



Peter Devantara, SJ

Menyikapi Sakit dengan Bersyukur

Paul Suparno, SJ

Ketika jatuh sakit, kaum religius pun bertanya, sikap apa yang kiranya tepat saat menghadapi pengalaman sakit tersebut? Tersaji beberapa cuilan kisah dari para sahabat yang mengalami sakit.

SUSTER Cancerita sudah lama menderita kanker payudara. Ia terlambat mengetahui penyakit tersebut. Ketika mendengar hasil diagnosis dokter mengenai benjolan di payudaranya, ia kaget dan stres berat. Dalam situasi itu, ia menenangkan diri di hadapan Tuhan yang tergantung di salib. Ia bertanya akan maksud Tuhan memberikannya kanker. Ia ragu hingga berpikir, "Apakah aku masih dapat berkarya bagi Tuhan? Apakah aku masih kuat menjalankan perutusan yang

dipercayakan oleh kongregasi? Apakah sakit ini tidak cepat berkembang sehingga aku menjadi tidak berdaya?" Sr Cancerita membutuhkan waktu panjang untuk menenangkan hatinya dan menerima keadaan tubuhnya. Ia pun sampai pada penyerahan diri pada Tuhan, biar kehendak-Nya yang terjadi. Kemudian ia menerima segala saran dokter. Maka, ia dengan gembira menjalani operasi pengangkatan payudaranya yang berjalan lancar dan baik. Pascaoperasi, kesehatannya cukup membaik sehingga ia dapat melaksanakan tugas perutusannya. Kini ia semakin bersyukur atas semua pengalaman sakit yang membuatnya lebih mengandalkan kekuatan Tuhan. Ia belajar menjadi rendah hati. Ia sadar bahwa dirinya rapuh. Kini ia banyak menjalin relasi akrab dengan Tuhan.

Frater Kanseriamus sangat sedih setelah dinyatakan menderita kanker tulang yang ganas pada kakinya. Awalnya ia tidak percaya. Kesedihannya bertambah karena kondisinya makin menurun. Dokter menganjurkan agar kakinya diamputasi sehingga kanker itu tidak

menjalar ke seluruh tubuh. Pergulatan batin yang berat terjadi pada dirinya. Dalam doanya ia berujar, "jika nanti diamputasi, apakah aku masih dapat berkarya bagi Tuhan? Apakah ada jaminan bahwa kankernya tidak menyebar? Aku masih muda dan belum berjasa apa pun bagi kongregasi dan Tuhan. Aku masih ingin hidup lebih lama!" Dalam pergulatan itulah, ia tenang dan memohon kekuatan Tuhan. Setelah diamputasi, kegembiraan mulai muncul kembali karena ia masih dapat berkarya. Sayangnya setelah beberapa tahun, ia kembali jatuh sakit. Rupanya usaha amputasi tidak berhasil mencegah sel kanker menyebar. Ia terpaksa dioperasi karena hampir seluruh tubuhnya terpapar kanker sehingga dokter memperkirakan hidupnya tidak akan bertahan lama. Kembali ia bergulat. "Aku masih muda, belum berjasa pada kongregasi, mengapa aku harus meninggal?" lirihnya dalam hati. Walaupun ia dapat menerima situasi itu sebagai kehendak Tuhan, jauh di lubuk hatinya ia berontak, mengapa itu terjadi pada dirinya yang masih muda. Kerap ia diam membisu bahkan tidak berkenan dikunjungi. Imbasnya, ia merasa hidupnya tidak berarti, sia-sia. Dalam proses itu ia tidak sendiri. Ia ditemani dengan setia oleh pembimbing baik rohani dan medis. Alhasil ia rela menerima dirinya. Ia pun mulai tenang, dapat diajak berdoa dan pasrah pada kehendak Allah. Akhirnya, ia menghadap Tuhan dengan damai. Tuhan pun menerimanya apa adanya tanpa menghitung jasa dan karya.

Selama mengidap sakit paru-paru, Pastor Paruitus mengungkapkan sulitnya bernafas, selalu batuk dengan rasa nyeri dan sakit di dada. Selain akibat merokok, paru-parunya sudah rusak karena kanker paru-paru. Meski batuknya begitu berat dan sulit berhenti, ia masih mencoba mendengarkan dan mengingatkan orang lain yang datang menjenguknya agar tidak merokok. Dalam penderitaannya, ia tidak pernah mengeluh dan tidak berontak pada Tuhan. Dengan tenang, ia menerimanya. Ia kerap bermenung di depan Tuhan sembari berbaring di tempat tidur kala rasa sakit semakin memuncak. Akhirnya ia menghadap Sang Maha Kasih setelah tubuhnya semakin melemah. Ia meninggalkan tubuhnya yang lemah untuk bergabung dengan Allah yang Mahakasih dan Mahakuat.

Bruder Leukemius sudah lama mengidap leukemia, kanker darah. Awalnya ia sulit menerima kenyataan itu karena penyakit itu

sangat sulit disembuhkan kecuali dengan bertahan. Setelah berproses dan bergulat, ia dengan tenang dan damai menerima dirinya. Sejak itu, ia kelihatan gembira lebih dari pada sebelumnya. Dengan kekuatan terbatas, ia sering mengunjungi penderita kanker darah yang dirawat inap dan jalan. Ia menemani, menghibur, serta menguatkan para pasien leukemia yang putus asa. Dengan mendampingi orang lain yang sedang sakit, ia dikuatkan dan ditemani. Ia bahagia karena dalam sakitnya masih dapat membantu orang lain untuk bergembira dan menerima keadaannya. Ia bersyukur dapat menjadi pewarta kegembiraan bagi mereka yang sedang sakit, sama seperti dirinya.

Bruder Rodanatus menghabiskan hidupnya dengan menggunakan kursi roda karena kakinya lumpuh akibat penyakit yang dideritanya sedari muda. Bersama kursi rodanya, ia gembira. Banyak orang heran karena bruder gemar membantu orang lain, terutama mahasiswa asing yang membutuhkan urusan surat menyurat dan kebutuhan sehari-hari. Di masa awal menderita sakit, ia sulit menerima kelumpuhan kakinya. Ia hampir putus asa karena dengan begitu ia tidak akan dapat melakukan apa-apa lagi sebagai seorang bruder. Ia terbantu dengan berdoa dan mengidentifikasi diri dengan Yesus yang tersalib. Ia menemukan kekuatan dan semangat baru. Ia yakin Tuhan punya rencana untuknya. "Siapa tahu dengan keadaanku seperti ini, aku dapat lebih bergantung pada Tuhan secara penuh, bukan hanya tergantung pada kekuatanku sendiri," ujarnya. Sejak itu Bruder Rodanatus harus berlatih menggunakan kursi roda untuk berjalan dan melakukan tugasnya. Bahkan ia dapat menyupir mobil khusus yang dirancang bagi kaum difabel. Ia gembira dengan keterbatasannya sehingga dapat membantu orang lain terlebih yang putus asa akibat penyakitnya.

Pergulatan pada Waktu Sakit

Lima kisah tersebut menyajikan pengalaman bergulat menghadapi penyakit yang diderita. Pergulatan pertama adalah menerima diri yang mengidap sakit berat yang mungkin tidak disembuhkan. Butuh waktu yang tidak pendek untuk itu. Namun itu tergantung diri si pasien. Ada yang batinnya sudah siap sehingga cepat beradaptasi dan menerima kondisi diri. Juga ada yang butuh



Dok. Perhati SJ

waktu lebih panjang. Proses tersebut tidaklah mudah.

Pergulatan menerima keadaan itu jelas dipengaruhi oleh berat dan tidaknya sakit yang diderita. Kalau sakitnya sakit terminal dan menurut akal sehat sulit disembuhkan atau bahkan mereka akan meninggal dunia lebih cepat, sering membutuhkan waktu yang lama dalam penerimaan. Pergulatan untuk menerima juga dipengaruhi oleh umur seseorang. Bagi kita yang masih muda sering pergulatan itu sangat berat karena mereka masih ingin hidup lama dan berjasa, tetapi ternyata Tuhan menginginkan lain. Sedangkan untuk mereka yang sudah tua, relatif kadang lebih mudah karena merasa memang sudah berjasa dalam kongregasi dan bagi Tuhan.

Pergulatan juga dipengaruhi oleh hidup rohani seseorang, relasi mereka dengan Tuhan secara pribadi. Kebanyakan yang relasinya dengan Tuhan sangat dekat, mereka dengan realistik mudah untuk menerima situasinya

dan bahkan mendapatkan kekuatan Tuhan untuk dengan tabah menerima itu semua. Sedangkan yang hidup rohaninya kurang mendalam, sering mengalami pergulatan lebih lama, karena masih sulit menerima kejadian itu dalam Tuhan. Beberapa orang sangat ditolong untuk menerima keadaannya sewaktu merenungkan salib Tuhan Yesus. Lewat penderitaan Yesus itu, mereka merasa ditemani, dikuatkan, dan diberanikan untuk menerima situasinya. Lewat penderitaan Yesus itu mereka menemukan makna terdalam dari kesakitannya.

Untuk beberapa orang sering membutuhkan bantuan untuk menemani dalam proses menerima keadaannya. Dalam

penemuan itu, orang dapat dengan bebas dan tenang menemukan kehendak Tuhan dan menerima situasinya. Nampak perlunya teman yang mau menemani si sakit, yang mau ikut merasakan perang batin si sakit, yang mau duduk diam bersama si sakit.

Menarik disimak bahwa mereka yang menerima keadaannya dengan damai, sering mereka dapat menjadi pewarta kedamaian dan membantu orang lain yang sedang sakit, yang belum dapat menerima diri. Maka meski mereka dalam situasi sakit, mereka tetap dapat menjadi alat Tuhan membantu orang lain yang sedang sakit. Mereka dapat menjadi pewarta sukacita bagi orang lain yang sakit. Jelas pengalaman ini memberikan kegembiraan lebih pada mereka.

Belajar dari Yesus yang Tersalib

Dari beberapa teman yang berjuang dalam sakitnya dan juga dari kisah di atas, nampak jelas bahwa banyak dari mereka terbantu

dalam pergulatan menerima situasi sakit lewat memandang salib Yesus. Dengan menatap salib Yesus, mereka menyadari bahwa Tuhan sendiri pernah mengalami kesakitan yang luar biasa, juga kesakitan yang mengarahkan kepada kematian Yesus sendiri. Lewat menyadari kesakitan Yesus itu, banyak dari mereka dibantu untuk juga menjadi lebih tabah, lebih pasrah, dan lebih tenang menerima sakitnya, termasuk sakit yang terminal.

Yang sangat mendalam adalah bahwa mereka dengan mengarahkan dirinya pada Yesus yang tersalib, mereka menemukan makna yang terdalam dari salibnya. Mereka menyadari bahwa sakit ada artinya dalam kehidupannya sebagai seorang kristiani. Beberapa dari mereka menjadi sadar bahwa diri mereka itu rapuh, tidak berdaya. Mereka membutuhkan Tuhan dalam kehidupannya. Beberapa orang menjadi lebih rendah hati dan lebih percaya pada Tuhan serta lebih mau berserah pada Tuhan sendiri.

Seorang teman yang mengalami sakit stroke dan hanya dapat tiduran di tempat tidur, mengisahkan bahwa ia dapat kuat bertahan karena ditemani Yesus yang sedang memanggul salib bagi didinya. Orang lain merasa dikuatkan dalam menanggung sakitnya karena merasa Tuhan ada di sampingnya memanggul beban sakitnya bersama.

Sakit Bernada Sosial

Kalau kita menyimak sikap Yesus di atas salib, kita akan melihat suatu yang sungguh mengagumkan. Di puncak salibNya, dimana Yesus sendiri mengalami kesakitan yang luar biasa, tetapi Ia justru memperhatikan keselamatan orang lain. Ia memintakan ampun pada Bapa untuk orang-orang yang menyalibkanNya. Ia menawarkan keselamatan kekal pada penjahat yang bertobat, "Hari ini juga kamu akan masuk ke firdaus bersama Aku." Ia juga mempertemukan para muridNya yang diwakili Yohanes dengan ibunya Maria. Dan barulah Ia menyerahkan hidupNya pada Bapa, "Ya Bapa kedalam tanganMu aku serahkan hidupku." (Lk 23: 33-49; Yoh 19: 25-27)

Dalam puncak kesakitanNya Yesus memperhatikan bukan sakitNya sendiri tetapi penderitaan orang lain, sakit dan keselamatan orang lain. Barangkali dengan memperhatikan kesakitan orang lain itulah, akan berkurang rasa sakit kita, karena kita tidak berfokus pada sakit kita sendiri tetapi pada sakit orang lain.

Seorang bapak yang sedang mengalami sakit kanker ganas, yang sudah terminal, kelihatan tidak sakit dan menampilkan senyum damai. Waktu ditanya, apakah memang tidak merasa sakit, ia mengatakan: "sering sangat sakit!" "Tetapi mengapa bapak kelihatan tidak sakit?" Jawabnya, "karena yang aku pikirkan adalah bukan sakitku sendiri, tetapi kebahagiaan anak dan cucuku yang ada di luar daerah." Ternyata bapak itu tidak merasakan sakitnya karena hatinya berpusat pada anaknya dan cucunya.

Barangkali kalau kita sedang sakit, kita dapat juga mencoba pengalaman itu. Yaitu di waktu sakit, kita justru memperhatikan orang lain yang sakitnya lebih parah dari kita, sehingga kita kurang merasakan sakit kita. Memang sakit itu bernada sosial, semakin kita waktu sakit hanya berpusat pada sakit kita sendiri, sakit kita akan terasa semakin berat; sedangkan bila kita memusatkan hati dan pikiran pada sakit orang lain, kita menjadi semakin merasa kurang sakit.

Semangat Lepas Bebas LR 23

Dalam *Latihan Rohani* (LR) Santo Ignatius mengajari kita untuk bersikap lepas bebas, juga terhadap sakit. Maka dia mengajarkan kita dalam hidup ini untuk tidak memilih kesehatan lebih dari pada sakit, kekayaan lebih dari pada kemiskinan. Yang diinginkan adalah melulu apa yang lebih membawa ke tujuan kita diciptakan yaitu memuji, menghormati, dan mengabdikan Allah.

Itu berarti bahwa kalau kita sedang sakit, doa kita bukan terutama minta kesembuhan, tetapi membiarkan kehendak Tuhan terjadi. Kalau memang menurut Tuhan, dengan keadaan sakit kita lebih dapat memuliakan Tuhan, biarlah kita terima sakit itu; sedangkan bila kesehatan memang menjadikan kita lebih memuliakan Tuhan, biarlah kita sehat. Jadi kita *lepas bebas* terhadap kesehatan dan kesakitan. Barangkali bila kita dapat melakukan itu dengan tulus, kita akan tetap gembira dalam situasi sakit apapun. ♦

Paul Suparno, S.J.

Dosen Universitas Sanata Dharma,
Yogyakarta