MENGINTIP KEHIDUPAN PASCA KEMATIAN

Y.B. Adimassana



Sumber: Serikat Yesus Provinsi Indonesia

1. Pendahuluan

Kehadiran covid-19 di dunia ini oleh World Health Organization (WHO) telah ditetapkan sebagai suatu pandemi yang berpotensi mendatangkan kematian umat manusia dalam jumlah yang besar. Walaupun angka kematian akibat covid-19 hanya sekitar 3%, namun setiap orang yang terkena covid-19, terutama mereka yang memiliki penyakit yang cukup berat, akan menjadi sadar bahwa dirinya rentan terhadap kematian prematur. Kesadaran ini seringkali menimbulkan ketakutan dan kecemasan serius yang justru menurunkan imunitas tubuh. Mengapa orang takut menghadapi kematian? Mungkin karena mereka belum siap untuk mati, tetapi bisa juga karena mereka tidak mengetahui kehidupan di alam setelah kematian.

Dari agama yang kita anut, kita telah mendapatkan pengetahuan tentang kehidupan setelah kematian, sorga dan neraka, dan api penyucian. Namun, semua itu doktrin yang lebih berdasar pada keyakinan daripada pada fakta yang dapat dibuktikan kebenarannya. Melalui tulisan ini, penulis ingin menyajikan informasi yang kurang-lebih ilmiah tentang peristiwa setelah orang wafat. Informasi ini berdasar pada penelitian terhadap orang-orang yang pernah mengalami kematian suri, juga berdasarkan kesaksian orang-orang yang mampu berkomunikasi dengan arwah orang yang telah wafat. Walaupun informasi yang mereka berikan belum dapat secara utuh

memberikan gambaran tentang kehidupan pasca kematian, setidaknya kesaksian mereka dapat menguak sebagian misterinya. Informasi yang belum lengkap tersebut kiranya sudah cukup memberikan gambaran yang lebih konkret kepada orang yang masih hidup tentang kehidupan setelah kematian. Yang lebih penting, ldengan mengetahui kondisi kehidupan pasca kematian, kita yang masih hidup dari sekarang sudah siap mental bila suatu saat nanti "malaikat maut" datang menjemput untuk menghantar kita masuk ke kehidupan baru di alam keabadian pasca kematian.

Melalui tulisan yang berdasar pada beberapa sumber ini, kita mencoba mengintip kondisi arwah-arwah setelah kematian. Kebenaran informasi yang kita dapatkan tentu belum mutlak karena hanya berdasar pada pengalaman subjektif sejumlah orang. Sementara itu, misteri kehidupan sesudah kematian itu teramat dalam dan kompleks untuk dipahami oleh akal-budi manusia. Meskipun demikian, cukup kiranya informasi ini menjadi bekal pengetahuan awal bagi orang-orang yang masih hidup agar siap mental dan tidak panik ketika menghadapi kematian.

2. **Benarkah Kehidupan Itu Abadi?**

Berdasarkan artikel di Google yang ditulis Jessica Lanyadoo (2018), seorang canayang, perantara roh, yang berjudul: *Saya Ngobrol Bersama Arwah Mencari Tahu Apa Yang Terjadi Setelah Kita Mati***,** pada link: https://www.vice.com/id_id/article/ae5ppj/saya-ngobrol-bersama-arwah-mencari-tahu-apa-yang-terjadi-setelah-kita-mati, kita dapat memperoleh informasi bahwa kehidupan tidak berakhir saat kematian, melainkan akan terus berlanjut setelah tubuh kita mengalami kematian. Yang berakhir hanya kehidupan raga kita. Yang berlanjut adalah kehidupan arwah atau roh kita. Hal ini dibuktikan Jessica melalui pengalaman sering ngobrol dengan arwah-arwah orang yang sudah wafat.

Raymond A. Moody (1st ed. 1975), penulis buku *Life After Life*, juga bersaksi bahwa ada kehidupan sesudah kematian. Buku tersebut dia tulis berdasarkan wawancara dengan 150 orang yang pernah mengalami kematian suri, yakni orang yang secara medis telah dinyatakan wafat, namun setelah beberapa waktu hidup kembali. Dalam buku tersebut, dia menjelaskan hal-hal yang dialami para arwah selama mereka mati suri.

Dalam buku yang berjudul *Life After Death,* yang ditulis oleh Vaswani (2004), disadur oleh Anand Krishna, dan diterbitkan oleh PT Gramedia Pustaka Utama, dinyatakan bahwa "tidak ada kematian." Kematian itu dikatakan sebagai ilusi belaka. Yang ada adalah kehidupan yang abadi. Yang disebut wafat hanya kematian tubuh biologis, suatu peristiwa perubahan di

tengah perjalanan kehidupan yang abadi tiada akhir. Vaswani menegaskan bahwa manusia di dunia ini seperti musafir, dan dunia ini adalah tempat persinggahan untuk sementara waktu. Semua yang dia miliki di dunia ini akan harus ditinggalkan ketika persinggahan di dunia ini sudah selesai, untuk selanjutnya meneruskan perjalanan hidup yang tiada akhir.

Dolores Cannon, penulis buku *Between Life and Death* (2001), adalah seorang paranormal, hipnoterapis, dan penyembuh spiritual dengan metode *Quantum Healing*. Dia bersaksi bahwa kehidupan itu abadi. Kelahiran seseorang di dunia ini adalah konsekuensi dari kontrak yang dia telah setujui dan harus dia jalani dalam rentang waktu dari lahir (awal) hingga mati (akhir). Setiap satuan kehidupan berproses menuju kesempurnaan dan kemuliaan yang abadi. Kehidupan di dunia ini adalah kesempatan untuk belajar dan memperbaiki kekurangan. Jika pada akhir hidup seseorang belum mencapai kesempurnaan, ia harus mengulangi pelajaran dengan terlahir kembali di dunia ini (reinkarnasi) dengan tubuh baru. Sebelum menjalani kehidupan baru, dia terlebih dahulu harus mengadakan kontrak dengan tujuan untuk merencanakan perbaikan atas kekurangan-kekurangannya. Namun, untuk mendapatkan kesempatan terlahir kembali ke dunia dengan tubuh baru yang sesuai dengan karakternya, bisa saja dia harus menunggu selama ratusan tahun. Sayangnya, begitu terlahir ke dunia lagi, seluruh isi perjanjian dan rencana perbaikan dalam kontrak telah dia lupakan. Memori tentang kehidupan sebelumnya (*past life*) tidak terwariskan ke otak manusia yang baru. Pada umumnya, setiap pribadi yang lahir di dunia ini tidak tahu sama sekali tentang kehidupan yang dia sebelumnya pernah jalani. Dengan metode '*past life regression*' berbasis hipnosis, dia dapat mengetahui *past life*. Bahkan, orang-orang tertentu dikaruniai ingatan terhadap kehidupan sebelum kelahiran.

Michael Newton, seorang hipnotherapis, anggota *American Counseling Association*, dosen di beberapa perguruan tinggi, mengembangkan teknik '*past life regression*' berbasis hipnosis. Di kalangan para psikolog Amerika, dia pionir dalam mengungkap misteri kehidupan di alam arwah (kehidupan pasca kematian). Dalam buku *Journey of Souls* (1st ed. 1994) mendeskripsikan 29 kasus *deep hypnosis* dan menjadi *best seller* internasional, dia mengungkap rangkaian kehidupan yang pernah dialami seorang pribadi manusia. Dia juga menulis *Destiny of Souls (2000), Lives between Lives Hypnotherapy (2004),* dan *Memories of the Afterlife (2009)*. Terapi *past life regression* yang dia lakukan pada awalnya bermaksud untuk menyembuhkan pelbagai trauma psikologis dari kondisi sekarang sampai 0 tahun masa hidup seseorang. Namun, tanpa sengaja, ketika seorang klien mengeluh sering sakit di perut yang tidak pernah dapat dijelaskan secara medis, melalui terapi hipnosis

past life regression-nya, dia dapat menggali memori sampai ke masa hidup sebelum kelahiran (kehidupan sebelumnya). Buku *Journey of Souls* merupakan kumpulan dari 29 kasus hipnoterapi yang menggali kehidupan jiwa seseorang pada masa lalu dan sekaligus menggali kehidupan arwah di dunia mereka.

Herwiratno, alumnus Seminari Garum, Seminari Wacana Bhakti, dan S2 Fakultas Sastra UI, yang sejak kecil dikenal sebagai *indigo*, melalui kemampuan berkomunikasi dengan para arwah, juga bersaksi bahwa ada kehidupan sesudah kematian yang dialami para arwah. Berdasarkan banyak kasus yang dia tangani, dia menulis *Hidup Tidak Lenyap Hanya Berubah (2009), Siklus Kenikmatan Misi Jiwa,* dan *Perjanjian Misi Antar Jiwa.* Kemampuannya mendengarkan suara-suara dari alam lain mulai ketika Sekolah Menengah Pertama. Namun, dia baru bersedia menerimanya sebagai karunia untuk menjadi penyambung lidah para arwah ketika berusia 28 tahun setelah melalui pergulatan batin panjang.

3. **Bagaimana Mengetahui Seseorang Telah Benar-benar Mati?**

Secara medis, menurut ilmu kedokteran ada 3 tahapan dalam proses kematian, yaitu: 1) mati klinis (timbulnya gangguan berat pada sistem kehidupan sehingga nafas dan kinerja jantung berhenti); 2) mati otak, yaitu berhentinya kinerja sel-sel otak; dan 3) mati biologis (tubuh, dan seluruh fungsi organ berhenti, darah membeku, dan proses pencernaan berhenti). Sekitar 10 menit setelah jantung berhenti, orang akan pingsan, karena otak kekurangan oksigen. Sekitar 30-60 detik kemudian, paru-paru akan berhenti bekerja. Setelah 20-30 menit, kulit akan menjadi layu, suhu badan menjadi dingin, dan otot menjadi kaku (namun setelah 2-3 hari akan lemas lagi). Seseorang secara medis wafat jika tiga tahapan proses tersebut telah dinyatakan mati.

4. **Apa Yang Terjadi Setelah Kematian?**

Menurut Moody (1975), gambaran umum tentang peristiwa setelah seseorang mati, berdasarkan kesaksian orang-orang yang pernah mati suri, adalah sebagai berikut.

a. Setelah seseorang mati, dia akan mendengar bunyi berisik atau hiruk-pikuk suara yang tidak jelas, seperti suara keributan di suatu pasar malam atau stasiun.

b. Kemudian, arwahnya akan ditarik oleh suatu kekuatan untuk masuk ke dalam suatu terowongan yang panjang sekali dan dia tak memiliki kekuatan untuk melawannya.
c. Setelah keluar dari terowongan, dia akan kebingungan karena akan melihat tubuhnya yang telah mati. Jiwanya seolah melayang dan dari atas dia bisa melihat tubuhnya sehingga timbul pertanyaan "Saya ini siapa, kok di sana ada tubuh saya?" Ia akan mencoba mencolek atau mengajak bicara orang-orang yang ada di sekitar tubuhnya, namun tidak dapat terhubung.

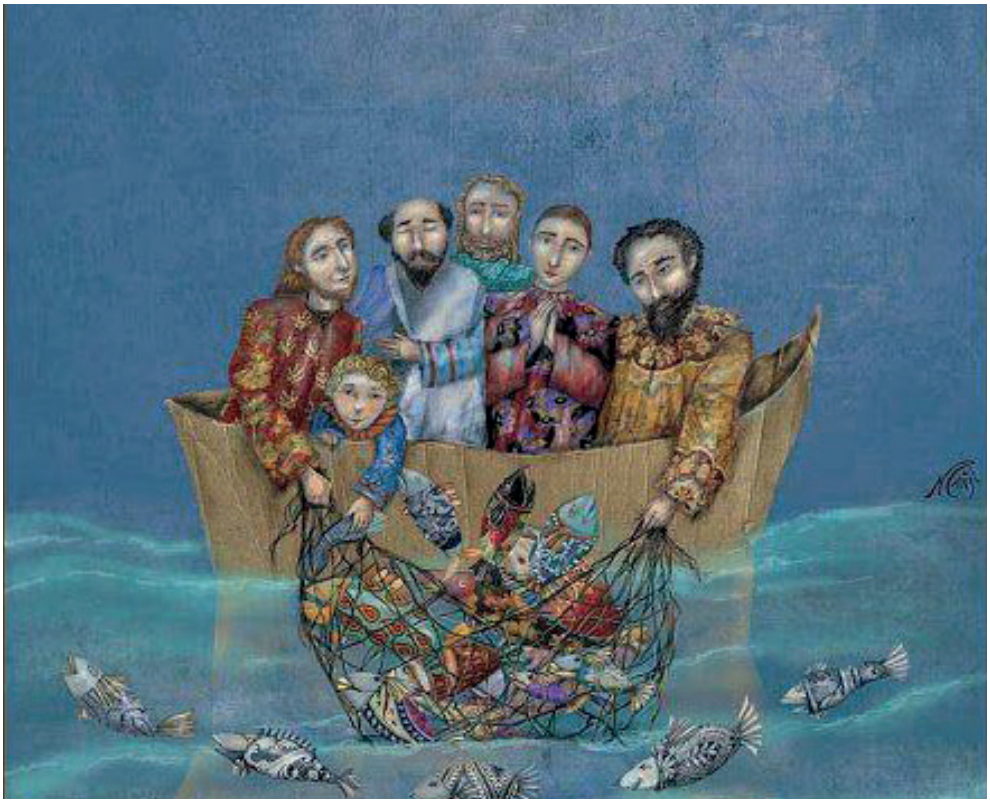
d. Kemudian, dia akan pergi meninggalkan tubuhnya. Dia akan bertemu dengan sanak-kerabatnya yang telah meninggal dunia, yang datang menghampirinya dan mengatakan bahwa dia sudah mati. Dia dapat mengenali mereka semua. Mereka semua ramah terhadapnya dan dia berdialog panjang dengan mereka. Mereka lalu mengajaknya berjalan bersama. Pada suatu ketika, mereka akan membiarkan dia berjalan sendirian. Arwah orang yang telah mati dapat melihat ke segala arah. Dalam dirinya, masih ada hasrat yang tidak mati dan dia masih dapat menginginkan macam-macam. Namun, dia tidak lagi dibatasi ruang dan waktu. Dia bisa hadir di dua tempat berbeda pada waktu bersamaan.

e. Dia lalu berjalan sendirian, memasuki suasana alam yang indah, nyaman, dan serba terang. Dia akan melihat pemandangan indah di sekelilingnya: padang pasir, hutan, dan taman. Dia akan melihat banyak orang duduk-duduk, tiduran, seperti sedang menunggu sesuatu, di kanan-kiri jalan. Pemandangan yang dialami orang yang satu dapat berbeda dengan yang lain. Namun, mereka tidak bisa memilih pemandangan yang menampak pada mereka.

f. Pada puncaknya, dia akan sampai pada suatu "Cahaya" yang terang-benderang, tetapi tidak menyilaukan, melainkan justru menghangatkan, nyaman, dan membuatnya merasa damai. Dari dalam "Cahaya" tersebut dapat keluar "suara" atau "sosok bayangan" yang mengajaknya berdialog, namun tanpa suara dan bahasa. Dialog dapat mengalir cepat dan jelas. Kepadanya akan ditunjukkan rekaman perjalanan hidup sejak lahir hingga meninggal secara detil. Semuanya akan terlihat dan tampak sangat jelas dalam tempo singkat. Siapakah "Cahaya" tersebut? Interpretasinya dapat berbeda-beda tergantung iman orang. Ada yang menganggapnya Sang Buddha, Malaikat, Tuhan Allah, dan sebagainya. Beberapa orang mengatakan bahwa dari dalam cahaya muncul sosok Yesus Kristus, dengan figur seperti digambarkan orang-orang di dunia ini (berjenggot, berambut gondrong, berjubah, dan sebagainya). Ada pancaran cinta kasih dari-Nya. Dalam pertemuan itu, Tuhan Yesus sangat ramah dan mengatakan "Jangan

cemas, jangan ragu, karena semua sudah kuampuni. Dosa-dosamu sudah kuampuni".

Tentang peristiwa yang dialami arwah setelah orang wafat, Dolores Cannon juga menyatakan hal yang serupa dengan Raymond A. Moody. Cannon lebih lanjut mendeskripsikan perjalanan arwah setelah bertemu dengan "Cahaya", dengan menambahkan kontrak untuk kembali hidup di dunia ini (reinkarnasi) untuk memperbaiki kekurangan. Herwiratno juga menggarisbawahi keberadaan arwah-arwah yang harus memperbaiki diri, alam penantian, dan surga sebagai tujuan akhir kesempurnaan arwah. Namun, dia tidak secara eksplisit mengatakan sesuatu tentang reinkarnasi. Dia hanya mengatakan bahwa arwah yang 'berada' di dunia sekarang ini bisa jadi pernah pula berada di dunia ini ratusan tahun lalu.



Sumber: Nerina Canzi

Jessica Lanyadoo menyatakan bahwa kondisi batin (nilai-nilai yang dihayati, spiritualitas, nafsu-gairah, pikiran, keinginan, perasaan, dan segala hal yang melekat pada diri seseorang) pada saat seseorang mati akan terus terbawa ke kehidupan setelah kematian. Setelah wafat, arwah seseorang akan mengalami transformasi bertahap, serupa dengan metamorfosa dari wujud seekor ulat menjadi kupu-kupu indah yang dapat terbang bebas.

Kehidupan manusia di dunia ini ibarat kehidupan ulat. Setelah mati, kehidupannya memasuki "tahap kepompong". Di situ, tubuh kita mati dan hidup kita mengalami transformasi menjadi kehidupan arwah yang harus menjalani proses pelepasan bentuk lama menuju ke bentuk baru seperti dialami kepompong. Lama atau tidaknya tahap kepompong ini tergantung pada kondisi masing-masing arwah. Pada tahap kepompong ini terjadi proses pemurnian atau penyucian. Keberadaannya sebagai kepompong adalah kesempatan untuk "bertapa" dalam "isolasi diri" secara tertutup, untuk dapat melepaskan segala unsur kehidupan yang lama agar berubah menjadi makhluk baru yang lebih sempurna. Setelah selesai menjalani tahap ini, arwah seseorang akan mengalami transformasi menjadi "makhluk baru yang final". Ibaratnya perubahan dari kepompong menjadi kupu-kupu indah yang dapat terbang bebas ke sana ke mari. Arwah yang telah bertransformasi sempurna akan menjadi makhluk baru yang memancarkan cahaya yang indah dan berada dalam kesucian, kemuliaan, dan kebebasan dari segala kelekatan pada keduniawian. Bebas dari keduniawian berarti sudah tidak lagi lekat dan mudah ditarik-tarik lagi oleh aneka nafsu duniawi dan badani. Itulah mungkin yang disebut *moksa*, yakni mengalami kelepasan total dari keduniawian dan memasuki kemuliaan sorgawi yang abadi. Lanyadoo tidak mengaitkan tahap kepompong ini dengan konsep reinkarnasi ataupun neraka dan api penyucian.

5. **Adakah Sorga, Neraka, dan Api Penyucian?**

Menurut Lanyadoo, konsep Surga dan Neraka, juga Api Penyucian, sebagai lokasi fisik yang penuh kedamaian (Sorga) atau tempat penuh penderitaan (Neraka) atau tempat penantian/penyiksaan sementara (Api Penyucian), seperti digambarkan dalam agama-agama Semitis, fiksi. Dalam kenyataan, tempat seperti itu nihil. Penggambaran tentang Surga, Neraka, dan Api Penyucian sekedar memudahkan edukasi manusia, terutama anak, dalam memahami hukum sebab-akibat yang mengatur kehidupan ini. Surga, Neraka, dan Api Penyucian bukan tempat yang dapat ditunjukkan lokasinya, karena setelah mati, kita akan terlepas dari dimensi ruang dan waktu. Oleh sebab itu, tidak relevan lagi bertanya lokasi arwah sekarang dan kemudian serta waktu kepindahannya. Semuanya merupakan satu kesatuan. Arwah itu dapat berada di mana-pun dan kapan pun. Dia dapat melihat ke belakang maupun ke depan sekaligus, seolah dia memiliki 4 mata dan berada dalam 3 dimensi waktu (masa lalu, sekarang, dan masa depan). Hal ini tentu sulit kita pahami karena sebagai makhluk fisik kita berpikir menggunakan bahasa dan konteks ruang dan waktu.

Dolores Cannon secara tegas menyatakan bahwa "*there's no hell*".

Dari penglihatan di alam astral, dia menegaskan bahwa tidak ada "neraka" yang digambarkan seperti api abadi yang menyala-nyala dan dihuni oleh setan-setan dan arwah-arwah para pendosa. Suasana kehidupan setelah kematian nyaman-nyaman saja. Tiada pengadilan di hadapan hakim yang membacakan seluruh kebaikan dan keburukan setiap arwah. Tiada pula hukuman yang harus dia jalani di sana. Yang ada adalah kontrak perjanjian yang dilakukan secara bebas oleh masing-masing arwah dalam suasana baik-baik di hadapan "Cahaya". Kontrak akan berawal dengan pemutaran kembali seluruh perjalanan hidup arwah dalam suasana terang, terbuka, disaksikan oleh arwah saudara-saudarinya yang telah meninggal dunia, dan berlanjut dengan perencanaan perbaikan hidup tahap selanjutnya.

6. **Pertemuan dengan Cahaya**

Pertanyaan umum yang seringkali muncul ketika ada orang yang mati adalah "Setelah mati, lalu ke mana arwahnya?" Dalam buku *Between Life and Death* (2001), Dolores Cannon berusaha untuk menjelaskan bahwa ketika seseorang mati, arwah keluar dari tubuh biologis dengan mengenakan tubuh astralnya. Dia akan berdiri di samping jenasahnya dan melihat tubuhnya yang telah kaku. Dia akan kebingungan dan bertanya-tanya alasan dirinya ada dua, mempertanyakan diri yang sebenarnya? Setelah itu, ke manakah arwahnya itu? Dia akan menempuh perjalanan melalui terowongan yang panjang sekali. Ketika keluar dari terowongan, dia akan melihat pemandangan indah di sekitarnya. Akan ada orang datang menghampirinya. Orang tersebut dapat salah satu atau beberapa dari keluarga yang telah meninggal, bisa juga dalam wujud sosok malaikat. Ia akan disapa dan diterima dengan ramah. Suasana perjumpaan tersebut akan sangat menggembirakan. Dia akan dihantar menuju ke "Cahaya" yang amat terang dan agung tanpa menyilaukan, bahkan justru menenteramkan dan membahagiakan. "Cahaya" tersebut adalah "Pribadi" yang menurut Dolores merupakan "Sumber Energi" atau "Sumber Kehidupan". Orang beriman akan menyebutnya dengan sebutan sesuai keyakinan dalam agamanya masing-masing. Orang Buddha akan menyebutkan "Sang Buddha." Orang Islam akan menyebutnya "Allah." Orang Kristiani akan menyebutnya "Yesus." Akan berlangsung dialog dengan "Cahaya", yang intinya arwah orang yang baru saja mati tersebut akan ditanya kesiapannya untuk masuk ke dalam "Cahaya" tersebut. Jika menjawab "belum siap," dia akan disuruh kembali ke dunia dan dengan begitu akan kembali masuk ke dalam tubuh biologis, sehingga dia yang telah beberapa saat mati akan hidup kembali.

Ketika arwah seseorang sampai di depan "Cahaya", "*silver cord*"-nya masih belum terputus. Dia yang telah mati tersebut masih mungkin dapat

kembali lagi ke tubuh biologisnya, sehingga tubuhnya yang sudah mati dapat hidup kembali. Ini fenomena kematian suri. Ketika di hadapan "Cahaya" arwah menyatakan "siap masuk ke dalamnya", dia akan dipersilakan masuk ke dalam "Cahaya". Dengan begitu, *silver cord*-nya akan terputus dan tubuh biologisnya mustahil dapat hidup kembali. Arwah yang telah masuk ke dalam "Cahaya" akan harus mengikuti proses "pembelajaran". Dolores Cannon mengatakan "kondisinya seperti sekolah". Jika lulus, dia tidak harus mengulang pelajaran. Namun, jika gagal lulus, dia harus mengulangi pelajaran dengan kembali lagi hidup di dunia (reinkarnasi) untuk memperbaiki kekurangan-kekurangannya.

Di "sekolah astral" atau "sekolah para arwah," menurut Dolores Cannon, terdapat 3 golongan/kelas, yaitu: golongan/kelas bawah (*lower astral*), golongan/kelas menengah (*middle astral*), dan golongan/kelas atas (*upper astral*). Setiap arwah akan masuk ke salah satu golongan/kelas sesuai dengan frekuensi atau kualitasnya masing-masing. Apa saja karakteristik tiap golongan/kelas tersebut?

a. **Golongan/Kelas Bawah:**

Kelas ini berisi arwah-arwah orang yang masih lekat pada keduniawian. Sifat-sifat mereka umumnya negatif. Mereka sudah mati, tetapi tidak merasa bahwa mereka telah mati. Terbukti keinginan-keinginan dan hawa nafsu mereka masih bernyala-nyala. Arwah-arwah ini masih dapat kembali gentayangan di dunia fana ini karena masih ingin mendapatkan banyak hal yang mereka inginkan. Namun, mereka tidak akan dapat memenuhi keinginan karena sudah tidak memiliki tubuh biologis untuk melakukan sesuatu untuk mewujudkan keinginan-keinginannya.

b. **Golongan/Kelas Menengah:**

Menurut Dolores Cannon, kelas ini mirip dengan "surga" seperti yang digambarkan dalam agama-agama semitis, karena segala sesuatu sangat indah, dikelilingi taman bunga dan pemandangan mempesona. Di sini, setiap arwah akan dapat bertemu dengan semua arwah orang yang dikenalnya sewaktu masih hidup. Kepadanya akan dipertunjukkan rekaman kehidupan sejak kelahiran hingga kematian. Dia akan memberikan respon dari sudut pandangnya dan menunjukkan hal-hal yang perlu dia perbaiki. Dia harus membayar hutang-hutangnya selagi masih hidup di dunia. Untuk melakukan hal itu, dia harus melakukan kontrak dan menunggu kesempatan untuk mendapatkan tubuh baru guna menjalani kehidupan baru di dunia ini.

c. **Golongan/Kelas Atas:**

Kelas ini adalah kelas yang berisi arwah-arwah bijaksana. Di sini, ada

tempat suci yang amat besar yang menjadi tempat penyembuhan (*healing temple*). Ada antrean panjang arwah orang-orang yang akan menjalani penyembuhan. Setelah itu, orang akan dibawa ke ruang aula besar (*dome*) dengan lampu-lampu yang terang. Ada ruang besar bagi arwah berkumpul dan masing-masing memiliki benang astral yang saling terhubungkan. Terdapat perpustakaan besar yang menyediakan informasi tentang segala sesuatu. Di sekelilingnya, ada ruang-ruang untuk belajar. Di sini, setiap arwah belajar tentang segala macam pengetahuan secara mandiri untuk mencapai kesempurnaan.

Setelah selesai belajar di kelas masing-masing, jika belum mencapai kesempurnaan, setiap arwah akan membuat kontrak secara bebas untuk kembali menjalani hidup di dunia. Dalam kontrak tersebut, setiap arwah akan merencanakan hal-hal yang akan dia lakukan sebagai penyempurnaan bagi kehidupannya. Semua pada akhirnya akan mencapai kesempurnaan, hanya saja, untuk mencapainya setiap arwah butuh rentang waktu berbeda. Dapat terjadi arwah-arwah yang berada di kelas bawah akan butuh waktu ribuan tahun untuk mencapai kesempurnaan. Mungkin ini yang disebut arwah-arwah berada di "neraka", yakni yang terus-menerus terbakar oleh hawa nafsu yang bernyala-nyala, namun tak pernah terpuaskan.

7. **Beberapa Poin Refleksi Sebagai Kesimpulan**

Beberapa poin refleksi tentang kehidupan pasca kematian dapat penulis rumuskan sebagai berikut.

a. Tentang adanya kehidupan pasca kematian dan keabadian hidup roh/arwah, kiranya tidak dapat diragukan lagi, karena ada banyak bukti tentang keberadaan dan kondisi yang dialami oleh para arwah orang-orang yang telah wafat. Adanya kekekalan kehidupan roh ini juga sesuai dengan keyakinan dalam berbagai agama. Pengalaman orang-orang yang mati suri dan orang-orang yang dapat berkomunikasi dengan para arwah meyakinkan kita bahwa ada kehidupan pasca kematian.

b. Kehidupan ini berproses menuju kepada kesempurnaan. Kehidupan di dunia ini merupakan kesempatan istimewa untuk mempercepat proses menuju kesempurnaan hidup. Hanya saja hal ini sangat tergantung pada pemilik kehidupan, yaitu memanfaatkan kesempatan ataukah menyia-nyiakannya. Kesempatan untuk hidup di dunia ini sangat singkat, ibarat persinggahan sementara dari perjalanan suatu kehidupan yang panjangnya tanpa hingga. Orang Jawa mengatakan hidup di dunia ini

ibarat hanya *mampir ngombe* (singgah minum), artinya "sangat singkat". Kehidupan yang harus dilalui oleh arwah pasca kematian untuk menuju kesempurnaan masih akan sangat panjang.

c. *Reinkarnasi* yang harus dijalani sebagai konsekuensi bagi arwah yang belum sempurna dan *moksa* ke *nirwana* sebagai ujung akhir tercapainya kesempurnaan merupakan kebenaran yang dapat disimpulkan dari pandangan para narasumber. Apakah hal itu bertentangan dengan iman Kristiani? Iman Kristiani memang tidak berbicara tentang reinkarnasi, namun juga tidak ekpslisit menentangnya. Iman Kristiani mengakui keberadaan arwah-arwah yang belum sempurna yang masih harus menempuh penyempurnaan di Api Penyucian. Adakah kemungkinan proses penyempurnaan tersebut harus ditempuh dengan terlahir kembali di dunia?

d. Kehidupan pasca kematian tidak seram seperti digambarkan di dalam agama-agama semitis. Keberadaan "Neraka" sebagai tempat penyiksaan bagi arwah-arwah yang penuh dosa, disangkal oleh Dolores Cannon. Para penulis lainnya juga tidak berbicara tentang "tempat yang seram" seperti itu. Sebaliknya, yang akan ditemui oleh para arwah adalah kondisi yang nyaman, menyenangkan, dan diwarnai keramahan. Memang arwah orang yang telah mati akan menghadapi semacam "pengadilan" (*assessment*) untuk mengevaluasi seluruh pengalaman hidupnya, namun tidak dalam suasana yang keras, melainkan dalam suasana baik-baik. Setiap arwah akan harus menanggung konsekuensi "membayar hutang-hutangnya" dengan melakukan perbaikan diri melalui proses semacam "sekolah", yang harus dijalani dengan berulang-kali kontrak untuk hidup kembali di dunia. Kematian bukan sebuah peristiwa yang menakutkan. Asal saja kita menjalani hidup ini dengan baik dan benar, proses selanjutnya menuju kesempurnaan kiranya tidak akan terlalu bertele-tele.

e. Ada kesan bahwa kondisi arwah seseorang setelah kematian sepenuhnya ditentukan oleh kualitas hidup yang telah dia capai dalam hidup di dunia ini. Setelah seseorang mati, dia seolah tinggal menerima upah (ganjaran) dari hal-hal yang telah dia lakukan selama hidup di dunia. Konsep "Tuhan" yang Mahabaik, Mahamurah, Mahapengasih dan Mahapenyayang, tidak muncul dalam buku-buku yang ditulis oleh para ahli tadi. Iman Kristiani justru mengatakan bahwa keselamatan kekal (kesempurnaan) kita capai bukan melulu karena jasa manusia, melainkan karena kemurahan Tuhan. Kesungguhan iman kita akan menyelamatkan kita. "Imanmu telah menyelamatkan engkau", demikian Sabda Yesus (Luk 7:50). Upaya manusiawi seserius apa pun untuk mencapai kesempurnaan hidup

haruslah berlandaskan pada iman akan kemurahan hati Tuhan. Kita diselamatkan oleh karena iman kepada Yesus Kristus (2Tim 3:15).

Sembari terus berupaya menjaga kesehatan diri agar terhindar dari Covid-19 dan terus menjalani hidup dengan sebaik-baiknya dengan dilandasi iman akan kemurahan hati Tuhan, kiranya kita tidak perlu terlalu cemas dengan kematian. Entah cepat atau lambat setiap orang akan sampai pada kematian. Jika akhirnya kematian mendatangi kita, setidaknya kita sudah tahu peristiwa yang akan terjadi selanjutnya. Setiap orang yang hidup di dunia harus siap mati.

Y.B. Adimassana
Dosen Prodi Pendidikan Guru Sekolah Dasar
FKIP Universitas Sanata Dharma

Daftar Bacaan

Cannon, Dolores. (2001). *Between Life and Death*, Third Edition. Huntsville: Ozark Mountain Publisher.

Herwiratno. (2015). *Mati Tak Berarti Pergi: 33 Kisah Dari Penyampai Pesan Arwah,* Edisi Pertama. Jakarta: Rumah Cetak Tombo.

Lanyadoo, Jessica. (2018). "*Saya Ngobrol Bersama Arwah Mencari Tahu Apa Yang Terjadi Setelah Kita Mati*"**,** tautan: https://www.vice.com/id_id/article/ae5ppj/saya-ngobrol-bersama-arwah-mencari-tahu-apa-yang-terjadi-setelah-kita-mati.

Moody, Raymond A. (2001). *Life After Life: The Investigation of Phenomenon Survival Bodily Death*, First Edition. New York: Harper Collins.

Newton, Michael. (1994). *Journey Of Souls*: *Case Studies Of Life Between Lives*, First Edition, Woodbury. MN: Llewellyn Publications.

Vaswani, JP. (2004). *Life After Death: Menyingkap Misteri Kehidupan & Kematian*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.