



Karya pelukis Erland Sibuea ini bercerita tentang Kasih Allah yang tak terbatas. Kasihnya untuk semua orang dari segala lapisan, segala benua, bahasa, latar belakang agama, pendidikan dan segala orang dengan semua persoalan kehidupan yang dihadapi. Semua orang diundang ke dalam kasihNya. Ia tidak membedakan dan Ia menerima sepenuh setiap orang ataupun juga setiap kelompok. Ia telah memberikan diriNya dan kini tangannya terjulur menjangkau dan mendekap setiap kita. Siapapun dan bagaimanapun keadaan kita masing-masing.

ISBN 978-979-1194-14-3



9 789791 1194143

 UNIVERSITAS
KRISTEN
MARANATHA

MOZAIK KEBENARAN

Editor :

Ganda Wargasetia
Jimmy Mc. Setiawan

 **mcu**
INTEGRITY
CARE
EXCELLENCE

Tulisan dalam buku ini terbuka untuk diklarifikasi maupun dikritisi guna penyempurnaan kerangka pikir kita masing-masing. Diskusi langsung maupun tidak langsung dengan para penulis pun tidak diharamkan. Kiranya kita dapat maju bersama guna menciptakan masa depan yang lebih baik.

Salam,

Judea J. Jarden
*Ketua Badan Pelayanan Kerohanian
Universitas Kristen Maranatha*

Daftar Isi

• BAB 1 - Dari Kehidupan kepada Kehidupan	1
• BAB 2 - Menjadi Kaya dan Bahagia	19
• BAB 3 - Gimana Saya vs Saya Gimana	33
• BAB 4 - Emang Gue Pikirin	39
• BAB 5 - Keadilan?	51
• BAB 6 - Siapa Penguasa Hidupmu	59
• BAB 7 - Who am I ???	73
• BAB 8 - Melangkah di Tengah Sejarah	85
• BAB 9 - You and Me	97
• BAB 10 - Imago Dei	109
• BAHAN BACAAN	121
• BIO DATA PENULIS	127

atau ketidaktaatan) dalam rangka taat kepada Sang Pencipta. Perlu digarisbawahi juga bahwa keterlibatan banyak orang benar dalam pemerintahan dapat secara signifikan mempengaruhi pemerintah untuk menjadi lebih baik. Yang terpenting adalah manusia setia untuk tetap taat pada ketetapan-ketetapan Sang Pencipta dan membiarkan Dia memerintah hidup kita dalam segala keadaan dan kondisi.

Jadi, siapakah penguasa hidupmu?

BAB 7

WHO AM I ???

Robert Oloan Rajagukguk

Bagian ini membahas beberapa pandangan mengenai ilmu psikologi, khususnya mengenai dasar-dasar filosofis yang mendasari teori psikologi, mengenai pandangan tentang hakekat manusia, mengenai pemahaman tentang gangguan psikologis, dan tentang penanganan yang sejalan dengan filosofis tersebut.

Begitu banyak pandangan yang mencoba menjelaskan manusia, perilaku, dan proses mentalnya. Dalam bab ini pembahasan akan difokuskan pada beberapa pandangan utama, yaitu pandangan psikoanalisis, behavioristik, humanistik, transpersonalisme, postmodernisme, dan holistik-biblikal.

PANDANGAN PSIKOANALISIS

Psikoanalisis memandang manusia sebagai makhluk yang terdiri atas dua insting dasar, yaitu insting untuk hidup (libido) dan insting untuk mati (thanatos). Secara natural manusia didorong oleh dorongan libido yang berisikan keinginan untuk bertumbuh, membangun, dan memelihara.

Dorongan yang sama membuat manusia melakukan reproduksi biologis. Intinya, segala keinginan yang bertujuan untuk sesuatu yang konstruktif, membangun, memelihara, dan meningkatkan kuantitas maupun kualitas hidup berhubungan dengan dorongan dasar ini, sedangkan dorongan dasar yang bersifat destruktif, yang berasal dari insting *thanatos*, merupakan dorongan yang membawa kepada kerusakan, pengurangan, bahkan kehancuran. Sumber dari dorongan tersebut adalah adanya dorongan agresi yang berasal dari dalam diri manusia.

Selain terdiri atas dua dorongan dasar, manusia juga dipandang oleh kaum psikoanalisis sebagai sistem energi, yaitu energi psikis, yang menyerupai energi alamiah sebagaimana dijelaskan dalam hukum termodinamika. Sistem energi psikis ini terdiri atas tiga sub-sistem, yaitu *Id*, *Ego*, dan *Superego*. Ketiga sub-sistem ini membentuk struktur kepribadian manusia; interaksi antara ketiganya merupakan penjelasan terhadap gambaran dinamika kepribadian untuk memahami diri manusia. Maksudnya, untuk memahami kepribadian seseorang, kita harus memahami bagaimana *Id*, *Ego*, dan *Superego* saling berinteraksi.

Untuk memahami interaksi ketiga sub-sistem dari kepribadian manusia, diperlukan pemahaman mengenai kesadaran dan ketidaksadaran karena menurut Freud, pemrakarsa teori psikoanalisis, manusia terdiri atas lapisan-lapisan kesadaran, yaitu lapisan sadar (*conscious*), lapisan pra-sadar (*pre-conscious*), dan lapisan tak-sadar (*unconscious*). Tingkah laku yang ditampilkan dalam kehidupan sehari-hari (lapisan sadar) tidak hanya dipahami dari apa yang dapat diamati, tetapi juga dari apa yang melandasi perilaku yang ditampilkan tersebut. Yang melandasi perilaku tersebut berasal dari lapisan-lapisan tidak sadar atau pra-sadar.

Gangguan psikologis terjadi manakala ada hambatan atau konflik antar sub-sistem dari kepribadian manusia. *Id* terdiri atas dorongan - dorongan dasar yang harus segera dipuaskan untuk memenuhi kebutuhan dasar manusia. Dorongan-dorongan dasar ini merupakan dorongan yang bersifat kodrati manusia sebagai makhluk hidup, sama

seperti makhluk hidup lain, yaitu dorongan untuk makan, minum, dan berkembang biak. Apabila kebutuhan ini tidak terpenuhi, manusia akan mengalami ketidakseimbangan (*disequilibrium*) psikis yang mengganggu eksistensi dan fungsi-fungsi hidup sehari-hari. Tidak terpenuhinya kebutuhan ini bisa saja karena tidak sesuai dengan keadaan atau realita atau bisa saja karena pemenuhan kebutuhan tersebut bertentangan dengan aturan atau norma-norma yang berlaku. *Ego* berfungsi untuk memberikan pertimbangan realita kepada kebutuhan dasar yang muncul, sedangkan *Superego* memberikan batasan-batasan norma dan aturan yang berlaku. Itu sebabnya dalam diri manusia selalu terjadi konflik internal yang menimbulkan kegelisahan, kecemasan, dan akhirnya gangguan psikologis.

Sebagai upaya mengembalikan keseimbangan diri, manusia melakukan suatu mekanisme pertahanan diri yang terjadi secara naluriah - artinya tanpa disadari. Hal ini perlu dilakukan supaya tidak sampai mengalami kecemasan yang berkelanjutan. Namun, apabila mekanisme pertahanan diri ini tidak efektif untuk mengatasi kecemasan, maka akan terjadi keadaan yang lebih buruk. Artinya, gangguan psikologis bisa membawa kepada ketidakmampuan untuk menyesuaikan diri dengan kenyataan hidup atau realita, ketidakmampuan untuk mengendalikan diri yang mengganggu kehidupan sehari-hari. Penyesuaian diri akan berdampak pada hubungan dengan orang lain dan kemampuan untuk melakukan fungsi dan peran hidup secara luas.

Untuk menangani masalah gangguan psikologis, maka psikoanalisis menekankan perlunya memahami proses yang terjadi pada ketiga subsistem yang membentuk kepribadian manusia, baik struktur maupun dinamikanya. Demikian pula, pengalaman ataupun penghayatan yang tersimpan dalam lapisan tak-sadar dan pra-sadar akan diupayakan untuk diangkat ke permukaan, yaitu lapisan kesadaran. Psikoanalisis menemukan beberapa teknik untuk melakukan ini, yaitu dengan teknik hipnosis, teknik asosiasi bebas, teknik proyeksi, analisis mimpi, dan lain-lain. Teknik-teknik ini

bertujuan untuk mencapai terjadinya pemahaman atau pencerahan (insight) sehingga rekonstruksi kepribadian dan penyesuaian diri dapat dilakukan dengan lebih baik dan efektif.

PANDANGAN BEHAVIORISME

Behaviorisme berpandangan bahwa manusia pada dasarnya terlahir sebagai kertas putih yang polos tanpa coretan. Pengalaman - pengalaman hidup selanjutnya, yang dapat dipahami melalui pemahaman akan proses belajar, membentuk perilaku dan kepribadian manusia. Proses belajar dapat dipahami melalui konsep pengkondisian atau pembiasaan (*conditioning*) yang membentuk kebiasaan atau pola reaksi perilaku yang bersifat otomatis. Perilaku manusia terbentuk sebagai respons terhadap stimulus yang datang dari lingkungan. Yang dimaksud dengan perilaku adalah segala macam respons yang dapat diamati (*observable*) sesuai dengan dasar filosofis empirisisme, yang dianggap sebagai perilaku hanyalah tindakan - tindakan yang dapat diamati oleh indera. Dengan demikian, pandangan behaviorisme tidak mengakui adanya lapisan-lapisan kesadaran sebagaimana dijelaskan oleh pandangan psikoanalisis.

Gangguan psikologis dihubungkan dengan proses belajar yang salah sehingga membentuk pola perilaku yang salah atau tidak sesuai dengan harapan lingkungan. Artinya, seseorang memberikan respons yang tidak sesuai dengan stimulus dan harapan lingkungan. Dengan demikian, penanganan masalah psikologis diarahkan kepada upaya memperbaiki pola terjadinya perilaku yang dianggap keliru untuk menghasilkan pola perilaku yang lebih dapat diterima oleh lingkungan.

Perkembangan selanjutnya dari pandangan behaviorisme adalah pemahaman yang melibatkan fungsi kognitif. Proses belajar yang menghasilkan pola perilaku dipahami sebagai kontribusi dari proses kognitif yang mengatur fungsi berpikir. Hal ini masuk akal sebab proses belajar yang dimaksudkan terjadi di otak. Dengan demikian, penjelasan tentang perilaku dan kepribadian manusia diperluas kepada

pemahaman akan cara kerja otak dan proses berpikir yang membentuk pola pikir tertentu. Pandangan behaviorisme meyakini bahwa pola pikir yang terbentuk - berupa persepsi, evaluasi kognitif, dan terbentuknya keyakinan - menentukan pola reaksi emosi dan pola perilaku berupa tindakan (behavioral).

Upaya penanganan masalah-masalah psikologis diarahkan untuk mengembangkan proses belajar yang lebih baik, lebih positif, dan lebih adaptif terhadap keadaan, harapan, atau tuntutan lingkungan. Pada akhirnya, penilaian akan kemampuan untuk menyesuaikan diri di lingkungan adalah kepada adanya perubahan tingkah laku.

PANDANGAN HUMANISTIK

Pandangan humanistik berkembang sebagai reaksi terhadap kedua pandangan sebelumnya. Pandangan ini didasarkan pada filosofi yang memandang manusia sebagai makhluk mulia yang tidak berdosa. Bahkan manusia dipandang sebagai makhluk yang terdiri atas potensi - potensi dasar di dalam dirinya yang perlu diaktualisasikan. Pandangan ini didasarkan pada pandangan positivisme yang menekankan kualitas-kualitas positif dari manusia. Manusia dipandang secara positif namun tidak seimbang karena tidak mempertimbangkan kemungkinan manusia memiliki kualitas negatif.

Dengan demikian, masalah-masalah psikologis pada diri manusia dihubungkan dengan terhambatnya pengaktualisasian dari potensi - potensi dalam diri, yang menyebabkan ketidakpuasan, kekecewaan, bahkan mungkin apatisisme. Kesenjangan antara harapan dan kenyataan yang dihadapi menjadi sumber permasalahan dalam kehidupan manusia. Setiap manusia diyakini memiliki aspirasi, harapan, dan orientasi akan suatu diri ideal. Namun, aspirasi, harapan, dan diri ideal ini tidak selalu dapat tercapai. Oleh karena itu, untuk memahami manusia dan masalah-masalah psikologis yang dihadapi haruslah dipahami kondisi kesenjangan yang terjadi. Masalah-masalah

manusia tidak dihubungkan dengan kemungkinan adanya kelemahan-kelemahan pribadi sebagai konsekuensi dari keterbatasan diri.

Oleh karena manusia dipandang sebagai makhluk kreatif yang dapat mencapai keadaan yang lebih baik bagi dirinya, maka penanganan terhadap masalah-masalah psikologis dilakukan dengan mengupayakan lingkungan yang kondusif bagi individu untuk menemukan pemahaman diri (*self-awareness*) serta langkah-langkah pengembangan diri. Konselor atau terapis yang menolong berfungsi sebagai fasilitator yang mendampingi klien selama proses pemahaman dan pengembangan diri tersebut. Manusia harus diberi kesempatan untuk mengenali potensi-potensi dalam dirinya dengan menciptakan lingkungan yang kondusif, yang tidak mengekang, yang memberi kemungkinan pengaktualisasian potensi-potensi tersebut.

Setiap orang memiliki kemampuan untuk menemukan potensi diri, mengaktualisasikannya, dan mengembangkan diri ke arah yang tidak terbayangkan sebelumnya. Sebagaimana sering diungkapkan oleh para motivator yang menganut pandangan ini, "*the sky is the limit*" yang berarti tidak ada batas bagi pengembangan dan pengaktualisasian diri manusia asal saja manusia mau mengembangkannya. Manusia itu sendiri yang dapat menentukan batas pengembangan dirinya, bukan orang lain atau pribadi lain. Oleh karena itu, kepercayaan pada diri sendiri sangat dipentingkan.

PANDANGAN TRANSPERSONALISME

Pandangan transpersonalisme merupakan kelanjutan dari pandangan humanisme dengan penekanan pada pentingnya menekankan fungsi dari spiritualitas manusia dalam memahami kepribadian seseorang. Berdasarkan pandangan filosofis dari humanisme kosmik, manusia dipandang sebagai bagian dari alam yang memiliki spirit atau roh yang saling berhubungan. Hubungan harmonis dan seimbang antara manusia dan alam, sebagai natura dan kosmik, merupakan tujuan

hidup. Manusia terdiri atas tubuh dan jiwa yang tidak dapat dipisahkan karena merupakan satu kesatuan.

Dengan demikian, manusia yang dianggap sehat secara mental adalah manusia yang memiliki kesadaran diri yang tinggi, yang dapat menyeimbangkan tubuh dan jiwanya secara harmonis. Dengan kata lain, ada kesadaran yang tinggi mengenai hubungan kondisi psikologis dan kondisi fisik alamiah. Apabila terjadi masalah dalam jiwa, maka akan timbul masalah pada fisik alamiah dan sebaliknya. Dengan kata lain, masalah-masalah psikologis merupakan akibat tidak adanya hubungan yang harmonis antara tubuh dan jiwa, atau merupakan akibat kurangnya kesadaran akan keharmonisan hubungan antara keduanya.

Untuk menangani masalah ketidakharmonisan tersebut, maka meditasi merupakan cara yang paling banyak dianjurkan dan digunakan. Melalui meditasi manusia memiliki kesempatan untuk mendapatkan kembali keseimbangan diri dan menciptakan keharmonisan hubungan tubuh dan jiwa. Melalui teknik-teknik pernafasan dan pengendalian pikiran yang dapat dipelajari, segala persoalan psikologis semacam stres, frustrasi, kekecewaan, kemarahan, dan sebagainya dapat diatasi dan ditangani dengan baik. Sering setelah melalui meditasi, sering perlu juga penanganan psikologis lanjutan berupa terapi yang bertujuan untuk mengembangkan kesadaran diri dan mendorong pengendalian diri. Untuk itu diperlukan kepercayaan diri yang kuat, sebagaimana dikatakan oleh Shakti Gawain: "*Every time you don't trust yourself and don't follow your inner truth, you decrease your aliveness and your body will reflect this with a loss of vitality, numbness, pain, and eventually, physical disease.*" Setiap kali anda tidak mempercayai diri sendiri dan tidak mengikuti kebenaran yang ada dalam diri Anda, anda mengurangi gairah hidup anda dan tubuh anda akan merefleksikan hal itu dengan hilangnya vitalitas, mati rasa, rasa nyeri, dan pada akhirnya penyakit jasmani. Untuk itu diperlukan pertolongan dari seseorang yang telah mengalami pencerahan pikiran seperti yang disarankan oleh Shirley MacLaine, "*Enlightened people who maintain higher consciousness can help others solve their*

problems, magnifying the importance of higher consciousness. Orang yang telah mengalami pencerahan dan mempertahankan kesadaran yang lebih tinggi dapat menolong orang lain memecahkan masalah mereka dengan membesarkan pentingnya kesadaran yang lebih tinggi.

Pandangan ini banyak dipengaruhi oleh pandangan humanisme kosmik yang sangat menyarankan meditasi untuk penanganan masalah-masalah psikologis, sedangkan para psikolog yang memiliki pandangan Gerakan Zaman Baru (*New Age Movement*) banyak menyarankan dan menggunakan praktek-praktek seperti channeling atau penggunaan medium, astrologi atau ilmu perbintangan, dan pengendalian diri sehingga bisa berjalan di atas bara api (*firewalking*), penggunaan papan Ouija dan pembacaan aura sebagai upaya untuk meningkatkan kesadaran diri yang dapat dicapai melalui meditasi.

PANDANGAN POSTMODERNISME

Pandangan ini muncul berdasarkan filosofi liberalisme, relativisme, dan konstruktivisme sosial yang mempunyai pandangan dasar bahwa manusia harus dibebaskan dari kemutlakan-kemutlakan, keharusan - keharusan yang dibentuk oleh tatanan sosial yang dianggap membelenggu pikiran, perasaan, dan tindakan manusia secara keseluruhan. Manusia adalah produk dari budaya, bukan makhluk biologis yang harus menyerah kepada kondisi biologisnya. Sikap dan perilaku manusia dibentuk oleh budaya di mana mereka dilahirkan dan dibesarkan, dan karena itu harus dipahami berdasarkan pengaruh budaya tersebut terhadap perkembangan diri selanjutnya. Manusia dapat berubah-ubah menurut konteks hidup dan budaya di mana dia berada. Oleh karena itu, seseorang perlu selalu membangun konstruksi sosial yang sesuai dengan lingkungan sosial di mana dia berada untuk dapat menyesuaikan diri.

Oleh karena segala sesuatu adalah relatif atau tidak mutlak, maka tidak seorang pun dapat memberikan patokan untuk bertingkah laku. Segala sesuatu adalah benar menurut pandangan pribadi dari orang tersebut.

Absolutisme tidak ada. Setiap orang bebas untuk mengembangkan kebenaran subyektif dan hidup dalam kebenarannya itu.

Diagnosis terhadap proses mental yang tidak sehat maupun sehat sulit untuk ditegakkan karena tidak seorangpun dapat memberikan batasan yang jelas tentang pikiran, perasaan, dan perilaku yang dianggap sehat. Tindakan yang dianggap tidak sehat di suatu lingkungan budaya tertentu, bisa saja dianggap sehat di lingkungan budaya yang lain. Orang mengembangkan gaya hidup masing-masing yang menurutnya baik untuk dirinya, termasuk memilih peran jenis kelamin. Itu sebabnya ada pemikiran tentang perlunya menerima orang-orang yang mengalami kesulitan untuk memilih peran seksual sebagai pria atau wanita seperti gay, lesbian, dan trans-jender.

Menurut pandangan postmodernisme, setiap orang mestinya diberikan kebebasan untuk mengembangkan gaya hidupnya tanpa terikat kepada tatanan-tatanan kehidupan yang dibentuk oleh masyarakat. Konstruksi sosial merupakan cara penanganan bagi orang yang memiliki masalah psikologis, di mana seseorang akan ditolong untuk menuliskan sendiri skenario untuk dirinya, memilih gaya hidup yang nyaman dan sesuai dengan kebenaran pribadinya, dan menghidupinya tanpa perlu kuatir akan kesesuaian dengan pandangan orang lain, karena setiap orang memiliki hak-hak yang sama. Pandangan ini sangat mendukung gerakan hak-hak asasi manusia, bahkan hak-hak binatang.

PANDANGAN HOLISTIK-BIBLIKAL

Pandangan-pandangan sebelumnya menyingkapkan sebagian kebenaran mengenai diri manusia, namun kurang lengkap atau menyeluruh. Pandangan ini melihat manusia sebagai ciptaan Tuhan yang diciptakan menurut citra Allah, sesuai dengan pengajaran biblikal. Manusia adalah gambar dan citra Allah atau *Imago Dei*. Manusia pada mulanya diciptakan sempurna dan memiliki kualitas-kualitas kemanusiaan dan keilahian. Namun, peristiwa kejatuhan ke dalam dosa merusak citra yang ada sehingga manusia kehilangan

kualitas-kualitas keilahian tersebut. Oleh karena itu, setiap manusia lahir dalam keadaan yang tidak lagi sempurna, sangat rentan, memiliki kelemahan yang berakar pada dosa, kecenderungan-kecenderungan yang merusak, pikiran-pikiran yang tidak rasional, perasaan-perasaan negatif, dan pandangan diri yang salah. Dari dirinya sendiri, manusia memiliki juga kualitas-kualitas positif yang merupakan produk dari rasa kemanusiaan. Oleh karena itu, manusia dapat juga melakukan tindakan-tindakan yang baik bagi dirinya sendiri dan orang lain di sekitarnya, bahkan dapat menciptakan karya kreatif yang berguna bagi kehidupan umat manusia.

Secara ringkas manusia dipandang sebagai pribadi yang memiliki kekurangan dan kelebihan, kelemahan dan kekuatan, kecenderungan berbuat baik dan kecenderungan berbuat jahat, pikiran-pikiran yang irasional dan rasional, ada kapasitas untuk merasakan emosi-emosi yang negatif dan positif. Manusia juga dipandang sebagai pribadi yang utuh yang tidak hanya terdiri atas tubuh dan jiwa, tetapi juga roh. Manusia adalah makhluk biologis, makhluk psikologis, dan makhluk sosial, serta sekaligus makhluk spiritual. Selain itu, kehidupan manusia ditentukan bukan hanya oleh peristiwa-peristiwa masa lalu, tetapi juga oleh kejadian-kejadian pada masa sekarang, dan orientasi kepada masa depan. Oleh karena itu, perilaku manusia harus dipahami berdasarkan pandangan holistik sehingga dapat memahami manusia secara menyeluruh.

Manusia mengalami pertumbuhan pribadi yang sehat apabila ia menyadari jati diri dan memiliki tujuan hidup yang jelas, pandangan diri yang seimbang dalam arti penerimaan bahwa diri memiliki kekuatan dan kelemahan, kelebihan dan kekurangan, serta mampu mengintegrasikan pengalaman-pengalaman masa lalu, masa kini, dan masa depan.

Seseorang akan mengalami masalah dalam hidupnya apabila ia gagal untuk membentuk jati diri dan tujuan hidup yang jelas sehingga gagal pula untuk mengalami pertumbuhan pribadi ke arah yang jelas. Bisa

juga masalah psikologis muncul karena adanya pandangan terhadap diri sendiri yang tidak seimbang karena terlalu menekankan pada kekurangan/kelemahan diri atau kelebihan/kekuatan diri. Misalnya, seseorang menganggap bahwa ia adalah seorang pecundang yang selalu gagal dalam hidupnya, bahkan kelahirannya adalah suatu kesalahan. Atau sebaliknya, seseorang yang memiliki harga diri yang terlalu tinggi dan menganggap bahwa ia memiliki segalanya dan mengetahui segala sesuatu. Demikian halnya apabila seseorang begitu terikat kepada pengalaman-pengalaman pada masa lalu yang menghambat perkembangan diri pada masa kini dan masa depan. Meskipun ada kemungkinan juga seseorang sangat memusatkan diri pada pengalaman-pengalaman masa kini sehingga gagal menggunakan pengalaman-pengalaman berharga pada masa lalu dan tidak memiliki tujuan hidup jelas untuk masa depan. Atau, seseorang hidup dalam khayalan masa depan yang tidak realistis sehingga menjadi kecewa dan frustrasi karena sulit mewujudkan impiannya karena tidak menyelaraskan orientasi masa depan dengan tindakan-tindakan yang perlu dilakukan pada masa kini dengan bercermin kepada pengalaman-pengalaman masa lalu.

Oleh karena itu, untuk menangani masalah-masalah dalam kehidupan manusia, yang pertama dan terutama untuk dilakukan adalah menemukan kejelasan jati diri dan tujuan hidup. Manusia harus mengembangkan kesadaran bahwa dirinya adalah ciptaan Tuhan, yang mulia dan berharga karena diciptakan menurut gambar dan rupa Allah yang sekaligus juga adalah seseorang yang memiliki kelemahan diri akibat dosa yang diwariskan melalui generasi-generasi sebelumnya. Sebagai ciptaan Tuhan yang dilahirkan ke dalam dunia, manusia ditakdirkan untuk memiliki tujuan tertentu yang telah direncanakan oleh Tuhan baginya. Tanpa adanya kejelasan akan identitas dan fungsi hidup ini, maka manusia akan berjalan tanpa arah yang jelas dan akan kembali menghadapi masalah yang sama. Karena dengan adanya kesadaran akan identitas dan fungsi diri ini, seorang pribadi akan hidup lebih bertujuan (*purposeful*) yang menjadi daya penggerak yang mengarahkan segala sikap dan tindakannya.

Selanjutnya, seseorang perlu ditolong untuk memiliki pandangan atas diri sendiri dan penerimaan diri yang seimbang. Tidak memandangi diri sebagai seseorang yang hanya terdiri atas kelemahan akan menghindarkan seseorang dari rasa minder yang berlebihan (*inferiority complex*). Sebaliknya, memandangi diri sendiri tanpa kelemahan juga akan menjerumuskan seseorang kepada rasa percaya diri yang berlebihan dan kesombongan diri yang tidak perlu. Mengakui kekurangan sekaligus menghargai kelebihan akan menolong seseorang untuk hidup lebih seimbang dan dapat membawakan diri secara proporsional dan menyesuaikan diri atau diterima dengan baik di lingkungannya.

Pada akhirnya, seseorang perlu ditolong untuk melihat kehidupannya secara keseluruhan mengingat kenyataan bahwa pada dasarnya setiap orang adalah kombinasi dari tiga orientasi hidup, yaitu masa lalu, masa kini, dan masa depan. Kehidupan yang dihidupi pada masa sekarang adalah kelanjutan dari masa lalu dan akan berlanjut ke masa depan. Pengalaman-pengalaman yang terjadi pada masa lalu berhubungan dan sering mempengaruhi kehidupan pada masa sekarang. Demikian pula, segala rencana dan impian pada masa depan akan memberi arahan kepada kehidupan pada masa sekarang.

Seseorang yang memiliki pribadi yang sehat adalah seseorang yang dapat menerima masa lalunya secara wajar dan seimbang sebagai bagian dari rencana dan kedaulatan Tuhan, menghidupi kehidupan masa kini secara realistis dan senantiasa mensyukuri milik dan pengalaman yang ada, serta memiliki pengharapan akan masa depannya dengan percaya kepada penyertaan Tuhan yang diyakini berdaulat atas masa depannya.

BAB 8

MELANGKAH DI TENGAH SEJARAH

Rosa Permanasari

"Fakta mengenai asal mula adanya manusia di muka bumi ini masih menjadi pembicaraan di antara ilmuwan, bahwa hipotesis evolusionisme sebagai suatu fakta ilmiah. Bagaimana dengan pernyataan: setiap sudut di jagat raya ini adalah milik-Nya dan Allah adalah pencipta-Nya?"

Bila kita ada sekarang, berarti ada pada keutamaan dengan melihat seluruh kisah dari sejarah manusia sejak masa lalu sampai akhir zaman yang begitu jauh yang tidak kita ketahui. Manusia sedang dalam perjalanan (*homo viator*), artinya manusia dalam perjalanan yang tidak mengenal titik akhir.

Tulisan ini dihimpun dari berbagai sumber dan diharapkan dapat bermanfaat untuk dapat menjawab persoalan asal mula manusia di muka bumi ini, baik hakekat maupun eksistensinya. Di samping itu tulisan ini bukanlah analisis wawasan sejarah semata, tetapi memiliki