

# perasaan & EMOSI



## Perasaan dan Emosi

Anugerah Perasaan — Prasyarat Kepada Belas Kasihan

Tajuk	: Perasaan dan Emosi
Penulis	: Lee Bee Teik ©2004
Penterjemah	: Steffisley Masingki
Penyunting	: Randy Singkee
Reka Bentuk	: Chiang Juat Chin
Penerbit	: Wawasan Penabur Sdn Bhd

Dr. Lee Bee Teik ialah pengasas dan direktor untuk Pelayanan Reconre ([www.reconre.org](http://www.reconre.org)). Beliau adalah seorang doktor perubatan terlatih tetapi mengambil keputusan untuk meninggalkan kerjaya perubatan bagi mendampingi sepenuh masa anaknya membesar. Pada tahun 1992, Tuhan memanggilnya ke dalam pelayanan penulisan dan melayani hamba-hamba penuh masa Tuhan melalui pelayanan kaunseling dan retreat. Dr. Lee juga giat dalam pelatihan kaunseling bimbingan dan nasihat, serta memfasilitasi seminar & retreat peribadi atau kelompok kecil. Beliau adalah isteri Bishop (Dr.) Hwa Yung dari Gereja Methodist di Malaysia dan mereka mempunyai 3 orang anak yang sudah dewasa.

Hakcipta © 2012 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 periklan ringkas dalam artikel/risalah dan ulasan.

## Perasaan dan Emosi

Anugerah Perasaan – Prasyarat Kepada Belas Kasihan

### Mengapa Harus Berbicara Tentang Perasaan?

**M**enurut pengkelasan peringkat umur dalam kehidupan, anda mungkin seorang dewasa atau remaja. Walaupun ada kumpulan manusia yang stereotaip, individu-individu bukanlah stereotaip. Satu hal yang kita tahu ialah Allah telah membolehkan setiap dari kita untuk 'merasa' dan 'berfikir'. Tanpa mengira tahap IQ anda 50 atau 150, tinggi atau rendah, kita semua tahu apa itu membuat keputusan dan melaksanakannya. Sama juga seperti merasa saat kita berada di lembah kegagalan atau di puncak kejayaan, dalam keadaan tegang atau tenang. Akan tetapi, walaupun dunia dan gereja menghormati buah fikiran semua orang, mereka selalu lupa akan perasaan orang tersebut. Disebabkan oleh hal itu, ramai orang menderita kerana perasaan mereka yang tersembunyi, tersimpan, tidak diluahkan serta terpendam. Kerana sudah lama tidak berurusan dengan anugerah perasaan ini, ramai di antara kita yang sudah sekian lama mengelaknya sehingga kita tidak tahu apa yang harus dilakukan apabila berhadapan dengannya. Hasilnya ialah dunia dan gereja terus menjalani hidup dalam kepahitan dan kedukaan yang semakin bertambah.

Menurut pengalaman saya berhadapan dengan orang yang memerlukan sejak 30 tahun yang lepas, saya semakin sedar bahawa banyak konflik hubungan yang

timbul kerana kita kurang menghargai perasaan orang yang berkonflik dengan kita. Memang banyak faktor yang terlibat termaksudlah faktor dosa. Akan tetapi, banyak luka yang boleh dielakkan daripada menjadi teruk sekiranya kita tahu latar belakang orang itu sebagai sesama manusia; bukan hanya sebagai seorang anak, ibu bapa, pasangan hidup, guru, pastor, ahli gereja, saudara mara ataupun teman sepelayanan dalam keluarga Allah yang besar. Untuk lebih tahu tentang orang lain dan diri sendiri, kita perlu pandang kepada Allah yang menjadikan kita serupa dengan gambaran-Nya.

Allah berfirman melalui Nabi Yesaya:

"Sebentar sahaja Aku telah meninggalkan kamu, tetapi dengan penuh kasih Aku akan mengambil kamu kembali. Aku berpaling sebentar sahaja dari kamu kerana Aku sangat murka, tetapi Aku akan mengasihimu selama-lamanya." Demikianlah firman TUHAN, Penyelamat kamu.

"Pada zaman Nuh Aku berjanji tidak akan membanjiri bumi lagi. Sekarang Aku berjanji tidak akan murka kepadamu lagi; Aku tidak akan memarahi atau menghukum kamu.

Biarpun gunung dan bukit runtuh, tetapi Aku tidak akan berhenti mengasihimu. Aku akan menepati perjanjian damai-Ku." Demikianlah firman TUHAN yang mengasihimu.

Yesaya 54:7-10

Adakah Allah mempunyai perasaan? Sudah tentu sekali! Perkataan-perkataan yang saya hitamkan dalam petikan firman Tuhan di atas penuh dengan perasaan yang menggambarkan hati Allah yang penuh kasih dan pengajaran disiplin yang baik. Dia boleh menjadi marah tetapi penuh dengan belas kasihan. Dia tahu apa ertinya ditinggalkan oleh umat-Nya dan apa ertinya meninggalkan mereka. Perasaan adalah salah satu ciri-ciri peribadi Tuhan.

### Definisi

**S**aya percaya bahawa kita semua memiliki perasaan dan tahu tentangnya. Namun begitu, kita selalu lupa untuk mengenalpasti perasaan kita sendiri sehinggalah waktu kita bersungut tentang seseorang yang tidak tahu bertolak ansur dengan perasaan orang lain. Sebagai contoh, kita mungkin akan berkata: "Teruk betul orang ini...tak ada perasaan langsung! Sampai hati dia meninggalkan gadis itu setelah berjanji untuk mengahwininya!"

Keupayaan merasa menunjukkan kita boleh bertindak balas terhadap rangsangan seperti jari saya akan terasa sakit apabila tercucuk duri. Jika seseorang memarahi saya di hadapan orang ramai, saya akan berasa malu. Kita harus sedar bahawa keupayaan merasa dan menerima rangsangan luaran ialah salah satu ciri yang telah dianugerahkan oleh Allah kepada manusia. Biasanya, tindakan rangsangan ini digunakan untuk mengelak atau mengurangkan keadaan bahaya. Contohnya apabila

tangan menyentuh seterika panas, kita akan dengan cepat menarik tangan kita. Sekiranya kita tidak dapat merasa suhu panas yang tinggi, kulit kita pasti akan rosak. Ini selalu dikaitkan dengan orang yang menghidapi penyakit kusta yang tidak dirawat dengan segera.

Walaupun bagaimanapun, kita selalu lupa bahawa keupayaan merasa ini berbeza di antara setiap individu yang dicipta oleh Tuhan. Sikap ini akan mengakibatkan kita untuk menilai dan menganggap bahawa semua orang mempunyai tahap perasaan dan emosi yang sama. Ini mungkin akan mengakibatkan masalah perhubungan. Apakah yang kita cuba sampaikan apabila kita fokus kepada keupayaan merasa sebagai satu anugerah dari Tuhan? Mengapa kita tidak menganggapnya sebagai anugerah yang diberikan oleh Tuhan tanpa kita memintanya?

Sebab itulah perasaan dan emosi ini akan dibincang dari sudut pandang sebagai satu 'anugerah', satu istilah yang dipinjam dari buku Dr. Paul Toumier yang bertajuk "*The Gift of Feeling*" (Anugerah Perasaan). Dan saya berharap buku kecil ini akan menggalakkan orang ramai untuk menggunakan anugerah istimewa ini dengan sepenuh hati, fikiran, jiwa dan kekuatan. Semoga dengan pengetahuan ini kita serta orang yang kita layani akan menjadi lebih matang dari segi kemanusiaan untuk kemuliaan Allah Bapa yang berkuasa atas segalanya.

## Apakah Itu Anugerah Perasaan?

- 1.** **Anugerah perasaan** ialah satu anugerah keprihatinan terhadap orang lain, yang dilaksanakan dengan lemah lembut, penuh belas kasihan dan oleh satu perhubungan. Ia juga dikaitkan dengan panggilan untuk berhubung rapat dari segi perasaan dengan mereka yang dalam kesusahan atau kesenangan, dalam kelemahan atau keberdayaan. Kadang-kala ia kelihatan seperti tidak masuk akal, sehingga ada kalanya ia bertindak dalam keadaan yang ajaib dan di luar logik<sup>1</sup>.

Sebagai contoh, seorang bapa akan lebih menyayangi anak yang mempunyai kesamaan keperibadian dengannya. Hal ini menyebabkan si bapa akan lebih berlembut terhadap anak ini apabila dia melakukan kesalahan. Perasaan marah terhadap anak ini agak kurang jika dibandingkan perasaan marahnya terhadap anak-anak yang lain. Keadaan seperti ini mungkin berlaku berulang kali, walaupun bapa tersebut tahu bahawa dia tidak sepatutnya mengamalkan sikap pilih kasih terhadap anak-anaknya.

Berbeza pula dengan **anugerah berfikir**. Ini ialah anugerah perhatian terhadap objek, kesahihan fakta dan produk. Ia adalah satu perhatian terhadap sesuatu yang mungkin tidak melibatkan perasaan<sup>2</sup>.

- 2.** Perasaan ialah sesuatu yang tidak boleh diubah sesuka hati tetapi boleh dikuasai, dengan pertolongan Tuhan yang memampukan. Pemahaman tentang kebolehan merasa ini mungkin akan diperlukan terutamanya

apabila kita dalam situasi di mana kita sudah memaafkan orang yang menyakitkan hati kita, tetapi masih ada sisa kemarahan yang timbul terhadap orang tersebut. Dalam situasi ini, kita digesa untuk menguasai perasaan kita sehinggalah Tuhan melembutkan hati kita sesuai dengan waktu-Nya. Sementara itu, kita harus mendoakan orang tersebut dan berbuat baik kepadanya setiap kali ada kesempatan. Satu hari nanti, kita akan terkejut dengan kemampuan kita untuk berhadapan dengan orang itu tanpa perasaan benci dalam diri kita!<sup>3</sup>

## Empat Sebab Mengapa Kita Harus Mengambil Kira Anugerah Perasaan Dengan Serius

**K**ita harus menitikberatkan perasaan kerana gereja-gereja dan negara-negara Asia, bahkan dunia ini sedang menuju ke era teknologi di mana kedudukan, kepandaian, martabat, penampilan rupa serta wang menjadi keperluan utama setiap individu. Anak muda masa kini, terutamanya yang tinggal di bandar tidak lagi mengendahkan orang dewasa yang kurang mengetahui bahasa komputer seperti mereka. Kita selalu memikirkan bagaimana rupa masa depan sekiranya anak-anak muda seperti ini menjadi pemimpin gereja dan masyarakat satu hari nanti. Adakah mereka masih mempunyai apa yang dikatakan oleh Shakespeare sebagai "the milk of human kindness" (perhatian dan kasih sayang terhadap orang lain)? Bagi kita rakyat Malaysia yang semakin maju dengan teknologi, adakah anda rasakan yang kita tidak



akan jatuh ke dalam perangkap yang sama seperti yang sedang dialami oleh negara-negara membangun yang lain, samada di dalam atau luar gereja?

Kesusasteraan Inggeris yang dahulunya diajar untuk melatih murid supaya berfikir dan merasa bersama-sama dengan watak dalam karya yang sedang dipelajari oleh mereka, sudah tidak diajar lagi di sekolah-sekolah di Malaysia sejak dua dekad yang lalu. Ramai guru Bahasa Inggeris tidak tahu untuk mengajar kesusasteraan sebagai satu mata pelajaran. Pelajar yang ingin mengambil mata pelajaran sastera semasa dalam Tingkatan 5 sering kali kecewa; mereka tidak dapat berbuat demikian tanpa ajaran dan bimbingan daripada seorang guru. Di pekan-pekan yang kecil, guru yang sanggup untuk melakukan tugas itu hampir tidak wujud. Tiga puluh tahun yang lalu, kebanyakan pelajar Tingkatan 5 akan mengambil subjek ini sebagai salah satu pelajaran elektif. Ramai daripada mereka yang menikmati cerita-cerita tragedi serta jenaka yang dibawa oleh watak-watak karya tersebut. Secara tidak langsung, keinginan kita untuk berfikir dan merasa bersama dengan orang lain telah meresap jauh ke dalam jiwa kita kerana bimbingan dan ajaran guru-guru yang membantu kita untuk memahami kata-kata serta perilaku watak-watak dalam cerita tersebut.

Selain itu, hasil daripada pemerhatian menunjukkan peralihan dari era pertanian kepada era perindustrian dan teknologi untuk negara-negara Barat mengambil masa berkurun lamanya. Tetapi fasa peralihan seperti ini hanya mengambil masa beberapa dekad di Malaysia. Oleh yang demikian, adalah penting untuk menekankan kepentingan perkembangan berkembar teknologi-intelek

untuk seiring dengan perkembangan emosi peribadi anak-anak muda kita. Mari kita menganggap ini sebagai satu pertumbuhan tiga serangkai... Intelek-teknologi-emosi. Kita tidak dapat mengelak daripada hakikat bahawa manusia mempunyai kemampuan untuk merasa.

Walaupun bagaimanapun, berdasarkan sejarah negara kita, kita harus juga menambah bahawa dengan kesedaran peningkatan jenayah serta belajar daripada sejarah sosial negara-negara yang lebih maju, adalah ditekankan kepada sesama kita untuk membantu orang di sekeliling kita seperti diri sendiri melalui pelbagai cara.

Mempunyai pengalaman serta berpandangan jauh itu sangat berharga. Belas kasihan, yang berkaitan dengan anugerah perasaan, juga sentiasa digambarkan dalam satu masyarakat yang mempunyai nilai moral yang memburuk. Ini terutamanya disebar luas melalui liputan media. Walau bagaimanapun, kita tidak mahu membincangkan anugerah perasaan hanya dari pandangan buruk ini sahaja. Kita perlu melihatnya dari sudut positif dan mengajar diri kita untuk menggunakannya bagi membina diri sendiri untuk kebaikan jangka panjang individu dalam masyarakat kita.

Bagaimana ini boleh dilakukan? Sejak dahulu lagi, dunia ini tidak mengambil berat tentang hubungan persahabatan yang mesra. Hubungan yang terjalin seringkali digunakan untuk mendapatkan kuasa, keseronokan, status, keselesaan atau wang. Tidak ramai yang menerima orang, mendengar dan bercakap dengan mereka seadanya. Ironisnya, sesebuah hubungan itu lebih kekal lama berbanding dengan keseronokan duniawi, status, kuasa

atau wang. Walau bagaimanapun, jika keprihatinan kita terhadap orang lain itu melibatkan pengorbanan yang sejati, hadirat Tuhan akan ada bersama-sama kita kerana Dia adalah Allah Tritunggal, yang telah dilihat pada Yesus dari Nazaret (Matius 25:31-46).

Ahli-ahli profesional dalam bidang psikologi kanak-kanak di Malaysia pada masa ini menggalakkan ramai pihak untuk melakukan ujian kecerdasan emosi kanak-kanak (EQ) dan bukan hanya ujian kepintaran (IQ) mereka. Ini mungkin merupakan satu permulaan langkah yang betul ke arah penilaian individu yang lebih efektif, bagi mengarahkan perhatian kita kepada keperluan emosi dan kebolehan kanak-kanak dan bukannya semata-mata untuk kebolehan intelek mereka.

#### Kes Sejarah

Encik Y dan isterinya adalah orang Kristian nominal (Kristian sekadar nama) yang tinggal di Malaysia. Si isteri menuduh suaminya kafir manakala si suami pula menyatakan bahawa isterinya adalah seorang yang materialistik dan hanya mahukan keseronokan. Mereka tidak mahu menerima kenyataan dan berdepan dengan kepahitan peribadi mereka terlebih dahulu. Disebabkan oleh hal itu, walaupun pernah berbaik dalam masa beberapa bulan, perkahwinan mereka kembali dilanda dengan dilema perhubungan mereka.

Sementara si suami terus dengan ketidakpercayaan, si isteri pula mencari pasangan seksual melalui internet dengan orang yang sejenis dengannya

dari Singapura. Perasaan sayang terhadap satu sama lain seolah-olah sudah tiada. Kedua-duanya menafikan secara terbuka tentang peranan Allah dalam kehidupan peribadi dan perkahwinan mereka, sekaligus menghalang diri mereka dari sumber rahmat pengampunan dan perdamaian. Harapan kedua-dua anak remaja mereka supaya hubungan ibu bapa mereka dipulihkan putus di tengah jalan dan mereka sangat terluka dengan keadaan konflik orang tua mereka. Anak-anak remaja ini menjadi mangsa orang dewasa yang gagal untuk mendidik serta membentuk emosi mereka.

**2.** Kita perlu bercakap tentang anugerah perasaan kerana anugerah ini secara umum telah disalahfahami terutamanya oleh kaum lelaki, dan jarang dinilai positif oleh kedua-dua kaum lelaki dan perempuan. Kerana itu, perasaan dan emosi sebagai sebahagian daripada kemanusiaan kita, biasanya dipandang rendah oleh orang-orang yang kurang mengalaminya. Akibatnya, pada masa tertentu dalam kehidupan, orang akan menyalahgunakan perasaan yang membuak-buak dari dalam jiwa mereka. Ia sering dikelaskan sebagai titik lemah, dan bukannya titik yang kuat, untuk menilai seseorang pada kedudukan yang tinggi di dalam dunia komersial atau pendidikan.

Walaupun bagaimanapun, kita mesti berhati-hati apabila merujuk klasifikasi itu kerana kekuatan perasaan seseorang ialah dalam kelemah-lembutannya, iaitu dalam mendorong orang lain, bertentangan dengan pemikiran yang acuh tak acuh. Pemikiran seperti itu adalah

kelemahan yang boleh berpunca daripada penyalahgunaan pemikiran kita. Ia sudah tentu bukan kekuatan perasaan! Jika kita melihat Tuhan Yesus dan mendengar kata-kata-Nya dalam Matius pasal 5, kita akan melihat bahawa jika kelembutan digunakan dengan sepatutnya, ia adalah sumber kekuatan dan bukan kelemahan. Mereka yang lemah (lembut) akan menerima janji Allah. (lihat Matius 5:5) Oleh itu, saya berharap supaya melalui buku ini, anugerah perasaan akan lebih difahami dan ia akan mendapat tempat yang sepatutnya dalam kehidupan peribadi serta masyarakat kita.

---

*Perasaan boleh dikuasai  
tetapi tidak boleh  
diubah sesuka hati*

---

Pada tahun 1989, ketika saya masih bersedih setelah kematian bapa saya yang meninggal di China, saya menghadiri satu kebaktian gereja di mana pemimpin pujiannya menggesa jemaat untuk bertepuk tangan dan bersukacita. Apabila saya mendengar kata-kata pemimpin pujiannya itu, saya tidak dapat menahan hati lagi. Saya segera meninggalkan ruang ibadah lalu duduk di luar sambil menangis. Dalam fikiran saya, saya tahu bahawa sukacita mereka adalah benar dan tidak ada apa-apa kaitan dengan kesedihan saya. Namun, saya tidak boleh mengubah perasaan mengikut kehendak saya dan menyesuaikannya dengan kegembiraan yang ada di sekeliling. Syukurilah, saya dapat mengawal kesedihan saya sebelum saya keluar dan menangis.

Ada banyak ayat-ayat dalam Firman Tuhan yang menyeru kita, secara langsung atau tidak langsung, untuk mengawal perasaan kita yang sering diluahkan melalui ucapan kita.

Contohnya, penulis Amsal 15:1 memperhatikan bahawa "Jawapan yang lembut meredakan kemarahan, sedangkan kata-kata yang pedas membangkitkan amarah."

**K**ita harus mendedahkan perihal anugerah perasaan ini kepada semua kerana ia sangat berbeza dengan anugerah berfikir, sama seperti kaum perempuan berbeza daripada lelaki. Ini tidak bermakna bahawa kaum perempuan tidak berfikir atau kaum lelaki tidak ada perasaan. Ini adalah kerana Pencipta telah mengurniakan kedua-dua kumpulan jantina dengan jumlah kedua-dua anugerah yang pelbagai supaya jika mereka menggunakan anugerah ini dengan baik, ia boleh mencerminkan kemanusiaan-Nya yang sempurna dan memberi kemuliaan kepada-Nya bagi kreativiti-Nya yang indah.<sup>4</sup>

Walaupun bagaimanapun, bagi ramai kaum lelaki, perasaan adalah anugerah yang sebahagian besarnya masih terpendam, belum ditemui dan tidak digunakan. Mengapa? Ini mungkin kerana lelaki pada amnya tidak memikirkan sangat anugerah perasaan ini kecuali dalam cara yang agak negatif.

Anugerah daripada Allah Pencipta kita adalah seperti benih yang harus dipupuk. Mereka akan bertumbuh jika kita menggunakannya secara bertanggungjawab. Jika tidak, ia akan terbantut. Contohnya, orang-orang yang mempunyai benih pemikiran yang lebih tinggi berbanding perasaan, tidak hanya perlu memberi perhatian kepada fungsi pemikiran, tetapi juga perlu membuat usaha tambahan untuk memupuk dan menggunakan benih perasaan. Begitu juga sebaliknya bagi mereka yang

mempunyai benih pemikiran yang lebih tinggi. Dengan cara ini, kedua-duanya akan dapat menikmati kedua-dua jenis anak benih matang sebagai perwatakan kita (yang dinilai melalui cara kita menggunakan anugerah tersebut) dalam mencapai kesempurnaan dalam Kristus.

**4.** Kebolehan untuk merasa bukan sahaja adalah satu anugerah dari Allah, tetapi juga adalah sebahagian daripada sifat Allah. Untuk mencerminkan sifat sebenar Allah Pencipta kita, anugerah perasaan ini harus digunakan bersama-sama dengan anugerah berfikir. Akhirnya, perasaan-perasaan negatif dalam peribadi kita yang rosak akan dipenuhi dengan perasaan-perasaan positif yang datang daripada hati Allah yang penuh dengan belas kasihan dalam menjangkau dunia kita yang telah rosak ini.

Dalam Yeremia 8:18-21, perasaan Allah dinyatakan melalui nabi-Nya, "Hatiku sedih dan pedih, kedukaanku tidak dapat diubah... Hatiku hancur kerana bangsaku hancur; aku berkabung; aku sangat kecewa."

Dalam Yesaya 66:13, Allah menggambarkan diri-Nya dalam bentuk feminin, "Seperti seseorang yang dihibur ibunya, demikianlah Aku ini akan menghibur kamu; kamu akan dihibur di Yerusalem."

Dalam Yohanes 14:5-9, ketika pelayanan Yesus di bumi menghampiri penghujungnya, Dia dengan sedih meminta supaya Filipus faham apabila Filipus masih menuntut "Ya Tuhan, tunjukkanlah Bapa kepada kami supaya kami puas." Yesus telahpun memberitahu murid-murid-Nya

bahawa mereka yang mengenal Dia akan mengenal Bapa. Yesus menjawab, "Sudah lama Aku bersama-sama kamu semua, dan kamu belum mengenal Aku juga, Filipus? Orang yang sudah melihat Aku, sudah melihat Bapa. Mengapa kamu berkata, 'Tunjukkanlah Bapa kepada kami?'" Dia sangat teringin supaya murid-murid-Nya dapat merasakan betapa Dia mahu mereka tahu siapakah Allah itu bagi-Nya.

Walaupun secara tradisional anugerah perasaan dan emosi ini sering dikaitkan dengan kaum perempuan, Yesus menunjukkan dengan seimbang keupayaan untuk menjadi objektif dan bijaksana dalam pertuturan dan hubungan-Nya dengan orang lain. Pada masa yang sama, Dia juga menerima dan menunjukkan kebaikan kepada mereka. Kita mengagumi Dia kerana ketenangan-Nya meskipun berada di tengah-tengah huru-hara dan keupayaan-Nya untuk membuat keputusan ketika berhadapan dengan hal-hal prejudis. Namun Dia juga mampu menangis bersama dengan mereka yang bersedih, dan bergembira dengan mereka yang bersukacita.

## Tiga Perbezaan Utama Antara Lelaki Dan Perempuan

 Statistik dalam populasi umum

Dalam populasi umum, 50% lebih banyak berfikir, manakala 50% lagi banyak menggunakan perasaan. Akan tetapi, di kalangan kaum lelaki, 60% daripada mereka berfikir lebih banyak daripada menggunakan perasaan. Manakala di kalangan kaum perempuan, 60%



daripada mereka lebih menggunakan perasaan berbanding dengan berfikir. Ini membuat kaum lelaki lebih bersifat objektif dan berorientasikan produk/tugas, sementara kaum perempuan lebih cenderung bersifat subjektif dan berorientasikan orang/perhubungan.<sup>6</sup>


 Secara keseluruhannya?

Seorang lelaki:

- Lebih objektif
- Banyak berfikir
- Cenderung untuk memimpin
- Mementingkan pekerjaan

Sementara seorang perempuan,

- Lebih subjektif
- Banyak bersandar kepada perasaan
- Pemberi sokongan
- Mementingkan perhubungan sesama manusia

 Ramai lelaki yang tidak dapat atau tidak mahu menunjukkan perasaan sebenar mereka.

Jika pun mereka lakukan, ia lebih kerap ditunjukkan ketika mereka sedang marah berbanding keadaan tenang. Orang lain tidak mengetahui emosi mereka lebih mendalam kerana ia telah dipendam sekian lama. Tidak hairanlah jika ramai yang tidak dapat menyerahkan peribadi sebenar mereka kembali kepada Allah, kerana mereka tidak tahu yang peribadi mereka yang sebenar tersembunyi jauh di dalam diri mereka. Mereka kadangkala digambarkan sebagai "frozen chosen" (yang terpilih tetapi tegar).

## Kesan Praktikal Daripada Salah Faham Perbezaan Mengikut Jantina

### 1 Pandangan Serong Kaum Lelaki Terhadap Lelaki yang Lebih "Berperasa"

Dalam kebanyakan budaya, kaum lelaki memimpin rumahtangga serta masyarakat dan secara langsung mempunyai kuasa untuk membuat keputusan dengan cara sendiri dan dianggap terbaik bagi mereka. Ini dicapai dengan menggunakan kapasiti pemikiran mereka sendiri. Lelaki yang lebih berperasa dipandang rendah oleh kaum sejenis mereka sendiri. Mereka diberi pekerjaan yang kurang berstatus dan dikekalkan di peringkat itu kecuali bila mereka melawan balik dan menuntut perubahan. Walau bagaimanapun, lelaki Asia seolah-olah telah mula mengamalkan anugerah perasaan ini daripada memendamnya. Soalan dari bekas rakan sekelas dari Australia telah membuatkan saya sedar akan fakta ini. Dia bertanya, "Bee, mengapa bintang filem lelaki Cina selalu menangis?" Walaupun pada masa itu saya merasa malu bagi orang-orang Asia, saya kini melihatnya sebagai penebusan kita. Itu terjadi lebih 20 tahun lalu. Sekarang kita dapat melihat bahawa imej 'macho' James Bond telah memberi pengaruh yang kurang baik terhadap pertumbuhan emosi kita sebagai seorang manusia.

### 2 Pandangan Serong Terhadap Perempuan di Tempat Kerja

Mendiang Paul Tournier (seorang doktor dan kaunselor Kristian dari Eropah) memerhatikan bahawa walaupun

kaum lelaki memberikan kaum perempuan peluang untuk bercakap, mereka kadang-kadang melakukannya dengan cara yang sinis untuk memandang rendah kaum perempuan. Perempuan selalu berasa bahawa walaupun pada akhirnya mereka mendapat apa yang mereka mahu, mereka tetap menjadi seseorang yang kurang bernilai jika dibandingkan dengan lelaki. Mengapa ini berlaku? Ini terjadi kerana ramai lelaki berpandangan bahawa pencapaian kaum perempuan selalunya dilakukan melalui cara kotor iaitu dengan menggunakan perasaan mereka. Dalam pengalaman saya, ini berlaku dalam bidang perubatan juga. Sebagai contoh, jika seorang doktor lelaki dinaikkan pangkat, beliau dilihat sebagai seorang yang telah bekerja keras untuknya. Bagaimanapun, jika seorang doktor wanita yang cantik dengan kebolehan yang sama dinaikkan pangkat, dia mesti telah mendapatnya melalui sifat kewanitaannya yang mencairkan hati orang-orang atasannya. Sindiran halus dan sikap seperti itu tidak memuliakan Dia yang menciptakan perempuan. Mereka tidak memupuk keluarga Allah dan seterusnya masyarakat. Ini kerana jika keterlaluan, sikap seperti itu mungkin akan menyakiti seseorang secara mendalam dan ia tidak sepatutnya berlaku.

Bagi Paul Toumier yang telah menulis banyak buku untuk membantu kita memahami maksud menjadi seorang manusia, dia menghargai anugerah perasaan dari Tuhan hanya setelah isterinya yang tercinta meninggal dunia pada usia tua. Hasilnya, beliau telah menulis buku terakhirnya yang bertajuk "The Gift of Feeling" sebagai warisan kepada kaum lelaki supaya mereka akan lebih menghargai kaum perempuan; dan sebagai warisan kepada kaum perempuan supaya mereka akan membantu

kaum lelaki menunjukkan perasaan mereka untuk kebaikan bersama dalam dunia kita hari ini.<sup>8</sup>

### 3 Kesan & Akibat kepada Keluarga, Masyarakat, Agama dan Negara Kerana Respon yang Salah Terhadap Kaum Perempuan

Dalam usaha untuk mengelakkan prasangka yang buruk, Kaum perempuan juga telah salah faham terhadap anugerah untuk menjalin hubungan dengan penuh kelembutan dan penjagaan baik terhadap orang di bawah jagaan mereka. Mereka juga telah jatuh ke dalam perangkap dan percaya kepada andaian dunia dan gereja yang dikuasai oleh kaum lelaki bahawa cara yang lembut itu merupakan satu kelemahan, bukan kekuatan. Apakah akibatnya?

Sejak pertengahan abad ke-20, ramai kaum perempuan yang menggunakan perasaan mereka dengan cara yang negatif di Barat (dan di negara-negara yang banyak terpengaruh oleh pemikiran Barat seperti negara kita). Dalam usaha untuk membuktikan kepada diri mereka bahawa mereka setaraf dengan kaum lelaki, ramai orang perempuan keliru tentang isu-isu kesamaan status dan perbezaan peranan. Mempunyai lebih perasaan atau pemikiran adalah suatu peranan, bukan status. Walau bagaimanapun, wanita moden secara amnya telah menyamakan status dengan peranan. Ini tidak sepatutnya terjadi. Status lelaki dan perempuan adalah sama di hadapan Allah. Titik. Itu adalah fakta. Oleh itu, dalam usaha untuk menjadi fungsi yang sama dengan lelaki, mereka telah mengabaikan faedah penggunaan perasaan

mereka, terutamanya dalam hal membesarkan anak-anak.

Hal ini telah mengakibatkan penyebaran kesan negatif dari gerakan pelampau feminis Barat dan sekular di beberapa negara. Mereka menyebabkan jutaan orang dewasa dalam masyarakat hari ini membesar tanpa kasih sayang dan belaian seorang ibu.

*Pepatah "Tangan yang menghayun buaian, boleh menggonggong dunia" seolah-olah benar dari kedua-dua sudut – untuk kebaikan dan keburukan.*

Walaupun bagaimanapun, ini tidak bermakna bahawa kita harus lepas pandang kekejaman yang dilakukan oleh kaum bapa yang tersalah tafsir ungkapan "lelaki adalah ketua keluarga." Ramal yang menganggap peranan

mereka sebagai ketua keluarga seperti dalam hal pemilikan harta. Oleh itu, mereka memberikan kuasa kepada diri sendiri untuk berbuat apa sahaja yang mereka suka kepada isteri dan anak-anak mereka.

Sebaliknya, ramal kaum perempuan tidak dapat mengawal emosi mereka yang keterlaluan dan menyebabkan masalah di rumah, di dalam gereja dan masyarakat. Walaupun ia mungkin benar bahawa mereka adalah seperti leher yang memalingkan kepala, ketegangan tercetus apabila perasaan itu dibiarkan berleluasa dalam kehidupan seharian. Kita hanya perlu selalu mengingatkan diri supaya tidak ditenggelami dengan perasaan dalam kehidupan seharian kita. Bagi para wanita, kita perlu meminta kasih anugerah daripada Allah untuk mengendalikan emosi kita supaya ia dapat

digunakan dengan cukup berhasil; seperti yang direncanakan oleh Pencipta kita dan juga untuk kebaikan orang lain, terutamanya kaum lelaki dan kanak-kanak dalam penjagaan kita. Kita bertanggungjawab untuk menggunakan fikiran kita dan mengawal emosi kita supaya mereka boleh digunakan untuk memupuk orang lain dan bukan melemahkan mereka.

Anugerah perasaan sangat berkait rapat dengan anugerah kelembah-lembutan, perhubungan dan rasa belas kasihan. Ia adalah penting untuk pertumbuhan rohani gereja.

Kita tidak perlu menyembunyikan perasaan kerana takut ditolak. Kita perlu meminta kepada Tuhan untuk menguduskan anugerah yang telah diamanahkan kepada kita untuk kemuliaan-Nya. Kita harus bertekun dan meminta kebijaksanaan dari Tuhan tentang bagaimana kita menggunakan anugerah yang berharga ini untuk-Nya. Kita juga harus ingat bahawa cara kita menggunakan anugerah kita ditentukan oleh sifat kita.<sup>9</sup>

### Ingatlah!

Untuk membantu seseorang merasakan siapa dirinya yang sebenar tidak bermakna saya menggalakkannya supaya menjadi lemah seperti agar-agar. Ia bertujuan untuk membawa rahmat penyembuhan Allah ke dalam kehidupannya supaya dia boleh hidup dalam kelimpahan dan bersukacita di dalam Kristus, iaitu menjadi lebih manusia, bahkan suatu hari nanti menjadi seperti Anak Manusia yang sempurna. Kerana bukankah Yesus sendiri pernah menangis?

## Pengulangan

### 1 Sebelum Kejatuhan [Kejadian Pasal 1 & 2]

Sememangnya Allah mempunyai kedua-dua ciri-ciri kekelakuan dan kewanlitaan dalam peribadi-Nya. Tidak hairanlah dalam penciptaan, Dia menggunakan perkataan yang mencerminkan sifat-Nya kepada kita. Sebagai contoh, perkataan "Adam" dalam bahasa Ibrani di Kejadian 1:26 tidak semestinya merujuk kepada orang lelaki tetapi untuk manusia yang dicipta dalam gambaran Allah. Ia seolah-olah mengatakan bahawa lelaki sahaja atau perempuan sahaja tidak mencerminkan imej sebenar Allah, tetapi lelaki dan perempuan bersama-sama itulah yang menggambarkan imej sebenar Allah. Hanya setelah pasal 2, dengan terciptanya perempuan daripada seorang manusia, barulah identiti seksual itu dibezakan.

Tugas manusia itu bukan sahaja untuk menghasilkan zuriat tetapi juga menjaga dunia yang telah diberikan kepada mereka (lelaki dan perempuan), bukan hanya kepada salah satu daripada mereka. Di samping itu, tidak pernah disebut tentang siapa yang harus mengerjakan apa sebelum kejatuhan. Hanya setelah kejatuhan manusia barulah peranan mereka ditetapkan, dengan andalan bahawa lelaki dan perempuan itu berbalah tentang siapa yang telah melakukan perkara apa lalu menggelirukan diri mereka sendiri semasa perbalahan itu. Kalaulah anugerah perasaan dan fikiran digunakan secara baik ketika itu, pasti kekeliruan tidak akan timbul.

## 2 Setelah Kejatuhan [Kejadian Pasal 3]

Setelah kejatuhan seperti yang digambarkan dalam Kejadian pasal 3, kutukan itu nyata menunjukkan ketidakseimbangan penggunaan anugerah bagi lelaki dan perempuan. Lelaki tidak lagi mempercayai keupayaan pemikiran perempuan dan tertumpu hanya pada anugerah perasaan mereka. "Mereka terlalu mudah dibawa oleh perasaan mereka-lah!"

Walau bagaimanapun, kerana menolak perasaan sebagai anugerah yang indah dari Allah, kaum lelaki juga tidak boleh menggunakan anugerah pemikiran dengan seimbang lagi. Lelaki bukan lagi mengutamakan kasih sayang terhadap isterinya tetapi lebih cenderung untuk menguasai dan memerintah. Dan hal ini jelas berterusan sejak waktu itu. Lelaki tidak lagi melihat perempuan sebagai manusia yang setaraf dengannya dan harus disayangi. Sebaliknya, kaum lelaki kehilangan rasa hormat terhadap penglibatan pasangannya dalam hal membuat keputusan penting dan meninggalkan dia untuk bergelumang dengan emosinya. Mereka tidak membantu pasangannya supaya berasa selesa untuk berfikir dengan jelas.

Bagi kaum perempuan pula, mereka pada mulanya menikmati sifat kewanitaannya dengan anugerah perasaan itu. Dia sepatutnya menunjukkan anugerah itu dengan menjadi penyokong kepada suaminya dalam usaha menjaga ciptaan Allah serta anak-anak mereka. Walau bagaimanapun, perasaan kaum perempuan berubah selepas kejatuhan. Mereka menjadi terlalu berharap kepada sokongan emosi dari suaminya. Kelinginan



perempuan untuk selalu ghairah kepada suaminya adalah satu kutukan, bukan satu perintah, seperti yang sering diajar oleh pengajar-pengajar agama yang bersemangat.

### 3 Apa Yang Mungkin Boleh Terjadi?

Sebelum kejatuhan, kedua-dua lelaki dan perempuan mempunyai kepuasan emosi mereka dalam Allah dan Allah sahaja. Maka ia adalah untuk kita, orang yang telah diselamatkan oleh rahmat melalui iman dalam Tuhan Yesus Kristus.

Walau bagaimanapun, dalam cubaan untuk menghormati suaminya (yang sering dilihat sebagai seorang yang berkuasa mutlak, bahkan melebihi Tuhan), kaum perempuan menjadi lebih prihatin dengan cuba untuk menggembirakan suaminya (atau kaum lelaki umumnya). Ini dilakukan dalam usaha untuk mengembalikan rasa hormat dan penerimaan setaraf oleh suami/kaum lelaki terhadapnya. Dalam dunia hari ini, hal ini sering dilakukan dengan keinginan yang berlebihan untuk membuktikan diri melalui pekerjaannya dalam masyarakat. Walau bagaimanapun, apabila pekerjaan menjadi penghalang kepada kebajikan anak-anak, kita perlu untuk berfikir sekali lagi!

Apa yang menyedihkan ialah dalam sejarah, penulisan-penulisan Kristian tradisional dan yang terbaru telah mengambil kesan dan akibat kutukan Allah dan mengajar hal-hal itu kepada umat-Nya sebagai peraturan-peraturan alkitabiah. Kadang-kadang kesan buruk akan terjadi, termasuklah di dalam keluarga orang-orang Kristian.

Walau bagaimanapun, di mana saja kesan kutukan yang telah ditarik balik oleh kebenaran rahmat Tuhan, sama ada dalam masyarakat, gereja atau rumah; hubungan harmoni di antara lelaki dan perempuan sebagai satu pasukan telah mencerminkan imej sifat Allah yang sebenar dengan indah sekali.

Perasaan kemudian menjadi seperti tendon yang melekat kepada otot fikiran yang menggerakkan anggota keluarga dan masyarakat.

### Aplikasi: Penebusan Anugerah Perasaan

**S**ecara umumnya, sebagai lelaki atau perempuan, marilah kita menerima anugerah perasaan ini dengan rasa bersyukur, menggunakannya bersama-sama dengan anugerah berfikir supaya dapat beribadat kepada-Nya dan menguatkan orang lain. Kita juga harus mengawal supaya kita tidak membenarkan kapasiti perasaan kita untuk menjadi kelemahan yang boleh membawa kepada dosa.

Sebagai satu contoh nyata mengapa kita perlu menebus fungsi perasaan, izinkan saya menceritakan kembali cerita yang ditulis oleh Paul Tournier tentang hidupnya:<sup>10</sup>

Paul merupakan anak kedua kepada seorang paderi tua yang berkahwin dengan seorang wanita jauh lebih muda daripada dirinya sendiri.

Apabila Paul dilahirkan, empat tahun selepas kakaknya

dilahirkan, bapanya yang berusia tujuh puluh tahun sangat gembira kerana mendapat seorang anak lelaki di peringkat lewat umur kehidupannya. Kakak Paul tidak pernah rapat dengannya kerana dia agak cemburu dengan kehadirannya (dia mengetahui hal ini setelah beberapa waktu berlalu). Dua bulan kemudian, ayahnya meninggal dunia.

Apabila dia berusia enam tahun, ibunya meninggal dunia akibat penyakit yang serius. Mereka kemudian dibesarkan oleh bapa dan ibu saudara mereka yang baik hati. Bapa saudaranya memastikan supaya dia dibesarkan mengikut cara bapanya, sehinggakan apabila dia meminta nasihat daripada bapa saudaranya sebelum berkahwin, bapa saudaranya menjawab demikian, "Kamu adalah anak bapa kamu. Fikirkan apa yang dia ingin kamu lakukan jika dia berada di sini. Kemudian lakukanlah itu."

Saya pasti dia merasa sukar untuk membayangkan apa yang mendiang bapanya akan lakukan. Bagaimana dia dapat melakukan hal itu sedangkan dia tidak pernah bertemu dengan bapanya dalam keadaan sedar? Paul tidak pernah bercakap tentang perasaan sebenarnya dalam jangka masa yang sangat panjang. Semuanya telah dipendam secara tidak sengaja. Dia adalah seorang yang suka menyendiri dan tidak mempedulikan orang lain atau mengambil bahagian dalam apa-apa aktiviti sekolah. Keputusan akademiknya juga sederhana sahaja.

Apabila Paul berusia 16 tahun, seorang guru kesusasteraan yang baik hati menjemputnya ke rumah di mana mereka terlibat dalam satu perbincangan intelektual. Tiba-tiba, Paul merasakan bahawa ada seseorang yang

berminat terhadap dirinya dengan memberinya begitu banyak masa dan kebebasan untuk berbincang. Tidak pernah ada orang yang boleh menerimanya sedemikian sebelum ini. Merasakan keistimewaan dirinya, Paul mula menyerlah sebagai seorang pelajar dan tidak lama kemudian, dia menjadi seorang pemimpin dalam gerakan bella di Eropah. Walau bagaimanapun, persahabatan mereka tidak begitu rapat.

Apabila Paul berumur 34 tahun, ada seseorang yang lebih tua menjemputnya ke rumahnya. Kali ini, rakan itu menceritakan kepadanya tentang dirinya, perkara-perkara intim dalam hidupnya sebagai orang yang hidup dalam Kristus. Orang itu berada di dalam satu gerakan agama di mana mereka harus menggalakkan satu sama lain untuk kasih dan taat kepada Allah, bukan hanya bercakap tentang-Nya atau mengkaji Firman-Nya. *Hafi Paul* telah dihangatkan. Perasaannya telah diberikan kebebasan baru dan tanpa disedarinya dia telah menunggu sekian lama, tanpa mengetahui keperluannya sebelum ini. Paul menyifatkan pengalaman itu seperti berikut:

"... Apabila saya datang melawat, tuan rumah saya bercakap tentang kehidupannya dengan penuh kesederhanaan dan keberanian yang saya tidak pernah lihat sebelum ini. Apabila dia selesai, saya benar-benar merasakan saya tidak mahu bercakap kepadanya tentang aktiviti saya tetapi tentang diri saya, tentang kehidupan peribadi saya. Inilah kali pertama saya bercakap tentang perkara yang saya telah alami sebagai seorang anak yatim piatu, dan saya menangis ketika saya berbuat demikian."

Paul kemudiannya membandingkan persahabatannya dengan gurunya dan persahabatannya dengan rakan baru ini. Tuhan telah menggunakan guru itu (seorang kafir) untuk menjangkaunya secara intelektual. Guru itu tidak pernah mendedahkan kehidupan peribadinya kepadanya. Tuhan telah menggunakan rakan baru ini untuk membantu dia menjadi seorang peribadi dan beremosi, menjadi lebih sempurna sebagai seorang anak Tuhan.

### Cabaran

**S**ama ada kita seorang perempuan atau lelaki, cabaran bagi kita adalah untuk menghargai dan mengembalikan anugerah perasaan ini kepada keluarga kita, masyarakat, negara dan dunia.

Anugerah perasaan adalah keupayaan untuk menilai orang, untuk membentuk hubungan kasih sayang mengikut kebenaran dan rahmat Tuhan, untuk menyedari bahawa kita berjalan bersama dengan Tuhan dan untuk mengaitkan persahabatan ini dengan Allah Bapa kita kepada dunia sosial hari ini... dalam keluarga, bilik darjah, gereja, tempat kerja, pusat membeli-belah dan perjumpaan sosial. Kita sedang mengalami satu situasi di mana mereka yang cerdik pandai serta dunia teknologi diberikan penghormatan yang keterlaluan dan hal ini semakin menjadi-jadi. Ia adalah satu era di mana dendam boleh tercetis dengan hanya menekan papan kekunci komputer, manakala berjuta-juta orang yang kelaparan berjuang untuk sedikit makanan yang ditinggalkan untuk mereka, di mana orang hidup tidak "mengukur baju di badan sendiri", di mana perebutan kuasa oleh pihak yang bertanggungjawab membiarkan kita untuk menentukan apa yang baik atau buruk.

## Refleksi

Para pembaca yang dikasihi,

Apakah repon kita kepada Allah Tuhan pemikiran dan perasaan, Tuhan kebenaran dan rahmat (rahmat yang tidak layak dimiliki)?

Jika anda belum membuka pintu hati anda dengan ketukan lembut dari Tuhan, adakah anda akan berbuat demikian dan biarkan Dia memenuhi anda dengan keselamatan kasih-Nya yang kekal? Dia mahu mengampuni dosa anda terhadap-Nya, menyembuhkan luka anda, mengisi ruang emosi anda supaya anda boleh menjadi saluran berkat kepada keluarga dan rakan-rakan anda, sama seperti rakan baru Paul Tournier terhadap dirinya itu. Yang lain pula mungkin perlu memohon ampun dari Allah kerana malu akan anugerah perasaan yang telah diberikan-Nya kepada kita dengan penuh kelembutan.

Jika anda sudah tahu akan kasih Tuhan yang mendalam dan suci untuk sekian waktu, anda akan menyentuh kehidupan orang lain dengan anugerah perasaan dari-Nya supaya mereka juga akan dipenuhi dengan rahmat penyembuhan dan kebenaran-Nya. Perkara paling efektif dalam Tuhan ialah penyembuhan individu yang mempunyai rasa syukur mengalir dari kehidupan mereka kepada orang di sekeliling bagi Dia. Marilah kita bersama-sama melafazkan doa syukur seperti paderi yang penuh dengan kesyukuran, Francis dari Assisi:

Bapa yang di syurga,

Jadikanlah aku saluran kedamaian-Mu.

Jika terdapat kebencian,

biarkanlah aku membawa kasih-Mu;

Jika ada yang terluka, keampunan-Mu ya Tuhan;

Dan di mana ada keraguan,

iman yang benar dalam-Mu.

Ya Tuhan,

berikanlah supaya aku tidak perlu mencari lagi.

Begitu ramal yang perlu dihiburkan

daripada menghibur;

Untuk difahami daripada memahami;

Untuk dikasihi dan mengasihi dengan sepenuh jiwaku.

Jadikanlah aku saluran kedamaian-Mu.

Di mana ada putus asa dalam kehidupan,

biarlah aku membawa harapan;

Di mana ada kegelapan, hanya cahaya;

Dan di mana ada kesedihan, sukacita selamanya.

Jadikanlah aku saluran kedamaian-Mu.

Hanya dalam pengampunanlah kami diampuni,

Dalam memberi kepada semua orang

barulah kami menerima;

Dan dalam kematian

kita dilahirkan untuk hidup kekal.

Dalam Nama Yesus Tuhan, saya telah berdoa.

Amin.

## Rujukan:

- 1 Paul Tournier, *The Gift of Feeling* (Delachaux 1979; Terjemahan Bahasa Inggeris, SCM Press Ltd London dan John Knox Press 1981)
- 2 Ibid
- 3 Lee Bee Teik, *Forgiveness and Reconciliation* (Reconre Sdn Bhd, 1997)
- 4 Reginald Johnson, *Your Personality and Your Spiritual Life* (Monarkh UK, 1997)
- 5 Ibid
- 6 David Kiersey & Marilyn Bates, *Please Understand Me, Character and Temperament Type* (Prometheus Nemesis Book Company, 1983)
- 7 Ibid
- 8 Paul Tournier, *The Gift of Feeling* (Delachaux 1979; Terjemahan Bahasa Inggeris, SCM Press Ltd London dan John Knox Press 1981)
- 9 J.I. Packer, *A Passion for Holiness* (Crossway Books, 1992)
- 10 Paul Tournier, *The Gift of Feeling* (Delachaux 1979; Terjemahan Bahasa Inggeris, SCM Press Ltd London dan John Knox Press 1981)





WAWASAN  
PENABUR