

Membuang

Mendapan Dalam Hidup



**WAWASAN
PENABUR**

Membuang Mendapan Dalam Hidup Teman Dalam Kesakitan

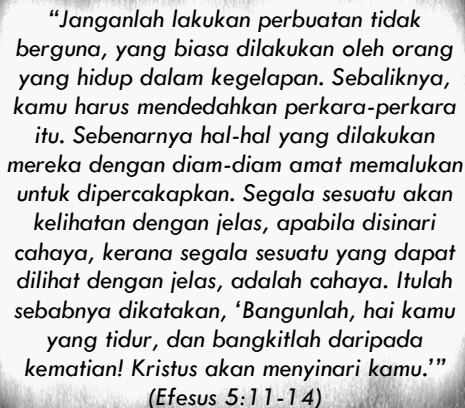
Tajuk	: Membuang Mendapan Dalam Hidup
Penulis	: Dr Lee Bee Teik Friends of the Bridegroom ©1999
Penterjemah	: Steffisley Mosingki
Penyunting	: Randy Singkee
Reka Bentuk	: Chiang Juat Chin
Penerbit	: Wawasan Penabur Sdn Bhd

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.

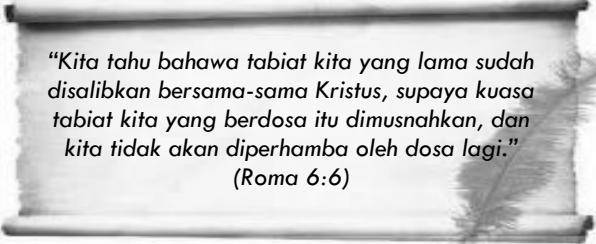
Hakcipta © 2013 Wawasan Penabur Sdn Bhd

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.

Membuang Mendapan Dalam Hidup Teman Dalam Kesakitan



“Janganlah lakukan perbuatan tidak berguna, yang biasa dilakukan oleh orang yang hidup dalam kegelapan. Sebaliknya, kamu harus mendedahkan perkara-perkara itu. Sebenarnya hal-hal yang dilakukan mereka dengan diam-diam amat memalukan untuk dipercakapkan. Segala sesuatu akan kelihatan dengan jelas, apabila disinari cahaya, kerana segala sesuatu yang dapat dilihat dengan jelas, adalah cahaya. Itulah sebabnya dikatakan, ‘Bangunlah, hai kamu yang tidur, dan bangkitlah daripada kematian! Kristus akan menyinari kamu.’”
(Efesus 5:11-14)



“Kita tahu bahawa tabiat kita yang lama sudah disalibkan bersama-sama Kristus, supaya kuasa tabiat kita yang berdosa itu dimusnahkan, dan kita tidak akan diperhamba oleh dosa lagi.”
(Roma 6:6)

Di dalam buku ini, kita akan:

- I. Mengimbas peranan seorang kaunselor pastoral
- II. Mempertimbangkan proses kaunseling daripada
- III. Kedudukan seorang penerima kaunseling
- IV. Kedudukan seorang kaunselor
- V. Mempertimbangkan sebuah rangka panduan bagi sesi kaunseling yang pertama.
- VI. Mempertimbangkan satu cara untuk memahami proses pemulihan bagi jiwa dan roh.

Di mata Allah, kedua-dua yang memberi dan menerima kaunseling adalah sama rata. Masing-masing memerlukan Roh Kudus, Penolong kita yang terbaik! Dalam apa situasi sekali pun, si kaunselor pastoral bukan berada di atas orang yang menerima kaunseling. Kita semua adalah alat yang Allah gunakan dalam karya-Nya untuk menebus dunia ini.

I. Peranan Seorang Kaunselor Pastoral

Kita Adalah Pembantu Allah (Bukan Dewa-dewa Kecil)

Sebagai pembantu Allah, ataupun kaunselor pastoral, kita harus menyalurkan semua beban emosi milik orang yang menerima kaunseling itu kepada-Nya. Jika tidak, kita sebagai pembantu sementara kepada Roh Kudus, akan mula berpegang dan memikul beban tersebut sekaligus menjadi penopang tetap mereka. Tambahan lagi, apabila ego kita meningkat, kita menjadi saling

menopang antara satu dengan yang lain. Oleh itu, kita harus berwaspada agar jangan sampai kerana ingin merawat satu keperluan, kita pula menjadi orang yang sangat memerlukan.

Godaan terbesar bagi mereka yang berkecimpung di dalam pelayanannya adalah peningkatan ego kerana merasakan mereka sangat diperlukan oleh orang lain.

Kita harus mengambil tindakan segera sekiranya gejala itu mula dikesan oleh orang atau diri sendiri.

Cadangan saya bagi orang yang memberi kaunseling (kaunselor pastoral) adalah untuk menerima pembetulan dan mendapatkan nasihat ataupun mengelakkan diri daripada memberikan bantuan kepada orang lain secara dekat, terutamanya apabila terdapat kurangnya pengawasan. Perkara ini sangat penting bagi kedua-dua kaunselor pastoral dan orang yang menerima kaunseling. Sekiranya si penerima kaunseling sedang mencuba untuk melepaskan diri daripada ikatan emosi terhadap seorang insan, adalah berbahaya bagi perkembangan mental dan emosinya di dalam menyerupai Kristus jika ikatan emosi tersebut dipindahkan (atau disalurkan) kepada kaunselor pastoral lebih lama daripada yang sepatutnya. Hanya Allah Pencipta sahajalah yang boleh kita percayai. Tuhan tidak mengambil kesempatan terhadap anak-anak-Nya yang memerlukan.

**Matlamat Allah ialah supaya kita hanya akan bergantung kepada-Nya sahaja.
Dialah sumber kehidupan dan kesembuhan.**

Oleh itu, peranan kita adalah untuk menyalurkan proses penjagaan daripada seorang kaunselor kepada sebuah jemaat Kristian, iaitu sebuah komuniti yang menyayangi sebagaimana Yesus mengasihi.

Tujuan muktamad bagi sesi kaunseling pastoral seorang ke seorang yang sulit (konfidential) dan intensif adalah untuk menyalurkan orang yang menerima kaunseling itu daripada penjagaan seorang ke seorang kepada penjagaan satu komuniti ke seorang. Ini terutamanya apabila satu komuniti untuk menjaga si penerima kaunseling tersebut belum lagi wujud. Rumah bagi keluarga asal adalah cara dan tempat di mana kasih kurnia mula-mula diberikan kepada seorang insan yang dilahirkan dengan dosa asal. Tetapi masalah akan timbul dan kian bertambah apabila keluarga tersebut menjadi satu tempat atau cara bagi kasih kurnia yang telah dicemari untuk diturunkan kepada generasi yang seterusnya.

Oleh yang demikian keluarga ataupun komuniti gereja harus menjadi saluran bagi kasih kurnia Allah kepada mereka untuk satu jangka masa yang panjang. Keluarga Tuhan harus memberikan penjagaan, didikan dan disiplin agar mereka akan lebih menyerupai Kristus, seperti anak-anak Tuhan di dalam keluarga sihat yang lain. Ahli-ahli

gereja Asia harus didorong untuk menjaga satu sama lain seperti Kristus menjaga tubuh-Nya (Yohanes 13:34-35), tanpa benteng ketakutan dan prejudis. Keperluan ini menjadi semakin penting kerana proses urbanisasi dan pemodenan yang kian melemahkan struktur kekeluargaan. Dengan demikian, umat Allah dapat dibebaskan untuk menjadi cahaya dan garam di Malaysia, bahkan seluruh Asia dan pelusuk bumi.

Contoh-contoh Kasih Kurnia Yang Telah Dicemari

Sepasang suami-isteri Kristian yang masih muda menghadapi masalah rumah tangga. Mereka kemudian meminta nasihat daripada gereja. Tetapi, tidak ada seorangpun di antara penatua gereja yang mengambil serius akan masalah mereka, apa lagi untuk menawarkan bantuan kepada mereka. Tidak lama selepas itu, pasangan tersebut meninggalkan gereja dan bercerai. Wanita tersebut akhirnya kembali untuk beribadah di gereja tetapi dia telah dihalang oleh salah seorang penatua daripada memasuki gereja tersebut. Alasannya adalah kerana dia telah bercerai. Mereka menganggapnya sebagai satu keaiban tanpa mempertimbangkan kasih kurnia yang mereka sendiri telah cemari.

Allah menebus dunia yang uzur kerana dosa melalui Anak-Nya yang sempurna. Kita hanyalah utusan-Nya, tubuh-Nya yang tidak sempurna, gereja yang hidup.

Berhati-hatilah:

Mereka yang mengalami kerosakan kanta ataupun saraf penerima emosi, seperti kata Dr D.A. Seamands, akan sentiasa menonjolkan tindak balas yang pincang kepada

6 Siri Kaunseling Pastoral

kasih sayang yang ditunjukkan kepada mereka. Sebagai contoh, orang yang anda nasihati mungkin akan bereaksi seolah-oleh membenci atau pun menolak nasihat anda. Tingkah laku ini bertujuan untuk memaksa anda menolak mereka. Sebenarnya, dia mungkin bertindak sedemikian kerana secara tidak sedar, dia tidak mempercayai dirinya layak untuk menerima perhatian daripada anda. Dia berperangai seakan-akan mencabar anda untuk berani menyayangi dirinya kerana dia beranggapan dia sungguh jahat dan tidak boleh disayangi.

Ini bermaksud jika kita benar-benar serius di dalam menyayangi mereka yang datang untuk mendapatkan kaunseling bagi pihak Kristus, kita harus sentiasa teguh dan bersabar untuk menawarkan penjagaan. Kerjasama dalam kumpulan yang disertai dengan kebenaran dan kasih kurnia Allah melalui doa syafaat adalah amat diperlukan.

Mengenalpasti Sebab-Sebab Penolakan Terhadap Kaunselor Pastoral

Menurut pengalaman saya, kita memerlukan hikmat daripada Tuhan untuk mengenalpasti sama ada orang yang menerima kaunseling itu menolak kaunselornya oleh kerana perasaan takut akan penolakan, ataupun disebabkan oleh azam diri yang tinggi (tanpa disedari), ataupun kedua-duanya sekali. Kita memerlukan terang Allah untuk menyinari hati kita dan mereka.

Sekiranya kita menunggu dan tunduk kepada Kuasa-Nya, Dia akan mencelikkan kita sesuai dengan waktu-Nya. Saya

percaya mereka yang mencari Sang Penyembuh akan menjumpai-Nya. Seorang kaunselor pastoral adalah pautan di dalam rangkaian untuk memimpin seekor domba yang sesat (iaitu mereka yang memerlukan kaunseling) untuk mendekati Dia.



II. Proses Kaunseling Daripada Sudut Pandang Seorang Penerima Kaunseling

Untuk mendapatkan pemulihan yang menyeluruh, seorang penerima kaunseling harus melalui beberapa “pintu” berikut:

Pintu 1 – Pintu Kesedaran

Seorang penerima kaunseling harus menyedari bahawa ada sesuatu yang tidak kena dengan hidupnya, meskipun dia tidak mengetahui secara khusus apakah masalah tersebut. Luka emosi yang dalam mungkin disebabkan oleh:

- Sumbang mahram zaman kanak-kanak
- Kehilangan orang yang dikasihi tanpa apa-apa penjelasan
- Dipandang rendah dan dipermalukan kerana kemiskinan
- Terselamat daripada cubaan pengguguran

Simptom-simptom yang kurang jelas ini menunjukkan satu

desakan mendalam di dalam diri seseorang untuk mengenali siapa mereka dan milik siapakah diri mereka yang sebenarnya. Ia adalah satu keperluan untuk memiliki identiti yang sihat (signifikan sendiri di dalam dunia) dan/ataupun deria dalaman yang mendesak kepada jaminan bagi kestabilan diri. Kadang-kadang mereka yang memerlukan ini dikatakan memiliki “sebuah serpihan/sumbing di atas bahu.” Ini adalah kerana mereka kelihatan seperti tidak menghargai dan menikmati persahabatan yang sihat dengan orang lain.

Pintu 2 - Pintu Pengakuan

Seorang penerima kaunseling harus mengaku yang dia memerlukan bantuan. Jika tidak, tiada siapa yang mampu memberikan bantuan kepadanya. Ramai daripada mereka yang mengharungi kitaran kedukaan sebelum mereka berkata, “*Sudah cukup, Tuhan. Jika ada jalan keluar bagiku, sila tunjukkan!*” Ataupun Yesus seakan-akan tidak peduli kepada mereka sehinggalah mereka datang kepada-Nya dan merayu, “*Anak Daud, kasihanilah aku.*”

Pintu 3 – Pintu Tindakan

Mereka akan mencari pertolongan dengan rela hati ataupun mampu untuk menerima bantuan yang dihulurkan dengan penuh rasa kasih. Salah satu daripada pengalaman yang paling menyakitkan bagi seorang kaunselor pastoral adalah melihat mereka yang mempunyai luka psikologi (samada akibat perbuatan sendiri ataupun orang lain) menolak bantuan yang ditawarkan. Kita harus belajar daripada Yesus Sang Penyelamat untuk mara ke hadapan. Adakah kita patut

melepaskan mereka seperti Yesus melepaskan orang muda yang kaya di dalam Matius 19 (juga di Lukas 18) ataupun mengambil inisiatif untuk melanjutkan persahabatan seperti Zakheus di dalam Lukas 19?

Walau bagaimanapun, bermula dari tahap ini, sekiranya mereka menginginkan bantuan, kaunselor pastoral akan berasa lebih bebas untuk berjalan bersama sehingga mereka mampu berjalan sendiri bersama Allah Bapa.

Adalah penting untuk berpegang dengan seimbang dua elemen penting dalam hidup kita di dalam Kristus: kebenaran dan kasih kurnia. Jika umat Kristian terlepas pandang akan kedua-dua kualiti penting ini, mereka akan mengabaikan Tuhan. Di dalam situasi kaunseling:

1. Kebenaran tanpa kasih kurnia mampu menjadikan seorang kaunselor bersifat menghakimi dan akan menambah derita kepada mereka yang menerima kaunseling.
2. Kasih kurnia tanpa kebenaran mampu menyebabkan seorang kaunselor untuk menjadi terlalu lembut hati dan tidak berkesan malah akan merosakkan mereka yang menerima kaunseling.

Gandingan kebenaran dan kasih kurnia akan membantu kedua-dua pemberi dan penerima kaunseling untuk menghargai karya penebusan Kristus yang sempurna bagi membenaran kita, dan juga kasih Bapa yang tidak terbatas bagi kita.



III. Proses Kaunseling Daripada Sudut Pandang Seorang Kaunselor

1. Peranan seorang kaunselor pastoral adalah untuk berjalan bersama mereka yang memiliki keperluan emosi dan/atau rohani untuk satu jangka masa yang tertentu. D.A. Seamands menggunakan gambaran seorang jururawat yang sedang membantu pesakitnya untuk kembali berdikari. Jururawat tersebut tidak akan mengikut pesakitnya pulang ke rumah. Alkitab menggunakan istilah yang serupa dengan menamakan Roh Kudus sebagai *paraclete* kita¹ (bahasa Yunani), iaitu seseorang yang berjalan bersama untuk menjadi penasihat dan penghibur kita. Dengan cara yang sama, kaunselor pastoral adalah untuk menjadi pembantu kepada Roh Kudus di dalam memberikan pertolongan kepada mereka yang memerlukan kaunseling. Roh Kuduslah yang merupakan pembantu dan penasihat yang sentiasa beserta dengan penerima kaunseling, bukannya si kaunselor pastoral yang fana.
2. Kaunselor harus melepaskan orang yang menerima kaunseling daripadanya kepada hidup emosi yang lebih berdikari. Mereka harus belajar bersandar kepada Allah Bapa dan bukannya manusia biasa. Setiap umat Kristian harus memikul beban satu dengan yang lain (iaitu segala kelemahan, sesuai dengan Galatia 6:2) apabila mereka yang lemah tertekan; tetapi setiap orang juga harus memikul beban masing-masing iaitu bertanggungjawab ke atas tindakan mereka sendiri (Galatia 6:5).

3. Kaunselor pastoral tidak seharusnya menjangkakan sebarang pulangan daripada mereka yang menerima kaunseling melainkan budi bahasa dan persetujuan bersama (contohnya, yuran berkala) untuk meneruskan sesi. Ianya mungkin sahaja dalam bentuk seperti berikut:
 - Kedua-dua pihak harus bersetuju untuk menganggap sesi kaunseling sebagai persetujuan bersama. Sekiranya si penerima kaunseling dihantar oleh majikan ataupun orang tua untuk menjumpai seorang kaunselor, dia mungkin berasa teragak-agak untuk menerima bantuan dan tidak akan memberikan kerjasama kepada proses pemulihan.
 - Kedua-dua pihak boleh meminta untuk menghentikan sesi dengan sopan.

Sebab-Sebab Sesi Kaunseling Diberhentikan

1. Pihak kaunselor atau penerima kaunseling, ataupun kedua-duanya menyalurkan kebergantungan emosi ataupun menyimpan rasa marah kepada sesama sendiri secara keterlaluan.

Walaupun saya tidak pernah berhadapan dengan kes yang serius dalam pemindahan emosi daripada orang-orang yang saya bimbing kepada diri saya mahupun sebaliknya, saya berdoa bagi kepekaan kepada masalah sedemikian dan hikmat untuk mengetahui tindakan yang harus diambil di setiap sesi kaunseling.

12 Siri Kaunseling Pastoral

2. Mereka tidak menunjukkan sebarang perkembangan, ataupun mereka langsung tidak “sefahaman”. Terdapat kefahaman yang sangat sedikit di antara mereka.

Sewaktu latihan amali saya sebagai doktor perubatan di Melbourne, saya mempunyai seorang pesakit asma yang sering dimasukkan ke hospital kerana penyakitnya sering kembali menyerang. Setelah beberapa kali gagal memasukkan jarum untuk titisan intravena, akhirnya dia berkata kepada saya dengan sopan dan penuh rasa takut, “*Dr Lee, saya harap Doktor tak tersinggung, boleh tak bagi doktor lain yang buatkan untuk saya... kita langsung tak sefahaman... saya tahu Doktor memang O.K untuk orang lain, tapi tidak bagi saya!*” Pengalaman ini telah mengajar saya untuk menerima semua batasan diri saya.

3. Kaunselor pastoral yang memberi kaunseling pada masa tersebut tidak dapat membantu orang yang menerima kaunseling di dalam sesetengah keperluan khususnya, oleh itu dia harus dirujuk kepada orang lain yang boleh membantu.

Saya sering merujuk orang yang datang menerima kaunseling yang memerlukan pembebasan dan bantuan perubatan kepada hamba Tuhan yang lebih berkebolehan di dalam bahagian/bidang tersebut.

4. Salah satu pihak atau kedua-dua pihak mula terjebak di dalam hubungan saling bergantung yang tidak sihat, tanpa mengira jantina.

Adalah lebih bijak untuk memberikan kaunseling kepada mereka yang sama jantina dengan kita. Jika anda terpaksa memberikan kaunseling kepada mereka yang dari berlainan jantina, pastikan pintu bilik kaunseling dibuka, gunakan bilik berdingding kaca atau dapatkan seseorang untuk berada di luar. Anda juga boleh mendapatkan orang ketiga untuk berdoa bagi anda dengan senyap.

Oleh kerana homoseksual kini menjadi semakin lazim, kita harus berwaspada akan godaannya. Kaunselor harus mengenali diri sendiri. Ini adalah juga satu cabaran baru dalam memberi kaunseling kepada mereka yang sama jantina.



IV. Garis Panduan Praktikal Bagi Sesi Kaunseling Pertama

Setiap kaunselor pastoral harus membuat jadual yang selesa bagi kedua-dua pihak untuk berjumpa.

1. Sesi Kaunseling Yang Pertama

Bagaimana untuk melakukan diagnosis tentatif awal dan susulan:

- a. Serahkan si penerima kaunseling kepada Tuhan sebelum sesi bermula dan berdoa di setiap selang masa antara sesi.
- b. Luangkan lebih kurang dua jam terawal di sesi

yang pertama dan sejam lebih bagi sesi-sesi seterusnya.

- c. Jelaskan kepada orang tersebut yang dia boleh menghentikan sesi kaunseling sekiranya dia mahu. Berikan dia jaminan bahawa semua yang dikongsikan akan dirahsiakan (melainkan hidup seseorang itu diancam bahaya, sedikit informasi mungkin harus diberikan untuk melindungi mereka ataupun orang terdekat dengan mereka).
- d. Minta kebenaran daripada orang tersebut untuk mencatatkan nota-nota pendek. Pastikan nota-nota tersebut juga dirahsiakan. Gunakan nota-nota tersebut untuk mengingati, melihat kes tersebut secara keseluruhan dan sebagai bahan doa.
- e. Sewaktu sesi sedang berjalan, buka sebelah telinga kepada Allah dan yang satu lagi kepada orang yang datang menerima kaunseling.
- f. Buat penilaian tentang:
 - Masalah orang tersebut dan hubungannya dengan orang lain, termasuklah peristiwa-peristiwa dan orang-orang tertentu
 - Hubungan silam orang tersebut dengan orang lain
 - Hubungan orang itu dengan anda
 - Sebarang corak pemikiran, perasaan dan tingkah laku
- g. Ringkaskan apa yang telah anda dengar daripada orang tersebut setakat ini.
- h. Cadangkan suatu kerja rumah (pertama sekali, untuk mengakui dosa kepada Allah serta memaafkan orang-orang yang telah menyakiti mereka dan bagi pembaharuan fikiran ataupun

untuk mendapatkan lebih banyak maklumat), kemudian tetapkan tarikh perjumpaan yang seterusnya.

- i. Nantikan Tuhan dan doakan orang yang datang mendapatkan kaunseling dari anda itu.
- J. Buat kajian mengenai keperluan khusus orang tersebut dan rujuklah kepada mereka yang lebih berpengalaman – psikiatris, pastor dan ahli kumpulan (tanpa menyebut sebarang nama – kecuali kalau sudah mendapat kebenaran daripada orang tersebut). Perkara ini sangat penting, terutamanya jika bahaya mungkin mengancam nyawa orang tersebut ataupun orang lain.

2. Sesi-Sesi Berikutnya

Perkembangan orang yang datang mendapatkan kaunseling itu harus diperiksa sebelum meneruskan sesi. Anda harus ingat bahawa wujudnya dukungan kumpulan yang prihatin dan Alkitabiah adalah amat penting bagi perkembangan orang tersebut untuk jangka masa yang panjang.



V. Memahami Proses Pemulihan Jiwa & Roh

Model kaunseling pastoral yang selesa saya gunakan adalah model yang mempunyai beberapa aspek daripada tiga model berikut:

1. Saya banyak belajar daripada cara kaunseling pastoral yang digunakan oleh Dr D.A. Seamands meskipun dia tidak memanggil pendekatannya sebagai sebuah model.² Beliau adalah seorang pastor-pengkhotbah-penginjil-misionari Methodist yang berbakat. Sewaktu dia berusia pertengahan umur, Allah menyentuh dan mengubah personaliti diri dan keluarganya secara mendalam. Allah membawanya dari India ke Amerika dan membuka peluang baginya di dalam kaunseling pastoral melalui pelayanan berkhotbah. Dia mendapati bahawa khotbah yang baik sangat penting dalam kaunseling secara besar-besaran. Dia dengan tekun membaca secara meluas untuk membantu orang-orang Kristian di gereja tempatan, seminari-seminari dan seluruh dunia. Oleh itu, ramai orang awam yang sedia maklum dengan pendekatan beliau. Mereka kemudiannya mengubah dan menambah beberapa pengertian baru dalam pendekatan Seamands.
2. Allah juga turut memanggil Rosemary Green, isteri kepada Michael Green, seorang penginjil, kepada pelayanan kaunseling pastoral. Model yang dia gunakan dijelaskan secara terperinci di dalam bukunya "God's Catalyst".³

3. Dr Louis Mcburnery adalah seorang psikiatris Kristian profesional yang bertukar kerjaya menjadi seorang kaunselor pastoral. Ketika berada di Marble Retreat, Colorado di Amerika Syarikat, beliau mengatakan bahawa kaedah kaunseling pastoral yang digunakan adalah gabungan psikoterapi Kristian dan kaunseling doa. Dia meninggalkan sebuah kerjaya perubatan yang menguntungkan untuk melayani para pelayan Tuhan/pekerja Kristian sepenuh masa setelah terlalu sering merawat mereka di kliniknya. Mereka yang datang untuk mendapatkan bantuan kaunseling akan menerima bantuan intensif daripada beliau dan isterinya selama dua minggu sebelum sesi berakhir. Pelayanannya ada direkodkan di dalam siri *Resources for Christian Counselling*.⁴

Pada akhirnya, semua model yang kita gunakan haruslah berpusat di dalam Yesus, Anak Allah dan Anak Manusia.

Yesus sering menggunakan motif pertanian untuk menyimbolkan bahawa pengubahan hidup mengambil masa. Oleh itu, salah satu bahan di dalam kaunseling pastoral yang dilatih oleh Roh Kudus adalah untuk menunggu waktu Tuhan bagi membantu mereka yang mendapatkan kaunseling berjalan daripada satu tahap ke tahap yang seterusnya. Kita harus menjadi sensitif kepada pimpinan Allah sebaik mungkin.

Jika kita bergerak dengan terlalu pantas, mereka yang memerlukan mungkin akan disakiti dan menjadi takut...

Jika kita bergerak terlalu perlahan, kita mungkin akan terlepas detik waktu untuk menjangkau mereka yang datang bagi mendapatkan bantuan kaunseling.

1. Belajar Bagaimana Untuk Membina Hubungan Atas Rasa Percaya⁵

Oleh kerana luka emosi dan mental selalunya disebabkan oleh hubungan yang rapuh di antara seorang insan dengan orang-orang yang penting dalam hidupnya, perjalanan menuju pemulihan tubuh-jiwa-roh yang menyeluruh memerlukan mereka untuk mempelajari bagaimana untuk menjalinkan hubungan dengan orang-orang yang signifikan yang lain.

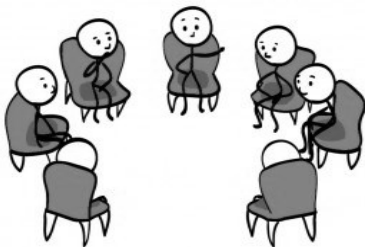
Sebagai pembantu sementara kepada Roh Kudus, seorang kaunselor atau pastor hanyalah bertindak sebagai orang tengah bagi si penerima kaunseling di peringkat awal pemulihan. Perkara ini kadang-kadang dipanggil sebagai pemberian kasih kurnia seorang ke seorang. Tetapi oleh kerana saling bergantung sering terjadi di dalam corak hubungan yang lampau, kita harus memindahkan si penerima kaunseling kepada apa yang dipanggil sebagai pemberian kasih kurnia melalui kumpulan, seperti yang dibincangkan di dalam buku *Penyembuhan Trauma Zaman Kanak-Kanak*.

Kumpulan tersebut (contohnya kumpulan akauntabiliti gereja tempatan) yang menawarkan kasih sayang tidak bersyarat boleh menjadi satu rangkaian sokongan. Kadang-kadang ia juga dikenali sebagai “Kumpulan Pemulihan”, sama seperti *Alcoholic Anonymous*. Orang yang mengambil inisiatif atau langkah pertama dalam kumpulan tersebut (yang terdiri daripada dua, tiga atau lebih orang) akan bermula terlebih dahulu. Penerimaan tanpa syarat, kebertanggungjawaban dan saling menyokong adalah antara aspek yang penting bagi kumpulan tersebut untuk menjadi efektif. D.A. Seamands berkata bahawa mereka yang sedang pulih daripada ketagihan, terutamanya yang bersifat seksual memerlukan kasih kurnia seperti demikian untuk membantu mereka daripada jatuh ke dalam godaan.

Di Amerika Syarikat, terdapat ramai orang dewasa dengan pengalaman penderaan di zaman kanak-kanak (*Adult Children of Childhood Abuse/ACA*) yang mendapat permulaan baru di dalam hidup melalui kumpulan-kumpulan (samada kumpulan Kristian dan sebaliknya) yang menjadi terkenal di sekitar tahun 1980-an. Kumpulan kecil (*small groups*) yang dimulakan oleh John Wesley di England pada kurun yang ke 18 dicipta berdasarkan prinsip kebertanggungjawaban ketat yang serupa dan dorongan di dalam Kristus. Sebagai perintis dan contoh utama kita, Yesus hanya memuridkan 12 orang ahli sahaja. Oleh itu, sebagai komuniti-Nya yang baru, kita dapat mencontohi dan mengikuti teladan-Nya serta menyesuaikan dengan konteks budaya kita.

Bagi anak-anak Tuhan, gereja tempatan adalah kumpulan penyokong yang utama. Prinsip yang terdapat di dalam

Yakobus 5:16 mengenai perkongsian, pengakuan, doa dan penyembuhan berlaku di sini.⁶ Kumpulan tersebut mampu mendorong para penerima kaunseling untuk bergerak ke hadapan dan bertumbuh dalam potensi penuh Kristus bagi hidupnya sebagai ahli kepada komuniti Tuhan yang penyayang, iaitu tubuh Kristus.



2. Penemuan Dan Pemulihan Bagi Penyebab-Penyebab Utama

Ahli psikologi memanggil langkah ini sebagai psikoterapi. Ia adalah salah satu langkah di dalam proses pemulihan seorang insan.

a. Kita bertanyakan soalan-soalan seperti:

- **Apa** punca utama masalah tersebut? Adakah ia disebabkan oleh sebuah peristiwa dahsyat yang khusus (contohnya peristiwa yang memalukan di sekolah seperti dimarahi secara tidak adil di hadapan rakan-rakan) ataupun kejadian global (contohnya tsunami, kemelesetan ekonomi yang diakibatkan oleh peperangan)?
- Di **mana** dan **bila** masalah tersebut bermula?
- **Bagaimana** ia bermula?

Kita memerlukan kedua-dua pengertian bagi penyebab dan juga doa untuk penyembuhan. Pengertian (pengakuan bagi masalah) tidak semestinya membawa kesembuhan! Ia cuma memberitahu kita apa yang harus diakui dan bagaimana untuk berdoa bagi campur tangan Allah. (Kesilapan bagi teori Sigmund Freud adalah jika anda mempunyai pengertian, anda akan mengenali kebenaran dan ia akan menyelesaikan masalah anda. Kemampuan hati manusia adalah untuk membuat pengakuan untuk menyimpan dosa yang terlalu berat. Contohnya ACA yang ditolak mungkin tidak mahu memaafkan orang tua mereka malah ingin untuk berpaut kepada kepahitan dan membalas dendam. Oleh itu, setelah pengertian mengenai masalah diterima, kepahitan mungkin masih wujud di dalam orang yang menerima kaunseling bagi mengekalkan rasa sakit yang kian bertambah).⁷

Malah, rasa sakit akan terus bertambah selepas pengertian diterima. Menurut pengalaman saya, kebanyakan daripada para penerima kaunseling yang terluka ingin memberikan kemaafan secepat mungkin. Tindakan ini diambil di dalam ketaatan terhadap Kristus (Matius 6:14-15) untuk menghapuskan derita emosi yang telah lama mengganggu mereka. Akan tetapi, ada juga yang lebih rela berpegang kepada dendam sehingga menyeksa jiwa. Tidak kurang juga mereka yang kembali untuk menyalahkan kaunselor pastoral di atas luka mereka yang degil (sebuah risiko yang tidak diminta oleh pembantu/pekerja sosial)

b. Kita mencari model-model zaman kanak-kanak (yang mungkin kelihatan tidak penting dari sudut pandangan orang dewasa)

- Memori zaman kanak-kanak mempengaruhi imej diri kita.

Contoh:

“Saya benci memikirkan apa yang akan kamu jadi di masa depan!” => Saya adalah anak yang teruk.

“Lagi bagus kalau kamu tak pernah lahir.” => Saya adalah sebuah kesilapan

“Kamu cuma bawa masalah!” => Saya adalah satu kutukan

“Patutlah kamu tak ada kawan.” => Saya tidak ada harga di mata orang lain.

“Pergi jahanamlah!” => Saya tidak pernah diinginkan.

- Memori zaman kanak-kanak mempengaruhi imej Allah di mata kita

Contoh:

- Patricia adalah seorang misionari yang berumur 50 tahun. Dia berkata *“Saya mengasihi Tuhan tapi saya tak sukakan Dia!”* Dia kelihatan sangat marah kepada Allah dan menjauhi Dia. Diagnosisnya adalah: ini merupakan satu patologi

kedukaan (yang belum selesai), sebuah keadaan emosi yang serius.

Sewaktu Patricia berumur 10 tahun, seorang pegawai tentera datang ke rumahnya untuk mengkhabarkan kematian abang sulungnya. Dia terbunuh di dalam perperangan di negara Jerman. Patricia adalah adik kesayangannya. Patricia terpaksa mengambil alih tugas menguruskan rumah kerana ibunya hanya mampu berkurung di dalam bilik selama lima minggu menangi kematian anaknya. Ayah Patricia kesibukan membantu ibunya. Tidak ada seorangpun yang perasan bahawa Patricia juga turut memerlukan dorongan. Dia berkata: *“Orang tua saya tidak pernah mengambil kisah akan perasaan saya... saya rindu abang saya... saya berasa marah kepada Tuhan dan ibu bapa saya. Sudah 40 tahun saya menahan diri dari menangis.”*

Apabila dia mendapatkan bantuan daripada seorang kaunselor pastoral dan mendapatkan pengertian mengenai penderitaan di dalam dirinya, Tuhan campur tangan dan dia dipulihkan melalui doa.

- ii. Seorang wanita di dalam umur lingkungan 30-an memiliki keyakinan diri yang rendah. Zaman kanak-kanak dan remajanya dipenuhi dengan pandangan negatif ibunya terhadap jantinya sebagai seorang anak perempuan. Ini menyebabkan dia secara tidak sedar

menganggap dirinya sebagai tidak bernilai dan tidak berguna. Akhirnya dia memutuskan “tali pusat” itu secara psikologi dan memilih untuk menerima penilaian daripada Allah sahaja. Dia dipenuhi dengan kegembiraan kerana dia sekali lagi dapat memulakan hidup sebagai seorang anak perempuan Tuhan yang dikasihi!

3. Pemulihan Memori Melalui Doa

- a. Ia BUKAN untuk semua orang. Contohnya, ada di antara orang yang memiliki personaliti histerikal (sering mencari perhatian) mungkin akan menggunakan imaginasi mereka yang keterlaluan untuk mendapatkan perhatian.
- b. Salah satu kaedah yang paling berkesan untuk menggalakkan perubahan adalah melalui pendekatan kelakuan kognitif di mana penerima kaunseling diajar untuk mengubah kelakuan dengan kuasa kemahuan dan menjauhi simptom-simptom (Terapi Kelakuan Kognitif).
- c. Rahsia bagi penjagaan dan kaunseling pastoral adalah untuk mengetahui bila untuk menggunakan kaedah yang sesuai, dan kepada siapa. Perkara ini dipelajari melalui latihan dan Roh Kudus akan memberikan hikmat kepada kaunselor.

Ingatlah:

Roh Kudus bertindak menurut waktu-Nya. Adalah baik untuk memberikan perhatian terhadap kaedah penggunaan Yesus mengenai alam sekitar sebagai ilustrasi. Contohnya, biji benih harus mati sebelum ia

bercambah dan buah. Ini bermaksud biji benih memerlukan masa untuk mati sebelum ia berubah menjadi tunas, bertumbuh sebagai satu tumbuhan, dan membesar menjadi sepokok pokok. Buah datang dengan musimnya. Kita boleh menunggu tetapi kita tidak mampu mempercepatkannya.

- d. Ia adalah cara untuk mendengar dengan teliti sambil mendoakan orang lain.
- e. Berwaspadalah supaya tidak diperbodohkan oleh penyebab-penyebab yang paling ketara. Contohnya kes penderaan seksual yang dilaporkan mungkin bukan penyebab bagi amarah yang dialami oleh si penerima kaunseling. Berkemungkinan besar ia disebabkan kerana tidak ada orang yang mempercayainya ketika dia meminta pertolongan.
- f. Berdoalah bersama orang tersebut agar Yesus Kristus akan memulihkan anak kecil yang berada di dalam insan tersebut sewaktu derita itu terjadi. Pastikan doa anda bersifat Alkitabiah. Salah satu gambaran yang paling baik adalah kisah Yesus dengan kanak-kanak. Ambil masa anda – janganlah tergesa-gesa walaupun tugas sedemikian adalah sangat memעותkan dari segi rohani dan emosi. Ia adalah “kos-mental” bagi syafaat sedemikian, iaitu kos untuk berdoa dengan pengertian dan bukan sekadar di dalam roh (1 Korintus 14:15).

Pengertian bagi maksud kehancuran seseorang mungkin akan muncul di dalam rutin sehariannya,

contohnya ketika orang itu sedang memandu, membaca akhbar ataupun mencuci pinggan. Ia juga mungkin akan datang di dalam bentuk mimpi ataupun fikiran yang muncul sewaktu terjaga daripada lena. Allah mempunyai cara-Nya yang unik di dalam melayani anak-anak-Nya. Sekiranya orang yang menerima kaunseling itu tidak mampu memahami peristiwa dan *imbasan kembali* (kenangan) tertentu, dorong mereka untuk mencatatkannya di dalam buku nota dan menunjukkannya kepada anda di sesi yang akan datang. Pengertian mungkin akan muncul kepada kaunselor pada bila-bila masa juga, misalnya sewaktu membaca mengenai masalah yang dihadapkan kepada anda oleh orang itu ataupun sewaktu anda melakukan saat teduh bersama Tuhan. Carilah hikmat dan pengertian dari-Nya, samada secara bersama-sama atau pun bersendirian. Serahkan masalah tersebut kepada Dia walaupun anda tidak mampu memahaminya.

- g. Peranan bagi kaunselor pastoral adalah untuk terus berdoa bagi pihak yang menerima bimbingan. Saya mendapati bahawa ada masanya Roh Kudus akan menggunakan misteri-misteri tersebut untuk membawa kesembuhan apabila kita mendoakannya secara khusus kepada Dia. Kadang-kadang saya merasakan seperti sedang mendukung seorang bayi di dalam hati untuk beberapa minggu sebelum kejayaan terjadi dan saya dipimpin untuk mendoakan orang tersebut secara khusus. Sejurus selepas itu, saya akan berasa lega dan saya pasti bahawa Allah telah menyembuhkan atau akan

melayani orang tersebut tidak lama lagi. Perkara ini sering disahkan di sesi-sesi yang berikutnya.

Sebelum ini, saya tidak memahami maksud untuk mendukung mereka yang memerlukan bimbingan itu di dalam hati dan hadirat Tuhan. Saya berfikir ada sesuatu yang tidak kena dengan diri saya setiap kali saya berasa murung, kadang-kadang selama beberapa hari. Secara perlahan-lahan saya menyedari bahawa bukan semua kemurungan adalah kesan akibat daripada masalah saya sendiri. Sejak dari itu, setiap kali saya mendapati adanya beban di dalam hati yang tidak dapat dilegakan kecuali melalui air mata, saya akan bertanya kepada Allah “Ya Bapa, milik siapakah air mata ini? Saya, Engkau ataupun milik si _____ (nama orang yang datang untuk menerima kaunseling)?”

Dia akan menunjukkan kepada saya milik siapakah air mata tersebut sewaktu Roh Kudus mengajar saya bagaimana untuk berdoa. Dia membawa doa yang telah ditanam-Nya di dalam hati saya kepada Bapa di dalam nama Anak-Nya Yesus Kristus, sesuai dengan waktu-Nya. Ia mungkin disebabkan Allah sedang menghalakan sinaran laser kuasa penyembuhan-Nya ke arah satu titik yang khusus di dalam hidup orang yang perlu bimbingan itu.

- h. Masa bagi sesi susulan adalah penting bagi anda untuk:
- **Merangka semula** pengalaman tersebut

(mengubah persepsi dunia, pandangan, dll.)
iaitu menafsir semula sejarah.

- **Memprogramkan semula** corak pemikiran (mengubah pita suara lama dengan pita baru suara Allah) iaitu memperbaharui fikiran/tetapan fikiran.
- **Menyepadukan semula** emosi, contohnya “mari lihat bagaimana Allah menggunakan perkara yang buruk untuk membawa kebaikan.” (mengusahakan kebenaran dan kasih kurnia Allah di dalam hidup seharian kita) iaitu melakukan apa yang benar.

Soalan: Mengapakah kesembuhan bagi penyebab utama itu sangat penting? Kenapa pula penyembuhan itu kadang-kadang dinafikan?

Jawapan: Roh Kudus adalah Roh kebenaran. Ini bermakna kejujuran dari kita adalah sangat diperlukan.

“Seorang pelaku dosa yang jujur adalah lebih baik daripada orang alim yang penuh dengan kepalsuan!”

D.A. Seamands

Oleh itu, kita hanya membantu orang lain untuk membuka luka mereka, supaya mereka menjadi nyata kepada diri sendiri dan terhadap Allah, agar mereka dapat mengalami penyelamatan, penyucian dan penebusan-Nya yang sempurna (Filipi 2:12-13).

4. Pengampunan Dan Perdamaian

Ini sangat penting di dalam dunia kita yang telah jatuh. Gereja-gereja kita telah mengabaikan ajaran bahawa ketidak-maafan adalah satu dosa. Walaupun kita berkata, “*yang dah lepas tu biarlah, saya sudah memaafkan dia*” apabila ditanya mengenai seseorang yang memiliki konflik dengan kita, saya mendapati bahawa apa yang kita maksudkan adalah, “*apa yang terjadi adalah sangat memeritkan sehinggakan aku tak mahu mengungkitnya!*”

Tuhan Yesus memanggil kita untuk menjadi jujur dan spesifik apabila kita berdoa (Matius 6:5-13). Saya tidak memahami mengapa sesetengah orang berdoa secara terperinci kepada Tuhan untuk memaafkan orang manakala ada pula yang hanya berkata pendek tetapi doa tersebut dikabulkan. Tetapi saya tahu bahawa pencarian yang lebih menyeluruh adalah diperlukan bagi mereka yang mempunyai rahsia tersorok di dalam hati sebelum mereka mampu untuk melepaskan kepahitan dan amarah serta melepaskan pengampunan kepada orang yang telah menyakiti mereka.

Pengampunan adalah satu kemestian bagi mereka yang menerima kaunseling yang sungguh-sungguh dalam mencari pemulihan daripada Allah. Ia bukanlah sebuah pilihan tetapi ia adalah sebuah perintah untuk dituruti (Matius 6:14). Tambahan lagi, ia adalah satu-satunya cara bagi kasih kurnia untuk bekerja. Ini adalah kerana apabila kita melepaskan pengampunan kepada musuh, kita juga turut dilepaskan daripada belunggu derita kerana Allah telah mengampunkan kita daripada dosa kepahitan. Telah sering saya lihat Allah menghargai doa pengampunan

mangsa kepada mereka yang bersalah, mereka kemudiannya menjadi anak Tuhan yang telah diubah. Kegembiraan bagi Yesus, Pengampun yang Agung; bagi Bapa dan kelegaan bagi kita, anak-anak-Nya!

5. Berhadapan Dengan Kepahitan Terhadap Allah

Melabuhkan kepahitan terhadap Allah disebabkan keadaan hidup kita adalah lazim bahkan bagi umat Kristian yang rajin ke gereja. Saya telah melihat tanda-tanda kepahitan seperti itu ketika berdoa dan menantikan Tuhan bagi pihak mereka yang menerima kaunseling.

Semenjak bulan Ogos 1992, saya telah berpeluang melihat ramai orang Kristian yang membuat kesimpulan bahawa rasa marah mereka yang sebenar adalah tertuju kepada Allah (Dia yang mampu menyingkirkan penderitaan mereka tetapi Dia tidak lakukan!) di akhir tahap pemulihan mereka. Ia adalah pertemuan terakhir di dalam pengalaman kasih kurnia pemulihan Allah. Bagi umat Kristian yang teguh dan setia pula, ia menyebabkan terjadinya konflik dan kekacauan dalaman. Bagi kebanyakan orang ia adalah sesuatu yang mengejutkan. Para penerima kaunseling harus menyedari tahap mempersalahkan apa yang telah menjadi kebiasaan bagi mereka kerana kepahitan dan amarah terhadap Allah. Ia mungkin sesuatu yang jarang diluahkan secara langsung. Ia mungkin diucapkan dengan bersahaja seperti:

- "Saya marah dengan kehidupan ini..."
- "Sistem ini sangat tidak adil... sungguh tak saksama...!"

Ataupun ia mungkin diluahkan secara tiba-tiba:

- “Tuhan, Engkaulah satu-satunya yang boleh memberikan saya ibu bapa yang lebih baik. Kenapa Engkau tidak lakukan? Kenapalah saya dilahirkan? Saya tak minta pun!”
- “Saya ingin mempercayai Engkau tapi saya tak mampu! Semunya adalah salah Engkau!”
- “Mengapakah Engkau menjadikan saya sebagai seorang lelaki/perempuan?”

Detik luahan ini selalunya diikuti dengan tangisan dan rasa lega. Saya percaya bahawa Roh Kudus datang untuk memberikan kelegaan. Adalah lebih baik untuk membenarkan orang yang menerima kaunseling untuk berkata-kata kepada Tuhan secara langsung daripada kaunselor pastoral berbuat demikian bagi pihaknya. Sekaligus, dia mendengar Tuhan berkata-kata kepadanya secara peribadi sebagai respon kepada tangisan jujurnya kepada Tuhan. Hatinya akan lebur kerana kasih Allah.

Menurut pengalaman saya setakat ini, saya mendapati Roh Kudus meyakinkan penerima kaunseling akan dosa kepahitan terhadap Allah sewaktu mereka merasakan kasih Allah kepada mereka agar mereka tidak hancur punah kerana rasa bersalah.

Amat melegakan untuk melihat kegembiraan dan kebebasan terpancar di muka mereka yang telah mengakui perkara ini kepada Allah dan menerima sensasi kasih kurnia-Nya yang melimpah – belas kasihan yang tidak layak diterima daripada Allah yang Kudus.

Apabila ini berlaku, saya amat gembira untuk berundur

dan bergembira bersama mereka. Akhirnya dia dan Allah kembali menjadi rakan! Selalunya, penerima kaunseling akan mengalami kegembiraan yang mendalam di dalam Tuhan dan akan bekerjasama dengan-Nya di dalam mengubah roh, jiwa dan tubuh, di dalam fikiran dan perasaan mereka. Amat mengembirakan!

***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. Apakah perasaan anda sekiranya seorang gadis yang memiliki reputasi buruk di gereja anda memasuki bilik ini?

2. Jelaskan reaksi serta merta anda dan bukan respon yang telah anda persiapkan.

3. Bagaimana sekiranya anda mendapati dia adalah seorang lesbian yang sedang mencari bantuan untuk menukar identiti jantinyanya? Apakah peratusan harapan anda yang dia akan dipulihkan kepada Tuhan serta berubah untuk menyerupai-Nya?
4. Apa yang mungkin Yesus katakan ataupun lakukan? Bagaimanakah Dia akan membantu gadis tersebut sekiranya Dia ada di bumi untuk membantunya secara langsung?
5. Baca Mazmur 139
Yesaya 43
Yohanes 3:16-17
Roma 8:28-39
6. Baca buku *Pengampunan dan Perdamaian* dalam Siri Kauseling Pastoral ini untuk mendapatkan penjelasan tentang pengampunan, dan lakukanlah apa yang anda telah mengerti tentangnya.

Rujukan:

- ¹ D.A. Seamands, *Healing for Damaged Emotions* (Victor Books, 1988) mukasurat 20-23; Roma 8:26-27.
- ² Model ini digunakan oleh Dr D.A. Seamands untuk sesi-sesi kaunselingnya, dan saya mendapati ianya sangat praktikal serta berguna dalam sesi kaunseling saya.
- ³ Rosemary Green, *God's Catalyst* (Hodder & Stoughton 1991, Christian Press 1997)
- ⁴ Louis McNurney, *Counselling Christian Workers* (Resources for Christian Counselling, Vol. 2) (Word Inc. 1986)
- ⁵ D.A. Seamands, *Healing of Memories* (Victor Books, 1985) mukasurat 184-185.
- ⁶ Lee Bee Teik, *Building A Love House is Hard Work* (Malaysian CARE, 1996), Bab 1
- ⁷ D.A. Seamands, *If Only – Moving Beyond Blame to Belief* (Victor Books, 1995).
- ⁸ a. Dr Valarie S. DePastino, *Identification of Intercession* (Whitaker House, 1988). Buku ini membincangkan isu-isu doa syafaat untuk orang Kristian yang 'biasa-biasa' sahaja.
b. Rosemary Green, *God's Catalyst* (Hodder & Stoughton 1991, Christian Press 1997)
c. D.A. Seamands, *Healing of Memories* (Victor Books, 1985)