

MEMBERI ITU MEMBAHAGIAKAN DAN MENYEHATKAN

Rohani, Agustus 2013, hal 25-28

Paul Suparno, S.J.

Suster Givana bekerja sebagai pamong di asrama anak-anak SMA. Suster dikenal oleh anak-anak sebagai suster yang suka memberi sesuatu pada anak-anak, terutama pada anak yang membutuhkan. Ia suka memberi perhatian pada anak-anak yang sedang ulang tahun dengan memberikan ucapan dan mendoakan, ia suka menemani dan mendengarkan siswa yang sedang sedih, ia menemani sebagai sahabat siswa yang sedang kesepian, yang sedang bingung dalam pergaulannya. Lewat memberi perhatian itu, kecuali anak-anak menjadi lebih tertolong dan maju, ia sendiri merasakan kebahagiaan. Ia merasa lebih sebagai pribadi manusia yang mempunyai nilai dan berharga.

Bruder Pemberius punya prinsip *lebih baik memberi sesuatu daripada diberi sesuatu*. Hal ini terutama dikaitkan dengan relasi dengan sesama. Maka ia sering memberikan barang kepada orang yang membutuhkan seperti memberikan sembako pada para korban gempa, memberikan nasehat pada orang yang sedang dalam kesulitan, memberikan waktu untuk mendengarkan karyawannya yang lagi susah yang datang untuk bicara. Dengan sering menyediakan waktu untuk mendengarkan orang yang datang, ia akhirnya dapat menjadi pribadi yang ikut menyembuhkan banyak pribadi lain yang sedang dalam perjalanan panggilan. Dengan tindakan memberi sesuatu itu bruder merasa lebih sehat hidupnya dan lebih bahagia.

Romo Donatus juga dikenal sebagai romo yang murah hati, yang suka memberi sesuatu kepada orang lain. Terutama ia lebih suka memberikan kepandaianya dan bakatnya kepada orang yang membutuhkan. Karena ia berbakat computer, ia sering melatih orang-orang yang mau belajar computer. Ia juga menolong beberapa rekan pastor untuk membuat program laporan kegiatan dan keuangan paroki. Ia suka memberikan sapaan dan peneguhan pada orang-orang di lingkungannya, seperti yang sedang ulang tahun, yang sedang memenangkan lomba, yang sedang mempunyai anak baru, termasuk yang sedang mendapatkan teman baru. Dengan sapaan itu banyak orang merasa didukung, dikenal, dan dihargai.

Frater Sehatius awalnya sering sakit, merasa tubuhnya kurang sehat dan kurang berdaya. Ia banyak mengalami ketakutan untuk melakukan suatu yang baru karena merasa badannya tidak sehat. Tetapi sejak ia ikut kegiatan ekstrakurikuler dengan kelompok social, yang tugasnya adalah pergi mengunjungi orang-orang yang sakit, orang miskin yang membutuhkan bantuan, dan membantu anak-anak mereka yang kurang mendapatkan perhatian orang tuanya, ia sekarang merasa lebih sehat dan jarang jatuh sakit seperti sebelumnya. Ia sendiri heran mengapa terjadi demikian? Sejak ia lebih banyak memperhatikan orang lain yang membutuhkan, ia menjadi semakin sehat dan daya juangnya semakin tambah tinggi. Teman-teman juga heran mengapa dia menjadi jarang sakit lagi. Dalam refleksinya ia menyadari barangkali yang membantu ia sehat adalah kegiatannya yang banyak memberikan diri pada orang lain yang membutuhkan dan bukan hanya memikirkan kebutuhannya sendiri.

Memberi itu berdampak besar bagi orang lain

Bila pemberian itu sungguh benar, ikhlas, dan tepat, banyak orang yang diberi sesuatu oleh kita akan mengalami kemajuan, kegembiraan, dan kebahagiaan. Beberapa kegunaan pemberian bagi orang lain dapat berupa seperti berikut:

- Orang merasa dikuatkan dalam kehidupannya karena diberi bantuan dana atau perhatian.
- Orang menjadi berani menghadapi tantangan hidupnya karena ditemani dalam kesulitan hidup.
- Orang menjadi berkembang usahanya karena diberi bantuan dana untuk usaha.
- Orang menjadi gembira dan tidak sedih lagi karena ditemani dalam perjalanan hidupnya.
- Orang merasa dihargai, dikenal, dan dicintai;
- Orang merasa disempurnakan hidupnya, dilengkapi kekurangannya oleh pemberian orang lain.
- Orang menjadi lebih sehat karena diberi obat, perhatian, dan pendampingan.
- Seorang anak menjadi semakin berkembang karena diberi perhatian, kebebasan, dan biaya oleh orang tuanya.

- Seorang religious menjadi semakin bersemangat dalam kerasulannya karena mendapatkan dukungan, perhatian, dan pengakuan dari jemaat dan rekan kerjanya.
- Seorang biarawan/biarawati muda yang sedang studi menjadi semakin bersemangat belajar karena mendapatkan kepercayaan dari pimpinan kongregasinya.

Memberi juga membahagiakan bagi si pemberi

Yang menarik perhatian adalah bahwa memberi itu juga membahagiakan orang yang melakukan pemberian. Orang yang biasa memberi sesuatu pada orang lain, ia sendiri merasakan kebahagiaan dalam hidupnya, ia lebih mengalami sebagai manusia yang lebih penuh. Azim Jamal dan Harvey McKinnon dalam bukunya *the Power of Giving*, mengungkapkan beberapa keuntungan, kegunaan memberi bagi si pemberi, antara lain sebagai berikut:

- Memberi itu membahagiakan. Orang yang memberi sesuatu pada orang lain dengan tulus biasanya merasa lebih bahagia sebagai pribadi manusia.
- Memberi itu menyehatkan kita. Orang yang biasa memberi sesuatu pada orang lain biasanya akan merasa lebih sehat, lebih gembira dalam hidupnya.
- Memberi itu menguatkan. Orang yang biasa memberi juga merasa dikuatkan dalam hidupnya.
- Bagi orang kristiani, memberi itu membuat semakin dekat dengan Yesus. Yesus pernah bersabda, “yang melakukan sesuatu bagi saudaraKu yang terkecil, ia melakukannya bagiKu”.
- Memberi itu membuat awet muda dan menjadikan kita lebih kurus. Beberapa orang yang suka memberi sesuatu ternyata hidupnya lebih sehat, merasa awet muda dan tidak mudah kegemukan. Ada penelitian kalau orang mau awet muda, masuklah pada kelompok social yang suka memberi bantuan pada orang lain. Barangkali itulah pengalaman Frater Sehatius di atas.
- Memberi menjadikan hidup kita lebih berarti dan gembira. Terutama bila kita memberi tanpa menantikan balasan, kita akan merasa lebih bahagia. Karena dalam perjalanan waktu kita dapat ketemu orang yang dulu pernah kita beri dan mereka berterima kasih kepada kita, padahal ia sudah melupakan. Maka kita tambah gembira.

- Pengalaman menunjukkan, semakin kita memberi, semakin kita kagum, tambah energy, dan gembira dalam hidup kita.
- Memberi, menjadikan kita punya relasi yang baru, tambah kenalan.
- Dengan member kita merasa lebih aman dalam hidup kita.
- Dengan memberi sering memudahkan kita dalam bekerja. Kalau kita banyak memberi pertolongan pada orang lain dalam kerja, kita akan juga dibantu dalam kerja kita.
- Dengan member kita akan merasa lebih berdaya, bangga, dan kepenuhan
- Dengan memberi kita lebih merasa damai dan punya rasa cinta.

Yesus yang memberikan diriNya bagi kita

Bagi kita para religious, kita tentu kenal bagaimana Tuhan Yesus yang kita ikuti ternyata merupakan salah satu pribadi yang hidupNya selalu memberikan sesuatu kepada orang lain agar orang lain itu mendapatkan keselamatan. Hidup Yesus sungguh murni menjadi hadiah, pemberian Allah kepada kita semua. Bahkan Dia memberikan seluruh hidupNya sampai mati di kayu salib demi kebahagiaan dan keselamatan kita manusia yang berdosa ini.

Seluruh hidup Yesus sangat jelas diwarnai dengan memberikan diriNya, lewat seluruh apa yang dilakukan pada orang lain seperti menyembuhkan orang sakit, memberi makan pada banyak orang, mengampuni dosa orang, menunjukkan jalan hidup yang benar pada orang lain.

Kita yang mengikuti panggilan Tuhan Yesus, jelas kita juga diharapkan dapat semakin belajar dari Dia, yaitu rela memberikan apa yang kita punyai kepada orang lain yang membutuhkan, baik bakat, kemampuan, barang, bahkan pelayanan kita bagi orang-orang lain. Bila itu kita lakukan maka kita juga akan mengalami kebahagiaan yang melimpah dalam hidup kita.

Apa yang dapat diberikan

Ada banyak hal yang dapat kita berikan kepada orang lain dalam hidup ini. Mulai dari suatu yang sederhana sampai yang sungguh besar dan berarti. Beberapa hal yang dapat kita berikan antara lain:

- Cinta. Inilah pemberian yang sangat besar dan mendalam, yaitu memberikan cinta pada orang lain. Tentu wujudnya dapat bermacam-macam sesuai dengan siapa yang ingin kita beri cinta dan siapa kita yang mau memberikannya.
- Senyuman. Memberikan senyuman pada orang lain dengan tulus dapat memberikan kesegaran dan kedekatan pada orang yang kita beri.
- Pengetahuan. Kita dapat juga memberikan pengetahuan, kepandaian, dan pemikiran pada orang lain yang membutuhkannya.
- Kepemimpinan. Kalau kita pandai memimpin kita dapat memberikan pengalaman kepemimpinan kita pada orang yang butuh.
- Harapan. Memberikan harapan dapat sungguh meneguhkan orang, terutama yang harapannya tipis. Misalnya kita memberikan harapan pada teman yang sedang stres karena sakit, sehingga ia mulai punya harapan untuk sembuh kembali.
- Kehidupan. Kita juga dapat memberikan hidup kita kepada orang lain dengan membantu sampai tuntas perjuangannya.
- Waktu. Kadang dalam hidup nyata yang sangat perlu adalah memberikan waktu pada orang lain yang minta tolong pada kita. Tanpa rela memberikan waktu, maka pemberian yang lain tidak akan terjadi.
- Uang. Bagi kita yang punya uang, dapat pula membantu teman dengan uang yang ada untuk usaha atau kelancaran hidup teman itu.
- Ketrampilan. Kadang beberapa orang membutuhkan bantuan untuk melatih ketrampilan dari kita.
- Kesehatan. Beberapa orang dapat membantu menyembuhkan kesehatan orang lain dengan pengobatan dan pelatihan kesehatan.
- Sentuhan. Pemberian yang mudah dan dapat mengena adalah member sentuhan pada teman atau orang yang sedang sedih. Sentuhan disini sebagai ungkapan cinta kita.
- Perhatian. Kita banyak dapat melakukan pemberitan yang baik yaitu memberi perhatian pada orang lain. Banyak orang dengan diberi perhatian sudah sangat membantu perjalanan dan perjuangan hidupnya.
- Nasehat. Kadang kita dapat juga memberikan nasehat pada orang lain yang membutuhkan.

Bagaimana memberi dengan baik

Ada banyak cara untuk memberikan sesuatu pada orang lain. Tentu yang diharapkan adalah kita dapat memberikan sesuatu secara baik. Beberapa hal dapat disebutkan antara lain:

- Memberi dengan hati. Artinya kita memberikan sesuatu dengan perhatian kita yang mendalam. Paus Fransiskus menasihatkan kita kalau memberikan sesuatu pada orang lain, terutama orang miskin, supaya kita memandang wajah orang itu dengan penuh cinta. Kita perhatikan orangnya dengan cinta.
- Memberikan sesuatu barang itu baik, tetapi memberikan diri sendiri dampaknya lebih mendalam karena diri kita terlibat penuh.
- Memberikan dengan hormat/respek:
 - Dengan mendengarkan orang yang kita beri.
 - Dengan memberdayakan yang diberi agar dapat semakin mandiri.
- Memberi dengan rendah hati: memberi dengan hormat dan *compassion*.
- Memberi tanpa syarat. Memberi tanpa mensyaratkan sesuatu pada yang kita beri. Artinya sungguh memberikan dengan ikhlas dan cuma-cuma.

Kapan memberi dimulai?

Kalau kita ingin melatih untuk bersemangat memberi, kapan akan mulai? Jawabannya adalah mulai sekarang ini, dan jangan menunda-nunda. Maka kita sebaiknya mulai sekarang memperhatikan orang sekitar kita dan mulai berpikir untuk memberikan apa yang baik bagi hidup orang-orang itu. Menunda-nunda untuk memberi, akhirnya nanti kita tidak jadi memberi. Lebih baik mulai dengan memberikan hal yang sederhana dan terus dikembangkan menjadi hal yang lebih bernilai mendalam.

Bila kita semua yang mengikuti Yesus terus belajar memberi sesuatu kepada orang lain dengan tulus, maka semangat memberi akan berkembang dalam kongregasi kita dan dalam gereja kita. Bila hal ini terus dikembangkan maka semangat kasih Tuhan yang terwujud dalam bentuk memberi, akan berkembang.

Marilah terus melaksanakan semangat memberi di dunia ini!