan seseorang mulai membiarkan dirinya  
jatuh secara spiritual?

Saat dia tidak lagi punya pegangan! Baik

pegangan pada masa depan maupun

pegangan pada keabadian.

Sudah saya sampaikan sebelum ini bahwa bukan hanya hidup saja yang memiliki makna, tetapi juga penderitaan-penderitaan di dalamnya punya makna, dan sesungguhnya lah makna itu ada di sana tanpa perlu alasan apa pun, sehingga ia dapat kita penuhi bahkan saat penderitaan itu tidak membawa suatu kesuksesan yang tampak nyata, meski tampaknya penderitaan itu sia-sia. Dan utamanya penderitaan semacam itulah yang harus dihadapi di kamp konsentrasi. Namun, apa kiranya yang harus saya katakan pada orang yang berbaring di sebelah saya di barak-barak itu, yang tahu dengan pasti bahwa mereka akan mati, termasuk tahu pasti kapan mereka akan mati? Mereka tahu se bagaimana saya tahu, bahwa tak ada yang menunggu mereka lagi—tak ada kehidupan, tak juga se seorang, tak pula ada kewajiban (ingat dua kasus yang saya ceritakan di bagian pertama<sup>15</sup>).

Kalaupun ada, pastilah semua akan men jadi penantian yang sia-sia ....

Maka, sebagaimana makna dalam menjalani hidup, makna dalam bertahan hidup, sangatlah penting menekankan makna dari sebuah penderitaan dan (bahkan) penderitaan yang sia-sia—sungguh, lebih dari ini semua—untuk mengungkapkan makna yang mungkin ter kandung dalam kematian! Sebuah kematian, tentu saja, yang hanya dapat bermakna hanya jika sesuai dengan pepatah Rilke yang pernah kita bicarakan, yaitu bahwa setiap orang harus menjalani kematiannya sendiri. Sungguh penting bahwa kita mendapatkan kematian kita sendiri dan bukan kematian yang dipaksakan oleh tentara SS!

Kita memiliki tanggung jawab untuk tugas (kematian) ini se bagaimana kita

memiliki tanggung jawab untuk tugas kehidupan. Tanggung jawab? Kepada siapa, siapa atasan kita? Dan siapa yang diperbolehkan menjawab pertanyaan ini bagi orang lain? Tidakkah setiap orang harus memutuskan pertanyaan penting ini bagi dirinya sendiri? Akankah jadi masalah kalau

seseorang di barak merasa bertanggung jawab pada nuraninya dan yang seorang lagi me rasa bertanggung jawab pada Tuhan, sedangkan orang ketiga merasa bertanggung jawab pada orang lain yang saat itu jauh darinya? Setiap orang dari mereka tahu bahwa bagaimanapun, di suatu tempat, seseorang ada di sana, tak terlihat, melihat padanya, berharap bahwa dia “layak menjalani penderitaan nya”, sebagaimana Dostoevsky pernah suatu kali berkata, bahwa dia berharap akan “menjalani kematiannya sendiri”. Setiap diri kita mengharapkan hal ini pada saat kematian sudah dekat, dan semakin kuat kita merasakannya, semakin kecil kemungkinan kita menyadari bahwa kita masih bisa ber harap dari kehidupan, bahwa seseorang atau sesuatu masih menunggu kita, dan bahwa kita bisa saja berharap selamat melewati semua (penderitaan) itu.

Banyak di antara Anda yang tidak merasakan kehidupan kamp konsentrasi akan terheran-heran dan akan bertanya, bagaimana seorang manusia dapat menanggung semua penderitaan yang saya ceritakan. Saya yakinkan Anda, dia yang sudah mengalami dan selamat dari semua penderitaan kamp itu bahkan lebih heran lagi! Lebih heran ketimbang Anda semua! Namun, jangan lupa satu hal: jiwa manusia tampaknya berperilaku seperti kubah—sebuah kubah yang rapuh dapat ditopang dengan menempatkan tambahan beban di atasnya. Jiwa manusia juga tampaknya bisa makin kuat dengan tambahan beban (setidaknya sampai tingkat dan batas tertentu). Inilah satu-satunya cara kita bisa me mahami mengapa banyak mereka yang lemah justru me ning galkan kamp konsentrasi dalam keadaan yang lebih baik, dan pola pikir yang lebih kuat, ketimbang saat

pertama memasuki neraka Nazi itu. Namun, pada saat yang sama, kita juga memahami bahwa pembebasan dari kamp, pem bebasan tawanan yang tiba-tiba dari tekanan yang harus ditanggung selama ini, juga membahayakan jiwa. Dalam konteks ini saya membandingkannya dengan penyakit de kompresi ( *caisson disease*, penyakit yang sering menjangkiti para penyelam—

*Penerj.* ) Penyakit ini menyebabkan para pe nyelam yang bekerja di kedalaman air di bawah tekanan atmosfer tinggi, tak seharusnya secara mendadak kembali ke kondisi tekanan atmosfer normal, tetapi harus secara perlahan dan bertahap, karena kalau tidak mereka akan me ngalami konsekuensi gangguan fisik yang membahayakan.

Bagaimanapun hal ini juga mengawali diskusi kita tentang fase ketiga atau fase terakhir dari psikologi kamp konsentrasi, psikologi tawanan kita yang dibebaskan. Hal paling penting yang ingin saya katakan menyangkut tawanan ini adalah terkait dengan sesuatu yang tak diragukan lagi akan membuat Anda takjub: yaitu fakta bahwa tawanan kita memerlukan waktu berhari-hari sebelum bisa menikmati pembebasannya. Dia benar-benar harus belajar kembali untuk bisa merasakan bahagia. Kadang-kadang dia merasa tak perlu tergesa mempelajarinya, sebab sering dia harus melupakan pelajaran itu kembali dan sebaliknya belajar menderita lagi. Saya ingin sedikit menjelaskannya sekarang.

Bayangkan bahwa tawanan yang dibebaskan dari kamp konsentrasi itu kembali pulang ke rumahnya. Lalu dia akan menjumpai ketidakpedulian orang-orang. Dan di atas segalanya, dia selalu mendengar orang-orang mengatakan dua kalimat ini: “Kami tak tahu-menahu tentang (kamp konsentrasi) itu,” dan, “Kami juga menderita.” Mari kita tinjau kalimat kedua dan pertama-tama bertanya pada diri kita sendiri, apakah penderitaan manusia dapat diukur atau dinilai dengan cara membandingkannya dengan penderitaan orang lain. Tentang ini saya ingin memastikan bahwa pen-



penderitaan manusia itu sama sekali tak bisa diukur! Penderitaan yang nyata memenuhi penderitaannya, mengisi keberadaannya, sepenuhnya!

Saya pernah bicara pada seorang kawan tentang pengalaman saya di kamp konsentrasi; dia sendiri belum pernah merasakan berada di kamp, dia

“hanya” bertempur di Stalingrad. Dan entah bagaimana, sebagaimana dikatakannya kepada saya, dia merasa malu saat membandingkan dirinya dengan saya. Sungguh dia tak perlu merasa seperti itu. Sesungguhnya ada perbedaan mendasar antara pengalaman orang dalam pertempuran dan orang yang menjadi tawanan di kamp. Dalam pertempuran, orang menghadapi ketiadaan, dia menatap kematian, sedangkan di kamp konsentrasi kamilah ketiadaan itu, kami sudah mati dalam hidup. Kami tak memiliki nilai. Kami tak hanya melihat ketiadaan, kamilah ketiadaan itu.

Hidup kami tak masuk hitungan; kematian kami tak masuk hitungan. Tak ada ling karan cahaya, bahkan tak ada gagasan apa pun di sekitar kematian kami. Sekadar ketiadaan yang kecil menuju ke ketiadaan yang sangat besar.

Dan kematian ini pun tak ada yang memperhatikan. Sudah lama kami “hidup” seperti itu!

Dan apa yang akan terjadi seandainya saya mati di kamp? Di lapangan parade keesokan harinya, seseorang di antara jajaran lima baris itu, tampak biasa-biasa saja—ber diri di sana sebagaimana biasa dengan wajah tertimbun kerah jaketnya demi melindungi diri dari gigitan udara yang membekukan, kedua pundak meringkuk—akan bergumam ke tawanan yang berdiri di sebelahnya: “Frankl meninggal ke ma rin,” dan paling-paling dia akan mendapat jawaban, “Hmmm.”

Tak ada gunanya membicarakan perbedaan

tingkat penderitaan. Perbedaan yang benar-

benar penting adalah antara kebermaknaan dan ketakbermaknaan penderitaan itu sendiri,

yang bergantung sepenuhnya pada masing-

masing individu.

Dan dengan segala hal yang terjadi, tak satu pun penderitaan manusia yang dapat dibandingkan dengan penderitaan manusia lain—sifat alamiah penderitaan adalah bahwa ia merupakan penderitaan untuk orang tertentu, bahwa ia adalah penderitaan *milik orang itu*— bahwa “besar-kecilnya”

bergantung pada yang mengalaminya, yang berarti bergantung pada masing-masing orang: penderitaan seseorang sangat unik dan individualis, sebagaimana dengan pribadi setiap dan masing-masing orang.

Karenanya, sungguh tak ada gunanya membicarakan perbedaan tingkat penderitaan; tetapi perbedaan yang benar-benar penting adalah antara kebermaknaan dan ketakbermaknaan penderitaan itu sendiri. Namun—dan saya rasa Anda sudah memahaminya dari penjelasan-penjelasan sebelumnya

—perbedaan ini bergantung sepenuhnya pada masing-masing individu: individu, dan hanya individu itulah, yang bisa menentukan apakah penderitaan mereka bermakna atau tidak. Dan bagaimana pula dengan penderitaan mereka yang, sebagaimana telah kita dengar, dengan kerasnya menyatakan bahwa mereka “juga menderita”, dan mereka “tak tahu-menahu sama sekali”? Anda bisa melihat, tepatnya klaim tidak tahu-menahu sama sekali inilah yang, menurut pendapat saya, membuat fakta penderitaan yang dialami jadi tak bermakna. Mengapa? Karena ia lahir dari kesalahpahaman etis atas situasi yang ada. Kesalahpahaman yang sekarang akan kita bicarakan, bukan karena saya ingin memulai perdebatan politik saat ini, tetapi karena saya merasa sangatlah penting meningkatkan

“metafisika dalam kehidupan sehari-hari” yang menjadi kepedulian kita selama ini, dengan menambahkan “etika dalam kehidupan sehari-hari”.

Kita bicara sebelum ini tentang “mengapa” tidak tahu, dan menyebutnya sebagai sebuah kesalahpahaman; tetapi jika kita menanyakan tentang sebab kesalahpahaman ini, maka akan kita temukan bahwa “tidak tahu”

sesungguhnya adalah “tidak mau tahu”. Apa yang terletak di baliknya adalah keinginan melarikan diri dari tanggung jawab. Bagai manapun, rata-rata manusia sekarang ini memang terdorong untuk mengelak dari tanggung jawab. Dan yang mendorong mereka adalah ketakutan harus menerima kesalahan kolektif. Mereka khawatir dianggap bersalah, membantu kejahatan yang tak pernah dilakukannya; dan memang, hal-hal yang kebanyakan dia benar-benar “tak tahu sama sekali”. Harus kah orang-orang baik ini dianggap bertanggung jawab atas serangan orang lain, bahkan jika si penyerang adalah saudaranya? Bukankah mereka, orang-orang baik itu sendiri menjadi korban serangan, korban teror yang dilakukan penguasa dari bangsanya sendiri tanpa mereka bisa melawan? Bukankah mereka juga menderita di bawah kekuasaan lalim itu? Bukankah kesalahan kolektif merupakan pemahaman dunia yang ingin kita hindari? Pemahaman yang mengatakan bahwa seseorang bersalah karena orang lain dari kelompoknya melakukan kejahatan? Dan betapa tampak konyol pandangan seperti itu sekarang—akhirnya! Meminta pertanggungjawaban seseorang hanya karena kebangsaannya, bahasa ibunya, atau tanah airnya sama konyolnya dengan meminta mereka bertanggung jawab atas tinggi badannya. Jika penjahat dengan tinggi badan 164 cm ditangkap, apakah saya juga harus ditangkap karena kebetulan punya tinggi badan yang sama?

Namun, di sini kita harus membuat pembeda yang penting: kita harus membedakan antara kesalahan kolektif dan tanggung jawab kolektif. Anda akan segera dapat memahaminya dari contoh perumpamaan berikut: kalau saya tiba-tiba menderita usus buntu, apakah hal itu salah saya? Tentu saja tidak; tetapi, kalau kemudian saya harus menjalani operasi, apa yang

terjadi? Saya akan berutang biaya operasi pada dokter yang melakukan operasinya. Itu berarti saya “bertanggung jawab” menyelesaikan tagihan biaya dokter. Maka, “tanggung jawab tanpa rasa bersalah” itu ada. Dan ini sama keadaannya dengan sekelompok orang yang secara bersama-sama

terbebas dari teror. Mereka tak mampu mem bebaskan diri mereka sendiri; sekelompok orang lain, bangsa-bangsa lain yang cinta damai, harus turun tangan, ber gabung dalam pertempuran, mengorbankan putra-putra terbaik me reka, anak-anak muda mereka, demi membebaskan bangsa-bangsa yang tak berdaya melawan pemimpinnya sendiri. Ketakberdayaan ini tidak ada hubungannya dengan kesa lah an. Namun, bukankah tidak adil kalau orang harus mem bayar pembebasan ini dengan semacam pengorbanan dan perasaan bertanggung jawab, meskipun Anda tidak membantu kejahatan yang terjadi, dan tahu pasti Anda tak bersalah?

Jika Anda ingin memahami bagian akhir psikologi ini, Anda harus menemani saya pada saat malam musim semi tahun lalu, setelah pembebasan kamp konsentrasi Turkheim, saat saya sendirian berjalan ke arah hutan dekat kamp. Di sana, di bawah perintah ilegal komandan kamp, kawan-kawan kami yang telah meninggal di kamp dikuburkan (ko man dan itu adalah serdadu SS yang sempat saya ceritakan telah membayar obat-obatan bagi tawanan kamp-“nya” de ngan uang dari kantongnya sendiri).

Selama pemakaman, berlawanan dengan perintah yang diterimanya, lelaki ini tidak lupa memastikan setiap makam dipasang “nisan” dari ranting-ranting pohon cemara muda yang dipatahkannya dan secara tak mencolok dia pun menggoreskan nama-nama si mati di masing-masing ranting itu.

Kalau Anda bersama saya saat itu, Anda pasti akan bersumpah bersama saya memastikan bahwa kelanjutan hidup para penyintas akan membebaskan kita dari rasa bersalah—ya, *rasa ber salah kita semua!* Sebab para penyintas tahu pasti bahwa kawan-kawan yang terbaik tidak sempat

keluar dari kamp, *orang-orang yang terbaik* tidak kembali pulang! Jadi, kami tak bisa memandang kebebasan dan keselamatan kami se bagai sesuatu yang lain selain belas kasih yang kami tak berhak menerimanya.

Belakangan kami merenung, menda pat kan belas kasih seperti itu dan setengah tak berhak atasnya, sungguh kami telah berutang pada kawan-kawan yang sudah mendahului kami. Satu-satunya yang bisa kami lakukan untuk menghilangkan rasa bersalah ini adalah de ngan menggugah nurani orang lain sekaligus juga mem bangunkan nurani sendiri.



Memang ketika kembali ke rumah, sebagai orang bebas, setelah pengalaman yang mengerikan di kamp itu, sering kali dia lupa akan janji tersebut. Namun, ada saat-saat dalam hidupnya—dan saat-saat itu adalah saat-saat yang sangat penting—ketika dia bisa memenuhi sumpah pribadinya: men syukuri sekecil apa pun keping roti yang didapatkannya, mensyukuri fakta bahwa dia bisa tidur di atas ranjang, bahwa dia tak lagi harus berdiri mengantre untuk kerja paksa atau hidup dalam ancaman kematian. Segala sesuatu menjadi relatif baginya, dan demikian juga setiap kema langan yang dialaminya. Kami sering mengatakan, dia yang benar-benar bukan apa-apa merasa benar-benar terlahir kembali, bukan sebagai pribadi sebelumnya melainkan se bagai dirinya yang sejati. Pada bagian pertama saya mene kan kan bagaimana segala hal di luar dirinya “meleleh”.

Tak banyak juga dari ambisi-ambisinya yang tersisa. Barangkali yang masih tersisa adalah kerinduan yang kuat untuk me raih sesuatu yang jauh lebih tinggi, dorongan untuk *realisasi diri*—hanya dalam bentuk sejatinya.

Sebagaimana Anda sadari, pastinya, pada saat yang sama kita telah sampai pada batas akhir topik diskusi. Tak ada pembicaraan atau kuliah lain yang dapat membawa kita lebih jauh lagi—hanya tertinggal satu hal untuk kita lakukan: bertindak; yaitu, untuk berbuat dan bertindak dalam keseharian hidup kita.

Kita telah bicara tentang keseharian hidup; ya, bahkan kita sempat menyebut frasa “metafisika dalam kehidupan sehari-hari”. Saya berharap kini Anda memahami pernyataan ini secara tepat: tidaklah cukup membuat transparan ke hidupan sehari-hari—yang tampaknya demikian abu-abu, dangkal, dan leceh—untuk kita menembusnya dan mampu melihat keabadian; tetapi dalam analisis akhir sangatlah penting menekankan bahwa keabadian itu merujuk kembali pada yang sementara—yang sementara, sehari-hari, titik tem pat pertemuan yang terus-menerus antara yang terhingga dengan yang tak terhingga. Apa yang kita ciptakan, kita alami, dan derita yang kita tanggung, saat ini, kita ciptakan, kita alami dan kita tanggung semuanya untuk keabadian nanti. Selama kita bertanggung jawab atas sebuah peristiwa, sejauh ia menjadi “sejarah” kita, tanggung jawab kita, ter bebani fakta bahwa sesuatu yang sudah terjadi tidak dapat

“dikeluarkan kembali dari dunia”. Namun, pada saat yang sama, sebuah permintaan disampaikan untuk menjadi tang gung jawab kita—yaitu untuk mendatangkan apa yang belum terjadi *kepada* dunia ini! Dan setiap kita harus mela ku kannya sebagai bagian kerja kita sehari-hari, sebagai bagian keseharian hidup kita. Maka kehidupan sehari-hari menjadi realitas, dan realitas ini menjadi potensi untuk kita berbuat sesuatu. Dan karenanya,

“metafisika dalam kehidupan se hari-hari” hanya awalnya saja membawa kita keluar dari kehidupan sehari-hari, tetapi kemudian—secara sadar dan bertanggung jawab—ia (harus) membimbing kita kembali ke kehidupan sehari-hari.

Yang membimbing kita maju dan membantu kita se panjang jalan, yang telah dan sampai sekarang menuntun kita, adalah kegembiraan dalam mengambil tanggung jawab. Namun, sampai sejauh mana orang kebanyakan merasa bahagia memikul tanggung jawab itu?

Tanggung jawab merupakan sesuatu ke mana orang “ditarik ” ( *drawn to*) dan juga dari mana orang “menarik diri”. ( *withdraws from*). Kearifan bahasa ini menunjukkan bahwa ada kekuatan gaya-gaya yang berlawanan dalam diri manusia yang menghalangi mereka memikul tanggung jawab.

Dan memang ada sesuatu yang tak terduga tentang tanggung jawab ini: semakin lama dan semakin dalam kita melihat nya, semakin kita menyadari keberadaannya, hingga akhir nya kita tersandera oleh semacam kepusingan.

Jika kita menggali lebih dalam sifat alami tanggung jawab manusia, kita mundur: ada sesuatu yang mengerikan tentang tanggung jawab manusia—

dan pada saat yang sama ia adalah sesuatu yang mulia!

Sungguh mengerikan mengetahui bahwa di setiap momen, saya mendapat tanggung jawab untuk momen selanjutnya; bahwa setiap keputusan, dari yang terkecil sampai yang ter besar, adalah sebuah keputusan “untuk keabadian”; bahwa setiap saat saya bisa mengaktualisasi-kan kemungkinan-kemungkinan yang bisa terjadi dari waktu tersebut, waktu yang khusus itu, atau malah kehilangannya. Setiap momen mengandung ribuan kemungkinan—dan saya hanya bisa memilih satu di antaranya untuk

diwujudkan. Namun, dalam memilih yang satu itu, berarti saya harus menyepelekan yang lain dan memutuskan bahwa mereka, yang lain itu, “tak pernah ada”, dan bahkan itu pun untuk selamanya! Namun, sungguh menyenangkan mengetahui bahwa masa depan—masa depan saya sendiri dan ber sama an dengan itu juga masa depan hal-hal lain, orang-orang di sekeliling saya—entah bagaimana, meski dalam lingkup yang kecil, bergantung pada keputusan saya pada setiap saat itu. Segala sesuatu yang saya wujudkan, atau menurut istilah umum “terlahir ke dunia”, melalui keputusan-keputusan itu, berarti telah saya selamatkan ke dalam dunia realitas, dan karena nya terlindungi dari kefanaan.



Terlepas dari kesulitan dan kematian, terlepas  
dari penderitaan sik maupun mental, atau di  
bawah cengkeraman nasib, katakan YA  
pada hidup, apa pun yang terjadi.

Namun, rata-rata, orang terlalu malas untuk memikul tang gung jawabnya. Dan di sinilah pendidikan tentang tanggung jawab harus dimulai.

Tentu, beban itu sungguh berat, sangat sulit, bukan hanya untuk mengakui tanggung jawab, melainkan juga untuk melaksanakannya. Untuk mengatakan ya, untuk menjalani hidup. Namun banyak orang yang sudah mengata kan “ya” meski di tengah ber bagai kesulitan. Dan ketika para tawanan di kamp kon sen trasi Buchenwald menyanyikan lagu mereka,

“Kami masih ingin mengatakan YA pada kehidupan,” mereka tidak se kadar menyanyikan syair itu tetapi juga setiap kali mewu judkannya—demikian juga kami yang berada di kamp-kamp konsentrasi lain. Dan mereka mewujudkan harap an itu di bawah kondisi yang tak terbayangkan, kondisi luar maupun dalam (jiwa) mereka yang sudah kita bahas di depan. Jadi, tidakkah seharusnya kita pun mewujudkan hal itu se karang ini, dalam situasi yang, bagaimanapun, meski tak da pat dibandingkan, lebih mudah?

Untuk mengatakan YA pada kehidupan bukan hanya sangat bermakna dalam keadaan apa pun—sebab hidup sendiri pun demikian adanya—tetapi juga sangat mungkin dalam keadaan apa pun.

Dan pada akhirnya itulah keseluruhan tujuan dari tiga bagian (psikologi kamp konsentrasi ini): untuk menunjukkan kepada Anda bahwa orang masih dapat—terlepas dari ke sulitan dan kematian (bagian pertama), terlepas dari penderitaan fisik maupun mental yang dialami (bagian kedua) atau di bawah cengkeraman nasib di kamp konsentrasi (bagian ketiga)—

katakan YA pada hidup, apa pun yang terjadi.[]

Catatan

## Penutup

Di Wina, perang berakhir tanggal 13 April 1945. Dua pekan kemudian, hari pembebasan tiba bagi tawanan kamp konsentrasi Viktor Frankl.

Namun, baru pada bulan Agustus dia dapat kembali ke Wina, di mana berita memilukan menantinya. Kesedihan dan perjuangannya menguatkan diri untuk melanjutkan hidup demikian jelas terlihat dalam surat-suratnya yang mencekam, yang dia tulis untuk kerabat dan teman-temannya, pada minggu-minggu pertama setelah dia pulang ke rumah.<sup>15</sup>

Frankl lalu menenggelamkan diri ke dalam pekerjaannya, dan sungguh belum pernah ada penggunaan kata “menenggelamkan” untuk makna yang lebih berlawanan ke timbang ini. Dia mengambil alih pengelolaan departemen neurologi Poliklinik Wina; hanya dalam waktu beberapa bulan dia menulis dua buku; di kampus pendidikan Ottakring, tempat dia banyak berkiprah sejak 1930-an, dia memberikan kuliah pada musim semi 1945

berjudul “Penderita Gangguan Mental”; dia memberikan komentar-komentarnya terkait kondisi politik, sosial, dan budaya melalui banyak sekali artikel surat kabar dan diskusi umum. Dalam ketertarikannya terhadap jurnalistik, dia bertemu dengan pendengar dan pembaca yang mengalami “kelaparan” intelektual dan budaya setelah bertahun-tahun menderita karena perang dan implan mental dari penguasa Nazi.

Karenanya, pada masa ketika masyarakat mengalami kebingungan dan tak punya panduan, Frankl menjadi teman diskusi yang dibutuhkan di forum-forum, juga di lingkaran kalangan medis dan filosofis. Topik yang dibicarakannya adalah rasa bersalah dan tanggung jawab—pastinya topik yang hangat ketika itu!—menyentuh ketakutan akan hidup, etika dalam

keseharian hidup dan, yang sering dibicarakannya berulang-ulang, perlawanan terhadap ideologi yang tidak manusiawi yang baru saja berlalu.

Bagaimanapun pertama-tama dan yang terutama, Frankl selalu memberikan perhatian pada psikoterapi, baik untuk pasien individu maupun kelompok.

Panduan kursus di kampus pendidikan di Ottakring pada semester musim panas 1946 memuat sesi berikut:

Dr. Viktor Frankl: isu-isu masa kini dan persoalan sehari-hari dari sudut pandang seorang psikiater. Lima mata kuliah (Bunuh Diri—

Pengabaian Paksa—Dunia Pasien Gangguan Mental—Pendidikan Seks—Kamp Konsentrasi). Setiap Sabtu pukul 17.00-18.00. Mulai 23

Maret.

Pada hari pertama kursus dimulai, Frankl menerbitkan sebuah artikel berjudul “Wina dan Perawatan Psikiatri”. Pada bagian akhir artikel dia menyatakan:

Namun di Wina, semangat psikoterapi masih berkobar, dan terlepas dari segala hal yang terjadi, dan semoga dalam waktu secepat mungkin, kita bisa melihat Wina, tempat kelahiran pengobatan psikiatri, juga menjadi tempat kelahirannya kembali. Kelahiran kembali psikoterapi yang sadar akan perannya di tengah masyarakat—

terutama di masa tekanan berat internal maupun eksternal—dan akan tanggung jawabnya kepada sebuah dunia yang menantikan pembangunan kembali aspek material dan spiritual masyarakat.<sup>16</sup>

Sebagai dasar seri kuliah Ottakring itu Frankl menulis buku *Say Yes to Life in Spite of Everything/Three Lectures* 17 yang diterbitkan ini. Kuliah

“Bunuh Diri” dan “Pengabaian Paksa” dimasukkan dalam bagian berjudul

“Tentang Makna dan Nilai Kehidupan” I dan II, sedangkan bagian tentang kamp konsentrasi diberi judul “*Experimentum Crucis*”. Dalam bagian-bagian itu kita menemukan kembali banyak pemikiran dan kisah penulis.

Pertama-tama, tentang afirmasi yang demikian kuat dan tanpa syarat tentang kehidupan, yang dibicarakan sendiri oleh Frankl dalam salah satu suratnya di sekitar masa itu. Pada September 1945 dia menulis kepada temannya Wilhelm dan Stepha Borner:

Saya letih tak terkira, sedih tak terkira, kesepian tak terkira .... Di kamp, kamu akan merasa sudah mencapai titik terendah dalam hidup

—lalu, saat kamu kembali pulang, kamu dipaksa menyaksikan bahwa banyak hal tak abadi, hal-hal yang kamu coba pertahankan telah hancur, bahwa pada saat kamu menjadi manusia lagi, kamu bisa tenggelam bahkan lebih dalam ke sumur pen deritaan yang tak berdasar. Mungkin tak ada lagi yang tersisa kecuali sedikit tangis dan jari-jari tanganku yang lemah membuka-buka mazmur. Mungkin kamu me nertawaiku, mungkin kamu marah padaku; tapi se tidaknya aku konsisten; aku tak akan menjilat ludahku soal pilihanku atas kehidupan, meski aku mengalami penderitaan seperti yang kukatakan.

Malah sebaliknya: Kalau aku tidak memiliki sikap positif sekuat karang ini terhadap kehidupan, jadi apa aku selama pekan-pekan terakhir, atau bahkan selama berbulan-bulan di kamp konsentrasi?

Namun, aku melihat banyak hal dalam dimensi yang berbeda sekarang.

Aku makin menyadari bahwa hidup demikian bermakna, maknanya sungguh tak berhingga—bahkan dalam penderitaan, bahkan da lam kegagalan, kita masih menemukan makna itu.<sup>18</sup>

Penghormatan yang sangat dalam kepada kehidupan ini selalu melibatkan hidup sesama. Bahkan sejak lama, sekitar 1928, waktu masih menjadi mahasiswa kedokteran, Frankl yang telah memiliki komitmen besar, membuka pusat konsultasi remaja yang salah satu tujuannya mencegah bunuh diri di kalangan anak-anak muda. Bunuh diri meningkat pada saat musim kenaikan kelas atau pengumuman nilai kuliah; sesungguhnya, melalui gerakan Aksi Melapor yang diprakarsainya, tidak satu pun kasus bunuh diri terjadi pada musim panas 1931. Dan bahkan pada waktu itu dia dengan sangat meyakinkan menggambarkan peran penting makna kehidupan dalam kaitannya dengan upaya pencegahan bunuh diri: Bahkan untuk bunuh diri dengan alasan spiritual yang tentu sangat berbeda, latar belakang mentalnya adalah tiadanya kepercayaan bahwa hidup memiliki makna. Orang yang melakukan bunuh diri bukan hanya tidak memiliki semangat hidup, namun juga tidak memiliki kerendahan hati terhadap hidup. Hanya jika moralitas baru menggantikan objektivitas baru kita,

hanya jika nilai setiap hidup manusia kembali diakui sebagai tak tergantikan, hanya saat itulah manusia memiliki pe gang an mental yang penting untuk mengatasi krisis spiritual.<sup>19</sup>

Maka, lagi-lagi ini tentang kepercayaan akan makna hidup—bahkan ketika ia dihadapkan pada penderitaan yang secara inheren sebenarnya terdapat dalam kehidupan manusia. Makna penderitaan telah dipaparkan dalam sebuah publikasi pada tahun 1938 di mana Frankl bicara untuk pertama kalinya tentang tiga kategori nilai: yaitu, nilai kreatif, nilai eksperimental, dan nilai sikap<sup>20</sup>. Namun tepatnya yang terakhirlah—cara berani dan pantas diteladani dalam menghadapi penderitaan tak bisa

dihindarkan—yang mendapat pujian tertinggi. Dan begitulah Frankl mengatakan pada bagian pertama buku ini:

Entah kita mengubah nasib kita, jika mungkin, atau se cara sukarela kita menerimanya, jika memang perlu.

Pertimbangan seperti itu tentu saja bukan sekadar permainan akademik pada masa itu, namun merupakan bantuan khusus untuk menjalani dan melewati hidup. Lagi pula, siapa yang tidak menderita kehancuran fisik dan spiritual dari bencana besar kemanusiaan saat itu? Dan Frankl sendiri—

tidakkah dia kehilangan segalanya, termasuk orang-orang yang dia cintai?

Namun dia telah menemukan jalan kembali kepada hidup, kepada hidup yang, terlepas dari segala yang telah terjadi, masih penuh kemungkinan makna yang perlu di wujudkan. Dan lewat tulisan serta kuliah-kuliahnya dia ingin membimbing orang lain ke jalan ini, menyemangati mereka untuk menemukan jalan keluar mereka sendiri, keluar dari penderitaan tahun-tahun sebelumnya—meski mereka masih menghadapi masa-masa yang genting.

Judul bagian ketiga, “*Experimentum Crucis*”, menunjuk kan bahwa awal mula Frankl mengembangkan gagasan makna hidup sebagai sumber kekuatan, bukanlah di kamp konsentrasi—sebagaimana kadang-kadang diberitakan. Buku nya *Arztliche Seelsorge* ( *The Doctor and the Soul*, Sang Dokter dan Jiwa Manusia), di mana dia jelas merumuskan teorinya tentang



orientasi manusia kepada makna, telah jadi dalam bentuk manuskrip sejak 1941. Sesungguhnya, dia mem bawa manuskrip ini bersamanya saat mengalami deportasi, berharap akan bisa menerbitkannya pada suatu hari nanti. Seperti dituliskan dalam memoarnya, *Man's Search for Meaning*, dia harus merelakan jaketnya dengan manuskrip yang dijahit di lipatan jaket itu kepada tentara Nazi<sup>21</sup>. Na mun di dalam kamp, dia dapat mengamati bahwa

bahkan dalam situasi penderitaan ekstrem dan penistaan yang de mikian parah, semua gagasannya tetap berlaku—gagasan-gagasan yang telah dianut dan digambarkannya secara sis tematis dalam karya-karyanya selama menjadi penasihat dan psikiater bagi anak-anak remaja di Wina. Terbukti bahwa, para tawanan yang mengenali atau setidaknya berharap akan adanya makna hidup, cenderung menemukan kekuatan untuk melanjutkan hidup (menjalani kehidupan di kamp), dan pada akhirnya berhasil dibebaskan.

Juga, hal itu berlaku bagi diri Frankl sendiri: hal yang membuatnya tetap hidup hanyalah harapan bertemu dan kembali melihat se tidaknya satu saja di antara orang-orang yang dicintainya dan meneruskan draf bukunya hingga selesai untuk ke mudian diterbitkan.

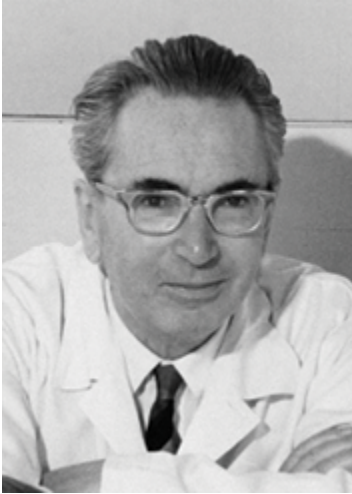
Pada musim panas 1946, Frankl memaparkan pan dang an, analisis, dan motivasinya ini kepada mereka yang meng hadiri kuliahnya—dengan gaya retorika, kekentalan ilmiah, dan legitimasi seseorang yang sepenuh jiwa dan raga meng alami sendiri nilai pertahanan dari hipotesis yang diyakini nya.

Pada tahun yang sama, dia menerbitkan beberapa bagian dari seri kuliahnya yang paling penting dan yang berlaku secara umum, menjadi buku. Resensi, pembahasan dan diskusi mendetail dari buku kecil ini di berbagai surat kabar, jurnal budaya dan jurnal profesi, serta di radio, men jadi bukti Frankl telah berhasil menggugah banyak orang pada masa itu<sup>22</sup>.[]

—Franz Vesely\*

Wina, Musim Panas 2019

\*)Franz Vesely, profesor Komputasi Fisika di University of Vienna, menantu Viktor Frankl.



Tentang

Viktor E. Frankl

Sumber foto:

[https://en.wikipedia.org/wiki/Viktor\\_Frankl](https://en.wikipedia.org/wiki/Viktor_Frankl)

VIKTOR E. FRANKL adalah profesor neurologi dan psikiatri di Universitas Wina (University of Vienna). Selama dua puluh lima tahun, dia mengepalai Poli klinik Neurologi Wina (Vienna Neuro logical Policlinic).

Logoterapi dan analisis eksistensial yang dia ciptakan dikenal sebagai

“Aliran Psikoterapi Wina yang Ketiga”. Dia menyandang gelar profesor tamu di berbagai universitas, seperti Harvard, Stanford, Southern Methodist, dan Duquesne, dan merupakan Profesor Ahli Logoterapi di Universitas Internasional Amerika Serikat di San Diego, California. Frankl lahir di Wina pada 1905. Dari Universitas Wina, dia men dapatkan gelar doktor bidang kedokteran, dan belakangan juga doktor di bidang filsafat.

Selama Perang Dunia II, tiga tahun lamanya Frankl menjadi tawanan Nazi di Auschwitz, Dachau, dan beberapa kamp konsentrasi lainnya. Selama

empat dekade, Frankl telah melakukan serangkaian kuliah tamu ke berbagai penjuru dunia. Dia menerima gelar aka de mik kehormatan dari dua puluh sembilan universitas di benua Afrika, Asia, Eropa, Amerika Utara, dan Amerika Selatan. Dia dianugerahi sejumlah penghargaan, termasuk di antaranya Penghargaan Oskar Pfister dari Asosiasi Psikiatri Amerika (American Psychiatric Association) dan anggota kehormatan dalam Akademi Ilmu Pengetahuan Austria (Austrian Academy of Sciences).

Sejumlah tiga puluh sembilan buku karya Frankl telah dialihbahasakan ke dalam lima puluh bahasa. Edisi bahasa Inggris dari buku karyanya yang berjudul *Man's Search for Meaning* telah terjual jutaan eksemplar dan tercatat di an tara “sepuluh buku paling berpengaruh di Amerika” menurut sebuah survei yang diselenggarakan oleh Perpustakaan Kongres (Library of

Congress) dan Klub Buku Bulan Ini (the-Book-of-the-Month Club). Viktor Frankl meninggal dunia di Wina pada 1997.[]

Karya-Karya Lain

Viktor Frankl

Daftar lengkap buku karya Viktor Frankl dan bibliografi menyeluruh tentang logoterapi dan analisis eksistensial dapat Anda temukan di laman Viktor Frankl Institute:

[www.viktorfrankl.org](http://www.viktorfrankl.org).[]

Tentang

Viktor Frankl

Institute

VIKTOR FRANKL INSTITUTE (VFI) didirikan di Wina pada 1992

oleh sejumlah kolega dan teman atas izin dan dalam pengawasan Viktor Frankl. Lembaga ini merupakan kumpulan masyarakat ilmiah dengan tujuan menjaga karya-karya Viktor Frankl dan mempromosikan logoterapi serta analisis eksistensial sebagai sebuah ladang riset di bidang psikiatri, psikologi dan filosofi dan sebagai psikoterapi terapan. Ia juga bertanggung jawab menjamin kualitas pelatihan psikoterapi dan konseling di bidang logoterapi dan analisis eksistensial. Viktor Frankl Institute di Wina juga merupakan lembaga akreditasi bagi pelatihan-pelatihan di bidang logoterapi dan analisis eksistensial klasik (mengikuti Frankl).

Lebih dari 150 lembaga internasional dan asosiasi nasional yang sudah terakreditasi sebagai penyelenggara pelatihan logoterapi dan analisis eksistensial, telah terdaftar dan di muat di laman VFI.

VFI memiliki akses eksklusif terhadap arsip pribadi Viktor Frankl dan menyimpan koleksi tulisan dan riset tentang logoterapi dan analisis eksistensial, yang merupakan koleksi terbesar di dunia.

Pada 1999, dalam kerja sama dengan kota Wina, didirikanlah Yayasan Viktor Frankl kota Wina. Sejalan dengan tujuannya, setiap tahun, yayasan ini memberikan hadiah dan beasiswa sebagai penghargaan atas prestasi dan untuk mempromosikan proyek-proyek penelitian di bidang psikoterapi humanis yang berorientasi pada makna. Selain itu, yayasan ini juga

memberikan penghargaan tahunan sebagai pengakuan dan apresiasi atas karya seumur hidup dan pencapaian unggul tokoh-tokoh di bidang terkait.

VFI juga menjadi yang pertama di dunia yang menawarkan gelar doktoral di bidang logoterapi yang diakreditasi negara, melalui Jurusan Filsafat dan Psikologi Viktor Frankl di Akademi Internasional Filsafat (Universitas Kerajaan Liechtenstein). Dalam kerja sama dengan Departemen Logoterapi dan Analisis Eksistensial, yang didirikan pada 2012 di Institut Pascasarjana

Psikoanalisis di Moskow, VFI juga menawarkan program master dan pelatihan psikoterapi di bidang logoterapi.

Informasi tentang kegiatan lembaga-lembaga logoterapi di seluruh dunia dapat ditemukan di laman VFI, Wina. Selain memuat berita-berita tentang riset dan praktik logoterapi, ia juga menyajikan bibliografi literatur logoterapi, baik primer maupun sekunder. Informasi lebih jauh kunjungi: [www.viktorfrankl.org](http://www.viktorfrankl.org).[]





Tentang

Daniel Goleman

dan Franz Vesely

DANIEL GOLEMAN adalah psikolog terkemuka internasional yang sering memberikan kuliah bagi kelompok-kelompok profesional, pengusaha, serta di kampus-kampus. Sebagai jurnalis sains, selama bertahun-tahun Goleman melaporkan tentang ilmu otak dan perilaku untuk *New York Times*. Buku karyanya yang terbit pada 1995, *Emotional Intelligence*, menjadi salah satu buku terlaris di banyak negara. Selain buku tentang kecerdasan emosi, Goleman telah menulis buku bertema perilaku menipu diri sendiri, kreativitas, transparansi, dan krisis ekologi. Dia merupakan salah satu pendiri Akademi Kolaborasi untuk Pembelajaran Akademik, Sosial, dan Emosional ([www.CASEL.org](http://www.CASEL.org)) dan juga bersama-sama memimpin Konsorsium Penelitian Kecerdasan Emosi dalam Organisasi ([www.eiconsortium.org](http://www.eiconsortium.org)) di Rutgers University.

DR. FRANZ VESELY adalah seorang profesor di bidang Fisika. Sejak kematian mertuanya, Viktor Frankl, Dr. Vesely mengelola hak cipta karya-karya Frankl. Sebagai direktur lembaga arsip Viktor Frankl, dia menjadi representasi warisan karya Frankl yang tak terhingga banyaknya. Dia juga salah satu pendiri dan anggota dewan masyarakat ilmiah di Viktor Frankl Institute.[]

Catatan

1. Zyklon B (asalnya adalah pestisida), merupakan merek gas hidrogen sianida yang sangat beracun yang digunakan Nazi dalam pembunuhan massal di Auschwitz dan kamp-kamp kematian yang lain.
2. Bertolt Brecht (bekerja sama dengan Kurt Weill), *The Threepenny Opera*, 1928.
3. Johann Wolfgang von Goethe (1749-1832), penulis asal Jerman (Weimar Classicism), ilmuwan dan negarawan.
4. Friedrich Holderlin (1770-1843), penyair dan filsuf Romantisisme Jerman.

5. Christian Friedrich Hebbel (1813-1863), penyair dan dramawan Jerman.

6. Kelumpuhan umum sekarang dikenal sebagai sifilis terrier atau neurosifilis. Pada 1946 itu penisilin belum digunakan sebagai obat sifilis di Austria, karenanya rujukan adalah terapi malaria yang masih secara luas digunakan.

7. Kiasan untuk “*O Herr, gib jedem seinen eigenen Tod...*” (“Ya Tuhan, berikan pada masing-masing kematiannya sendiri...”) dalam karya Rainer Maria Rilke, *Das Stundenbuch* (*The Book of Hours*), 1905.

8. Film bicara pertama dari *Atlantik* (1929), disutradarai oleh E.A.

Dupont, berdasarkan naskah drama tentang bencana Titanic. Versi Inggris, Prancis, dan Jerman diproduksi dengan bintang-bintang berbeda.

9. Penulis merujuk pada populasi Yahudi yang diserang di Wina menyusul Kristallnacht (Pogrom November, penyerangan dan pembunuhan masyarakat Yahudi yang dilakukan oleh sayap paramiliter Nazi), 1938.

10. Ernst Kretschmer (1888-1964), psikiater Jerman yang menggolongkan

11. “*Cycloid personality* (kepribadian sikloid),” sekarang di kenal sebagai siklotimia, merupakan gangguan suasana hati yang mirip dengan gangguan bipolar, tetapi biasanya lebih ringan.

12. “*Himmelhoch jauchzend, zum Tode betrübt*” (bersukacita di surga yang tertinggi, atau di keputusasaan yang ter dalam), dari drama Goethe *Egmont* (1788), yang telah menjadi ungkapan umum di Jerman.

13. Amsal 13:12

14. Sebuah percobaan konklusif yang membuktikan bahwa sebuah hipotesis tertentu benar adanya.

15. Viktor Frankl, *Gesammelte Werke, Band 1: Trotzdem Ja zum Leben sagen und ausgewählte Briefe* (1945-1949) (Kumpulan karya, vol.

1: Katakan YA pada kehidupan terlepas dari apa pun yang terjadi dan surat-surat pilihan (1945-1949), ed. A. Batthyany, K.H. Biller, E. Fizzotti (Wina: Bohlau Verlag, 2005).

16. Wiener Kurier, 23 Maret 1946.

17. Viktor Frankl, *Trotzdem Ja zum Leben sagen/Drei Vor-träge* (Say Yes to Life/Tiga Kuliah) (Wina: Franz Deuticke, 1946) 18. Frankl, *Gesammelte Werke, Band 1*, 184.

19. “Workers’ Day, 14 April 1934,” dalam Gabriele Vesely-Frankl, ed., *Viktor E. Frankl: Frühe Schriften, 1923–1942* [Viktor E. Frankl: Early writings, 1923–1942] (Vienna: Maudrich, 2005).

20. V.E. Frankl, *Zur geistigen Problematik der Psycho-therapie* [On the spiritual problem of psychotherapy], *Zentralblatt für Psychotherapie und ihre Grenzgebiete* 10 (1938): 33–45.

21. Viktor Frankl, *Dem Leben Antwort geben: Autobiografie*

[Recollections: An autobiography] (Weinheim: Beltz, 2017).

22. Selama sepuluh tahun setelah penerbitan buku ini, puluhan resensi dimuat di berbagai majalah dan surat kabar di Austria, termasuk the *Wiener Zeitung*, *Die Österreicherin*, dan *Österreichische Ärztezeitung*.

**Sebuah masterpiece yang ditemukan kembali  
di antara tumpukan karya-karya monumental Viktor Frankl,  
melengkapi karya fenomenalnya, *Man's Search for Meaning*.**

*Saya letih tak terkira, sedih tak terkira, kesepian tak terkira.... Di kamp  
kamu merasa sudah mencapai titik terendah dalam hidup. Lalu  
saat kembali pulang kamu menyaksikan segala sesuatu yang kamu  
coba pertahankan telah hancur.... Saat kamu menjadi manusia lagi,  
kamu bisa tenggelam bahkan lebih dalam ke sumur penderitaan  
yang tak berdasar. Kalau aku tidak memiliki sikap positif sekuat  
karang ini terhadap kehidupan, jadi apa aku selama pekan-pekan  
terakhir, atau bahkan selama berbulan-bulan di kamp konsentrasi?  
(Surat Viktor Frankl pada sahabatnya, Wilhelm dan Stepha Borner)*

Viktor E. Frankl, dikenal sebagai pencetus Logoterapi, demikian gigih menyebarkan gagasan tentang makna hidup, kekuatan semangat manusia, dan pentingnya memeluk bahkan merayakan kehidupan ketika kita dihadapkan pada penderitaan paling suram sekalipun. Gagasan-gagasan ini antara lain disampaikan Frankl dalam serangkaian kuliah umum di Wina, Austria, hanya beberapa bulan setelah dia dibebaskan dari kamp konsentrasi Nazi. Buku *Yes to Life* adalah kumpulan bahan kuliahnya itu.

**"Buku ini menawarkan jalan untuk menemukan harapan,  
bahkan di masa kelam seperti saat ini."**

**— The New York Times**



**noura**

[www.nourabooks.co.id](http://www.nourabooks.co.id)

Noura Publishing

NouraPublishing

nourapublishing

NouraPublishing

Noura Publishing



**Sebuah masterpiece yang ditemukan kembali  
di antara tumpukan karya-karya monumental Viktor Frankl,  
melengkapi karya fenomenalnya, *Man's Search for Meaning*.**

*Saya letih tak terkira, sedih tak terkira, kesepian tak terkira.... Di kamp  
kamu merasa sudah mencapai titik terendah dalam hidup. Lalu  
saat kembali pulang kamu menyaksikan segala sesuatu yang kamu  
coba pertahankan telah hancur.... Saat kamu menjadi manusia lagi,  
kamu bisa tenggelam bahkan lebih dalam ke sumur penderitaan  
yang tak berdasar. Kalau aku tidak memiliki sikap positif sekuat  
karang ini terhadap kehidupan, jadi apa aku selama pekan-pekan  
terakhir, atau bahkan selama berbulan-bulan di kamp konsentrasi?  
(Surat Viktor Frankl pada sahabatnya, Wilhelm dan Stepha Borner)*

Viktor E. Frankl, dikenal sebagai pencetus Logoterapi, demikian gigih menyebarkan gagasan tentang makna hidup, kekuatan semangat manusia, dan pentingnya memeluk bahkan merayakan kehidupan ketika kita dihadapkan pada penderitaan paling suram sekalipun. Gagasan-gagasan ini antara lain disampaikan Frankl dalam serangkaian kuliah umum di Wina, Austria, hanya beberapa bulan setelah dia dibebaskan dari kamp konsentrasi Nazi. Buku *Yes to Life* adalah kumpulan bahan kuliahnya itu.

**"Buku ini menawarkan jalan untuk menemukan harapan,  
bahkan di masa kelam seperti saat ini."**

**— The New York Times**



**noura**

[www.nourabooks.co.id](http://www.nourabooks.co.id)

