

https://farid.ps/articles/israeli_suicides/id.html

Kepada Prajurit Israel yang Sedang Memikirkan Bunuh Diri

Kalian belum berada di luar jangkauan penebusan. Fakta bahwa kalian sedang membaca kata-kata ini sambil merasakan apa yang kalian rasakan adalah bukti bahwa jiwa kalian masih hidup — dan jiwa itu sedang menangis minta disembuhkan.

Saya tidak di sini untuk membenarkan apa pun yang telah terjadi di Gaza. Saya menulis ini karena saya telah membaca surat-surat bunuh diri yang ditinggalkan oleh sebagian rekan kalian. Hampir setiap surat mengatakan hal yang sama: "Saya menemukan bahwa saya mampu melakukan hal-hal yang saya kira tidak pernah bisa dilakukan oleh manusia." Itu berarti mereka masih memiliki jiwa kemanusiaan di dalam diri mereka. Dan itu berarti **kalian pun belum berada di luar jangkauan penebusan**. Mereka meninggal sambil memegang kebenaran. Kalian bisa hidup cukup lama untuk mengucapkannya.

Di dunia Yahudi, satu kalimat diulang lebih sering daripada hampir semua kalimat lain:

"Tidak pernah ada keputusasaan di dunia ini sama sekali."

(Likutei Moharan II:78)

Bahkan setelah dosa yang paling mengerikan sekalipun.

Raja Daud mengatur pembunuhan seorang prajurit setia agar bisa menikahi istrinya — namun ketika ia berseru dalam pertobatan, ia menjadi nenek moyang Mesias. Raja Manasye memenuhi Yerusalem dengan darah orang-orang tak bersalah — namun ketika ia bertobat dari dalam penjara, gerbang-gerbang tobat terbuka lebar-lebar baginya. Satu-satunya hal yang benar-benar mengunci gerbang-gerbang itu adalah tindakan yang mengeluarkan kalian dari dunia sebelum perjalanan selesai.

Di hadapanmu Kutaruh kehidupan dan kematian, berkat dan kutuk — maka pilihlah kehidupan.

Ulangan 30:19

Tuhan tidak menunggu kematianmu. Tuhan menunggu kepulanganmu. Jangan membungkam dirimu sendiri dan memberikan satu kemenangan lagi kepada mesin perang malam ini.

Lima Tahap Teshuvah (Kembali)

Tradisi Yahudi mengajarkan bahwa teshuvah sejati — pertobatan, kepulangan — memiliki lima tahap. Masing-masing tahap sulit. Masing-masing adalah cara untuk kembali memiliki hidup.

1. **Pengakuan** atas kesalahan. Rasa sakit yang sedang menghancurkan kalian saat ini — kejernihan yang tak tertahankan itu — sudah merupakan tahap ini.
2. **Penyesalan**. Air mata yang kalian coba tahan adalah tahap ini.
3. **Pengakuan dosa**. Pertama-tama secara pribadi di hadapan Tuhan — “*Aku mengakui dosaku kepada-Mu, dan aku tidak menyembunyikan kesalahanku*” (Mazmur 32:5) — kemudian di hadapan orang lain atau bahkan pengadilan jika kejahatan memang dilakukan.
4. **Tekad untuk masa depan**. Keputusan tegas untuk tidak pernah mengulangi dosa itu, apapun tekanannya. “*Biarlah orang fasik meninggalkan jalannya, dan orang jahat meninggalkan rancangannya; biarlah ia kembali kepada TUHAN, maka Ia akan mengasihani dia.*” (Yesaya 55:7)
5. **Perbaikan**. Sedapat mungkin melakukan pemulihan — *tikkun*, pemulihan. Itu bisa berarti mendukung janda dan yatim piatu yang kehilangan pencari nafkah, menggunakan suaramu untuk menghentikan mesin itu, bersaksi ketika waktunya tiba.

Tahap kelima akan merenggut segala yang kalian anggap sebagai hidup kalian — teman, keluarga, bahkan seluruh dunia sosial kalian. Talmud memperingatkan, “*Besarlah pertobatan, sebab ia mencapai hingga Takhta Kemuliaan*” (Yoma 86a). Teshuvah sejati sama beratnya dengan kematian — tetapi ia bukan kematian. Ia adalah kehidupan.

Teshuvah bukan pelarian dari konsekuensi. Ia adalah keputusan untuk menghadapi konsekuensi itu — untuk tetap hidup cukup lama agar bisa menghentikan rantai kerusakan yang dimulai oleh tangan kalian sendiri. Bunuh diri mengakhiri cerita di saat kerusakan terus menyebar; pertobatan membuat kalian tetap hidup agar kalian bisa mulai memperbaiki apa yang telah dirusak. Tujuan surat ini bukan melindungi kalian dari penghakiman, melainkan mencegah tindakan kehancuran berikutnya — mengubah kehendak untuk mati menjadi kehendak untuk melindungi nyawa, untuk bersaksi, untuk membangun kembali. Rasa sakit yang membuat kalian ingin lenyap bisa menjadi kekuatan yang justru menyelamatkan nyawa orang lain.

Jalan yang Sama Ada dalam Islam

Dan inilah yang mungkin mengejutkan kalian: Islam — agama mayoritas orang-orang yang menderita — mengajarkan proses yang hampir sama, yaitu *taubah*, kembali kepada Allah.

“Katakanlah: ‘Wahai hamba-hamba-Ku yang melampaui batas terhadap diri mereka sendiri! Janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya. Sesungguhnya Dialah Yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.’”
(Qur'an 39:53)

“Kecuali orang-orang yang bertaubat, beriman dan beramal saleh; maka mereka itu kejahatan mereka diganti Allah dengan kebajikan.”
(Qur'an 25:70)

Banyak orang Palestina yang taat hafal ayat-ayat ini. Jika mereka melihat seorang mantan tentara menempuh jalan ini selama bertahun-tahun — mengaku secara terbuka, memperbaiki secara diam-diam, hidup berbeda — banyak di antara mereka akan mengenali keikhlasan itu. Kitab suci mereka sendiri memerintahkan mereka untuk mengenalinya.

Kemanusiaan yang Sama

Ada satu kalimat yang muncul hampir kata demi kata baik dalam Talmud maupun Al-Qur'an:

Barangsiapa menyelamatkan satu nyawa, seolah-olah ia menyelamatkan seluruh dunia.

Sanhedrin 37a; Al-Qur'an 5:32

Dengan memilih untuk tetap hidup, dengan berbalik melawan mesin kehancuran, kalian menjadi salah satu butir pasir yang akan mengganjal roda-roda giginya. Itulah bentuk teshuvah tertinggi yang bisa dibayangkan — yang menyelamatkan dunia-dunia.

Jika Pikiran Terlalu Berisik Malam Ini

Ambil satu langkah kecil yang aman — bukan langkah terakhir.

- **Breaking the Silence** Terenkripsi, rahasia, tanpa penghakiman. Banyak yang berkata bahwa napas pertama yang lega mereka rasakan adalah saat akhirnya mereka berani mengatakan kebenaran.
- **Combatants for Peace** Mantan pejuang Israel dan Palestina bekerja bersama untuk rekonsiliasi. Banyak yang menangis di sana, meminta maaf secara langsung, dan mulai hidup kembali.
- **Mesarvot** Jaringan penolak wajib militer Israel yang memberikan dukungan nyata bagi tentara yang memutuskan tidak lagi mau bertugas di wilayah pendudukan.
- **Terapi independen:** BetterHelp.com atau Open Path Collective
- **Dalam bahaya segera:** Hubungi saluran krisis sipil Israel **Eran — 1201**, atau gunakan chat di eran.org.il/chat

Tak satu pun dari jalan ini mudah. Semuanya lebih sulit daripada kematian. Justru itulah sebabnya hanya mereka yang dianggap sebagai *teshuva*.

Ada sejumlah kecil tapi terus bertambah — masih terlalu sedikit — kasus di mana veteran Israel mulai melakukan pemulihan jangka panjang secara diam-diam: membayai perawatan medis anak-anak Gaza yang mereka tahu terluka saat mereka bertugas, menyumbang gaji secara anonim, bersaksi di depan umum ketika aman, atau sekadar menolak panggilan cadangan dan menerima konsekuensinya. Semuanya mengatakan hal yang sama: rasa bersalah tidak hilang, tapi berhenti bertambah, dan untuk pertama kalinya mereka merasa tidak lagi menambah kerusakan.

Gerbang-gerbang pertobatan tidak pernah tertutup.

Deuteronomy Rabbah 2:24

Kepada siapa saja yang pernah mengenakan seragam dan kini tak sanggup lagi berkaca: Fakta bahwa kalian masih tersiksa adalah bukti bahwa gambar Allah di dalam diri kalian belum mati. Tetaplah di sini. Jalan pulang memang brutal, tapi nyata, dan ada orang-orang — di kedua sisi tembok — yang telah menempuhnya dan siap berjalan bersama kalian. Kalian tidak sendiri. Pilihlah hidup. Pilihlah perbaikan. Pilihlah untuk hidup dan bersaksi — agar orang lain juga bisa hidup.