

SERI FILSAFAT TEOLOGI
WIDYA SASANA

ISSN 1411-9005

Editor:
Gregorius Pasi, SMM
Peter B. Sarbini, SVD

Dosa dan Pengampunan:
*Pergulatan Manusia
dengan Allah*

VOL. 26 NO. SERI 25, 2016

Seri Filsafat Teologi Widya Sasana
ISSN 1411 - 9005

DOSA DAN PENGAMPUNAN: *Pergulatan Manusia dengan Allah*

Editor:
Greorius Pasi, SMM
Peter B. Sarbini, SVD

STFT Widya Sasana
Malang 2016

DOSA DAN PENGAMPUNAN

Pergulatan Manusia dengan Allah

STFT Widya Sasana
Jl. Terusan Rajabasa 2
Malang 65146
Tlp. (0341) 552120; Fax (0341) 566676
www.stftws.org; stftws@gmail.com

Cetakan ke-1: Oktober 2016

Sumber gambar cover :

[https://en.wikipedia.org/wiki/The_Return_of_the_Prodigal_Son_\(Rembrandt\)](https://en.wikipedia.org/wiki/The_Return_of_the_Prodigal_Son_(Rembrandt)) #/media File:Rembrandt_Harmensz_van_Rijn_-_Return_of_the_Prodigal_Son_Google_Art_Project.jpg

ISSN: 1411-9005

DAFTAR ISI

SERI FILSAFAT TEOLOGI WIDYA SASANA
VOL. 26, NO. SERI NO. 25, TAHUN 2016

Pengantar <i>Gregorius Pasi, SMM</i>	i
Daftar Isi	vii

BAGIAN 1: TINJAUAN FILOSOFIS

Dosa dan Pembebasan dalam Sorotan Filsafat Agama <i>Donatus Sermada Kelen, SVD</i>	3
Trilogi Gerak Belas Kasih: Dosa, Pertobatan dan Pengampunan (Sebuah Penelitian Fenomenologis atas Karya Belas Kasih Romo Paul Jansen, CM) <i>Pius Pandor, CP</i>	25

BAGIAN II: TINJAUAN BIBLIS

Mazmur 130: Mazmur Pertobatan yang ke-6 <i>Berthold Anton Pareira, O.Carm</i>	53
Sulitnya Mengampuni dan Sukacita Pengampunan <i>Berthold Anton Pareira, O.Carm</i>	60
Mazmur dan Kesembuhan Rohani dan Jasmani <i>Berthold Anton Pareira, O.Carm</i>	69
Penyembuhan Luka Batin Melalui Pengampunan Belajar dari Pengalaman Yusuf dan St. Maria Goretti <i>F.X. Didik Bagiyowinadi, Pr</i>	77

BAGIAN III: TINJAUAN TEOLOGI SISTEMATIS

Allah Tritunggal Yang Mahakasih dan Maharahim:

Sumber Kehidupan Manusia

Kristoforus Bala, SVD 101

Kerahiman Allah dalam Doktrin Maria Dikandung tanpa Noda

Gregorius Pasi, SMM 138

BAGIAN IV: AJARAN ISLAM

Allah Yang Al Rahman dan Al Rahim

Peter B. Sarbini, SVD 163

Derai Dosa, Derasnya Ampunan Sang Penguasa Semesta

(Membincang Dosa dan Pengampunan dalam Perspektif Islam)

Halimi Zuhdy 175

BAGIAN V: TINJAUAN HISTORIS

Pengampunan Martiologi Awali

Edison R.L. Tinambunan, O.Carm 193

Otobiografi Teresia dari Yesus: Kisah Kerahiman Allah

Berthold Anton Pareira, O.Carm 207

Misericordiae Vultus: Sebuah Catatan Pengantar

Valentinus Saeng, CP 220

Citra Gereja yang Rahim

Petrus Go Twan An, O.Carm 229

Kerahiman dan Keadilan

Petrus Go Twan An, O.Carm 235

Pengampunan dalam Perspektif Orang Maybrat – Papua <i>Immanuel Tenau, Pr</i>	242
---	-----

BAGIAN VI: PENGHAYATAN

Dosa dan Pengampunan: Sebuah Petualangan Manusiawi dan Rohani (Penghayatan Spiritualitas Pengampunan) <i>Paulinus Yan Olla, MSF</i>	265
Perkawinan Diawali dengan <i>Love</i> , Dilanggengkan oleh <i>Mercy</i> <i>Alphonsus Tjatur Raharso, Pr</i>	285
Problem Kemurah-hatian dan Belas Kasih sebagai Indikator Hidup Jemaat (berdasarkan Konsteks Hidup St. Agustinus) <i>Antonius Denny Firmanto, Pr</i>	311

KATA AKHIR

Menyembah “Allah Yang Kalah” Pergulatan Absurditas Salib <i>Eko Armada Riyanto, CM</i>	327
--	-----



DOSA DAN PENGAMPUNAN: SEBUAH PETUALANGAN MANUSIAWI DAN ROHANI (Penghayatan Spiritualitas Pengampunan)

Paulinus Yan Olla

Pendahuluan

Pengampunan merupakan sebuah peristiwa teologis yang melibatkan Allah dan sekaligus peristiwa manusiawi karena menyentuh pengalaman dasar manusia sebagai manusia. Dosa berkaitan relasi dengan Allah, jika manusia memberi jawaban negatif. Sebagaimana iman adalah pengalaman manusia yang terwujud dalam perbuatannya, begitu pula dosa adalah pengalaman manusia yang bersikap melawan Allah dan terwujud dalam perbuatan moral.

Pengampunan merupakan pengalaman dasar relasi manusia dengan Allah. Inisiatif pengampunan selalu berasal dari Allah. Relasi kedosaan dijematani kembali dengan tawaran pengampunan. Pengampunan dialami ketika manusia mengalami kerahiman Allah.

Dosa dan pengampunan mengandaikan adanya keterlibatan pihak Allah maupun manusia. Ia menyangkut dinamika relasi manusia dengan Allah. Allah yang berkuasa menciptakan permulaan baru melawan kegagalan dan penolakan dalam dosa.¹

Selanjutnya manusia yang mengalami pengampunan Allah dalam hidupnya dipanggil tidak hanya untuk menerima tetapi ia pun perlu belajar mengampuni sesamanya. Dinamika keterlibatan Allah dan manusia dalam pengampunan itulah yang ingin dipaparkan dalam karya ini.

1 Tom Jacobs (ed.), *Rahmat Bagi Manusia Lemah, Sakramen Tobat Sakramen Pengurapan Orang Sakit* (Yogyakarta: Kanisius, 1990), 60-61.

1. Dimensi Teologis Pengampunan

Dalam teologi Kristiani pengampunan dilihat dan dialami sebagai hakekat Allah. Ia berkaitan dengan kasih Allah yang tak terbatas. Kaitan erat antara pengampunan dan kasih ditampakkan dalam perintah terbesar agama Kristiani untuk mengasihi Allah dan mengasihi sesama. Atas dasar itulah ada pernyataan yang bisa sangat mengejutkan bahwa “prosentase besarnya kasih terhadap sesama jumlahnya sebanding dengan besarnya kasih kepada Allah”. Maka jika seseorang mengaku mengasihi Allah sebaiknya ia menghitung seberapa banyak orang yang sungguh dikasihi dalam hidupnya. Banyaknya orang yang sungguh dikasihi itulah besarnya kasihnya kepada Allah. Sebagai contoh, jika seseorang mempunyai relasi manusiawi dengan sebanyak seratus orang, 20 orang sungguh dicintai, menolak 20 orang dan relasinya biasa-biasanya saja dengan 60 orang, maka harus disimpulkan bahwa cinta orang tersebut terhadap Tuhan sesungguhnya hanya 20 persen, sedangkan 20 persennya berupa penolakan dan 60 persen lainnya hanya bersifat superfisial.²

1.1 Hakekat Allah sebagai Maha Pengampun

Penulis rohani kenamaan Henry J.M. Nouwen melalui lukisan Rembrandt (1606-1669) memberi interpretasi yang mencerahkan atas perumpamaan tentang ayah dan dua orang anaknya dalam Injil Lukas Bab 15. Allah dalam lukisan Rembrandt digambarkan sebagai maha pengampun. Ia menerima kedua anaknya tanpa syarat. Kedua anak dalam perumpamaan dilukiskan oleh Rembrandt mengambil dua bentuk sikap yang sama-sama menjauh dari bapak. Anak bungsu menyia-nyiakan kasih sayang bapanya. Ia kehilangan martabatnya di tanah asing dan kembali bukan karena percaya pada belas kasih bapaknya tetapi karena kelaparan. Ia tidak menduga bahwa akan diterima kembali sebagai anak. Motivasi bertobat sering kali sulit dialami

2 Frans Jalics, *Contemplative Retreat* (Maitland, Florida: Xulon Press, 2003), 45-46. Dalam bagian ini Jalics memberi banyak contoh yang pada intinya mengungkapkan bahwa kecintaan atau kebencian seseorang terhadap sesamanya merupakan pula kecintaan dan kebencian pada Tuhan sendiri.

orang Kristiani karena Allah tetap dilihat sebagai hakim yang lalim seperti praduga anak bungsu yang kehilangan segalanya. Ia pergi sebagai anak tetapi kembali ke rumah dalam harapan ingin menjadi hamba bapaknya.

Nouwen pun menggambarkan si sulung sebagai dia yang juga hilang menjauh dari bapaknya sebagaimana terungkap dalam lukisan Rembrand. Si sulung digambarkan hadir saat kembalinya si bungsu, tetapi ia berdiri menyaksikan tanpa keterlibatan emosional. Wajahnya kaku dan tidak menampakkan kegembiraan. Sikap si sulung menggambarkan adanya jarak dalam relasi dengan bapaknya. Bagi Nouwen sikap tersebut menggambarkan betapa sikap keagamaan yang benar sering tidak membebaskan. Relasi dengan Allah sering dibatasi hanya dalam segi-segi formalitas hukum. Si sulung yang tinggal serumah dengan ayahnya tidak merasakan kebahagiaan. Ia merasa terasing dan tidak merasakan seruan ayahnya bahwa segala sesuatu dalam rumah ayahnya adalah juga miliknya. Sikap si sulung mewakili sikap hidup keagamaan yang hanya menekankan segi-segi formalitas hukum dan kering dalam menghayati kehangatan kasih. Si sulung ditampilkan sebagai dia yang menghakimi orang lain sama seperti perumpamaan dalam Lukas 18, 9-14. Dalam lukisan Rembrandt, anak sulung yang berdiri tanpa ekspresi seakan menghakimi anak bungsu. Di dekatnya ada hamba yang mengetuk dada, mewakili pemungut cukai, menyaksikan bapak yang menerima kembali anak bungsu dalam gerakan kasih dan pengampunan tanpa syarat.

Kesimpulan yang dikemukakan Nouwen adalah: Allah maha pengampun. Ia menerima kedua anaknya tanpa syarat. Ia berlari menemui si bungsu yang kembali. Tindakan yang sama dilakukan ketika si sulung kembali dari ladang dan tidak mau masuk ke rumah. Ia berlari menemui si sulung dan mengundangnya masuk ke rumah. Ayah yang maha pengasih menginginkan kedua puteranya duduk dalam kebahagiaan yang sama yakni duduk di meja perjamuan yang sama dengan ayahnya. Allah yang berbelas kasih dengan senang hati menerima para pendosa yang bertobat di rumahNya.³

3 Henri J.M. Nouwen, *Kembalinya Si Anak Hilang*, Terj. V. Indra Sanjaya, N. Sudaryono, I. Suharyo, (Yogyakarta: Kanisius, 1995), 35-69, 73,78-103, 107-139, 141-157.

Pengampunan dari pihak Allah merupakan bentuk komunikasi Allah dalam relasiNya dengan manusia. Sejak Perjanjian Lama Allah telah memperkenalkan diri sebagai “Allah penyayang dan pengasih, panjang sabar, berlimpah kasihNya dan setiaNya” (Kel. 34,6). Sampai pada “kepenuhan waktu” (Gal. 4,4) ia memperkenalkan diri untuk menegaskan kasihNya yang definitif kepada manusia melalui Yesus dari Nazareth. Dalam kata, tindakan dan seluruh hidupNya Yesus menyingkapkan pengampunan atau belas kasih Allah yang tak terbatas kepada manusia.⁴ Nama Allah adalah belas kasih sebagaimana diungkapkan Paus Fransiskus dalam karya lainnya yang terbit tahun ini.⁵

Yesus mengungkapkan hakekat Allah sebagai pengampun dan penuh belas kasih terutama dalam perumpamaan tentang seorang ayah dan dua anaknya (bdk., Luk. 15, 11-32) di atas. Ketika ditanya oleh Petrus tentang berapa kali seorang harus mengampuni, Yesus pun memberi jawaban bahwa tidak hanya tujuh kali tetapi tujuh puluh kali tujuh kali, yakni tanpa batas (bdk., Mat 18,12). Begitu pula dalam perumpamaan tentang pengampunan, hamba yang tidak mengampuni temannya padahal ia diampuni tuannya dihukum. Perumpamaan itu ditutup dengan pernyataan Yesus, “BapaKu yang di sorga akan berbuat juga kepada kamu, apabila kamu masing-masing tidak mengampuni saudaramu dengan segenap hatimu” (Mat. 18,35).⁶

Allah yang pengampun menampakkan keagungan belas kasihNya melalui Yesus. Yesus menjadi model yang mengundang manusia beriman untuk menjadi seperti Bapa. Yesus adalah anak bungsu yang tidak pernah memberontak. Dia juga adalah anak sulung yang tak pernah punya rasa iri. Jalan menuju keserupaan dengan Bapa dalam kemurahan hati dan kasih tanpa syarat adalah duka cita dalam doa dihadapan kejahatan, pengampunan tanpa batas dan kemurahan hati dengan memberikan segalanya menjadi milik bersama seperti ditampakkan Bapa.⁷

4 Bdk., Paus Fransiskus, dalam *Bulla Misericordiae Vultus* (MV), 1.

5 Lihat, Pope Francis, *The Name of God is Mercy* (New York: Random House, 2016).

6 Melalui berbagai perumpamaan lain, Paus Fransiskus menegaskan identitas Allah sejauh diajarkan dan dihidupi Yesus adalah belas kasih dan pengampunan. Lihat, MV, 9.

7 Henri J.M. Nouwen, *Kembalinya Si Anak Hilang*, 151-153.

1.2 Hilangnya Rasa Berdosa

Secara teologis-spiritual “dosa” merupakan ungkapan terputusnya relasi manusia dengan Allah. Sama seperti hubungan antarmanusiawi diputuskan oleh kekerasan, ketidakadilan, paksaan dan berbagai tindakan lain yang merusak dan melukai secara rohani dan jasmani, “dosa” merupakan bahasa teologis yang merangkum terputusnya komunikasi manusia dengan Allah. Dosa dalam Ajaran Gereja Katolik dirumuskan sebagai: perkataan, tindakan atau keinginan yang bertentangan dengan Hukum Abadi. Ia merupakan penghinaan terhadap Allah dalam ketidaktaatan kepada cintaNya. Ia melukai kodrat dan solidaritas manusia. Kristus mengungkapkan betapa seriusnya dosa dan mengatasinya dengan kerahimanNya.⁸

Seperti terungkap dalam definisi dosa di atas, teologi Kristiani melihat dosa sebagai penghinaan terhadap Allah, namun dampaknya merusak kodrat manusia sendiri dan mempunyai akibat terpisahnya relasi manusia dengan Allah. Pengampunan dosa merupakan tindakan khas Allah tetapi ia mengandaikan keterlibatan manusia. Pengampunan dosa melibatkan di satu pihak kehendak dan kasih Allah yang selalu siap menerima manusia kembali kepadaNya dan di pihak lain melibatkan keterbukaan hati manusia untuk dituntun kembali kepada Allah.

Dalam perspektif teologis, pengampunan selalu terkait dengan rekonsiliasi. Allah menghendaki dan mengambil inisiatif agar relasi dengan diriNya dipulihkan kembali. Namun sebagaimana telah dipaparkan di atas, pengampunan Allah mengandaikan keterlibatan manusia. Pengampunan yang berlanjut pada rekonsiliasi tidak dapat merupakan suatu tindakan sepihak dari Allah. Jika hanya sepihak maka pengampunan dan rekonsiliasi menjadi suatu paksaan dari pihak Allah. Di sinilah terdapat krisis sekaligus tantangan terhadap masa depan relasi manusia dan Allah dalam setiap tindakan dosa.

Kembali Henri J.M. Nouwen memberikan inspirasi untuk memahami mengapa manusia modern sering sulit menerima ajaran Gereja tentang pengampunan. Nouwen dengan meminjam pemikiran psikologi sejarah dari

8 Konferensi Wali Gereja Indonesia, *Kompedium Katekismus Gereja Katolik* (Yogyakarta: Kanisius, 2009), 135.

Robert Jay Lifton menggambarkan kondisi rentannya manusia modern yang disebutnya “manusia nuklir” untuk menerima hal-hal yang tradisional dari ajaran iman.

Manusia nuklir seperti dipaparkan Nouwen tidak diukur berdasarkan usia kehidupan antara yang tua sebagai pra-nuklir dan yang muda sebagai manusia nuklir. Ia lebih ditentukan oleh kesadaran diri dan gaya hidup. Kondisi manusia nuklir ditandai oleh tiga ciri yang khas yakni adanya: dislokasi historis, frantumasi ideologis dan pencarian akan imortalitas.⁹

Dislokasi historis adalah situasi manusia nuklir yang tidak merasakan adanya keterkaitan antara masa lampau, masa kini dan masa depan. Ia terbenam dalam masa kini. Di sana ada keterputusan dengan simbol-simbol yang menghidupkan dan melanggengkan suatu tradisi budaya, yakni simbol-simbol pokok sekitar kehidupan keluarga, sistem ideologis dan terutama simbol-simbol keagamaan. Ajaran Gereja secara tradisional mengandaikan adanya kontinuitas. Namun kesadaran manusia nuklir yang terputus dan kehilangan kesinambungan sejarah menjadikan ajaran-ajaran kristiani termasuk soal pengampunan menjadi kehilangan relevansi.

Frantumasi ideologis ditandai oleh adanya pemahaman yang terpotong-potong dan bervariasi dari ide-ide maupun kebenaran. Manusia nuklir tidak hanya memegang satu ideologi. Gaya hidupnya ditentukan oleh cepat terjadinya perubahan dalam sistem nilai yang dianutnya. Manusia nuklir mempunyai fleksibilitas yang tinggi, mempunyai keterbukaan namun menghayati dari saat ke saat apa yang dirasakan yang terbaik untuk dirinya. Semuanya bersifat sementara untuk saat ini. Kesulitan manusia nuklir menerima warta kristiani, termasuk pengampunan mungkin berkaitan dengan penghayatan kristianitas hanya sebagai salah satu ideologi. Jika Kristianisme dipahami sekedar hanya sebuah ideologi, maka manusia nuklir akan sulit menghayatinya sebagai satu-satunya jalan kehidupan.

Akhirnya kondisi ketiga yang menandai hidup manusia nuklir berkaitan pencariannya akan imortalitas yang baru. Bagi manusia nuklir bentuk-bentuk

9 Henri J.M. Nouwen, *Il Guaritore Ferito, Il ministero nella società contemporanea*, edisi 10 (Brescia: Editrice Queriniana, 2014), 13.

imortalitas tradisional telah kehilangan daya pengikatnya. Ia mencari bentuk-bentuk keabadian yang baru. Bentuk-bentuk keabadian tradisional yang diwarisi dari agama-agama kehilangan daya konektivitasnya. Simbol-simbol seperti: neraka, api penyucian, surga, dan kerajaan Allah tidak lagi berbicara bagi generasi nuklir tersebut. Dalam kondisi yang demikian pengampunan pun menjadi warisan dari masa lampau yang kurang relevan.¹⁰

Dalam dialektika antara dosa dan pengampunan menjadi jelas bahwa dari pihak Allah ada keterbukaan tanpa batas untuk mengampuni, namun dari pihak manusia ada kondisi-kondisi yang menghalanginya untuk menerima pengampunan. Kondisi seperti diwakili oleh gambaran tentang manusia nuklir di atas menampakkan adanya kehilangan rasa berdosa. Pengampunan menjadi tidak menyentuh dan tidak menjadi pegangan hidup. Perlu dicari jalan-jalan menuju pengampunan sejati.

2. Dimensi Manusiawi Pengampunan

Banyak orang menyadari bahwa pengampunan merupakan sebuah kebutuhan mendasar. Maka ada upaya misalnya, untuk menyembuhkan perasaan-perasaan seperti terluka atau terhina oleh kejadian-kejadian yang menyerang harga diri dan martabat diri seseorang. Tetapi dalam kenyataan, semakin orang berusaha untuk mengampuni, semakin terasa bahwa usaha-usaha itu sering tidak membawa hasil. Kegagalan dalam usaha mengampuni hanya menyisakan perasaan takut, rasa bersalah dan kemarahan. Studi filsafat, teologi dan berbagai pembinaan pribadi sering baru menjadi awal petualangan menuju jalan pengampunan.¹¹

Keinginan agar mampu mengampuni ternyata tidak mudah dicapai. Semua orang setuju bahwa pengampunan sangat indah, tetapi banyak orang tidak mengerti bagaimana jalan menuju ke sana. Ada kesan bahwa pengampunan bagaikan usaha menggapai bintang. Semakin berjalan

10 Ketiga kondisi manusia nuklir dapat ditemukan lebih rinci dalam Henri J.M. Nouwen, *II Guaritore Ferito*, 11-20.

11 John Monbourquette, *How to Forgive, A Step-by-Step Guide* (Makati City: St Pauls, 2003), 15.

mendekat, ia terasa tetap jauh. Rasa frustrasi karena tidak mampu mengampuni bertambah berat dan menjadi beban ketika orang disodorkan teladan hidup tokoh-tokoh yang memberikan rasa kagum seperti Yohanes Paulus II yang mampu mengampuni orang yang berusaha membunuhnya. Teladan tokoh besar seperti Gandhi yang mengajarkan jalan tanpa kekerasan (non violence) dan dari Yesus sendiri yang mengajarkan pengampunan melalui sikapNya di salib ketika mengampuni orang-orang yang menyalibkan Dia, bisa menjadikan orang merasa makin tidak berdaya dalam mengampuni. Teladan tokoh-tokoh rohani itu dirasakan terlalu tinggi dan sulit diikuti.

Diperlukan usaha untuk memahami dinamika yang terjadi dalam diri manusia dalam proses pengampunan. Pemahaman atas dinamika tersebut dapat membantu mengatasi perasaan tidak berdaya dalam proses belajar mengampuni. Perlu dihindari konsep dan faham-faham yang salah tentang pengampunan agar proses pengampunan mendapat dasar dan pengampunan sejati dapat terjadi.

2.1 Faham Pengampunan

Pengampunan mempunyai tempat dan peran yang penting dalam banyak tradisi keagamaan, secara khusus dalam Kristianitas. Namun ia sering disalahartikan. Beberapa kenyataan psiko-religius sering digambarkan sebagai pengampunan dan ada kecenderungan menggunakan pengampunan secara tidak tepat untuk mengungkapkan kenyataan yang sebenarnya bukan pengampunan. Maka, sebelum seseorang mengampuni ia perlu memiliki faham yang tepat tentang apa sebetulnya yang dimaksudkan dengan pengampunan.

Pertama, pengampunan tidak sama dengan melupakan. Sering orang mengatakan, “saya tidak dapat mengampuni karena saya tidak bisa melupakan apa yang diperbuatnya kepadaku.” Pernyataan tersebut secara jelas mengandaikan bahwa pengampunan adalah melupakan. Faham pengampunan yang demikian tidak tepat karena jika demikian menjadi tidak jelas apa atau siapa yang akan diampuni. Jika pengampunan berarti melupakan maka mereka yang mempunyai ingatan yang baik akan sangat sulit untuk mengampuni. Padahal perjalanan menuju proses pengampunan

menuntut di satu pihak ingatan yang baik dan di pihak lain kesadaran tentang peristiwa yang dialami. Hanya dengan demikian perubahan hati secara radikal dalam pengampunan menjadi mungkin.

Kedua, pengampunan tidak sama dengan penyangkalan. Jika mengalami disakiti atau dihina dalam suatu pelanggaran atas harga dirinya, orang terdorong secara instingtif untuk membela diri. Mekanisme pembelaan diri itu muncul dalam bentuk penyangkalan atas peristiwa menyakitkan tersebut. Jika demikian perasaan diredakan secara terpaksa dan emosi-emosi negatif dibekukan. Dalam kasus yang demikian proses pengampunan sulit terjadi karena orang yang menjadi korban menolak mengakui peristiwa yang melahirkan penderitaan. Fahaman yang tepat tentang pengampunan jelas menghargai perasaan dan tidak menggunakan alasan-alasan rohani untuk mengingkari peristiwa-peristiwa pahit yang dialami.

Ketiga, pengampunan lebih dari sekedar kekuatan kehendak dan tidak dapat diperintahkan. Jika orang tua atau guru di sekolah memaksa misalnya dua orang anak yang sedang bertengkar sengit dengan memaksa mereka untuk berdamai maka pengampunan direduksi menjadi sekedar kemampuan kehendak untuk membenahi konflik secara instan. Pengampunan direduksi menjadi sekedar kekuatan kehendak dan bukan merupakan kulminasi dari proses yang mengakui emosi-emosi negatif dan mengolahnya menjadi pengalaman yang membebaskan. Ia menyakut mobilisasi semua indra manusia menyangkut hati, inteligensi maupun imajinasi dan keputusan bebas manusia. Maka pengampunan pun tidak dapat dikecilkan maknanya sekedar sebagai praktek rohani dan kewajiban moral. Jika hal itu dilakukan maka pengampunan kehilangan karakternya yang bebas dan spontan.

Keempat, pengampunan tidak sama dengan kembali ke situasi semula. Ada orang yang menyangka bahwa pengampunan berarti kembali ke titik awal yang sama seperti sebelum terjadi pengalaman sakit atau dikecewakan dan dikhianati. “Saya tidak dapat mengampuni dia dan tidak dapat menjadi temannya lagi seperti dulu,” merupakan pernyataan yang muncul dari fahaman yang demikian. Sering pengampunan dicampurbaurkan dengan rekonsiliasi sehingga pengampunan diartikan sebagai pemulihan kembali keadaan seperti sebelum sebuah peristiwa terjadi. Dalam lingkup relasi kekeluargaan dan

hidup bersama, rekonsiliasi bisa menjadi hasil dari pengampunan. Namun keduanya dapat berdiri sendiri. Kita dapat mengampuni seseorang yang tidak ada, entah karena telah meninggal atau karena tidak dikenal, misalnya pembunuh yang tak terungkap identitasnya. Dalam kasus yang demikian tidak mungkin pengampunan dilanjutkan dengan rekonsiliasi. Menjadi suatu kesalahan jika pemberian pengampunan berarti relasi dapat kembali normal seperti semula, seakan tidak terjadi sesuatu.

Kelima, pengampunan tidak berarti membiarkan hak-hak seseorang diingkari. Pengampunan tidak sama dengan membiarkan keadilan ditelantarkan dan hak-hak pribadi dilanggar. Keadilan berkaitan dengan membangun kembali hak-hak korban yang terluka berpangkal pada alasan-alasan obyektif sedangkan pengampunan terutama berkaitan dengan kehendak bebas yang diungkapkan secara bebas. Pengampunan yang mengabaikan keadilan akan berubah menjadi sebuah toleransi yang semu dan salah. Ia rawan mendorong abuser (misalnya pelaku kekerasan) untuk mengulang kembali tindakannya.

Keenam, pengampunan tidak sama dengan membenarkan kejahatan pelaku. “Saya memaafkan dia karena apa yang dilakukannya bukanlah kesalahannya,” merupakan bentuk lain dari faham yang salah tentang pengampunan. Ia muncul dari sikap mengalihkan tanggung jawab moral dari pelaku. Umumnya diberikan alasan untuk membenarkan tindakan pelaku dengan merujuk pada soal warisan keturunan, pendidikan atau kebudayaan yang melingkupi pelaku. Namun jika demikian maka tidak akan ada orang yang bertanggung jawab atas tindakannya karena tidak seorang pun yang dapat sungguh bebas dari pengaruh lingkungannya. Mencari alasan untuk membenarkan bahwa pelaku tidak bertanggung jawab atas perbuatannya merupakan cara mudah menghindarkan diri dari rasa sakit akibat tindakan yang diderita.

Ketujuh, pengampunan tidak sama dengan memperlihatkan keunggulan moral seseorang. Pengampunan dapat dihayati seakan sebuah keunggulan moral, padahal pada dasarnya menjadi sarana untuk menyembunyikan penghinaan yang diderita. Pemberi maaf menempatkan diri sebagai korban yang murah hati untuk mengatasi perasaan malu dan penolakan yang

dideritanya. Pengampunan yang sejati lahir dari kerendahan hati dan keterbukaan yang membuka jalan bagi rekonsiliasi. Faham yang salah tentang pengampunan justru melanggengkan relasi pelaku kejahatan dan korbannya (baca: dominator-dominated relationship). Pengampunan sejati bukanlah suatu manifestasi keunggulan moral, tetapi lebih merupakan tindakan yang lahir dari kekuatan batin. Ia lahir dari kekuatan batin untuk mengenal dan menerima kerapuhan diri dan bukan suatu bentuk kamuflase untuk menampakkan kemurahan hati yang artifisial.

Akhirnya, kedelapan, pengampunan tidak sama dengan menyerahkan semuanya kepada Tuhan. “Hanya Tuhan saja dapat mengampuni,” merupakan pernyataan yang nampaknya muncul dari kedalaman iman. Namun ia menjadi alasan bagi banyak orang untuk melemparkan seluruh tanggung jawab atas hidupnya pada Tuhan. Manusia seakan tidak mendapat tempat dalam proses pengampunan. Padahal dalam kenyataannya baik pengampunan maupun dalam tindakan manusia pada umumnya Tuhan tidak pernah mengambil alih apa yang harus dilakukan oleh manusia bersandar kebebasan yang dimilikinya. Di sini dikaburkan kenyataan bahwa pengampunan dapat terjadi jika ada keterlibatan manusia maupun keterlibatan Allah sendiri. Rahmat Allah diperlukan manusia namun tindakan mengampuni tak dapat terjadi tanpa keterlibatan manusia di dalamnya.¹²

2.2 Pengampunan sebagai Hadiah

Faham-faham yang kurang tepat tentang pengampunan memberikan kontribusi tidak kecil terhadap kesanggupan manusia untuk mengampuni. Perlu diusahakan penjernihan faham-faham yang salah. Pengampunan dapat dilakukan tanpa harus mengaitkannya dengan membenarkan tindakan pelaku atau berusaha merestorasi hubungan dengan pihak yang melakukan kesalahan.¹³

12 Ide-ide dasar tentang faham-faham pengampunan yang dipaparkan dalam bagian ini dapat dicermati lebih lanjut dalam John Monbourquette, *How to Forgive*, 31-42.

13 Lihat, “Professor’s Research on Forgiveness ‘Can Change the World’” dalam *Mind & Spirit* (June 30, 2016), <http://mindspirit.com/forfessors-research-forgiveness-can-cange-world-say-editors-mental-health-journal/>, Dikutip tanggal 6 Agustus 2016.

Salah satu dari faham yang telah disebutkan di atas adalah kekeliruan untuk membedakan antara pengampunan dan rekonsiliasi. Kekaburan itu menjadikan pengampunan dialami sebagai tindakan manusiawi yang sangat sulit dilakukan. Namun dalam hakekatnya yang terdalam, pengampunan terbedakan dari rekonsiliasi. Ia merupakan hadiah atau pemberian gratis dari “korban” atau pihak yang menderita kepada pelaku atau pihak yang diampuni.

Pengampunan dari aspek manusiawi merupakan sebuah perubahan yang menyentuh perasaan pribadi manusia yang sebenarnya merupakan perpanjangan rahmat belaskasih kepada pihak yang bersalah tanpa mengharapkan adanya balasan dari yang bersangkutan. Dalam perubahan emotif ini pihak yang memberi ampun membebaskan pihak yang diampuni dari segala tanggung jawab memberi silih atas segala kesalahan yang telah dilakukan pihak yang bersalah. Pengampunan dengan demikian bersifat intrapersoal (terjadi dalam diri yang bersangkutan) dan bukan interpersonal (berkaitan dengan relasi antar pribadi). Maka pengampunan bisa dilakukan terhadap orang yang telah meninggal atau terhadap seseorang yang tidak lagi berkontak dengan pemberi ampun.¹⁴

Dari perspektif manusiawi pengampunan menjadi daya yang dapat dilakukan manusia sebagai manusia. Berbagai penelitian memperlihatkan bahwa tindakan pengampunan tidak hanya bernilai dalam tataran rohani, tetapi juga sangat berpengaruh secara medis. Banyak orang yang mengampuni, secara fisik mengalami adanya penurunan tingkat kecemasan, berkurangnya stress, sikap permusuhan, menurunnya tekanan darah dan secara keseluruhan mengalami perbaikan dalam sistem kekebalan tubuh.¹⁵

Sebaliknya rekonsiliasi berkaitan dengan relasi interpersonal dan bersifat lebih kompleks dibandingkan pengampunan. Ia menyangkut memulihkan kepercayaan dalam sebuah relasi yang telah dirusak oleh ketidakpercayaan. Restorasi inilah yang menjadikan tindakan rekonsiliasi

14 William Mckenna, “One to Forgive, Two to Reconcile” *Mind & Spirit* (August 3, 2016). <http://mindspirit.com/one-forgive-two-reconcile/>. Dikutip tanggal 6 Agustus 2016.

15 *Ibid*.

menjadi sulit. Ia memerlukan waktu, kerja keras dan rahmat Tuhan untuk mewujudkannya. Rekonsiliasi diperoleh pihak yang bersalah melalui perubahan sikap sedangkan pengampunan diperoleh sebagai hadiah dari pihak yang mengampuni.

Pembedaan antara pengampunan dan rekonsiliasi menjadi penting. Kedua ungkapan mempunyai pengaruh yang besar terhadap kehidupan sehari-hari. Pengampunan merupakan sebuah perubahan emotif yang terjadi dalam diri (intrapersonal) dan diberikan kepada pihak yang bersalah sebagai hadiah kendati ia tidak layak mendapatkannya. Pengampunan dapat dilakukan dan dituntut dalam segala sesuatu. Sedangkan rekonsiliasi bersifat interpersonal dan karena itu ditentukan oleh kemampuan kedua belah pihak untuk mengubah sikap dan sering kali tidak dapat dilakukan dalam semua situasi yang dihadapi.

3. Jalan-jalan Pengampunan

Seperti terungkap dalam banyak perumpamaan dan ajaran-ajaran Yesus dalam Kitab Suci (bdk., Mat. 18, 21-35) pengampunan adalah tindakan khas Allah, namun pada saat yang sama ia pun sebuah tindakan manusia. Manusia dipanggil menerima pengampunan dan juga untuk mengampuni. Yesus bahkan menegaskan bahwa siapa yang tidak mengampuni sesamanya akan diperlakukan secara setimpal/sama seperti perlakuannya terhadap sesamanya (bdk., Mat. 18, 35). Kaitan antara pengampunan oleh Allah dan pengampunan manusia terhadap sesama memberi arah dalam menentukan jalan-jalan yang bisa ditempuh agar pengampunan oleh Allah dapat terjadi dan pengampunan manusia pun bisa terwujud.

3.1 Pedagogi Manusiawi

Pedagogi manusiawi dimaksudkan adanya upaya-upaya untuk mengampuni dan diampuni melalui pelibatan dan penghargaan pengalaman manusia. Setiap tindakan yang menyakitkan mempunyai pengaruh yang menyentuh berbagai aspek kehidupan manusia. Jalan untuk mendapat penyembuhan dan akhirnya mengampuni memerlukan proses dan

perjuangan melalui tahap-tahap yang menyentuh berbagai dimensi manusiawi tersebut.

Lewis B. Smedes, misalnya dalam paparan tentang proses memaafkan menyodorkan adanya empat tahap yang perlu dilalui oleh seseorang yang merasa disakiti, dikecewakan atau dihina dan menderita secara tidak adil. Tahap-tahap itu adalah: merasa disakiti, merasa benci, penyembuhan dan rujuk kembali.¹⁶ Tahapan-tahapan yang merupakan mekanisme dalam diri manusia itu perlu dipelajari agar pengampunan dan penyembuhan dari rasa tersakiti dapat terjadi.

Sumbangan penting dalam mengenal jalan menuju pengampunan sejati diberikan Monbourquette dalam 12 langkah yang digariskannya. Pertama, orang yang merasa disakiti perlu memutuskan untuk tidak membalas dendam. Hal itu tidak berlawanan dengan usaha orang bersangkutan untuk mencari keadilan dan mengakhiri tindakan-tindakan yang salah dan menyakitkan.

Kedua, mengakui rasa sakit dan ketidakberdayaan dalam batin orang yang disakiti. Pengampunan tidak dapat terjadi dengan mengingkari rasa sakit yang tertanam dalam batin. Orang yang berjalan menuju pengampunan perlu mengatasi mekanisme pembelaan diri untuk menyembunyikan rasa sakit dan resistensi kognitif dengan berusaha melupakan apa yang terjadi serta resistensi emosional melawan rasa malu dan marah.

Ketiga, membagikan perasaan terluka dengan orang lain. Beban dalam perasan menjadi ringan ketika dibagikan. Pandangan obyektif orang lain menjernihkan pikiran dan penerimaan tanpa syarat dari orang yang mendengarkan akan membawa ketenangan batin. Membagikan rasa sakit dengan pihak yang menyakiti, jika memungkinkan, dapat menjadi jalan menyembuhkan rasa sakit yang diderita.

Keempat, mengenal bentuk kerugian dan kehilangan yang diderita menjadi penting karena ia menjadi alasan untuk memberikan pengampunan.

16 Smedes menggambarkan proses atau tahapan pengampunan itu berpuncak pada rekonsiliasi, terutama dalam lingkup kekeluargaan dan orang-orang dekat yang saling menyakiti. Smedes tidak memberikan langkah-langkah konkret untuk mencapai pengampunan. Tahap-tahap yang dirujuknya merupakan suatu orientasi dasar dan bersifat umum. Lihat, Lewis B. Smedes, *Memaafkan, Kekuatan Yang Membebaskan* (Yogyakarta: Kanisius, 1991), 19-79.

Manusia sering menderita oleh interpretasinya sendiri atas peristiwa yang terjadi. Menghentikan penghakiman diri dan melihat sesuatu yang sering muncul dari masa lalu. Dari sana muncul kemungkinan untuk penyembuhan dan pengampunan.

Kelima, menerima perasaan marah dan keinginan untuk membalas dendam. Kemarahan memberi daya dorong untuk menjadi otentik dan bisa menolong mencintai tetapi kemarahan yang dipendam dapat dilampiaskan pada obyek yang salah.

Keenam, orang yang terluka perlu mengampuni diri sendiri karena membenci diri sendiri merupakan hambatan memberi pengampunan. Di sana ada juga proses menerima keterbatasan diri sendiri. Penghinaan yang pernah diderita bisa menjadi sumber rendah diri dan penghakiman atas diri sendiri. Ia diperlu dihadapi agar diri terbebas untuk mempunyai tempat bagi pengampunan.

Ketujuh, memahami orang/pihak yang bersalah. Tahap ini tidak memaksudkan membenarkan tindakan orang yang bersalah, tetapi lebih merupakan usaha melihat pelaku kesalahan dari berbagai segi dan motivasi yang mendorong orang itu melakukan kesalahan. Segi-segi yang tersembunyi dari pelaku terungkap dan umumnya sering apa yang kita kecam pada orang lain sebenarnya adalah bagian dari diri kita yang tidak mau kita akui.

Kedelapan, memberi makna akan rasa sakit atau penghinaan yang diterima. Tahap-tahap sebelumnya memberikan landasan psikologis untuk berjalan melampaui rasa sakit dan penghinaan dengan memberikan makna positif pada peristiwa yang dialami. Banyak orang akhirnya menemukan langkah baru dalam hidupnya dan lebih mengenal diri setelah suatu kejadian yang menyakitkan.

Kesembilan, menyadari diri bahwa layak memberi pengampunan dan di masa lampau pun telah mengalami diampuni. Tahap ini menyentuh di satu pihak peran manusia dalam pengampunan dan di pihak lain rahmat Tuhan yang telah membantu dalam pengampunan. Pengampunan hanya diberikan ketika orang mengalami pula bahwa pernah banyak kali diampuni di masa lampau. Orang yang tidak mencintai diri sendiri dan tidak memaafkan diri sendiri tidak dapat pula mencintai atau mengampuni pula orang lain.

Kesepuluh, berhentilah berusaha keras untuk mengampuni. Semakin maju dalam proses pengampunan semakin terasa bahwa usaha mengampuni hanya dengan kekuatan kehendak justru akan merugikan diri sendiri. Ia akan menjadi usaha yang berpusat hanya pada diri sendiri. Dengan mengampuni orang melepaskan pemusatan pada dirinya dan ia membiarkan diri menjadi bagian dari tindakan rahmat Allah. Ia membuka diri dan tidak mengetahui bagaimana, kapan atau di mana rahmat pengampunan itu akan terjadi.

Kesebelas, terbuka terhadap rahmat pengampunan. Dalam teori sangat mudah orang percaya bahwa Allah adalah kasih, tetapi dalam kenyataan hal itu sulit dihayati. Sering orang mempunyai gambaran tentang Allah yang menjadi penghukum dan faham tersebut menjadi penghalang memberikan pengampunan. Pengampunan pun bukanlah tindakan yang tergantung pada kehendak manusiawi semata. Allah mengambil inisiatif memberi rahmat pengampunan tetapi tidak dapat memaksa manusia untuk menerimanya.

Keduabelas, keputusan untuk mengakhiri atau membarui relasi. Langkah terakhir setelah terjadi pengampunan terhadap orang yang menyebabkan penderitaan, penghinaan atau perasaan sakit adalah keputusan apakah melanjutkan atau mengakhiri relasi. Seperti telah disinggung di atas, pengampunan tidak perlu dicampurbaurkan dengan rekonsiliasi. Ada syarat-syarat untuk rekonsiliasi dan pengampunan sendiri tidak dapat memecahkan semua masalah berkaitan relasi antarmanusia.¹⁷

3.2 Pedagogi Spiritual

Pengampunan dan kesulitan mengampuni hanya dapat dijumpai dengan adanya pedagogi rohani/spiritual. Pedagogi rohani adalah suatu bentuk seni mendidik yang terarah pada usaha-usaha menjalani kesucian hidup

¹⁷ Berkaitan dengan terbatasnya ruang untuk menggambarkan secara rinci setiap tahap dalam proses pengampunan maka latihan-latihan yang harus dilakukan di setiap tahap tidak dapat diuraikan lebih lanjut. Informasi sangat lengkap dapat dilihat lebih lanjut dalam John Monbourquette, *How to Forgive*, 73-190.

sebagai panggilan Kristiani. Ia meliputi pembinaan rohani, pembedaan Roh, pendampingan rohani dan pembinaan kelompok-kelompok rohani. Bentuk pendidikan ini tidak hanya terarah pada anak-anak tetapi juga kepada semua orang Kristiani.¹⁸

Paus Yohanes Paulus II dalam *Novo Millennio Ineunte*, menegaskan bahwa perjalanan menuju kesucian merupakan sebuah proses personal. Ia memerlukan sebuah pedagogi kekudusan yang mampu mengadaptasikan diri dengan perkembangan masing-masing pribadi.¹⁹ Pengampunan pun menjadi suatu proses pembelajaran yang perlu disesuaikan dengan keadaan masing-masing pribadi yang mengalami disakiti, dikecewakan dan dihina. Dalam proses itu haruslah tetap disadari bahwa pendidik sejati yang mendampingi pribadi-pribadi menuju pengampunan dan kesucian hidup adalah Roh Kudus sendiri.

Pengalaman para kudus pun memperlihatkan bahwa kendati Allah diyakini maha pengampun, manusia sering sulit bertobat. St. Teresa Avila sangat yakin akan kasih Allah yang tak terbatas. Karena itu ia mendoakan penjahat yang tidak bertobat. Sama halnya St. Gemma Galgani mengajak semua pendosa masuk dalam hati Yesus sendiri yang adalah kasih. Pedagogi kekudusan yang menyangkut pengampunan dan membiarkan diri diampuni mengandaikan rahmat dan doa seperti diteladankan para kudus itu.²⁰

Nouwen menunjukkan adanya dua jalan Kristiani yang secara spiritual dapat membebaskan manusia nuklir untuk menemukan kembali dimensi-dimensi kemanusiaan yang hilang. Hilangnya rasa bersalah dan usangnya ajaran tentang pengampunan dapat ditemukan kembali melalui jalan mistik dan jalan revolusioner. Keduanya saling melengkapi dalam spiritualitas Kristiani.

Jalan mistik adalah perjalanan batin manusia untuk berjumpa dengan kekuatan yang melampaui dirinya sendiri yakni Allah. Melalui kehadiran di

18 Luis Jorge González, *Stimolazione Spirituale, Tecniche e risorse di spiritualità pastorale* (Roma: Edizioni OCD, 2004), 23.

19 Giovanni Paolo II, *Novo Millennio Ineunte* (2001), 31.

20 François Marie Léthel, "La teologia dei santi. I santi come teologi," dalam *Alpha Omega* (2005/1), 89-95.

hadirat yang ilahi manusia menemukan kembali kesinambungan dalam sejarah dan tempatnya dalam sejarah. Di sana tumbuh bela rasa karena dalam dirinya menemukan kesamaan dan kesatuan dengan manusia lain di planet yang sama.

Sedangkan jalan revolusioner merupakan bentuk pemberontakan yang muncul dalam diri manusia nuklir untuk tidak mengandalkan segala sesuatu hanya pada perkembangan ilmu dan teknologi yang bisa menghancurkan dirinya sendiri. Ia merupakan bentuk usaha memutarbalikkan secara total dan radikal segala tatanan yang ada agar terjadi perubahan arah perkembangan dunia sehingga dihidari berakhirnya masa depan.

Kedua jalan saling berkaitan. Hidup Yesus sendiri merupakan integrasi antara jalan mistik dan revolusioner. Pertobatan batin tidak lain adalah bentuk hidup yang revolusioner. Sebaliknya seorang revolusioner pun akan ditantang untuk masuk dalam kehidupan batin untuk menelanjangi kebohongan-kebohongan dalam masyarakat manusiawi. Baik seorang mistikus maupun seorang revolusioner memaknai hidup sebagai suatu proses menembusi selubung yang menutupi eksistensi manusia. Keduanya dipanggil untuk menemukan kehadiran Allah dan menimba kekuatan dariNya. Jalan mistik dan revolusi, perubahan dan pertobatan batin merupakan satu jalan yang sama dalam pencarian pengalaman transendensi.²¹

Pengampunan menjadi salah satu manifestasi dari bentuk kesatuan itu. Ia mengandaikan di satu pihak pertobatan yang mengandaikan keberanian dan kemerdekaan dari pihak manusia. Di pihak lain ia merupakan puluh rambat Allah. Allah melibatkan diri sedemikian rupa sehingga dalam kemerdekaannya, manusia bisa memberikan jawaban berupa ketaatan iman untuk menerima kasih dan pengampunanNya.²²

Penutup

Pengampunan dan dosa seperti telah dipaparkan melibatkan relasi

21 Henri J.M. Nouwen, *Il Guaritore Ferito*, 20-25.

22 Bdk., Tom Jacobs (ed.), *Rahmat Bagi Manusia Lemah*, 48-49.

manusia-Allah. Ia melibatkan di satu pihak Allah yang Maha Pengampun namun di pihak lain melibatkan manusia yang mempunyai kemerdekaan untuk menanggapi tawaran Allah. Di sana ada kerja sama dua kebebasan yang berhadapan.

Tanggapan manusia sering dikendalikan dan ditentukan mekanisme atau dinamika manusiawi. Ada peran penting manusia dalam menerima pengampunan. Ada banyak faham tentang pengampunan yang salah dan karena itu perlu dijernihkan sebelum manusia mampu mengampuni dan pada gilirannya memberi pengampunan melalui suatu proses pembelajaran atau pedagogi manusiawi.

Faham teologis tentang Allah yang Maha Pengampun selalu hidup dalam Gereja. Karya ini telah menegaskan bahwa ada kendala yang menjauhkan manusia nuklir untuk menerima ajaran tentang pengampunan. Namun ia dapat dibantu keluar dari kelompok rohaninya melalui jalan mistik dan jalan revolusioner seperti ditemukan dalam hidup Yesus. Diperlukan pedagogi rohani yang dapat membantu manusia menemukan kembali sumber kehidupan rohaninya yakni Allah sendiri.

Studi ini tidak menyentuh bidang lain yang sangat praktis yakni bantuan-bantuan psikologis yang dapat menyembuhkan manusia untuk disembuhkan secara jasmani dan rohani.²³ Dosa dan pengampunan menyentuh relasi manusia dan Allah dan pada gilirannya menyentuh juga relasi antarmanusia. Pengampunan dari perspektif teologis merupakan tindakan Allah memulihkan relasi yang terputus oleh dosa. Sedangkan pengampunan dalam perspektif relasi antarmanusia tidak selalu berakhir dengan rekonsiliasi, namun ia dapat diberikan sebagai hadiah melalui proses-proses yang melibatkan pembelajaran manusia untuk mengampuni.

23 Melalui doa orang dapat menemukan kesembuhan emosional, kesembuhan batin dan kesembuhan rohani. Lihat, Luis Jorge González, *Pregare per Guarire, Modalità semplici avallate dalla medicina*, edisi 2 (Roma: Edizioni OCD, 2010), 87-122.

DAFTAR PUSTAKA

- Giovanni Paolo II, *Novo Millennio Ineunte* (2001).
- González, Luis Jorge. *Stimolazione Spirituale, Tecniche e risorse di spiritualità pastorale*. Roma: Edizioni OCD, 2004.
- . *Pregare per Guarire, Modalità semplici avallate dalla medicina*. Edisi 2. Roma: Edizioni OCD, 2010.
- Jacobs, Tom. (ed.). *Rahmat Bagi Manusia Lemah, Sakramen Tobat Sakramen Pengurapan Orang Sakit*. Yogyakarta: Kanisius, 1990.
- Jalics, Frans. *Contemplative Retreat*. Maitland, Florida: Xulon Press, 2003.
- Konferensi Wali Gereja Indonesia. *Kompendium Katekismus Gereja Katolik*. Yogyakarta: Kanisius, 2009.
- Léthel, François Marie. “La teologia dei santi. I santi come teologi,” dalam *Alpha Omega* (2005/1), 81-108.
- Mckena, William. “One to Forgive, Two to Reconcile” *Mind & Spirit* (August 3, 2016). <http://mindspirit.com/one-forgive-two-reconcile/>. Dikutip tanggal 6 Agustus 2016.
- Monbourquette, John. *How to Forgive, A Step-by-Step Guide*. Makati City: St Pauls, 2003.
- Nouwen, Henri J.M. *Kembalinya Si Anak Hilang*. Terj. V. Indra Sanjaya, N. Sudaryono, I. Suharyo. Yogyakarta: Kanisius, 1995.
- . *Il Guaritore Ferito, Il ministero nella società contemporanea*. Edisi ke-10. Brescia: Editrice Queriniana, 2014.
- “Professor’s Research on Forgiveness ‘Can Change the World’” dalam *Mind & Spirit* (June 30, 2016), <http://mindspirit.com/forfessors-research-forgiveness-can-cange-world-say-editors-mental-health-journal/>. Dikutip tanggal 6 Agustus 2016.
- Smedes, Lewis B. *Memaafkan, Kekuatan Yang Membebaskan*. Yogyakarta: Kanisius, 1991.

