

## **Fobia dan Indahnya Pendakian**

Perjalanan menuju titik tertinggi suatu gunung memang memerlukan persiapan yang mantap dan matang, baik kesiapan badan, bekal, dan perlengkapan.

Hari yang penuh kebimbangan bagi Bara bersama fobia ketinggian yang dimilikinya. Telah lama ia memimpikan untuk dapat menapaki Gupak Menjangan di Gunung Lawu dengan sabananya yang indah.

Bayangan sebuah gunung yang tinggi membuat Bara ingat akan fobia ketinggian yang ia miliki, sehingga membuatnya cemas, bisa dan beranikah ia menapaki di gunung yang tinggi?

Beberapa hari ia telah menimbang, hingga pada akhirnya dengan penuh keyakinan ia memutuskan untuk ikut teman-teman kuliahnya yang mengagendakan pendakian ke Gunung Lawu. Rombongan di jadwalkan berangkat esok hari Sabtu.

\*\*\*

Panas yang begitu menyengat, selepas salat Jum'at dimana matahari telah turun dari singgasana tertingginya, Bara mengantar Danu, teman sekelas sekaligus teman mendaknya untuk ke perpustakaan kampus mengembalikan buku yang telah molor ia kembalikan. Tentu pengembalian buku disertai uang denda yang telah menjadi konsekuensi atas keterlambatannya.

Segela urusan di perpustakaan telah terselesaikan dan mumpung ada di perpustakaan, Danu meminta Bara untuk menemaninya lagi mencari buku.

“Kamu itu manusia apa sih Nu? Aku baru lihat buku yang agak tebal aja udah ngerasa males buat baca, eh kamu malah mimjam lagi,” kata Bara yang menggoda Danu untuk mengisi kosongnya ruang bicara antara mereka.

“Namanya juga hobi Ra, coba aja kamu sesekali baca dan rasakan sensasi berpetualang di dalamnya,” balas Danu sambil tertawa mengajak Bara mencoba kenikmatan membaca.

Berkelana dalam ruang buku membawa Danu harus menyeret serta Bara ke lantai 7 gedung perpustakaan untuk menemui buku yang diinginkannya.

“Yakin nih mau naik?” Tanya Bara pada diri sendiri.

Rasa takut Bara terkalahkan oleh rasa malu yang akhirnya membawanya naik ke lantai 7.

Semua berjalan normal, Danu mengajak Bara duduk di tepi ruangan menghadap pemandangan luar menembus dinding kaca untuk menikmati suasana. Danu tidak mengetahui kalau Bara memiliki fobia terhadap ketinggian.

Bara duduk dengan tenang, hingga pada akhirnya pandangan mata yang tidak sengaja jatuh ke halaman perpustakaan menghancurkan mental Bara untuk sementara.

Danu terkejut melihat ekspresi Bara yang tiba-tiba menunjukkan gestur kaget diikuti gerakan tangan yang memegang meja dengan kuat, dan menutup mata.

“Eh, kamu kenapa Ra?” Tanya Danu.

“Ga papa Nu,” jawan Bara yang langsung berputar membelakangi pandangan luar.

Setelah agak tenang, Bara mengajak Danu untuk turun.

Sesampainya di bawah, Danu bertanya kembali kepada Bara mengenai kejadian tadi. Bara menjawab dengan jujur bahwa ia memiliki fobia ketinggian. Hal itu langsung membuat Danu tertawa.

“Dasar kamu Ra, sama gitu aja takut,” ledek Danu dengan tertawa.

“Takut ketinggian kok mau muncak,” tambah Danu lagi yang masih tertawa.

Bara hanya diam sambil sedikit tersenyum malu.

Hati Bara kembali berkelahi dengan pikirannya yang takut bagaimana nanti ketika mendaki. Yang pasti tempatnya tinggi. Ia takut kejadian tadi akan terulang lagi, karena besok adalah pendakian pertama kali bagi Bara.

Ia bertanya kepada Danu mengenai kasus ini.

“Halah, tenang saja, semuanya beda. Tidak seperti yang kamu bayangkan,” jawab Danu menenangkan Bara.

\*\*\*

Hari-hari yang dinanti telah tiba, semua bekal dan masa telah terkumpul. Rombongan yang berjumlah 6 orang berangkat menuju *basecamp* pendakian Gunung Lawu via Candi Cetho yang terkenal dengan keindahan sabananya. Perjalanan dimulai dengan berdoa.

Perjalanan yang berat bagi Bara yang baru pertama kali mendaki. Beberapa kali rombongan berhenti untuk beristirahat hingga pada akhirnya mencapai tujuan pertama di sabana yang begitu indah dan mendirikan tenda disana.

“Gimana Ra, ga kejadian kan?” ledek Danu.

“Iya Nu, beda. Di sini tingginya ga menakutkan, tapi memuaskan,” jawab Bara.

Ketinggian memang menakutkan bagi mereka yang memiliki fobia terhadapnya, tapi tidak selalu ketinggian itu menakutkan. Ada beberapa ketakutan yang perlu untuk dilawan guna memberi pelatihan keberanian kepada mental supaya tidak terlalu mudah untuk pasrah dan menyerah. Apa yang dikira berat belum tentu berat, apa yang dikira menakutkan belum tentu mengerikan.