

Ringkasan Khotbah GRII Sydney, 5/7/2009
Pengkhhotbah: Pdt. Effendi Susanto STh.
Tema: The Proper Place of Emotion in Decision Making
Nats: Filipi 4:8, Kolose 1:9-12

Di dalam Kol.1:9-12 Paulus berdoa supaya kita semua boleh mengerti kehendak Tuhan yang sempurna. Ada 4 point yang penting di dalam doa Paulus ini. Yang pertama, di ayat 9, Paulus berdoa supaya Tuhan menambahkan spiritual wisdom dan spiritual insight kepada kita. Inilah cara mengenal kehendak Tuhan, supaya pikiran kita disucikan dengan kebenaran Tuhan yang suci adanya. Lalu di ayat 10 Paulus bicara mengenai aspek motivasi kita di dalam segala hal yang kita kerjakan, yaitu pleasing God dan benefit to others. Itu sebab di dalam decision making orang Kristen jangan memiliki aspek egosentris, tetapi selalu ingin menyenangkan Tuhan dan menjadi berkat bagi orang lain dan melaluinya relationship kita dengan Tuhan makin bertumbuh, kita makin mengenal Dia. Ketiga, kita masuk ke dalam aspek emosi. Ada aspek belajar untuk sabar, tekun, perseverance pada waktu kita menghadapi hal-hal yang mungkin tidak lancar dan sulit di dalam hidup kita. Kemudian keempat, ada sukacita dan syukur kepada Tuhan sebagai aspek positif di dalam hidup kita. Ini semua rangkaian yang penting di dalam decision making supaya kita bisa mengenal kehendak Tuhan yang sempurna adanya. Saya ingin mengajak sdr terlebih dahulu melihat beberapa aspek di dalam decision making. Yang pertama, kita tidak mungkin mengenal kehendak Tuhan kalau tidak berangkat dari satu asumsi dasar yaitu kehendak Tuhan bisa dikenali. Kehendak Tuhan bisa dikenal karena Tuhan berbicara. Kalau Tuhan tidak berbicara, tidak mungkin kita bisa mengenal kehendakNya. Maka sekarang kita harus bertanya kepada Tuhan bagaimana cara Tuhan berbicara supaya supaya kita bisa mengenal kehendak Tuhan itu. Sampai hari ini kita tidak boleh melupakan satu aspek yaitu Tuhan tetap berdaulat dan tetap pimpin hidup kita dengan aktif bekerja di dalam hidup kita. Ini melawan konsep Deisme yang muncul pada abad 17 di Inggris. Berbeda dengan Ateisme yang tidak mau percaya Tuhan, Deisme muncul di dalam Kekristenan dengan mengatakan Tuhan itu tetap ada namun Tuhan tidak lagi campur tangan di dalam hidup manusia. Seluruh problema hidup manusia, seluruh hal yang berkaitan dengan hidup manusia itu sepenuhnya di dalam tanggung jawab kita sebagai manusia. Deisme ingin tetap percaya Tuhan tetapi di pihak lain mengatakan Tuhan tidak lagi campur tangan di dalam hidup kita. Hal itu hal yang wajar dan normal di dalam pergumulan hati orang Kristen. Mzm.42 yang kita baca memperlihatkan pergumulan pemazmur hingga bercucuran air mata ketika orang menghinanya dan menanyakan mana Tuhan yang dia percaya dan bahkan dia sendiri bertanya kepada Tuhan, dimana Tuhan di dalam hidupnya. Pertanyaan itu lumrah dan normal di dalam hidup orang Kristen pada waktu dia merasa Tuhan tidak hadir di dalam hidupnya. Karena "tidak merasa" Tuhan ada, maka Deisme mengatakan Tuhan tidak lagi care kepada kita, seperti seorang tukang arloji yang selesai memutar mesinnya dan membiarkan arloji itu berjalan hingga sampai suatu saat mesinnya tidak lagi bekerja. Kita tidak terima konsep itu. Kita percaya apa yang Paulus katakan di dalam Rom.8:28 "Allah turut bekerja di dalam segala sesuatu untuk mendatangkan kebaikan bagi orang yang mengasihi Dia." Maka kita percaya dan menerima seluruh aspek hidup kita dari masa lampau, sekarang dan di masa depan Tuhan pimpin. Melewati hal-hal yang baik menurut pandangan kita maupun hal-hal yang menyedihkan, di dalam sukacita maupun dukacita, semua Tuhan tenun untuk mendatangkan kebaikan bagi kita. Itu yang kita tidak bisa abaikan. Kita sadar ataupun tidak, kita rasa ataupun tidak, tetap itu tidak boleh menjadi penyebab kita mengatakan Tuhan tidak beserta dan pimpin hidup kita. Ini point yang pertama dulu.

Lalu kemudian kita bertanya, bagaimana Tuhan pimpin hidup kita? Maka minggu lalu saya tegaskan akan the sufficiency of the Bible. Tuhan sudah memberi kita Alkitab dan melaluinya sudah cukup, kita tidak perlu tambahan lagi prophecy yang lain untuk meng-guide hidup kita di dalam decision making. Itu pointnya. Kita membaca firman Tuhan, merenungkannya dan melalui firman Tuhan ini kita mengenal dan mengerti kehendak Tuhan. Pada waktu saya mengatakan kalimat ini, orang selalu bertanya, "Bagaimana saya tahu?" Jawaban Alkitab cuma satu, bagaimana saya berjalan di dalam kehendak Tuhan, Paulus sudah bilang perjalanan hidup kita di depan not by sight but by faith. Perjalanan hidup kita di depan bukan karena kita telah melihat bukti, tetapi perjalanan hidup orang Kristen mengikuti Tuhan adalah perjalanan iman.

Sampai di sini, baru iman itu perlu mendapatkan dukungan supaya iman itu bukan iman yang naif, supaya iman itu bukan iman yang membabi-butakan, supaya iman itu bukan iman yang tidak punya dasar. Maka pengetahuan manusia mau tidak mau tidak akan mungkin terlepas dari persepsi indera mereka. Sehingga pada waktu orang bertanya, bagaimana dia tahu kehendak Tuhan, dengan sendirinya ada lima indera yang manusia pakai untuk mengetahui. Itu sebab orang bilang, 'saya tahu Tuhan pimpin kalau saya tahu dengan jelas' berarti orang itu mau melihat dulu baru dia jalan. Atau 'saya rasa feel good dulu, hati saya tenang, Tuhan beri damai sejahtera,' berarti dia menjadikan feeling sebagai faktor bukti Tuhan memimpin. Atau ada orang yang perlu kalkulasi, pikir matang-matang, itu berarti dia memakai ratio sebagai pendukung. Mungkin yang lebih seru ada orang yang pakai indera penciumannya untuk meyakini pimpinan Tuhan sebelum dia mengambil keputusan. Ada wangi bunga mawar, membuat dia merasa damai dan merasakan kehadiran Tuhan. Kalau Setan yang hadir katanya ada bau sulfur. Prinsipnya kita mau berjalan dengan iman, tetapi sdr dan saya adalah manusia yang setelah melangkah baru bisa tahu kita jalan benar atau tidak. Dan kita harus jujur mengaku perjalanan kita mengikut Tuhan setelah kita menengok ke belakang melihat apa yang sudah kita jalani di situ, di situ Tuhan pimpin. Tetapi waktu kita mau melangkah mengambil satu keputusan, kita beriman kepada Tuhan tetapi kita perlu dukungan supaya iman kita tidak naif. Apa dukungannya? Maka sekarang saya bicara mengenai dimana letak pertimbangan ratio sehingga itu tidak mengeliminir iman kita kepada Tuhan. Dan bagaimana peranan perasaan di dalam decision making supaya perasaan itu tidak mengalahkan iman dan tidak mengesampingkan ratio kita. Barulah kita bicara bagaimana pikiran dan emosi kita itu kita bawa di hadapan Tuhan sebagai pendukung di dalam decision making.

Sampai di sini memang akan terjadi perdebatan bagaimana seseorang make decision. Kalau orang bertanya, 'What do you think?' berarti orang itu mengutamakan pertimbangan akal. Tetapi ada orang yang bertanya, 'What do you feel?' berarti orang itu menaruh pertimbangan feeling di situ. Sekarang saya bertanya kepada sdr, waktu sdr make decision mana sebenarnya yang di depan, feeling atau ratio? Jujur, analisa pertimbangan ratio itu tidak membuat sdr mengambil keputusan. Yang membuat sdr mengambil keputusan itu adalah "gut." Sudah menimbang segala aspekpun, kalau tidak ada 'gut' kita tidak jalani. 'Gut' itu apa? Feeling, bukan? Berarti yang berperang mengambil keputusan itu apa? Point saya adalah dari sisi yang satu kita mengambil keputusan karena kita tahu Tuhan pimpin tetapi saya ingin sisi yang satu juga menjadi klop, kita tahu Tuhan pimpin, kita tahu kehendakNya dari firmanNya yang kita baca, namun waktu kita ambil decision taruh hal pertama di depan: kita beriman kepada Tuhan, Tuhan tidak pernah bersalah di dalam pimpinanNya. Tetapi beriman tidak berarti 'que sera sera' kita duduk-duduk di sofa lalu lihat Tuhan pasti bekerja. Di situ mau tidak mau kita harus menggunakan seluruh 'faculty' kita yaitu reasoning dan feeling kita, lalu bagaimana will kita mengambil keputusan, menurut hati yang taat kepada kehendak Tuhan atukah hati yang berdosa. Inilah rangkaian pengambilan keputusan kita. Ada orang sudah pikir dari depan ke belakang, dari sisi kiri ke kanan, setelah pikir dalam-dalam, tetap tidak membuat dia mengambil keputusan. Tetapi ada orang tidak pikir seperti itu namun lebih berani di dalam melangkah. Ini semua pengalaman hidup kita, memperlihatkan kepada kita bahwa kita tidak bisa mengkontra antara thinking dan feeling.

Feeling itu letaknya dimana? Menurut orang yang mempelajari kerja otak, feeling itu ada di bagian depan otak kita. Sekarang sudah ditemukan paling tidak ada lima major neuron transmitters di dalam otak manusia. Kalau sdr mengalami anxiety misalnya, dokter akan memberi obat yang mengirim signal ke bagian itu untuk menghilangkan anxiety. Orang yang penakut langsung jadi berani setelah minum exctacy atau 'Ice' karena ada stimulan buat memicu keberanian di otaknya.

Kalau jantung sdr mampet, sdr perlu operasi by-pass, bukan? Tetapi by-pass itu sebenarnya bukan obat yang menolong jantung yang mampet. Sdr perlu ketemukan dulu apa yang membuat jantung itu mampet, baru tahu penyebabnya sederhana, apa yang sdr makan? Soto Madura, lamb shank, coto Makassar, sop buntut, bikin mampet semua. Kalau pola makan itu yang tidak dibereskan, mau by-pass berapa kali juga tidak berguna. Demikian juga depressi, anxiety, insomnia, dsb sdr hilangkan dengan makan obat, sebenarnya itu tidak menolong menyelesaikan akar penyebabnya sebab problemnya bukan di situ. Lalu bagaimana kebenaran firman Tuhan menolong orang yang depressi, orang yang mengalami ketakutan dan kekuatiran?

Mzm.42 merupakan salah satu mazmur yang 'gelap' bicara mengenai perasaan feeling emosi manusia di hadapan Tuhan, diungkapkan dengan dalam oleh pemazmur. Ayat 4, "Air mataku menjadi makananku siang dan malam. Sepanjang hari orang bertanya, "Di manakah Allahmu?" Ayat 10, dia jujur bertanya sendiri kepada Allah, "Mengapa Engkau melupakan aku?" Orang lain menghina itu sudah menimbulkan sakit, tetapi sampai diri bertanya, "God, are You exist in my life?" itu adalah satu ungkapan depressinya. Jiwanya tertekan. Jaman itu tidak ada prozac, tidak ada valium, depamine, deprevan, dsb. Bagaimana pemazmur menolong dirinya keluar dari situ?

Mzm 42 hanya memakai dua cara untuk mengatasi hal ini. Ayat 6 dia bertanya kepada jiwanya dan ayat 12 have faith in God, bersandarlah kepada Tuhan. Cara pertama, diri sendiri memarahi diri sendiri. Itulah kita, satu-satunya mahluk yang Tuhan ciptakan memiliki kemampuan untuk self reflection. Menarik sekali ayat ini. Pemazmur menyadari jiwa yang tertekan, depressi, merasa bahwa Tuhan sudah tidak beserta, itu semua adalah pikiran yang faulty yang bisa muncul, tetapi kadang-kadang kita tidak bisa menghindari pikiran-pikiran seperti ini. Maka hanya dua cara ini yang bisa mengatasinya. You harus bersandar kepada Tuhan dan bertanya kepada diri sendiri, gunakan pertimbangan bijaksana untuk mempertanyakan perasaan feeling yang kadang-kadang membawa sdr kepada faulty thinking itu. Tuhan sudah tidak sayang kepadaku lagi, tidak menolongku meskipun aku sudah menangis seperti ini, kalau begitu hidupku sudah tidak ada artinya, dsb. Tanyakan kepada diri, mengapa engkau berpikir seperti itu?

Bagaimana fungsi feeling di dalam decision making? Yang pertama, melalui contoh yang saya berikan tadi, feeling merupakan reaksi pertama di dalam setiap kali kita menghadapi situasi hidup. Feeling itu diberikan kepada kita fungsi utamanya bukan untuk membuat kita happy tetapi fungsi utamanya adalah untuk membuat kita survive. Waktu sdr mengambil keputusan, pernahkah sdr ambil keputusan itu based on anger or based on anxiety and fear? Semua feeling itu merupakan suatu reaksi yang wajar untuk survive. Waktu seekor kucing terpojok, dia tidak akan pikir lagi, dia akan menyerang dan mencakar.

Feeling ada di otak kita, feeling memiliki kaitan dengan pikiran kita, dan feeling itu sulit untuk kita pisahkan dengan pikiran kita. Feeling berperanan penting menjadi reaksi pertama kita mengambil keputusan. Dan banyak keputusan yang kita ambil sudah memby-pass kesadaran kita based on dua hal: pertama untuk survive sehingga keputusan itu kita ambil tanpa pikir panjang. Yang kedua, based on past memory sehingga kadang-kadang feeling kita jalan dulu di depan. Dari aspek ini sdr melihat bagaimana kita menaruh feeling kita, betapa kuatnya dia berpengaruh di dalam decision making yang kita buat. Saya tidak mengatakan itu hal salah, karena banyak kali pertimbangan-pertimbangan pikiran kita tetap tidak membuat kita melangkah mengambil keputusan. Harus kita akui akhirnya unsur feeling yang membuat kita ambil satu keputusan. Cuma point saya adalah yang perlu kita jaga, feeling itu gampang sekali mengalami perubahan. Feeling itu bisa dipengaruhi oleh bad memory kita yang lama. Feeling itu belum tentu menjadi betul adanya. Itu sebab bagaimana kita meletakkannya in a proper place di dalam decision making kita.

Problem hidup kita tidak habis-habisnya memiliki faktor penghambat, salah satunya adalah bukan kurang bijaksananya pertimbangan kita tetapi kurang mampunya kita menangani obstacle feeling yang ada di dalam hidup kita. Bagaimana perasaan takut dan kuatir kadang-kadang menjadi faktor penentu sdr mengambil keputusan tanpa sdr pikir baik-baik. Dan kadang-kadang faktor perasaan anger dan ingin membalas dengan membabi buta akhirnya menjadi penentu di dalam kita mengambil keputusan. Bagaimana perasaan tidak berdaya dan depressi menghabiskan daya kita sehingga kita tidak berani mengambil keputusan walaupun begitu banyak pertimbangan pemikiran pertimbangan dan kekuatan firman Tuhan diberikan kepada sdr, kenapa faktor feeling ini menjadi faktor yang begitu besar menghambat kita. Sekali lagi, hidup kita tidak lepas dari problem, hidup kita hari demi hari tidak lepas untuk membuat keputusan. Hari ini saya berkata sebagai anak Tuhan, sdr dan saya tidak boleh lepas dari prinsip ini, keputusan yang kita ambil bukan lagi memakai 'gut' sebagai penentu, tetapi kita harus ubah kata itu menjadi saya beriman kepada Tuhan. Orang lain mengambil keputusan karena 'gut' karena hidup mereka guided by chance, sedangkan hidup kita guided by God, melangkah dengan iman. Maka buang dua obstacle yang menghambat kita menggenapkan decision making yaitu psychological obstacles dan logistical obstacles. Mana yang lebih sulit? Yang lebih sulit adalah psychological obstacles. Yang disebut sebagai logistical obstacles adalah sdr bisa mengambil keputusan itu jalan atau tidak mau tidak mau memerlukan

pertimbangan logistik, bukan? Bisa jadi pertimbangannya baik, possibility memungkinkan, dsb tetapi ada hambatan sdr tidak bisa menggenapkan decision making itu sebab kita kekurangan waktu atau kurang uang, dsb yang merupakan logistic obstacles tsb. Ada orang tidak bisa sukses jadi orang kaya bukan karena dia malas atau tidak sanggup bekerja, tetapi karena – pakai istilah Christianto Wibisono- kurang "gisi" kurang didukung dengan uang, sehingga mungkin tidak bisa masuk sekolah yang baik, dsb. Itu semua adalah logistic obstacles. Namun tidak berarti orang yang bersekolah di sekolah yang baik dengan sendirinya bisa jadi orang sukses. Kita kurang uang, kurang skill, kurang dukungan, kurang waktu, dsb itu semua logistic obstacle yang bisa menjadi penghalang, tetapi buat saya itu semua adalah minor obstacle. Kalau sdr menghadapi hambatan seperti itu, tidak apa-apa, yang penting sdr berani jalan. Namun obstacle yang seringkali menghambat kita melangkah dan paling susah untuk disingkirkan adalah feeling kita, psychological obstacles. Kita bicara soal takut, kita bicara soal lack of confidence, fear of failure, bimbang, indecisive, tidak berani mengerjakan hal-hal yang baru di dalam hidupnya, itu semua masuk ke dalam psychological obstacles. Orang yang terhambat psychological obstacle terutama adalah orang yang selalu mengutamakan feelingnya sebagai yang paling utama di dalam decision makingnya. Feeling itu gampang sekali berubah dan gampang sekali mengalami perubahan yang dahsyat based on circumstances hidup dan bad memories di dalam hidup sdr.

Lalu bagaimana kita belajar menempatkan feeling itu di proper place di dalam decision making kita? Saya katakan tidak bisa tidak, kita rela di-guide oleh firman Tuhan dan didukung oleh beberapa sarana yang penting. Alkitab mengatakan sarana yang pertama adalah jangan pernah mengabaikan pertimbangan orang-orang yang bijaksana, meminta pendapat mereka dan dengan dalam mempertimbangkannya. Mengapa kita perlu akan hal itu? Supaya dengan melihat nasehat orang lain sdr belajar untuk bisa mengoreksi feeling sdr di dalam mengambil keputusan, sdr melihat melalui kacamata orang lain, pikiran orang lain, pendapat orang lain, itu akan membantu sdr mengambil keputusan dengan lebih baik.

Yang kedua, Alkitab memberikan prinsip apa yang baik, apa yang manis, apa yang suci, itu semua berkaitan dengan etika dan estetika, berkaitan dengan feeling kita, semua itu harus kita pikirkan. Itu sebab mengapa spiritual wisdom menjadi hal yang amat penting untuk kita mengevaluasi dan memikirkan kembali dengan dalam mengapa muncul feeling-feeling tertentu di dalam pikiran kita. Feeling yang bersifat negatif menciptakan begitu banyak pikiran-pikiran yang keliru dan salah di dalam hidup kita. Feeling itu normal menjadi reaksi tetapi tidak boleh menjadi konklusi.

Sdr baru melihat muka seseorang, lalu sdr berpikir orang itu jahat atau marah kepada sdr. Itu semua pikiran yang patut kita pertanyakan baik-baik dan memikirkan dengan bijaksana, benarkah pikiran yang muncul seperti itu?

Itu sebab mengapa saya katakan feeling kita terus harus di-guide dengan akal kita yang disucikan dengan pertimbangan firman Tuhan. Maka sdr baca Alkitab, pegang janji Tuhan yang setia, Dia tidak pernah meninggalkan kita. Itu sudah menjadi jawaban yang cukup memelihara hidup kita walaupun secara perasaan mungkin engkau dan saya tidak merasakannya. Dengan demikian kita berjalan di dalam pimpinan Tuhan dengan sedikit hati-hati, teliti dan mempertimbangkannya dengan bijaksana. (kz)