

RENDAH DIRI : KAITANNYA DALAM HIDUP DAN PELAYANAN

Paul Gunadi*

Salah satu masalah psikologis yang kerap kali mempengaruhi hidup dan pelayanan seorang hamba Tuhan ialah problem rendah diri. Rendah diri menyangkut persepsi seseorang terhadap dirinya dan dalam hal rendah diri individu tersebut tidak memiliki pandangan terhadap dirinya yang memuaskan dirinya sendiri. Dengan kata lain, ia merasa belum atau tidak pernah mencapai kriteria atau standar yang ia tetapkan bagi dirinya sendiri. Di sini saya tidak membicarakan perasaan tidak puas yang kita rasakan ketika kita gagal mencapai standar kita dalam kasus atau hal-hal tertentu saja. Rasa rendah diri yang saya maksudkan di sini mencakup hampir seluruh aspek dalam hidup kita dan bukan hanya dalam bidang atau hal-hal tertentu saja. Yang saya maksudkan di sini adalah suatu perasaan (emosional) dan pandangan (kognitif) yang bersifat komprehensif dan umum: suatu perasaan bahwa diri kita "cacat" tidak memenuhi syarat.

Sebelum kita membahas lebih jauh tentang rasa rendah diri ini, saya akan memberi definisi apa itu yang saya maksudkan dengan perasaan atau pandangan diri itu. Dalam bahasa Inggris, istilah yang digunakan untuk menjabarkan berapa positifnya kita menghargai dan memandang diri kita ini adalah istilah *self-esteem*. Selanjutnya, dalam risalah ini saya akan menggunakan istilah Indonesia "penghargaan diri" sebagai pengganti istilah *self-esteem*.

Carlson (1988) memberi definisi tentang apa itu penghargaan-diri dengan menggabungkan unsur-unsur teologis dan psikologis yakni "kesediaan atau kerelaan saya untuk tidak menjadi pusat dari dunia

* Paul Gunadi adalah lulusan dari University of Southern California, USA (Ph.D., 1990) di bidang konseling; sekarang adalah dosen tetap penuh di Seminari Alkitab Asia Tenggara, Malang.

saya dan menerima diri saya sebagai ciptaan Tuhan: yang dapat dikasihi (*lovable*), bernilai (*valuable*), berkemampuan (*capable*), dapat diampuni (*forgivable*) dan dapat ditebus (*redeemable*)" (h.21). Definisi teologis ini berangkat dari asumsi bahwa kita dapat dikasihi, bernilai, dan berkemampuan karena Tuhan telah *menciptakan, menebus, dan memberi kekuatan* kepada kita. Dengan kata lain, Carlson berhipotesis bahwa penghargaan-diri seharusnya dilandaskan atas suatu keyakinan bahwa kita dicipta menurut citra Allah, dipulihkan kembali kepada citra Allah, dan diperlengkapi oleh Roh Allah.

Cara kedua mendefinisikan penghargaan-diri, yang juga saya kutip dari Carlson, ialah P.D. = D.I. - D.S. (Penghargaan-Diri sama dengan Diri yang Ideal dikurangi Diri yang Sesungguhnya). Dengan kata lain, penghargaan-diri merupakan jarak antara "siapa saya seadanya sekarang ini" dengan "siapa saya yang sebenarnya saya dambakan". Semakin besar jarak antara siapa saya sekarang ini dengan siapa saya secara ideal, semakin lemah atau negatif penghargaan-diri saya. Sebaliknya, semakin kecil jarak antara kedua kutub ini, semakin positif atau sehat penghargaan-diri saya sebab saya memiliki keyakinan bahwa saya semakin mendekati diri ideal saya.

Jadi, berdasarkan kedua definisi tersebut di atas, kita dapat menyimpulkan bahwa penghargaan-diri adalah (a) seberapa jauhnya saya mengesampingkan diri sebagai pusat dari kehidupan saya dan seberapa dapatnya saya menerima diri sebagai ciptaan Tuhan yang dapat dikasihi, bernilai, berkemampuan, dapat diampuni, dan dapat ditebus, serta (b) seberapa dekatnya saya sekarang ini dengan cita-cita saya tentang siapa seharusnya saya ini. Rasa rendah-diri timbul tatkala kita mengalami kesulitan mengesampingkan diri dan menerima diri sebagai ciptaan Tuhan serta ketika kita melihat betapa kurangnya kita dari target semula di mana kita seharusnya berada. Dalam risalah ini saya akan membahas salah satu manifestasi dari rasa rendah diri yang dapat mempengaruhi hidup seorang pelayan Kristen, yakni kepribadian pasif-bergantung (*passive--dependent personality*).

Kepribadian Pasif-Bergantung

Dalam bukunya "*The Road Less Traveled*", Peck (1978) mengemukakan dua gangguan psikiatrik yang paling umum diderita oleh kita yakni gangguan neurosis (*neurotic disorder*) dan gangguan karakter (*character*

disorder). Menurut Peck dua gangguan yang saling berlawanan ini sebenarnya merupakan dua gangguan yang memiliki akar yang sama yakni gangguan tanggung jawab. Maksudnya adalah, seseorang yang menderita gangguan neurosis terlalu merasa bertanggung jawab; sebaliknya ia yang memiliki gangguan karakter, kurang memikul tanggung jawab atas apa yang terjadi pada dirinya. Dengan kata lain, seorang neurotik akan merasa bahwa semua problem yang terjadi pada dirinya adalah kesalahannya semata. Sebaliknya, seseorang dengan gangguan karakter berpendapat bahwa orang lain atau dunia luarlah yang menjadi penyebab masalahnya.

Peck memberi contoh bahwa bahasa seorang neurotik dipenuhi dengan "Saya seharusnya . . . ", dan "Saya tidak seharusnya . . ." -- ungkapan-ungkapan yang menunjukkan pandangan diri seseorang yang melihat dirinya lebih rendah daripada orang lain, selalu gagal mencapai target, dan selalu melakukan kesalahan. Sebaliknya, seseorang dengan gangguan karakter cenderung mengatakan "Saya tidak bisa . . ." dan "Saya harus . . ." -- ekspresi yang memperlihatkan keadaannya yang tidak berdaya, seolah-olah hidupnya dikuasai oleh kekuatan-kekuatan dari luar dirinya.

Menurut hemat saya, selain gangguan tanggung jawab, akar dari gangguan-gangguan neurosis dan karakter ialah gangguan penghargaan-diri. Seseorang yang memandang dirinya lebih rendah daripada orang lain biasanya tidak memiliki penghargaan-diri yang memadai. Sebaliknya, seseorang yang melemparkan tanggung-jawab hidupnya pada orang lain, juga tidak mempunyai penghargaan-diri yang tinggi. Dengan kata lain, akar dari kedua gangguan ini ialah rasa rendah-diri.

Tatkala seseorang merasa tidak mampu atau tidak cukup bernilai untuk diterima oleh orang lain, ia dapat mengatasi perasaannya ini dengan berbagai cara. Misalnya, ia dapat mengembangkan, baik secara sadar ataupun tidak sadar, berkepribadian antisosial, yakni ia memisahkan diri dari orang lain supaya ia tidak perlu menerima penolakan orang lain dan bahkan supaya ia tidak usah lagi merasa "butuh" pada orang lain. Cara lain ialah dengan menjadi bergantung pada orang lain untuk memenuhi kebutuhan dirinya yang tidak terpenuhi. Kebergantungan yang tidak seimbang inilah yang disebut kepribadian pasif-bergantung yang menjadi fokus kita sekarang.

Ciri-Ciri Kepribadian Pasif-Bergantung

Secara umum, kepribadian pasif-bergantung adalah kepribadian yang berlandaskan arti harafiah yang termaktub dalam dua kata ini sendiri yakni secara pasif bergantung pada orang lain memenuhi kebutuhan hidupnya. Peck mengemukakan bahwa setiap manusia memiliki kebutuhan untuk "diasuh" (*dependency needs*), yakni pada dasarnya kita membutuhkan dan menginginkan adanya seseorang yang dapat memenuhi kebutuhan kita, menyayangi kita, serta merawat kita. Namun demikian bagi kebanyakan kita kebutuhan ini tidak menguasai diri kita. Dengan kata lain, kebutuhan untuk "bergantung" pada orang lain bukanlah landasan hidup kita dan orang lain bukanlah "pemberi nafkah utama" hidup kita.

Sebaliknya, seseorang yang memiliki kepribadian pasif-bergantung merasa, baik secara sadar atau tidak, bahwa ia tidak dapat hidup tanpa orang lain. Menurut Maslow (dikutip dalam Geiwitz, 1976) salah satu ciri-ciri orang yang memiliki aktualisasi-diri ialah ia menikmati persahabatan tapi pada saat yang sama, ia dapat hidup mandiri, tanpa teman. Seseorang dengan kepribadian pasif-bergantung merasa ia harus mempunyai teman, diterima teman dan disukai teman. Tanpa adanya orang lain, hidupnya akan menjadi kosong.

Etiologi

Asal muasal kepribadian pasif-bergantung ialah kurangnya kasih orang tua (Peck, 1978). Untuk dapat bertumbuh memiliki kepribadian yang mantap, seorang anak mutlak memerlukan kasih sayang dan perhatian orang tuanya. Melalui kasih dan perhatian ini, ia mulai merasakan bahwa ia bernilai di hadapan orang tuanya. Sebaliknya, seorang anak yang tidak merasakan kasih dan perhatian orang tuanya, akan mulai bertanya-tanya, apakah ia cukup bernilai, cukup baik, cukup memuaskan untuk dikasihi oleh orang tuanya, dan akhirnya oleh orang-orang lain.

Peck menegaskan bahwa seorang anak yang bertumbuh dengan kasih orang tuanya yang tidak memadai, akan bertumbuh memiliki rasa tidak sejahtera atau tidak tenteram dalam dirinya (*insecurity*). Rasa tidak percaya diri dan kebutuhan yang berlebihan untuk bergantung pada

orang lain biasanya timbul tatkala ia mulai menjadi remaja dan memasuki fase dewasa. Pada dasarnya, ia tumbuh menjadi pribadi yang secara konstan mencari-cari kasih sayang dan perhatian dari orang-orang di sekelilingnya. Tatkala ia menemukan seseorang atau sesuatu yang dapat menjadi "penyelamat" hidupnya yang kosong ini, ia pun akan melekatkan diri padanya dan akan selalu berupaya supaya orang tersebut atau "objek" tersebut tidak akan pernah meninggalkan atau jauh darinya. Biasanya ia melakukan hal ini (supaya objek itu tidak jauh darinya) dengan cara menumbuhkan rasa saling bergantung atau dengan cara membuat atau "memaksa" objek tersebut bergantung padanya (Peck, 1978).

Dengan cara ini, ia mempunyai keyakinan atau jaminan bahwa kebutuhannya akan selalu terpenuhi -- dan ia pun merasa tenteram sejahtera, meskipun hanya bersifat sementara dan semu. Jadi, hampir semua tindakannya dapat dipandang dalam kerangka manifestasi dari kebutuhannya untuk penghargaan-diri yang positif yang ia biasanya peroleh melalui dan dari orang lain. Tidaklah sulit bagi kita semua untuk mulai mengaitkan ciri-ciri kepribadian ini dalam konteks kehidupan pelayanan Kristen.

Selanjutnya, saya akan mencoba menyoroti perilaku dan dampak perilaku kepribadian pasif-bergantung pada diri seorang pelayan Kristen.

Pasif Bergantung dalam Kehidupan Pelayan Kristen

Sebelum saya memulai membahas bagian ini, saya hendak mengingatkan pembaca beberapa hal yang penting. *Pertama*, bagian ini hendaknya dibaca dalam kerangka "kemungkinan". Jiwa manusia sangatlah kompleks dan tidaklah adil jika kita memberi kredit terlalu besar kepada psikologi sebagai ilmu yang dapat menerangkan segala sesuatu yang berkaitan dengan jiwa manusia. Psikologi hanyalah upaya manusia mengerti dirinya dan semua upaya manusia dibatasi oleh ketidaktahuannya. Jadi, saya mengingatkan pembaca untuk tidak menerima ulasan berikut ini sebagai suatu diktum yang paling benar. Sekali lagi, jiwa manusia terlalu kompleks untuk dapat dirumuskan secara baku dan kaku.

Kedua, saya ingin mengingatkan pembaca bahwa kita semua dapat melihat diri kita dalam aspek-aspek tertentu dari rasa rendah-diri ini. Dalam jiwa manusia, tidak ada yang 100% kiri atau 100% kanan. Kita

adalah kiri dan kanan, yang patut menjadi perhatian kita hanyalah berapa persen kanan dan berapa persen kiri. (Seandainya jiwa manusia dapat di"kanan-kiri"kan dan di"persen"kan.)

Ketiga, saya mengingatkan pembaca untuk tidak bersikap kritis secara berlebihan kepada mereka yang tampaknya "pas" atau cocok dengan penjabaran kepribadian di bawah ini. Jika ini terjadi, saya merasa telah menyalahgunakan ulasan yang hanya bermaksud lugas ini. Nilai tambah dalam bentuk pengetahuan tidak pernah bertujuan untuk memperoleh nilai tambah dalam bentuk kejahatan. Dosalah yang telah membengkokkan ekuasi linear ini. Tuhan kita, Yesus Kristus jauh lebih mengetahui siapa kita sebenarnya, namun demikian, Ia menerima kita seadanya. Kita sungguh-sungguh perlu membersihkan mata kita terlebih dahulu, barulah kita dapat melihat orang lain dengan jelas (Mat 7:1-5).

1. Orientasi Pada Penerimaan Orang Lain

Seorang pelayan Tuhan yang berkepribadian pasif-bergantung cenderung berupaya untuk mencari dan memperoleh penerimaan serta persetujuan mereka yang berada baik di "atasnya" maupun di "bawahnya". Ia akan berusaha untuk selalu "memenangkan" persahabatan atau relasinya dengan tujuan untuk memperoleh kesejahteraan batiniah. Acap kali tindakannya bertujuan untuk memperoleh perlindungan dari orang lain supaya ia tetap merasa aman. Salah satu masalah yang sesungguhnya ia hadapi ialah, ia tidak memiliki identitas-diri yang jelas sehingga ia biasanya mendefinisikan dirinya dalam konteks hubungannya dengan orang lain (Peck, 1978). Dengan kata lain, pada dasarnya ia berjalan ke sana ke mari dengan "meminjam" identitas orang lain karena ia sendiri merasakan suatu kekosongan dalam dirinya. Ada beberapa kemungkinan yang dapat timbul dari pola hidup seperti ini.

Sulit mengambil keputusan. Dari segi positifnya, ia dapat menjadi seorang penengah yang baik karena ia selalu berupaya menyenangkan semua pihak. Dalam suatu organisasi, ia dapat menjadi pekerja yang baik karena ia mudah diatur dan mudah diperintah. Pada umumnya ia pun tidak berkeberatan dengan gaya hidup seperti ini karena dengan melekatkan diri pada objek-objek yang memerintahnya ini, ia menerima (meminjam) kekuatan mereka untuk kelangsungan hidupnya. Bagi individu ini, siapa dirinya adalah bagian integral dari objek-objek di luar dirinya.

Faktor yang merugikan dirinya serta pelayanannya adalah, biasanya ia cenderung mengalami kesulitan mengambil keputusan secara cepat dan cenderung berlarut-larut dalam kebimbangannya. Ini bukan bersifat insidentil yang hanya terjadi tatkala ia harus mengambil keputusan yang sungguh penting dan besar bagi dirinya, tetapi ini adalah pola umumnya dalam mengambil keputusan, baik itu keputusan yang besar ataupun yang kecil.

Menimbulkan kesalahpahaman. Masalah lain yang dapat muncul ialah ia acap kali mengalami kesulitan berkomunikasi dengan jelas. Keinginan yang berlebihan untuk diterima orang lain dan ketakutannya ditolak orang lain, dapat membuatnya tidak jelas atau kabur-kabur dalam menyatakan apa yang ia sesungguhnya kehendaki atau tidak kehendaki. Sikapnya yang plin-plan dapat membuat orang lain bertanya-tanya apa yang ia sebenarnya pikirkan atau katakan. Tanggapan mereka-reka bukanlah tanggapan yang ideal dalam berkomunikasi dan berelasi. Dalam konteks gerejawi, kekaburannya ini dapat mengacaukan hubungan banyak pihak.

Mengkompromikan nilai-nilai kristiani. Menurut saya, hal yang paling berbahaya dari kebutuhannya untuk diterima orang lain ialah, ia berpeluang besar untuk mengkompromikan nilai-nilai kristianinya. Sebagai seorang pelayan Kristus acap kali kita dituntut untuk melawan arus; untuk menyatakan kebenaran dan juga dosa. Tuhan Yesus menghendaki agar kita menjadi terang yang menyala dan bukan sinar redup-redup. Kita adalah anak terang dan bukan anak remang-remang. Implikasi spiritual dari sikap hidup yang membutuhkan penerimaan orang lain secara berlebihan, sangatlah luas dan dapat merugikan gereja Tuhan. Panggilan Tuhan Yesus menjadi murid-Nya seperti yang tercantum di Lukas 14:25-35 adalah panggilan yang radikal yang ada kalanya menuntut harga penolakan orang lain.

2. Sulit Menerima Kritikan

Ia sulit menerima kritikan karena ia menganggap kritikan merupakan serangan terhadap dirinya secara pribadi. Rasa tidak sejahtera dalam dirinya biasanya membuat ia begitu sulit mendengar kritikan karena kritikan seakan-akan menyoroti kembali kekosongan dirinya yang sudah "terlupakan". Kritikan seolah-olah mengingatkan akan ketidakmampuannya -- suatu perasaan yang sudah ia upayakan untuk lenyap dari hidupnya melalui pelekatannya pada objek-objek penyelamat hidupnya. Akibatnya,

ia menganggap kritikan sebagai usaha seseorang untuk memutuskan hubungan dengannya. Dan jikalau yang memberi kritikan adalah seseorang yang telah berfungsi sebagai pemenuh kebutuhannya, ia pun (si penerima kritikan) akan dengan segera merasa ditolak.

Seorang pelayan Tuhan yang berkepribadian pasif-bergantung biasanya berusaha menghindarkan diri dari kritikan dengan berusaha sekuat tenaga memuaskan keinginan semua pihak. Konflik-konflik dalam dirinya mulai bermunculan dengan cepat karena ia dengan segera menyadari bahwa mustahil baginya untuk menyenangkan semua pihak. Salah satu cara yang ia mungkin gunakan untuk meredakan konflik-konflik ini adalah dengan cara seperti menambal perahu yang bocor -- menambal di satu tempat, bocor di tempat lain dan seterusnya. Dengan kata lain, jika ia tidak berhati-hati, ia dapat menjadi frustrasi dengan dirinya sendiri dan putus asa (*burnt-out*) karena ia merasa gagal menyenangkan dan mendamaikan semua pihak. Kuncinya di sini adalah, ia perlu memeriksa apakah perilakunya ini (mencoba menyenangkan semua pihak) timbul dari ketakutannya dikritik.

Cara lain untuk mengatasi rasa takut dikritik adalah dengan cara berlindung di balik objek pengayom yang lain. Seseorang dengan kepribadian ini akan berupaya keras mempertahankan hubungannya dengan objek yang dapat memenuhi kebutuhannya itu dan ia akan melakukannya dengan berbagai cara. Jika ia merasa objek yang satu ini telah menolaknya dan ia tidak berhasil menggaetnya kembali, maka ia dengan cepat akan berusaha mendapatkan objek yang lain untuk memenuhi kebutuhannya. Oleh sebab itu, meskipun secara lahiriah hubungannya dengan individu lain (objek pemenuh kebutuhannya) tampak begitu intim, tetapi sesungguhnya hubungannya itu dangkal (Peck, 1978).

Seorang pelayan Tuhan yang sukar menerima kritikan acapkali menimbulkan perasaan was-was dalam diri orang lain. Sering kali orang lain tidak berani atau sungkan mengkritiknya karena ia begitu "baik dan menyenangkan". Andaikan kritik akhirnya dilontarkan, si pemberi kritik biasanya merasa bersalah karena merasa seolah-olah telah melukai seorang yang lemah. Meskipun tidak selalu disadarinya, seseorang dengan kepribadian ini sesungguhnya telah memanipulasi orang lain untuk tidak "menyerangnya" dengan cara mengambil peran sebagai seseorang yang perlu dikasihani. Saya hendak menggarisbawahi kalimat "tidak selalu disadarinya" karena memang ia mungkin tidak menyadari perilakunya itu. Sebagai seseorang yang takut menerima

kritikan, tanpa ia sadari, ia telah membangun suatu sistem perilaku yang sudah mengakar dalam dirinya untuk menghalau kritikan.

3. Memperalat Manusia Untuk Mencapai Tujuannya

Sebagaimana telah dibahas di atas, seseorang dengan kepribadian ini sangat bergantung pada penerimaan orang lain. Lebih lanjut lagi, ia pun senantiasa ingin mengecek, apakah orang lain tetap menyukainya dan memperhatikannya. Dengan kata lain, ia menginginkan bukti nyata bahwa orang lain tetap mengasihinya. Untuk itu ia cenderung memperalat manusia mencapai tujuannya -- merasa dihargai dan bernilai -- dengan cara memanipulasi orang lain untuk menyatakan perasaan simpati dan kasihnya kepada dia.

Pada dasarnya seseorang dengan kepribadian ini adalah seseorang yang kesepian (Peck, 1978). Ia memiliki "teman" tetapi sesungguhnya ia tetap merasa "sendiri". Ini tidak mengherankan karena persahabatan yang sejati menuntut keseimbangan dan keterbukaan dalam memberi dan menerima -- suatu sikap yang mengusik rasa tenteram seseorang yang merasa terlalu butuh pada yang lainnya. Sebagaimana saya katakan tadi, ia dapat tetap bersembunyi di balik jubah objek-objek lainnya mengharapkan untuk terus menerima perlindungan mereka. Sebaliknya, ada juga yang dalam kesendiriannya ini berusaha membuktikan kepada dunia luar bahwa dirinya "mampu" -- usaha yang ia biasanya lakukan melalui orang lain. Dengan kata lain, rasa rendah dirinya memaksa dia untuk memperalat orang lain supaya ia merasa cukup berharga.

Seorang pelayan Tuhan yang memiliki rasa rendah-diri biasanya menimbulkan kesan kepada yang lain bahwa ia tidak terlalu tertarik pada manusianya tetapi hanya pada karya orang itu. Maksudnya, hubungannya dengan sesama bersifat pragmatis serta ditandai dengan penekanan pada manfaat. Rekan sekerjanya biasanya mengeluh bahwa individu tersebut kurang ada "pendekatan pribadi" dan bahwa individu itu hanya memerlukan "tenaga"nya saja. Pola berelasi ini sejajar dengan kepribadiannya yang berangkat dari titik kebutuhan. Jadi, hubungannya dengan sesama biasanya searah -- bagaimana ia tetap dapat menerima pemenuhan untuk kebutuhannya. Andaikan hubungan itu tampaknya dua arah, sebetulnya relasi itu tetap menjadi hubungan dua arah yang dangkal.

Langkah Pemulihan

Dalam bukunya *To Have or To Be*, Fromm (1976) menunjukkan bahwa masalah-masalah dalam kehidupan kita berkaitan dengan keinginan dasar kita untuk "memiliki" sehingga kita berhubungan dengan dunia kita berdasarkan asas "memiliki" ini. Ia menekankan bahwa rasa aman, percaya, dan identitas diri seharusnya dilandasi atas iman pada siapa kita ini seadanya serta atas kebutuhan kita untuk berelasi dengan dunia di sekitar kita; bukan pada keinginan untuk menguasai dunia yang akhirnya hanya membuat kita menjadi budak milik kita sendiri. Martin Buber (dikutip dalam Henderson, 1977) menegaskan, "Jika saya menghadapi seorang manusia sebagai 'Engkau'-nya aku dan berbahasa : 'Aku-Engkau' kepadanya, maka ia bukanlah suatu benda di antara benda-benda, dan tidak terdiri dari benda-benda" (h. 213).

Kecenderungan untuk memiliki dan mem-benda-kan manusia adalah satu sisi kepribadian pasif-bergantung yang perlu dipulihkan. Memang tidaklah mudah melepaskan objek penyelamat kita tetapi inilah yang kita harus lakukan jika kita ingin sungguh-sungguh pulih. Perintah agung Tuhan kita untuk mengasihi-Nya dengan segenap hati kita dan mengasihi sesama seperti diri kita, hanyalah dapat menjadi kenyataan tatkala kita belajar melepaskan genggaman kita. Tuhan yang kita layani dan sembah bukanlah objek atau "itu". Ia-lah subjek-pusat dari segala-galanya -- dan kitalah objek yang menanggapi inisiatif-Nya. Memang Tuhanlah penopang hidup kita, tapi Ia bukanlah sebuah tongkat kayu -- yang dapat kita gunakan kapan saja kita kehendaki dan singkirkan kapan saja kita tidak lagi membutuhkannya. Ia adalah penopang hidup kita karena Ia adalah Allah yang Maha Kuasa yang karena kemurahan-Nya sanggup dan mau menopang kita yang datang kepada-Nya dengan rendah hati.

Malony (1985) membedakan dua cara seseorang memeluk agamanya, yakni (cara) beragama yang defensif (*defensive religion*) dan (cara) beragama yang mengatasi (*coping religion*). Beragama yang defensif adalah di mana agama memang membuat seseorang merasa lebih baik tetapi sesungguhnya keadaannya semakin memburuk karena gangguan atau masalah yang dihadapinya malah semakin diperpanjang. Sebaliknya, beragama yang mengatasi membuat seseorang merasa lebih baik atau sehat dan sekaligus membawa kesembuhan sejati pada dirinya. Memperlakukan Tuhan dan sesama saudara seiman sebagai tongkat kayu adalah beragama yang defensif, membuat kita merasa tenang

tetapi sebenarnya ketenangan itu berdiri pada pemenuhan kebutuhan belaka. Beragama yang mengatasi adalah berani berhadapan dengan siapa diri kita seadanya, menerimanya, dan menyerahkannya kepada Tuhan untuk menerima pemulihan sejati. Malony (1985) mencoba memberi kita definisi tentang kedewasaan kristiani yang saya pikir baik untuk kita simak :

Orang-orang Kristen yang dewasa adalah mereka yang memiliki identitas, integritas, dan inspirasi. Mereka memiliki "identitas", artinya mereka memiliki kesadaran pribadi bahwa mereka adalah anak-anak Tuhan -- dicipta oleh-Nya dan ditetapkan oleh-Nya untuk hidup sesuai dengan rencana ilahi. Mereka mempunyai "integritas", artinya mereka menjalani kehidupan mereka sehari-hari dengan satu kesadaran bahwa mereka telah diselamatkan oleh anugerah Tuhan dari dosa dan bahwa mereka sekarang ini dapat secara bebas memberi respons kepada kehendak Tuhan. Mereka memiliki "inspirasi" artinya, mereka hidup dengan satu perasaan bahwa Tuhan selalu bersedia untuk memelihara, menghibur, menguatkan, dan memimpin hidup mereka hari lepas hari. Semua dimensi kedewasaan ini berhubungan dengan kepercayaan pada Allah Bapa, Allah Anak, dan Roh Kudus. Dimensi-dimensi ini berkaitan dengan doktrin-doktrin kristiani yakni penciptaan, penebusan, dan pengudusan. Dimensi-dimensi ini merupakan landasan kehidupan praktis sehari-hari. (h. 28)

Kita juga tidak akan dapat mengasihi sesama kita manusia jika kita, baik secara sadar atau tidak, menggunakan mereka untuk mengisi kekosongan dalam diri kita. Peck (1978) menjelaskan bahwa diagnosis "pasif" disejajarkan dengan istilah "bergantung" karena individu dengan kepribadian ini memusatkan perhatiannya pada apa yang orang lain dapat perbuat baginya dan tidak melihat apa yang dia sendiri dapat lakukan untuk dirinya. Ini bukan kasih, sebab kasih bersifat memberi -- bahkan memberi kebebasan kepada orang lain untuk tidak menerima kita.

Sebagaimana dipaparkan oleh Carlson (1988), definisi penghargaan-diri adalah kerelaan kita untuk tidak menjadi pusat dari kehidupan kita dan menerima fakta bahwa kita bernilai, dapat dikasihi, dapat ditebus oleh karena kita dicipta oleh Allah, ditebus oleh Anak-Nya, dan diberi kekuatan oleh kuasa Roh Kudus-Nya. Pernyataan ini sepiantas memang bernada teoritis dan ada kalanya tidak mudah bagi kita menerapkannya dalam kehidupan kita, apalagi tatkala kita sungguh merasakan kekosongan dalam hidup kita. Namun demikian, setiap anak manusia pada akhirnya harus menyadari dan menerima kesendiriannya (Yalom, 1980) dan dalam

kesendiriannya itu satu hal yang paling berharga ialah mengetahui bahwa ia adalah milik Tuhannya yang sudah menerima dan mengakuinya sebagai anak. Sesungguhnya, tidak ada pengetahuan lain yang lebih memerdekakan daripada pengetahuan ini! Rasa rendah-diri mendesak kita untuk menjadi pusat dan cenderung melakukan hal ini dengan cara yang halus dan tidak *blak-blakan*. Pengetahuan yang mendalam tapi liris bahwa kita secara pribadi sudah menjadi pusat perhatian Tuhan kita, adalah pengetahuan yang meneduhkan dan menenteramkan jiwa sanubari kita sehingga kita tidak perlu lagi berlari-lari ke sana ke mari, bagai anak ayam yang sedang mencari induknya. Kita sudah ditemukan oleh dan menemukan Induk Agung kita.

Duncombe (dikutip dalam Malony, 1985) berpendapat, kedewasaan kristiani berakibatkan "perasaan sejahtera yang memerdekakan" (lihat Tabel 1). Memerdekakan karena adanya penerimaan diri seadanya dan penyerahan diri seadanya kepada Tuhan membuah kesadaran diri yang tepat serta persepsi akan orang lain dan situasi luar yang tepat pula. Memerdekakan karena kita tidak usah lagi bersembunyi tatkala kita bergaul dengan Tuhan dan sesama kita. Dengan jujur kita dapat menyatakan siapa diri kita seadanya dan pergaulan dengan sesama kita menjadi mendarat serta jelas. Orang lain tidak perlu menduga-duga tentang kita lagi dan ini berakibatkan kejelasan dalam berkomunikasi.

Tabel 1
Akibat-akibat Iman
"Perasaan Sejahtera yang Memerdekakan"

Secara Pasif	Akibat Internal kesadaran diri	Akibat Eksternal- persepsi yang tepat-
Secara aktif	Ekspresi diri yang jujur	Interaksi yang realistik

Kesimpulan

Tugas seorang pelayan Tuhan, terutama hamba Tuhan, sangatlah tidak mudah dan banyak perangkap yang tersebar di mana-mana yang dapat menjeratnya jika ia tidak berhati-hati. Tidak ada profesi apapun di dunia ini yang secara segera memberi tempat kedudukan yang begitu

penting kepada seseorang, selain dari pada kursi hamba Tuhan. Kehormatan yang diberikan jemaat kepada pelayan Tuhan biasanya melambangkan rasa hormat mereka kepada Tuhan sendiri. Kehormatan yang mendadak dan besar ini dapat pula menelan seorang pelayan Tuhan, jika ia tidak berhati-hati. Terutama jika ia memiliki rasa penghargaan-diri yang lemah dan pasif-bergantung. Tanpa disadarinya, ia dapat masuk ke dalam perangkap percaya-diri dan kesejahteraan yang sebetulnya semu.

Max Lucado (1992), seorang hamba Tuhan yang melayani di Texas, tatkala ditanya oleh majalah *Leadership*, mana yang lebih berbahaya bagi seorang hamba Tuhan, sukses atau kegagalan, tanpa ragu-ragu ia menjawab, sukses! Alasannya sederhana tapi tepat, tatkala kita terlalu sering menerima pujian betapa hebatnya pelayanan kita, cepat atau lambat, kita mulai mempercayai komentar orang bahwa kita sungguh-sungguh hebat. Tuhan tidak pernah keliru menciptakan manusia -- semua sesuai dengan rencana-Nya -- tapi kitalah yang acapkali berpikir bahwa Tuhan keliru menciptakan kita. Kita sering mengira bahwa kita seharusnya menjadi seperti si A atau si B dan kita pun menganggap seolah-olah karya Tuhan atas diri kita belumlah lengkap atau komplit. Akibatnya, kita senantiasa berupaya memperbaiki diri dan memperbaiki diri.

Saya harap pembaca mengerti bahwa saya di sini bukan mencanangkan bahwa memperbaiki atau memajukan diri itu keliru. Itu bukan maksud saya. Yang saya tekankan di sini adalah suatu sikap hidup yang tidak pernah puas menerima keadaan diri seadanya. Jadi saya kira, yang penting adalah keseimbangan antara menerima karya dan karunia Tuhan atas diri kita dan menggunakan kesempatan yang ia berikan untuk mengasah karunia-karunia-Nya itu. Untuk mengakhiri risalah ini, perkataan bijaksana dari St. Francis de Sales mungkin bermanfaat bagi kita semua: "Jangan mengharapkan menjadi siapa-siapa selain dirimu sendiri, dan usahakanlah menjadi dirimu itu sesempurna mungkin."