

Masalah

Keingin-Sempurnaan



**WAWASAN
PENABUR**

Masalah Keingin-Sempurnaan

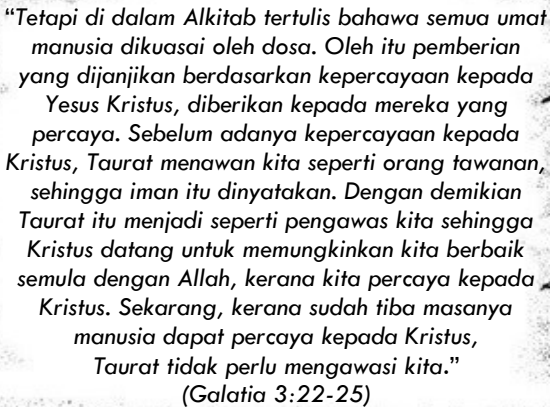
Tajuk	: Masalah Keingin-Sempurnaan
Penulis	: Dr Lee Bee Teik Friends of the Bridegroom ©1999
Penterjemah	: Steffisley Mosingki
Penyunting	: Randy Singkee
Reka Bentuk	: Chiang Juat Chin
Penerbit	: Wawasan Penabur Sdn Bhd

Dr Lee Bee Teik (MBBS, Monash University) adalah seorang doktor perubatan terlatih sebelum mengambil keputusan untuk meninggalkan kerjayanya untuk menjadi seorang suri rumah penuh masa. Beliau adalah isteri kepada Rev Dr Hwa Yung, Bishop Emeritus Gereja Methodist di Malaysia dan mereka mempunyai 3 orang anak yang sudah dewasa. Pada tahun 1992, Tuhan memanggilnya ke dalam pelayanan penulisan dan beliau telah menulis banyak buku tentang doa serta isu-isu yang dihadapi oleh manusia. Beliau mengasaskan Reconre Ministries, sebuah pelayanan yang melayani hamba-hamba Tuhan penuh masa melalui pelayanan kaunseling dan retreat.

Hakcipta © 2013 Wawasan Penabur Sdn Bhd

Tiada bahagian dalam buku kecil ini boleh digunakan atau dihasilkan dalam cara atau bentuk apa-apa sekali pun tanpa kebenaran bertulis daripada penulis/penerbit kecuali sebagai petikan ringkas dalam artikel/risalah dan ulasan.

Masalah Keingin-Sempurnaan



“Tetapi di dalam Alkitab tertulis bahawa semua umat manusia dikuasai oleh dosa. Oleh itu pemberian yang dijanjikan berdasarkan kepercayaan kepada Yesus Kristus, diberikan kepada mereka yang percaya. Sebelum adanya kepercayaan kepada Kristus, Taurat menawan kita seperti orang tawanan, sehingga iman itu dinyatakan. Dengan demikian Taurat itu menjadi seperti pengawas kita sehingga Kristus datang untuk memungkinkan kita berbaik semula dengan Allah, kerana kita percaya kepada Kristus. Sekarang, kerana sudah tiba masanya manusia dapat percaya kepada Kristus, Taurat tidak perlu mengawasi kita.”
(Galatia 3:22-25)

Sebelum ini, saya berfikir orang yang terlalu mementingkan kesempurnaan (*perfectionist*) adalah pekerja cekap yang mampu menghasilkan hasil kerja yang sempurna. Sebagai seorang yang bersifat santai dan susah mengendalikan perincian, saya tidak dapat melihat diri saya masuk dalam kategori orang yang mementingkan kesempurnaan. Akan tetapi, pada tahun 1991 Allah menunjukkan bahawa saya juga turut menghidap “jangkitan” ini. Keingin-sempurnaan adalah

2 Siri Kaunseling Pastoral

seperti satu penyakit yang berjangkit. Ia boleh disebarkan kepada orang di sekeliling kita, terutama sekali kepada mereka yang berada di bawah kita. Sewaktu Tuhan mendiagnosis pandangan saya yang salah mengenai Allah, diri sendiri dan orang lain, saya merasakan seolah-olah Dia sedang melakukan pembedahan emosi dan mental ke atas diri saya.¹

Berminggu-minggu lamanya saya di dalam kebingungan ketika melakukan rutin harian di rumah. Kadang-kadang saya akan menangis tanpa kawalan, ada masanya pula saya ingin bersendirian. Saya merasakan seperti sedang berbaring di hadapan Allah yang sedang melakukan pembedahan ke atas diri saya. Tidak lama kemudian, emosi saya kembali stabil dan saya merasa seperti telah menjalani sebuah pembedahan yang berjaya. Saya berasa sangat penat tetapi penuh dengan sukacita. Saya lega kerana akhirnya, saya memahami mengapa timbul corak fikiran yang tidak sihat di dalam hidup saya.

Ia mengambil masa selama lebih kurang dua tahun sebelum saya sedar akan perubahan tentang pandangan saya terhadap Allah, diri sendiri dan orang lain. Saya gembira kerana menjadi seorang bayi kecil di tangan Bapa sekali lagi. Pembaharuan fikiran dan perubahan hidup yang dilakukan oleh Roh Kudus mengambil masa. Pengajaran tersebut menjadikan saya lebih bersabar kepada orang lain dan diri sendiri.

Tuhan membuka mata saya agar saya mampu melakukan diagnosis yang sama kepada orang lain di sekeliling saya. Ada sukacita bagi mereka yang mencari pertolongan. Bagi

mereka yang memilih untuk kekal seperti sedia kala, perangkap keingin-semburna akan terus-menerus membawa derita kepada diri sendiri dan orang tersayang. Objektif saya di dalam menulis buku ini (dengan menggunakan nota-nota ceramah D.A. Seamands) adalah untuk membantu para pembaca, termasuklah orang Kristian, supaya menyedari akan 'penyakit' yang lazim ini. Harapan saya adalah agar anda akan menerima kurnia penyembuhan-Nya. Untuk maklumat lanjut tentang dinamik keingin-semburna, sila rujuk buku D. A. Seamands yang bertajuk *Healing Grace*.²



Keingin-Sempurnaan

Keinginan untuk menjadi sempurna adalah sifat baik yang Allah telah tanamkan di dalam kita. Akan tetapi, semenjak daripada kejatuhan manusia, ia telah menjadi suatu kelakuan yang sumbang. Keingin-semburna menjadi satu gaya hidup yang berasaskan kepercayaan bahawa kesempurnaan agama dan moral mampu dicapai di dalam kehidupan seharian. Oleh itu,

4 Siri Kaunseling Pastoral

seorang yang terlalu mementingkan kesempurnaan akan sentiasa merasa tertekan dan kecewa dengan kegagalan mereka atau orang lain kerana kesempurnaan tidak mungkin dapat dicapai di dunia ini. Corak fikiran, perasaan dan tabiat yang tertentu mampu memberikan seseorang pandangan dunia yang pincang.

Pada dasarnya:

Yang sempurna	<i>telah menjadi</i>	Sebuah berhala
Satu realiti	<i>telah menjadi</i>	Satu peniruan bagi kerohanian sebenar kerana kepercayaan ini menjadikan seseorang itu terlalu teliti dan kritikal untuk mendapatkan penerimaan. Ini BUKAN kasih kurnia.
Yang diterima	<i>telah menjadi</i>	Yang dicapai.
Satu pemberian syurgawi	<i>telah menjadi</i>	Satu hadiah yang dicapai oleh manusia.
Pencarian untuk kecemerlangan	<i>telah menjadi</i>	Pergelutan untuk kekuasaan.
Sebuah hubungan yang tidak layak diterima (diberikan secara percuma kepada Adam dan Hawa)	<i>telah menjadi</i>	Satu ikatan yang berhak diterima (satu hubungan yang melihat berkat Allah didapati kerana kerja kerasnya, melahirkan sikap bersaing dengan orang lain).
Tangan kosong yang terbuka	<i>telah menjadi</i>	Penumbuk yang digenggam erat.

Sesungguhnya,

“Permulaan hikmat adalah takut akan TUHAN (Allah yang benar), dan mengenal Yang Maha Kudus adalah pengertian.” (Amsal 9:10)

Tetapi

“Takut akan tuhan yang salah (terutama sekali bila dia berkelakuan seperti Firaun) adalah permulaan bagi neurosis.” (D.A. Seamands)

Keingin-semburnaan Menurut Pandangan Teologi

Anda tidak seharusnya berpegas di dalam bahagian ini. Ambil waktu untuk membaca dan memahami. Berdoalah sewaktu anda sedang membaca dan benarkan Roh Kudus untuk menjadi Guru anda.

Kesempurnaan yang Alkitabiah adalah suatu tahap kematangan dan kekudusan di mana kesempurnaan Kristus diberikan kepada kita melalui Roh Kudus. Roh Kudus membolehkan kita untuk menjalankan satu kehidupan yang penuh kemenangan mengalahkan dosa, serta menikmati hadirat Allah di muka bumi ini. Sama seperti pembenaran (pengendalian dosa kita melalui kematian Yesus di pihak orang berdosa), ia adalah **satu kurnia Allah**.

Kesempurnaan Yesus yang kita terima melalui iman, adalah soal sebuah hubungan. Ia tidak bergantung kepada prestasi kita tetapi kepercayaan akan karya

Yesus. Proses ini mempunyai beberapa nama, seperti hidup yang lebih tinggi, ataupun dipenuhi dengan Roh Kudus.

Malang sekali, frasa-frasa ini mampu menyesatkan kita. Ada orang Kristian yang berpuas hati untuk hidup hanya “di tahap yang lebih rendah” ataupun “separuh penuh” dengan Roh Kudus. Proses menerima kesempurnaan Yesus ini adalah rancangan dan kehendak Allah bagi semua orang Kristian. Ia BUKAN satu pilihan!

Kematangan sejati yang kian bertambah adalah kejayaan sebenar di dalam pencarian kecemerlangan kita yang penuh kesyukuran kerana diterima dan disayangi seadanya oleh Allah, *iaitu “Saya ingin menjadi yang terbaik kerana Dia sangat mengasihi saya”*.

Insentif untuk menjadi yang terbaik bagi-Nya bukanlah satu rasa bersalah. Allah menggunakan rasa bersalah untuk orang bukan Kristian sebelum mereka mempercayai Yesus. (Bandingkan Yohanes 3:16-17 dengan panggilan Yohanes pembaptis untuk pertaubatan di dalam Lukas 3:3). Untuk memperbaharui fikiran kita di dalam hal ini, kita perlu:

- Mendisiplinkan diri dengan meluangkan masa bersendirian secara berkala di dalam hadirat-Nya.
- Menyelubungkan diri dengan kasih kurnia-Nya meskipun kita dipenuhi dengan kehancuran.
- Merasakan jaminan kasih perjanjian-Nya agar hati kita akan terdorong untuk bersyukur kepada-Nya.

Tidak ada jalan pintas. Kita mempunyai kecenderungan yang kuat untuk berfikir bahawa kita mampu mencapai

kematangan rohani melalui usaha kita sendiri. Kita sering terlupa bahawa kematangan rohani adalah sesuatu yang diterima, bukan dicapai, iaitu ketika Dia mengubah kita di dalam hadirat-Nya. Oleh itu, seorang Kristian yang datang mendapatkan kaunseling yang enggan datang kepada Dia untuk perlindungan tidak akan mengalami perubahan yang besar. Mereka yang was-was akan pembenaran (tidak pasti akan keselamatan yang lengkap dan kekal meskipun dengan kata-kata Yesus di dalam Yohanes 10:27-30 dan 17:12) dan terus mengejar kekudusan sendiri, sebenarnya adalah orang yang mementingkan keingin-semburnaan. Mereka berusaha dengan keras untuk menjadikan diri mereka boleh diterima oleh Allah. Mereka menggunakan usaha dan pencapaian untuk mengukur hubungan mereka dengan Allah. Sikap ini membawa kepada kecenderungan mereka untuk meletakkan:

Prestasi	di atas	hubungan dengan Allah
Tingkah laku	di atas	iman
Pekerjaan amal	di atas	kepercayaan
Memperoleh	di atas	menerima
Usaha	di atas	penyembahan

Kristian yang mementingkan keingin-semburnaan secara keterlaluan (*neurotik*) cenderung untuk hidup di bawah ikatan “harus” dan “mesti”. Mereka mencuba untuk meredakan kerisauan mereka akan tidak mampu mencapai matlamat dengan rasa rendah diri yang palsu. Mereka mengatasi kerisauan dengan:

- Merendah-rendahkan diri sendiri (adalah lebih tidak menyakitkan kalau kita mengkritik dan menolak diri sendiri daripada ditolak oleh orang lain).

- Penekanan yang keterlaluan ke atas doktrin, tugas, hukum-hukum dan peraturan, pendirian, piawaian dan isu-isu.
- Mereka juga menderita perubahan angin (*mood*) yang tidak stabil.

Ramai orang Kristian yang menggunakan kasih kurnia dan menjadikannya kepada prestasi yang boleh diukur, misalnya pertaubatan, Kelas Alkitab, doa, pelayan tambahan di gereja, pelayan Kristian sepenuh masa dan sebagainya. Sebagai contoh, jika mereka terlepas untuk melakukan masa teduh selama beberapa hari, mereka berasa ditolak. Perasaan negatif ini boleh menjadikan mereka berasa menyampah dan mengelakkan diri daripada orang lain kerana perasaan benci akan diri sendiri. Mereka beranggapan Allah sangat marah kepada mereka, oleh itu mereka memilih untuk menjauhi Dia.

Secara perlahan-lahan, gaya hidup sedemikian akan membawa kepada kekecewaan mutlak, tekanan emosi dan rohani, ataupun pemuluan diri daripada orang ramai, situasi di sekeliling dan juga Allah.

Soalan:

1. Adakah kita prihatin kepada mereka yang terperangkap di dalam situasi ini? Adakah kita sanggup secara berterusan meyakinkan mereka akan penerimaan kita terhadap mereka? Adakah penjagaan ini ditingkatkan oleh gereja-gereja yang beroperasi seperti sebuah syarikat ataupun oleh gereja-gereja yang dijalankan secara kekeluargaan?

2. Adakah ini sebabnya mengapa ramai orang Kristian memilih untuk menjadi pemimpin-pemimpin biasa daripada menjadi pastor sepenuh masa, agar mereka mampu lepas tangan dengan mudah apabila tugas-tugas gereja kelihatan terlalu membebankan?

Ramai yang tidak mampu menanggung “beban biasa” di dalam kerja-kerja Kristian. Mereka mungkin menafsir prestasi pekerjaan yang berpatutan sebagai satu tuntutan yang keterlaluan. Oleh itu, mereka berhati-hati supaya tidak terperangkap di dalam “pelayanan sepenuh masa”.

Di dalam hubungan yang lebih dekat, seperti dalam perkahwinan atau teman sekerja, masalah mungkin timbul ekoran daripada corak fikiran, percakapan ataupun kelakuan seperti:

- a. Percakapan sendirian yang lazim – *“Langkah mayatku dulu, sebab aku tahu itu yang kamu juga akan lakukan.”*
- b. Terlalu sensitif terhadap pengiktirafan ataupun penolakan daripada orang lain. Kenyataannya, orang lain mungkin langsung tidak perasan akan kewujudannya.
- c. Sikap terlalu kritikal terhadap orang lain. – *“Saya merasa lebih baik jika saya dapat membuktikan bahawa kamu adalah salah, kerana ketidak-sempurnaan kamu menunjukkan saya adalah lebih baik.”* ataupun *“Bukan saya saja yang salah!”*
- d. Apabila ditegur oleh orang kerana sikap dan kata-kata yang diucapkan, mereka akan merasa lebih teruk, merasa sangat dibenci – kemudian kitaran yang buas akan kembali lagi. Corak tingkah-laku ini

mungkin berputar ke dalam perangkap rasa kasihan diri, marah atau membenci diri sendiri.

- e. Mudah naik marah kepada orang lain, terutamanya pasangan hidupnya sendiri, apabila mereka tidak diterima seadanya. Mereka bertindak balas secara keterlaluan untuk menunjukkan yang mereka adalah lebih baik daripada apa yang orang lain fikirkan, ataupun menganggap pasangan mereka sebagai sama-sama teruk (iaitu perasaan “tak cukup baik” dilegakan dengan fikiran “bolehlah”).

“Orang yang terlalu mementingkan kesempurnaan adalah mereka yang memikul derita yang besar ke atas diri sendiri (masalah yang menyakitkan) lalu memberikan penderitaan itu kepada orang lain.”

~ D.A. Seamands

Masalah wujud di dalam darjah yang berbeza-beza. Tetapi kita semua memiliki “jangkitan maut” keinginan-kesempurnaan sehingga Allah mengambil kita daripada kehadiran dosa. (Kita telah diselamatkan daripada dosa dan sedang diselamatkan daripada kuasanya, tetapi kita masih belum lagi diselamatkan daripada kehadiran dosa.)

Perkara terakhir yang akan mati di dalam kita adalah anggapan bahawa kita mampu menyumbang kepada keselamatan diri sendiri. Kita hanya akan menyedarinya sewaktu kita bertemu ajal. Akan tetapi, berita yang menggembirakan adalah kebangkitan menanti umat Allah! Oleh itu, biarlah orang yang terlalu mementingkan kesempurnaan yang sedang menuju kepada kesembuhan mencari kekuatan Allah demi mengelakkan tuduhan

kedagingan ini daripada menyesatkan mereka kepada dosa. Mungkin kata-kata penulis kidung agung akan menggemakan fikiran mereka...

Batu Karang Yang Teguh (Rock of Ages)

*Batu Karang yang teguh,
Kau tempatku berteduh,
Kar'na dosaku berat dan kuasanya menyesak.
Oh bersihkan diriku,
Oleh darah lambung-Mu.*

*Walau aku berjerih dan menangis tak henti,
Apapun usahaku tak menghapus dosaku.
Hanya oleh korban-Mu,
Kau s'lamatkan diriku.*

*Tiada lain ku pegang, hanya salib dan iman;
Dalam kehampaanku, ku dambakan rahmat-Mu
Tanpa Dikau, Tuhanku,
Tak 'kan hidup jiwaku.*

*Bila tiba saatnya ku tinggalkan dunia
Dan Kau panggil diriku ke hadapan tahta-Mu.
Batu Karang yang teguh,
Kau tempatku berteduh.*

Augustus M Toplady, 1776

Bukan kasih kurnia sahaja yang Allah berikan secara percuma, tetapi keinginan kita untuk memilih-Nya juga turut Dia berikan dengan percuma. Satu-satunya penawar

12 Siri Kaunseling Pastoral

yang mampu menyembuhkan keingin-semburnaan ini adalah kasih kurnia Allah di dalam setiap bahagian diri kita.



Matlamat Allah Bagi Anak-Anak-Nya³

1 Dirinya Kita yang Unik (potensi sendiri di dalam Kristus)

Persona seorang manusia adalah personaliti Kristus yang dirancang oleh Allah untuk Adam dan Hawa. Potensi manusia lahir bersama beberapa kurnia semulajadi. Dengan kurniaan tersebut wujud keperluan-keperluan khusus manusia. Kurnia-kurnia yang Allah berikan akan berkembang apabila keperluan tersebut dipenuhi, dan keperluan tersebut hanya dapat dipenuhi oleh kasih kurnia orang tua (belas kasihan yang tidak bersyarat). Akan tetapi, sejak kejatuhan manusia, perkembangan seseorang insan mengambil tempat melalui kasih kurnia yang telah rosak orang tuanya.

Beberapa contoh:

- Di dalam budaya tradisi Cina, kejayaan luaran, kehebatan, kebaikan, wang ataupun pendidikan keluarga mengatasi semua pertimbangan masa

hadapan. Falsafah ini menilai orang, terutamanya kanak-kanak, di mata ibu bapa mereka berdasarkan apa yang mampu mereka berikan kepada ibu bapa dan orang yang lebih tua.⁴ Oleh itu, kasih kurnia bukan sebuah norma.

- b. Di dalam kepercayaan agama Hindu, *Karma* ialah pengumpulan perbuatan-perbuatan baik yang dilakukan di dalam dunia ini dan *Samsara* ialah kelahiran semula mengikut *karma* seseorang. Manakala *Moksha* pula ialah pembebasan mutlak daripada kitaran hidup ini dan bebas daripada *karma*, dan ia selalunya disifatkan sebagai “satu keadaan di mana roh sudah kehilangan identiti dirinya sendiri (lupa diri) dan mahukan tuhan sahaja”.⁵ Setiap orang berusaha untuk memasuki *Moksha* melalui *Karma* yang baik.
- c. Di dalam ajaran Kristian, persona diri yang telah jatuh adalah keinginan untuk berdikari daripada apa yang Allah Pencipta miliki untuk kita. Persona ini harus mati. Akan tetapi, ia tidak seharusnya digantikan kepada “kekosongan”, tetapi diisi dengan keinginan dan hadirat Allah, Pencipta dan Pereka seorang insan. Ini adalah kerana Allah menginginkan persekutuan dan persahabatan dengan kita.

Akan tetapi, mereka yang berada di dalam Kristus tidak akan berhenti daripada memiliki personaliti diri asal yang unik. “Mati kepada diri sendiri” bermaksud untuk menerima kehendak Allah bagi hidup kita sepenuhnya. Dengan demikian, mereka menjadi

lengkap dengan apa yang menjadi rancangan asal Allah bagi mereka. Diri yang sebenar hanya akan sempurna apabila ia diubah menjadi gambaran sebenar Allah yang hidup.

Agape (kasih Allah) diperlukan untuk menjadikan perubahan ini menjadi kenyataan di dalam hidup manusia fana yang diselamatkan oleh kasih kurnia. Ia juga diperlukan untuk memujuk dan mengasuh anak-anak. Walau bagaimanapun, kita harus berhati-hati agar tidak memanjakan anak-anak di dalam usaha kita menyayangi mereka. Kasih agape juga meliputi disiplin, tunjuk ajar dan mengaris-batasi untuk jenis kasih sayang ini diterima.

2 Cara Kerosakan Kasih Kurnia Orang Tua Dialami Secara Langsung Atau Tidak Langsung

Seorang kanak-kanak membesar dengan keperluan untuk dimiliki; yakni untuk mempunyai asal usul. Insan yang dipercayakan untuk membantu mereka menerima perasaan dimiliki selalunya melakukan kesilapan, menyebabkan kanak-kanak tersebut tidak mengalami jaminan yang sempurna di dalam keluarga.

Apabila keperluan seorang kanak-kanak tidak dipenuhi, dia tidak mampu membezakan aspek kerosakan kasih kurnia orang tua yang didedahkan kepadanya secara logik. Dia hanya merasakannya, dan jika tidak didorong untuk membicarakannya, dia akan bertindak menurut apa yang terbaik dalam pandangannya sendiri (seperti yang dibincangkan dalam buku *Penyembuhan Trauma Zaman Kanak-Kanak*)⁶. Ada yang membesar dengan baik, tetapi ada juga yang terjebak di dalam jenayah, sakit mental

ataupun psikosis. Kesan-kesan negatif adalah lebih besar sekiranya mangsa pernah mengalami penderaan secara langsung di zaman kanak-kanaknya.

Di dalam perkembangan “siapakah diri saya” (identiti diri), seksualiti adalah sebahagian daripada identiti seseorang. Oleh itu, bagi kes-kes penderaan seksual, terutamanya sumbang mahram, mangsa tidak mampu menerima diri sendiri sebagai seorang insan yang lengkap. Ia seakan-akan sebahagian daripada tubuhnya telah “diambil” tanpa kebenaran mereka. Kod-kod moral yang telah ditetapkan oleh Allah Pencipta (sama ada mereka mengenali Dia ataupun tidak) telah dicabul.

Keluarga Kristian yang tidak penyayang serta mengamalkan legalisma yang keterlaluan akan menghasilkan sisa yang sama seperti mereka yang bukan Kristian. Kanak-kanak mungkin dipaksa untuk mengambil bahagian di dalam aktiviti keagamaan. Apabila seseorang dipaksa untuk melakukan sesuatu di luar keinginan mereka (paksaan), imej orang yang memaksanya itu akan dimateraikan ke atas dirinya secara langsung. Kesannya, diri sebenar kanak-kanak itu akan menjadi semakin kurang. Paksaan boleh berlaku secara halus (dan tidak semestinya diakui) melalui pengaruh rakan sebaya, media dan budaya popular. Secara semula jadi, kita lebih gemar untuk mempunyai pilihan untuk menolak pengaruh-pengaruh tersebut. Akan tetapi, apabila kita menerima mereka di luar keinginan diri, ia mungkin agak memalukan bagi kita untuk mengakui bahawa kita dipaksa untuk menerima idea-idea tertentu kerana kita terlalu lemah untuk mempunyai pendirian sendiri.

3 Pembentukan Satu Kehebatan Diri Yang Palsu

Oleh kerana diri sebenar mereka tidak diterima seadanya, anak tersebut menyalurkan tenaga untuk membesar menjadi orang lain – agar dia akan diterima. Dia mahu menjadi seorang yang hebat (*super-self*) serta mencari kegemilangan. Sejak daripada kejatuhan manusia, pencarian ini telah wujud di dalam diri kita semua. Diri yang diunggulkan menjadi tujuan utama. Ia menghabiskan semua tenaga emosi dan rohani kita, sama ada di dalam kerjaya Kristian atau pun sekular. Terdapat ramai pastor yang menjadi *superstar* manakala orang lain bermain politik untuk mengagumkan ahli gereja mereka.

Ekspresi bagi cita-cita yang salah ini mampu wujud dalam pelbagai bentuk. Yang paling lazim adalah persaingan, perasaan cemburu, dominasi, penyisihan diri daripada orang ramai kerana takut akan kegagalan, sifat suka menurut ataupun memiliki sikap alas kaki (selalu dipijak orang).

“Saya adalah unik”

- ↳ bertukar kepada “Saya istimewa kepada seseorang”
- ↳ bertukar kepada “Saya lebih baik daripada orang lain” (masalah).

Kemudian,

“Keperluan saya”

- ↳ menjadi “Hak untuk saya menuntut ke atas orang lain”
- ↳ menjadi “Saya berhak ke atas kepunyaan anda” (masalah)

Oleh itu, *diri saya yang sebenar* (sesuatu yang peribadi)

yang Allah ciptakan, tersesat dan diasingkan daripadadirinya yang potensi besar (sesuatu yang awam)

Inilah sebabnya mengapa di dalam hati setiap insan terdapat kesepian diri yang teramat sangat. Terdapat satu konflik tujuan “untuk menjadi diri sendiri ataupun tidak”.



Berhenti sejenak untuk membuat renungan di dalam hadirat Tuhan sebelum anda meneruskan pembacaan.

Sebagai perbandingan, untuk berkembang di dalam Kristus adalah untuk berkembang di dalam persekitaran kasih kurnia – kasih sayang, penerimaan, penantian yang lembut, penuh sabar bagi perubahan melalui perkembangan di dalam komuniti-Nya.

Satu hari nanti, kehebatan diri ini harus mati. Inilah yang dikatakan oleh Alkitab sebagai mati kepada *kematian Diri*. Inilah salib yang Yesus maksudkan di dalam Matius 10:34-39. Ia adalah pengorbanan diri kepada kepercayaan yang diluahkan di dalam fikiran, “*Saya memiliki sesuatu untuk disumbangkan kepada diri saya sendiri*”. Yesus menunjukkan kita penyerahan sepenuhnya kepada kehendak Allah apabila Dia berdoa di Taman Getsemani, “*Tetapi janganlah turut kehendak-Ku, melainkan kehendak Bapa sahaja.*” Dia taat dan kehendak Bapa-Nya terlaksana melalui Dia. Dia melakukannya bagi kita agar kita juga mampu berserah kepada Allah.

Kadang-kadang Allah akan membawa kita kepada peringkat di mana harapan dan bantuan seakan-akan

sudah tidak ada sebelum kita mengakui kebenaran ini kepada-Nya – bahawa hanya dengan kasih kurnia-Nya kita dicipta dan diselamatkan, hanya dengan kasih kurnia-Nya kita kini bernafas, berkhidmat/melayani dan menikmati hidup! Patutlah si penulis kidung agung *Amazing Grace* berkata:

*Ajaib benar anugerah-Mu
Pembaru hidupku!
Ku hilang, buta bercela
Oleh-Nya ku sembuh.*

Sesungguhnya

*Betapa indah, betapa mulia
Kasih Penyelamatku kepada aku!
Haleluyah kepada Domba Allah
Yang mengambil dosa kita!*



4 Ciri-ciri Utama Kehebatan Diri (*Super-Self*)

- a. Keinginan untuk menjadi sempurna, ingin menyenangkan orang lain.

Selalunya, pihak yang lain juga turut terjejas kerana mereka sendiri tidak mengetahui apa yang sebenarnya mereka inginkan daripada kita. Tambahan lagi, percakapan sendiri “*Kalaulah saja...*” membawa kehampaan kepada orang yang terlalu mementingkan kesempurnaan kerana ia membuatkan mereka menjalani hidup dengan penyesalan kerana kesilapan lampau yang tidak mampu dibatalkan.⁷

- b. Keutamaan yang terherot.

Ini selalunya muncul sebagai penekanan yang

keterlaluhan kepada perkara yang dengan sendirinya adalah pemberian yang baik: kecantikan, keolah-ragaan, kebolehan intelek, sukan, riadah, harta benda, ataupun kejayaan (termasuklah keutamaan-keutamaan kerohanian). Mereka yang membantu orang miskin serta mengejar gaya hidup ringkas juga tidak terkecuali kerana mereka mungkin berasa lebih hebat kerana berbeza dari yang lain.

Kita mungkin bertanya, *“Mengapakah saya tidak mampu melepaskan keutamaan-keutamaan yang pincang ini?”* Jawapannya adalah: *“Jika saya melepaskannya – walaupun ia adalah perkara yang teruk – saya hanya akan menjadi orang biasa!”* Manusia yang telah jatuh tidak mahu membuat pilihan untuk menjadi “orang biasa”!

Di dalam Yohanes 1:29-34, Yesus kelihatan sangat “biasa” sehinggalah sepupu-Nya selama 30 tahun, Yohanes Pembaptis, sukar mempercayai bahawa Yesus itulah Domba Allah. Dia tidak tahu bahawa Yesus, sepupunya adalah sangat istimewa di dalam rancangan keselamatan Allah bagi dunia sehinggalah dia melihat tanda seekor burung merpati turun ke atas Yesus.

c. *Mereka memerlukan kambing hitam.*

Anda mungkin bertanya, *“Sebagai seorang yang terlalu mementingkan kesempurnaan, saya harus hidup dengan realiti kekurangan dan kegagalan saya. Tetapi bagaimana saya mengatasi ciri-ciri semula jadi saya yang tidak menarik?”* Satu-satunya jalan keluar semula jadi daripada dilema ini adalah untuk mengekalkan

mitos kehebatan diri dengan menyalahkan pihak lain, sama ada insan mahupun institusi-institusi. Tidak ada cara lain untuk mengekalkannya kerana jika saya melepaskan kambing hitam tersebut, saya tidak mempunyai perlindungan lagi.

berkata “*Lihatlah Anak Domba Allah yang menghapus dosa dunia!*” (Yohanes 1:29). Umat Kristian tidak memerlukan seekor kambing hitam kerana kita mempunyai Domba Allah. Kita boleh menjadi jujur dengan kegagalan kita (bukan secara pamer raga tetapi secara realiti) kerana Dia telah menutupi kita dengan kebenaran-Nya. Yesus telah melakukan segalanya yang diperlukan untuk menjadi sempurna bagi kita. Inilah berita baik itu (1 Petrus 2:24,25).

d. *Amarah yang perlu untuk membuktikan bahawa diri kita benar.*

Setiap orang yang terlalu mementingkan kesempurnaan seakan-akan mempunyai keperluan ini. Kadang-kadang, ia akan menjadi satu amarah/berang yang ditujukan kepada seseorang – sama ada kepada diri sendiri, orang lain dan/atau pun Allah. Inilah sebabnya mengapa pengampunan adalah sangat penting. Hadapilah amarah anda bersama-sama Allah. Berwaspadalah kepada:

- Minat yang keterlalu ke atas sebab yang baik untuk dipertahankan.
- Rasa ketidak-adilan yang keterlalu secara berpanjangan.
- Keperluan “untuk membetulkan.” Ini bermaksud “*Saya harus membuktikan diri saya benar*”.

Sebenarnya: Allah akan membawa keadilan menurut waktu dan cara-Nya. Kita harus menjadi rendah diri dan lembut. Sikap “*Saya harus melayani dengan kekuatan diri saya sendiri*” adalah salah. Terdapat ramai yang menganggap kelemah-lembutan sebagai satu kelemahan, sedangkan kelemah-lembutan itu adalah benar-benar satu pemberian yang indah daripada Allah. Dr D.A. Seamands dengan tepat menggambarkan sikap mementingkan diri seorang yang terlalu mementingkan kesempurnaan melalui seni kata yang dinyanyikan menurut nada lagu kidung agung Besar Setia-Mu (*Great is Thy Faithfulness*):

Besar Setia-ku

Dari: *The Perfectionist's Hymn of Praise*

D.A. Seamands ©

Penerbit: Hopelessness Publishing Company

Besar setiaku, Allah Majikanku!

Tak ada bayang ikut denganku.

Ku tak berubah harapan-Mu tak ku gagal

Sempurna dan tetap selamanya.

Besar setiaku, besar setiaku,

Tiap hari nampak kerja baru.

S'gala yang ku perlu s' muanya ada

Besar setiaku o Tuhanku

Soalan:

Adakah anda serupa dengan yang seni kata lagu di atas?

5 Kezaliman “Keharusan”

Apabila seseorang menyedari bahawa dia tidak mampu menjadi seorang yang hebat yang dia idamkan (jangkaan diri yang tidak realistik, tidak munasabah dan sangat mustahil untuk dicapai), dia akan berkubang di dalam kekecewaan, tekanan, kemurungan dan amarah terhadap rasa ketidak-adilan. Selalunya, amarah dihasilkan untuk melawan diri sendiri, orang lain dan Allah kerana suara hati yang pincang menghantui mereka dengan: “*Kamu tak cukup bagus!*”

Oleh kerana piawaian “cukup bagus” tidak mungkin dapat dicapai, mereka mengalami perasaan geram yang sangat dalam terhadap gambaran Allah yang pincang dan tidak adil... “*Tuhan, mengapa... MENGAPA Engkau menjadikan aku seperti ini?*” Lebih menyedihkan kerana sikap ini selalunya membawa kepada perkara-perkara lain...

6 Derita, Penghinaan, Kebimbangan dan Kemarahan

Bagi umat Kristian yang jujur, semua perasaan negatif ini akan membawa kepada...

7 Keyakinan Diri yang Rendah (Penilaian Diri)

KEANGKUHAN +	IMEJ DIRI	=	KEYAKINAN DIRI
(Jenis yang salah)	YANG RENDAH		YANG RENDAH
	(Tinjauan)		(Nilai)

Bagi orang yang seperti ini, setiap khidmat yang dilakukan harus dipuji secara umum (agar mereka

mampu mendapatkan perasaan positif dan merasa gembira). Yesus menunjukkan kebenaran ini berkenaan orang Farisi.

Tidak salah untuk ingin merasa gembira. Allah menginginkan kita untuk bersukacita di dalam-Nya. Apa yang salah adalah pendekatan yang diambil untuk merasa gembira. Jika kita tidak mampu hidup gembira tanpa sesuatu ataupun seseorang, kecuali Allah, maka itu adalah sebuah ketagihan. Bagi mereka yang terlibat dalam pekerjaan penjagaan orang seperti jururawat, pekerja sosial, pastor atau misionaris, perkara ini sering dipandang sebagai sindrom ingin memiliki. Mereka ingin merasa diperlukan oleh orang lain. Orang yang terlalu mementingkan kesempurnaan yang terluka berkemungkinan akan terjebak di dalam satu kitaran sikap.

Daripada: merendah-rendahkan diri sendiri
dan menuduh diri



kepada menyalahkan diri dan cuba menebus diri sendiri



kepada menyeksakan dan merosakkan diri.

Semua ini akan membawa kepada simptom-simptom:

- a. *Keangkuhan dan merasakan diri lebih baik daripada orang lain.* Perasaan kehebatan diri (kerendahan diri yang palsu ataupun kemegahan diri yang salah) masih wujud walaupun pencelaan diri (merendah-rendahkan diri sendiri) dilakukan secara keterlaluan. Mereka tidak mampu menerima pujian kerana mereka tidak

sanggup membenarkan orang lain melihat keangkuhan diri mereka, kerana hanya kerendahan diri yang ingin mereka tunjukkan.

“Oleh kerana memegahkan diri tidak ada di syurga, maka tidak menunjuk-nunjukkan diri juga turut tidak ada.”
~ C.S. Lewis

Terdapat ramai di antara kita yang perlu belajar untuk menerima pujian dengan berkata “terima kasih” tanpa menambah sebarang komen negatif. Pencelaan diri (negatif) adalah sebahagian daripada budaya Cina yang harus diubah kepada penerimaan diri (positif). Tragedinya adalah banyak tenaga yang dihabiskan apabila seseorang gunakan ini untuk cuba mengagumkan dirinya kepada orang lain. Kadang-kadang ini membawa kepada penuduhan diri supaya orang lain akan berkata, “*Taklah, kamu tak macam tu...*” Berapa ramai di antara kita yang merendahkan diri seperti ini kerana itu yang kita diajar semasa kita membesar? Dengan sering berkata seperti ini, kita seolah-olah memberitahu Allah Pencipta bahawa Dia telah membuat satu kesilapan besar sewaktu Dia mencipta kita.

- b. *Penuduhan diri* akan membawa kepada penyalahan diri, kemudian ia akan membawa kepada penebusan diri. Orang yang terlalu mementingkan kesempurnaan itu telah tiba di satu tahap berbahaya yang mampu membawa kepada masalah yang serius. Ini kerana mereka menghidap sindrom penyesalan yang harus

ditebus. Ini bermakna dia harus menghukum dirinya sendiri untuk merasa dia sudah dimaafkan.

- c. *Penebusan diri* akan membawa kepada *penyiksaan diri*, sebuah bentuk penebusan. Kini orang yang terlalu mementingkan kesempurnaan itu telah tiba di peringkat patologi. Dia sangat memerlukan bantuan. Remaja yang membunuh diri selalunya adalah anak-anak yang terlalu mementingkan kesempurnaan. Mereka berharap untuk melepaskan diri daripada perangkap keingin-empurnaan di mana mereka dijangka mendapatkan sesuatu yang mustahil untuk dicapai. Sememangnya, hanya kasih kurnia Allah yang telah membantu dan melindungi kita daripada tidak berakhir di hujung jalan seperti itu.

Penyelesaian Salah Bagi Orang Yang Mementingkan Kesempurnaan

Denyelesaian yang terbentuk secara tidak sedar ini biasanya membawa kepada tiga kemungkinan bagi corak personaliti. Seseorang itu mungkin akan menunjukkan sekurang-kurangnya satu daripada tiga jenis kelakuan di masa-masa tertentu. Saya sendiri menyedari loncatan daripada satu jenis kepada yang lain ketika Tuhan sedang membebaskan saya daripada cengkaman keingin-empurnaan.

Penyelesaian (1) Melalui Penguasaan (Mendominasi)

Orang seperti ini memiliki keperluan menjadi yang terbaik sebelum mereka merasa gembira. Mereka mempunyai satu keperluan asas untuk merasa lebih hebat. Dari

pengalaman saya pula, disebabkan oleh perkembangan luar biasa saya sewaktu kecil, saya dijangkakan untuk mendapat tempat pertama di dalam kelas setiap tahun, semuanya kerana saya mendapat tempat pertama sewaktu di tadika. Dimakan oleh kemegahan diri, saya menjadi takut untuk tidak menjadi yang terbaik di sekolah, dan akhirnya saya menjadi takut akan kegagalan. Rasa takut akan ujian akhirnya menyebabkan kedudukan saya di dalam kelas menurun. Ini adalah kerana saya takut untuk menerokai kaedah belajar yang baru. Namun, kini apabila saya memandang ke belakang, saya boleh melihat bagaimana tangan Tuhan menghancurkan serta mendisiplinkan saya melalui tahun-tahun perit saya di universiti.

Selalunya, mereka akan dengan senyap “menentang” orang lain kerana sifat persaingan mereka yang kuat. Mereka harus mengalahkan orang lain ataupun memenangkan mereka, misalnya di dalam gred, sukan ataupun kerjaya. Orang lain tidak akan menyukai kelakuan sedemikian. Saya mempelajarinya melalui cara yang sukar sewaktu zaman persekolahan saya. Rakan baik saya memberitahu bahawa saya telah melukakan seorang rakan sekelas yang bukan beragama Kristian. Saya tidak mahu menjadi batu sandungan kepada orang lain. Dia menangis sewaktu memberitahu saya. Ketika pulang ke rumah, saya menangis kerana tidak memahami diri sendiri dan merasa terluka dengan komen-komen yang saya terima, walaupun saya telah meminta maaf. Saya hanya mencuba untuk mengasihi Allah dengan melakukan tugas sebagai seorang pengawas.

Penyelesaian (2) Dengan Menjadi Alas Kaki

Keperluan untuk merasa diperlukan amat kuat di dalam kategori orang yang mementingkan kesempurnaan ini, kerana “*Jika kamu memerlukan saya, mungkin saya sebenarnya tidak lemah/kecil/tak berguna.*” Orang sedemikian berkelakuan seperti alas kaki yang senang dipijak-pijak, penurut dan mungkin kelihatan seperti seorang yang lembut dan lemah dalam cara yang salah. Yesus bersifat lembut, tetapi Dia TIDAK lemah.

Versi lain bagi penyelesaian ini adalah untuk memberitahu orang lain betapa bergunanya mereka, serta bagaimana orang lain sangat menghargai dan berterima kasih kepada mereka. Satu tanda yang dapat memisahkan mereka daripada pembantu-pembantu orang yang sihat adalah mereka teragak-agak untuk membantu orang yang tidak mampu memberikan pulangan yang lumayan kepada mereka.

Contoh:

Seorang lelaki dengan kelakuan Penyelesaian (1) berkahwin dengan seorang wanita yang berkelakuan Penyelesaian (2) (iaitu sangat lazim). Mereka kemudian mempunyai masalah rumah tangga. Jika seorang kaunselor mula bercakap tentang kepatuhan dengan memetik Efesus 5 di dalam sebuah sesi, ia bukan sesuatu yang bersesuaian. Lelaki tersebut mungkin seorang sadis yang mentafsirkan kata-kata Paulus sebagai hak seorang suami untuk menuntut kepatuhan yang tidak berasas daripada isterinya. Manakala si isteri pula mungkin seorang pendera diri yang merasa gembira apabila dia didera oleh orang lain. Kaunseling seperti

ini menunjukkan pasangan tersebut hidup bersama untuk memenuhi keperluan emosi masing-masing.

Penyelesaian (3) Lepas Tangan Ataupun Mengasingkan Diri

Mereka yang mempunyai kelakuan Penyelesaian (3) memerlukan ruang emosi yang besar. Sekiranya seorang lelaki dengan kelakuan ini berkahwin dengan wanita berkelakuan Penyelesaian (2), mereka mungkin hidup bahagia jika tidak keterlaluan di dalam keperluan mereka. Mereka mungkin melengkapkan sesama sendiri. Si isteri akan tunduk kepada suaminya apabila dia ingin bersendirian. Tetapi jika salah satu ataupun kedua-dua mereka menderita daripada personaliti yang keterlaluan, maka perkahwinan tersebut mungkin akan menghadapi konflik yang parah.

Apabila si suami menginginkan kebebasan muktamad untuk bersendirian, si isteri berasa dia tidak mahu ditinggalkan dan akan mengejar suaminya. Selepas beberapa waktu, kedua-dua mereka akan merasa tertekan kerana masing-masing tidak mendapatkan apa yang diharapkan di dalam perkahwinan. Si isteri mahu berasa dia diperlukan manakala si suami ingin bersendirian kerana takut ditolak jika diri sebenarnya ditayangkan dengan berlebihan.

Jika kita menyedari bahawa salah satu daripada fungsi perkahwinan adalah untuk membantu pasangan kita untuk TIDAK keterlaluan, kita mungkin tidak akan merasa tersesat dan terkilan. Persoalannya adalah: Adakah harapan bagi seorang yang terlalu mementingkan kesempurnaan?

Penawar Kristus Bagi Keingin-semburnaan

Orang yang terlalu mementingkan kesempurnaan biasanya boleh dijumpai di gereja (atau mana-mana tempat yang berlatar-belakangkan keagamaan) kerana sistem yang ada memberikan mereka peraturan, tata-tertib dan piawai-piawai yang mengingatkan mereka dengan gaya hidup orang Farisi. (Sudah tentu, bukan semua orang Kristian yang jujur adalah orang yang terlalu mementingkan kesempurnaan yang ekstrim. Antara jangkitan-jangkitan lain yang berkaitan dengan dosa adalah seperti mulut murai, gosip, bercakap kotor, ketamakan, dan tidak bermoral).

Satu-satunya penawar bagi kelemahan yang membawa kepada dosa keangkuhan dan cita-cita penuh dosa adalah kasih kurnia Allah. Di dalam komuniti kasih kurnia, mereka akan dihargai dan diterima seadanya di dalam peringkat perkembangan mereka. Tanpa pengetahuan akan kasih kurnia sebenar, seorang yang terlalu mementingkan kesempurnaan berkecenderungan untuk mencari penyelesaian sendiri bagi memenuhi keperluannya. Rasionalnya mungkin seperti berikut: *"Kalau saya dapat melintasi halangan kejayaan dan penerimaan ini, saya akan menjadi OK."* Tetapi ia tidak mungkin menjadi kenyataan kerana masalah sentiasa wujud.

Biarlah kata-kata hikmat dan dorongan Yesus mengenai realiti mendorong kita. Dia mengetahui bahawa dunia kita adalah dunia yang musnah tetapi kita masih mempunyai harapan. Dia berkata *"Aku mengatakan semua ini supaya kamu beroleh kesejahteraan kerana bersatu dengan Aku. Di*

dunia kamu akan menderita, tetapi tabahkanlah hati kamu, kerana Aku sudah mengalahkan dunia!" (Yohanes 16:33).

Beberapa contoh tentang kasih kurnia Allah:

Matius 20:1-16 adalah sebuah bidalan tentang kasih kurnia Allah yang menentang ketidak-adilan. Di dalamnya, Yesus menunjukkan perbezaan di antara:

Pemberian berdasarkan kemurahan hati

(Allah tidak menawarkan kita kasih-Nya berdasarkan prestasi kita. Contohnya, satu denarii bukan untuk sejam sahaja, tetapi untuk sebarang jangka masa. Dia ingin memberi; Dia murah hati.)

melawan

Pemberian di atas prestasi

(Konsep yang tidak seimbang mengenai Allah dan juga Alkitab; Dia adalah Tuhan yang suka berkira. Dia hanya mengasihi orang yang mampu melakukan banyak perkara untuk-Nya.)

Yesus berkata, "*Yang terakhir akan menjadi yang terawal, yang terawal akan menjadi yang terakhir*". Di dalam mata Allah, tidak ada susunan kepentingan dan kedudukan di antara anak-anak-Nya. Semuanya disayangi, diampuni, dipulihkan dan dijaga dengan sama rata.

Aspek Praktikal – Bagaimana Kami Boleh Membantu?

Kita harus mengenal-pasti punca masalah dan bukannya menuduh/menyalahkan mereka yang telah melakukan orang yang datang kepada kita untuk

menerima kaunseling. Kita mesti membantu mereka menerima kurnia kasih pengampunan Allah.

1. Perlahankan jangkaan mereka untuk dipulihkan (kerana orang yang terlalu mementingkan kesempurnaan sering ingin bergegas untuk dipulihkan sepenuhnya). Pemulihan adalah satu proses, malahan biasanya ia adalah satu proses yang panjang. Ini adalah kerana kita berurusan dengan gaya hidup yang telah dicipta selama bertahun-tahun.
 - a. Bantu orang yang terlalu mementingkan kesempurnaan yang sedang di dalam pemulihan untuk bersantai dan berhubung-kait dengan anda.
 - b. Hantar mereka untuk bercuti tanpa memberikan sebarang kerja rumah dan kemestian. (Malang sekali, terdapat sebilangan orang Asia yang memerlukan kerja rumah, jika tidak mereka akan beranggapan bahawa terapi anda tidak efektif).
 - c. Beritahu orang yang menerima kaunseling itu untuk berhenti mendoakan doanya yang biasa ataupun daripada membaca Alkitab secara keterlaluan. Jika tidak, mereka mungkin akan mengambil peristiwa tentang ketidak-taatan dan hukuman di dalam Perjanjian Lama kemudian menggunakan itu ke atas diri mereka sendiri. Ini akan menghasilkan lebih banyak rasa bersalah (terutamanya rasa bersalah yang palsu) dan mengurangkan keyakinan diri mereka.
2. Benarkan Roh Kudus untuk memberikan mereka pengertian. Mereka mungkin terkejut dengan kadar pengaruh cara berfikir ini ke atas hidup mereka. Jika

mereka melihat sebab di sebalik cara fikiran, perasaan dan corak kelakuan diri, mereka mungkin merasa seperti sehelai langsir penutup telah dibuka. Kaunselor harus mendorong mereka untuk berkata-kata kepada Allah secara langsung dan tidak bergantung kepada orang lain untuk mendoakan mereka. Dengan cara itu, mereka akan mengalami sendiri tangan Allah yang menyayangi mereka. Ajar mereka untuk meminta Roh Kudus menunjukkan jalan bagi mereka untuk menyelidiki diri, setiap kali mereka mempunyai fikiran yang merendah-rendahkan dan menyalahkan diri sendiri.

Ingatlah:

Pencacian diri BUKAN rendah hati. Ia hanya memberikan kesulitan di dalam menerima kasih dan pengakuan. Di dalam perkahwinan, kedua-dua pasangan mungkin tidak mampu menerima kasih sayang walaupun mereka berdua sangat memerlukannya. Hubungan sedemikian adalah sangat menyakitkan dan membingungkan. Akan tetapi, apabila kedua-dua pihak menyedari diagnosis dan datang kepada Tuhan dengan rendah hati di dalam doa, saya percaya Dia akan menyelubungi mereka dengan kasih-Nya yang tidak pernah gagal. Dia akan mengampuni, menyembuhkan dan memperbaharui perkahwinan mereka bagi kemuliaan-Nya dan kebaikan mereka.

3. Biarkan kambing hitam itu pergi. Apabila pita lama berkata, *“saya pasti lebih baik jika ibu saya berbeza...”*, maka dengan cepat BERHENTI daripada berfikir dan berkata-kata seperti itu. Atau, *“Saya*

sering disalahkan di atas dosa orang lain.” Fikiran seperti ini juga akan membayangkan kegagalan di dalam menilai tanggungjawab dengan betul.

4. Perhatikan tabiat/rutin/corak kelakuan mereka:

Contohnya:

- a. Adakah mereka mempunyai satu corak doa yang tetap di dalam hidup kerohanian mereka. Misalnya, isteri memegang tangan suaminya semasa berdoa ataupun berkata-kata dengan nada suara yang tertentu. Jika corak doanya berubah, dia akan berasa serba salah seakan-akan “tape yang rosak”⁸ sedang menuduhnya kerana tidak taat kepada Allah.
- b. Gaya atau isi kandungan yang berulang-ulang dan tetap di dalam khotbah seperti kesembuhan, kerja sosial, misi dll. Gaya hidup ini menjadi patologi apabila ia menghasilkan keasyikan, desakan dan fobia. Sebagai contoh, beberapa bulan yang lepas, saya bertemu dengan seorang lelaki Kristian. Saya diberitahu bahawa dia menderita dengan gejala ingin memiliki yang sangat kuat. Apabila kami bertemu, dia mula berkata-kata mengenai satu topik khusus dengan sangat pantas, penuh dengan keikhlasan. Dengan sopan saya meminta dia untuk berhenti dan mendengar kepada saya. Saya terkejut kerana dia berhenti dengan serta merta tanpa rasa malu. Keperluannya untuk memegang kawalan terbentuk kerana kerinduan terhadap ibunya yang hilang selama dua minggu sebelum rusuhan kaum 13 Mei 1969 di Kuala Lumpur dahulu. Dia berumur 2 tahun

ketika itu. Ketidak-ada jaminan dalamannya memerlukan kelembutan untuk membantunya merasa selamat.



Soalan:

“Adakah kita benar-benar telah dibebaskan?”

5. Ajar orang yang sedang dalam perjalanan pemulihan itu menyedari keinginan diri mereka yang kuat untuk menjadi lebih baik daripada orang lain. Ini sering membawa kepada persaingan di dalam pelayanan Kristian dan ia mampu memutuskan persahabatan dan menghancurkan hubungan di antara gereja.
6. Ajar orang itu untuk lebih menyedari pendapat-pendapat palsu (andaian-andaian yang dia pegang dalam menjalani hidupnya.)

Contoh:

- a. Corak fikiran “*semua ataupun langsung tak ada.*” Perkara ini sangat berbahaya terutamanya di dalam kehidupan berumah-tangga. Ini adalah kerana tidak ada sesiapa pun yang mampu memberikan 100 peratus apa yang telah dijanjikan. Mesti ada kesanggupan untuk memberi dan menerima. Secara umumnya, jenis

temperamen seperti ini adalah seiring dengan keingin-semburna. Walaupun lebih ramai orang yang terlalu mementingkan kesempurnaan ditemui di kalangan mereka yang memiliki gaya hidup yang terlalu kaku (jenis Menghakimi) seperti yang disentuh di dalam buku Siri Bimbingan Remaja yang bertajuk *Cetak Sukma dan Pesonaliti Anda*.⁹ Harapannya ialah ketika orang yang terlalu mementingkan kesempurnaan ini diperbaharui dan diubahkan, mereka akan lebih bersedia menerima diri sendiri dan orang lain serta menjadi lebih terbuka kepada gaya hidup yang lebih fleksibel (jenis Menanggapi).¹⁰ Segala pujian kepada kasih kurnia Allah yang mulia!

Fikiran yang baru:

“Jika sesuatu pekerjaan itu layak dikerjakan, ia layak dikerjakan dengan apa carapun, meskipun ia mungkin berakhir dengan teruk! Asalkan saya telah melakukan yang terbaik, saya tidak akan berasa malu akan hasil kerja saya.”

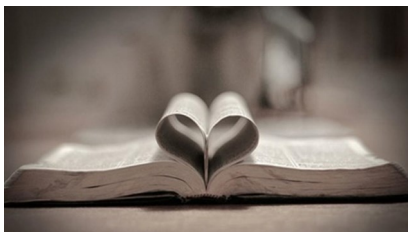
~ D.A. Seamands

- b. Corak fikiran “*satu-satunya jalan/kerja/perkara/insan bagi saya.*” Ini bermaksud jika untuk pertama kalinya orang itu melakukan kesilapan atau sesuatu perkara terjadi dengan tidak mengikut rancangan, semua yang menyusul nanti akan turut menjadi kesilapan. Jika tidak berhati-hati, orang yang terlalu mementingkan

kesempurnaan yang sedang dipulihkan itu akan hilang semangat sehingga terjatuh lebih jauh ke dalam perangkap pencapaian prestasi. Mereka mungkin akan mengaku kalah di tengah jalan.

- c. Corak fikiran “*semua orang harus menyukai aku.*” Ini akan membawa kepada respon “*Apa yang tak kena dengan saya sehingga semua orang tak suka saya?*” apabila mereka berhadapan dengan kritikan. Golongan ini sangat sensitif kepada kritikan. Bukan semua orang menyukai Yesus, tetapi Dia tetap menyayangi semua orang!

Orang yang terlalu mementingkan kesempurnaan yang telah bertaubat dan sedang dipulihkan harus memperbaharui fikiran mereka dengan Firman Allah setiap hari. Mereka harus mengalami hidup berkelimpahan-Nya di bumi sambil merasakan dan memahami kasih-Nya yang tidak bersyarat kepada mereka di setiap bahagian kehidupan mereka. ¹¹



***Berhenti sejenak untuk merenungkan
apa yang telah anda baca***

***Sekiranya anda perlu membaca semula bahagian-bahagian
tertentu dalam buku ini, silalah berbuat demikian.
Ingatlah untuk mendengar kepada Penasihat Agung kita.***

Refleksi

1. Adakah saya seorang yang terlalu mementingkan kesempurnaan? Jika ya, jenis yang mana satukah itu?



2. Apakah maksud kasih kurnia Allah kepada saya?
3. Bagaimanakah saya dapat menjelaskan kasih kurnia Allah kepada orang yang tersayang, saudara/i di dalam Kristus dan orang lain yang saya temui setiap hari?

Rujukan:

- 1 Lee Bee Teik, *Deepening Joy*, Bab 8 & 9 (SU/FES 1993, Pustaka SUFES 1994)
- 2 D.A. Seamands, *Healing Grace* (tajuk baru: *Freedom from the Performance Trap*) (Victor Books, 1985)
- 3 *Ibid* Bab 2
- 4 Kevin Sinclair & Iris Wong Po-yee, *Culture Shock: China* (Times Books International, 1990) mukasurat 209
- 5 David R. Kinsleyn, *Hinduism* (P-H Series in World Religions, 1982) mukasurat 87
- 6 Lee Bee Teik, *Penyembuhan Trauma Zaman Kanak-Kanak* (Wawasan Penabur, 2013)
- 7 D.A. Seamands, *If Only – Moving Beyond Blame to Belief* (Victor Books, 1995)
- 8 C.S. Lewis, *The Screwtape Letters* (Fontana Books, 1955)
- 9 Lee Bee Teik, *Cetak Sukma & Personaliti Anda, Siri Bimbingan Remaja* (Wawasan Penabur, 2012)
- 10 *Ibid*
- 11 Petikan-petikan Alkitab seperti yang terdapat di *Healing of Memories*, mukasurat 184-185, adalah penting dan menjadi instrumental dalam pembaharuan fikiran seorang Kristian. Buku ini menggambarkan realiti cubaan tetap Sang Musuh dalam menuduh kita di hadapan Allah dan menuduh Allah di hadapan kita. Rujuk juga buku Ayub dan Wahyu 12:10.