

BANTAL KELUARGA

KIAT MENJAGA PERNIKAHAN AGAR TIDAK CEDERA

Oleh

Paul Gunadi

BANTAL KELUARGA

Copyright @ 2009

Paul Gunadi

Diterbitkan oleh :

Metanoia Publishing

Speed Plaza Blok B/23

Jl. Gunung Sahari XI, Jakarta 10720

Daftar isi

Halaman Judul.....	1
Copyright.....	2
Daftar isi.....	3
BANTAL KELUARGA.....	6
Bab I_Pendahuluan	6
Bab II Tujuh Bantal Keluarga	12
Bantal Pertama: Efesus 4:25 – Mengatakan yang Benar.....	13
Bantal Kedua Efesus 4:26, 27 –Mengendalikan Kemarahan	19
Bantal Ketiga: Efesus 4:28—Hidup Disiplin.....	23
Bantal Keempat: Efesus 4:29—Mengenali Kebutuhan.....	26
Bantal Kelima: Efesus 4:30—Tidak Mendukakan Roh Kudus	30
Bantal Keenam: Efesus 4:32—Berbuat Hal-hal yang Baik	33
Bantal Ketujuh: Efesus 4:32—Mengampuni.....	35
Bab III Penutup.....	39
TERLEPAS TAPI TIDAK TERPUTUS.....	42
Pendahuluan	42
Tujuan Pernikahan	43
Penyatuan yang Keliru	44
Keintiman: Jalan menuju Penyatuan	45
Rintangannya terhadap Penyatuan	46
Rasa Takut dan Keterpisahan.....	49
Rasa percaya dan Keintiman.....	51
Kesimpulan.....	53
MAKNA MENGASIHI SUAMI KEPADA ISTRI.....	54
Pendahuluan	54
Istri sebagai Penerima Kasih	54
Makna Mengasihi Istri	56

Mengasahi berarti mempertimbangkan kepentingan istri.	59
Mengasahi berarti memenuhi kebutuhan emosionalnya.	60
Mengasahi tidak berarti membenarkan semua perbuatan istri.....	62
Kesimpulan.....	63
MAKNA TUNDUK ISTRI KEPADA SUAMI.....	66
Pendahuluan	66
Kepemimpinan Suami	67
Ketundukan Istri.....	69
Memberikan Masukan	74
JIKA KITA BERSELINGKUH.....	76
Pendahuluan	76
Ah, Ini Hanya Persahabatan!	77
Ah, Saya Pasti Bisa!	80
Jangan Memberi Nama Lain!	81
Jangan Bersandar pada Perasaan!	83
Jangan Mengasihani Rekan Zinah!.....	86
Jangan Menyalahkan Orang Lain!.....	90
Bersabarlah!.....	92
Akuilah Dosa!	95
Mintalah Maaf Berulang-Kali!.....	97
Berhentilah Berdosa demi Tuhan!	101
PUBERTAS KEDUA	104
Pendahuluan	104
Fase Pubertas: Fase Perubahan	105
Kejatuhan Moral	107
Menarik perhatian lawan jenis.	107
Mapan secara ekonomi dan karier	108
Matang dalam pemikiran dan tindakan.....	108
Berkurangnya kontak dan kenikmatan seksual.	109
Hidup lebih tenang, lebih lengah.....	109

Pasangan membiarkan.....	110
Meledaknya problem keluarga.	111
Kejatuhan Ekonomi.....	112
Pedoman Melewati Tantangan Hidup Paro-Baya.....	114
Menerima perubahan usia.....	115
Bangunlah relasi yang kuat dengan keluarga.	116
Tanggung jawab kepada Tuhan, bukan hanya kepada manusia.	118
Hidup di dalam Tuhan dan berserah kepada-Nya.	120
Sabar dan rendah hati dalam melewati lembah kelam.....	122
Kesimpulan.....	123

BANTAL KELUARGA

Bab I Pendahuluan

Pasangan calon suami-istri kristen melangkah memasuki bahtera rumah tangganya lewat altar gereja. Di altar itu mereka berdiri mengucapkan janji nikah dan menerima berkat dari pendeta, disaksikan oleh jemaat yang hadir. Janji dari pasangan pria dan wanita yg sedang berbahagia ini berisi komitmen bahwa apa pun yang terjadi di kemudian hari mereka akan mengarungi lautan kehidupan bersama-sama. Itu berarti janji tersebut akan berlaku seumur hidup. Kenapa? Karena kalimat demi kalimat itu sesungguhnya ditujukan kepada Allah Tritunggal yang telah mempertemukan dan kemudian mempersatukan mereka dalam ikatan perkawinan. Apa yang dipersatukan oleh Tuhan pencipta lembaga pernikahan ini (seharusnya) tidak boleh diceraikan oleh manusia. Pernikahan kristiani berlaku sampai maut memisahkan keduanya.

Mengucapkan komitmen dan menjalani komitmen adalah hal yang berbeda. Komitmen dan kekuatan cinta di awal pernikahan harus diyakini dapat menjadi bekal untuk menghadapi tantangan yang sudah menghadang sepanjang pernikahan itu sendiri. Namun sayangnya, komitmen yang diucapkan dengan sepenuh hati bukan sebuah jaminan

atas ketenangan dan kesuksesan ketika mengarungi lautan pernikahan itu. Bukan pula merupakan mantra ajaib yang dapat memastikan semua konflik akan dapat diselesaikan sesuai kehendak-Nya oleh orang-orang yang berada di dalam bahtera .

Keluarga kristen, seperti layaknya keluarga-keluarga yang lain pada umumnya, tidak terlepas dari adanya masalah. Konflik di dalam keluarga bisa terjadi antara suami-istri, orangtua-anak atau di antara anak-anak. Hal ini disebabkan oleh kenyataan bahwa kita adalah manusia berdosa yang kemudian menikah dengan pria atau wanita yang juga berdosa dan kemudian melahirkan anak-anak yang hadir ke dunia juga dalam status sebagai manusia berdosa. Meskipun demikian, menciptakan keharmonisan dan kelanggengan di tengah keluarga bukanlah sebuah kemustahilan. Keluarga bahagia tetap dapat diciptakan. Tentu saja ketika dengan kesadaran penuh seluruh anggota keluarga menempatkan Tuhan Yesus Kristus sebagai Kepala Keluarga..

Salah satu makna menempatkan Kristus sebagai Kepala Keluarga adalah menjadikan kebenaran firman Tuhan sebagai dasar dan alasan atas keputusan-keputusan dan langkah-langkah yang dibuat. Ada begitu banyak firman Tuhan yang dapat kita pegang dan terapkan untuk mewujudkan keluarga yang bahagia. Menjadikan firman Tuhan

sebagai fondasi keluarga dan menerapkannya di tengah keluarga merupakan sebuah upaya yang saya sebut sebagai menyediakan bantal keluarga.

Sebelum lebih lanjut membicarakan tentang bantal keluarga, terdapat dua konsep dasar yang berhubungan dengan bantal keluarga ini.

Pertama adalah **konsep menoleransi atau mengakomodasi**. Maksudnya adalah kita dapat menerima kemanusiaan, yaitu kekuatan, kelemahan, dan keterbatasan dari pasangan atau anak kita. Sekali lagi saya katakan, bahwa kita ini manusia tidak sempurna, menikah dengan pasangan yang tidak sempurna serta melahirkan anak yang tidak sempurna pula. Pasangan dan anak kita pasti mempunyai karakter, sikap, dan perilaku yang tidak kita sukai. Sebaliknya, kita perlu ingat bahwa di dalam diri kita pun pasti terdapat hal yang tidak menyenangkan pasangan serta anak kita. Dengan kesadaran ini, kita belajar memahami bahwa kita tidak dapat secara terus menerus menuntut pasangan dan anak kita menjadi pribadi dengan karakteristik seperti yang kita harapkan.

Kita perlu menyadari bahwa terdapat hal-hal tertentu pada pasangan atau anak kita yang harus kita terima apa adanya dan tidak perlu kita persoalkan. Ada waktu tertentu kita perlu berkompromi dan pada

waktu yang berbeda harus bersikap tegas. Jadi, kita perlu bersikap selektif di dalam menerapkan konsep menoleransi atau mengakomodasi ini, kita sesuaikan dengan kepribadian suami, istri atau anak kita. Kita juga harus peka terhadap situasi serta permasalahan yang ada.

Sikap menoleransi seseorang dipengaruhi oleh latar belakangnya. Sebuah contoh peristiwa, suatu kali nilai ujian anak kita rendah. Secara pribadi kita dapat menerima hasil tersebut dan mengatakan padanya, "Tidak apa-apa kali ini kamu mendapatkan angka 5." Tetapi tidak demikian dengan pasangan kita. Dia sejak kecil terbiasa dituntut untuk berprestasi tinggi. Dia mempermasalahkan nilai yang dianggapnya buruk itu dan memarahi anak kita. Respons kita terhadap nilai yang diperoleh anak kita berbeda dengan respons pasangan, bahkan bertentangan. Kita menerima, pasangan kita menuntut. Kita *adem ayem* saja, pasangan kita marah besar. Kontras. Di mana pun posisi kita, kita perlu waspada dan belajar untuk tidak memaksakan standar pribadi, baik standar yang terlalu tinggi atau terlalu rendah. Dalam konteks masalah nilai ini, kita perlu memperhatikan standar yang dipakai pasangan sekaligus memperhatikan kemampuan dan usaha yang dilakukan anak kita. Kita harus bersikap *fair*. Jika anak kita memang telah menunjukkan usaha yang maksimal maka kita layak menerima hasil yang diperolehnya, meskipun itu sebenarnya tidak

memuaskan. Sisi lain, kita juga harus mencoba memahami sikap pasangan yang berbeda dengan kita. Kita tidak bisa langsung menghakimi serta memarahinya hanya karena tidak sependapat dalam hal memperlakukan anak. Ada sikap yang lebih bijaksana. Kita mengajak pasangan bernegosiasi dan melihat permasalahan sebenarnya. Kita coba memberi pengertian kepada pasangan kita untuk melihat perjuangan yang telah dilakukan si anak. Dalam dialog ini masing-masing dapat menyampaikan pemahamannya dan melihat fakta bersama-sama. Sikap terbuka seperti ini tidak memicu terjadinya silang pendapat yang bakal memperparah keadaan tapi menciptakan kondisi yang lebih positif yaitu saling memahami dan menghargai.

Kedua, konsep membangun. Membangun artinya kita melakukan hal-hal yang menyenangkan hati pasangan dan anak kita. Bila kita anak, berarti melakukan hal-hal yang menyukakan hati orangtua kita. Menyenangkan tidak berarti semua hal kita turuti tapi kita mencoba untuk mengetahui dan memenuhi apa yang menjadi kebutuhan serta kesukaan dari pasangan dan anak kita.

Dua konsep itu saya sebut sebagai “bantal keluarga”. Saya menyebut “bantal” karena perbuatan-perbuatan baik dan menyenangkan yang kita lakukan akan menjadi bantal tatkala timbul konflik. Bantal adalah satu perlengkapan rumah tangga yang dapat kita temukan di setiap

rumah. Bantal menjadi penting bukan hanya karena diletakkan di mana, bentuknya seperti apa, ukurannya seberapa besar atau bahannya terbuat dari apa, tetapi lebih disebabkan oleh fungsinya. Kita biasa meletakkan kepala kita di atas bantal yang berfungsi sebagai alas kepala yang membuat istirahat kita nyaman. Bantal sebagai pengganjal yang empuk juga menjadikan kita dapat tidur dengan nyenyak. Penerimaan dan perbuatan-perbuatan yang menyenangkan seringkali menjadi pengganjal, alas, atau landasan yang empuk tatkala muncul konflik. Bantal tersebut juga berfungsi sebagai peredam kemarahan kita sehingga tidak menjadi krisis berkepanjangan yang berpotensi menghancurkan rumah tangga.

Cinta dan komitmen yang kuat dari suami, istri dan anak untuk membangun keluarga yang bahagia akan membuat semua merasa turut bertanggung jawab memberi kontribusi menciptakan dan terus menambah bantal keluarga dari waktu ke waktu.

Bab II

Tujuh Bantal Keluarga

Ketujuh bantal yang akan saya bahas dilandasi oleh firman Tuhan yang diambil dari Efesus 4. Perikop ini merupakan bagian yang membicarakan tentang manusia baru. Langkah pertama agar kita menjadi pribadi yang diperbaharui adalah dengan sungguh-sungguh bersedia memasukkan firman Tuhan ke dalam hati. Itu berarti kita juga harus senantiasa berdisiplin di dalam belajar firman Tuhan karena dengan cara begitulah kita akan mengenal Tuhan dan kehendak-Nya. Kedua, kita dapat diperbaharui bila mulai mengambil langkah untuk menaati apa yang dikehendaki Tuhan, mengerjakannya dalam kehidupan kita sehari-hari. Melalui ketaatan demi ketaatan inilah kita akan terus bertumbuh di dalam iman dan menjadi berbeda dari kehidupan kita sebelumnya. Ketika kita memproklamirkan komitmen, "Ya Tuhan, saya bersedia melakukan kehendakMu," maka kita akan mulai belajar untuk taat. Proses transformasi dimulai.

Konteks dari Efesus 4 ini adalah nasihat bagi sesama anggota tubuh Kristus atau gereja. Prinsipnya adalah semestinya sebagai sesama anggota tubuh Kristus tidak akan saling melukai. Meskipun bukan dalam pengertian satu tubuh di dalam geeja, kita harus menyadari bahwa pasangan dan anak kita adalah satu dengan kita sebagai satu tubuh juga. Sebagai satu tubuh kita akan saling menjaga relasi. Kita

tidak akan saling menyakiti mereka yang kita cintai. Ini pangkal yang sangat penting bagi sebuah keluarga kristen!

Bantal Pertama -

Efesus 4:25 – Mengatakan yang Benar

“Karena itu buanglah dusta dan berkatalah benar seorang kepada yang lain, karena kita adalah sesama anggota.”

Keterbukaan membuat rumah semarak. Tidak adanya kebohongan di dalam relasi antar anggota keluarga adalah tanda rumah berlimpah cinta. Untuk menciptakannya sangatlah tidak sederhana. Pembangunan karakter jujur ini harus dimulai dari orangtua. Anak meniru perbuatan baik atau buruk dengan melihat teladan yang dipresentasikan oleh orangtuanya. Sebagai orangtua, kita harus menjunjung tinggi kejujuran dan memberanikan diri mengatakan kebenaran apa pun konsekuensinya. Sebagai panutan, janganlah kita memulai, apalagi membiasakan diri berdusta, sekecil apa pun dusta itu. Satu dusta kecil akan diikuti oleh dusta berikutnya dan demikian seterusnya. Harus dicamkan bahwa dusta merupakan sarana iblis untuk membuat seseorang terus berkubang di dalam lumpur dosa. Jadi, bangunlah rumah dengan kejujuran dan hindarilah mendirikan rumah tangga dengan menumpuk kebohongan.

Namun pada kenyataannya, di dunia ini terdapat orang-orang yang bergumul, bahkan terikat, dengan dosa dusta. Banyak hal yang dapat

menjadikan seseorang terjerat dosa satu ini. Salah satu alasan yang cukup jamak adalah ketakutan atas rusaknya sebuah relasi. Ketika kita berinteraksi dengan anggota keluarga dan sesama seringkali di kepala kita muncul pertanyaan, "Bagaimana jika gara-gara mengatakan yang benar ternyata justru memicu pertengkaran?" Jika memang itu resiko yang harus ditanggung, hadapilah! Kebenaran tetap harus menjadi prioritas.

Ironisnya, ada orang tertentu yang hidup dengan banyak kebohongan. Kebohongan sudah mendarah daging! Karakter seperti ini tidak pernah lepas dari latar belakang kehidupan seseorang, khususnya pada masa perkembangan dari anak-anak sampai remaja. Kemungkinan pertama adalah mereka dibesarkan di dalam situasi yang penuh dengan ancaman sehingga hidupnya dikuasai ketegangan dan ketakutan. Seorang anak yang dibesarkan dengan pukulan sebagai konsekuensi dari kesalahan yang dilakukannya akan cenderung memilih berdusta demi menghindari pukulan. Pengalaman demi pengalaman mengajarkan kepadanya bahwa jika tidak berbohong akibatnya terlalu menyakitkan bagi dirinya sendiri. Untuk menghindari rasa sakit, fisik dan batin, dalam kesadaran penuh dia memilih untuk tidak jujur.

Alasan lain yang mungkin adalah anak tersebut dibesarkan di tengah keluarga yang menetapkan standar yang tinggi terhadap banyak hal.

Standar yang tinggi juga berarti sulit untuk dicapai. Seperti halnya alasan pertama, standar ini akan semakin menakutkan jika ditambah dengan catatan bahwa jika tidak mampu meraihnya akan mendapatkan hukuman. Keluarga seperti ini sesungguhnya sedang membesarkan anak untuk menjadi seorang pembohong. Hanya demi menyelamatkan diri dari hukuman, anak-anak akan mengatasinya dengan cara berbohong seolah-olah sudah memenuhi apa yang menjadi tuntutan orangtuanya. Semakin banyak standar diberlakukan, bukanlah hal mustahil semakin banyak kebohongan dilakukan.

Latar belakang berikutnya adalah anak yang bertumbuh dengan memiliki (terlalu) banyak keinginan namun tidak mempunyai sarana yang cukup untuk mewujudkannya. Banyak anak-anak tidak mudah memenuhi keinginannya karena keterbatasan ekonomi orangtua. Anak yang tidak dapat mengendalikan keinginannya akan menempuh cara berdusta demi mendapatkan apa yang dimimpikannya. Yang kemudian terjadi adalah mereka mengatakan membutuhkan uang untuk keperluan sekolah, padahal sebenarnya untuk membeli barang-barang yang dia sukai atau benda-benda trendi yang sedang jadi *mode*.

Tidak hanya pada anak-anak, ancaman ini juga berlaku bagi orang dewasa. Suami atau istri yang suka mengumbar keinginannya dan tidak mampu mengerem pengeluaran keuangan karena merasa banyak

kebutuhan yang harus dibeli juga cenderung berbohong pada pasangannya.

Kebiasaan berdusta pada masa kecil akan menjadi problem sangat serius jika ternyata dibawa sampai dewasa dan saat berkeluarga. Kebiasaan berdusta yang terus dipelihara sangat berbahaya karena pada akhirnya akan menciptakan sosok orang dewasa tanpa hati nurani. Dia dapat dengan mudah menipu karena dia mampu melakukannya dengan ekspresi yang tampaknya tulus. Dusta yang sudah mengakar membawa seseorang sampai pada keadaan dimana ketika berdusta sudah tidak ada lagi perasaan bersalah, tidak merasa gelisah, apalagi merasa takut. Perasaan berdosa pun akhirnya menjadi tumpul. Jika seseorang sudah memegang prinsip “tidak apa-apa berdusta sedikit” maka tinggal menunggu waktu, suatu kali dia akan melakukan dusta besar. Kecenderungan berdusta yang dibiarkan selama bertahun-tahun dapat menggiring seseorang pada kejahatan yang serius. Dusta yang dilakukannya tidak hanya merugikan dirinya sendiri tapi juga dapat mencelakakan orang-orang lain.

Berkata jujur saya sebut sebagai bantal karena kejujuran menjadi sesuatu yang membuat nyaman, sebagai pengganjal (bukan ganjalan) di dalam relasi dengan pasangan dan anak. Karakter ini perlu diajarkan sekaligus dipraktekkan sedini mungkin di dalam keluarga. Anak-anak

perlu dilatih mengatakan dengan jujur apa yang dipikirkan, diinginkan, dan dilakukannya tanpa rasa takut. Jika telah terbiasa mengatakan apa adanya maka ketika terjadi konflik dengan pasangan atau anak, kita sudah mempunyai keyakinan bahwa mereka akan mengatakan kebenaran. Orangtua dapat mengajar anak melalui kehidupan mereka sendiri yang berani mengakui kesalahan di hadapan anak-anak, meminta maaf kepada anak dan memperbaiki apa yang salah.

Kejujuran merupakan indikasi keterbukaan yang positif. Kebiasaan untuk terbuka dengan mengatakan kebenaran sangat mendukung penyelesaian konflik dengan cepat. Jika suatu ketika terjadi kesalahpahaman, karena masing-masing sudah memiliki rasa percaya, maka salah satu pihak dapat menanyakan dengan baik-baik masalah yang terjadi. Kepercayaan juga membuat kita lebih mudah menerima jawaban yang diberikan sebagai kebenaran karena mengatakan yang benar sudah merupakan kebiasaan. Kecurigaan akan cepat hilang dan kesalahpahaman pun cepat dibersihkan.

Bayangkanlah hal sebaliknya. Beberapa kali kita mengetahui bahwa anak atau pasangan kita ternyata menusuk kita dari belakang dengan cara membohongi kita. Pengalaman itu dapat membentuk kita menjadi pribadi yang sulit mempercayai pernyataan-pernyataan yang mereka buat. Akhirnya, ketika terjadi sesuatu yang kita ragukan

kebenarannya, kita langsung melakukan konfrontasi. Mereka menyangkal dengan keras telah berdusta dan mencoba meyakinkan kita bahwa apa yang kita katakan salah. Pertengkaran mulut tak terhindarkan. Semua pihak saling membela diri atau bahkan saling menyerang karena dipenuhi kemarahan. Mungkin saja pada waktu itu dia mengatakan hal yang benar, namun karena sudah terlalu sering berbohong, sewaktu konfrontasi kita sudah tidak dapat lagi percaya kepadanya. Pasangan atau anak kita menjadi marah karena tetap tidak dipercaya, sementara diri kita juga sulit mempercayai karena tidak menemukan bukti yang kuat bahwa dia jujur dengan pengakuannya. Pertengkaran dapat dipastikan semakin panas.

Bagaimana menghadapi mereka yang telah memiliki kecenderungan berdusta dalam hidupnya? Ada beberapa cara. *Pertama*, tidak bisa tidak kita harus memperlakukan dia dengan fakta. *Kedua*, kita tidak perlu meladeni orang seperti itu dengan perdebatan karena memperpanjang masalah adalah *hobi* mereka. Kita perlu mengatakan kepadanya, "Sudah, kita tidak usah berdebat, fakta sudah berbicara dengan jelas, dan kamu tidak perlu lagi membela diri!" Ketika berbicara dengannya kita biasakan untuk tidak bertele-tele. Pembicaraan yang berkepanjangan akan membuat si pembohong senang, dia seperti diberi kesempatan untuk membela diri, untuk membenarkan apa yang dilakukannya. Para pembohong mempunyai

“keahlian” memutarbalikkan fakta. *Ketiga*, setelah menyodorkan fakta kita langsung memberi ganjaran kepadanya. Kita dapat mengatakan kepadanya, “Saya tidak bisa mempercayai kamu untuk hal ini dan saya tidak dapat lagi mempercayakan hal baru kepada kamu. Saya tidak bisa lagi mengetahui sesungguhnya apa yang terjadi sebab apa pun yang kamu katakan terdapat kemungkinan merupakan kebohongan.”

Tidak ada kebenaran bisa berarti sudah tidak lagi ada bantal. Tidak adanya bantal kejujuran dapat berarti mulai hilangnya kebahagiaan.

Bantal Kedua

Efesus 4:26, 27 –Mengendalikan Kemarahan

“Apabila kamu menjadi marah, janganlah kamu berbuat dosa: janganlah matahari terbenam, sebelum padam amarahmu dan janganlah beri kesempatan kepada Iblis.”

Manusia adalah pribadi yang diciptakan Tuhan dengan kemampuan untuk mengelola emosinya. Salah satu emosi yang perlu dikelola adalah kemarahan karena marah adalah emosi yang bertegangan tinggi. Firman Tuhan menyatakan kalau Tuhan tidak melarang kita untuk marah, tapi Tuhan meminta kita untuk tidak dikuasai oleh emosi ini.

Apabila kamu menjadi marah, janganlah kamu berbuat dosa. Prinsip pertama adalah kendalikan emosi kita. Artinya, ketika karena sesuatu

hal kita menjadi marah kepada pasangan atau anak kita jangan sampai kita kehilangan kontrol atas diri kita. Tanda bahwa kita telah kehilangan kontrol adalah secara membabi buta bersikap menyerang, menghancurkan, menghina, menjatuhkan, mencaci maki atau mengumpat sampai melewati batas. Sikap seperti itu menandakan kita telah jatuh ke dalam dosa. Kita terancam untuk berbuat hal yang lebih buruk lagi.

Kemarahan dapat terdeteksi melalui perkataan yang kasar, ucapan yang menyakitkan hati disertai volume suara yang keras, dan nada tinggi. Semua itu kita lakukan dengan lidah kita. Lidah menjadi begitu tajam dan kita pakai untuk mengiris-iris hati seseorang. Jika kita gagal menjaga lidah kita sehingga hati pasangan atau anak kita terluka, bukan hal yang mustahil hal tersebut menyebabkan mereka ikut terbakar emosinya, bahkan balik memarahi diri kita. Terjadilah perang mulut. Situasi pun akan menjadi lebih parah dan sulit ditengahi.

Kemarahan yang tidak terkendali dapat menjadi benih kebencian yang akan mengakar dan tumbuh subur menjadi kepahitan bagi diri kita sendiri atau pada orang yang kita marahi. Lebih menyedihkan jika ternyata tanpa kita sadari kita yang menyiraminya sehingga kebencian tumbuh subur di tengah keluarga. Kita dapat mencegah itu semua jika

kita (semakin) terampil mengelola emosi kita, belajar lebih sabar dan memahami orang lain.

Prinsip berikutnya adalah, ***janganlah beri kesempatan kepada iblis.*** Sewaktu kita membiarkan emosi marah kita berkobar, itu berarti kita sudah memberi kesempatan pada iblis untuk menyusup di dalam diri kita. Bagaimana caranya agar tidak memberi kesempatan kepada iblis memanfaatkan kemarahan kita? Jangan menambahkan “minyak” dalam kemarahan. “Minyak” dalam kemarahan adalah ungkapan-ungkapan yang isinya mengungkit-ungkit peristiwa masa lalu. Bukankah kita merasa jengkel jika seseorang membongkar-bongkar apa yang sudah pernah terjadi untuk menguatkan bahwa dia benar dan kita salah. Demikian juga orang lain. Hal seperti itu dapat membuat pihak lain yang mendengar menjadi ikut panas hati. Kita perlu belajar untuk fokus kepada masalah yang sedang terjadi pada waktu itu, tidak perlu menarik-narik masa lampau untuk disodorkan lagi kepada pasangan atau anak kita. Sikap seperti itu akan mengorek luka lama.

Tidak memberi kesempatan kepada iblis juga dapat kita lakukan dengan cara menyelesaikan masalah sebelum matahari terbenam. Biasakanlah untuk tidak memendam perasaan dendam pada orang lain yang bermasalah dengan diri kita. Jangan sampai kita berjanji di dalam

hati bahwa tidak akan pernah memaafkannya lagi jika orang tersebut mengulangi kesalahannya di waktu yang akan datang. Iblis senang melihat ekspresi kemarahan yang tidak terkendali seperti itu.

Pada waktu tertentu kita dapat merupakan pihak yang menjadi sasaran kemarahan dari pasangan atau anak kita. Dalam kasus seperti ini, pengenalan terhadap mereka menjadi unsur yang sangat penting. Pengenalan yang baik terhadap kepribadian mereka akan membuat kita lebih tepat merespons kemarahan yang ditujukan kepada kita.

Respons terhadap kemarahan seseorang bisa ditunjukkan dengan beberapa cara: memberi jawaban, memberi penjelasan, atau justru untuk sementara waktu bersikap diam. Ada orang yang ketika dia marah akan lebih terpancing jika pihak yang dimarahinya memberikan jawaban atau mencoba menjelaskan, namun orang yang berbeda justru semakin marah jika yang dimarahinya hanya diam saja. Respons yang tepat akan seperti air dingin menyiram api yang membara. Respons yang *pas* membuat emosi yang berkobar dapat diredam, emosi yang tinggi menjadi surut.

Mampu mengendalikan kemarahan menjadi bantal karena bisa meredam kemarahan diri kita sendiri, kemarahan pasangan atau kemarahan anak. Jika seseorang semakin terampil mengelola emosinya

maka konflik yang terjadi tidak akan berkobar terlalu besar. Mari belajar untuk mengeluarkan unek-unek dengan baik, merespons dengan tepat dan saling menjaga perasaan.

Bantal Ketiga

Efesus 4:28—Hidup Disiplin

“Orang yang mencuri, janganlah ia mencuri lagi, tetapi baiklah ia bekerja keras dan melakukan pekerjaan yang baik dengan tangannya sendiri, supaya ia dapat membagikan sesuatu kepada orang yang berkekurangan.”

Ayat di atas meminta kita untuk menjadi pribadi yang berdisiplin. Orang yang berdisiplin adalah orang yang bertanggung jawab. Hal ini ditunjukkan dengan melakukan segala pekerjaan yang baik dengan tangannya sendiri. Dalam kehidupan keluarga, hal ini dapat diterapkan dengan melakukan pekerjaan-pekerjaan yang menjadi bagiannya dengan rela hati dan menyelesaikan tepat waktu.

Kemalasan menggerus respek. Apa yang akan terjadi jika kita dipercaya untuk mengerjakan sebuah tanggung jawab, namun karena malas kita mengulur-ulur waktu sehingga berkali-kali pasangan atau anak kita terpaksa harus menyelesaikan pekerjaan tersebut? Pengambilalihan pekerjaan oleh orang lain yang disebabkan oleh kemalasan dapat menjadi awal mala petaka bagi ketenangan keluarga. Kemalasan bahkan dapat menyebabkan perpecahan antar anggota keluarga.

Mengabaikan tanggung jawab selalu menimbulkan masalah. Untuk menghindari masalah maka biasanya harus ada orang lain yang mengerjakannya. Sementara orang lain menuntaskan kewajiban kita, sesungguhnya otoritas kita juga ikut diambil alih. Ketika menyadari otoritas kita telah berkurang atau bahkan hilang, barangkali kita menjadi sulit menerima dan menjadi marah buta. Kita tidak mampu melihat dengan tepat apa yang sesungguhnya sedang terjadi. Kita beranggapan otoritas kita diambil tanpa izin, padahal yang terjadi lebih kepada kita menyerahkannya kepada pasangan atau anak kita karena kemalasan kita sendiri. Orang yang malas dapat dengan semena-mena mencari pelbagai alasan untuk menyalahkan atau memanfaatkan orang lain namun menjadi sangat tersinggung ketika dia menyadari kehilangan otoritas yang sebelumnya ada pada dirinya

Hidup disiplin dapat menjadi bantal bagi keluarga kita. Pada waktu tertentu bisa saja muncul konflik karena salah satu anggota keluarga tidak mengerjakan bagian yang dipercayakan kepadanya. Pekerjaan menjadi terbengkalai atau bahkan terpaksa dikerjakan orang lain. Peristiwa itu tidak akan menjadi masalah besar jika di dalam keseharian kita sudah menunjukkan gaya hidup yang bertanggung jawab atas pekerjaan yang diserahkan kepada kita. Masalah dapat dibicarakan dengan baik dan kita percaya bahwa hal tersebut tidak akan terulang kembali karena memang tidak disebabkan oleh

kemalasan. Berbeda halnya jika kita sudah tidak lagi mempunyai respek kepada mereka, peristiwa yang terulang kembali dapat memicu pertengkaran yang lebih dasyat.

Lebih jauh lagi, hidup disiplin dan bertanggung jawab yang telah ditunjukkan pasangan membuat kita dapat memaklumi dan menghargai pasangan kita bila dalam kurun waktu tertentu dia mengalami situasi krisis, tidak mempunyai pekerjaan misalnya. Kenapa kita bisa tetap menerima? Karena kita mengenal pasangan kita bukan sebagai pria atau wanita yang malas. Kita meyakini status pengangguran hanya untuk sementara dan pasangan kita tetap melakukan usaha untuk memperoleh pekerjaan baru. Kita juga menyaksikan bahwa selama masa rehat dia mengisi waktunya dengan melakukan pekerjaan rumah tangga

Orang-orang yang malas memang tidak senang pada kerja keras. Sikap serta perilaku seperti itu membuat orang yang melihatnya menjadi tidak lagi menaruh rasa hormat padanya. Betapa berbahayanya keharmonisan sebuah keluarga jika rasa hormat terus menerus tergerus karena salah satu anggota keluarga menjadi orang yang tidak mau bekerja keras, maunya santai saja dan tidak mengerjakan tanggung jawabnya dengan serius.

Bantal Keempat

Efesus 4:29—Mengenali Kebutuhan

“Janganlah ada perkataan kotor keluar dari mulutmu, tetapi pakailah perkataan yang baik untuk membangun, di mana perlu, supaya mereka yang mendengarnya, beroleh kasih karunia.”

Kita dapat membangun orang lain dengan memenuhi kebutuhan-kebutuhannya. Namun sebelumnya kita perlu mengenali kebutuhan tersebut. Seringkali kita merindukan sebuah hubungan yang berkembang dan bermakna di dalam keluarga, namun bingung bagaimana menciptakannya. Hal itu dapat dicapai dengan menyuplai kebutuhan pasangan dan anak kita. Celaknya, kita tidak menginvestasikan cukup waktu untuk terlebih dahulu mengenali apa sesungguhnya kebutuhan mereka. Dengan demikian kita tidak sedang membangun apa yang sebenarnya kita harapkan.

Memenuhi kebutuhan harus bersifat obyektif. Kita harus menggunakan standar dari orang yang akan kita penuhi kebutuhannya, bukan memaksakan anggapan kita sendiri bahwa (pasti) pasangan atau anak kita membutuhkan apa yang ada di dalam pikiran kita. Kita harus berpikir bahwa yang penting bukanlah apa yang kita anggap baik, tetapi sesuatu yang akan diterima dan dihargai oleh pasangan maupun anak kita.

Ada beberapa kebutuhan yang perlu dipenuhi dalam diri seseorang. Biasanya seseorang membutuhkan *dorongan*. Bila suatu kali anak kita mengalami kesulitan di dalam belajar, kita dapat mengatakan kepadanya, "Mama/Papa sangat menghargai perjuanganmu, kamu sudah berusaha sebaik-baiknya, dan mama/papa mengerti bahwa ujian yang diberikan tidak mudah. Mama/Papa bisa terima *kok* hasil yang kamu peroleh. Jangan menyerah ya, tetaplah belajar dengan sepenuh hati, kamu masih ada kesempatan untuk mendapatkan nilai lebih baik." Kalimat-kalimat yang membangun seperti itu akan menguatkan yang mendengarnya. Anak kita pun akan semakin bersemangat untuk berjuang mendapatkan angka lebih besar. Dia tahu bahwa kita mendukung keinginannya untuk mendapatkan nilai yang lebih tinggi, menghargai apa yang dilakukannya dan siap membantunya.

Kebutuhan lain yang biasanya penting untuk dipenuhi adalah kebutuhan akan *kasih sayang*. Kebutuhan akan kasih sayang dipenuhi dengan cara memberikan perhatian. Seringkali pasangan atau anak kita harus menghadapi tugas yang lebih berat dari biasanya, ketika dia pulang kita dapat menunjukkan perhatian dengan menyatakan, "Bagaimana hasilnya? Tadi saya mendoakan kamu *lho*." Sapaan ringan seperti itu sudah menandakan bahwa kita memperhatikan dia.

Orang sering berpikiran bahwa memperhatikan tidak harus melalui perkataan, yang penting perbuatan. Namun kita lupa bahwa seringkali ungkapan-ungkapan yang tepat jauh lebih berpengaruh daripada perbuatan-perbuatan kita. Mengucapkan kalimat “aku sayang kepadamu” atau “kamu orang yang sangat berharga di dalam hidupku” tidak hanya membuat seseorang berbunga-bunga, tetapi juga membangkitkan semangat untuk hidup lebih baik. Menyadari bahwa kita dikasihi dan berharga bagi pasangan atau bagi anak kita juga mendorong kita untuk lebih mengasihi mereka.

Kata-kata yang membangun seperti itu selalu menyenangkan telinga dan hati pasangan atau anak kita. Ini adalah bantal yang penting di dalam keluarga. Konflik yang sesekali muncul tidak akan menjadi sebuah krisis sebab di dalam keseharian sudah ada bantal dalam bentuk pernyataan-pernyataan positif. Dorongan dan perhatian menjadi bantal yang sangat lembut di tengah-tengah keluarga.

Orang yang terbiasa mengungkapkan kata-kata yang membangun mencerminkan apa yang terdapat di dalam pikiran dan hatinya adalah perkara yang baik dan bersih. Sebaliknya, orang yang isi pikirannya kotor akan menjadi pribadi yang sulit menyatakan perkara-perkara yang menyenangkan hati dan membangun hidup orang lain. Orang seperti ini akan lebih mudah mengungkapkan kata-kata yang berisi

cacian, mengandung unsur penghinaan atau hal-hal yang menandakan bahwa di dalam hatinya terpendam banyak kebencian, kemarahan, atau rasa dengki. Bila yang mengisi hati dan pikiran kita hal-hal yang buruk, kita perlu membersihkannya. Belajarlah untuk mulai menahan diri dan mengendalikan lidah, bahkan lebih baik memilih diam jika muncul keinginan untuk mengatakan hal-hal yang tidak pantas kepada pasangan atau anak kita.

Pada posisi yang berbeda, bisa jadi kita adalah obyek yang sering menerima perkataan tidak senonoh dari pasangan atau anak kita. Kita bergumul dengan perasaan kita sendiri. Kita terancam untuk membenci mereka, bahkan ada keinginan untuk membalasnya dengan kata-kata yang tidak kalah jahatnya. Bila itu yang terjadi, kita membutuhkan pertolongan Tuhan Roh Kudus untuk dapat bereaksi dengan lebih baik atas apa yang kita dengar. Dapat dipastikan bahwa sesungguhnya kita tidak akan mampu mengatasi pergumulan seperti ini hanya dengan kemauan dan kemampuan kita pribadi karena lebih mudah bagi kita untuk memilih yang buruk daripada mencoba kebaikan. Kita dapat datang mengakui dan menyampaikan kepada Tuhan bahwa kita menyesal sudah mempunyai niat buruk di dalam hati. Kita perlu meminta ampun sekaligus meminta pertolongan-Nya agar dapat membuang perasaan-perasaan negatif yang ada, menyucikan mulut, hati, serta pikiran kita. Selain berdoa meminta

pertolongan Tuhan, kita perlu menindaklanjuti dengan terus membiasakan diri mengisi hati dan pikiran dengan kebenaran firman Tuhan. Apa yang ada di dalam hati, itulah yang akan memancar keluar dari kehidupan kita.

Bantal Kelima

Efesus 4:30—Tidak Mendukakan Roh Kudus

“Dan janganlah kamu mendukakan Roh Kudus Allah, yang telah memeteraikan kamu menjelang hari penyelamatan.”

Melakukan sesuatu yang menyimpang dari firman Tuhan sama dengan melakukan perlawanan terhadap Tuhan Roh Kudus. Kita seringkali mencoba menyembunyikan atau melarikan diri ketika penyimpangan itu terjadi. Setiap dosa sebenarnya kita lakukan dengan terbuka di hadapan Allah meskipun untuk sementara kita dapat menyembunyikannya di hadapan manusia. Ketika kita berdosa jangan berlari dan bersembunyi karena tidak ada dosa yang tidak tertangkap oleh Allah. Menyembunyikan dosa di hadapan-Nya bagi manusia adalah kesia-siaan, seperti halnya menangkap asap dengan tangan. Tuhan juga tidak membiarkan suatu dosa tetap terbungkus rapat, pasti suatu saat akan terkuak. Dia tidak pernah berkompromi terhadap dosa. Dia akan mengejar pelakunya, memunculkannya ke permukaan sehingga terbuka bagi sesama. Bila kita telah berdosa namun menyembunyikannya maka tinggal menunggu waktu sampai suatu saat Tuhan menyingkapkannya.

Tidak kalah pentingnya adalah keberanian untuk mengakui dosa di hadapan pasangan atau anak kita. Kita meminta maaf dengan tulus kepada mereka, dan memulai hidup yang baru lagi bersama-sama. Jika kita enggan, malu atau takut untuk mengakui dosa di hadapan Tuhan dan orang lain, Iblis akan memakainya sebagai celah untuk menarik kita lebih dalam masuk kubangan dosa untuk waktu yang lama, bahkan menjadikan hidup kita terikat dengan dosa tertentu. Kita harus bertekad untuk tidak melekat pada dosa

Jika kita menyadari telah terlanjur berbuat dosa jangan menyimpannya terlalu lama. Kekudusan ditunjukkan dengan hidup penuh rasa takut pada Tuhan. Langkah paling bijaksana adalah mengakuinya dan meminta ampun di hadapan Tuhan. Sikap yang berani mengakui disertai penyesalan dan diikuti oleh pertobatan menyukakan hati Tuhan.

Kita harus berhenti dari kebiasaan menutupi dosa karena Allah menyayangi anak-anak-Nya yang mengakui dosanya dan kemudian meninggalkan dosa itu. Pengakuan yang disertai pertobatan akan membawa seseorang—dengan anugerah Allah—keluar dari kubangan dosa. Jadi bagian kita sebagai pendosa adalah mengakui dan meninggalkan dosa, keduanya harus berjalan beriringan. Dengan

demikian kita akan dapat menjaga keutuhan keluarga dan membangunnya menjadi keluarga yang sehat.

Roh Kudus telah memeteraikan kita menjelang hari penyelamatan. Hal itu berarti kita telah diadopsi oleh Tuhan dan diberikan hak menjadi anak-Nya. Tanda bahwa kita telah dimeteraikan menjadi anak-Nya adalah Roh Kudus berdiam di dalam diri kita. Jika kita menyadari bahwa hati kita tempat Tuhan Roh Kudus bersemayam maka sudah selayaknya kita senantiasa menjaga kekudusan hidup, tidak mencemari tubuh kita dengan pelbagai perbuatan dosa.

Anggota keluarga yang belajar tidak mendukakan Roh Kudus dengan menjaga kekudusan hidupnya adalah bantal bagi keluarga. Kadang-kadang pertengkaran tidak dapat dihindari di tengah keluarga, namun pertengkaran itu akan lebih mudah diselesaikan bila tidak ada dosa yang disembunyikan. Dosa yang terus disembunyikan bisa jadi justru menjadi akar dari masalah-masalah keluarga yang berkepanjangan. Dosa yang disimpan rapat-rapat menjadi sebab tidak pernah tuntasnya penyelesaian konflik antar suami-istri atau orangtua-anak. Menyimpan dosa dapat menimbulkan penyakit, menghabiskan energi, menghalangi kasih bertumbuh di tengah keluarga. Iblis pun dapat menari-nari di atasnya karena menemukan celah lebar untuk

menghancurkan keluarga. Iblis sadar bahwa pelan tapi pasti kehancuran akan memihak pada keluarga itu.

Sebagai Bapa, Dia mengharapkan kita anak-anak-Nya untuk bersedia mendengarkan Roh Kudus yang terus bersuara di dalam hati kita. Jika kita dengan sengaja terus menerus hidup tanpa mempedulikan suara Roh Kudus maka akan ada titik di mana Dia pun akan membiarkan kita. Allah menyerahkan orang-orang yang bersikap mengeraskan hati ke dalam hawa nafsu mereka sendiri. Allah tidak lagi berkata-kata kepada orang yang seperti itu, Dia tidak lagi memperingatkan karena memang sudah tidak lagi didengarkan.

Bantal Keenam

Efesus 4:32—Berbuat Hal-hal yang Baik

“Tetapi hendaklah kamu ramah seorang terhadap yang lain, penuh kasih mesra”

Kita dapat mengekspresikan banyak sekali perbuatan baik pada keluarga. Hal sederhana seperti menawarkan pertolongan untuk meringankan beban pekerjaan pasangan atau anak kita sudah akan menceriakan keluarga. Kebaikan adalah bantal keluarga. *Pertama*, kebaikan itu menyenangkan hati orang yang menerimanya. *Kedua*, kebaikan akan diingat, tercatat kuat di dalam memori. Ketika menghadapi konflik dengan pasangan atau anak kita, kebaikan-kebaikan di masa lampau dapat menjadi pengganjal. *Ketiga*,

perbuatan-perbuatan baik dapat menetralkan kemarahan. Pertengkaran dan kemarahan akan lebih cepat reda jika kita mengenal pasangan dan anak kita sebagai pribadi yang suka menolong.

Seseorang yang mendapatkan cukup cinta dan perhatian di dalam rumahnya sendiri tidak akan mencari-cari kasih sayang di luar rumah. Mereka yang mengalami kehangatan kasih dari anggota keluarga cenderung memiliki kasih yang tulus. Yang saya maksudkan adalah, banyak orang dapat berbuat baik jika di luar rumah, sementara di tengah keluarga dikenal sebagai orang yang tidak berbelaskasihan, maka dapat saya katakan bahwa kasih yang ditunjukkannya tidak murni. Mereka adalah orang-orang yang memakai samaran-samaran, topeng-topeng, 'kosmetik' di hadapan orang lain. Untuk mendapatkan cinta orang lain mereka menampilkan yang baik, menyenangkan, dan sempurna di hadapan orang-orang. Namun di kedalaman hatinya, perbuatan baik mereka dilandasi oleh kekurangan kasih sayang dan dimotivasi oleh keinginan mendapatkan pengakuan, penerimaan, atau pujian dari orang-orang yang melihat atau menerima kebaikannya. Kebaikan yang seperti ini adalah kebaikan yang palsu.

Kebaikan hati yang murni tidak dilakukan demi kepentingan pribadi. Selayaknya kita berbuat kebajikan karena memang di dalam diri kita ada yang baik, yaitu hasil dari pekerjaan Tuhan yang telah

memperbaharui hidup kita. Kita sebagai anak-anak Tuhan sudah terlebih dahulu menerima dan mengalami kasih sayang Tuhan yang melimpah. Kasih itu kita terima untuk dialirkan kepada orang lain melalui perbuatan-perbuatan baik kepada sesama, khususnya kepada pasangan dan anak kita.

Bantal Ketujuh

Efesus 4:32—Mengampuni

**“....dan saling mengampuni,
sebagaimana Allah di dalam Kristus telah mengampuni kamu.”**

Pasangan dan anak kita adalah pribadi yang dapat melakukan kesalahan, perbuatan yang tidak menyenangkan atau hal-hal yang menyakiti hati kita. Kita perlu mengampuni mereka. Kita mengampuni karena Tuhan sudah terlebih dahulu melakukannya kepada kita, dan Tuhan pun mengajar kita untuk mengikuti teladan-Nya. Jika kita enggan untuk mengampuni itu sama artinya dengan melawan Tuhan secara terbuka.

Pengampunan dan rasa terluka berjalan bergandengan. Mengampuni orang lain tidak secara otomatis membuat luka yang menganga seketika menjadi tertutup rapat. Luka yang tertoreh di dalam hati sering memunculkan kemarahan dan berteriak-teriak menuntut pembalasan. Susahnya adalah ketika kita memutuskan untuk mengampuni pasangan atau anak kita (atau orang lain) tekad pertama

yang harus diambil adalah tidak melakukan balas dendam. Kita harus menghadapi luka kita dan menyerahkannya pada Tuhan. Dengan demikianlah kita dapat dengan lega menyerahkan pembalasan sebagai wewenang Tuhan saja, bukan hak kita sebagai manusia. Kadang-kadang ketika pasangan atau anak kita menyakiti hati kita, di dalam kesedihan atau kemarahan yang kita rasakan, kita terdorong untuk membalas dengan menggoreskan luka pula di hatinya. Kita ingin sekali menohok titik lemah mereka. Intinya, ketika terluka kita lebih berniat untuk melakukan serangan balik daripada memberikan pengampunan.

Mengampuni memang bukan sikap yang mudah untuk diambil namun kita perlu untuk mau melakukannya dan benar-benar melakukannya. Proses pengampunan dapat dimulai dengan mengucapkan doa pengampunan. Kita dapat mengatakan kepada Tuhan, "Tuhan, saya bersedia mengampuni dia. Tolonglah saya. Berikanlah kekuatan untuk saya dapat melakukannya. Bantu saya untuk tidak membalas karena Engkau lah yang akan menangani hal itu." Mengampuni adalah sesuatu yang bersifat ilahi karena itu kita tidak akan mampu melakukannya sendiri kecuali dengan topangan dari Allah saja.

Mengampuni tidak berarti melupakan. Sejauh kita tidak amnesia, sampai kapan pun kita mempunyai potensi untuk tetap mengingat perkataan atau perilaku yang telah menyakiti hati kita. Kita mungkin

tidak akan bisa melupakannya, namun jika kita telah bertekad mengampuni maka ketika memori itu muncul kita dapat merespons dengan tepat. Kita tidak akan membiarkan pikiran tersebut terus menggerogoti hati kita. Kita tidak akan menindaklanjuti ingatan kita dengan hal yang dapat mengarah kepada balas dendam, tidak melakukan aksi destruktif apapun atau mengizinkan kemarahan semakin berkobar. Kita biarkan ingatan itu sekedar lewat. Bahkan dapat mengambil respon yang konstruktif, berdoa kepada Tuhan lagi misalnya. Seiring berjalannya waktu, karena pertolongan Tuhan, ketika ingatan itu mencuat kembali kita akan menemukan bahwa perasaan marah kita semakin luruh dan akhirnya menghilang. Waktu dapat membuat kita menjadi biasa-biasa saja ketika mengingat atau bertemu orang yang melukai kita.

Tidak menyimpan dendam adalah bantal di dalam keluarga. Jika dalam konflik kita dalam posisi bersalah, ingatan bahwa pasangan atau anak kita adalah pribadi yang terbuka untuk pengampunan akan membuat kita lebih tenang menghadapi persoalan yang ada. Setiap orang akan merasa nyaman membicarakan permasalahan dengan berterus terang karena mengetahui bahwa pintu maaf terbuka, masalah akan terselesaikan dan tidak ada dendam bakal disimpan.

Mencintai pasangan atau anak kita dengan cara bersedia memberikan pengampunan dapat menghasilkan buah kebaikan yang jauh lebih besar daripada membiarkan kebencian dan dendam bersemayam di dalam hati kita.

Bab III

Penutup

Bayangkanlah!

Ketika kita bertengkar dengan pasangan atau anak kita, kita tidak menemukan adanya bantal-bantal keluarga yang telah saya diuraikan. Apa yang terjadi? Tiadanya bantal-bantal itu menjadi ancaman bagi keutuhan keluarga kita. Konflik akan berkembang menjadi krisis. Krisis cenderung menciptakan ketegangan-ketegangan dan menimbulkan keretakan yang makin lebar dalam suatu hubungan. Perselisihan yang berkepanjangan tanpa ujung dan pertengkaran yang menjadi makanan sehari-hari mengakibatkan relasi satu dengan lainnya menjadi kaku, kering, dan cinta pun terkikis. Keluarga berada dalam alarm bahaya. Keluarga bisa bercerai berai karena masing-masing berlomba mengedepankan kepentingannya pribadi dan sibuk dengan urusannya sendiri. Menjadi lebih parah lagi jika ternyata saling membalas untuk melukai dijadikan kebiasaan. Semua sikap dan perilaku buruk tersebut sarana empuk bagi Iblis untuk menghancurkan keluarga.

Gelombang konflik di tengah rumah tangga adalah hal yang biasa. Masalah yang pelik juga dapat terjadi pada keluarga kristen yang penuh kasih. Kabar baiknya adalah, Tuhan memberi kemampuan pada kita untuk menghadapi dan menyelesaikannya dengan baik. Hikmat-

Nya dapat kita peroleh ketika kita belajar untuk taat terhadap Dia dan ajaran-Nya. Setiap anggota keluarga mempunyai peran dalam menciptakan sekaligus memelihara bantal keluarga sehingga saat dibutuhkan bantal itu tersedia. Bantal-bantal ini dapat dimanfaatkan sesuai dengan situasi dan kebutuhannya. Bantal-bantal tersebut, baik di dalam proses menciptakannya atau ketika konflik muncul, dapat menjadikan suami-istri, orangtua-anak, anak-anak semakin dekat satu sama lain. Ini dapat tercipta jika kita memberikan diri untuk diperbaharui di dalam Kristus. Semakin banyak bantal menjadikan keluarga kita dari waktu ke waktu lebih baik, lebih harmonis, lebih bahagia, dan kelanggangannya pun terjaga.

Hidup benar sesuai dengan firman Tuhan menjadikan kita sebagai suami, istri, atau anak yang mencintai Tuhan. Kita menjadi saksi-Nya dengan konkret bagi keluarga. Atau mungkin saja saat ini hanya diri kita yang menyadari akan hal ini? Janganlah berputus asa dan jangan menyerah untuk terus memegang dan mempraktekkan prinsip-prinsip firman Tuhan. Kebaikan yang terus menerus bisa menular. Kita dapat meyakini bahwa bukan hanya kejahatan dan hal-hal buruk yang dapat ditularkan, namun kebaikan pun dapat. Jika pada akhirnya semua anggota keluarga mempunyai misi yang sama yaitu melakukan hal-hal yang menyenangkan hati Tuhan—sesuai dengan Efesus 4:25-32—maka

kerinduan untuk *setia sampai kematian memisahkan* merupakan keniscayaan.

Tersedianya bantal-bantal keluarga juga menandakan bahwa keluarga kita adalah keluarga yang berlimpah dengan cinta. Dengan adanya bantal keluarga berarti tersedia pengganjal yang empuk dan lembut ketika kita jatuh. Konflik dapat segera diselesaikan dengan penuh keberanian karena mengetahui telah tersedia landasan yang nyaman untuk membicarakannya.

Kita telah belajar tujuh bantal, namun sesungguhnya kebenaran firman Tuhan dapat menjadi inspirasi untuk terciptanya bantal-bantal lain. Roh Kudus sebagai penolong dan sumber kekuatan bagi orang percaya akan selalu memberikan hikmat untuk memahami firman Tuhan dan menerapkan apa yang dikehendaki-Nya. Tuhan kiranya menyertai keluarga Anda.

TERLEPAS TAPI TIDAK TERPUTUS

Pendahuluan

Pernikahan dapat digolongkan dalam tiga kategori. Pertama adalah **pernikahan yang terputus**—dalam pengertian pernikahan itu sudah berada di jurang perceraian. Kedua adalah **pernikahan yang terlepas**—artinya pernikahan tersebut sudah mengalami problem yang serius sehingga hubungan suami-istri sudah tidak akrab. Ketiga adalah **pernikahan yang terikat**, di mana hubungan suami-istri baik dan keduanya menikmati keintiman.

Nah, dari ketiga kategori ini saya kira yang paling banyak adalah pernikahan yang berada *di antara* terikat dan terlepas serta pernikahan pada kondisi terlepas. Pernikahan ini memang belum terputus—belum cerai—tetapi sudah tidak menikmati kedekatan. Sudah tentu tujuan saya membahas topik ini adalah untuk membawa Saudara yang terlepas agar jangan sampai terus terseret hingga akhirnya terputus. Sebaliknya saya justru ingin mengajak Saudara yang berada dalam kondisi terlepas ini untuk meningkatkan relasi pernikahan sehingga dapat terikat kembali.

Tujuan Pernikahan

Sebelumnya saya ingin menjelaskan terlebih dahulu tentang konsep keterikatan di dalam pernikahan. Untuk memahami hal ini, kita harus kembali ke desain asli atau desain orisinal yang Tuhan buat untuk pernikahan. Di **Kejadian 2:24** firman Tuhan berkata: ***“Sebab itu seorang laki-laki akan meninggalkan ayahnya dan ibunya dan bersatu dengan istrinya, sehingga keduanya menjadi satu daging.”***

Di sini dapat kita lihat bahwa yang menjadi tujuan dan tugas pernikahan adalah penyatuan. Jadi, pernikahan seharusnya menyatukan kedua individu yang terpisah dan berbeda menjadi satu kesatuan. Jika inilah tujuan dan tugas utama pernikahan, maka kita dapat menggunakan tujuan ini sebagai barometer untuk mengevaluasi apakah kita telah mencapai sasaran pernikahan yakni dengan bertanya apakah kita dan pasangan telah menyatu. Dengan kata lain, berapa menyatunya (atau tidak menyatunya) kita dapat menjadi ukuran apakah kita telah mencapai target akhir pernikahan yaitu penyatuan.

Menjadi satu berarti kita bergantung pada pasangan dan ia pun bergantung pada kita. Menyatu berarti dalam pengambilan keputusan kita mempertimbangkan pendapatnya dan ia pun memikirkan kepentingan kita. Singkat kata, menyatu berarti kita tidak lagi berjalan sendiri-sendiri melainkan berjalan berdua. Segala

tindakan dan keputusan yang kita buat, diambil dalam kerangka kebersamaan dengan pasangan.

Penyatuan yang Keliru

Kendati itulah tujuannya, ternyata jalan menuju kepada penyatuan tidaklah mudah. Ada banyak hal yang mesti diupayakan untuk sampai pada tempat tujuan. Malangnya sebagian dari kita beranggapan, begitu menikah maka otomatis kita akan menjadi satu. Sewaktu menyadari bahwa ternyata penyatuan menuntut pengorbanan besar, kita malah memilih jalan pintas yang keliru.

Jalan pintas sekilas memberi kesan bahwa kita telah berhasil membangun penyatuan namun sesungguhnya penyatuan seperti ini hanyalah fatamorgana. Misalnya ada di antara kita yang mencaplok atau mendominasi pasangan sehingga pasangan kehilangan otonomi dan kebebasan serta harus tunduk 100% pada kemauan kita. Saya perlu menegaskan bahwa kedua individu menjadi satu dalam pernikahan bukan melalui proses akuisisi atau mengambil alih kehidupan seseorang secara sepihak. Penyatuan dalam pernikahan terjadi bukan lewat tindakan mencaplok atau menguasai, melainkan lewat jalur saling menyesuaikan, saling tenggang rasa, saling mendengarkan, sehingga pada akhirnya kita menjadi lebih intim dan menjadi satu. Jadi, jalan menuju penyatuan adalah keintiman.

Keintiman: Jalan menuju Penyatuan

Firman Tuhan di **Kejadian 2:25** mengisahkan tentang kondisi Adam dan Hawa pada awalnya, *“mereka keduanya telanjang, manusia dan istrinya itu, tetapi mereka tidak merasa malu.”* Sebelum manusia jatuh ke dalam dosa, taman Firdaus adalah satu-satunya tempat di muka bumi di mana manusia bisa menikmati keintiman yang sempurna. Itu sebabnya meski tidak berbusana, Adam dan Hawa merasa sangat nyaman dengan satu sama lain. Tidak ada kecurigaan dan ketakutan; yang ada hanyalah kepercayaan dan rasa aman.

Setelah mereka jatuh ke dalam dosa, hal itu tidak bisa lagi mereka nikmati. Jadi dapat kita simpulkan bahwa keintiman sejati terjalin satu kali saja yaitu di taman Firdaus, sebelum manusia jatuh ke dalam dosa. Di dalam rencana Tuhan, pernikahan menjadi salah satu cara yang la gunakan untuk menyatukan kita kembali dalam satu kesatuan yang didasari atas rasa aman dan saling percaya. Dan jalan menuju penyatuan ini adalah keintiman.

Upacara pernikahan tidak menyatukan kita; yang menyatukan adalah keintiman. Secara status memang kita telah menjadi satu tetapi dalam realitasnya, kita belum menyatu. Hari pernikahan merupakan titik awal kita menjalani proses penyatuan lewat keintiman. Sayangnya sebagian dari kita justru setelah pernikahan malah menjauh, bukan

makin menyatu. Pertanyaannya adalah, apakah yang terjadi sehingga setelah pernikahan kita malah menjauh, bukan mendekat?

Rintangan terhadap Penyatuan

Pada umumnya setelah menikah barulah kita dapat melihat jelas akan siapakah kita dan betapa berbedanya kita. Apabila kita berhasil menyesuaikan diri, maka kita pun akan membangun banyak jembatan yang makin menyatukan kita. Namun bila penyesuaian tidak berjalan lancar, bukannya penyatuan atau keintiman yang tercipta tetapi malah keterpisahan.

Keterpisahan muncul karena kita tidak bisa menyatukan perbedaan di antara kita. Sebagai akibatnya, makin lama kita bersamanya, makin kita memandangnya sebagai orang yang begitu berbeda dari diri kita. Dan ini makin menjauhkan kita darinya. Sebetulnya yang terjadi adalah, kita merasa tidak nyaman untuk dekat, apalagi bergantung pada orang yang *berbeda* dengan kita. Segala sesuatu yang asing biasanya menimbulkan rasa was-was. Kenderungan alamiah kita adalah merasa lebih nyaman dengan orang yang serupa dengan kita.

Masalahnya adalah, setelah menikah, mau tidak mau kita harus menghadapi fakta bahwa memang kita berbeda. Segala persamaan yang kita miliki sesungguhnya merupakan penghuni minoritas belaka;

ternyata perbedaan merupakan penghuni mayoritas dalam pernikahan. Keterpisahan akhirnya mulai mengemuka akibat adanya perbedaan, namun sebenarnya justru ini adalah tantangan yang harus kita atasi. Sayangnya sebagian dari kita tidak berhasil mengatasinya atau enggan untuk mengatasinya. Alhasil yang kerap muncul dalam pikiran adalah, tidak mungkin pasangan dapat mengerti kita dan inilah lahan yang memunculkan konflik.

Tatkala konflik demi konflik terjadi, kita pun makin terpisah. Inilah faktor yang makin menghambat proses penyatuan sebab konflik menjauhkan kita dari keintiman. Jadi dapat kita simpulkan bahwa sebenarnya pernikahan menyimpan potensi atau benih keterpisahan; itu sebabnya kita harus berjuang keras mengalahkan keterpisahan atau perbedaan itu. Ternyata keintiman—dan penyatuan—tidak turun dari langit.

Membangun keintiman dan penyatuan seyogianya dimulai jauh hari sebelum hari pernikahan. Kalau dalam masa berpacaran kita telah bekerja cukup keras untuk menyatukan diri, maka seharusnya perbedaan yang muncul setelah pernikahan tidak terlalu mengejutkan. Sedikit banyak kita pun telah lebih siap untuk menyesuaikan diri atau mengatasi perbedaan yang ada. Yang celaka adalah kalau dalam masa berpacaran kita tidak bekerja terlalu keras.

Ada yang beranggapan bahwa asal ada cinta maka segalanya akan beres dan perbedaan tidak akan mengganggu relasi. Ada pula yang menjalani masa berpacaran terlalu singkat sehingga relasi tidak pernah melewati titik masak untuk memunculkan perbedaan yang ada. Atau ada pula yang mengisi masa berpacaran dengan seks—dosa yang tidak diperkenankan Tuhan—sehingga hal-hal yang perlu dibahas justru tidak dimunculkan atau tidak muncul, karena yang mendominasi adalah nafsu seks belaka.

Pada akhirnya setelah menikah barulah mata terbuka dan kita pun melihat begitu banyaknya perbedaan; pada titik itulah kita mulai bekerja keras mencocokkan diri. Bila tidak berhasil maka yang akan muncul adalah keterpisahan dan keterpisahan adalah ladang subur tumbuhnya konflik. Firman Tuhan berkata di **Kejadian 3:7**, **“Setelah manusia jatuh ke dalam dosa terbukalah mata mereka berdua dan mereka tahu, bahwa mereka telanjang; lalu mereka menyemat daun pohon ara dan membuat cawat.”** Setelah jatuh ke dalam dosa manusia pun membangun benteng perlindungan; inilah awal tembok pemisah di antara kita. Namun sesungguhnya pernikahan adalah kesempatan untuk meruntuhkannya.

Rasa Takut dan Keterpisahan

Keterpisahan melahirkan rasa takut dan rasa takut melahirkan keterpisahan. Kita terpisah atau memisahkan diri karena sebetulnya kita merasa takut; sebaliknya rasa takut memaksa kita untuk lebih memisahkan diri. Jadi keduanya berada dalam satu paket dan saling menyuburkan. Dengarlah apa yang dikatakan Adam di **Kejadian 3:10**, ***“Ketika aku mendengar, bahwa Engkau (yaitu Allah) ada dalam taman ini, aku menjadi takut, karena aku telanjang; sebab itu aku bersembunyi.”*** Setelah manusia jatuh ke dalam dosa, maka dosa menciptakan keterpisahan antara manusia dan Tuhan. Dan reaksi manusia terhadap keterpisahan dengan Tuhan adalah takut. Itulah yang dialami juga dalam keluarga—di dalam hubungan suami-istri, keterpisahan menimbulkan ketakutan.

Pertanyaan berikutnya adalah sebetulnya apakah yang ditakuti? Inilah natur paradoks dari pernikahan: kita menikah karena kita ingin dekat dan menyatu, namun setelah dekat kita takut dekat. Kenapa kita takut dekat adalah dikarenakan kita takut bergantung. Inilah penyebab utama mengapa kita menjauh dari pasangan: kita takut dekat sebab kita takut bergantung kepadanya.

Jikalau itulah penyebabnya, pertanyaan berikutnya adalah kenapa kita takut untuk bergantung. Saya kira jawabannya adalah karena kita

takut untuk percaya, sebab percaya mengharuskan kita untuk menyandarkan diri sepenuhnya pada orang. Mungkin sebagian dari kita bertumbuh dalam lingkungan atau keluarga di mana kita belajar justru untuk tidak bergantung pada orang. Kita takut dikecewakan karena memang kita pernah dikecewakan; kita takut untuk dilukai karena memang kita pernah dilukai. Itu sebabnya kita bersikap waswas dan berupaya untuk tidak bergantung pada pasangan.

Sebaliknya ada pula di antara kita yang dibesarkan dalam keluarga yang terlalu melindungi (*overprotective*). Akhirnya kita takut untuk berinisiatif dan memilih bergantung pada orang untuk mencari aman. Masalahnya adalah, setelah menikah memang kita akan bergantung namun kebergantungan kita sesungguhnya bukanlah berasal dari rasa percaya. Sebaliknya, kebergantungan seperti ini sesungguhnya lahir dari rasa tidak percaya dan takut untuk ditinggal atau ditelantarkan. Itu sebabnya kebergantungan seperti ini begitu mengikat dan memaksakan, membuat pasangan tidak nyaman berada dekat kita. Alhasil ia makin menjauh; dari pihak kita, makin ia menjauh makin besar ketakutan akan keterpisahan dan makin keras usaha kita untuk membawanya kembali kepada kita. Akhirnya keintiman pun jauh panggang dari api dan relasi pernikahan pun terlepas.

Rasa percaya dan Keintiman

Salah satu cara untuk mengukur tingkat keintiman adalah dengan mengukur berapa besarnya rasa percaya pada pasangan. Keintiman yang sehat lahir dari rasa percaya, bukan rasa takut. Sebagai contoh, di dalam relasi di mana rasa percaya hadir, kita berani untuk menjadi diri sendiri di hadapan pasangan. Kita tidak takut ditolaknya sebab kita aman dalam penerimaannya. Di dalam relasi seperti ini, kebergantungan barulah bisa tercipta dan proses penyatuan barulah dapat dimulai.

Rasa percaya juga dibuktikan dari kerelaan kita melepaskan atau memberi kebebasan kepada pasangan. Makin ketat kita menjaga dan memantau perilakunya, makin kecil rasa percaya. Di dalam relasi seperti ini mustahil keintiman lahir dan berkembang. Sudah tentu pasangan pun harus dapat membuktikan diri bahwa memang ia layak dipercaya. Untuk meningkatkan rasa percaya, ada tiga hal yang bisa kita lakukan.

Pertama, kita perlu *memegang janji*, artinya kita tidak berbohong. Ada satu gejala yang sering saya temukan dalam pernikahan yaitu betapa sering dan mudahnya kita berbohong—mulai dari bohong kecil sampai bohong besar. Contoh sederhana adalah tatkala pasangan bertanya, “Ke mana kok tadi lama pulang?” Kita menjawab, “Oh . . . tadi saya

pulang terlambat karena jalannya macet.” Padahal yang terjadi adalah bukannya jalannya macet, melainkan karena kita lama bercengkerama dengan teman-teman dan tidak langsung pulang. Misalkan hal ini sampai diketahui pasangan, bukankah kebohongan ini akan langsung mengurangi rasa percayanya kepada kita?

Saya memahami bahwa kemungkinan besar kita berbohong adalah karena kita ingin mencegah timbulnya keributan. Masalahnya adalah, satu kebohongan acap kali melahirkan kebohongan lain kendati tetap dalam bingkai alasan yang sama yakni menghindari pertengkaran. Saya menyarankan, berterus teranglah kepada pasangan kendati harus bertengkar karenanya. Dengan berterus terang maka kita berkesempatan menyelesaikan masalah yang terpendam. Juga, dengan berterus terang maka sesungguhnya kita tengah membangun rasa percaya yang sehat dan kita tahu bahwa rasa percaya merupakan kunci pembentukan keintiman dan penyatuan.

Kedua, kita membangun rasa percaya dengan cara *menjalani kehidupan yang benar*—tidak berdosa. Kehidupan yang cemar akan mengerosi rasa percaya pasangan sebab pada dasarnya kita hanya mempercayai perkataan orang benar, bukan orang yang salah. Itu sebabnya jika kita ingin dipercaya, kita harus mengupayakan hidup yang benar. Kehidupan yang benar mengundang respek dan makin

tinggi respek kita terhadap seseorang, makin besar rasa percaya kita kepadanya.

Ketiga, kalau kita ingin dipercaya maka kita harus *memikirkan kepentingan pasangan dan keluarga*. Dengan kata lain, kita tidak lagi hidup untuk diri sendiri. Tidak mudah bagi pasangan untuk percaya kepada kita kalau ia menilai kita egois—hanya memikirkan diri sendiri. Lebih mudah baginya untuk menduga bahwa kita bertindak atau berkata seperti ini hanya untuk kepentingan pribadi, bukan untuk kepentingan semua. Akhirnya kepercayaan pun akan terkuras. Sebaliknya bila kita mengutamakan kepentingan semua, maka kita pun akan lebih dipercaya.

Kesimpulan

Sebagai penutup sekali lagi ingin saya tekankan bahwa **rasa percaya mutlak harus ada untuk membangun keintiman dan keintiman harus ada sebelum kita bisa menyatu dengan pasangan kita**. Relasi yang terlepas masih dapat disatukan asalkan kita bersedia melakukan hal-hal sederhana namun penting seperti memegang janji, tidak berbohong, dan hidup benar. Inilah materi yang membangun rasa percaya. Setelah rasa percaya ada, maka keintiman pun hadir, dan akhirnya penyatuan pun tercipta.

MAKNA MENGASIHI SUAMI KEPADA ISTRI

Pendahuluan

Firman Tuhan memerintahkan suami untuk mengasihi istri, “Hai suami kasihilah istrimu sebagaimana Kristus telah mengasihi jemaat dan telah menyerahkan diri-Nya baginya.” (Efesus 5:25) Apakah sebenarnya makna dari “mengasihi istri sebagaimana Kristus mengasihi jemaat”? Untuk mengupas makna ayat ini, saya akan mengajukan dua pertanyaan. Pertama, mengapakah Tuhan secara spesifik menetapkan istri sebagai penerima kasih (seakan-akan pria tidak membutuhkannya dan hanya wanitalah yang butuh dikasihi)? Kedua, sejauh manakah suami mengasihi istrinya untuk menerapkan kasih Kristus kepada jemaat?

Istri sebagai Penerima Kasih

Marilah kita melihat pertanyaan yang pertama terlebih dahulu, yaitu mengapa Tuhan secara spesifik menetapkan istri sebagai penerima kasih seakan-akan hanya wanita saja yang membutuhkan kasih sedangkan pria tidak membutuhkannya. Sudah tentu, sama seperti istri, suami pun membutuhkan kasih. Siapa pun yang menikah

akan mengakui bahwa baik suami maupun istri sama-sama ingin dikasihi sebab kebutuhan untuk dikasihi merupakan kebutuhan primer semua orang, bukan hanya wanita. Jadi, kita bisa menyimpulkan bahwa perintah ini diberikan bukan karena kasih merupakan kebutuhan istri (dan bukan kebutuhan suami).

Kedua, saya juga ingin mengatakan bahwa perintah ini diberikan bukan karena suami memiliki kelemahan tertentu dalam hal mengasihi istrinya. Saya ingin menegaskan hal ini sebab mungkin ada orang yang beranggapan bahwa Tuhan memberikan perintah ini kepada suami, sebab memang suami bermasalah dalam hal mengasihi istri. Fakta memang menunjukkan, banyak perselingkuhan dilakukan oleh pria yang tidak lagi mengasihi istrinya. Namun saya percaya bukan atas dasar inilah perintah itu diberikan.

Menurut saya, alasan utama mengapa perintah ini diberikan ialah karena relasi kepemimpinan yang kristiani adalah relasi yang dilandasi oleh kasih. Saya percaya inilah alasan utamanya. Itu sebabnya kasih suami kepada istri diidentikkan dengan kasih Kristus yang begitu besar kepada jemaat, sehingga Ia rela menyerahkan diri-Nya. Dengan kata lain kepemimpinan suami dan ketundukan istri muncul dari dan dipertahankan oleh kasih. Jika kita melihat konteks utuhnya, di sini Paulus sedang membicarakan tentang kepemimpinan yaitu

kepemimpinan suami atas istri dan patron yang digunakan adalah kepemimpinan Kristus atas jemaat. Kristus memimpin dengan kasih, jadi suami harus memimpin dengan kasih pula. Singkat kata perintah untuk mengasihi istri diberikan bukan karena suami bermasalah dalam hal mengasihi atau istri membutuhkan kasih.

Sungguhpun demikian, karena Tuhan adalah pencipta manusia, Ia pun tahu bahwa kebutuhan wanita untuk dikasihi—secara nyata alias romantis—pada umumnya lebih besar dibandingkan pria. Jadi, tatkala suami mengasihi istri, bukan saja ia tengah menjalankan roda kepemimpinannya dengan benar, ia pun tengah memenuhi kebutuhan istrinya dengan tepat. Namun sekali lagi, di Efesus 5 Firman Tuhan bukanlah tengah membicarakan kebutuhan emosional pria dan wanita melainkan bagaimanakah keluarga bisa berjalan secara harmonis. Paulus memberikan rumusnya yakni relasi Kristus dan jemaat yaitu relasi kepemimpinan yang berlandaskan kasih. Bila poros kepemimpinan suami bukanlah kasih, niscaya roda kepemimpinannya pun akan macet.

Makna Mengasihi Istri

Tuhan meminta suami untuk mengasihi istri sama seperti Kristus mengasihi jemaat dan Tuhan mengasihi kita dengan cara menyerahkan diri-Nya. Ini berarti suami harus **bersedia**

mengorbankan kepentingan pribadinya demi istri. Inilah wujud nyata dari menyerahkan diri. Tuhan dapat terus bersemayam di dalam surga membiarkan kita binasa dalam dosa, namun Ia memilih meninggalkan surga, menjadi manusia, bahkan mati di kayu salib agar kita dapat memperoleh hidup yang kekal. Tuhan rela mengorbankan kepentingan pribadi-Nya demi kita, yang dikasihinya. Suami pun harus mengasihi istri dengan cara yang sama yakni bersedia mengorbankan kepentingan pribadi demi istri yang dikasihinya. Janganlah sebaliknya yang terjadi: Makin lama menikah, makin egois dan makin mengutamakan kepentingan pribadi. Singkat kata, suami yang mengasihi istri akan melakukan apa yang baik bagi istri, bukan hanya melakukan apa yang baik bagi dirinya.

Firman Tuhan di Efesus 5:26-27 menambahkan bahwa Kristus mengasihi jemaat untuk “menguduskannya” supaya pada akhirnya jemaat dapat berdiri di hadapan Kristus “dengan cemerlang, tanpa cacat atau kerut atau yang serupa dengan itu . . . supaya jemaat kudus dan tidak bercela.” Mengikuti pola ini, suami pun seharusnya mengasihi istri untuk menguduskannya supaya pada akhirnya istri dapat berdiri di hadapan suami dengan cemerlang, tanpa cacat atau kerut atau yang serupa dengan itu . . . dengan kata lain, supaya istri kudus dan tidak bercela.

Berdasarkan Firman Tuhan ini kita bisa melihat bahwa kasih suami kepada istri ternyata berdampak besar. Sewaktu suami mengorbankan kepentingan pribadinya dan melakukan apa yang baik bagi istrinya, sesungguhnya ia tengah menjadikan istrinya cemerlang, tanpa cacat cela, dan tak bercela. Seakan-akan kasih suami kepada istri berfungsi sebagai air yang memandikan dan membersihkan istri, menjadikannya bersih, murni, dan indah. Dengan kata lain, kasih suami kepada istri membuat istri menjadi diri yang terbaiknya—cemerlang, tanpa cacat cela, dan tak bercela.

Sayangnya acap kali kita bertemu dengan istri yang “penuh kerut dan cacat” akibat tidak dikasihi suami. Hidup mereka penuh dengan tekanan sebab suami tidak merawat mereka, tidak memenuhi kebutuhan-kebutuhan mereka, malahan yang sering terjadi adalah mereka disia-siakan dan dikhianati. Sebenarnya hal ini ironis dan malah merugikan diri sendiri. Firman Tuhan mengingatkan, “Siapa yang mengasihi istrinya, mengasihi dirinya sendiri. Sebab tidak pernah orang membenci tubuhnya sendiri tetapi mengasuhnya dan merawatnya, sama seperti Kristus terhadap jemaat” (Efesus 5:28-29).

Suami yang mengasihi istri sesungguhnya melakukan sesuatu yang baik kepada dirinya sendiri sebab bukankah istri yang dikasihi akan menjadi cemerlang dan tanpa cacat alias menjadi dirinya yang

terbaik dan siapakah yang diuntungkan oleh diri istri yang terbaik kalau bukan suaminya sendiri? Istri yang dikasihi juga akan menjadi penolong suami yang efektif sebab ia telah menjadi dirinya yang terbaik dan istri yang dikasihi akan balas mengasihi dan melayani suaminya dengan lebih baik lagi. Jadi, benarlah Firman Tuhan: Siapa mengasihi istrinya mengasihi dirinya sendiri. Makin berlimpah kasih yang diberikannya kepada istri, makin berlimpah kebaikan yang akan diterimanya dari istri.

Mengasihi berarti mempertimbangkan kepentingan istri.

Mengasihi istri dapat diejawantahkan dalam pelbagai bentuk namun salah satu wujud nyatanya adalah dalam pengambilan keputusan. Saya menyadari begitu seringnya keputusan diambil tanpa melibatkan dan tanpa menghiraukan kepentingan istri. Sebagai pemimpin yang menjalankan roda kepemimpinannya atas dasar kasih, suami seyogianya mempertimbangkan kepentingan istri. Sebagai contoh, untuk mendapatkan promosi kerja keluarga diminta pindah oleh perusahaan. Namun suami tahu bahwa istri akan cukup menderita dengan kepindahan itu karena dia harus kehilangan keluarga atau pekerjaannya. Nah, dalam kasus seperti ini suami harus memberikan kesempatan kepada istri untuk mengemukakan dan tidak langsung

menetapkan untuk pindah. Tidak boleh suami berkata, “Kamu harus ikut saya, karena kamu istri maka kamu harus tunduk!”

Seyogianyalah suami bertanya, “Bagaimana pendapatmu tentang hal ini?” Bila istri tidak setuju, berilah kesempatan kepadanya untuk mengutarakan ketidaksetujuannya. Bicarakan dan terus diskusikan masalah ini disertai dengan doa dan kesepakatan untuk mencari kehendak Tuhan. Kalau sampai istri bersedia pindah, barulah pindah tapi kalau memang tidak bersedia, suami mesti bersedia berkorban. (Bukankah sama tidak mudahnya bila suami yang harus pindah mengikut istri demi pekerjaannya?) Maka berikanlah waktu, teruslah berdialog, bicarakanlah pilihan-pilihan yang tersedia, baru kemudian mengambil keputusan bersama. Jadi, kuncinya di sini adalah, tidak memaksakan kehendak.

Mengasihi berarti memenuhi kebutuhan emosionalnya.

Adakalanya suami beranggapan selama ia memenuhi kebutuhan jasmaniah dan finansial, maka selesailah sudah tugasnya. Sekali lagi saya mengingatkan bahwa mengasihi istri berarti melakukan apa yang baik bagi istri dan salah satu caranya adalah dengan memenuhi kebutuhan emosionalnya. Saya memahami bahwa bagi kebanyakan pria, alam emosi adalah suatu tempat yang asing dan jauh. Itu sebabnya sewaktu istri berbahasa emosi, suami tiba-tiba “kelu,” tidak

bisa menanggapi dengan bahasa emosi yang sama. Inilah jurang yang terbentang antara suami dan istri.

Istri bisa menolong suami memahami bahasa emosi, misalkan dengan mengatakan, “Kalau saya merasakan begini, yang saya rindukan darimu adalah ucapan-ucapan seperti ini, atau sentuhan-sentuhan seperti inilah yang sebetulnya aku dambakan darimu.” Dengan kata lain istri memang perlu mengajarkan suami agar bisa lebih peka dengan kebutuhan emosional istri. Bagi kebanyakan pria, alam emosi adalah suatu tempat yang asing dan daripada memasukinya namun tidak tahu harus berbuat apa, pria cenderung memilih untuk tidak memasukinya sama sekali.

Bagi suami mempelajari sesuatu yang baru seperti alam emosi bukanlah tugas yang mudah. Bahkan dapat saya katakan, ini merupakan suatu pengorbanan tersendiri. Namun kendati tidak nyaman, ia harus berani mendengarkan permintaan istrinya yang belum tentu bisa ia penuhi. Memang adakalanya oleh karena merasa tidak sanggup—tetapi enggan mengakuinya—suami malah bereaksi marah. Itu sebabnya lebih baik suami berbicara terus-terang kepada istrinya, “Saya kesulitan, saya tidak memahami perasaanmu, jadi tolonglah saya.” Saya percaya istri pun lebih siap menerima kondisi ini

dan lebih bersedia memberikan bimbingan kepada suami, bila suami terbuka mengakui keterbatasannya.

Mengasihi tidak berarti membenarkan semua perbuatan istri.

Suami tidak boleh mengasihi dengan membabi buta sehingga kehilangan prinsip kebenaran. Walaupun mengasihi, suami tetap harus berdiri di atas kebenaran: salah adalah salah; benar adalah benar. Tatkala anak sudah besar dan mengerti benar-salah, dan misalkan dalam suatu kasus istri jelas salah, suami dituntut untuk bisa berkata, “Mama salah” dan tidak seharusnya membenarkan istri di depan anak-anak. Saya yakin anak-anak akan kecewa terhadap ayahnya bila melihat ayah membela yang salah.

Mengasihi istri tidak berarti menanggalkan integritas; sebaliknya, kasih dan integritas adalah dwitunggal yang tak terpisahkan dan menjadi tulang punggung kepemimpinan. Tuhan menetapkan suami sebagai imam di rumah dan sebagai imam ia harus siap menunjukkan arah kebenaran. Jadi, mengasihi bukan berarti bertindak membabi buta, mengikuti kehendak istri seperti kerbau dicocok hidung. Saya yakin, istri pun lebih menghargai suami yang bisa memberikan arah dan memiliki integritas.

Sayangnya sebagian suami tidak begitu memperhatikan keluarga dan jarang memberikan arah. Kondisi seperti inilah yang membuat istri kehilangan panduan, sedangkan sesungguhnya ia membutuhkan suami yang dapat berfungsi sebagai kepala. Bukan kepala ia malah menjadi jempol—ikut-ikutan saja—ke mana kaki berjalan, ke sana ia menapak.

Kesimpulan

Kepemimpinan yang berlandaskan kasih tetap merupakan sebuah kepemimpinan. Itu sebabnya suami harus memberikan pendapat dan mengambil keputusan; ia tidak boleh melimpahkan semua tanggung jawab kepada istri. Respek istri dibangun di atas inisiatif dan tanggung jawab suami; seperti buah, respek tidak akan ada tanpa pohon kepemimpinan. Terpenting adalah dalam kepemimpinan yang berlandaskan kasih, suami tetap harus mendengarkan masukan istri; ia tidak boleh menjadi seorang diktator.

Saya memahami tidak mudah bagi suami untuk memperlakukan istri seperti ini sebab budaya di sekitar tidak mendukung konsep kepemimpinan seperti ini. Sering kali suami yang mengasihi istri dan memperlakukannya dengan penuh respek dianggap takut istri. Inilah konsep keliru yang masih dipertahankan di tengah kita. Pada akhirnya kepemimpinan suami yang efektif disamakan

dengan kepemimpinan raja yang absolut. Suami berhak mengambil keputusan tanpa harus melibatkan istri sama sekali. Sekali lagi, konsep ini keliru dan bertentangan dengan Firman Tuhan.

Bukankah kita mafhum bahwa raja yang tidak bersedia menerima masukan dari penasihatnya adalah raja yang bodoh? Suami yang bijaksana adalah suami yang justru bersedia menerima masukan dari istrinya dan bahkan dari anak-anaknya sekalipun, tatkala mereka sudah lebih dewasa. Besar kemungkinan mereka dapat melihat masalah dari sisi yang berbeda—sisi yang luput dilihat suami. Saya mengimbau kepada para suami untuk jangan takut meminta dan mendengarkan masukan istri.

Berikanlah kesempatan kepada istri untuk menyuarakan pendapat sehingga ia merasa berbagian dalam kehidupan keluarga. Jangan takut untuk berargumen dengan istri. Untuk hal yang benar dan penting, silakan berargumen. Dengan cara itulah suami memperlihatkan keterbukaan sekaligus kepemimpinannya. Oleh karena ia terbuka maka ia memberi kesempatan kepada istri untuk berselisih pandang namun sebagai pemimpin ia mesti bijak melihat arah yang benar dan mempertahankannya.

Mengasihi istri tetap ada batasnya dan batasnya adalah tidak boleh mengasihinya lebih dari Tuhan. Mengasihi berarti mendahulukan—mendahulukan kepentingan istri—tapi jangan sampai suami mendahulukan kepentingan istri di atas Tuhan. Bila istri meminta suami melakukan hal-hal yang salah, suami harus dengan tegas menolak karena itu melanggar kehendak Tuhan. Suami tetap harus berjalan di atas jalur Tuhan dan tidak boleh menyimpang karena sayang istri. Rumah tangga baru harmonis bila dibangun di atas dasar takut akan Tuhan.

MAKNA TUNDUK ISTRI KEPADA SUAMI

Pendahuluan

Salah satu ayat yang kerap disalahpahami adalah **Efesus 5:22-23**, ***“Hai istri, tunduklah kepada suamimu seperti kepada Tuhan, karena suami adalah kepala istri sama seperti Kristus adalah kepala jemaat. Dialah yang menyelamatkan tubuh.”*** Ayat ini merupakan ayat yang sangat penting bagi rumah tangga Kristen cuma sayangnya ayat ini sering disalahgunakan untuk memaksakan ketaatan istri kepada suami. Berikut ini saya akan berupaya menjelaskan makna ayat ini, supaya dapat menjadi berkat dan menolong kita semua.

Agar dapat lebih terarah saya akan mengawali pembahasan ini dengan mengajukan dua pertanyaan. Yang pertama adalah, mengapakah Tuhan menerapkan sistem kepemimpinan di dalam pernikahan? (Sesungguhnya di balik pertanyaan ini tersimpan sebuah asumsi yaitu, mengapakah diperlukan pimpinan dalam pernikahan, bukankah jauh lebih baik bila baik suami maupun istri berdiri sejajar sebagai mitra yang seimbang dan saling mengasihi?) Dan, apakah alasannya pria—bukan wanita—yang dipilih Tuhan untuk memimpin keluarga? Pertanyaan kedua ialah, apakah artinya tunduk di sini—dalam pengertian, sejauh manakah istri tunduk kepada suami?

Kepemimpinan Suami

Nah, untuk menjawab pertanyaan pertama, “Mengapakah suami yang ditetapkan Tuhan sebagai kepala keluarga?” saya akan memulai dulu dengan konsep kepemimpinan dan untuk itu kita perlu melihat keluarga sebagai sebuah unit organisasi. Kita dapat menggolongkan keluarga sebagai unit organisasi sebab kendati kecil, keluarga terdiri dari beberapa individu yang hidup bersama serta diikat oleh kemudi tujuan yang sama pula—dua unsur yang membentuk organisasi.

Pada faktanya semua organisasi harus memiliki pimpinan; tanpa kepemimpinan, organisasi akan menuai kekacauan. Jika demikian maka keluarga pun harus memiliki seorang pemimpin. Jadi, bila ada orang berkata: “O . . . tidak perlu ada pemimpin dalam keluarga!” saya kira itu keliru. Semua unit organisasi memerlukan pimpinan sebab tanpa pimpinan muncullah kekacauan—demikian pulalah dengan keluarga.

Pertanyaan berikutnya yang berkaitan erat dengan itu adalah, mengapa pria (suami) yang ditunjuk sebagai pemimpin dan bukan wanita (istri)? Sesungguhnya penunjukan pria sebagai pemimpin berkaitan erat dengan konsep Kristus sebagai kepala jemaat. Nah, Kristus yang adalah Allah mengambil identitas pria sebagai jasad ragawi-Nya. Jadi, saya kira tidaklah masuk akal jika Tuhan menetapkan istri sebagai kepala rumah tangga dan menyamakannya dengan Kristus, yang mengambil rupa seorang pria. Dalam hal ini jauh lebih konsisten bila suami yang diidentikkan dengan Kristus dan memang inilah yang dijabarkan di dalam Firman Tuhan.

Dari sudut budaya kita melihat ada alasan tertentu pula mengapa suami yang ditetapkan sebagai kepala keluarga. Pada umumnya pria menduduki posisi sebagai kepala atau pimpinan, kendati ada pula budaya yang menempatkan wanita sebagai pimpinan. Hal ini dapat dipahami karena dari segi fisik memang pria mempunyai kekuatan kasar yang jauh lebih besar daripada wanita. Itu sebabnya pada zaman primitif dahulu, yang harus pergi berperang adalah pria dan yang harus melindungi tempat kediaman mereka dari serangan musuh adalah pria. Dengan kata lain, pria berfungsi sebagai pelindung, dan untuk dapat melindungi sudah tentu dia harus bisa memimpin dan mengatur orang yang berada di bawah ayomannya. Jadi, penetapan Tuhan pada pria sebagai kepala konsisten dengan norma budaya pada umumnya.

Sungguhpun demikian, kepemimpinan suami sebagaimana yang diajarkan Firman Tuhan bukanlah untuk menundukkan atau menguasai istri, melainkan untuk mengasihi dan melindunginya. Kuasa suami diperoleh bukan dari kekuatan dan pemaksaan—karena pria lebih bertenaga atau lebih mempunyai uang—melainkan dari kasih dan pengorbanan. Nah, inilah yang Tuhan kehendaki sebagai dasar kepemimpinan suami: kuasa yang lahir dari kasih dan pengorbanan.

Sayangnya dalam kenyataannya pria tidak selalu memahami dan menerapkan konsep kuasa sebagaimana yang dikehendaki Tuhan. Bukan pengorbanan malah justru ia menuntut istri untuk berkorban. Bukan mengasihi malah ia mengancam istri agar dapat terus patuh kepadanya. Ironisnya ada suami yang

justru menggunakan Firman Tuhan sebagai alas untuk membenarkan tindakannya—bahwa Alkitab sendiri mengharuskan istri untuk tunduk kepada suami—tanpa memahami makna kepemimpinan sebagaimana yang dikehendaki Tuhan.

Di dalam zaman modern ini, sudah tentu perlindungan suami terhadap istri telah beralih—dari perlindungan fisik kepada perlindungan mental dan emosional. Pria tidak lagi dituntut mahir berperang dan terampil berkelahi untuk melindungi istrinya. Sebaliknya pria dituntut untuk menguasai seni kehidupan agar bisa “berperang” melawan tantangan hidup dan dengan demikian dapat memberi perlindungan kepada istrinya.

Ketundukan Istri

Tunduk adalah syarat keanggotaan dalam suatu organisasi; tanpa ketundukan mustahil tercipta kerukunan. Nah, tunduk adalah pedoman yang Tuhan berikan kepada istri agar dapat melanggengkan hidup bersama di bawah kepemimpinan suami. Saya percaya perintah ini diberikan Tuhan kepada wanita bukan karena ketundukan merupakan masalah atau kelemahan wanita. Menurut saya, tanpa kecuali kita semua sulit untuk tunduk, sebab secara kodrati kita bukanlah makhluk yang mudah tunduk—baik kepada manusia ataupun Tuhan.

Sekali lagi saya tekankan, Tuhan meminta wanita untuk tunduk bukan karena wanita mempunyai problem dengan kepatuhan, sama sekali bukan. Saya kira justru pada umumnya wanita jauh lebih mudah patuh kepada perintah dibandingkan

pria. Jadi, tujuan pemberian perintah untuk tunduk adalah demi kelanggengan—kerukunan rumah tangga—sebab tanpa ketundukan tidak akan ada kepemimpinan (suami) dan tanpa kepemimpinan kita hanya akan menuai kekacauan.

Pertanyaan berikutnya adalah, seberapa jauhnyakah istri tunduk kepada suami. Sebagai prinsip, **wanita tunduk kepada suami sejauh ketundukan itu tidak melanggar perintah Tuhan sendiri**. Jadi, bilamana istri diminta suami untuk berbuat sesuatu yang berdosa, ia tidak lagi diwajibkan mengikuti kehendak suaminya. Ia harus menaati Tuhan di atas suaminya— inilah batasannya “tunduk” dalam pernikahan. **Jadi sekali lagi: sejauh manakah istri tunduk kepada suami? Sejauh ketundukannya tidak bersinggungan dengan dosa.**

Andaikan saja semua masalah rumah tangga bersinggungan dengan dosa, sudah tentu akan lebih mudah bagi istri untuk memutuskan sikap yakni tunduk kepada Tuhan dan tidak melakukan kehendak suami yang berdosa. Masalahnya adalah, kerap kali persoalan yang harus dihadapi suami-istri tidaklah berkaitan dengan dosa. Kebanyakan masalah bersumber dari perbedaan pendapat. Nah, di dalam konteks kehidupan seperti inilah istri diminta untuk tunduk kepada suami dan inilah yang sukar dilakukan. Pada akhirnya istri lebih sering tunduk bukan karena rela melainkan terpaksa.

Mengingat ketundukan bukanlah sesuatu yang mudah dilakukan, suami perlu menghargai masukan istri dan mempertimbangkan kepentingannya (bukan saja istri tapi juga satu keluarga). Makin menghargai dan mempertimbangkan

kepentingan istri, makin ia memudahkan istri untuk tunduk kepadanya. Jadi, dalam pengambilan keputusan, sangatlah penting bagi suami untuk meminta masukan dari istri. Sewaktu istri dilibatkan dalam pengambilan keputusan, apa pun itu yang menjadi keputusan akhir, akan lebih mudah diterima sebagai keputusan bersama. Sebaliknya bila tidak dilibatkan, sebaik apa pun keputusannya, istri tidak merasa berbagian di dalamnya.

Namun kadang yang sering terjadi adalah baik istri maupun suami sama-sama beranggapan bahwa keputusan yang mereka buat itu untuk kepentingan keluarga, tetapi apa daya, keduanya berselisih pendapat. Sekalipun berbeda pendapat namun bila keduanya tidak mementingkan diri, pada akhirnya salah satu pihak harus tunduk dan yang seharusnya tunduk adalah istri. Mungkin pertanyaan yang langsung muncul adalah bagaimana kalau suami keliru, sebab bukankah terbuka kemungkinan suami mengambil keputusan yang tidak tepat? Nah, menurut saya selama istri sudah memberikan masukan kepada suami, biarkanlah. Terpenting adalah, berilah masukan yang tepat dan baik-baik kepada suami, setelah itu biarkanlah dia mengambil keputusan akhir.

Kendati demikian sekali lagi saya tekankan di sini, suami tidak boleh bertindak semena-mena, seakan-akan apa pun yang diinginkanya, itu yang harus terjadi. Kalau suami berpikiran seperti itu, berarti ia belum mempunyai pikiran Kristus. Firman Tuhan menegaskan, “Kristus Yesus, yang walaupun dalam rupa Allah, tidak menganggap kesetaraan dengan Allah itu sebagai milik yang harus dipertahankan, melainkan telah mengosongkan diri-Nya sendiri dan mengambil rupa seorang hamba dan menjadi

sama dengan manusia. Dan dalam keadaan sebagai manusia Ia telah merendahkan dirinya dan taat sampai mati, bahkan sampai mati di kayu salib” (Filipi 2:5-8).

Perkataan “mengosongkan diri-Nya” sebenarnya dalam bahasa aslinya berbunyi, mengosongkan ego-Nya (bahasa asli dari “diri” adalah *ego*). Jadi, Tuhan rela mengosongkan ego-Nya, bahkan rela menjadi seorang hamba, demi jemaat yang dikasihi-Nya. Nah, suami pun dituntut untuk rela mengosongkan dirinya—egonya—demi istri dan anak-anaknya. Dalam pengambilan keputusan, suami mesti mempertimbangkan dan justru mengedepankan kepentingan istri dan anaknya. Dalam pemahaman kristiani yang seperti ini, sesungguhnya tidak ada ruang bagi kesemena-menaan. Kalaupun terjadi kekeliruan dalam pengambilan keputusan, hal ini merupakan kekeliruan yang wajar dan manusiawi. Jadi, tetap istri diminta untuk tunduk sedangkan suami mempertimbangkan kepentingan istri.

Kita tidak hidup di dunia yang ideal. Dalam pengambilan keputusan sering kali kita hanya dapat melihat sebagian—tidak keseluruhannya. Itu sebabnya kita mesti membuka diri untuk mendengar masukan pasangan. Adakalanya kita yakin bahwa kita telah mengambil keputusan benar namun akhirnya ternyata salah. Hal seperti ini bisa terjadi sebab memang tidak selalu kita bisa mengontrol hasil akhirnya. Faktanya adalah kita tidak bisa mengendalikan semua situasi dan tidak mampu memastikan hasil akhir.

Sebagai contoh, misalkan sepasang suami-istri mempunyai anak yang sudah berumur 16 tahun dan ingin keluar

rumah di malam hari dengan bersepeda motor. Ayah memberikan izin, tetapi ibu melarang. Misalkan hari agak gelap dan baru saja hujan, ibu khawatir nanti terjadi kecelakaan. Di pihak lain ayah beranggapan bahwa si anak mesti belajar berhadapan dengan fakta kehidupan yaitu tidak selalu kita dapat mengendarai motor di cuaca yang cerah. Nah, misalkan anak tetap mau pergi dan karena ayah berkata, tidak apa-apa asal berhati-hati, si anak pergi. Akhirnya si anak benar-benar tertabrak dan harus dirawat di rumah sakit, menghabiskan biaya perawatan yang tidak sedikit.

Dalam kasus seperti ini akan mudah sekali bagi ibu untuk menyalahkan ayah atas musibah yang terjadi. Namun sebetulnya tindakan ini tidak tepat sebab mustahil si ayah mengetahui dengan pasti apa yang akan terjadi. Bukankah 50% kemungkinan yang satunya lagi adalah anak itu pulang dengan tubuh sehat tanpa ada apa-apa? Jadi ada hal-hal yang memang tidak bisa diketahui dengan pasti dan baik suami maupun istri harus menerima kenyataan ini. Tetapi sekali lagi yang penting adalah di dalam pengambilan keputusan, suami memberi ruang bagi istri untuk memberikan pendapatnya, bahkan untuk berbeda pendapat, dan bukan hanya untuk mengajukan masukan-masukan yang disukai suami. Jika ini terjadi, barulah istri dapat berperan sebagai penolong.

Tuhan sudah memberikan pedoman kepada kita bagaimana hidup harmonis. Harmonis tidak selalu dibuktikan dengan keputusan yang tepat, tapi oleh jiwa yang berani mengosongkan ego dan jiwa yang rela tunduk pada sesuatu yang berbeda. Untuk menjaga keharmonisan memang harus ada yang

menjadi pemimpin dan harus ada yang menjadi anggota. Bukankah dalam pekerjaan tidak selalu kita setuju dengan atasan? Namun bukankah meskipun atasan mengambil keputusan yang keliru, kita tetap harus menaatinya? Jika kita berprinsip, “kalau tidak sepakat, tidak akan saya kerjakan,” maka mustahil akan tercipta keharmonisan dalam suasana kerja. Demikian pulalah dengan pernikahan: ketaatan justru baru menjadi sangat penting tatkala kita berbeda pendapat.

Memberikan Masukan

Saya kira hampir semua suami bersedia mendengarkan masukan istri; acap kali yang menjadi masalah adalah cara penyampaiannya. Nah, cara adalah sesuatu yang bisa dipelajari dan salah satu cara yang bisa saya sarankan adalah dengan memberikan pilihan. Kadang kalau kita berkata secara langsung, “Kamu salah, harusnya begini!” akan susah bagi suami untuk mengakuinya, kendati ia sadar bahwa ia salah. Akan jauh lebih baik bila istri memberikan pilihan dengan mengatakan, “Pendapatmu mungkin benar, namun juga ada pilihan lainnya, misalnya pilihan A dan B.” Setelah itu istri dapat memaparkan keuntungan dan kerugian dari masing-masing pilihan tersebut kemudian mengakhiri saran itu dengan menanyakan, pendapat suami akan pilihan-pilihan itu.

Cara yang lain adalah, istri berkata: “Apakah boleh saya mengutarakan pendapat saya?” Nah setelah disampaikan, istri dapat memberitahukan suami, “Ya, terserah kamu apa yang baik, saya hanya memberikan masukan saja.” Nah, dengan cara-cara seperti itu saya yakin istri bisa mengefektifkan pemberian

masuk kepada suami sehingga lebih mudah diterima. Alhasil di masa mendatang, suami pun akan lebih terdorong untuk mencari pendapat istri dan istri pun akan lebih senang membagikan pemikirannya. Jika ini terjadi, terciptalah dan terpeliharalah keharmonisan di antara suami-istri.

JIKA KITA BERSELINGKUH

Pendahuluan

Kita tidak selalu kuat! Dalam menghadapi pencobaan kadang kita kuat menolaknya namun adakalanya kita lemah dan akhirnya jatuh. Salah satu pencobaan yang kerap menjatuhkan anak-anak Tuhan adalah pencobaan romantis dan seksual. Dosa perzinahan telah menjadi sarana favorit Iblis untuk menghancurkan kehidupan dan pelayanan anak-anak Tuhan. Iblis memang cerdas; itu sebabnya Ia memilih cara efektif untuk menghancurkan pekerjaan Tuhan. Hancurkanlah kehidupan pribadi anak Tuhan, maka pernikahannya pun turut hancur. Hancurkanlah pernikahan anak-anak Tuhan, maka keluarganya pun akan hancur. Hancurkanlah keluarga anak-anak Tuhan, maka pelayanannya pun pasti hancur. Hancurkanlah pelayanan anak-anak Tuhan, maka pekerjaan Tuhan pun turut hancur. Itulah strategi Iblis yang mesti kita waspadai.

Setiap anak Tuhan adalah target serangan Iblis dan kita harus siaga melawannya. Sebagai anak Tuhan, kita tidak lagi hidup untuk diri sendiri. Kita hidup untuk Tuhan, untuk anak-anak Tuhan lainnya, dan untuk orang yang belum mengenal Tuhan. Kejatuhan kita berakibat luas—begitu luasnya hingga menghambat pekerjaan Tuhan yang

utama yakni membawa orang mengenal dan menerima anugerah keselamatan-Nya. Jangan biarkan diri terperangkap dalam jerat Iblis dengan berpikir bahwa perselingkuhan hanyalah relasi antara dua pribadi dan tidak akan mempengaruhi siapa pun. Tidak! Dosa perselingkuhan akan menohok pelbagai sendi kehidupan dan membuat banyak jiwa meradang.

Saya mengalamatkan tulisan berikut ini kepada para anak Tuhan yang tengah terlibat dalam dosa perselingkuhan. Saya pun menunjukan tulisan ini kepada anak Tuhan yang sedang menimbang-nimbang untuk melakukan perselingkuhan. Saya berharap tulisan ini akan dipakai oleh Tuhan untuk menambah tekad kita lepas dari dosa selingkuh dan kembali hidup untuk Tuhan, bukan untuk diri sendiri.

Ah, Ini Hanya Persahabatan!

Ini adalah ungkapan yang acap dicetuskan oleh orang yang berselingkuh atau tengah menuju ke dosa perzinahan. Pada dasarnya ungkapan ini merupakan upaya terselubung untuk mempedaya diri; dengan cetusan ini sesungguhnya kita sedang memberi izin kepada diri sendiri untuk terus berhubungan dengan orang itu. Dengan berkata bahwa ini hanyalah persahabatan kita membuat yang hitam menjadi putih dan menetralkan rasa bersalah yang mulai timbul di hati.

Hampir semua perselingkuhan berawal dari persahabatan *dan* berlanjut dalam kedok persahabatan. Pada awalnya kita menemukan kesamaan-kesamaan yang kemudian disusul dengan percakapan-percakapan. Makin sering bertemu dan berbincang, makin bertumbuh ketertarikan. Makin kuat ketertarikan, makin besar keinginan untuk bertemu dan berdekatan. Akhirnya rasa suka dan tertarik mengalahkan rasa takut akan Tuhan; perzinahan pun terjadi.

Itu sebabnya kita harus membedakan antara persahabatan dengan sesama jenis dan persahabatan dengan lawan jenis. Pada masa lajang, kita bebas bersahabat dengan lawan jenis namun setelah menikah, kita mesti menjaga jarak dengan lawan jenis. Kita tidak bisa dan tidak boleh keluar berdua dengan lawan jenis kendati ia adalah teman. Dengan teman sesama jenis kita bercerita dengan bebas tetapi dengan teman lawan jenis kita harus membatasi arus informasi yang bersifat pribadi. Jangan jadikan teman lawan jenis sebagai rekan *curhat*; terutama jangan membagikan cerita pergumulan rumah tangga dengannya. Sudah terlalu banyak selingkuh yang berangkat dari *curhat* masalah pernikahan.

Amsal 12:26 mengingatkan (dalam bahasa Inggris, NIV), "*A righteous man is cautious in friendship but the way of the wicked leads them*

astray.” Dengan kata lain, orang yang hidup benar akan berhati-hati dalam bersahabat namun orang yang hidupnya tidak benar berlaku sembarangan sehingga pada akhirnya ia tersesat. Banyak perzinahan dimulai dengan persahabatan; jadi berhati-hatilah dalam bersahabat. Sesuatu yang terdengar begitu murni seperti persahabatan dapat dan kerap berubah menjadi pintu masuk ke dalam dosa perzinahan.

Berhentilah berkedok dan hadapilah fakta yang sebenarnya. Bila kita menyadari bahwa memang kita tertarik dengan orang tersebut, batasilah frekuensi pertemuan dan kekanglah lidah untuk tidak membahas hal-hal yang pribadi, apalagi masalah rumah tangga. Jangan membohongi diri dengan berkata bahwa kita tidak tertarik dengannya. Dan, ini yang penting: Jangan makin menyuburkan relasi dan mengobarkan api ketertarikan! Semua perasaan yang tidak dipelihara dan disuburkan pada akhirnya akan padam kembali. Berilah waktu sampai perasaan itu netral; jangan panik dan bersikap ekstrem. Tetaplah berteman dengan wajar namun jagalah batas. Namun sekali lagi, akuilah pada diri sendiri bahwa memang kita telah menyimpan ketertarikan kepadanya; jangan mempedaya diri atau menyangkal perasaan sebab inilah awal perjalanan menuju dosa.

Ah, Saya Pasti Bisa!

Bentuk lain dari penipuan terhadap diri adalah dengan meyakinkan diri bahwa kita memegang kendali penuh atas perasaan dan tindakan kita sehingga kapan waktu kita ingin mengakhiri relasi ini, kita pasti akan dapat melakukannya—semudah membalik telapak tangan. Pada faktanya kita tidak selalu dapat mengendalikan hasrat; tidak selalu kita dapat berkata, tidak, kepada keinginan yang begitu menggebu—apalagi bila rekan selingkuh menanggapi dan makin membakar api asmara.

Begitu banyak anak Tuhan terjerat dosa perzinahan kendati tahu bahwa itu adalah dosa. Kita harus mengakui bahwa di dalam diri kita masih ada manusia lama yang belum sepenuhnya lumpuh; kapan waktu, terutama bila kita lemah, ia dapat bangkit dan menguasai kita. Untuk keluar dari perselingkuhan diperlukan tekad yang kuat dan ini tidak mudah. Banyak kendala yang mesti dihadapi, mulai dari janji yang pernah kita berikan kepada rekan selingkuh sampai masalah dalam pernikahan. Semua ini bergabung kekuatan dan menekan keputusan untuk lepas dari relasi yang tidak diperkenankan Tuhan ini.

Sekali lagi, jangan mempedaya diri dan berkata, “Ah, saya pasti bisa memutuskannya.” Sadarilah bahwa di dalam diri kita tersimpan sisa dosa yang masih mempunyai kekuatan untuk membuat kita terjatuh.

Jangan bermain-main dengan api dosa; sekali tersambar, selamanya meninggalkan luka bakar.

Jangan Memberi Nama Lain!

Untuk mengurangi dampak atau keseriusan dosa, kita biasanya memberi nama lain pada dosa. Misalnya, istilah selingkuh atau perzinahan berubah menjadi “selingan” atau “jajan” atau “main.” Perzinahan adalah dosa yang serius di hadapan Tuhan dan dampaknya begitu luas dan dalam. Begitu banyak orang yang harus terluka dan menanggung beban berat akibat perselingkuhan yang kita lakukan. Terlalu banyak air mata yang terurai akibat perbuatan yang sangat menyakitkan hati ini. Terlalu banyak hati yang tawar dan kecewa oleh karena dosa perzinahan.

Krisis akibat perselingkuhan mungkin bisa dilewati namun ingatan bahwa pasangan pernah berkhianat tidak mudah dihapus. Anak yang tahu bahwa ayah atau ibunya telah berhubungan dengan orang lain untuk selamanya akan mengingat bahwa ayah atau ibunya pernah bersatu daging dengan orang lain. Alhasil respek terhadap pelaku dosa akan merosot dan tidak jarang, hati memendam kemarahan dan rasa malu.

Memberi nama atau julukan lain terhadap dosa akan mempengaruhi sikap dan sekaligus ketahanan kita untuk melawannya. Saya kira ada beda yang besar antara “Saya ingin berzinah” dengan “Saya ingin berkencan.” Atau, “Saya berbuat zinah” dengan “Saya terlibat relasi romantis.” Walaupun kita menambahkan imbuhan “dosa” di depannya, tetap ada beda antara “Saya jatuh ke dalam dosa perselingkuhan” dengan “Saya jatuh ke dalam dosa perzinahan.”

Saya percaya kebanyakan kita tidak nyaman dengan julukan penzinah; itu sebabnya kita tidak ingin dijuluki sebagai penzinah. Saya pun percaya bahwa kita tidak nyaman menyebut relasi haram ini sebagai relasi perzinahan; itu sebabnya kita lebih suka memanggilnya, perselingkuhan. Namun saya yakin kebanyakan kita yang terlibat perzinahan, tidak akan tega ataupun rela memanggilnya sebagai perselingkuhan. Kebanyakan kita akan menyebutnya dengan panggilan yang jauh berbeda, seperti, “Saya menjalin sebuah relasi” atau “Saya mencintai seseorang.” Tiba-tiba sesuatu yang begitu kotor dan menjijikkan berubah menjadi manis didengar dan aroma dosa pun menguap dengan seketika.

Panggillah dosa sebagaimana Tuhan memanggilnya. Jangan memanggil dosa dengan sebutan lain sebagaimana dunia memanggilnya. Ingat: aroma dosa mungkin hilang, tetapi muatan dosa

dalam perbuatan tidak pernah bisa hilang. Kita tidak bisa menipu Tuhan; kita pun sebenarnya tidak bisa menipu diri sendiri ataupun orang lain. Kita hanya bisa bersandiwara! Jadi, berhentilah bersandiwara dan panggilah dosa sebagaimana Tuhan melihat dan memanggilnya.

Jangan Bersandar pada Perasaan!

Salah satu karunia Tuhan yang besar adalah karunia untuk bernalar. Melalui nalar kita dapat memikirkan misteri tentang Tuhan dan karya-Nya; namun lewat nalar kita pun dapat memejamkan mata terhadap dosa. Nalar memampukan kita untuk memutihkannya dan meneduhkan hati yang tadinya bergelora dengan rasa bersalah. Pada akhirnya semua perasaan bisa diubah dan berubah!

Bila tadinya kita merasa takut, sekarang tidak lagi. Jika tadinya merasa bersalah, sekarang malah merasa benar. Bila tadinya merasa malu, sekarang merasa sama baik dan buruknya dengan orang lain. Bila tadinya merasa tidak layak menghadap Tuhan, sekarang malah merasa bebas beribadah kepada-Nya tanpa teguran dan tuduhan Tuhan. Itu sebabnya kita tidak boleh mendasarkan perbuatan kita atas landasan perasaan—seolah-olah kita hanya akan berhenti berzinah bila perasaan bergetar dan menegur. Jika perasaan adem, maka kita pun berhenti berusaha lepas dan malah makin menikmati dosa.

Perasaan mudah berubah sebab perasaan tidak bisa dilepaskan dari kebutuhan. Sebagai contoh, jika pernikahan kita tengah menghadapi gelombang dan kita tidak mendapatkan kasih sayang dari pasangan, maka dengan mudah kebutuhan untuk dikasihi dapat menggantikan gelora bersalah dengan gelora kebahagiaan akibat dikasihi—kendati bukan dari pasangan nikah. Bila kita merasa bahwa pasangan tidak menghargai dan malah menarik keuntungan dari kebaikan kita, perlakuan simpati dan penuh penghargaan dari seseorang akan mengobati kekecewaan dan kehausan. Perlahan namun pasti rasa bersalah pun cepat pudar digantikan oleh rasa tenang dan bahagia karena kebutuhan telah terpenuhi.

Perasaan salah dan malu acap kali tertindih oleh perasaan puas dan nikmat yang lahir dari perzinahan. Itu sebabnya, seburuk apa pun perasaan, acap kali perasaan tidak akan cukup kuat untuk mengeluarkan kita dari lubang zinah. Pada akhirnya kita justru merasa tidak apa-apa dan ini yang menakutkan: kita merasa Tuhan pun tidak merasa apa-apa dan akan selalu siap mengerti dan menerima kita! Di dalam hati kita berkata bahwa Tuhan tidak marah sebab Tuhan memahami kebutuhan kita dan ingin memenuhinya. Pada akhirnya kita pun menyimpulkan bahwa relasi zinah ini pun merupakan cara Tuhan untuk memenuhi kebutuhan kita.

Jangan bersandar pada perasaan sebab perasaan tidak selalu menyuarakan nurani. Jangan bersandar pada perasaan sebab perasaan acap kali tidak mencerminkan suara hati Tuhan. Jangan bersandar pada perasaan sebab perasaan dipengaruhi oleh kebutuhan kita sendiri dan kita cenderung membenarkan tindakan apa pun guna memenuhi kebutuhan itu. Bersandarlah pada kebenaran Firman Tuhan yang memanggil perzinahan sebagai dosa. Itulah landasan tindakan kita!

Ingatlah prinsip ini: Lakukanlah apa yang benar, bukan apa yang *terasa* benar! Jadi, senyaman dan selega apa pun hati, bila perbuatan itu melanggar Firman Tuhan, hentikanlah. Sebaliknya, seberat dan seresah apa pun hati, jika itu sesuai dengan kehendak Tuhan, lakukanlah!

Saya mengerti bahwa memutuskan relasi zinah bukanlah sesuatu yang mudah—apalagi jika kita memang mencintainya. Kita mungkin merasa bahagia dengannya—sebuah perasaan yang sudah lama tidak kita rasakan dengan pasangan nikah sendiri—dan tidak lagi berniat untuk kembali kepada pasangan nikah. Namun apa pun perasaan itu, lakukanlah! Putuskanlah relasi yang tidak berkenan di hadapan Tuhan meskipun untuk itu kita harus merasa resah dan kembali tidak bahagia.

Jangan Mengasihani Rekan Zinah!

Salah satu keluhan yang kerap saya dengar dari orang yang pasangannya berzinah adalah, “Dulu ia bukanlah seperti itu! Dia berubah sekali sekarang!” Benar, orang yang jatuh ke dalam dasar dosa pada akhirnya berubah menjadi seorang manusia yang berbeda. Semua nilai-nilai yang dulu dianutnya tiba-tiba lenyap digantikan oleh nilai-nilai baru yang berbeda. Ini merupakan keharusan sebab untuk membolehkannya melakukan dosa zinah, ia harus mengubah nilai-nilai moralnya. Jika ia tidak mengubahnya, maka ia akan harus hidup dalam ketertekanan akibat tindihan rasa bersalah.

Dosa tidak pernah bercokol di satu tempat. Dosa selalu mencari tempat baru untuk didudukinya. Kadang kita menipu diri dengan berkata bahwa kelemahan kita di satu bidang saja; selain itu kita baik-baik saja. Ini adalah sebuah kesimpulan salah yang keluar dari ketidaktahuan tetapi lebih sering keluar dari kebutuhan untuk membenarkan diri. Daripada mengakui bahwa dosa makin mencengkeram dan mempengaruhi diri, kita lebih senang mengatakannya seperti itu—dosa hanyalah menempati satu ruang dalam hidup kita.

Dosa akan terus mencari daerah baru untuk ditaklukkannya. Ia tidak pernah puas berdiam dan menjadi raja dalam sebuah teritori sempit.

Dosa ingin merajalela dalam semua aspek kehidupan dan ia tidak akan berhenti sampai ia menguasai semua—bukan sebagian—kehidupan kita. Itu sebabnya begitu kita memberi ruang kepada dosa untuk masuk, ia akan masuk dan terus merangsek masuk ke pelbagai ruang dalam hidup kita.

Pada akhirnya kita tidak lagi sama; kita mulai berubah. Apa yang tadinya salah, kita katakan, benar, bahkan dengan penuh keyakinan. Apa yang tadinya benar, sekarang kita katakan, salah—juga dengan penuh keyakinan. Diri kita yang lama punah; tidak heran pasangan kita tidak mengenali kita lagi.

Salah satu penyebab lainnya mengapa kita berubah begitu drastiknya adalah karena kebohongan pada akhirnya menjadi bagian hidup sehari-hari. Oleh karena kita terus menciptakan cerita demi cerita untuk menutupi perbuatan kita, pada akhirnya kita kehilangan nurani sewaktu berbohong. Begitu terbiasanya kita dengan kebohongan sehingga kebohongan menjadi bagian hidup kita. Lama kelamaan bukan saja kita menyajikan sebuah cerita bohong, kita pun menjadi kebohongan itu sendiri.

Kebohongan dapat diumpamakan seperti air, yang selalu berusaha menempati ruang di mana ia berada. Kebohongan yang kita buat

makin hari makin bertumpuk sebab untuk menutupi satu kebohongan kita harus menciptakan satu—dan tidak jarang, lebih dari satu—kebohongan lain. Kebohongan yang terus mengggunung ini akhirnya merembes masuk—bak air—ke pelbagai relung kehidupan. Bukan saja kita membuat cerita untuk membohongi orang, kita pun mulai berbohong dengan perasaan dan pikiran sendiri.

Bila kebohongan terus merembes dan mengalir segenap diri, tidak bisa tidak, kita akan mengalami perubahan. Diri yang lama mulai hilang, digantikan oleh diri baru yang sesuai dengan skenario bohong yang kita ciptakan. Tidak heran, orang di sekitar mulai bertanya-tanya, ada apa gerangan dengan diri kita? Memang kita tidak lagi manusia yang sama; kita telah diubah oleh kebohongan.

Salah satu dampak dari perubahan diri yang drastik ini adalah kita tidak mengasihani pasangan dan anak-anak kita sendiri. Sebaliknya, kita malah mengasihani rekan zinah dan anak-anaknya (jika ia punya anak). Kita terus memikirkannya dan tidak lagi memikirkan pasangan sendiri; kita tidak tega kepadanya, tetapi dapat tega dengan pasangan sendiri.

Ironisnya kita berikhtiar meninggalkan pasangan sendiri karena kasihan kepadanya, namun kita tidak merasa kasihan dengan pasangan sendiri bila kita harus meninggalkannya. Kita merasa bertanggung jawab atas kehidupannya tetapi tidak merasa harus bertanggung jawab atas pasangan

dan anak sendiri. Kita takut kehidupannya hancur bika kita meninggalkannya namun kita tidak takut melihat kehidupan pasangan dan anak hancur berantakan jika kita meninggalkan mereka. Itu sebabnya kita lebih rela kehilangan pasangan sendiri daripada kehilangan dirinya.

Kita telah berubah! Begitu berubahnya sehingga sesuatu yang tampak begitu jelas dan logis tiba-tiba berubah menjadi samar dan berkabut. Bukankah seharusnya kita lebih merasa bertanggung jawab atas pasangan dan anak sendiri dibanding rekan zinah itu? Bukankah seharusnya kita lebih merasa bersalah karena telah menyalahi janji nikah yang kita ikrarkan di hadapan manusia dan Tuhan? Bukankah seharusnya kita lebih mengasihani pasangan dan anak yang telah bersama kita sejak awal—sewaktu kita belum menjadi apa adanya seperti sekarang? Namun kita buta melihat kebenaran yang sederhana ini. Kita malah merasa lebih bersalah menyalahi janji yang kita buat *hanya* kepadanya—tidak di hadapan manusia, dan tidak di hadapan Tuhan.

Bagi kita yang tengah terlibat dalam relasi zinah, kita harus melihat masalah dengan benar. Pasangan dan anak kitalah yang dirugikan dan rekan zina kitalah yang diuntungkan, bila kita memutuskan untuk meninggalkan keluarga. Tatkala kita memutuskan relasi zinah, memang sekilas ia tampak dirugikan namun sebenarnya tidaklah

demikian. Ia tidak dirugikan karena pada dasarnya ia tidak pernah memiliki apa-apa.

Orang yang tidak memiliki apa-apa tidak akan bisa kehilangan apa-apa. Ia tidak pernah memiliki diri kita sebab janji nikah hanya kita berikan kepada pasangan kita, bukan kepadanya. Pasangan kitalah yang mempunyai hak eksklusif atas diri kita; ialah yang memiliki diri kita sebagaimana kitalah yang memiliki dirinya. Rekan zinah sama sekali tidak mempunyai hak apa pun atas diri kita, jadi, ia tidak mengalami kerugian apa-apa bila kita memutuskan relasi yang salah ini. Inilah perspektif yang mesti kita gunakan untuk melihat masalah perzinahan.

Jangan Menyalahkan Orang Lain!

Saya tidak menutup mata terhadap kenyataan bahwa pasangan nikah adakalanya berandil dalam kejatuhan kita. Mungkin kita tidak pernah mendapatkan respek yang semestinya; mungkin kita terus dilecehkan olehnya. Atau mungkin kita telah mengalami perlakuan buruk darinya, mulai dari perkataan kasar hingga perbuatan kasar. Semua ini sudah tentu berdampak terhadap ketahanan kita dalam menghadapi pencobaan. Juga, dengan adanya masalah-masalah ini, kita pun berubah menjadi tabung kosong yang rindu diisi. Saya memahami hal ini.

Sungguhpun demikian saya tetap harus mengatakan bahwa keputusan untuk berzinah tetap berada di dalam wilayah tanggung jawab pribadi. Kita tidak bisa menyalahkan siapa pun! Sesalah seperti apa pun situasi yang kita hadapi, kita tidak harus mengambil keputusan yang salah pula. Jangan menjawab persoalan dengan menciptakan persoalan yang baru. Selesaikanlah persoalan rumah tangga sendiri, jangan justru mencari jalan pintas yang salah.

Ada pula di antara kita yang menyalahkan lingkungan. Temanlah yang mengajak kita berbuat mesum sehingga akhirnya kita jatuh. Atau ada di antara kita yang malah menyalahkan orangtua. Kita berdalih bahwa sejak kecil kita merasa tertekan, tidak pernah boleh mengambil keputusan dengan bebas. Sekarang kita ingin bebas dan mengambil keputusan sendiri sebab ternyata pilihan itu keliru dan kita tidak mau menanggung akibatnya.

Mungkin saja dulu kita salah memilih pasangan namun tugas kita sekarang bukanlah menyingkirkannya melainkan berupaya sekeras mungkin membereskan masalah yang timbul. Mungkin benar bahwa ada banyak ketidakcocokan di antara kita namun itu tidak berarti kita dapat seenaknya menukarnya dengan yang lebih cocok. Tanggung

jawab kita justru adalah mencocokkannya supaya pada akhirnya kita bisa hidup serasi.

Kita harus memikul tanggung jawab atas perbuatan sendiri. Jika kita terus menyalahkan orang lain—dalam hal ini, pasangan kita—maka tidak akan ada jalan penyelesaian yang sehat. Saya tidak meminta agar kita memutihkan masalah rumah tangga; apa yang buruk tetaplah buruk, dan apa yang telah terjadi sudah terjadi. Namun pada akhirnya kita harus mengakui bahwa kita telah mengambil sebuah keputusan yang salah. Persoalan rumah tangga adalah persoalan berdua namun persoalan perzinahan adalah persoalan sendiri. Kitalah yang memutuskan untuk berzinah.

Bersabarlah!

Salah satu alasan mengapa relasi selingkuh sukar putus adalah karena kita tidak melihat adanya harapan perbaikan di dalam relasi nikah. Kita sudah putus asa dan letih mencoba; segala upaya telah kita lakukan namun semuanya tidak membuahkan hasil. Kita menyadari bahwa apa yang kita lakukan adalah salah dan berdosa tetapi kita tidak mau kembali ke dalam relasi nikah yang begitu menyakitkan. Kita berpikir, kendati relasi zinah berdosa, setidaknya kita masih mendapatkan ketenteraman dan kecocokan. Di rumah kita hanya menemukan ketegangan dan kemarahan.

Satu hal yang memang mesti kita pahami adalah bahwa putusnya relasi zinah tidak serta merta berlanjut dengan rujuknya relasi nikah. Kadang relasi nikah sudah begitu sarat dengan masalah sehingga untuk membereskannya diperlukan waktu yang lama dan pengorbanan yang besar. Namun ada satu hal yang mesti kita ingat: Memutuskan relasi zinah adalah langkah pertama menuju perbaikan! Mustahil kita akan dapat membereskan masalah dalam rumah tangga bila kita tetap mempertahankan relasi dengan orang ketiga di luar. Kita harus memutuskan relasi itu terlebih dahulu sebelum kita dapat mulai membenahi masalah dalam pernikahan.

Ada satu hal lagi: Kita harus memutuskan relasi itu karena itu adalah dosa dan tidak akan diberkati oleh Tuhan! Ingatlah bahwa Tuhan tidak memberkati dosa! Jadi, seindah apa pun relasi itu, jika berdosa, Tuhan tidak akan memberkatinya. Inilah dasar alasan mengapa kita harus memutuskan relasi itu. Pada waktu kita memutuskan relasi yang tidak berkenan di hadapan Tuhan, kita tidak bisa berharap bahwa pasangan nikah akan berubah dengan sekejap mata. Kita tidak boleh menuntut pasangan nikah untuk secara otomatis berubah hanya karena kita telah bersedia “berkorban” memutuskan relasi zinah. Ingatlah: segala perubahan menuntut waktu dan usaha! Dan, perubahan hanya akan terjadi dari dua sisi.

Perzinahan adalah sebuah dosa pengkhianatan dan semua pengkhianatan berakibat buruk. Tatkala kita berzinah, bukan saja kita menipu pasangan dan anak, kita pun merusakkan semua serat yang membangun sebuah relasi. Kepercayaan langsung ambles sampai ke dasar dan respek melesak turun sampai ke alas. Rasa sakit hati akibat pengkhianatan tidak mudah hilang dan biasanya memakan waktu yang lama untuk pulih. Itu sebabnya setelah kita memutuskan relasi zinah dan kembali kepada pasangan nikah, diperlukan sebuah upaya keras untuk memulihkan luka yang menganga.

Singkat kata, kita mesti bersabar. Memang sewaktu kita pulang ke rumah, kita akan kembali kepada persoalan lama yang belum selesai. Sekarang persoalan lama malah diperburuk dengan luka akibat pengkhianatan dan sudah tentu hal ini akan makin memperumit jalannya pemulihan. Jangan kecil hati dan jangan jadikan ini alasan untuk tetap mempertahankan relasi zinah. Ingat: betapa pun panjang jalan yang harus ditempuh, memutuskan relasi zinah adalah langkah pertama menuju pemulihan. Terlebih penting lagi, memutuskan relasi zinah adalah tindakan yang diberkati Tuhan.

Akuilah Dosa!

Pada umumnya reaksi pertama setelah melakukan kesalahan adalah menutupinya. Kita takut orang tahu sebab kita beranggapan bahwa kesalahan ini pasti berbuah hukuman. Kita tidak ingin menanggung hukuman, itu sebabnya kita berupaya menyembunyikan kesalahan dari mata orang. Namun ada satu hal lain yang membuat kita cenderung menutupi kesalahan: Kita tidak ingin dipermalukan! Sebetulnya belum tentu kita dipermalukan orang lain; yang lebih tepat adalah kita malu melihat diri kita sendiri.

Rasa malu adalah sebuah perasaan yang kuat dan tidak nyaman—begitu tidak nyamannya sehingga sedapatnya kita berusaha untuk menghapusnya dari ingatan. Itulah sebabnya tatkala kita berzinah, kita berusaha keras untuk langsung menutupinya—bukan saja dari orang lain, tetapi (dan terutama) dari diri sendiri. Dengan menyembunyikannya kita seakan sedang mempedaya diri dan membuatnya lenyap dari kenyataan. Dengan tidak membicarakannya atau mengakuinya, kita seolah-olah tengah meyakinkan diri bahwa peristiwa itu sesungguhnya tidak terjadi.

Mengakui kesalahan sama dengan menelanjangi diri dan melihat borok yang tadinya tersembunyi. Sesungguhnya reaksi terberat bukanlah datang dari orang lain melainkan dari diri sendiri sewaktu kita harus

berhadapan dengan kekotoran itu: Kita merasa malu! Inilah yang sebenarnya kerap menghalangi kita mengakui perbuatan dosa. Kita tidak ingin merasa malu dan tidak mau hidup dengan rasa malu. Kita berpikir, lebih baik mengunci mulut erat-erat daripada menanggung malu seumur hidup.

Kadang kita pun enggan mengakui perbuatan dosa zinah sebab kita tidak mau atau merasa tidak siap menanggung akibatnya. Kita takut kalau masalah ini akan memperburuk relasi nikah yang memang telah buruk ini. Dengan alasan ini kita terus menutupinya dan tidak bersedia mengungkapkannya kepada pasangan nikah. Namun kita lupa bahwa bukankah sering kali perzinahan merupakan wujud nyata atau gejala dari masalah yang tidak terselesaikan dalam pernikahan? Bukankah untuk membereskan masalah dengan tuntas, kita justru harus membedah masalah mulai dari buah sampai ke akar-akarnya?

Pengakuan dosa adalah langkah pertama yang mesti kita ambil. Jika kita tidak sanggup melakukannya sendiri, mintalah seseorang untuk mendampingi. Memang kita akan mengalami goncangan besar dalam rumah tangga, namun inilah langkah pertama yang mesti kita tempuh. Pengakuan memperlihatkan kesungguhan hati untuk memulihkan relasi pernikahan yang tidak sehat. Pengakuan juga membukakan mata bahwa ada masalah yang mesti diselesaikan—seberat apa pun itu. Pengakuan mencerminkan rasa

takut kita akan Tuhan sekaligus iman pada kesanggupan-Nya untuk merajut benang nikah yang terputus.

Sekali lagi saya ingin mengatakan, saya mengerti bahwa ini sukar dilakukan. Mungkin kita berpikir bahwa cukup sudah saya mengaku di hadapan Tuhan dan meminta ampun kepada-Nya. Persoalannya adalah, kita bukan saja berdosa kepada Tuhan, kita pun telah bersalah kepada pasangan nikah. Bukan saja kita berdosa kepada Tuhan, kita pun telah berkhianat kepada pasangan nikah. Itu sebabnya kita perlu mengakuinya di hadapan Tuhan *dan* manusia.

Mintalah Maaf Berulang-Kali!

Luka akibat pengkhianatan amatlah dalam. Tidak cukup sekali kita meminta maaf kepada pasangan atas perbuatan dosa yang telah kita lakukan.

Kita harus mengulang pernyataan maaf itu berkali-kali, terutama tatkala ia tengah meradang sakit mengingat perbuatan kita. Permintaan maaf yang tulus akan mengobati luka di hatinya dan kembali mengingatkannya bahwa kita sungguh menyesali bukan saja perbuatan dosa itu melainkan juga perbuatan kita menyakiti hatinya.

Inilah makna di belakang pernyataan maaf yang kita sampaikan berulang kali.

Mungkin tidak mudah bagi kita memahami dinamika ini. Pada umumnya kita beranggapan bahwa cukup menyatakan maaf sekali saja sebab bukankah yang penting adalah kesungguhan hati, bukan kefasihan lidah. Sudah tentu permintaan maaf harus keluar dari kesungguhan hati namun kita mesti mengerti bahwa pasangan perlu melihat penyesalan yang dalam hari lepas hari *selama* ia terluka. Sekali lagi, permintaan maaf adalah obat untuk mengurangi rasa pedih di hati.

Sampaikanlah penyesalan dan maaf dengan nada yang lembut. Jangan mengeluarkan kata-kata maaf dengan kemarahan sebab kemarahan menunjukkan bahwa kita melakukannya karena terpaksa, bukan karena penyesalan kita telah melukai hatinya.

Kadang kita marah sebab kita tidak ingin ia membangkit-bangkitkan peristiwa itu kembali. Namun inilah perjalanan yang mesti ditempuhnya. Ia mesti diberikan izin untuk membicarakannya lagi dan lagi sampai ia sungguh-sungguh siap untuk meninggalkan masa kelam

itu di masa lampau. Sewaktu ia mengungkit kembali, duduk dan dengarkanlah, dan mintalah maaf kepadanya. Jangan membela diri dan jangan balas menyeranginya. Permintaan maaf yang disampaikan dengan lembut mengkomunikasikan kasih sayang kepada pasangan yang telah kita lukai.

Permintaan maaf yang berulang juga menunjukkan kepedulian kita terhadapnya dan inilah yang dinanti-nantikannya selama ini. Bukankah pada masa perzinahan berlangsung kita justru mengkomunikasikan ketidakpedulian kepadanya? Di saat pemulihan inilah kita perlu menyampaikan maaf berulang-kali sebagai tanda bahwa kini kita mempedulikannya. Itu sebabnya sekarang kita dapat turut bersedih sewaktu ia bersedih dan turut tersayat tatkala hatinya teriris oleh perbuatan dosa yang kita lakukan.

Permintaan maaf yang kita sampaikan berulang-kali menyatakan bahwa kita tetap mengingat perbuatan dosa yang kita lakukan. Sewaktu kita berhenti menyatakan maaf dan penyesalan, pasangan yang masih terluka mungkin akan mengira bahwa kita dengan mudahnya telah melupakan perbuatan yang begitu menyakitkan hatinya. Dengan kita terus meminta maaf kepadanya, kita memperlihatkan kepada pasangan bahwa peristiwa itu masih

membekas dalam sanubari. Kita tidak mungkin melupakannya dengan mudah dan kita tidak mau meremehkannya.

Permintaan maaf yang berulang juga menyatakan tekad untuk tidak mengulang perbuatan yang sama. Dengan kita meminta maaf kita menyampaikan kepada pasangan bahwa kita turut sakit akibat perbuatan itu dan tidak mau mengulangnya lagi. Kita bertobat bukan hanya untuk hari ini tetapi selamanya. Kita datang kepada Tuhan dan memohon kekuatan-Nya bukan hanya untuk hari ini melainkan selamanya. Inilah tekad pertobatan yang mesti dilihat oleh pasangan dan inilah yang akan memberinya kekuatan untuk merajut kembali relasi nikah.

Masa ini sebenarnya adalah masa ujian bagi diri kita sendiri. Apakah kita cukup rendah hati untuk meminta maaf—lagi dan lagi? Sering kali keangkuhan menghalangi kita untuk meminta maaf dan jika ini yang terjadi, pasangan tidak akan mempercayai janji dan perkataan kita. Ia harus melihat kerendahan hati di pihak kita agar ia kembali dapat mempercayai kita. Jika sebaliknya keangkuhanlah yang dilihatnya, maka itu akan terus menciptakan ketakutan dalam dirinya bahwa kita belum sungguh-sungguh bertobat dan orang yang belum sungguh-sungguh bertobat berpotensi besar untuk mengulang perbuatannya.

Jadi, mintalah maaf dan kesampingkanlah ego. Bukankah memang kita telah berdosa?

Berhentilah Berdosa demi Tuhan!

Mungkin kendala terbesar untuk menghentikan relasi zinah adalah pada dasarnya kita tidak menemukan alasan untuk menghentikannya. Sewaktu kita melihat relasi nikah kita mungkin berkata, “Semua telah berakhir!” Tatkala kita melihat anak-anak, mereka pun mungkin sudah tidak lagi respek kepada kita. Ketika kita melihat sekeliling, kita melihat wajah yang telah muak dengan perbuatan kita dan tidak lagi bersahabat dengan kita. Pada akhirnya kita berkata, “Nasi sudah menjadi bubur! Mandi biar basah!”

Salah satu cara Iblis untuk membuat kita tetap berkubang dalam dosa adalah dengan meyakinkan diri kita bahwa sudah terlambat bagi kita untuk berubah. Iblis akan senantiasa membisiki bahwa tidak ada lagi kesempatan untuk berputar haluan dan bahwa satu satunya jalan yang terbuka di depan adalah jalan terus ke depan. Akhirnya kita terus berjalan tanpa menoleh ke belakang, menuju kehidupan yang berdosa dan di luar berkat Tuhan.

Ada dua alasan mengapa kita mesti memutuskan hubungan demi Tuhan. Pertama, kita harus takut kepada Tuhan. Kita mesti menyadari bahwa anugerah Tuhan bukanlah untuk kita injak dan sia-siakan. Kita menerima anugerah keselamatan dengan cuma-cuma namun itu tidak murah karena anak Allah harus mati mengorbankann nyawa-Nya. Jadi, janganlah kita meremehkan kebaikan Tuhan dengan cara melecehkan kekudusan-Nya. Firman Tuhan mengingatkan dalam Ibrani 10:26, “Sebab jika kita sengaja berbuat dosa sesudah memperoleh pengetahuan tentang kebenaran, maka tidak ada lagi korban untuk menghapus dosa itu.” Dan ini berarti, tidak akan ada lagi keselamatan bagi kita yang menolak untuk bertobat!

Alasan kedua mengapa kita harus menghentikan dosa perzinahan demi Tuhan adalah karena Tuhan yang kita kenal dalam Yesus Kristus adalah Tuhan yang Pemurah dan di dalam kemurahan hati-Nya, Ia siap untuk membukakan lembaran baru bagi kita. Tuhan tidak segan-segan menghukum kita yang membangkang perintah-Nya namun Ia pun tidak segan-segan memberi kita kesempatan kedua. Inilah yang seyogianya menjadi doa kita bersama: kesempatan kedua! Mintalah kepada Tuhan untuk memberi kita kesempatan kedua: kesempatan untuk memulai kembali sebuah keluarga yang berkenan di hadapan Tuhan.

Mungkin kita sudah tidak dapat lagi menemukan alasan mengapa kita harus meninggalkan rekan selingkuh dan kembali kepada pasangan nikah. Mungkin kita benar, bahwa dari sudut manusia tidak ada lagi yang perlu dipertahankan. Namun demi Tuhan, pertahankanlah dan ambillah langkah ketaatan. Pertahankanlah pernikahan dan putuslah relasi zinah yang tidak memuliakan Tuhan. Demi Tuhan, bukan demi siapa pun.

PUBERTAS KEDUA

Pendahuluan

Ada orang yang mengatakan bahwa usia paro-baya—antara 40-60—adalah masa pubertas ke dua. Julukan ini timbul dari pengamatan awam bahwa pada kurun ini ciri-ciri yang kerap ditemukan pada kebanyakan remaja juga dapat ditemukan pada usia paro-baya seperti menguatnya gelora seksual yang mengakibatkan bertambah rawannya kita terlibat dalam relasi di luar nikah. Pada kenyataannya memang banyak masalah terjadi pada pasangan nikah yang berada di kurun hidup pertengahan ini—persoalan yang kerap berkaitan dengan perselingkuhan.

Jadi, sudah selayaknyalah kita bertanya, sesungguhnya apakah yang terjadi pada masa ini? Mengapakah begitu banyak masalah muncul justru di fase tengah kehidupan ini? Apakah benar bahwa pada usia ini kita mengulang kembali tahap pubertas remaja atukah ini semua mitos belaka? Untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan ini, marilah kita melihat dengan saksama perubahan dan gejala yang dialami pada masa paro-baya. Setelah itu kita mengulas akan langkah-langkah pencegahannya.

Fase Pubertas: Fase Perubahan

Masa remaja adalah masa yang penuh dengan perubahan, baik secara jasmaniah, seksual, emosional, maupun mental. Tidak jarang perubahan-perubahan ini disertai dengan gejala perilaku yang membuat pusing orangtua. Bukankah kita sering mengeluh dan bingung dengan perubahan sikap anak yang tadinya santun dan penurut sekarang berubah menjadi kasar dan membangkang?

Sedikit banyak masa paro-baya memiliki kemiripan dengan masa remaja. Bukankah kita pun acap mendengar berita tentang suami yang tadinya baik dan setia pada keluarga sekarang berubah menjadi tidak peduli dengan anak-istri dan malah akrab dengan wanita lain? Hal yang sama kadang juga terjadi pada istri; yang tadinya penurut dan setia sekarang berubah tidak hormat kepada suami dan berani menjalin relasi dengan pria lain.

Memang sekilas kita melihat kesamaan antara dua fase ini namun sesungguhnya di balik keserupaan ini terdapat banyak perbedaan. Pada usia remaja, organ seksual dan hormon reproduktif mengalami kematangan sehingga pada saat inilah seorang manusia berkemampuan untuk melangsungkan relasi seksual dan melahirkan keturunan. Tidak heran pada masa ini kebanyakan remaja mesti bergumul keras mengendalikan hasrat seksualnya. Sebaliknya, pada

usia paro-baya kemampuan seksual mulai mengalami penurunan. Hormon reproduktif menyusut dan fungsi organ seksual melemah yang mengakibatkan berkurangnya gejala seksual. Itu sebabnya kita tidak bisa menyamakan gelora dan daya seksual seorang remaja usia 16 tahun dengan seorang dewasa usia 60 tahun. Sudah tentu potensi yang lebih tinggi ditemukan pada remaja usia 16, bukan pada seorang tua usia 60.

Namun kedua fase ini memiliki satu kesamaan yakni keduanya adalah masa yang sarat dengan perubahan—seorang remaja usia 16 mengalami penambahan, sedangkan seorang tua usia 60 harus menghadapi pengurangan kapasitas fisik dan seksual. Dan di sinilah letak masalahnya—perubahan—sebab baik itu penambahan maupun pengurangan—kedua jenis perubahan ini cenderung menciptakan masalah baru!

Sudah tentu pada remaja, yang seharusnya dilakukan adalah mengatur atau mengendalikan gejala seksual yang menguat sedangkan pada orang dewasa yang diperlukan adalah menerima dan hidup sesuai dengan kodrat penuaan. Masalahnya adalah, tidak semua siap untuk menerima dan mengendalikan perubahan-perubahan ini. Itulah yang membuat kedua fase ini rawan masalah. Berikut ini akan saya

paparkan dua masalah yang umum ditemukan pada masa paro-baya yakni kejatuhan moral dan kejatuhan ekonomi.

Kejatuhan Moral

Ada orang yang menolak pengurangan kapasitas dan berusaha untuk tetap hidup segar dan muda. Sudah tentu tidak ada salahnya bagi kita yang mulai melemah untuk mempertahankan kesehatan yang prima. Namun semua ada batasnya. Kita tidak akan bisa menahan lajunya proses penuaan dan penurunan; pada akhirnya kita harus siap menerimanya. Sayangnya ada sebagian dari kita yang tidak bersedia menerimanya; kita terobsesi dengan segala upaya untuk mempertahankan daya tarik kemudahan. Kita pun bersedia menempuh segala cara untuk tampil prima—sebagian sehat, sebagian tidak sehat. Berikut ini akan dipaparkan beberapa faktor yang membuat usia paro-baya menjadi masa yang rentan kejatuhan.

Menarik perhatian lawan jenis. Bagi kita yang sukar menerima kodrat, akan terbuka peluang yang lebih besar untuk terjadinya masalah dengan lawan jenis. Salah satu konfirmasi terampuh bahwa kita masih memikat adalah bahwa kita tetap menjadi obyek perhatian dan kekaguman lawan jenis. Agar tetap memikat, akhirnya kita berlomba menambah daya tarik dan mengundang keterpikatan. Secara

sengaja kita menciptakan suasana agar kita dapat terlibat dalam relasi yang lebih pribadi dengan lawan jenis. Kita pun akan berusaha memancing perhatiannya guna memperkuat ketertarikannya kepada kita. Sudah tentu semua upaya ini mudah berakhir pada perselingkuhan kendati kita enggan mengakuinya.

Mapan secara ekonomi dan karier. Faktor keamanan ekonomi adalah salah satu unsur penambah seringnya terjadi relasi di luar nikah. Pada masa muda, kita belum memiliki percaya diri yang kokoh karena masih dalam proses pemapanan karier; sebaliknya pada masa paro-baya, kepercayaan diri cenderung menguat seiring dengan bertambahnya keamanan ekonomi. Pria ataupun wanita yang mapan dalam kariernya mengundang daya tarik sebab memang keamanan karier menebar kekaguman tersendiri. Itu sebabnya pertahanan lawan jenis lebih mudah runtuh tatkala berhadapan dengan seorang paro-baya yang mapan.

Matang dalam pemikiran dan tindakan. Selain keamanan, salah satu faktor lain yang berperan besar adalah unsur kematangan. Tidak bisa disangkal, pada usia paro-baya kita (umumnya) bertumbuh menjadi lebih matang akibat tempaan pengalaman hidup. Kita tidak lagi tergesa-gesa dalam bertindak dan cenderung berhati-hati dalam mengambil keputusan. Kita pun lebih berhikmat dalam menapak

kehidupan dan lebih memahami bagaimana memperlakukan sesama dengan tepat . Kematangan pada akhirnya melahirkan kedamaian dan bukankah ini yang dicari oleh banyak orang (terutama gadis) muda? Tidak bisa disangkal, dekat dengan seorang paro-baya yang matang akan menenteramkan sukma dan ini merupakan daya pikat yang kuat.

Berkurangnya kontak dan kenikmatan seksual. Secara internal, relasi nikah pada usia paro-baya juga mengalami perubahan dan ini menuntut penyesuaian pula. Pada masa ini wanita memasuki fase mati haid yang kerap berdampak pada kehidupan seksual. Interes terhadap kontak seksual biasanya berkurang drastik dan kenikmatan seksual sering kali berubah menjadi ketidaknyamanan. Akhirnya relasi seksual menuai gangguan dan hal ini menjadi duri dalam pernikahan. Suami yang tidak puas dan istri yang merasa tidak dimengerti serta tidak disayangi berpeluang besar menjadi kandidat kejatuhan. Yang satu ingin mencicipi kenikmatan sedangkan yang satunya rindu pengertian dan kasih sayang.

Hidup lebih tenang, lebih lengah. Pada umumnya sewaktu muda, kita harus memusatkan perhatian pada keperluan keluarga. Kita mencurahkan segala tenaga untuk meningkatkan karier dan pemasukan guna menjaga kestabilan ekonomi keluarga. Juga pada saat-saat awal kita pun harus memberi banyak waktu dan tenaga

untuk mengurus serta membersarkan anak. Mulai dari kebutuhan fisik sampai pada keperluan sekolah, semua harus ditangani dan dipantau. Singkat kata, tatkala anak-anak kecil, ada begitu banyak hal yang mesti diurus; alhasil waktu luang pun menjadi lebih sempit.

Pada masa paro-baya semua kesibukan dan tekanan mulai berkurang seiring dengan bertambah dewasanya anak dan menguatnya kondisi ekonomi. Di dalam ketenangan dan kestabilan, kita mudah lengah dan gampang terperangkap godaan yang mengundang percik kenikmatan. Masa paro-baya yang ajeg cenderung melahirkan keinginan untuk mengisi waktu luang dengan petualangan. Malangnya, sebagian kita justru memilih petualangan yang bermuatan dosa—menjalin relasi di luar nikah.

Pasangan membiarkan. Cukup banyak di antara kita yang tahu namun memutuskan untuk membiarkan pasangan menjalin relasi di luar nikah. Sudah tentu pengkhianatan pasangan akan sangat mengganggu tetapi pada akhirnya kita terpaksa memikirkan dampak negatif bila kita bersikap tegas kepadanya. Ada yang mempertimbangkan faktor anak; ada juga yang memikirkan faktor ekonomi bila pasangan memutuskan untuk menceraikan kita akibat sikap tegas yang kita tunjukkan. Mungkin ada pula di antara kita yang berkata, “Ah, bukankah banyak orang melakukannya?” dan

memutuskan untuk mendiampkannya saja. Akhirnya kita membiarkan perselingkuhan terjadi dan berharap suatu hari kelak ia akan sadar dan kembali ke rumah.

Nah, sikap yang cenderung menoleransi perselingkuhan sedikit banyak telah memberi pengaruh pada pelaku selingkuh. Ia tahu bahwa kita akan mendiampkan perbuatannya sebab kita tidak berani melangkah keluar dan bersikap tegas. Ia menyadari bahwa kita bergantung pada kehadirannya—apalagi di usia paro-baya di mana kita memang tidak lagi terlalu siap untuk mengalami perubahan status nikah dan perombakan gaya hidup.

Meledaknya problem keluarga. Satu hal lain yang juga menambah seringnya terjadi perselingkuhan pada masa paro-baya adalah, di masa inilah problem dalam keluarga cenderung meledak. Jika tadinya masalah ketidakcocokan masih dapat tertutupi oleh kehadiran anak, sekarang tidak lagi karena anak telah menginjak dewasa dan tidak memerlukan perhatian orangtua seperti dahulu kala. Juga, jika rumah tangga sudah menyimpan masalah, pada masa inilah problem mencuat akibat perilaku anak yang mengundang masalah. Anak yang bermasalah biasanya meledakkan bom pemberontakannya pada masa remaja.

Dengan kata lain, bila semua perubahan di atas ini terjadi bersamaan dengan meledaknya masalah rumah tangga, tidak bisa tidak, ketahanan kita akan menjadi lebih rapuh. Godaan untuk lari dari masalah membesar dan keinginan mendapatkan sesuatu yang melegakan pun menguat. Alhasil, kita menjadi lebih rentan untuk tergelincir dan jatuh.

Kejatuhan Ekonomi

Tidak semua orang di usia paro-baya mengalami peningkatan ekonomi. Ada sebagian dari kita yang justru harus berhadapan dengan kenyataan pahit yaitu berkurangnya mata pencarian. Memang semua manusia bisa mengalami kejatuhan ekonomi namun kejatuhan ekonomi yang dialami di masa paro-baya tidak berdampak sama dengan kejatuhan yang dialami di usia muda. Pada masa muda kita masih berkata bahwa masih ada kesempatan untuk membangun ulang berhubung masih panjangnya usia dan kuatnya tenaga. Pada usia paro-baya, kita tidak lagi dapat berkata seperti itu sebab memang kesempatan sudah jauh berkurang. Walaupun masih ada kesempatan, tenaga dan kesehatan yang mulai menyusut dan akan menjadi kendala besar.

Pada faktanya kalau kita kehilangan pekerjaan di usia paro-baya maka akan sukarlah bagi kita untuk mendapatkan pekerjaan yang baru dan

setara. Hanya sedikit dari kita yang masih dapat memperoleh pekerjaan yang layak; kebanyakan harus siap menerima pekerjaan apa adanya. Tatkala kita membuka surat kabar dan memperhatikan iklan lowongan pekerjaan, kita akan menemukan bahwa kebanyakan memberi syarat batas usia yakni sekitar 30 tahun. Hampir tidak ada lapangan pekerjaan yang menetapkan batas usia sekitar 50 apalagi 60 tahun. Itu sebabnya bila pemutusan hubungan kerja terjadi di usia paro-baya, tidak bisa tidak, dampaknya akan jauh lebih terasa dan lebih menyakitkan.

Ada di antara kita yang masuk ke lembah depresi akibat kejatuhan ekonomi. Kita merasa putus asa setelah berulang kali mengirimkan surat lamaran dan menunggu panggilan tanpa hasil. Kita cenderung merasa mudah tertolak dan terhina akibat hilangnya karier yang selama ini telah menjadi bagian dari identitas diri. Kita pun merasa tidak lagi berharga karena tidak mampu menafkahi keluarga dan rasa tidak berharga ini cenderung berubah menjadi sikap defensif serta mudah marah. Kita tidak suka “dikuliahi” kendati belum tentu pasangan menguliahi kita. Sedikit tuntutan dari pasangan terasa seperti godam yang memukul dan menusuk harga diri. Pada akhirnya kita menarik diri dan memutuskan semua tali relasi dengan orang di sekitar, termasuk pasangan dan anak sendiri.

Tidak bisa tidak, dampak kejatuhan ekonomi akan menggerus relasi keluarga. Hubungan dengan istri mudah tepercik api kemarahan dan pertengkaran; relasi dengan anak menegang karena kita cenderung menuntut anak untuk mengerti kondisi yang tengah kita alami. Jika tidak berhati-hati, kejatuhan ekonomi dengan mudah dapat mengubah kita menjadi seorang manusia yang egois. Kita menuntut untuk dimengerti tanpa mau mengerti persoalan orang lain. Kita menganggap bahwa kita adalah orang yang paling malang di dunia sehingga tidak ada seorang pun yang boleh meminta—apalagi menuntut—apa pun. Semua harus menerima kondisi ini dan semua harus mengupayakan jalan untuk hidup dalam kondisi ini.

Pedoman Melewati Tantangan Hidup Paro-Baya

Kadang kita beranggapan bahwa kita tahu dan dapat mengendalikan masa depan, seolah-olah apa yang ada sekarang akan selalu ada esok. Setidaknya itulah yang kerap melekat di benak kita. Pada faktanya kita tidak tahu akan hari esok. Apa yang telah kita rencanakan dan harapkan untuk terjadi di hari senja belum tentu terealisasi.

Hidup memang tidak menentu tetapi Tuhan selalu menentu. Pemeliharaan-Nya pasti dan kasih sayang-Nya tidak berkesudahan,

sebagaimana teruntai dengan indah lewat lagu lama, “Tak kutahu kan hari esok, namun langkahku tetap.” Langkah hanya dapat tetap dan teguh bila kita bersandar pada Tuhan yang berkuasa atas semua hari—kemarin, hari ini, dan esok. Berikut ini akan saya paparkan beberapa pedoman praktis untuk menolong kita berjalan memasuki masa parobaya dengan langkah yang tetap.

Menerima perubahan usia. Pada faktanya, kita tidak menjadi lebih muda dan kuat; seiring dengan berjalannya waktu, berjalan pergi pulalah kesehatan dan kemudaan. Wajah yang tadinya mulus dan tak kerut, sekarang mulai mengasar dan bergaris. Tubuh yang tadinya langsing dan mudah dikendalikan bobotnya, sekarang bertambah berat dan sukar terkendali. Kekuatan dan ketahanan makin memudar; makin hari makin lama istirahat yang kita perlukan untuk memulihkan tenaga yang terpakai. Itu semua adalah realitas hidup.

Berbahagialah orang yang dapat menerima kodrat apa adanya! Jika kita menerima semua perubahan ini, kita akan dapat hidup damai dengan diri sendiri dan sesama. Kita tidak lagi merasa mudah terancam oleh kehadiran orang lain dan kita tidak lagi terpancing untuk berlomba memenangkan hadiah pujian orang. Sebaliknya orang yang tidak dapat menerima kodrat, akan terus berkelahi dengan dirinya dan sesama. Tanpa disadari kita akan memperlakukan tubuh

sebagai obyek yang mesti dilecuti agar tetap prima. Kita pun akan memperlakukan sesama sebagai saingan atau obyek yang harus dimenangkan. Kita tidak lagi hidup damai, baik dengan diri maupun sesama.

Masa paro-baya memperhadapkan kita dengan realitas yang menyentak: bahwa kita tidak akan hidup selamanya. Di masa inilah kita bersentuhan untuk pertama kalinya dengan keterbatasan hidup; di saat inilah kita mulai memandang bentangan yang memisahkan hidup di alam yang fana dan alam yang baka.

Jangan panik, teruslah berjalan. Memang jalan yang tadinya tegap nan kokoh akan berubah menjadi jalan yang lunglai; tubuh yang besar secara bertahap mulai mengerut. Terimalah; jangan gugup dan jangan lari. Terutama jangan menggunakan cara yang tidak berkenan di hadapan Tuhan untuk lari dari kenyataan.

Bangunlah relasi yang kuat dengan keluarga. Masa paro-baya merupakan kelanjutan masa sebelumnya; jadi apa yang telah terjadi akan mempengaruhi apa yang sekarang terjadi. Bila kita telah menikmati keutuhan dan kehangatan keluarga, besar kemungkinan kita akan dapat menghadapi tantangan hidup di usia paro-baya. Sebaliknya, jika hubungan dengan keluarga renggang—apalagi retak—

sudah tentu kita tidak akan memperoleh dukungan dan kekuatan yang kita butuhkan.

Relasi yang sehat dan hangat dengan keluarga akan menjadi perisai yang membentengi kita dari godaan dosa. Sekuat-kuatnya kita, tetap semua adalah manusia berdosa yang dapat jatuh. Kita memerlukan dukungan dari satu sama lain untuk tetap bertahan dalam kekudusan. Relasi yang akrab dengan keluarga memberi kita kekuatan ekstra untuk melawan pencobaan.

Relasi keluarga yang hangat dan harmonis akan memperkuat tekad untuk tidak ingin melukai hati orang yang begitu menyayangi kita. Juga, relasi yang akrab dengan keluarga akan menambah motivasi untuk melawan pencobaan karena kasih sayang mereka memberi kita kekuatan untuk mencekal godaan. Sebaliknya, bila relasi dengan keluarga lemah, akan melemah pulalah motivasi untuk melawan pencobaan.

Relasi yang harmonis dengan keluarga akan menciptakan jaring yang dapat menangkap dan menahan kita dalam mengarungi kejatuhan ekonomi. Di dalam relasi yang intim, kita justru akan menerima dorongan dan doa untuk terus bertahan. Di dalam relasi yang penuh kasih, kita justru merasa dimotivasi untuk tidak putus asa. Di dalam

relasi yang akrab, kita tidak malu karena kita tahu bahwa kita diterima apa adanya. Kita tidak harus membuktikan diri lebih dari apa adanya dan kita tidak harus bersandiwara menjadi diri yang bukan sebenarnya.

Setiap jengkal kehidupan sesungguhnya merupakan persiapan untuk melanjutkan jejak berikutnya. Berbahagialah kita yang sejak awal telah memberi yang terbaik untuk keluarga sebab di usia paro-bayalah kita akan menuai hasilnya.

Tanggung jawab kepada Tuhan, bukan hanya kepada manusia.

Dengan bertambah dewasanya anak, berkurang pulalah tanggung jawab orangtua kepadanya. Bersamaan dengan berkurangnya tanggung jawab keluarga, berkurang pulalah *pertanggungjawaban* orangtua kepada anak. Pada usia paro-baya terbuka lebar godaan untuk berbuat dosa oleh karena kita tidak lagi merasa terikat tanggung jawab kepada keluarga. Jika sebelumnya kita takut melakukan kesalahan, sekarang rasa takut itu mulai memudar. Kita pun mulai berpikir, "Anak-anak sudah besar; apa pun yang terjadi tidak lagi akan mempengaruhi mereka."

Memang benar, pada usia paro-baya tanggung jawab kita akan kesejahteraan keluarga tidak lagi sama seperti ketika anak masih kecil. Namun itu tidak berarti bahwa *pertanggungjawaban* kita kepada

mereka berkurang. Kita tetap adalah orangtua dan suami atau istri kepada orang yang sama; jadi kita tetap bertanggungjawab kepada mereka. Berkurangnya tanggung jawab tidak berarti berkurangnya pertanggungjawaban. Jika pada masa anak kecil kita memikirkan perasaannya dan tidak ingin melukainya, pada masa mereka dewasa kita tetap harus mempertimbangkan perasaannya.

Terlebih penting, ingatlah perintah Tuhan yang melukiskan standar-Nya, “Karena itu haruslah kamu sempurna, sama seperti Bapamu yang di sorga adalah sempurna.” (Matius 5:48) Tuhan yang menuntut kekudusan hidup di masa lampau tetap menuntut kekudusan hidup di masa sekarang—parobaya. Kenyataan kita telah menginjak usia parobaya, tidaklah membebaskan kita dari tanggung jawab untuk hidup kudus. Singkat kata, usia tua tidak memberi keleluasaan kepada kita untuk berdosa.

Sayangnya ada sebagian dari kita yang justru menjadi lengah sewaktu beranjak paro-baya. Mungkin faktor percaya diri menjadi salah satu penyebab mengapa akhirnya kita jatuh ke dalam dosa. Begitu yakinnya kita akan kekuatan pribadi dalam menghadapi pencobaan—sebagaimana telah terbukti di masa lampau—sehingga akhirnya kita lengah dan tergelincir jatuh. Bertambahnya usia tidak berarti bertambah kuatnya kita menghadapi godaan. Ingat: orang yang bijak

adalah orang yang dapat melihat dan hidup sesuai dengan kelemahannya. Sebaliknya, orang yang bodoh adalah orang yang tidak bisa melihat dan tidak ingin hidup sesuai dengan kelemahannya. Tidak heran orang seperti ini kerap jatuh ke dalam dosa.

Hidup di dalam Tuhan dan berserah kepada-Nya. Bertambah mapannya hidup cenderung mempertebal keyakinan diri. Jika tidak mawas diri, kita yang makin mapan, akan makin tidak bergantung pada Tuhan; malah sebaliknya, kita makin bergantung pada kemampuan dan kepunyaan diri. Jika kita menitikberatkan nilai materi dan fisik, kehilangan materi dan kemampuan fisik pasti akan menjungkalbalikkan penghargaan diri.

Misalnya, kita yang terlalu menekankan keindahan badaniah cenderung bergantung pada keindahan badaniah sebagai tolok ukur seberapa bernilainya diri. Atau, kita yang sangat mementingkan uang, akan bergantung pada uang untuk mempertahankan nilai yang terkandung dalam diri kita. Jadi, apa pun atau siapa pun itu yang kita tinggikan, itulah yang akan menjadi tempat kita bergantung dan mengukur berapa berharganya kita.

Lebih lanjut lagi, apa pun itu yang kita gunakan sebagai tolok ukur untuk menilai berapa berharganya diri kita, pada akhirnya akan kita

pakai sebagai sarana untuk memuaskan diri dan menyenangkan hati. Jika kita menekankan penampilan fisik, maka kepuasan hanyalah akan kita peroleh dari keindahan badaniah. Bila kita mementingkan uang, maka uanglah yang akan membawa kebahagiaan untuk diri kita. Itu sebabnya tatkala semua itu memudar atau menghilang, kita hancur dan menilai diri tidak berharga.

Firman Tuhan mengajarkan bahwa kasih setia Tuhan lebih dari hidup (Mazmur 63:3). Ini berarti tidak ada satu hal pun di dalam hidup yang lebih penting dan lebih berharga daripada kasih Tuhan. Jika kita bergantung pada kasih setia Tuhan, maka apa pun yang kita alami, kita tidak akan gamang dan kehilangan pegangan. Mungkin kita kehilangan mata pencaharian namun kita tidak akan kehilangan mata rohani. Mungkin kita kehilangan penghasilan tetapi kita tidak kehilangan pemeliharaan Tuhan. Kita tidak lagi bersandar pada kemampuan sendiri; sebaliknya kita malah berserah pada kehendak Tuhan.

Kita pun tidak lagi bergantung pada keindahan badaniah atau kekuatan uang untuk menyenangkan hati. Kasih setia Tuhan adalah sumber kegembiraan hati, bukan tubuh atau uang. Itu sebabnya kita tidak panik tatkala kita tidak lagi dapat menikmati semua itu. Sepenuhnya kita berserah kepada Tuhan dan sepenuhnya Ia akan memelihara hidup kita.

Sabar dan rendah hati dalam melewati lembah kelim. Memang tidak mudah menghadapi kejatuhan ekonomi di masa paro-baya. Tiba-tiba semua menjadi kelim dan kita pun terpaksa berjalan meraba-raba dalam ketidakpastian. Ini adalah masa kita berjalan di lembah yang kelim dan di dasar yang dalam. Pada masa seperti ini kita harus belajar sabar menahan derita; kita mesti melawan godaan untuk mencari kelegaan sesaat. Jika tidak sabar, kita mudah jatuh ke dalam lembah dosa yang lebih curam. Ada yang terlibat hubungan di luar nikah dan ada pula yang menyalahkan semua orang di sekitar tanpa sedikit pun mau bertanggung jawab atas tindakannya. Ada pula yang memutuskan tali relasi dengan siapa pun dan tenggelam dalam danau pengasihanan diri.

Sabar berarti terus berharap pada Tuhan dan terus berusaha apa adanya. Mungkin kita tidak lagi dapat melakukan hal-hal yang dulu kita lakukan tetapi kita masih dapat mengerjakan hal-hal lain. Lepaskan hal yang memang harus kita lepaskan; jangan terus menggenggam angin kosong.

Kita pun harus belajar untuk rendah hati. Baik kemapanan maupun kejatuhan ekonomi cenderung membakar api keangkuhan. Kemapanan ekonomi berpotensi membuat kita membanggakan

kemampuan sendiri dan mengukur sesama lewat kadar kemampuan. Pada akhirnya kita meninggikan orang yang berkemampuan tinggi dan meremehkan orang yang berkemampuan rendah. Inilah serat keangkuhan yang kerap luput dari pengamatan.

Kejatuhan ekonomi juga berpotensi membakar keangkuhan karena di saat seperti inilah kita acap menolak pertolongan orang dan cenderung curiga dengan niat baik sesama. Kita cepat menuduh bahwa orang sengaja menghina kendati sesungguhnya tidak demikian. Kita menjadi peka dan sibuk membentengi diri; kita mengeraskan hati dan sukar mendengar masukan apalagi permintaan orang. Ini semua adalah kerak keangkuhan yang mesti kita bersihkan. Pada masa sulit, kita perlu menjaga hati agar tidak jatuh ke dalam lembah keangkuhan.

Kesimpulan

Firman Tuhan mengajarkan, “Aku telah belajar mencukupkan diri dalam segala keadaan. Aku tahu apa itu kekurangan dan aku tahu apa itu kelimpahan. Segala perkara dapat kutanggung di dalam Dia yang memberi kekuatan kepadaku.” (Filipi 4:11-13) Masa paro-baya tidak menjanjikan apa pun; ada di antara kita yang akan menanjak naik namun ada pula yang akan melaju turun. Namun Tuhan menjanjikan penyertaan dan kekuatan untuk kita yang bersandar dan hidup di

dalam-Nya. Apa pun itu—baik kekurangan maupun kelimpahan—
dapat kita tanggung di dalam Dia.