CARA KERJA SPIRITUALTERAPI

2

Untuk memahami diri kita sendiri, kita harus memiliki pemahaman yang jelas tentang bagaimana kita diciptakan dan bagaimana kita berperan. Pemikiran kita, perasaan, dan perilaku kita berasal dari sebuah ciri yang mungkin tidak kita sadari (gambar diri), dan motivasi kita untuk melakukan aksi dan reaksi saat ini merupakan pekerjaan dari ciri tersebut. Atau dengan kata lain, ciri-ciri yang telah kita dapatkan melalui orang lain atau salah satu yang telah kita bangun untuk diri kita sendiri, entah itu positif atau negatif, akan memberikan pengaruh yang sangat besar terhadap keputusan yang kita buat dan terhadap cara kita berhubungan dengan orang lain.

Karena kita, pada intinya, adalah makhluk rohani, hal ini menjadi jalan bagi kita untuk mengetahui apakah ciri-ciri rohani kita dan pengaruh yang diberikan oleh Roh Kudus dapat digunakan pada fungsi psikologis dan sosial kita. Selama bertahun-tahun telah terbukti bahwa hal ini benar-benar membantu kebanyakan orang yang telah berkonsultasi dengan saya untuk memahami penciptaan atau bagian penting dari kemanusiaan, yang dalam bidang teologi dikenal sebagai antropologi alkitabiah. Tampaknya ada banyak pandangan terhadap masalah yang sangat penting ini, tetapi pembahasan di sini akan dibatasi pada hal-hal yang tampaknya mendukung Perjanjian Baru.

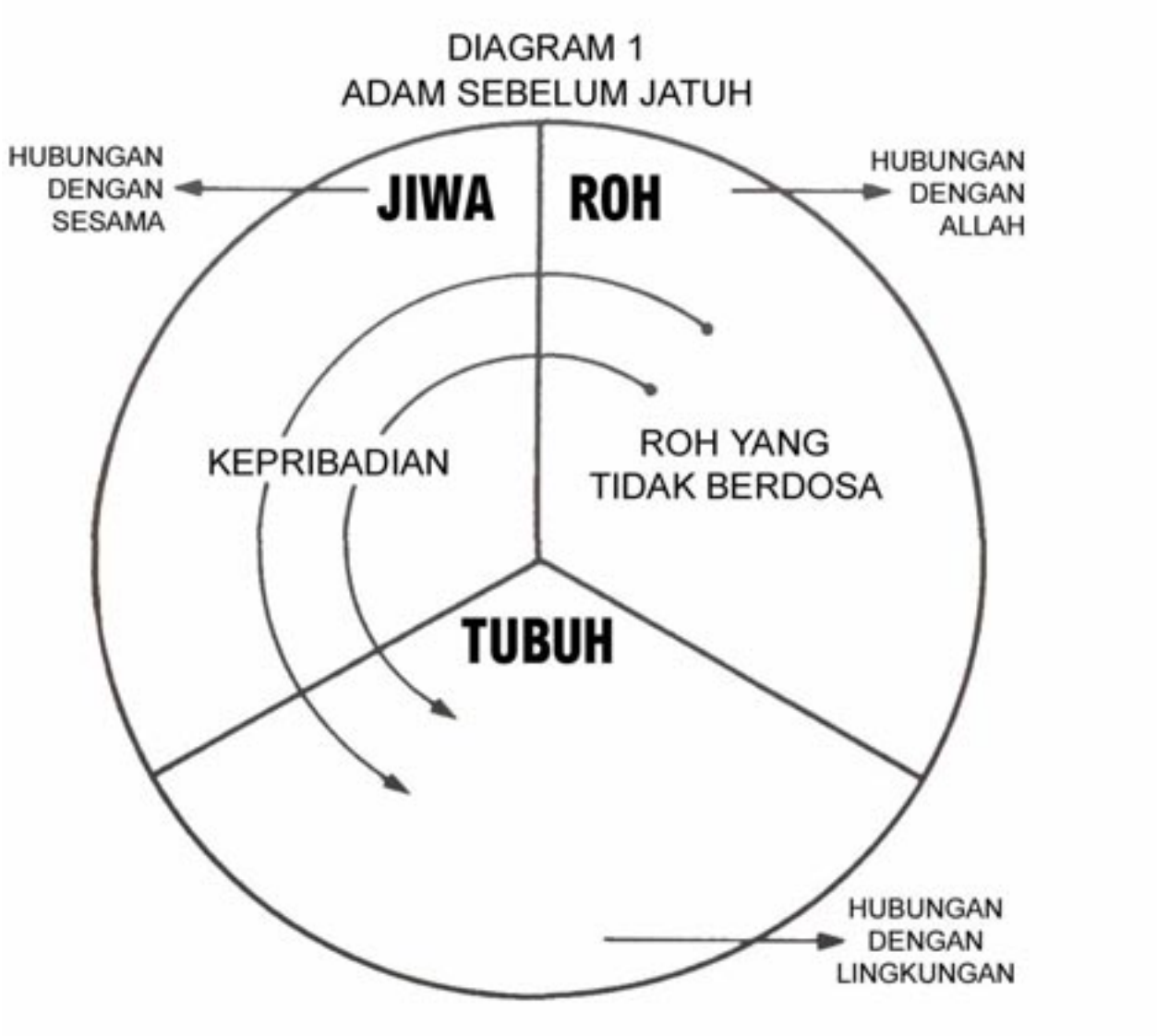
Dua ayat Alkitab referensi utama menyatakan bahwa manusia terdiri dari tiga bagian—tubuh, jiwa, dan roh (pandangan trikotomi). Referensi tambahan tampaknya juga mendukung pernyataan tegas bahwa kita memiliki sebuah roh yang berfungsi sebagai kesatuan yang terpisah (1 Tesalonika 5:23; Ibrani 4:12). Kita sering kali memandang manusia sebagai makhluk materi dan non-materi. Dua bagian komponen ini kadang-kadang disebut tubuh dan jiwa, atau tubuh dan pikiran (pandangan dikotomi). Tetapi, pandangan berikut ini tidak memperhitungkan segi rohani, bahkan sekalipun ini akan mengajarkan bahwa kita berperan secara rohani. Meskipun dalam banyak hal fungsi manusia agak mirip seperti anggota kerajaan hewan, sekalipun dalam tingkatan psikologis yang lebih tinggi, saya percaya bahwa rohlah yang membuat kita pada hakikatnya berbeda dengan hewan.

Adalah penting untuk menggunakan sebuah contoh yang sesuai dengan Kitab Suci ketika kita berusaha untuk menjelaskan fungsi psikologis dan rohani dan bahwa kita menggunakan terminologi alkitabiah, bukannya

contoh psikologi semata-mata. Selain itu, kami muncul dengan generalisasi yang tidak jelas yang tidak akan mendukung penyatuan yang benar dari psikologi dan teologi. Rasul Paulus menulis: “Semoga Allah damai sejahtera menguduskan kamu seluruhnya dan semoga roh, jiwa dan tubuhmu terpelihara sempurna dengan tak bercacat pada kedatangan Yesus Kristus Tuhan kita” (1 Tesalonika 5:23). Penulis Kitab Ibrani menyatakan: “Sebab firman Allah hidup dan kuat dan lebih tajam dari pada pedang bermata dua mana pun; ia menusuk amat dalam sampai memisahkan jiwa dan roh, sendi-sendi dan sumsum; ia sanggup membedakan pertimbangan dan pikiran hati kita” (Ibrani 4:12).

Referensi alkitabiah terhadap jiwa dan roh tidak terlalu menentukan, tetapi banyak menyinggung keberadaan jiwa dan roh sebagai kesatuan yang terpisah. Sebagai contoh, ketika Tuhan Yesus disalib, Dia, sebagai manusia (tubuh), memutuskan—sebuah tindakan jiwa—untuk membebaskan roh-Nya. Paulus menulis: “Tetapi siapa yang mengikatkan dirinya pada Tuhan, menjadi satu roh dengan Dia” (1 Korintus 6:17). Tampaknya perkataan tentang penyatuan roh ini merupakan kebalikan dari penyatuan jiwa. Mengambil bahasa Alkitab, kita mungkin menyatakan bahwa manusia adalah roh, yang memiliki jiwa, dan yang tinggal di dalam bentuk sebuah tubuh. Adalah hal yang penting bahwa keseluruhan buku ini dibaca dengan pemahaman tersebut, karena beberapa pernyataan bisa jadi salah apabila diaplikasikan kepada yang lainnya, bukannya diaplikasikan kepada trikotomi (tripartite) pandangan manusia.

Karena perhatian utama buku ini adalah untuk menemukan ciri (gambar diri, Red.) kita yang sejati dan untuk melihat resolusi rohani terhadap gejala-gejala interpersonal, kita perlu melihat bagaimana konsep identitas berhubungan dengan manusia. Untuk melakukan hal ini, kita perlu memulainya dengan Adam, karena dari sanalah semuanya dimulai! Adam mempunyai gambar diri yang sempurna, dan dia menemukan seluruh keberadaannya di dalam hubungannya dengan Allah. Diagram berikut ini menunjukkan kesempurnaan roh, jiwa, dan tubuhnya. Dalam Kitab Kejadian kita membaca bahwa manusia (Adam) diciptakan segambar dengan Allah (Kejadian 1:26). Adam diciptakan tanpa dosa, dan dapat berkomunikasi dengan Allah, sebelum kejatuhannya. Meskipun roh Adam tidak disebutkan secara spesifik, kita membaca, “Ketika itulah Tuhan Allah membentuk manusia itu dari debu tanah dan menghembuskan nafas hidup ke dalam hidungnya; demikianlah manusia itu menjadi makhluk yang hidup” (Kejadian 2:7).



Pada waktu diciptakan, gambar diri belum dicemari oleh dosa, dan Adam berperan pada tahap adikodrati dalam menamai hewan-hewan dan menyelesaikan semua tugas lainnya yang diberikan Allah kepadanya. Panah-panah (busur) di dalam lingkaran pada diagram 1 menggambarkan interaksi dan interrelasi antara roh, jiwa, dan tubuh, tanpa adanya konflik. Panah yang menunjuk ke arah luar menggambarkan bahwa interaksi dengan Allah sama baiknya dengan interaksi terhadap orang lain, dan dengan lingkungan. Hal ini, bersamaan dengan istilah-istilah lain yang digunakan atau diimplikasikan di dalam Kitab Suci, cukup untuk menjelaskan totalitas seseorang dan fungsi intrapersonal dan interpersonalnya.

Allah berkata kepada Adam: “Tetapi pohon pengetahuan tentang yang baik dan yang jahat itu, janganlah kau makan buahnya, sebab pada hari

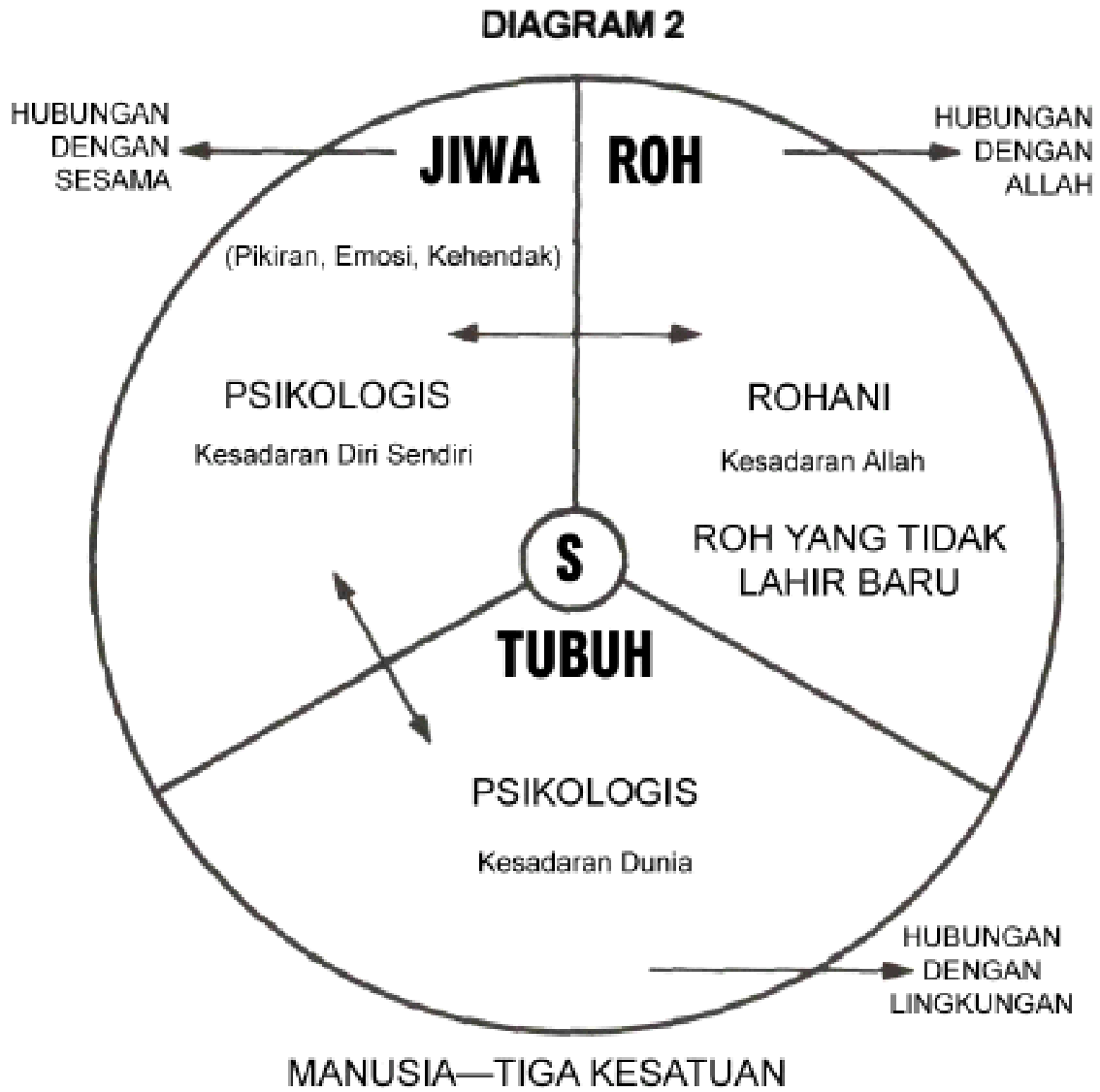
engkau memakannya, pastilah engkau mati” (Kejadian 2:17). Karena Adam dan Hawa memakan buah tersebut (Kejadian 3:6), kita tahu bahwa beberapa kematian terjadi pada hari itu. Jelas bahwa ini bukanlah kematian secara fisik. Jiwa mereka tetap berfungsi secara psikologi. Sebagai akibat dosa mereka, kematian fisik akhirnya terjadi, karena pada hari itu terjadi beberapa kematian. Ini bisa jadi hanya merupakan kematian rohani, dan Alkitab menujukan hal ini sendiri sebagai konsekuensi dari kejadian tersebut. Diagram 2 menggambarkan keadaan manusia setelah jatuh ke dalam dosa.

Begitu Anda melihat diagram ini, Anda akan memperhatikan bahwa jiwa barangkali menganggapnya kesadaran diri kita sendiri, atau kepribadian melalui yang mana kita berhubungan dengan orang lain—sesungguhnya merupakan kesempurnaan psikologis kita. Roh merupakan Allah kesadaran kita, atau segi kesempurnaan kita yang mana kita berhubungan dengan Allah. Tubuh, tentu saja, merupakan alat yang mana melalui lima indera kita, kita berhubungan dengan dunia dan lingkungan kita. Secara singkat, kita berhubungan dengan sesama melalui jiwa kita, dengan Allah melalui roh kita, dan dengan lingkungan melalui tubuh kita. Jiwa kita tersusun dari pemikiran (atau intelektualitas), perasaan (atau afeksi), dan keinginan (atau kemauan). Roh mempunyai fungsi yang sama, tetapi hal ini tidak akan banyak membantu jika mendiskusikannya pada tahap ini.

Seperti yang digambarkan melalui panah antara tubuh dan jiwa dalam diagram 2, masalah fisik seperti halnya ketidakseimbangan endokrin atau penyakit-penyakit lainnya dapat memberikan efek merugikan terhadap keadaan perasaan kita. Demikian juga, kita bisa menderita dari gejala-gejala psikologis panjang (menahun, Red.) yang mempengaruhi kehidupan rohani kita dan merintangi perja lanan kita dengan Allah. Menjadi malasuai (tidak sesuai, Red.) secara rohani akan menciptakan atau memperkuat gejala-gejala keberadaan psikologis. Sehingga kesulitan dalam salah satu dari tiga bagian, pada gilirannya dapat memberikan pengaruh negatif terhadap bidang atau bagian lainnya. Akan sangat diperlukan untuk terus-menerus menyesuaikan diri pada diagram lingkaran ketika kita berjalan untuk membedakan fungsi roh, jiwa, dan tubuh, serta pada pemahaman yang harus kita miliki sesuai dengan kebutuhan dam masalah di setiap bidang.

Tentu saja, pertimbangan yang pertama dan utama adalah hubungan kita dengan Allah. Kecuali dan sampai ada hubungan pribadi, isi dari buku ini hanyalah sekadar retorika. Hubungan pribadi yang awal tersebut dan semua yang berhubungan dengan hal tersebut harus dilakukan dengan

roh dan dijelaskan dalam hubungan untuk keselamatan kita.



Ketika Anda memperhatikan diagram 2, di sana sekarang ada lingkaran yang lebih kecil di pusat lingkaran untuk menggambarkan fakta bahwa manusia setelah kejatuhan adalah daging, yang berarti bahwa dari tahap itu kehidupannya berpusat pada diri sendiri. Selanjutnya, dalam Kitab Kejadian kita membaca, “Berfirmanlah Tuhan: ‘Roh-Ku tidak akan selama-lamanya tinggal di dalam manusia, karena manusia itu adalah daging ...’” (Kejadian 6:3).

Melalui buku ini, kata daging (keinginan daging—flesh) dan diri sendiri

(keakuan—self) akan digunakan secara bergantian ketika merujuk ke pusat pengendalian orang percaya yang hidup dengan sumber-sumbernya sendiri. Ketika kata diri sendiri (keakuan) digunakan, sebagai contoh, ini seharusnya tidak dipahami sebagai sesuatu yang berarti sama dengan kepribadian.

Di tengah lingkaran terdapat huruf S (self = diri sendiri), yang merujuk pada kenyataan bahwa keadaaan Adam berdasarkan pada keinginan daging atau berpusat pada diri sendiri, dan bahwa setiap kita dilahirkan ke dunia ini dengan dilema yang sama (Roma 5:12). Selanjutnya, kita akan melihat bahwa keadaan yang berdasarkan pada diri sendiri ini digunakan oleh orang percaya sebagai kebiasaan. Pada waktu jatuh ke dalam dosa, gambar diri Adam dan Hawa berubah dari (segambar dengan) Allah menjadi (segambar dengan) diri mereka sendiri dalam hubungannya dengan setan. Masalah mereka setelah itu tidak sebesar tindakan dosa yang mereka lakukan sesuai dengan kenyataan bahwa mereka sekarang berada dalam lingkungan kehidupan yang benar-benar berbeda, atau kematian. Sekalipun mereka masing-masing mempunyai peran di dalam roh, sekarang mereka berperan dalam hubungan dengan setan, bukannya dalam hubungan dengan Allah. Kita bisa katakan bahwa roh kepada Allah telah mati dan menjadi hidup kepada setan.

Pada awalnya, hubungan pribadi dan beberapa bagiannya termasuk ke dalam bagian “roh” dalam diagram 3 pada halaman 35, dan beberapa di antaranya dijelaskan sebagai berikut:

Keselamatan

Didefenisikan dalam berbagai sebutan seperti berubah ke arah Kristus, dilahirkan kembali (lahir baru), regenerasi, diselamatkan, mempercayai Kristus sebagai Juruselamat dan Tuhan, menerima Kristus; keselamatan adalah masuk ke dalam hubungan pribadi dengan Allah melalui iman pribadi di dalam Yesus Kristus. Kecuali jika Kristus ada di dalam hidup kita, tak pelak lagi, Dia tidak dapat membuat perubahan yang berarti. Masuknya Dia ke dalam kehidupan menyebabkan kelahiran rohani yang merupakan awal kehidupan kita di dalam Kristus. Sebelum kita mempercayai Tuhan Yesus Kristus dalam penyerahan diri pribadi, Roh Kudus harus meyakinkan kita bahwa kita adalah orang berdosa sejak lahir.

Paulus menyatakan, “Sebab itu, sama seperti dosa telah masuk ke dalam dunia oleh satu orang, dan oleh dosa itu juga maut, demikianlah maut itu telah menjalar kepada semua orang, karena semua orang telah berbuat

dosa” (Roma 5:12). Karena kita dilahirkan dengan sifat dosa, atau “manusia lama” (Roma 6:6; Efesus 4:22), kita secara alami melakukan dosa. Paulus menulis: “Karena semua orang telah berbuat dosa dan telah kehilangan kemuliaan Allah” (Roma 3:23).

Hukuman atas dosa disebutkan: “Sebab upah dosa ialah maut; tetapi karunia Allah ialah hidup yang kekal dalam Kristus Yesus, Tuhan kita” (Roma 6:23). Hukuman kematian harus dibayar, dan ini telah dibayar: “Akan tetapi Allah menunjukkan kasih-Nya kepada kita, oleh karena Kristus telah mati untuk kita, ketika kita masih berdosa” (Roma 5:8). Ketika kita bersedia mengakui bahwa kita adalah orang yang tidak percaya dan bersedia untuk mempercayai Tuhan Yesus Kristus, maka kita akan dibenarkan dan diperhitungkan dalam kebenaran menurut pandangan Allah. “Tetapi kalau ada orang yang tidak bekerja, namun percaya kepada Dia yang membenarkan orang durhaka, imannya diperhitungkan menjadi kebenaran” (Roma 4:5). Metode ini sangat sederhana. Kita hanya perlu percaya apa yang Alkitab katakan tentang kita (bahwa kita adalah orang yang penuh dengan dosa), dan kita juga mempercayai apa yang Alkitab katakan tentang Tuhan yesus (bahwa Dia adalah Allah, dan mati untuk dosa kita, dan bahwa Dia bangkit dari kematian). Hal ini dinyatakan dengan sangat jelas di dalam Kitab Suci: “Sebab jika kamu mengaku dengan mulutmu, bahwa Yesus adalah Tuhan, dan percaya dalam hatimu, bahwa Allah telah membangkitkan Dia dari antara orang mati, maka kamu akan diselamatkan. Karena dengan hati orang percaya dan dibenarkan, dan dengan mulut orang mengaku dan diselamatkan” (Roma 10:9-10).

Setelah kita mendengar dan mempercayainya, kita harus berseru kepada Allah di dalam doa: “Sebab, barangsiapa yang berseru kepada nama Tuhan, akan diselamatkan” (Roma 10:13). Sebuah doa yang sederhana dapat diucapkan seperti: “Allah yang pengasih, aku sadar bahwa aku adalah orang berdosa. Aku percaya bahwa Engkau mengirim putra-Mu, Tuhan Yesus Kristus, untuk mati bagi dosaku, dan kemudian Dia dikuburkan, dan bangkit dari kematian. Sekarang aku berserah dan berbalik dari hidup di dalam dosa dan mempercayai Tuhan Yesus Kristus untuk mengampuni dosa-dosaku dan untuk menjadi kehidup anku. Terima kasih karena Engkau telah menyelamatkanku, demi Yesus Kristus. Amin.” Menurut firman-Nya yang sempurna, Dia menyelamatkan kita ketika kita percaya dan berseru kepada-Nya. Setelah kita mendapatkan jawaban keselamatan di dalam hidup kita, kita harus belajar untuk bersukacita di dalam keyakinan bahwa Allah telah melakukan apa yang akan dilakukan-Nya.

Jaminan

Adalah hal yang mustahil untuk diselamatkan apabila kita tidak yakin pada keselamatan tersebut. Keyakinan kita harus didasarkan pada kenyataan Kitab Suci, bukannya pada perasaan yang berubah-ubah. Orang yang kadang-kadang disebut sebagai neurosis kebanyakan ingin merasakan sesuatu daripada mempercayai sesuatu, dan gaya hidupnya ini menyimpang dari kenyataan. Sebagai hasilnya, tidak ada alasan baginya untuk mempercayai bahwa perasaannya lebih dapat dipercayai dalam masalah keselamatan.

Ada perbedaan yang sangat besar antara meragukan keselamatan seseorang (mental) dan merasa tidak selamat (perasaan). Kebanyakan orang yang kurang yakin merasa tidak selamat. Tetapi, kebanyakan kita tidak membuat perbedaan antara fungsi pemikiran dan perasaan. Tidak juga para pekerja pribadi, yang berusaha untuk membantu orang-orang yang tidak yakin. Dalam usaha kita untuk membantu, kita sering kali membandingkan pemikiran seseorang dengan kenyataan Injil ketika ternyata perasaanlah yang menyebabkan kebingungan. Ketika perasaan dikendalikan oleh dusta seperti yang dipercayai orang, tidak ada jalan bagi perasaan untuk mempercayai kebenaran. Oleh karena itu, seseorang bisa saja tahu (secara mental) bahwa dia diselamatkan, dan tidak pernah meragukan keselamatannya, tetapi masih merasa (perasaan) tidak selamat di sepanjang hidupnya.

Seorang misionaris kawakan yang kadang-kadang merasa tidak selamat selama lebih dari seperempat abad akhirnya benar-benar merasa bahagia setelah dia melihat perbedaan ini. Meskipun perasaan tersebut tidak berubah dalam waktu yang cepat, mendapatkan pemahaman dari masalah tersebut memberikan cahaya yang baru. Pada keesokan harinya, dia memberikan kesaksian di hadapan sekelompok misionaris: “Hari ini, aku tahu bahwa aku telah selamat, dan aku tidak peduli apakah aku merasa selamat atau tidak!”

Alkitab mengatakan kepada orang-orang percaya, menyatakan kepada kita bahwa kita memiliki hidup yang kekal (1 Yohanes 5:13). Ini bukan berarti terlalu yakin dengan mempercayai Allah di dalam firman-Nya dan bersandar di dalamnya. Kita dapat menetapkan keyakinan kita hanya dengan menerima firman Allah apa adanya. Setelah kita memiliki jaminan keselamatan kita, kita dapat melanjutkan untuk menemukan perlindungan di dalam kenyataan tersebut.

Perlindungan

Hubungan kita dengan Allah tidak dapat diputuskan—bersifat kekal. Kita aman di dalam hubungan tersebut, dan kita tidak mendapatkan jaminan apabila kita tidak merasa aman dan percaya bahwa hubungan ini bertahan. Paulus menulis: “Sebab kamu telah mati dan hidupmu tersembunyi bersama dengan Kristus di dalam Allah” (Kolose 3:3). Apabila kita tidak menyadari hal ini, keyakinan kita tidak dapat bertahan karena kita akan takut kehilangan keselamatan kita. Dan, apabila kita takut kehilangan hal tersebut, kita akan berjuang dengan melakukan sesuatu untuk mempertahankannya, seperti bekerja dengan baik. Sebagai hasilnya, kita berhenti untuk hidup percaya di dalam kasih karunia Allah dan mulai hidup kembali mempercayai melalui ketaatan kita kepada hukum Taurat untuk keselamatan kita. Paulus menggambarkan hal ini sebagai “hidup di luar kasih karunia” (Galatia 5:4). Banyak pendeta Kristen yang hidup dengan cara ini—diselamatkan oleh kasih karunia, tetapi dalam prakteknya masih terikat oleh hukum Taurat.

Seseorang tidak mungkin mematangkan hubungannya dengan Yesus Kristus, kecuali dia mengikat keamanannya. Tentu saja, jaminan dan perlindungan benar-benar berjalan beriringan. Anda tidak dapat mengalaminya sampai pada tingkatan yang besar tanpa yang lainnya.

Penerimaan

Beberapa orang menerima Tuhan Yesus Kristus sebagai Juruselamat pribadi dan Tuhan, lalu menghabiskan sebagian besar hidup mereka dengan berusaha untuk membuat Tuhan menerima mereka. Tentu saja, ini adalah usaha yang sia-sia karena Kitab Suci menegaskan bahwa “kita diterima di dalam Dia yang dikasihi-Nya (Kristus)” (Efesus 1:6). Penerimaan kita di dalam Kristus tidak tergantung pada pekerjaan baik kita atau seberapa sering kita membaca Alkitab atau seberapa banyak kita pergi ke gereja atau usaha-usaha lainnya yang mungkin kita lakukan. Penerimaan kita semata-mata berdasarkan karya akhirnya di Golgota—bukan di dalam usaha kita untuk-Nya. Keselamatan adalah karena kasih karunia dari awal sampai akhir. Penerimaan adalah karena kasih karunia juga. Allah menerima anak-Nya, dan karena kita ada di dalam anak-Nya, “diterima di dalam Dia yang dikasihi Allah”, Allah juga menerima kita.

Saat ini banyak orang yang sulit mempercayai bahwa orangtua atau pasangan mereka menerima mereka. Pada kenyataannya, banyak orang merasa bahwa tidak ada seorang pun yang benar-benar menerima mereka. Sebagai hasilnya, mereka juga menganggap bahwa Allah juga

bersikap sama terhadap mereka. Jika mereka tidak pantas bagi orang lain untuk menerima mereka, mengapa Allah harus menerima mereka? Tentu saja, bukan ini alasannya. Tetapi, apabila mereka merasa seperti itu, persepsi tersebut dapat mempengaruhi tingkah laku mereka.

Lalu, apakah jawabannya? Kita harus datang ke tempat di mana, melalui cahaya Roh Kudus, kita menyadari bahwa kita diterima. Kita diterima bukan karena apa yang telah kita lakukan, melainkan karena perkara yang besar yang telah Tuhan Yesus Kristus lakukan. Ketika kita diselamatkan—ketika kita menerima Kristus sebagai Juruselamat pribadi kita—kita berada di dalam Kristus (1 Korintus 1:30). Karena kita berada di dalam Kristus, kita diterima oleh Allah di dalam Kristus. Dalam hal ini, sebagaimana pada awal pengalaman keselamatan, kita harus mempercayai firman-Nya dan mempercayai apa yang Dia katakan tanpa memperhatikan bagaimana kita merasakannya mengenai hal ini. Begitu kita melakukan hal tersebut, perasaan kita mulai sejalan dengan kenyataan.

Diterima oleh Allah dan dikenal oleh Kristus di dalam kematian-Nya, penguburan-Nya, dan kebangkitan-Nya adalah seperti kebalikan dari sebuah koin. Ketika seseorang mengalami salah satu di antaranya, dia akan mengalami yang lainnya juga. Sebuah contoh dalam hal ini adalah mengenai seorang wanita yang dikuasai oleh roh permusuhan yang sangat besar. Dia telah berusaha mendapatkan perawatan kejiwaan sebelum datang ke kantor kami (Grace Fellowship). Setelah mengikuti kira-kira tiga kali pertemuan konseling dan menghadiri tiga kali ceramah yang saya berikan, Allah membebaskannya. Dia memahami prinsip-prinsip yang dijelaskan di dalam buku ini ketika pada Sabtu malam dia mulai merenungkan Galatia 2:19: "... Aku telah disalibkan dengan Kristus". Pada hari Senin pagi ketika dia sedang menyetir menuju ke gereja, dia menyanyikan himne "Calvary love" (kasih dari Golgota). Ketika dia menyanyikan refrein lagu tersebut "Aku layak karena kasih dari Golgota", Roh Kudus berurusan dengannya. Dia menyadari bahwa dia berharga di dalam Kristus. Dia pun mulai menangis dan berseru, "Aku diterima. Aku layak diterima!" Pernyataan tentang penerimaannya telah terjawab, begitu juga dengan roh permusuhannya. Dia tidak lagi dikuasai oleh masalah-masalah psikologis yang telah mengikatnya sejak kanak-kanak.

Komitmen Total

Keselamatan, jaminan, perlindungan, dan penerimaan masih meninggalkan kita satu poin penting—komitmen total. Kita menggunakan istilah-istilah seperti pengabdian, dedikasi, penyerahan diri, penundukkan

diri, dan istilah-istilah lainnya untuk menunjukkan langkah penting ini di dalam kehidupan kristiani. Tetapi, ini diperlukan untuk menetapkan istilah tersebut karena kita akan menggunakannya dalam seluruh buku ini. Paulus menulis: “Karena itu, saudara-saudara, demi kemurahan Allah aku menasihatkan kamu, supaya kamu mempersembahkan tubuhmu sebagai persembahan yang hidup, yang kudus dan yang berkenan kepada Allah: itu adalah ibadahmu yang sejati” (Roma 12:1). Komitmen tokukan. Ini adalah “ibadah kita yang sejati”.

Penyerahan diri total adalah hal yang diperlukan untuk dapat digunakan secara sepenuhnya. Kadang-kadang, seseorang pada awalnya menerima Tuhan Yesus Kristus sebagai Juruselamat dan menjadikan Dia sebagai Tuhan di dalam hidupnya. Inilah yang seharusnya terjadi dalam semua perubahan. Seseorang tidak harus menerima Yesus Kristus sebagai Juruselamat dan kemudian menunggu selama 10 atau 15 tahun untuk benar-benar berserah kepada-Nya. Hal ini harus terjadi pada hari ketika seseorang menerima Kristus. Ketika hal ini tidak terjadi, orang tersebut harus melihat kegagalan perjalanan hidupnya sendiri—atau menghancurkannya, seperti hal yang sering menjadi masalah—dan datang ke tempat di mana dia siap untuk mengucapkannya, “Tuhan, aku ingin menyerahkan hidupku. Aku ingin Kau yang mengambilnya.” Keputusan ini dapat dibandingkan dengan bersatunya seorang pria dan wanita di dalam pernikahan. Masing-masing dari mereka mengatakan, melalui tindakan keinginan, “Saya bersedia”. Berdasarkan pada tindakan dari keinginan mereka di hadapan Allah dan pelayan-Nya, mereka dinyatakan sebagai suami dan istri. Mereka telah memenuhi persyaratan sah untuk pernikahan. Tindakan keinginan telah tercapai, tetapi mereka belum sah sebagai suami dan istri sampai penyatuan pernikahan dilaksanakan. Melalui tindakan dari keinginan, mereka telah membuat keputusan yang mengubah seluruh jalan kehidupan mereka. Tetapi, tidak satu pun dari mereka merasa seperti seorang suami atau istri secara otomatis. Komitmen total kepada Tuhan sama besarnya, yang mana melalui tindakan keinginan kita, kita mengatakan, “Saya bersedia” atau “Saya mau”.

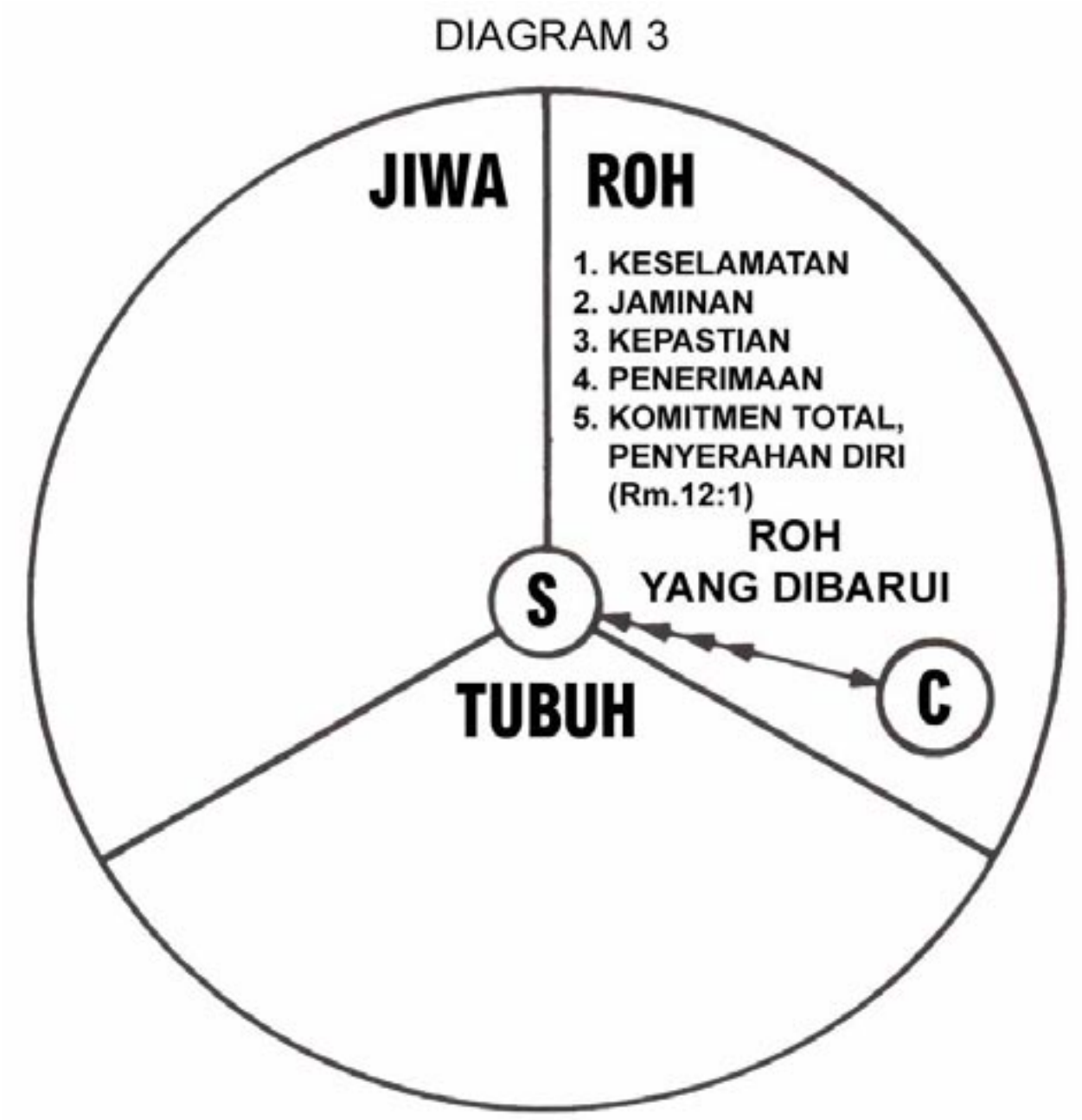
“Terserah kepada-Mu, Tuhan. Biarlah kehendak-Mu saja yang jadi dalam hidupku.”

Keinginan kita telah dilatih, tetapi biasanya kehidupan kita tidak diubah secara ajaib pada saat itu, meskipun pada beberapa orang terjadi demikian. Beberapa orang yang datang untuk konseling pada dasarnya disebabkan karena tidak ada jalan keluar lagi bagi mereka. Ketika mereka datang dengan penyerahan diri yang sempurna, Allah memberikan

perubahan di dalam kehidupan dengan segera atau dalam waktu yang sangat singkat. Tetapi, dalam beberapa kasus, begitu penyerahan diri ini terjadi, dengan atau tanpa perasaan, ada sedikit perubahan yang tampak. Dari dasar atau tahap tersebut, tanggung jawab beralih kepada Allah dan Dia mulai memberikan perwujudan dari tujuan dan rencana-Nya di dalam kehidupan mereka.

Dengan melihat kembali ke Roma 12:1, kita menyerahkan hidup kita sebagai “persembahan yang hidup”. Hal ini kembali kepada pengorbanan di dalam Perjanjian Lama, yang mana seekor anak domba diletakkan di altar. Domba tersebut tidak mempunyai pilihan. Seseorang telah meletakkan domba tersebut di sana. Begitu domba tersebut diletakkan di altar, domba tersebut benar-benar diserahkan oleh seseorang untuk dikorbankan. Domba itu tidak dapat berkata kepada imam, “Sekarang, dengarkan, lakukan apa saja terhadapku, tetapi jangan potong aku!” Itulah tepatnya apa yang dipikirkan oleh imam tersebut. Domba tersebut benar-benar berada di bawah kendali orang lain.

Seperti inilah tepatnya penyerahan diri kita apabila iman kita kepada Imam Tertinggi ialah untuk membawa kesempurnaan di dalam kehidupan kita, yang mana kita akan mengalami kesempurnaan di dalam penyatuan dengan Yesus Kristus. Seperti halnya domba, kita mempunyai menyerahkan diri kita sendiri untuk diletakkan di altar.



Dalam pengalaman keselamatan yang telah disebutkan sebelumnya, dalam undangan kita agar Kristus masuk ke dalam roh kita. Hal ini digambarkan dengan C (Christ, Kristus) di dalam diagram 3. Kristus adalah keh`idupan, tetapi Dia tidak dapat berada di dalam kehidupan apabila Dia tidak berada di pusat kehidupan. Yang menyedihkan, hal ini banyak terjadi di dalam kehidupan orang Kristen. Pada kenyataannya, orang tersebut mungkin saja begitu sibuk dengan kehidupan sehingga Kristus bisa saja berada di luar (kehidupan). Orang lain mungkin saja begitu sibuk bekerja bagi Tuhan sehingga dia tidak mempunyai waktu untuk bersama dengan-Nya. Sebagai hasilnya, Kristus tidak berada di

pusat kehidupan. Tetapi, karena ujian-ujian dan kesulitan yang Tuhan izinkan terjadi di dalam hidup kita, kita mungkin menyadari bahwa Kristus memang harus berada di pusat kehidupan—bukan berada di luar kehidupan. Apabila Kristus tidak berada di pusat kehidupan, berarti seseorang atau orang lainlah yang berada di tempat tersebut. Sesuatu atau seseorang yang begitu penting yang menjadi kekuatan pendorong di dalam kehidupan kita disebut sebagai pusat kehidupan kita.
Tanda S yang berada di tengah lingkaran, sebagai contoh, menggambarkan sesuatu (some thing), seperti rumah atau seekor kucing atau hal-hal lainnya yang kita rasakan benar-benar dapat membuat kita bahagia. Biasanya kita berusaha dan berjuang untuk mendapatkan hal-hal tersebut, dan begitu kita mendapatkan yang terbaru, kita menemukan bahwa kita telah memenangkan sebuah kemenangan.
Pusat kehidupan kita mungkin ditempati oleh beberapa orang (some person)—ayah, ibu, suami, istri, atau kekasih—beberapa orang di dalam kehidupan kita yang ingin kita senangkan atau bahagiakan, atau untuk memuaskan kita, sehingga kita merasa diri kita sendiri adalah baik. Hal ini bisa jadi mempunyai orientasi yang positif ataupun negative. Sebagai contoh, salah satu atau kedua orangtua kita dapat menyebabkan kita merasakan diri kita sendiri dengan cara tertentu. Meskipun mereka mungkin telah berada sangat jauh dari kita atau sudah tiada, kita masih merasakan tentang diri kita sendiri seperti yang selama ini telah mereka lakukan.

Tanda S di tengah mungkin bisa saja kesuksesan (success), dan kita memilih untuk menetapkan hal ini di dalam kehidupan kita. Seorang pebisnis berjuang untuk mencapai kesuksesan, menjadi direktur dari sebuah perusahaan. Seorang pelayan atau hamba Tuhan mungkin mencari kesuksesan dengan berjuang untuk bekerja, bekerja, bekerja untuk mendapatkan sebuah tempat di mana dia dapat memiliki sebuah pelayanan yang lebih berpengaruh atau gereja yang lebih besar. Kesuksesan bagi seorang pelajar mungkin dengan mendapatkan sebuah pelayanan yang berpengaruh atau gereja yang lebih besar. Kesuksesan bagi seorang pelajar mungkin dengan mendapatkan nilai A. Bagaimanapun orang-orang memilih hal ini, kekuatan pendorong di dalam kehidupan adalah kesuksesan.

Bagi seseorang yang mempunyai perilaku seks yang menyimpang, seks (sex) barangkali menjadi hal terpenting di dalam hidup, dalam hal itu seluruh kehidupannya adalah berpusat pada hal tersebut. Bagi orang lain hal ini mungkin obat-obatan terlarang dan pengalaman terbebas dari hal tersebut. Kecanduan heroin bisa jadi menjadi hal terpenting di dalam hidup, sehingga hal itu menjadi seluruh hasrat mereka. Bagi beberapa

orang, khususnya di dalam kebudayaan materialisme Amerika, hal yang paling penting adalah uang dan segala sesuatu bisa dibeli dengan uang. Tetapi, semua perwujudan ini menggambarkan segala hal yang kita inginkan atau sesuatu yang kita pikir akan memberikan kepuasan kepada kita. Semua elemen S ini mungkin dapat disimpulkan di dalam istilah keakuan (atau keinginan daging). (Sebagaimana yang telah saya sebutkan sebelumnya, keakuan yang digunakan di dalam buku ini tidak sama dengan kepribadian. Seorang psikolog Kristen terkenal menyatakan secara salah bahwa saya mengajarkan penghilangan kepribadian—demikianlah alasan penolakan ini).

Beberapa orang mengatakan bahwa kita dapat mengeluarkan huruf “h” dari kata “flesh”, dan membacanya dari belakang, dan kita akan mendapatkan kata “self”. Adalah benar menggunakan kata “self” (keakuan) sebagai satu kata yang sinonim dengan kata jiwa—pikiran, perasaan, dan keinginan yang mana menyebutkan kita sebagai makhluk yang unik. Jiwa adalah netral. Apa pun yang diletakkan di tengah, S (self, keakuan) ataupun C (Christ, Kristus), menjadi kekuatan pendorong yang memberdayakan jiwa, menentukan perilaku dan tindakan serta nilai akhir yang menjadi hasilnya. Self (keakuan) yang berada di pusat kehidupan berarti bahwa kita yang memegang kendali, atau setidaknya berusaha untuk memegang kendali. Tentu saja tidak seorang pun yang mampu mengendalikan kehidupannya dengan kekuatannya sendiri. Nabi Yeremia mengatakan, “... orang yang berjalan tidak berkuasa untuk menetapkan langkahnya” (Yeremia 10:23). Kita telah diciptakan sehingga apabila kita memberikan izin atas kesadaran kita sendiri, Allah akan mengendalikan roh kita, roh kita kemudian akan mengendalikan jiwa kita, dan jiwa kita akan mengendalikan tubuh kita. Ini adalah rencana Allah; dan agar hal ini berhasil, Kristus harus berada di pusat kendali. Kita seharusnya dikendalikan oleh Kristus, bukannya dikendalikan oleh diri sendiri. Tetapi, banyak orang Kristen, bahkan mereka yang berada di dalam pekerjaan pelayanan penuhwaktu, merasakan bahwa mereka masih melakukannya untuk Kristus, bukannya Kristus yang melakukannya melalui diri mereka. Hudson Taylor adalah satu contoh untuk hal ini. Sebagai seorang pemuda, dia diselamatkan dan dipanggil untuk melakukan pelayanan. Setelah mengikuti pelatihan teologi dan medis, dia pergi ke ladang misi dan digunakan oleh Allah untuk mendirikan China Inland Mission (sekarang menjadi Overseas Missionary Fellowship). Dia bersung Inland Mission (sekarang menjadi Overseas Missionary Fellowship). Dia bersungguh-sungguh di dalam imannya, bergantung total kepada Allah untuk memnuhi seluruh kebutuhan, keuangan, dan lain sebagainya. Allah memberkati pekerjaan Hudson Taylor dan mengizinkan lebih banyak lagi misionaris yang juga benar-benar bergantung kepada Allah. Tetapi,

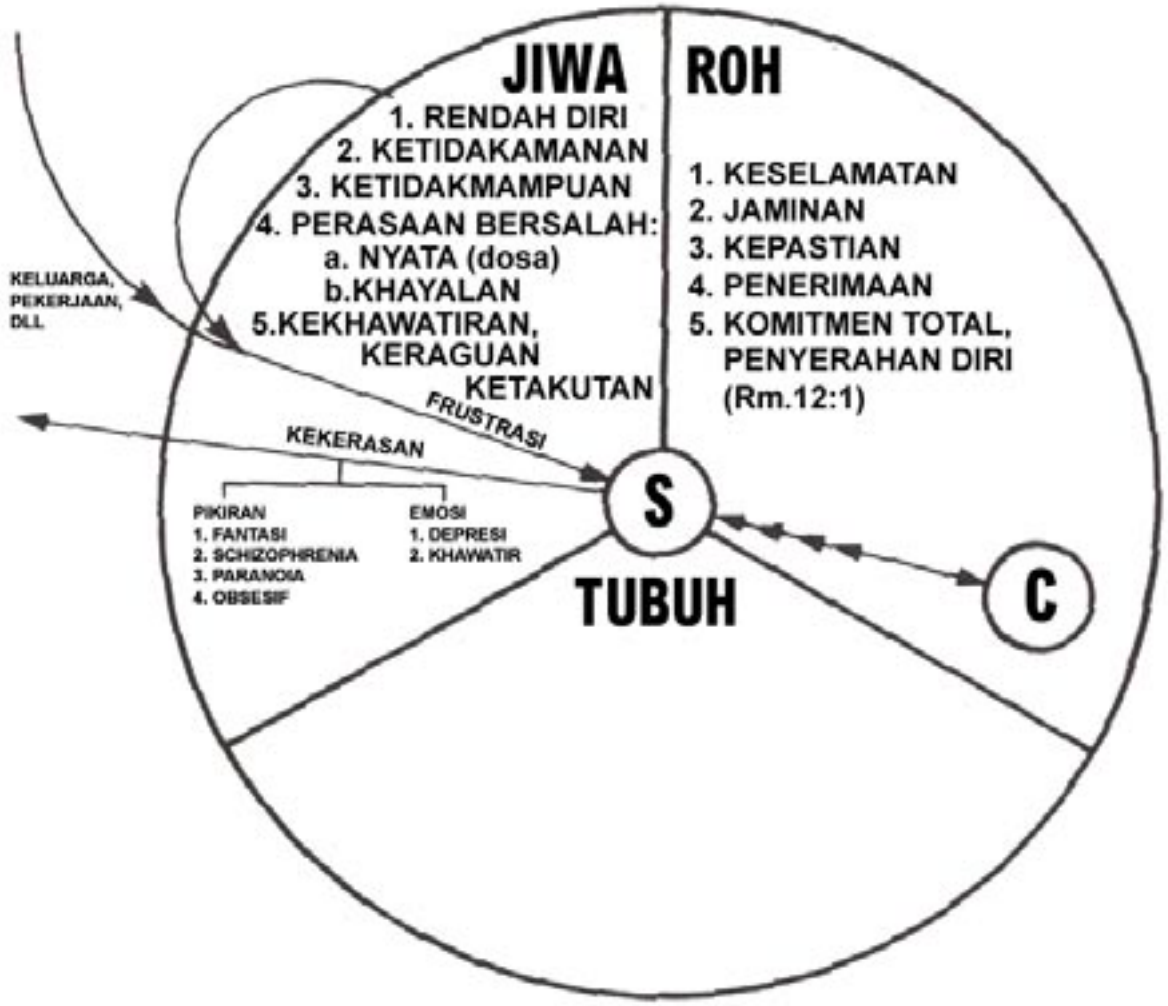
Taylor berada di ladang misi antara 10-15 tahun sebelum dia akhirnya menyadari keberadaan dirinya dan segala sumber-sumber kekuatannya sendiri dan berhenti berusaha bekerja untuk Allah. Kemudian, Kristus mulai hidup dan bekerja melalui dirinya.

Allah tidak menginginkan kita bekerja untuk diri-Nya, untuk bersaksi bagi diri-Nya, untuk hidup bagi diri-Nya. Dia ingin menyingkirkan keakuan dari jalan sehingga Dia dapat bekerja melalui diri kita. Ini adalah pelajaran yang tidak pernah dipelajari oleh banyak orang Kristen. Biasanya, hal ini dipelajari hanya melalui kesulitan, ujian, kesusahan, dan penderitaan, sampai kita mencapai tahap di mana kita berurusan dengan diri kita sendiri (keakuan). Kemudian, keakuan tidak lagi berada di pusat kehidupan kita. Pemikiran dan perasaan kita dikendalikan oleh Kristus yang tinggal di dalam diri kita begitu kita mau atau menyerahkan sumber-sumber kita di dalam Dia. Sebelum proses ini sempurna, keakuan masih memegang kendali, dan kita menggunakan keinginan-keinginan dan pemikiran-pemikiran kita sendiri untuk menjalankan kehidupan kita, bukannya menggunakan hal-hal tersebut hanya di dalam melakukan peran. Sebagai hasilnya, hidup kita menjadi kurang efektif. Jika Allah yang mengendalikan kehidupan kita, kemudian pemikiran kita, perasaan-perasaan, dan ke inginan-keinginan menjadi bebas untuk melayani tujuan-Nya yang tidak terhalangi dengan tugas-tugas tambahan berusaha untuk memutuskan bagaimana kita harus hidup di dalam kehidupan kita. Selama keakuan masih memegang kendali, fungsi jiwa akan bekerja dalam persesuaian langsung dengan peristiwa-peristiwa bersejarah yang telah menentukan kedewasaan kita, dan hal ini bisa menjadi semakin buruk dengan cara-cara yang kita lakukan untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan kita sendiri.

Jiwa

Sekarang perhatikanlah fungsi psikologis, atau “jiwa”, dan kita akan mempertimbangkan beberapa kebutuhan serta kesulitan yang mungkin dihadapi oleh seseorang.

DIAGRAM 4



Sebelumnya, marilah kita mempertimbangkan penggunaan istilah inferior, sebuah perasaan yang mengganggu kebanyakan kita di dalam beberapa area kehidupan kita. Beberapa orang merasakan perasaan rendah diri ini begitu menekan sehingga mereka terhalangi dalam hubungan pribadi. Perasaan ini dapat menghalangi pekerjaan mereka pada tingkatan tertentu sehingga ketika mereka menerima sebuah tugas, mereka harus berjuang untuk mencapai tempat di mana mereka biasanya melakukan pekerjaan yang luar biasa, tetapi mereka masih merasakan bahwa mereka tidak dapat mencapainya. Pemikiran mereka mengatakan satu hal kepada mereka, dan perasaan mereka menyatakan hal yang lainnya. Biasanya secara intelektual mereka tahu bahwa mereka tidaklah inferior, tetapi mereka merasa demikian. Konflik semacam itu dapat mempimpin

kepada masalah perasaan yang serius, sebagaimana yang terjadi pada saya, karena metode-metode yang digunakan oleh seseorang untuk menggantikan hal ini.

Perasaan tidak aman menghadirkan masalah lain. Beberapa orang dikuasai oleh ketakutan dan keraguan tentang diri mereka sendiri dan tentang apakah yang akan terjadi berikutnya. Orang-orang semacam ini kadang-kadang harus melalui perasaan bahwa sesuatu yang mengerikan akan menimpa mereka. Mereka tidak dapat santai dan mempunyai perasaan-perasaan tersebut di dalam diri mereka karena ketakutan mereka, yang mana, pada gilirannya, menim bulkan gejala-gejala lain. Perasaan tidak aman di dalam hubungan pernikahan dapat menimbulkan kecemburuan, dan kecemburuan menjadi kecurigaan, dan lingkaran itu kadang-kadang terus berlanjut sampai akhirnya menghasilkan perceraian. Perasaan tidak aman di dalam hubungan kerja menyebabkan orang takut pada penurunan jabatan atau kehilangan pekerjaan, yang menyebabkan para pekerja menjadi tidak efektif sehingga hasil yang mereka takutkan benar-benar terjadi. Seorang istri pendeta begitu cemburu ketika suaminya tidak mendapatkan seorang sekretaris yang berusia 80 tahun—bukan karena ketidakbijaksanaannya, melainkan semata-mata karena perasaan tidak aman istrinya.

Perasaan tidak mampu, masalah umum lainnya, dapat terwujud dalam dua bentuk—perasaan ketidakmampuan pribadi atau perasaan tidak mampu dalam situasi tertentu. Perasaan ketidakmampuan pribadi, seperti perasaan inferior, membuat orang percaya, dalam hampir segala keadaan, bahwa mereka tidak mampu menghadapi kehidupan. Yang lainnya merasa tidak mampu hanya dalam situasi tertentu. Sebagai contoh, seseorang mungkin merasa tidak mampu berperan di tengah keluarganya di rumah, tetapi dia mungkin merasa benar-benar mampu di dalam pekerjaannya. Bisa jadi dia adalah seorang profesional atau seorang eksekutif di sebuah perusahaan, dan pekerjaannya berada pada posisi yang tinggi. Dia mengagumkan, sehingga dia merasa luar biasa dan bekerja lembur, bekerja selama 10 atau 12 jam dalam sehari. Dalam hubungan di rumah, dia tidak dapat berhubungan dengan baik dengan istri atau anak-anaknya, sehingga dia menghabiskan waktunya di kantor dan menjadi seorang pekerja yang sangat loyal terhadap perusahaan. Hal ini tidak perlu karena dia sangat menyukai pekerjaannya, sedangkan di rumah dia tidak dapat melakukannya. Kebalikannya dapat menjadi benar di mana seseorang yang merasa sangat terlindungi dan aman di rumah telah berjuang dengan perasaan ketakutan di dalam pekerjaannya karena dia benar-benar tidak mampu mencapai kesuksesan melalui hal tersebut.

Perasaan buruk keempat lainnya adalah perasaan bersalah, dan sekali lagi terwujud dalam dua bentuk. Yang pertama adalah perasaan bersalah yang nyata, dan kita harus menghadapinya. Kita tidak harus berusaha untuk menjelaskannya atau menutupinya dan menyebutnya “perasaan bersalah”, tetapi harus menunjukkan bahwa hal ini merupakan hasil dari dosa, sebagaimana yang dinyatakan oleh firman Allah. Satu-satunya pemyembuh untuk perasaan bersalah yang nyata dan penyebabnya, dosa, adalah pengampunan dan penucian melalui darah Kristus. Yohanes menulis: “Jika kita mengaku dosa kita, maka Ia adalah setia dan adil, sehingga Ia akan mengampuni segala dosa kita dan menyucikan kita dari segala kejahatan” (1 Yohanes 1:9). Ini adalah satu-satunya jalan untuk menghilangkan perasaan bersalah yang nyata. Tentu saja, semua dosa dan perasaan bersalah kita hadapi ketika kita diselamatkan, ketika kita mempercayai Yesus Kristus. Tetapi, kemudian dosa yang terjadi di dalam hidup kita harus dihadapi dengan mengakuinya kepada Allah dan meninggalkannya. Jika kita melakukan hal ini, Dia akan mengampuni dan menyucikan kita, seperti yang dijanjikan-Nya di dalam 1 Yohanes 1:9.
Di samping perasaan bersalah yang nyata yang kita semua miliki, dari waktu ke waktu banyak orang yang menderita karena perasan bersalah khayalan, yang mana terasa tepat sama seperti perasaan bersalah yang nyata. Kita dapat mengaku dan mengaku dan mengaku dan tetap terganggu dengan masalah. Banyak orang yang memiliki perasaan ini berpikir bahwa mereka telah berkomitmen dengan dosa yang tidak termaafkan atau ada beberapa dosa yang tidak dapat mereka tutupi. Mereka tidak tahu apakah itu, tetapi mereka berpikir bahwa apabila mereka dapat menemukannya dan mengakuinya, maka mereka akan terbebas.

Perasaan bersalah khayalan mungkin timbul karena kurangnya kasih sayang dan penerimaan. Sebagai seorang anak yang tidak diharapkan, seseorang mungkin merasakan tidak mempunyai rasa memiliki yang dalam. Kadang-kadang seorang anak mengatakan bahwa dia tidak diinginkan, sedangkan yang lainnya hanya merasakannya, sebagai hasilnya orang menjadi merasa sangat bersalah karena berada di sana, merasa bahwa dia adalah penyebab dari semua masalah. Dia mengira bahwa apabila dia tidak ada, maka keluarganya akan baik-baik saja. Dia bahkan merasa bersalah karena keberadaannya.

Perasaan bersalah khayalan tersebut dapat bertahan di sepanjang hidup. Memahami permasalahan adalah langkah pertama untuk menyerahkannya kepada Tuhan. Mengalami penerimaan Allah adalah obat terhadap perasaan penolakan.

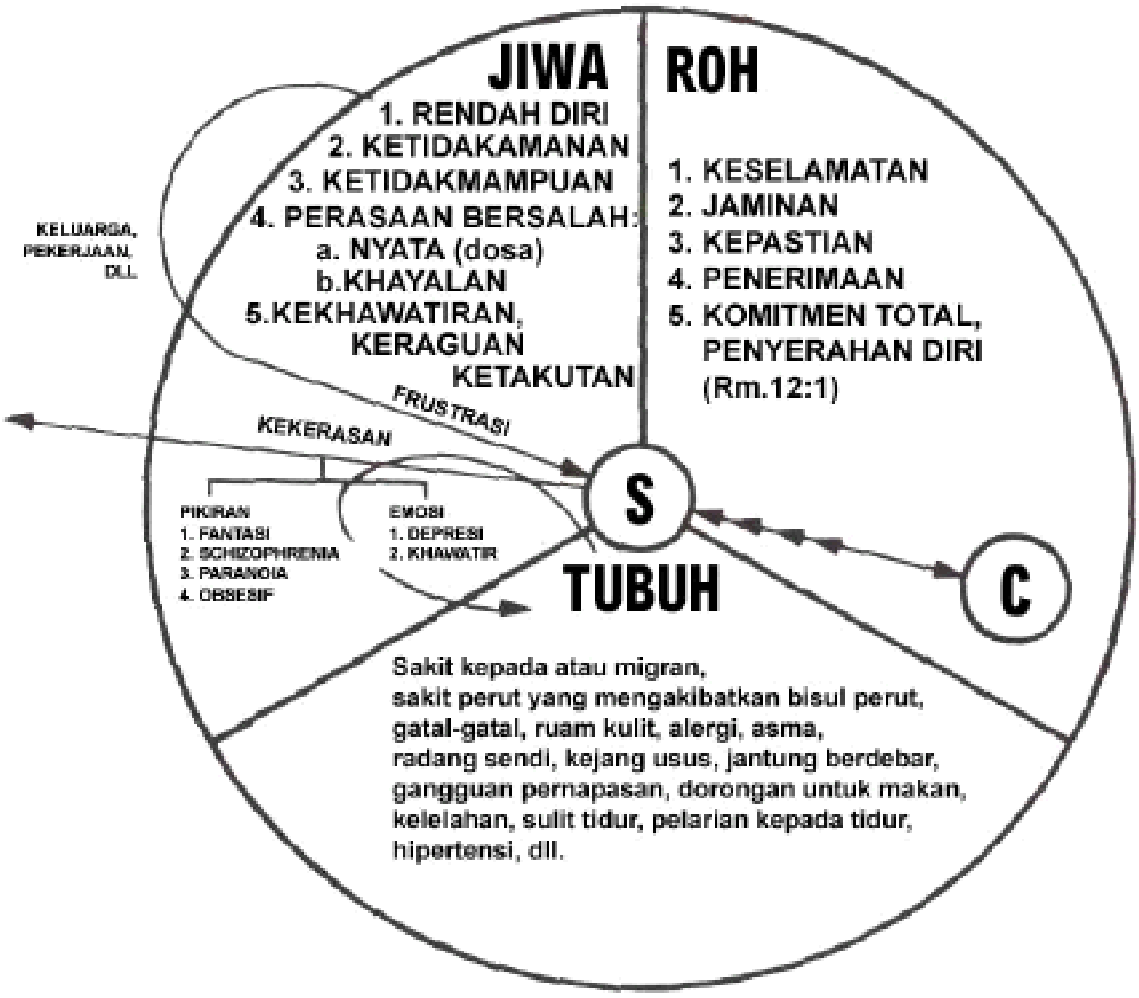
Kita harus mempertimbangkan juga kategori-kategori umum kekhawatiran, keraguan, dan ketakutan. Ketika batin kita sedang kacau, kita pun cenderung untuk khawatir. Firman Allah mengingatkan kita untuk "janganlah hendaknya kamu kuatir tentang apa pun juga" (Filipi 4:6), tetapi banyak orang yang tidak tahu bagaimana menerapkan kebenaran ini, dan mereka pun terus mengkhawatirkan segala sesuatu. Ketika mereka melakukannya, mereka mendapatkan berbagai keraguan—keraguan bahwa orang lain mengasihi mereka atau keraguan bahwa Allah adalah nyata. Mereka mungkin ragu bahwa Dia akan memenuhi segala kebutuhan mereka, dan mereka pun mulai mengeluh. Mengeluh menyebabkan banyak macam ketakutan, takut gagal atau bentuk-bentuk lainnya. Ketakutan dapat menembus berbagai hal, dan ini benar-benar dapat menghancurkan kita. Ini bisa menjadi perasaan ketakutan yang tidak rasional, sebuah fobia. Penyebab pokoknya adalah iman yang salah. Pada kenyataannya, gejala-gejala yang telah disebutkan itu merupakan indikasi dari kegagalan untuk mempercayai Kristus dan bergantung sepenuhnya kepada-Nya.

Ada orang-orang yang takut dan menunjukkan ketakutan itu! Semakin perasaan ketakutan tersebut bertambah, semakin sempit tempat yang dimiliki oleh seseorang untuk hidup. Hal ini mungkin menghasilkan ketidakmampuan untuk mengemudikan mobil. Takut kepada orang dan keramaian, agoraphobia, mungkin menyebabkan beberapa orang menurunkan tirai dan menjadi tahanan di rumah mereka sendirita, hasilnya adalah pergolakan batin. Frustrasi internal bertambah melalui stres eksternal dari keluarga, pekerjaan, dan kondisi-kondisi merugikan lainnya. Anda akan memperhatikan pada lingkaran di dalam diagram 4 bahwa kita telah melingkari kelima bagian dan menamai hasilnya sebagai frustrasi. Frustrasi semacam ini mempunyai hubungan langsung dengan keakuan (self). Hasilnya dapat diilustrasikan dengan memukul sebuah bola golf. Jika bola itu memiliki pusat, maka bola itu akan bereaksi dengan kepala stik golf dan malambung sangat jauh. Jika yang menjadi pusat tidak ada, tidak banyak yang akan terjadi. Jika keakuan lebih banyak berperan dan frustrasi pun datang, hasilnya mungkin adalah kekerasan. Seperti seseorang yang gelisah yang dapat memukul sesuatu dengan tangannya atau ingin melemparkan sesuatu.

Masalah pun muncul dalam menangani perasaan-perasaan permusuhan ini. Tujuan utama beberapa psikoterapis adalah untuk mengajarkan orang-orang semacam ini bagaimana menangani permusuhannya, sebuah usaha yang sia-sia, karena begitu cepatnya seseorang belajar bagaimana menangani hal ini dalam satu bentuk maka masalah akan

muncul dalam bentuk lain. Masalahnya bukan mengetahui bagaimana menangani permusuhan, melainkan mengetahui bagaimana mencegahnya. Kadang-kadang permusuhan dirancang untuk seseorang yang lain (permusuhan yang digantikan), biasanya seseorang yang tidak layak untuk mendapatkannya. Bersikap bermusuhan mengurangi tekanan pada beberapa tingkatan, tetapi hal itu mendatanguntuk mendapatkannya. Bersikap bermusuhan mengurangi tekanan pada beberapa tingkatan, tetapi hal itu mendatangkan perasaan bersalah tambahan yang meningkatkan frustrasi dan kemudian tindakan-tindakan permusuhan lainnya pun terjadi. Lingkaran ini pun terus berlanjut.
Satu bentuk anjuran psikoterapis adalah mengeluarkan perasaan—katarsis emosional—sebagai sesuatu yang berarti melepaskan permusuhan. Hal ini berhasil dalam bidang pengobatan, tetapi tidak setiap orang mempunyai situasi yang akan membuang permusuhan mereka. Masyarakat kebanyakan tidak menerima perasaan negatif dengan perhatian yang penuh kasih. Banyak orang yang dikuasai oleh permusuhan tidak memiliki pemahaman yang dapat diterima dalam menghadapi hal ini. Mereka tidak dapat mengungkapkan dengan kata-kata bahwa hal ini memuaskan, dan mereka tidak dapat menggunakan kekerasan terhadap orang lain untuk mengeluarkannya. Mereka menyimpan semuanya atau beberapa di antaranya tetap di dalam diri mereka. Ketika permusuhan tetap dipertahankan, konflik-konflik dapat terjadi dalam dua arah, seperti yang diperlihatkan dalam diagram 5. Hal ini dapat mempengaruhi pemikiran kita, perasaan kita, atau keduanya. Jika hal ini mempengaruhi pemikiran, beberapa hal dapat saja terjadi.

DIAGRAM 5



Pertama adalah fantasi. Seseorang dapat menghabiskan waktunya untuk memikirkan akan menjadi apa dia kelak. Sedikit dari hal ini dapat diterima karena kadang-kadang kita membuat hari-hari mimpi kita menjadi kenyataan. Tetapi, apabila kita hidup di dunia fantasi, kita tidak akan dapat berhasil di dalam dunia nyata. Seseorang yang cenderung pada hal ini (dan beberapa orang yang tidak) mungkin mendapatkan perubahan psikosis dan menjadi skozofrenia, yang hidup di dalam dunia yang tidak nyata. Orang-orang semacam ini mungkin harus dibiasakan dan diizinkan untuk hidup di dunia yang tidak nyata tersebut karena dia tidak mampu hidup di dalam kenyataan.

Orang mungkin menjadi paranoid karena perasaan tidak mampu atau perasaan bersalah. Seseorang yang merasa tidak mampu biasanya

menyalahkan kegagalannya terhadap orang lain. Hal ini menjadi sebuah pola, dan dia mulai mempercayai dustanya sendiri. Bahkan, dia menjadi seseorang di mana seseorang atau grup benar-benar ingin mendapatkannya. Hal ini mungkin juga berasal dari perasaan bersalah, perasaan seseorang seolah-olah dia harus dihukum. Dalam fantasinya, dia membayangkan bahwa beberapa orang bermaksud menyakitinya. Bukannya benar-benar berhubungan dengan kenyataan, dia biasanya mendapatkan khayalan-khayalan yang tersusun dengan baik, sementara di dalam area kehidupan lainnya dia mungkin berhubungan dengan kenyataan.

Orang mungkin juga tergoda dengan pemikiran tertentu yang tidak dapat dia singkirkan dari dirinya sendiri. Masalah ini kadang-kadang menghasilkan perilaku mengganggu yang mendorong, seperti halnya mencuci tangan untuk mendapatkan kelegaan dari kegelisahan. Definisi yang baik dari pemikiran yang mengganggu adalah bahwa pemikiran seseorang diletakkan pada sebuah pertunjukan tambahan untuk menjaga hal ini dari peristiwa utama. Akhirnya, pertunjukan tambahan ini mungkin menjadi lebih menyulitkan daripada masalah yang diharapkan untuk menggantikannya.

Penyimpangan ini tidak sepenting penyakit mental, tetapi hal ini merupakan gejala-gejala mental dari masalah yang lebih dalam—keakuan berada di pusat kehidupan. Gejala-gejala penyembuhan jarang mempengaruhi sebuah penyembuhan yang permanen. Orang-orang dapat pergi kepada psikiater sesering atau sepanjang hidup mereka untuk penyembuhan dari gejala semacam itu. Beberapa penderita schizofrenia kronis memiliki masalah dengan otak mereka. Tetapi, saya berpendapat bahwa banyak dari mereka yang didiagnosis sebagai skizofrenia adalah mereka yang mengingkari kenyataan untuk melindungi diri mereka sendiri dari situasi, eksternal atau internal, yang tidak dapat mereka hadapi.

Sebagai tambahan terhadap gejala-gejala pemikiran, frustrasi dapat mempengaruhi perasaan, area lain dari jiwa. Atau keduanya, yaitu pemikiran dan perasaan. Sebuah pengaruh umum terhadap perasaan adalah depresi. Rasa pemusuhan yang tetap disimpan di dalam hati bisa menjadi depresi. Kita mendorongnya untuk melawan diri kita sendiri. Kita mengambilnya untuk diri kita sendiri, bukannya membawanya kepada orang lain. Kita memukul diri kita sendiri dengan hebatnya, yang mana menyebabkan kita menjadi tertekan, khawatir, dan terikat. Definisi depresi yang lebih sederhana adalah ledakan amarah internal. Ini dapat menjadi depresi ringan, atau ini dapat menjadi lebih hebat dan menjadi

depresi reaktif atau depresi klinis. Hal ini tetap bukanlah masalah mental atau masalah perasaan yang nyata. Hal ini merupakan gejala-gejala dari masalah yang lebih dalam. Masalah itu biasanya terwujud dengan usaha untuk menyingkirkan penderitaan seseorang dari kecemasan dan depresi yang telah memuncak.

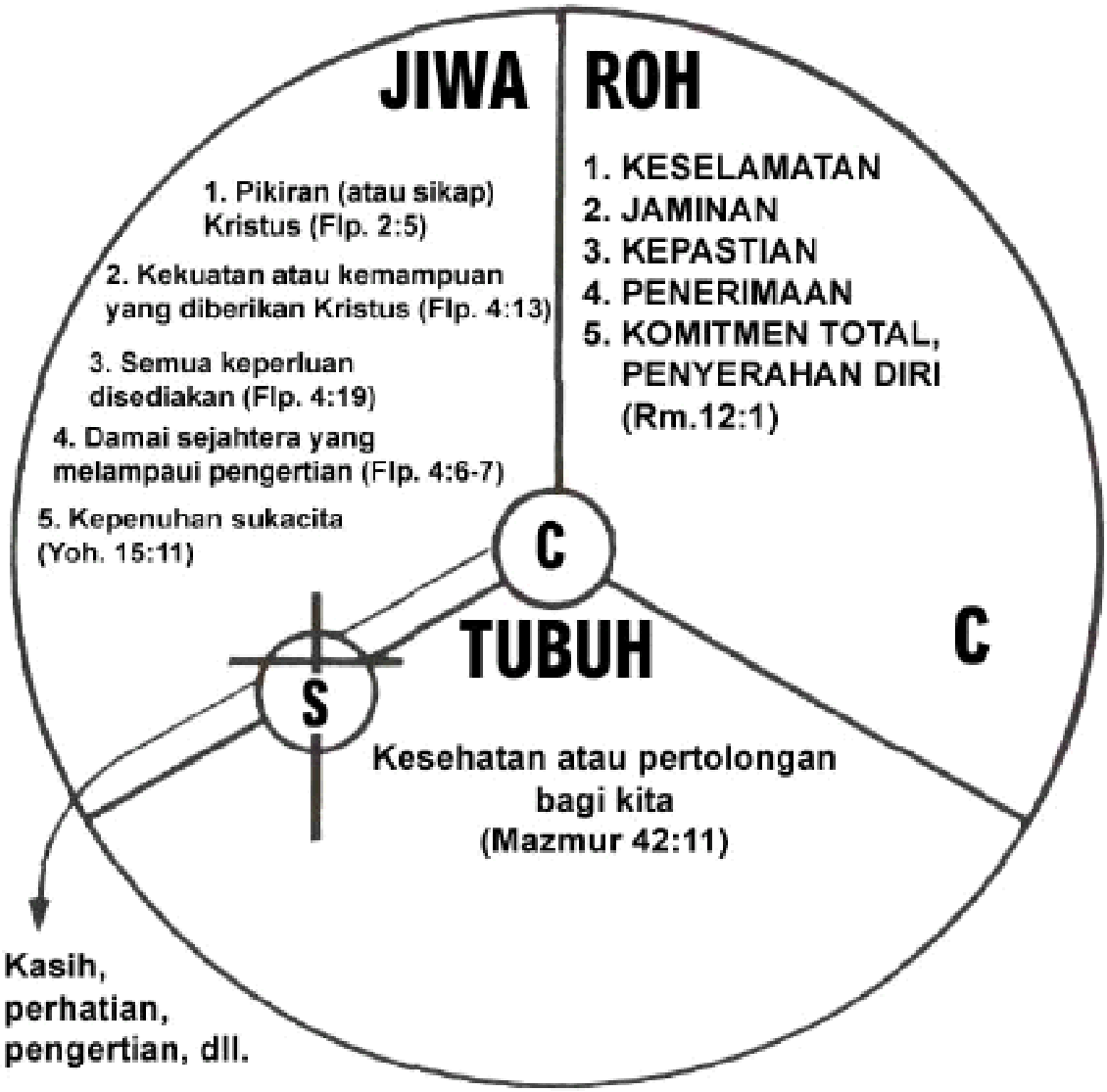
Kecemasan dan depresi ini biasanya tertahan sampai hal ini tidak lagi mungkin untuk dibatasi pada daerah jiwa. Kemudian, hal ini terwujud di dalam tubuh sebagai psikosomasis atau gejala-gejala psikologis. Contoh-contoh ini mungkin menjadi sebuah tekanan sakit kepala yang menjadi migraine atau sakit perut dan kebutuhan akan pil-pil antasida atau sebuah kombinasi antasida dan obat penenang. Sakit perut karena khawatir adalah tempat bagi terjadinya sebuah bisul perut. Beberapa penyakit umum lainnya yang berasal dari konflik psikologis antara lain radang sendi, asma, ruam kulit, kejang usus, jantung berdebar, dan gangguan saluran pernapasan. Tetapi, harus diperhatikan bahwa beberapa penyakit yang disebutkan ini bisa jadi benar merupakan masalah psikologis yang tidak ada hubungannya dengan konflik psikologis. Dokter yang menulis tentang subjek ini memperkirakan bahwa rata-rata 60-80 persen dari pasien mereka mempunyai penyakit ringan yang disebabkan oleh konflik psikologis. Jika seseorang memiliki “damai sejahtera Allah yang melampaui segala akal” (Filipi 4:7), dia tidak dapat terus-menerus memiliki konflik emosional yang tidak berkurang. Akhirnya, gejala-gejala fisik atau psikosomasis ini merupakan masalah rohani; karena satu-satunya jawaban yang sempurna adalah rohani, maka masalah tersebut harus ditangani secara rohani juga.

Sebagai kesimpulan, hal ini karena keakuan (self) berada di pusat kehidupan, sehingga semua konflik ini terbentuk dan terus bertumbuh. Masalah tersebut mungkin sudah ada sejak masa kanak-kanak, tetapi kenyataannya mereka tetap memahami bahwa (self) keakuanlah yang mengendalikan kehidupan. Ini bisa jadi adalah keakuan (self) yang baik; atau bisa jadi juga yang buruk; atau bisa jadi juga di antara baik dan buruk. Tetapi, hal ini tetap (self) keakuan, dan keakuan yang mengendalikan kehidupan adalah tidak berkenan kepada Allah.
Dalam psikoterapi, atau pendekatan apa pun, (self) keakuan semakin kuat bila menghadapi masalah-masalah tersebut. Berikut ini adalah masalah-masalah dasar dengan psikoterapi. Dengan psikoterapi yang tepat, beberapa gejala akan terjawab sehingga orang tersebut mungkin menjadi lebih baik dan gejala-gejala lainnya dapat hilang atau tidak ada lagi. Tetapi, untuk menghadapi gejala-gejala tersebut, seseorang membangun mekanisme pertahanan yang lebih baik dan mempelajari perilaku-perilaku yang lebih dapat diterima, dan (self) keakuan pun

menjadi lebih kuat. Sehingga, ketika gejala-gejala meningkat sebagai hasil dari psikoterapi murni, masalah yang nyata—berpusat kepada diri sendiri—selalu menjadi semakin buruk. Hasil ini sama sekali bertentangan dengan apa yang Allah lakukan, karena cara Allah menangani (self) keakuan adalah bahwa hal ini harus menjadi semakin lemah dan lemah sampai akhirnya hilang sama sekali. (Self) keakuan harus semakin berkurang sehingga Kristus bisa menjadi segalanya. Inilah proses ketika Kristus menjadi pusat kehidupan, dasar dari apa yang digambarkan di dalam diagram 7-9.

Ketika Kristus memegang kendali (diagram 6), keakuan (self), atau keinginan daging, tidak lagi memegang kekuasaan. Hal ini tidak bertahan selamanya, tetapi Salib menahan kuasa dosa ketika kita memahami, di bawah pengawasan Roh Kudus, kebenaran dari Roma 6:11: “Demikianlah hendaknya kamu memandangnya: bahwa kamu telah mati bagi dosa, tetapi kamu hidup bagi Allah dalam Kristus Yesus”. Kita adalah makhluk atau individu yang unik, yang diberdayakan oleh hidup di dalam Kristus. Pada sisi yang positif, kita tetap mempunyai kepribadian. Tetapi, ketika Kristus menjadi pusat kehidupan kita, Dia pun memegang kendali. Paulus menulis, “Hendaklah kamu dalam hidupmu bersama, menaruh pikiran dan perasaan yang terdapat juga dalam Kristus Yesus (Filipi 2:5). Dia juga menulis, “Segala perkara dapat kutanggung di dalam Dia yang memberi kekuatan kepadaku” (Filipi 4:13), dan “Allahku akan memenuhi segala keperluanmu sesuai dengan kekayaan-Nya di dalam Kristus Yesus” (Filipi 4:19). “Seala kebutuhanmu” termasuk kebutuhan-kebutuhan emosional. Dan, Dia akan memenuhinya bukan melalui psikolog atau konselor, tetapi melalui “Kristus Yesus”.

DIAGRAM 6



Ketika Kristus berada di pusat kehidupan, Dia dapat memenuhi segala kebutuhan tersebut ketika Dia memiliki kendali bebas untuk memberikan hidupnya ke dalam hidup kita. Tentu saja, Kristus tidak merasa tidak aman atau tidak mampu atau merasa bersalah atau merasa khawatir, ragu-ragu, atau ketakutan. Sehingga hal-hal tersebut terus keluar dari kehidupan kita. Apabila hal-hal tersebut menghilang dari hidup kita, maka kita tidak lagi frustrasi. Apabila kita tidak frustrasi, maka kita tidak tidak lagi bermusuhan. Apabila Kristus ada di pusat kehidupan, ketika stres muncul, kita tidak menanggapinya dengan rasa permusuhan; kita justru menanggapinya dengan kebalikannya karena Kristus yang ada di dalam diri kita—dengan kasih, pemahaman, dan belas kasihan. Dan, kemudian,

tentu saja, apabila tidak ada rasa frustrasi dan permusuhan di dalam hati, maka tidak ada sesuatu pun yang merugikan yangh akan mempengaruhi pemikiran atau perasaan. Gejala-gejala mental dan emosional pun menghilang dari kehidupan. Dan, apamaka tidak ada sesuatu pun yang merugikan yangh akan mempengaruhi pemikiran atau perasaan. Gejala-gejala mental dan emosional pun menghilang dari kehidupan. Dan, apabila itu semua yang telah menyebabkan konflik tidak ada lagi, gejala-gejala psikosomasis pun menghilang juga. Hal ini biasanya dialami sebagai sebuah proses. Bukan sebagai krisis yang terjadi pada suatu waktu tertentu.

Umumnya, apabila tubuh telah menderita kerusakan organik, seperti halnya penyakit di usus, biasanya dibutuhkan waktu agar dapat sembuh. Tetapi, beberapa kali kita telah menyaksikan kebebasan instan dari semacam penyakit tersebut seperti halnya sakit kepala, sakit perut, dan penyakit-penyakit lain yang menyebabkan tekanan. Ketika “damai Allah yang melampaui segala akal” menjadi aturan kehidupan, maka segala hal ini pasti terjadi, entah itu Roh Kudus melakukannya secara bertahap atau lebih dramatis.

Sekarang, pertanyaannya adalah, Bagaimana caranya Kristus menjadi pusat kehidupan? Apakah kebenaran yang dijelaskan oleh firman Allah ini kepada kita? Untuk memahami hal ini, kita perlu memikirkannya melalui ilustrasi lain, diagram garis (diagram 7). Garis horizontal dengan anak panah di atas dan di bawah menggambarkan kehidupan kekal, dan, tentu saja, kehidupan kekal tidak mempunyai awal maupun akhir. Hanya Satu orang yang mempunyai kehidupan kekal, dan itu adalah Allah. Sehingga, di dalam kenyataan, kehidupan kekal adalah kehidupan Kristus. Pada saatnya, dan pada waktu yang telah ditentukan, Dia datang ke Bumi dan membawa tubuh manusia sebagai bayi, menjadi bayi suci yang dilahirkan di Betlehem. Tetapi, hidup yang Dia hidupi di dalam tubuh tersebut adalah hidup yang sama yang selalu Dia hidupi sebagai Allah. Dia hidup di dalam tubuh manusia selama kira-kira 33 tahun, dan kemudian Dia mengakhiri keberadaan-Nya di dunia di salib, di mana Dia menanggung dosa-dosa kita. Dia mati, dikuburkan, dan bangkit kembali. Dan, kemudian hidup-Nya pun berlanjut.

DIAGRAM 7

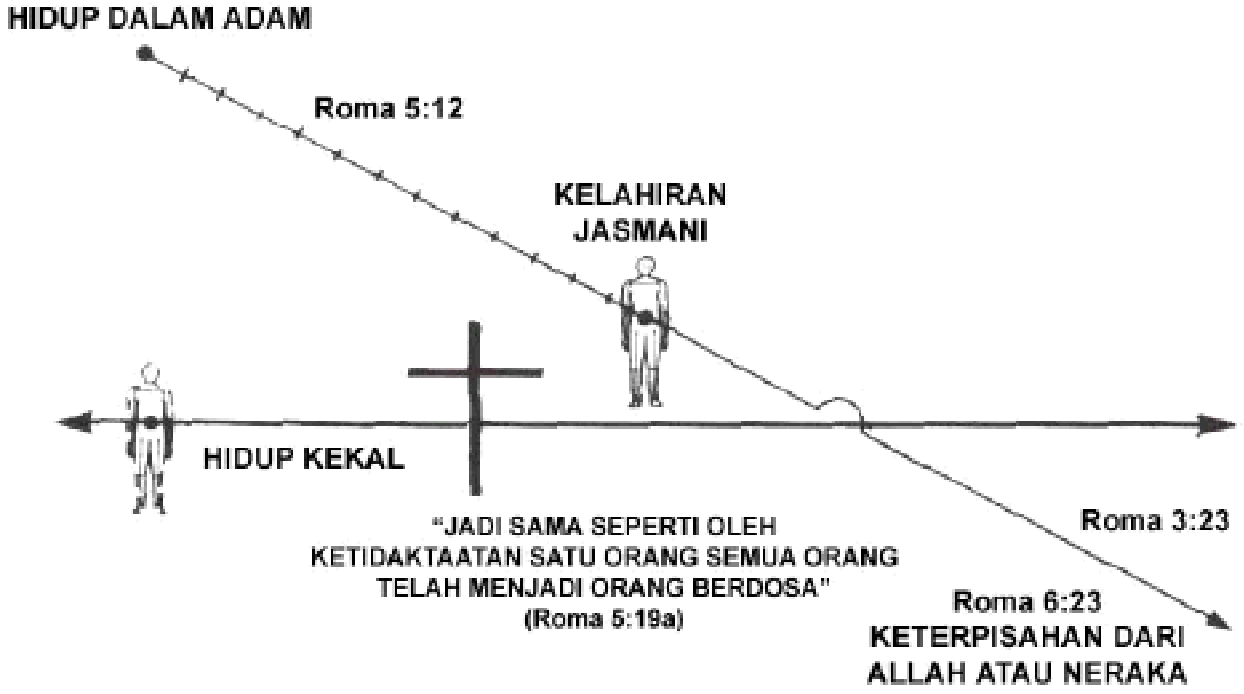
Kemudian pada saatnya, masing-masing kita masuk ke dalam keberadaan fisik melalui kelahiran fisik. Tetapi, ketika kita lahir, kita tidak berada di dalam hidup-Nya. Sebaliknya, kita berada di dalam keadaan lain yang diwakili melalui keberadaan orangtua kita, kakek-nenek kita dan nenek moyang mereka, yang kembali kepada Adam. Dari sanalah keberadaan kita dimulai—dari Adam. Gambar manusia di dalam diagram 8 menggambarkan generasi dari orangtua kita kembali kepada Adam. Adalah mudah untuk melihat bahwa kita berasal dari orangtua kita sebelum kita dilahirkan, dan mereka berasal dari orangtua mereka. Oleh karena itu, apabila kakek-nenek kita tidak pernah mempunyai keturunan, demikian juga kita! Berada di dalam Adam, apa pun yang terjadi atas dia maka terjadi juga terhadap kita.

Kita berada di dalam Adam ketika dia berdosa. Inilah yang membuat kita menjadi orang berdosa sejak kita dilahirkan. Paulus menjelaskan, "Sebab itu, sama seperti dosa telah masuk ke dalam dunia oleh satu orang, dan oleh dosa itu juga maut, demikianlah maut itu telah menjalar kepada semua orang, karena semua orang telah berbuat dosa" (Roma 5:12). Oleh karena itu, karena kita berada di dalam Adam ketika dia berdosa, maka kita juga berdosa. Ketika dia mati, kita pun mati. Sehingga kita semua secara rohani juga mati (Efesus 2:1).

Ketika kita dilahirkan, ini adalah dasar untuk masuk ke dalam dosa. Kita dilahirkan dengan sifat dosa, atau, “manusia lama”, atau “sifat dasar Adam”. Paulus menekankan, “Karena semua orang telah berbuat dosa dan telah kehi.

Perbedaan yang terjadi adalah kita berhenti berusaha hidup bagi Dia dan bekerja bagi Dia dan bersaksi bagi Dia dengan kekuatan daging. Kita menemukan bahwa dengan pewahyuan atau lebih baik melalui iluminasi, bahwa kita telah disalibkan dan dibangkitkan kepada hidup yang baru, dan kita bisa mengakuinya sekarang, dan membiarkan Kristus hidup dan bekerja di dalam kita. Tetapi, ini menuntut kita mengakhiri diri kita dan juga semua usaha kita sendiri. “Bukan aku, melainkan Kristus” adalah cara Paulus mengungkapkannya (Galatia 2:20).

DIAGRAM 8

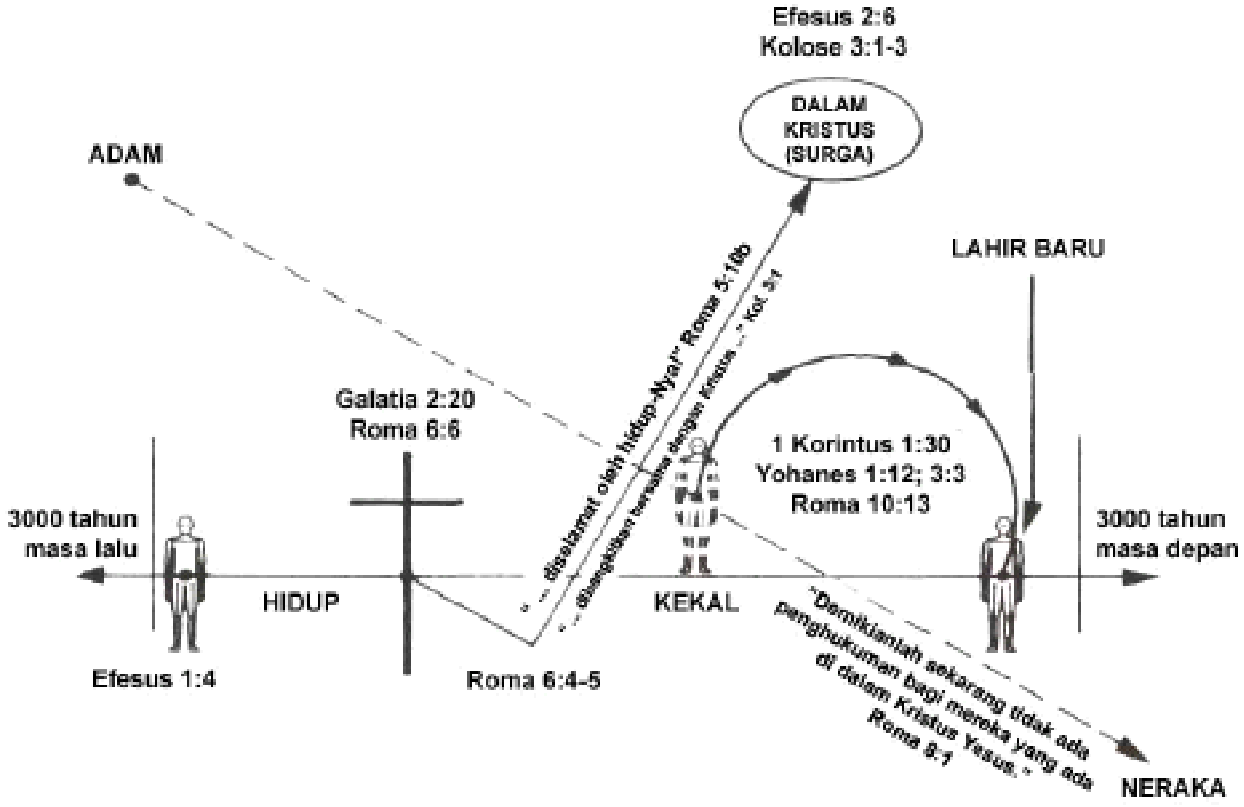


Bagaimana kesadaran ini dapat terjadi? Ini terjadi secara berbeda dalam setiap kehidupan. Tetapi dari hari ke hari, itu akan menjadi semakin nyata dibandingkan dengan saat kita percaya Tuhan Yesus menyelamatkan kita. Dan, itu juga terjadi dengan iman. Menurut Alkitab, kita harus “menganggapnya”, “memandangnya”, “Demikianlah hendaknya kamu

memandangnya: bahwa kamu telah mati bagi dosa, tetapi kamu hidup bagi Allah dalam Kristus Yesus” (Roma 6:11).

Menganggap atau memandang akan kenyataan penyaliban dan kebangkitan bersama Kristus merupakan suatu pilihan bebas atau seruan kehendak untuk menerima apa yang dinyatakan benar oleh firman Allah tentang kita di dalam Kristus. Ini merupakan suatu tindakan atau keputusan iman yang identik dalam setiap aspek dalam hal percaya Kristus sebagai Juruselamat. Firman Allah mengatakan bahwa kita adalah orang berdosa dan bahwa Tuhan Yesus Kristus telah sepenuhnya menyelesaikan karya penebusan kita di Kalvari; kita mengklaim ini dengan iman, dalam pertobatan dan penyerahan, dan kita dilahirkan kembali. Dengan cara yang sama, firman Allah (sumber yang sama) menyatakan bahwa kita dikendalikan oleh daging dan bahwa kita berpartisipasi kematian, penguburan, kebangkitan, dan kenaikan-Nya, sehingga dengan demikian kita bebas dari belenggu kuasa dosa. Kembali, dengan pilihan bebas itu, kita menempatkan Kristus dalam hidup kita sama seperti kita menjadikan Kristus sebagai Juruselamat kita. Sebagai tanggapan dari tindakan iman kita dalam menempatkan Kristus sebagai Juruselamat, Roh Kudus melahirkan bagi kita roh kembali; sebagai tanggapan kita dalam menempatkan Kristus sebagai Hidup kita, Roh Kudus memperbarui akal budi kita (Roma 12:2). Kehendak merupakan fungsi penting karena emosi dapat berubah-ubah sesuai keadaan. Saat kita memilih menentang dunia, daging, dan setan dan bersandar pada tinggalnya Kristus dalam hidup kita, kita memilih untuk memiliki pikiran yang diperbarui Roh Kudus. Akibatnya, emosi kita diselaraskan dengan kebenaran (Efesus 5:18) sehingga kita dapat berjalan bukan menuruti daging, melainkan Roh (Roma 8:4) dan tinggal di dalam Dia (Yohanes 15:5).

DIAGRAM 9



Pada beberapa orang, ini terjadi secara bertahap. Saat mereka memahami posisi mereka di dalam Kristus dan hidup-Nya di dalam mereka, akan selalu ada transformasi yang dramatis. Meskipun proses ini terjadi secara bertahap, mereka tahu bahwa kesadaran baru karena ada di dalam Kristus telah mengubah sikap mereka dalam banyak hal.
Kita juga melihat identifikasi-realisasi ini mengambil bentuk krisis yang dramatis, bahkan kadang traumatis saat Allah membuat ini menjadi suatu kenyataan penting dalam hidup kita. Yang penting bukanlah bagaimana ini terjadi, melainkan bahwa kita tahu persis bahwa itu terjadi—bahwa sekarang bukan lagi 'AKU' yang hidup, melainkan Kristus hidup dan bertakhta di dalam aku. Hal ini secara lebih rinci dibahas dalam Bab 5.

Untuk penekanan, kita harus menyadari bahwa kesadaran identifikasi ini merupakan suatu peristiwa yang memerlukan waktu dan pengalaman. Proses ini dapat berlangsung secara bertahap sehingga kita tidak mampu mengidentifikasikan poin kritisnya. Namun, hasilnya tidak akan pernah salah—keakuan diturunkan dari takhta dan Kristus naik ke atas takhta. Ini merupakan cara untuk masuk ke dalam hidup yang dipenuhi Roh

Kudus atau hidup yang dikendalikan Roh; kita masuk melalui jalan Salib melalui kematian dan kebangkitan bersama Kristus.

Kenyataan akan hal ini tidak perlu terjadi selama bertahun-tahujn setelah pertobatan. Kita dapat menyadari bahwa saat kelahiran baru, Dia bukan hanya disalibkan bagi kita tetapi bahwa kita disalibkan bersama Dia. Semuanya itu terjadi saat kita percaya Tuhan Yesus Kristus.

Dia kantor konseling kami, kami sering menasihati orang setelah mereka percaya Yesus Kristus sebagai Tuhan dan Juruselamat: “Jangan Anda mencoba untuk hidup Kristen! Anda telah mengundang Tuhan Yesus Kristus ke dalam hidup Anda--biarkan Dia hidup dalam hidup Anda. Itulah alasannya Dia masuk ke dalam hidup Anda.” Itulah hidup oleh iman. Dan saat kita memahami hal ini, kita akan menyadari bahwa tidak ada cara lain kita dapat hidup Kristen. Itu bukan berhubungan dengan serangkaian aturan yang harus kita lakukan. Itu namanya legalisme. Hukumlah yang membuat dosa berkuasa dan mendorong banyak orang untuk memberontak.

Orang yang berani berusaha membebaskan diri dari dosa dengan tidak membiarkan Roh Kudus bekerja sehingga hasilnya justru berbeda dari yang diharapkan. “Kamu akan mengetahui kebenaran,” janji Yesus, “dan kebenaran itu akan memerdekakan kamu” (Yohanes 8:32). Jenis kebebesan ini adalah jika kita mengundang Yesus ke dalam hidup kita dan membiarkanNya hidup dalam hidup kita. Namun, itu bukanlah kehidupan yang pasif tetapi secara agresif menundukkan kehendak kita di bawah kendali-Nya.

Jika kita berusaha keras untuk hidup bagi Dia, maka Dia tidak dapat hidup melalui kita. Hingga kita menyelesaikan keakuan kita, kita akan terus bergumul sendiri. Kita mungkin berusaha keras dan menghabiskan banyak uang. Tetapi itu bukanlah hidup yang berpusatkan pada Kristus. Itu hanya membebani kehidupan sendiri untuk hidup bagi Allah. Selama waktu mencoba ini. Allah menggunakan kita, tetapi Dia tidak dapat memberikan kepada kita pelayanan yang digerakkan Roh sebagaimana yang diinginkan-Nya. Dia tidak dapat memultiplikasikan dan menjadi tuan dalam pelayanan kita hingga kita menyerahkan diri kita sepenuhnya. Dalam tujuan dan rencana-Nya, kita akan diubah sesuai dengan gambar-Nya (Roma 8:29). Jika kita ingin mengetahui kesegambaran ini, kita harus menjadi serupa dengan kematian-Nya (Filipi 3:10) dan mengalami Salib. Ini merupakan satu-satunya cara Kristus dapat menjadi yang pertama dan terutama dalam hidup kita. Kita harus mengizinkan-Nya menghidupkan kita, sehingga Dia bisa bekerja dalam hidup kita tanpa

terhalang. Gambar “Roda Kehidupan” menjelaskan bagaimana ini bisa menjadi kenyataan.

Apakah Anda siap menghentikan putaran roda Anda sehingga Kristus dapat menjadi pusat hidup Anda? Apakah Allah telah menyadarkan Anda akan kerusakan total dan keberdosaan daging? Jika kita tidak melihat gambaran ini nyata, kita tidak akan melihat perlunya menyangkal diri dan memikul salib (Luk. 9:23). Jika Anda siap, cukup pejamkan mata Anda, tundukkan kepala, dan berdoalah dengan doa keakuan. Katakan kepada Allah bahwa Anda berserah dan bahwa Dia dapat mengambil alih dan melalukan apa yang dikehendaki-Nya di dalam diri Anda.Akui bahwa Anda telah mencoba hidup dalam kehidupan Kristen Anda dengan kekuatan sendiri. Kemudian akui dengan iman akan kematian, penguburan, kebangkitan, dan kenaikan Anda bersama dengan Kristus. Bersyukurlah kepada Allah karena telah menyelamatkan Anda dari diri sendiri, dan percayakan Dia untuk hidup dalam diri Anda. “Serahkanlah dirimu kepada Allah sebagai orang-orang, yang dahulu mati, tetapi yang sekarang hidup. Dan serahkanlah anggota-anggota tubuhmu kepada Allah untuk menjadi senjata-senjata kebenaran” (Roma 6:13). Jika penyerahan itu tanpa syarat, tanggung jawab untuk mengarahkan hidup dan proses kedewasaan rohani akan dipegang Allah. Waktu untuk ini berbeda-beda setiap orang. “Ia yang memanggil kamu adalah setia, Ia juga akan menggenapinya” (1 Tesalonika 5:24).

HANDBOOK to Happiness

A BIBLICAL GUIDE TO *Victorious Living*

PENUNTUN ALKITABIAH MENUJU *Hidup yang Berkemenangan*

DR. CHARLES R. SOLOMON