

1

Paul Gunadi

Disertai
Pertanyaan
Refleksi/
Diskusi

telaga

TEGUR SAPA
GEMBALA
KELUARGA

TUJUH BANTAL KELUARGA

- Makna "Mengasihi" Suami kepada Istri
- Makna "Tunduk" Istri kepada Suami
 - Terlepas tetapi Tidak Terputus
 - Jika Kita Berselingkuh
 - Pubertas Kedua: Mitos atau Realitas?
- Pertengkaran: Bumbu atau Racun dalam Pernikahan?



TELAGA 1 TUJUH BANTAL KELUARGA

Paul Gunadi



Lembaga Bina Keluarga Kristen

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	ix
BAB 1 Tujuh Bantal Keluarga	3
BAB 2 Makna “Mengasihi” Suami kepada Istri	35
BAB 3 Makna “Tunduk” Istri kepada Suami	47
BAB 4 Terlepas tetapi Tidak Terputus	59
BAB 5 Jika Kita Berselingkuh	71
BAB 6 Pubertas Kedua: Mitos atau Realitas?	95
BAB 7 Pertengkaran: Bumbu atau Racun dalam Pernikahan?	113
TENTANG PENULIS	133



Bab 1

TUJUH BANTAL KELUARGA

*P*asangan calon suami-istri Kristen melangkah memasuki bahtera rumah tangganya lewat altar gereja. Di altar itu mereka berdiri mengucapkan janji nikah dan menerima berkat dari pendeta, disaksikan oleh jemaat yang hadir. Janji dari pasangan pria dan wanita yang sedang berbahagia ini berisi komitmen bahwa apa pun yang terjadi di kemudian hari mereka akan mengarungi lautan kehidupan bersama-sama. Itu berarti janji tersebut akan berlaku seumur hidup. Mengapa? Karena kalimat demi kalimat itu sesungguhnya ditujukan kepada Allah Tritunggal yang telah mempertemukan dan kemudian mempersatukan mereka dalam ikatan perkawinan. Apa yang dipersatukan oleh Tuhan yang adalah pencipta lembaga pernikahan (seharusnya) tidak boleh diceraikan oleh manusia. Pernikahan kristiani berlaku sampai maut memisahkan keduanya.

hanya diri kita yang menyadari akan hal ini? Janganlah berputus asa dan jangan menyerah untuk terus memegang dan mempraktikkan prinsip-prinsip firman Tuhan. Kebaikan yang terus-menerus dilakukan bisa menular. Kita dapat meyakini bahwa bukan hanya kejahatan dan hal-hal buruk yang dapat ditularkan, kebaikan pun dapat. Jika pada akhirnya semua anggota keluarga mempunyai misi yang samam yaitu melakukan hal-hal yang menyenangkan hati Tuhan sesuai dengan Efesus 4:25-32, kerinduan untuk setia hingga maut memisahkan kita merupakan keniscayaan.

Tersedianya bantal-bantal keluarga juga menandakan bahwa keluarga kita adalah keluarga yang berlimpah dengan cinta. Dengan adanya bantal keluarga berarti tersedia penganjal yang empuk dan lembut ketika kita jatuh. Konflik dapat segera diselesaikan dengan penuh keberanian karena kita mengetahui bahwa ada landasan yang nyaman untuk membicarakannya.

Kita telah mempelajari ketujuh bantal, namun sesungguhnya kebenaran firman Tuhan dapat menjadi inspirasi untuk terciptanya bantal-bantal lain. Roh Kudus sebagai penolong dan sumber kekuatan bagi orang percaya akan selalu memberikan hikmat untuk memahami firman Tuhan dan menerapkan apa yang dikehendaki-Nya.

Tuhan kiranya menyertai keluarga Anda.

Pertanyaan Refleksi/Diskusi

1. Di antara komitmen-komitmen yang Anda ucapkan saat pernikahan, mana yang terasa paling sulit untuk dilakukan? Mengapa?
2. Dalam hal apa Anda dan pasangan berbeda dalam menoleransi sesuatu? Bagaimana Anda menyelesaikan perbedaan tersebut?

3. Manakah dari ketujuh bantal keluarga ini yang sudah Anda lakukan? Manakah yang belum? Pikirkan sebuah perbuatan baik yang dapat Anda lakukan hari ini.



a m s a l 1 2 : 2 6

• **ORANG BENAR** •

mendapati tempat penggembalaannya

— — — tetapi jalan orang fasik — — —

m e n y e s a t k a n

mereka sendiri



Bab 5

JIKA KITA BERSELINGKUH

*K*ita tidak selalu kuat! Dalam menghadapi pencobaan kadang kita kuat menolaknya, namun adakalanya kita lemah dan akhirnya jatuh. Salah satu pencobaan yang kerap menjatuhkan anak-anak Tuhan adalah pencobaan romantis dan seksual. Dosa perzinaan telah menjadi sarana favorit Iblis untuk menghancurkan kehidupan dan pelayanan anak-anak Tuhan. Iblis memang cerdas; itu sebabnya Ia memilih cara efektif untuk menghancurkan pekerjaan Tuhan. Hancurkanlah kehidupan pribadi anak-anak Tuhan, maka pernikahannya pun turut hancur. Hancurkanlah pernikahan anak-anak Tuhan, maka keluarganya pun akan hancur. Hancurkanlah keluarga anak-anak Tuhan, maka pelayanannya pun pasti hancur. Hancurkanlah pelayanan anak-anak Tuhan, maka pekerjaan Tuhan pun turut hancur. Itulah strategi Iblis yang mesti kita waspadai.

perasaan itu, lakukanlah yang benar! Putuskanlah relasi yang tidak berkenan di hadapan Tuhan meskipun untuk itu kita harus merasa resah dan kembali tidak bahagia.

Jangan Mengasihani Rekan Perzinaan!

Salah satu keluhan yang kerap saya dengar dari orang yang pasangannya berzina adalah, “Dulu ia tidak seperti itu! Dia berubah sekali sekarang!” Benar, orang yang jatuh ke dalam dasar dosa pada akhirnya berubah menjadi seorang manusia yang berbeda. Semua nilai-nilai yang dulu dianutnya tiba-tiba lenyap digantikan oleh nilai-nilai baru yang berbeda. Ini merupakan keharusan sebab untuk melakukan dosa perzinaan ia harus mengubah nilai-nilai moralnya. Jika ia tidak mengubahnya, ia harus hidup dalam tekanan akibat tin-dihan rasa bersalah.

Dosa tidak pernah bercokol di satu tempat. Dosa selalu mencari tempat baru untuk didudukinya. Kadang kita menipu diri dengan berkata bahwa kelemahan kita di satu bidang saja; selain itu kita baik-baik saja. Ini adalah sebuah kesimpulan keliru yang muncul dari ketidaktahuan dan lebih sering timbul dari kebutuhan untuk membenarkan diri. Daripada mengakui bahwa dosa makin mengengeram dan memengaruhi diri, kita lebih senang mengatakannya demikian—dosa hanyalah menempati satu ruang dalam hidup kita.

Dosa akan terus mencari daerah baru untuk ditaklukkannya. Ia tidak pernah puas berdiam dan menjadi raja dalam sebuah wilayah sempit. Dosa ingin merajalela dalam semua aspek kehidupan dan ia tidak akan berhenti sampai ia menguasai semua—bukan sebagian—dari kehidupan kita. Itu sebabnya begitu kita memberi ruang kepada

dosa, ia akan masuk dan terus merangsek masuk ke pelbagai ruang dalam hidup kita.

Pada akhirnya kita tidak lagi sama; kita mulai berubah. Apa yang tadinya salah, kita katakan benar, bahkan dengan penuh keyakinan. Apa yang tadinya benar, sekarang kita katakan salah—juga dengan penuh keyakinan. Diri kita yang lama punah, tidak heran pasangan kita tidak mengenali kita lagi.

Salah satu penyebab lain mengapa kita berubah begitu drastisnya adalah kebohongan pada akhirnya menjadi bagian hidup sehari-hari. Oleh karena kita terus menciptakan cerita demi cerita untuk menutupi perbuatan kita, pada akhirnya kita kehilangan nurani sewaktu berbohong. Begitu terbiasanya kita dengan kebohongan sehingga kebohongan menjadi bagian hidup kita. Lama kelamaan bukan saja kita menyajikan sebuah cerita bohong, kita pun menjadi kebohongan itu sendiri.

Kebohongan dapat diumpamakan seperti air yang selalu berusaha menempati ruang di mana ia berada. Kebohongan yang kita buat makin hari makin bertumpuk sebab untuk menutupi satu kebohongan kita harus menciptakan satu—dan tidak jarang, lebih dari satu—kebohongan lain. Kebohongan yang terus menggunung ini akhirnya merembes masuk—bak air—ke pelbagai relung kehidupan. Bukan saja kita membuat cerita untuk membohongi orang lain, kita pun mulai berbohong dengan perasaan dan pikiran sendiri.

Bila kebohongan terus merembes dan mengalir segenap diri, tidak bisa tidak, kita akan mengalami perubahan. Diri yang lama mulai hilang, digantikan oleh diri baru yang sesuai dengan skenario kebohongan yang kita ciptakan. Tidak heran, orang di sekitar mulai

demikian. Kita menjadi peka dan sibuk membentengi diri; kita mengeraskan hati dan sukar mendengar masukan apalagi permintaan orang. Ini semua adalah kerak keangkuhan yang mesti kita bersihkan. Pada masa sulit kita perlu menjaga hati agar tidak jatuh ke dalam lembah keangkuhan.

Kesimpulan

Firman Tuhan mengajarkan, “Aku telah belajar mencukupkan diri dalam segala keadaan. Aku tahu apa itu kekurangan dan aku tahu apa itu kelimpahan. Segala perkara dapat kutanggung di dalam Dia yang memberi kekuatan kepadaku” (Flp. 4:11-13). Masa paruh baya tidak menjanjikan apa pun; ada di antara kita yang akan menanjak naik, namun ada pula yang akan melaju turun. Namun, Tuhan menjanjikan penyertaan dan kekuatan untuk kita yang bersandar dan hidup di dalam-Nya. Apa pun itu—baik kekurangan maupun kelimpahan—dapat kita tanggung di dalam Dia.

Pertanyaan Refleksi/Diskusi

1. Apa kesamaan dan perbedaan antara pubertas pertama sewaktu remaja dan pubertas kedua sewaktu paruh baya?
2. Bahaya-bahaya apa saja yang mengancam seorang paruh baya? Apa yang telah Anda lakukan untuk mengatasinya?
3. Manakah dari kelima panduan dalam pedoman melewati tantangan hidup paruh baya yang perlu Anda tingkatkan?



PERTENGKARAN:
bumbu atau racun
dalam pernikahan?

BAB 7

Segala bentuk agresi—baik emosional maupun fisik—cenderung berulang karena hasilnya cepat terlihat. Tatkala kita berteriak kasar dan mengancam, pertengkaran berhenti dan kita pun merasa lebih lega. Setelah menggunakan kekerasan, kita merasa lebih ringan dan pertengkaran pun berhenti. Itu sebabnya sekali pola ini terpatriti, tidak mudah bagi kita untuk mengubahnya. Setiap kali terjadi konflik, kita cepat tergoda untuk melakukan agresi, baik emosional ataupun fisik.

Ada sebagian dari kita yang sebenarnya sudah membawa pola ini jauh sebelum kita menikah. Jika marah kita harus berteriak atau memukul sebab bila tidak, kita merasa tersiksa, seolah-olah ada sesuatu yang belum tuntas. Biasanya kita yang mempunyai masalah seperti ini dibesarkan dalam rumah atau lingkungan hidup yang keras. Hari lepas hari kita terbiasa melihat kekerasan di rumah atau di sekitar kita. Kita tidak pernah mempelajari metode lain dari penyelesaian konflik; kita hanya menyerap satu cara, yakni kekerasan—baik emosional maupun fisik. Sayangnya, kita pun menyaksikan efek dari kekerasan, yaitu berhentinya pertikaian. Pada akhirnya kita mengikuti cara kekerasan ini meski mungkin pada awalnya kita sendiri adalah korban dari kekerasan.

Kekerasan emosional maupun fisik sama sekali tidak menyelesaikan masalah, malah memperburuk keadaan. Di permukaan situasi tampak tenang, namun di dalamnya ada jiwa dan relasi yang rusak. Lebih dari itu, kekerasan emosional dan fisik melanggar kehendak Tuhan, sebab dengan tegas Tuhan berkata, “Sebab Aku membenci perceraian, juga orang yang menutupi pakaiannya dengan kekerasan. Maka jagalah dirimu dan jangan berkhianat.” (Mal. 2:16) Jika kita mempunyai masalah dengan kekerasan, carilah pertolongan dan

jangan biarkan lebih banyak orang menjadi korban dari kelemahan kita.

Berkepribadian bermasalah. Secara khusus saya memakai label kepribadian bermasalah untuk orang yang memakai atau memanfaatkan manusia lain, tetapi mencintai benda dan diri sendiri. Jika kita menikah dengan orang yang seperti ini, besar kemungkinan rumah tangga kita akan jauh dari kedamaian—kecuali kita pun berubah menjadi seperti dirinya. Orang yang memanfaatkan manusia tidak memikirkan kepentingan orang lain sebab apa yang ada di benaknya hanyalah dirinya sendiri. Apa pun yang dilakukannya berputang pada keuntungannya belaka dan orang lain hanyalah kendaraan untuk mendapatkan apa yang diinginkannya. Karena ia tidak memedulikan orang lain, kita dapat menduga bahwa apa yang menarik hatinya hanyalah benda. Inilah yang menjadi dambaannya: memiliki dan bersama dengan benda kesayangannya.

Upaya menyelesaikan perbedaan selalu harus melibatkan pengorbanan. Ini berarti adakalanya agar tercapai titik temu, kita mesti mengalah, dalam pengertian kita benar-benar tidak memperoleh secuil keuntungan pun. Inilah bagian yang paling sulit diberikan oleh orang yang mencintai benda dan dirinya sendiri. Prinsip hidupnya adalah segala sesuatu mesti berkaitan dengan kepentingannya sendiri. Jika tidak ada keuntungan sama sekali, ia tidak akan melihat perlunya melakukan pengorbanan. Jadi, kita bisa bayangkan betapa sulitnya hidup bersama orang yang berorientasi pada diri sendiri dan benda. Secara praktis, sebetulnya kita tidak ada di dalam hidupnya. Kita hanya ada untuknya, tidak pernah sebaliknya.

Tidak takut akan Tuhan. Firman Tuhan mengatakan, “Takut akan Tuhan adalah permulaan pengetahuan.” (Ams. 1:7) Di dalam

TENTANG PENULIS



Pdt. Dr. Paul Gunadi adalah seorang narasumber **TELAGA** (**TE**gur **Sa**pa **GembaLA** **Ke**luar**GA**), pelayanan radio yang mengangkat masalah keluarga dan kehidupan secara umum. Ia juga seorang dosen tamu bidang konseling di STT SAAT (Seminari Alkitab Asia Tenggara), Malang dan STT Reformed Indonesia, Jakarta.

Lortha Gb. Mahanani, S.Sos, M.K. adalah seorang pemerhati remaja. Alumni dari Jurusan Ilmu Komunikasi Undip, Semarang dan Magister Konseling STT SAAT (Seminari Alkitab Asia Tenggara), Malang. Pernah melayani sebagai staf lapangan Perkantas Semarang (1995-2004).



Setelah lulus dari STT SAAT ia terpenggil di dunia pendidikan, pernah melayani di Sekolah Kristen Lentera Ambarawa sebagai konselor (2008-2013) dan sekarang bergabung dengan Sekolah Krista Mitra Semarang sebagai konselor dan koordinator pengembangan kepribadian.



PENERBIT
EVERNITY
buku keluarga kristen

MARI BERBAGI

Anda merasa diberkati oleh buku ini? Hadiahkan bagi keluarga atau sahabat Anda. Pesan bukunya dan kami akan mengirimkan langsung ke alamat tujuan. Jika anda meminta, kami berikan gratis kertas kado dan kartu ucapan.

Mohon simpan nomor kontak kami:



08155511177



08155511177



penerbitevernity



evernity

Anda juga dapat membeli buku ini di situs daring berikut:

Mataharimall.com : www.mataharimall.com/store/5481/evernity

Tokopedia.com : www.tokopedia.com/evernity

Blibli.com : www.blibli.com/merchant/evernity

Elevenia.co.id : www.elevenia.co.id/store/evernity

Bukalapak.com : www.bukalapak.com/evernity

Lazada.co.id : www.lazada.co.id/evernity

Alfacart.com : www.alfacart.com

E-BOOK

Buku ini juga tersedia dalam bentuk elektronik:

Scoop

Bookmate

Wayang Force

Indobooks

Qbaca

Tokobuku

Livi

Buqu Store

ijak



KRITIK DAN SARAN

Kami menyukai masukan yang kritis dan jujur. Anda dapat memberi nilai dan komentar terhadap isi buku ini di:

goodreads

978-602-72314-0-5/
Tujuh Bantal Keluarga



penerbiteverny



bukueverny



penerbiteverny



penerbit@everny.co.id



<http://www.everny.co.id>



Keluarga yang sehat menciptakan gereja dan masyarakat yang sehat. Firman Tuhan telah menyediakan berbagai panduan praktis agar hubungan antar-anggota keluarga harmonis. Buku ini terdiri dari tujuh artikel yang akan menolong setiap keluarga:

- **Tujuh Bantal Keluarga**

Kita perlu menyediakan tujuh "bantal" dalam rumah, yaitu perbuatan-perbuatan baik yang akan menjadi landasan empuk tatkala terjadi konflik.

- **Makna "Mengasihi" Suami kepada Istri**

Mengapa Tuhan secara spesifik menetapkan istri sebagai penerima kasih? Sejauh mana suami mengasihi istri untuk menerapkan kasih Kristus kepada jemaat?

- **Makna "Tunduk" Istri kepada Suami**

Mengapa Tuhan memilih suami sebagai pemimpin? Bukankah lebih baik suami-istri berdiri sejajar? Apa arti kata "tunduk" dan sejauh mana ketundukan istri kepada suami?

- **Terlepas tetapi Tidak Terputus**

Tujuan pernikahan bukan sekadar hidup bersama, melainkan hadirnya penyatuan. Oleh karena itu, setiap pasangan perlu mengusahakan pernikahan yang terikat, berbeda dari pernikahan yang terlepas.

- **Jika Kita Berselingkuh**

Kita tidak selalu kuat karena dosa perzinaan selalu mengintai kita. Pencegahan dosa ini dan pemulihan hubungan perlu menjadi perhatian setiap pasangan.

- **Pubertas Kedua: Mitos atau Realitas?**

Usia 40-60 menjadi masa hidup yang rawan karena di dalamnya terkandung berbagai permasalahan dan perubahan.

- **Pertengkaran: Bumbu atau Racun dalam Pernikahan?**

Perselisihan dalam keluarga dapat menjadi konflik, pertengkaran, bahkan perkelahian. Kenali akar perselisihan dan cara mengatasinya.

Semua bab disertai dengan pertanyaan-pertanyaan yang dapat digunakan untuk diskusi kelompok ataupun refleksi pribadi.