

Penghiburan
yang
Menyenangkan Jiwa

Penghiburan
yang
Menyenangkan Jiwa

*Untaian Mazmur
Bagi Hati yang Terluka*

Bill Crowder



DUTA HARAPAN

D U N I A ®

SINGING THE SONGS OF THE BROKENHEARTED

Psalms that Comfort and Mend the Soul

© 2009 by Bill Crowder

Published by Discovery House Distributors Sdn Bhd

All rights reserved

PENGHIBURAN YANG MENYENANGKAN JIWA

Untaian Mazmur Bagi Hati yang Terluka

Bill Crowder

Alih Bahasa: Yustini Soepardi Ebenhaezer

Tim Penyunting: Dwiyanto, Heri Marbun, Natalia Endah

Penyelar Bahasa: Bungaran, Juni Liem, Indrawan

Penata Letak: Sherry L. Hoffman, Mary Chang

Edisi Bahasa Indonesia diterbitkan dan didistribusikan oleh:

PT Duta Harapan Dunia

www.dhdindonesia.com

PO Box 3500 Jakarta 11035

Bacaan Alkitab dikutip dari Alkitab Terjemahan Baru (TB)

© LAI 1974, Cetakan ke-23 Tahun 2003

ISBN 978-1-62707-029-4

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang.

Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari Penerbit.

Cetakan Pertama: Oktober 2013



*Untuk mereka yang telah mempengaruhi saya
dalam perjalanan hidup saya yang musikal:*

David Randlett

Clayton Erb

Kerry Wheeler

Daftar Isi



Ucapan Terima Kasih / 9

Pendahuluan / 11

Mazmur 6: Hati yang Hancur oleh Duka / 15

Mazmur 12: Hati yang Hancur oleh Keputusan / 33

Mazmur 13: Hati yang Hancur oleh Kekalahan / 51

Mazmur 32: Hati yang Hancur oleh Rasa Bersalah / 67

Mazmur 39: Hati yang Hancur oleh Ketakutan / 89

Mazmur 42: Hati yang Hancur oleh Keputusan / 107

Mazmur 56: Hati yang Hancur oleh Kebencian / 129

Mazmur 69: Hati yang Hancur oleh Stres / 145

Mazmur 73: Hati yang Hancur oleh Ketidakadilan / 161

Mazmur 22: Hati yang Hancur oleh Dosa / 181

Penutup / 199

Ucapan Terima Kasih



Saya berutang budi pada banyak pihak yang telah menolong dan mempengaruhi saya dalam hidup ini. Ed Curtis, dosen seminari yang mengajar mata kuliah Eksposisi Kitab Mazmur di Talbot School of Theology, telah mengajar saya tentang berlimpahnya kekayaan puji-pujian dalam Kitab Suci. Sahabat dan rekan saya, Mart DeHaan, telah menolong saya belajar dan bertumbuh baik dalam seni penulisan maupun dalam cara berpikir kritis yang menjadi bagian unik dan berharga dari seni tersebut—untuk hal ini saya masih harus belajar banyak. Kedua orangtua saya mengajar saya untuk mencintai dan menghargai musik, dan untuk memahami jiwa dari suatu lagu di balik nada dan liriknya. David Randlett, Clayton Erb, dan Kerry Wheeler, para sahabat dan saudara seiman dalam pelayanan, telah mengajar saya bagaimana musik dan ibadah dapat saling berpadu, atau beradu, untuk mempengaruhi hati kita dengan kekuatan musik. Saya bersyukur untuk mereka semua.

Saya selalu merasa terhormat dapat bekerja sama dengan para rekan kerja dari Discovery House Publishers. Saya ingin berterima kasih kepada Carol Holquist dan komite penerbitan yang menerima proposal buku saya; Judith Markham yang telah mendorong saya untuk menyusun dan menjernihkan pemikiran dan ide saya; dan kepada rekan-rekan DHP yang memberi dukungan, yakni Annette Selden, Melissa Wade, Kevin Williams, Katy Pent, Jill Lamberson, dan Peg Willison, melalui semangat mereka dalam bekerja. Saya bangga menyebut mereka sahabat.

PENGHIBURAN YANG MENYENANGKAN JIWA

Secara khusus, saya berterima kasih kepada istri saya, Marlene, untuk kesabaran dan pengertian yang ditunjukkannya ketika saya terus (dan terus dan terus) mengerjakan naskah buku ini. Saya juga bersyukur untuk anak-anak saya—mereka adalah sumber ilustrasi yang begitu kaya. Mereka juga penuh dengan kesabaran, dan untuk itulah saya bersyukur.

Dan untuk Juruselamat saya, saya mengucapkan syukur atas pujian keselamatan yang diberikan-Nya. “Ia memberikan nyanyian baru dalam mulutku untuk memuji Allah kita” (Mazmur 40:4). Saya berdoa, kiranya Kristus akan menolong saya untuk terus setia menaikkan pujian tersebut.

Pendahuluan



Bagaimana caranya menyembuhkan patah hati?

—THE BEE GEES

Sepanjang dekade 1960-an, kebangkitan musik *soul* menjadi tonggak berjayanya label rekaman Motown asal Detroit yang menghasilkan hits demi hits di tangga lagu dunia. Kebanyakan dari hits itu adalah lagu-lagu ceria tentang cinta dan romansa oleh grup-grup seperti The Supremes, The Temptations, atau The Four Tops. Namun salah satu lagu terbaik mereka bukanlah lagu yang gembira atau meledak-ledak. Lagu itu juga tidak sendu atau mendeduhkan hati. Yang menyanyikannya juga bukan salah seorang mega bintang yang menjadikan Motown sebuah industri hit musik di dekade 1960-an. Bagaikan ratapan masa kini, lagu penuh perenungan, yang disenandungkan oleh seorang penyanyi yang tidak begitu terkenal bernama Jimmy Ruffin, menyerukan, *What becomes of the brokenhearted?* (Bagaimana nasib orang yang patah hati?)

Bagaimana nasib orang yang patah hati? Inilah pertanyaan yang telah muncul jauh-jauh hari sebelum zaman Motown, karena di dalamnya terkandung jeritan hati dari setiap orang yang pernah mengalami kehilangan, kesepian, penolakan, rasa malu, pengabaian, atau beragam pengalaman hidup yang kejam lainnya. Bahkan para penulis Kitab Suci pun bergumul dengan pengalaman-pengalaman dahsyat yang mengubah hidup mereka, lengkap dengan gejala emosi yang menyertai

pengalaman itu. Sesungguhnya, tidak ada kitab lain dalam Alkitab yang lebih transparan daripada kitab Mazmur, karena di dalamnya para pemazmur menulis tentang seluruh peristiwa hidup mereka dengan penuh kejujuran, termasuk momen-momen tergelap yang harus mereka jalani.

Dalam buku ini, kita akan menggali sejumlah mazmur yang mencerminkan pergumulan-pergumulan yang jujur dari orang-orang yang patah hati. Masing-masing mazmur akan menyingkapkan bagi kita suatu pengalaman hidup yang membawa kedukaan kepada para pria dan wanita, anak laki-laki dan anak perempuan, muda dan tua; dan dalam setiap mazmur ini pula kita menemukan pengharapan dan dorongan untuk menghadapi masa-masa penuh pergumulan tersebut.

Ketika menelusuri dan menggali mazmur-mazmur pilihan ini, saya mendapati bahwa mazmur-mazmur tersebut sering kali dihasilkan dari kondisi-kondisi yang serupa, adakalanya dengan menggunakan gaya bahasa yang sama. Ada juga tema yang diulang-ulang. Meskipun kemudian, tampak ekspresi-ekspresi berbeda yang memberikan keunikan tersendiri pada setiap mazmur. Dengan menemukan perbedaan-perbedaan kecil yang hadir dalam setiap mazmur, saya dibawa untuk menghargai bobot dan makna penting dari masing-masing mazmur tersebut.

Kebanyakan dari mazmur ini berakhir dengan kata-kata pengharapan—tetapi tidak semuanya. Dalam kebanyakan mazmur kita melihat dampak dari peristiwa-peristiwa yang terjadi pada diri sang pemazmur—tetapi tidak dalam semua mazmur. Akan tetapi, apa pun perbedaan atau kesamaan yang terkandung dari masing-masing mazmur, ada satu hal yang pasti: Kepedihan hati yang dialami oleh orang-orang yang menderita merupakan suatu kenyataan universal yang mendesak kita untuk berseru kepada Allah, dan untuk menemukan

Pendahuluan

kelegaan, pertolongan serta pengharapan di dalam Dia. Saya menemukan hal tersebut dalam untaian lirik-lirik kuno berikut, dan saya percaya Anda pun akan menemukannya.

Mazmur 6



Hati yang Hancur oleh Duka

*Duka dapat menggoyahkan jiwa
yang paling teguh sekalipun.*

—SOPHOKLES

Salah satu tokoh paling melankolis dalam budaya pop pastilah Charlie Brown dari serial kartun *Peanuts*. Ia terus-menerus ditimpa kemalangan dan perlakuan buruk yang datang dari segala pihak. Lucy suka menyiksa Charlie dengan pernyataan-pernyataan yang mempermainkan fobia yang dimilikinya, dan kemudian menjebak Charlie untuk menendang sebuah bola—bola yang kemudian ditariknya tepat pada saat Charlie hendak menendangnya. Charlie selalu dikejar-kejar oleh Peppermint Patty yang jauh lebih atletis. Charlie tak pernah berhasil meraih hati pujaannya, “si gadis kecil berambut merah”. Bahkan Snoopy, anjingnya, sepertinya lebih unggul daripada Charlie dalam segala hal, dan dengan bangga menunjukkan keunggulannya itu. Sungguh malang nasib Charlie Brown.

Menariknya, respons dasar Charlie terhadap berbagai pergumulan, kekecewaan, dan kegagalan yang menerpa hidupnya adalah dengan menundukkan kepala tanda putus asa dan bergumam, “*Oh, good grief!*” (yang secara harfiah berarti “kedukaan yang baik”. –red)

Saya dapat memahami kefrustrasian Charlie. Namun yang saya rasa aneh adalah respons instannya terhadap kesedihan

hidup yang terlihat dari ungkapan khasnya tadi. “Good grief” terasa seperti istilah yang bertolak belakang. Kedukaan yang *baik*? Saya kira tidak banyak (kalaupun ada) orang yang berduka akan berpikir bahwa kedukaan mereka itu memang baik. Kedukaan adalah sesuatu yang dihindari, bukan sesuatu yang disambut gembira. Kedukaan adalah sesuatu yang mengusik, bukan sesuatu yang meningkatkan kualitas hidup.

Raja Daud dari Israel kuno, seorang pemazmur, tentulah bergumul keras untuk melihat adanya kebaikan dalam pengalamannya sendiri menghadapi duka. Perhatikan jeritan hatinya dalam Mazmur 6:7-8:

*Lesu aku karena mengeluh;
setiap malam aku menggenangi tempat tidurku,
dengan air mataku aku membanjiri ranjangku.
Mataku mengidap karena sakit hati,
rabun karena semua lawanku.*

“Mataku mengidap karena sakit hati.” Betapa besar beban penderitaan yang tercakup dalam kata-kata itu. Beban derita itulah yang membuat rasa duka menjadi suatu daya emosional yang dahsyat. Pada tahun 1970, the Beatles merilis lagu “Let It Be”. Ada asumsi yang berkembang bahwa Paul McCartney mengacu kepada Sang Perawan Maria ketika menyanyikan “mother Mary” (bunda Mary) yang melawatnya pada saat ia sedang mengalami “masa-masa sulit”. Namun yang dirindukan Paul bukanlah seorang tokoh agama; melainkan ibunya sendiri, Mary McCartney, yang telah meninggal dunia semasa ia muda. Paul rindu kepada ibunya. Ia rindu berbicara dengan ibunya saat hidupnya penuh dengan penderitaan. Kata-katanya, “Let it be, let it be” (Biarkanlah, biarkanlah), berbicara tentang kehampaan besar dalam hidup karena kehilangan seseorang yang dikasihinya. Kedukaan yang baik? Rasanya mustahil.

Kedukaan Terasa Begitu Pribadi

Selama dua puluh tahun lebih masa pelayanan pastoral saya, saya telah menghabiskan banyak waktu bersama banyak keluarga dalam masa-masa hidup mereka yang terkelam—di tengah ruang tunggu operasi, ruang gawat darurat, kantor dokter, rumah duka, dan pusat konseling. Di sanalah mereka berdukacita atas kematian orang yang dikasihi, sakit-penyakit, hubungan-hubungan yang kandas, hilangnya pekerjaan, dan banyaknya kehilangan yang lain.

Yang membuat kedukaan mereka begitu mendalam adalah karena kedukaan itu terasa begitu pribadi. Bahkan tragedi-tragedi besar yang terjadi dapat meninggalkan duka yang sangat menyiksa batin bagi orang-orang yang terkena dampaknya.

Saya tumbuh besar di Virginia Barat dan masih menetap di sana pada bulan November 1970 ketika seluruh anggota tim *football* Universitas Marshall, bersama para pelatih, pendukung, dan pemimpin masyarakat dari Huntington, Virginia Barat, tewas dalam kecelakaan setelah pesawat yang mereka tumpangi menabrak tebing di luar Bandara Tri-State di Huntington. Saya pernah satu sekolah dasar bersama salah seorang pemain dan juga satu sekolah menengah atas dengan seorang pemain lainnya. Sebagai seorang pemuda berusia delapan belas tahun, peristiwa tersebut merupakan salah satu pengalaman paling memilukan yang pernah saya lihat. Namun, selagi negara bagian Virginia Barat dan seluruh masyarakat Huntington dan Universitas Marshall berduka dan meratap, setiap orang yang terlibat juga merasakan duka dalam batin mereka. Ungkapan duka yang ditunjukkan khalayak umum atas kehilangan yang teramat besar ini hanyalah sebagian kecil dari luapan kepedihan dalam batin masing-masing orang yang terpengaruh oleh tragedi tersebut.

Dalam film *We Are Marshall* yang menceritakan kisah kecelakaan udara tersebut, salah seorang tokoh mengingatkan tunangan

dari putranya yang telah meninggal dunia, “Duka itu pelik.” Memang benar. Duka itu pelik, sebagian alasannya adalah karena kedukaan terasa begitu pribadi, seluas apa pun atau sebesar apa pun penyebab duka tersebut.

Kedukaan itu Jujur

Dalam Mazmur 6, tidak ada petunjuk yang spesifik tentang duka Daud. Kepedihannya memang nyata, tetapi ia tidak memberitahukan kepada kita sumber dukanya. Memang ia menyinggung tentang serangan musuh yang bermaksud jahat terhadapnya dan yang telah memperburuk sakit hatinya (ay.9-11), tetapi mereka bukanlah fokus utama dari mazmurnya. Dalam penderitaan batinnya yang amat mendalam, pemikiran Daud tertuju pada kekecewaannya terhadap Allah.

*Ya TUHAN, janganlah menghukum aku dalam murka-Mu,
dan janganlah menghajar aku dalam kepanasan amarah-Mu . . .
dan jiwakupun sangat terkejut;
tetapi Engkau, TUHAN, berapa lama lagi? (Mazmur 6:2,4).*

Kejujuran merupakan ciri khas kitab Mazmur. Dalam mazmur-mazmur kuno ini, kita menemukan respons yang berani dan jujur terhadap kondisi hidup manusia sehari-hari—ada sukacita, kemarahan, kepahitan, rasa bersalah, kebencian, niat balas dendam, dan emosi lainnya yang dirasakan manusia. Lewat emosi mereka yang jujur itulah, para pemazmur mengekspresikan respons mereka terhadap berbagai pengalaman hidup.

Salah seorang profesor seminari saya pernah mengatakan bahwa Allah berbicara kepada kita melalui 65 kitab dalam Alkitab, dan satu kitab di mana kita berbicara kepada Allah, yaitu kitab Mazmur. Ketika para pemazmur berbicara kepada Allah, mereka melakukannya tanpa sikap basa-basi rohani. Mereka tidak berusaha membungkus segala sesuatunya agar

terlihat rohani. Mereka tak harus merasa malu. Yang terpancar hanyalah kejujuran.

Memang ketika Daud semakin tenggelam dalam penderitaannya, ia pun berseru meminta pertolongan dari Allah. Akan tetapi, ia berseru kepada Allah yang dianggapnya telah melantarkannya. Ia bahkan merasa bahwa Allah sedang menghukumnya dengan menimpakan kedukaan itu kepadanya. Perhatikan kata-kata yang digunakannya untuk menggambarkan konflik di dalam hatinya:

“Ya TUHAN, janganlah menghukum aku dalam murka-Mu, dan janganlah menghajar aku dalam kepanasan amarah-Mu” (ay.2). Apa pun makna dari pengalamannya, Daud memandang masa-masa kepedihannya sebagai hukuman Allah dalam hidupnya. Dalam buku tafsirannya terhadap kitab Mazmur, *The Treasury of David* (Perbendaharaan Daud), Charles Spurgeon, sang pengkhotbah agung, berkata bahwa Daud bukan sedang menentang hukuman Allah, tetapi ia tidak ingin dihukum Allah dalam murka-Nya. Ia menghendaki hukuman yang membangun dan bukan menjatuhkan dirinya.

“Dan jiwakupun sangat terkejut” (ay.4a). *Terkejut* mengandung makna tentang hati yang dongkol, merasa susah, dan sangat gelisah. Spurgeon mengatakan tentang hal ini, “Kesusahan jiwa adalah puncak dari segala kesusahan. Tidaklah mengapa tulang berguncang asal jiwanya teguh. Namun apabila jiwa itu sendiri yang sangat berkesusahan, itulah penderitaan yang sesungguhnya.”

Ini bukanlah masalah dangkal yang dapat dihindari dengan mudah atau cepat oleh Daud. Penderitaan ini begitu memilukan hatinya. Ia berusaha menggapai Allah di tengah pergumulannya—tetapi apa hasilnya?

“Tetapi Engkau, TUHAN, berapa lama lagi? (ay.4b). Perhatikan bahwa Daud sepertinya menyela pemikirannya

sendiri, atau memotong komentar yang hendak diucapkannya dengan ungkapan, “Berapa lama lagi?” seakan-akan ia sedang bertanya kepada Allah, “Sampai kapan?” Rasa terkejut dan dukanya seakan dilipatgandakan oleh perasaan bahwa setelah ia mencurahkan isi hatinya kepada Allah, hanya kesunyian yang didapatnya sebagai balasan. Pertanyaan “berapa lama lagi aku harus menghadapi kepedihan ini seorang diri?” seolah menjadi puncak kedukaannya.

Daud tidak memanis-maniskan perkataannya atau mengecilkan gejala emosinya. Daud menumpahkan seluruh perasaannya kepada Allah yang dianggapnya sudah menelantarkan di masa dukanya. Ia memang tidak menyebutkan penyebab atau sumber dukanya, tetapi dengan jelas ia menyatakan bahwa, pada tingkat tertentu, kedukaannya telah diperburuk oleh persepsinya akan Allah yang terasa jauh justru pada masa kesusahannya.

Kedukaan itu Menyakitkan

*Kasihlanilah aku, TUHAN, sebab aku merana;
sembuhkanlah aku, TUHAN, sebab tulang-tulangku gemetar
(Mazmur 6:3).*

Dengarkan kata-kata yang dipakai Daud: *merana* dan *gemetar*. Ini bukanlah kata-kata yang bermakna netral. Kata-kata tersebut mengandung deskripsi yang kuat dan sarat emosi. Ketika menggunakan istilah “*merana*,” ia sedang mendeskripsikan baik kondisi jiwa maupun fisiknya sendiri. Istilah asli Ibraninya mengacu kepada seseorang yang lemah atau rapuh. Ini mengingatkan saya pada keadaan rentan yang ekstrim, dan membangkitkan kembali kenangan-kenangan buruk dari masa lampau.

Dalam masa pelayanan saya yang pertama sebagai gembala, gereja kami biasa mengadakan kebaktian mingguan di sebuah

panti jompo lokal. Biasanya kami tiba lebih awal dan mengunjungi kamar demi kamar, mengundang para penghuni panti untuk ikut dalam kebaktian, lalu membawa mereka keluar dalam kursi roda mereka, atau terkadang bersama ranjang mereka. Para pria dan wanita yang sudah tua ini benar-benar tak berdaya. Mereka bergantung pada para staf panti dan terkadang pada kerabat yang mengunjungi mereka. Dan seminggu sekali, mereka bergantung kepada kami. Kelemahan dan kerapuhan mereka menjadikan mereka rentan. Mereka dalam keadaan “merana”.

“Gemetar” bahkan bermakna lebih dalam lagi. Istilah ini sama dengan kata “terkejut” yang digunakan Daud dalam ayat 4. Namun di ayat ini, kata tersebut diterapkan pada tulang-tulangnya. Satu tafsiran berkata bahwa Raja Daud sedang memberitahukan kepada Allah bahwa perasaan duka dalam hatinya sangatlah mengguncang dirinya hingga menembus sampai ke sendi-sendi tubuhnya. Yang menerpa hidupnya bukanlah hembusan angin lembut, melainkan amukan badai yang telah menggetarkan keyakinan dirinya. Inilah yang dinamakan sebuah *krisis*.

Seorang kolega sering mengatakan bahwa sebuah krisis adalah peristiwa yang memaksa kita untuk mengatur kembali jalan hidup kita secara mendasar. Bahkan “hal-hal yang baik”, seperti pernikahan atau kelahiran seorang anak atau pekerjaan baru, dapat menjadi krisis karena semua itu membutuhkan restrukturisasi yang sangat besar dalam jalan hidup kita. Namun, di sini Daud sedang berbicara mengenai sebuah krisis yang berbeda—suatu krisis yang dapat mengguncang hidup dan mengusik ketenangan hati Anda.

Bagaimana seorang yang sedemikian merana dan gemetar dapat kembali mengalami pemulihan dan pengharapan? Hanya jika ia diselamatkan—dan hanya ada satu sumber penyelamatan.

Kedukaan Merindukan Penyelamatan

*Kembalilah pula, TUHAN, luputkanlah jiwaiku,
selamatkanlah aku oleh karena kasih setia-Mu.
Sebab di dalam maut tidaklah orang ingat kepada-Mu;
siapakah yang akan bersyukur kepada-Mu di dalam dunia
orang mati? (Mazmur 6:5-6).*

Di sini Daud mengakui bahwa rasa sakitnya terlalu besar dan dukanya terlalu dalam sehingga ia tidak mampu menghadapinya seorang diri. Ia membutuhkan pertolongan, dan hanya Allah yang mampu menolongnya. “Kembalilah . . . luputkanlah!” (ay.5) menjadi seruan hatinya.

Meskipun demikian, perhatikan bahwa Daud tidak sedang memohon keselamatan karena ia merasa pantas menerimanya. Ia memohon keselamatan karena Allah adalah Allah yang menyelamatkan. Inilah esensi dari *belas kasihan*. Daud memohon keselamatan yang tidak pantas ia terima, tetapi keselamatan yang sesuai dengan karakter Allah Mahabesar yang masih dipercayainya, sekalipun ia sedang mengalami kedukaan. Inilah sikap percaya yang didasarkan pada *kasih setia* Allah—kasih setia-Nya yang terus ada untuk selama-lamanya (Mazmur 136).

Daud menyatakan secara tidak langsung bahwa ia akan memuji Allah secara terbuka atas penyelamatan-Nya dengan mengatakan bahwa ia tidak akan dapat bersyukur dalam kematian, melainkan hanya dalam kehidupan. Akan tetapi, permohonannya tetap sama: “Tolonglah ya Allah, selamatkan aku!”

Respons Kedukaan yang Mendalam

*Lesu aku karena mengeluh;
setiap malam aku menggenangi tempat tidurku,
dengan air mataku aku membanjiri ranjangku.*

*Mataku mengidap karena sakit hati,
rabun karena semua lawanku (Mazmur 6:7-8).*

Di sini, pada pusat dari mazmurnya, penderitaan Daud mencapai titik puncaknya. Perhatikan bahwa ia menyingkapkan bagaimana kedukaan telah mencengkeram dirinya dalam empat cara yang sangat dirasakan olehnya:

Kelelahan

“Lesu aku karena mengeluh” (ay.7a). Beban duka mungkin tidak terlihat, tetapi beban itu sangatlah berat. Beban duka itu menguras energi seseorang dan menyebabkan kelesuan yang menggerogoti semangatnya. Kelelahan itu juga diperkuat oleh kenyataan umum yang menunjukkan bahwa seseorang yang sedang menanggung duka juga akan kehilangan selera makannya, dan ini menyebabkan dirinya kekurangan gizi yang menambah kelesuan tubuh.

Dalam pelayanan saya selama bertahun-tahun sebagai gembala gereja, saya selalu terharu oleh sikap perhatian dan kemurahan hati dari orang-orang yang membawakan makanan (kaserol, roti, kue, salad) untuk mereka yang sedang berduka, meskipun saya tahu bahwa di tengah-tengah kedukaan kebanyakan orang tidak ingin makan. Lebih dari itu, orang yang berduka bahkan merasa *tidak bisa* makan.

Demikian juga, pada masa berduka orang sulit tidur, karena mimpi-mimpinya akan dihantui oleh perkataan dan perbuatan yang sepertinya berkaitan dengan duka tersebut. Semua pengalaman ini menciptakan perasaan lesu dan lelah, tepat seperti yang dideskripsikan Daud. Oleh karena itu, makanan dan istirahat termasuk dalam hal-hal yang dibutuhkannya.

Air mata

“Setiap malam aku mengenangi tempat tidurku, dengan air mataku aku membanjiri ranjangku” (ay.7b). Biasanya di tengah kegelapan, setelah semua orang tertidur, ekspresi duka yang tersimpan dalam batin pun tertumpah keluar. Inilah salah satu alasan kita merasa sulit tidur pada masa berduka.

Ketika ayah saya akhirnya tumbang setelah bertahun-tahun menderita serangkaian serangan jantung, kematiannya meninggalkan kehampaan yang tak terobati dalam hidup ibu saya. Saya jarang menemukan ada pernikahan seperti yang dimiliki oleh kedua orangtua saya. Mereka melakukan segala sesuatu bersama-sama. Saya bahkan tidak pernah melihat ibu saya mengendarai kendaraan sebelum ayah saya meninggal dunia. Ia tidak pernah membutuhkan Surat Ijin Mengemudi karena mereka selalu melakukan segalanya bersama-sama. Mereka berpergian bersama dan tak terpisahkan. Bahkan di kemudian hari, setelah bertahun-tahun berusaha mengatasi perasaan kehilangannya, Ibu memberi tahu saya bahwa adakalanya ia masih menangis di malam hari. Di atas ranjangnya sendiri, ia bebas menangis tersedu-sedu, tanpa perlu memberi penjelasan kepada orang lain atau menerima penghiburan kosong dari siapa pun. Air matanya sendiri menjadi obat bagi jiwanya.

Kesedihan

“Mataku mengidap karena sakit hati” (ay.8a). Maksud kata *mengidap* ini adalah “menjadi lemah”, dan biasanya berhubungan dengan usia lanjut. Namun dalam hal ini masalahnya bukan usia lanjut. Kedukaan dan kesedihanlah yang meredupkan kedua mata Daud, dan ia tak dapat melihat dengan jelas melampaui rasa sakit hati yang menyelubungi pandangannya. Hal ini bahkan bisa juga berbicara mengenai penilaiannya yang diperkeruh oleh emosi-emosinya, karena dalam keadaan yang

mendekati jurang depresi, ia tidak dapat membaca situasi-situasi yang ada di sekitarnya dengan jelas dan akurat.

Ketakutan

“Rabun karena semua lawanku” (ay.8b). Musuh-musuh Daud telah berhasil melemahkannya. Ada yang memperkirakan bahwa para lawan yang disebut Daud di sini bersifat rohani, seperti dosa, godaan, Iblis, dan rasa bersalah; tetapi rasanya lebih mungkin musuh-musuh ini adalah sesamanya manusia.

Seperti yang akan kita lihat di sepanjang buku ini, Daud terus-menerus menghadapi perlawanan dari para musuhnya. Bahkan, ia seakan tidak pernah bisa benar-benar melepaskan diri dari orang-orang yang ingin menghancurkannya. Tidak banyak orang yang akan menerima permusuhan sebesar itu di sepanjang hidupnya, dimana hati dan harapan mereka terkikis habis bagaikan sebongkah batu padat yang terus-menerus digerogeti oleh tetesan air. Akan tetapi, pada masa-masa ketika kita memang menghadapi orang-orang jahat yang berniat mencelakai kita, kita dapat ikut merasakan pergumulan Daud. Entah itu Raja Saul, atau keluarga Saul, atau seorang bekas sahabat baiknya (Ahitofel), atau bahkan anggota keluarganya sendiri (Absalom), seakan Daud tidak pernah kehabisan musuh di sepanjang hidupnya.

Kelelahan. Air mata. Kesedihan. Ketakutan. Semua ini yang membuat kedukaan begitu berat untuk ditanggung. Duka mencengkeram kita dan menodai tiap momen dalam hidup kita.

Seorang penafsir Alkitab bernama Derek Kidner mengatakan hal berikut mengenai kondisi Daud: “Depresi dan kelelahan yang menyeluruh seperti ini tidak dapat diobati dengan usaha sendiri atau nasihat yang baik. Doa pun makin jarang terdengar. Para *lawan* yang biasanya membangkitkan kemarahan Daud sekarang justru menghancurkan semangatnya. Apabila ada yang dapat

menyelamatkannya, itu bukanlah dari hasil usahanya sendiri” (Mazmur 1–72).

Kedukaan yang sedemikian dalamnya seolah tak terhiburkan, dan juga, mungkin lebih parah dari itu, tak terhindarkan. Respons kita terhadap kedukaan itu dapat memaksa kita untuk mengerang sendirian dalam penderitaan jiwa yang seakan tak terobati—kecuali jika kita melihat satu-satunya jalan keluar yang ada, yaitu jalan kepercayaan.

Keyakinan Iman

Jalan kepercayaan—ke sanalah sekarang hati Daud berpaling. Perhatikan bahwa situasinya belumlah berubah, demikian juga kedukaannya: “Sebab TUHAN telah mendengar tangisku” (ay.9). Namun yang telah berubah adalah kini ia tidak lagi merasa ditinggalkan Allah. Sebaliknya, ia berkata: “TUHAN telah mendengar . . . TUHAN menerima . . .” (ay.9–10). Daud merasa bahwa kini ia dapat meyakini penyelamatan dan perhatian dari Allah yang menjawab doa-doanya, bahkan di tengah duka dan deritanya. Keyakinannya pada kenyataan masa kini itulah yang mewarnai caranya memandang hidup dalam jangka panjang, dan juga sikapnya dalam menjalani hidup itu.

Daud mungkin belajar tentang hal ini dari pengalaman Ayub. Dalam beban penderitaan yang tidak terbayangkan oleh kebanyakan orang, Ayub diliputi oleh keyakinannya yang kuat pada Allah di surga. Perkataannya mengekspresikan sebuah hati yang belajar mempercayai Allah—bukan ketika ia tidak menderita, tetapi justru saat ia sedang menderita.

“Sekalipun Allah akan mencabut nyawaku, aku akan tetap mempercayakan diriku kepada-Nya” (Ayub 13:15 FAYH).

“Tetapi aku tahu: Penebusku hidup, dan akhirnya Ia akan bangkit di atas debu” (Ayub 19:25).

“Aku akan tetap *memperkirakan* diriku . . . Aku *tahu*.” Ungkapan teguhnya pengharapan—kata-kata iman—yang diekspresikan oleh Ayub itu bergema dalam perkataan Daud sang raja saat ia berpaling dari kedukaannya kepada Allah.

Kepercayaan di Masa Kini

*Menjauhlah dari padaku,
kamu sekalian yang melakukan kejahatan,
Sebab TUHAN telah mendengar tangisku;
TUHAN telah mendengar permohonanku,
TUHAN menerima doaku (Mazmur 6:9-10).*

Daud memberitahukan kepada para lawannya bahwa Allah masih menyertainya, meskipun banyak pergumulan yang dihadapinya. Ia masih meratap. Ia masih merasakan kedalaman rasa sakitnya. Namun ia tidak lagi merasa ditinggalkan. Ia menyadari bahwa Allah yang mengasihinya juga mendengarkan doa-doa—dan doa-doa tersebut diperhatikan-Nya! Tiga kali Daud menegaskan keyakinannya kepada Allah yang mendengarkan doanya, dan memang benar demikian.

Allah tidak selalu menjawab doa-doa kita dengan cara yang kita mengerti, tetapi Dia selalu mendengarkan seruan hati kita. Dia tidak memalingkan wajah-Nya atau mengabaikan kita. Dia tidaklah terlalu sibuk untuk mendengarkan kita. Dia tidak pernah pilih kasih.

Yang mulai membawa kedamaian pada hati Daud adalah keyakinan imannya akan hal ini: Allah mendengarkan seru dan tangis dukanya.

Pengharapan akan Masa Depan

*Semua musuhku mendapat malu dan sangat terkejut;
Mereka mundur dan mendapat malu dalam sekejap mata
(Mazmur 6:11).*

Di bait terakhir dari mazmurnya, Daud bergerak melampaui pergumulannya di masa kini menuju ke pengharapan akan kemenangan di masa datang. Kata-kata mengenai keadaan di masa kini yang digunakan dari ayat 2 hingga ayat 10 mencapai puncaknya di ayat 11 dalam kelepasan masa depan yang akan tiba.

Ketika kita diliputi oleh rasa duka pada masa kini, memang sulit untuk mengingat janji-janji yang kita terima dari Allah Bapa tentang masa yang akan datang. Di ruang atas, pada malam sebelum penyaliban-Nya, Kristus dapat merasakan kedukaan dalam diri murid-murid-Nya menjelang perpisahan yang akan mereka alami dengan-Nya. Apakah respons-Nya terhadap kenyataan yang mereka alami pada saat itu? Pandanglah ke masa depan! Dia berkata: “Demikian juga kamu *sekarang* diliputi dukacita, tetapi Aku *akan* melihat kamu lagi dan hatimu *akan* bergembira dan tidak ada seorangpun yang *dapat* merampas kegembiraanmu itu dari padamu” (Yohanes 16:22). Kata *sekarang* yang menggambarkan duka mereka pada saat itu ditanggapi dengan kata *akan* yang menjanjikan pertemuan dengan-Nya dan kegembiraan yang kekal bersama-Nya di masa yang akan datang!

Alangkah menakjubkannya melihat kedukaan berganti menjadi pengharapan, dan kehilangan berganti menjadi penantian. Inilah transformasi dalam hati dan jiwa Daud yang membawanya pada keyakinan yang teguh terhadap jalan-jalan Allah yang tidak selalu ia mengerti. Yang Daud lakukan hanyalah percaya.

Demikian pula yang terjadi dengan seorang usahawan Kristen bernama Horatio G. Spafford. Ia mengalami sendiri masa-masa duka seperti yang tercatat dalam Mazmur 6.

Spafford adalah seorang pengacara yang mengalami musibah ketika suatu kebakaran besar di Chicago pada tahun 1871 melumat kawasan perumahan miliknya. Putra Spafford satu-satunya juga meninggal kira-kira pada waktu yang sama. Selama dua tahun setelah kebakaran tersebut, Spafford, yang adalah teman dari penginjil D. L. Moody, menolong banyak korban dari peristiwa tersebut. Pada saat itulah, ia memutuskan untuk membawa istrinya dan keempat putrinya berlibur ke Eropa. Spafford sempat terhalang oleh urusan bisnis, maka ia mengirim keluarganya pergi terlebih dahulu. Tragisnya, kapal yang mereka tumpangi bertabrakan dengan kapal lain. Istrinya berhasil bertahan hidup, tetapi keempat putrinya tidak bisa diselamatkan. Kemudian, sebagai seorang ayah yang berduka dan seorang beriman yang hancur hati, Spafford melukiskan keyakinan imannya yang teguh kepada Allah yang jalan-jalan-Nya tak selalu terpahami dengan menuliskan syair berikut:

*Sewaktu hidupku tenang dan aman
Ataupun susah menimpa
Ku di mana pun Tuhan yang menuntun
Jiwaku, jiwaku tenanglah.*

Jiwaku tenanglah. Untuk mampu mengatakan kata-kata itu di tengah kedukaan dan kehilangan yang sangat besar adalah suatu hal yang menakjubkan. Namun Spafford mengerti apa yang telah dimazmurkan Daud berabad-abad yang lampau: bahkan di tengah kedukaan kita, Allah peduli dan menghibur kita. Dia mengasihi dan mendengarkan kita. Kedukaan kita berharga di mata Allah, dan kesadaran akan hal itu membawa pengharapan bagi jiwa kita.

Kedukaan yang Memberi Hikmah

Ketika ayah saya meninggal dunia pada tahun 1980, saya baru dua hari menjadi seorang gembala penuh waktu di gereja. Kebaktian pemakamannya akan menjadi pelayanan pemakaman saya yang pertama. Sepanjang sembilan bulan sebelumnya, saya dan istri melakukan perjalanan dari sekolah Alkitab tempat saya mengajar ke kota kelahiran saya di setiap akhir pekan guna membantu perintisan gereja baru tersebut. Ayah telah menjadi bagian penting dari pelayanan tersebut. Hampir di setiap akhir pekan, kami membicarakan tentang rencana yang akan kami lakukan bersama-sama begitu saya memulai pelayanan di sana. Namun, pada hari Minggu pertama dari pelayanan saya, ayah mengalami serangan jantung hebat dan dua hari kemudian berpulang ke rumah Bapa.

Pada suatu malam di rumah duka, sementara saya berdiri di samping peti jenazah, seorang rekan pendeta datang dan dengan diam berdiri di samping saya. Setelah hening sesaat, dengan lembut ia berkata, “Kelak kau akan bersyukur untuk semua ini.”

Bersyukur? Saya berpikir. *Mana mungkin?* Kebingungan saya tentu dapat terbaca jelas lewat tatapan saya ke arahnya, karena kemudian ia meletakkan tangannya pada bahu saya dan menjelaskan maksud kata-katanya.

“Aku sudah menjadi seorang gembala selama bertahun-tahun dan sudah melaksanakan berlusin-lusin pelayanan pemakaman. Namun aku belum pernah kehilangan seseorang yang dekat denganku. Orangtuaku masih hidup, begitu juga semua paman dan bibiku. Aku bersyukur untuk semua itu. Akan tetapi aku juga sadar, aku belum pernah mampu menghibur keluarga-keluarga yang sedang berduka dan menyatakan bahwa aku bisa memahami dukacita yang mereka alami. Kau akan lebih siap melayani orang-orang yang berduka lewat apa yang kau rasakan sekarang ini.”

Walaupun saya tak menyadarinya pada saat itu, kata-kata teman saya tidak meleset dari kenyataan. Sepanjang tahun demi tahun pelayanan saya sebagai gembala, kebaktian pemakaman menjadi waktu yang indah bagi saya untuk berbagi dan mempedulikan orang lain, dan masa kedukaan itu menjadi masa-masa pelayanan yang sangat berarti. Bahkan Marlene, istri saya, sering kali bergurau bahwa saat saya meninggal kelak, tulisan pada batu nisan saya haruslah terbaca, “Ia melayani kebaktian pemakaman dan pernikahan dengan baik.”

Good grief? Kedukaan yang baik? Saya tidak yakin semboyan milik Charlie Brown ini adalah respons terbaik atau yang paling menghibur. Saya pikir ungkapan yang lebih baik mungkin adalah “Kedukaan yang memberi hikmah”. Apabila kita dapat belajar untuk membiarkan kedukaan kita memberi hikmah—untuk menjiwai kehidupan, pelayanan, dan tindakan kasih kita—masa-masa kesedihan itu dapat menyiapkan diri kita untuk memakai kesempatan-kesempatan besar yang Allah berikan untuk menularkan pengaruh rohani kepada sesama, sebagaimana dinasihatkan oleh Paulus kepada kita lewat tulisannya:

Terpujilah Allah, Bapa Tuhan kita Yesus Kristus, Bapa yang penuh belas kasihan dan Allah sumber segala penghiburan, yang menghibur kami dalam segala penderitaan kami, sehingga kami sanggup menghibur mereka, yang berada dalam bermacam-macam penderitaan dengan penghiburan yang kami terima sendiri dari Allah (2 Korintus 1:3-4).

Kiranya penghiburan Allah di tengah kedukaan kita akan menggerakkan kita untuk menghibur sesama.

