

NAFSU: TANTANGAN KAUL DARI DALAM BIARA KITA

Rohani, September 2013, hal 25-28

Paul Suparno, S.J.

Hidup berkaul untuk mengikuti Yesus secara penuh dalam hidup membiara ternyata banyak tantangan, terutama di zaman ini. Tantangan dapat berasal dari diri sendiri dan dari luar diri sendiri. Banyak dari kita yang mengalami bahwa tantangan paling banyak dalam menghayati hidup berkaul dari dalam diri kita adalah nafsu. Nafsu tidak teratur yang mendorong kita selalu mencari kepuasan diri sendiri banyak menghambat dalam hidup selibat, taat, dan miskin. Inilah yang dialami dan disharingkan oleh beberapa teman kita berikut.

Frater Sexulus menceritakan tantangan terbesar yang ia hadapi dalam berkaul adalah *nafsu seks* yang ia punyai terlalu tinggi. Ia mudah terangsang oleh gaya dan penampilan jenis lain, ia mudah bergelora nafsunya bila melihat gambar perempuan yang setengah telanjang. Bahkan kadang ia malu karena hanya berpapasan dengan seorang gadis yang cantik di jalan, ia menjadi mudah terangsang. Kadang ia protes pada Tuhan, mengapa memberikan nafsu seks yang besar, padahal Tuhan menginginkannya hidup selibat. Dalam perjalanan hidup berkaul, memang kaul keperawanan yang dirasakan berat. Ia harus banyak melatih untuk mengatasi tantangan seks ini, supaya dapat menghayati hidup berkaul dengan lebih setia dan kuat. Ia harus banyak matiraga dan melatih daya tahan dalam hidupnya sehingga tidak jatuh dalam skandal seksual.

Frater Gengsianus dalam sharingnya mengungkapkan bahwa nafsu yang sangat menonjol dalam dirinya adalah keinginan *untuk selalu menang* dan *untuk menyombongkan dirinya* lebih dari yang lain. Ia selalu ingin menjadi orang nomor satu. Nilainya harus tertinggi dibandingkan teman-temannya. Maka ia senang bersaing untuk menunjukkan diri bahwa ia adalah sang juara. Ia mudah merasa jengkel, sedih, sakit hati, dan marah bila tidak menjadi nomor satu. Bila nilai kuliahnya tidak paling tinggi ia sedih setengah mati dan menjadi murung, sekan-akan ia tidak berarti sama sekali. Gengsinya sangat tinggi. Ia tidak suka pada teman-teman yang ternyata lebih baik, lebih berhasil dari dirinya, sehingga ia mudah menjadi iri hati dan berpikir buruk tentang kesuksesan temannya. Dalam perjalanan panggilan, ia harus berjuang untuk melawan nafsu gengsi dan kesombongan ini. Ia dengan jujur menceritakan dorongan batinnya ini pada pembimbing dan ingin dibantu menjadi orang yang lebih rendah hati dan menghargai orang lain. Syukur pada Tuhan, pembimbingnya mengerti dan ia banyak dilatih dengan kegiatan-kegiatan

yang isinya penyangkalan diri serta pelayanan pada orang lain. Ia juga dibantu secara rohani untuk dapat menerima dengan gembira teman-temannya yang lebih baik dan menerima dirinya yang kadang ternyata tidak lebih baik dari teman lain.

Suster Powerita mempunyai tantangan yang berbeda. Nafsu yang paling kuat dalam dirinya adalah *nafsu kuasa*, mencari kekuasaan dalam hidupnya. Ia sangat mudah tergoda dengan kekuasaan dan menyalahgunakan kekuasaan yang ia terima dari kongregasi. Ia mudah merasa sakit kalau teman lain diberi kekuasaan, dan bukan dirinya. Ia selalu terdorong ingin menjadi pemimpin, ingin dicalonkan menjadi pimpinan dalam kongregasi atau karya agar dapat berkuasa, bukan untuk melayani. Nafsunya ini besar, sehingga ia mudah marah bila dilepas kekuasaannya, bila kedudukannya diganti orang lain. Dan yang kadang menyakitkan adalah, bila sudah diberi kekuasaan, yang seharusnya untuk melayani, ia kebalikannya. Ia mudah untuk menjadi gila kuasa dan marah bila tidak dihargai oleh bawahannya. Maka hampir sepanjang hidupnya ia harus bergulat dan mengekang diri agar kegilaan kuasa itu tidak menang dalam dirinya. Untuk itu ia kadang secara berlawanan minta pada pimpinannya agar ia ditugaskan ditempat yang sangat sulit dan tidak diberi kekuasaan apapun. Puji Tuhan, pergulatan itu berdampak positif. Ia merasa sudah sangat maju dalam mengatasi nafsu kuasa itu.

Suster Hartawati dalam sharingnya berkisah tentang *nafsu akan harta benda* yang ada dalam batinnya. Barangkali karena ia berasal dari keluarga miskin, yang serba tidak kecukupan akan harta benda, maka dalam dirinya sering muncul dorongan untuk mempunyai harta dan menikmati kelimpahan harta dunia. Dorongan itu sering muncul dalam keinginan untuk selalu minta dipenuhi kebutuhannya akan harta benda, peralatan hidup, kelengkapan kantor, serta kelengkapan kamarnya. Ia merasa kadang sulit untuk memberikan sebagian hartanya pada orang lain yang membutuhkan, bahkan kadang sulit untuk meminjamkan barang kepada orang lain. Ia sering didorong untuk mengumpulkan barang-barang dan dengan demikian ia merasa senang hidupnya. Bila ada kesempatan mendapatkan barang, entah dari keluarga, teman, atau pekerjaannya, ia dengan mudah menyimpan dan menikmati untuk dirinya. Kadang muncul keinginan untuk melengkapi hidupnya dengan barang-barang duniawi, sehingga kamarnya penuh dengan barang-barang yang sebenarnya tidak pernah dipakai. Dalam menghayati hidup berkaul, memang kaul kemiskinan menjadi berat baginya. Ia harus berjuang keras untuk melatih diri sehingga dapat hidup sederhana dan gembira dengan kaul kesederhanaan itu. Untuk melawan nafsu itu, ia selalu melatih diri dengan belajar lepas bebas dari harga kekayaan. Kalau ia

didorong mengambil barang, ia mencoba mengekang diri dan membiarkan orang lain mengambil barang itu. Ia berusaha untuk tidak memanfaatkan fasilitas dan kemudahan yang ada di biara, tetapi mencoba untuk menggunakan peralatan seadanya saja. Kalau pergi ia mencoba untuk menggunakan kendaraan umum dan bukan mobil yang memang ada. Ia juga belajar untuk berani memberikan beberapa barangnya pada orang lain. Setiap tahun ia memeriksa barang di kamarnya dan mencoba mengeluarkan barang-barang yang telah setahun tidak digunakan, untuk diberikan pada komunitas. Syukurlah, usaha-usaha ini pelan-pelan membantunya untuk hidup lebih sederhana. Sekarang ia merasa lebih bahagia dalam hidup berkaul.

Bruder Tuakus berkisah bahwa nafsu yang paling besar dalam dirinya adalah *nafsu minum-minuman keras*. Kalau sudah menghadapi minuman keras, entah yang buatan daerah seperti tuak atau minuman buatan luar negeri seperti wiski, johny walker, ia selalu tergoda untuk menikmatinya dan minum banyak. Rasanya kalau melihat minuman keras, ia seperti didorong untuk langsung mengambil dan menegaknya. Nafsu itu pelan-pelan dapat ia kuasai sehingga sekarang dapat mengatur dirinya dari godaan minuman keras. Namun bila pesta dan minuman itu ada, ia masih kadang lupa diri dan minum banyak sampai kadang mabuk. Bagi Br. Tuakus, perjuangan melawan nafsu minum-minuman masih terus digeluti sampai sekarang.

Bruder Enakus mempunyai pengalaman yang berbeda. Ia merasa bahwa nafsu yang paling kuat dalam dirinya adalah nafsu ingin memikmati hidup, *ingin enak-enak dan bermalas-malas*. Keinginan yang mengganggu dalam menghayati kaul adalah kemalasannya dan keinginannya untuk enak-enak saja dalam hidup membiara. Ini ia alami dalam tanda-tanda berikut. Ia berat untuk bekerja keras. Ia selalu didorong untuk bermalas-malas menikmati hidup. Sering diganggu untuk tidak menyelesaikan pekerjaan dengan tepat waktu. Sering diganggu untuk meninggalkan tugas perutusan yang diterima. Ia lebih suka libur dan menikmati kebebasan. Ia lebih senang tidur-tiduran, meski teman-temannya kerja keras. Ia lebih suka memerintah orang lain untuk melakukan pekerjaannya dari pada bekerja sendiri. Ia sadar bahwa ini sikap yang tidak baik sebagai seorang biarawan. Maka ia ingin memerangi nafsu cari enak itu. Ia merasa harus mengeluarkan energy yang banyak untuk melawan keinginan enek-enakan itu. Ia melatih diri dengan bekerja keras, dengan mengusahakan menyelesaikan pekerjaannya sampai tuntas. Untuk dapat bangun pagi, ia minta temannya sebelah membangunkannya. Bahkan ia minta teman dan pimpinanya, bila melihatnya enak-enak saja, agar mengingatkannya.

Usahanya memerangi nafsu enak itu pelan-pelan menghasilkan buah. Ia sekarang hidup lebih tertata, tertip, senang bekerja keras, dan gembira bila diberi pekerjaan yang menantang.

Romo Lezatinus punya pengalaman nafsu lain dalam dirinya yang menonjol. Ia merasa *nafsu makan enak* itu begitu kuat dalam dirinya, terutama waktu masih relatif muda. Waktu ia masih muda, asal melihat makanan enak, rasanya seperti langsung mau menikmati saja. Dan kalau sudah makan, ia kadang lupa berhenti, sehingga badannya menjadi tidak teratur bentuknya. Syukurlah, nafsu makan itu dapat ia kurangi. Itupun awalnya karena ia menderita sakit dan menurut dokter memang harus mengurangi makan yang berlebihan kolesterol, lemak, daging dll. Oleh karena ia ingin sehat dan tidak mau mati muda, maka ia menaati perintah dokter. Dan puji Tuhan itu berhasil, sehingga sekarang ia dapat mengatur makannya.

Pastor Hormatus, yang dilihat oleh banyak orang sangat suci, ternyata juga punya kisah sendiri mengenai nafsu yang menonjol dalam dirinya. Ia sewaktu masih muda, selalu suka dihormati, dan bahkan sampai *bernafsu gila hormat*. Pernah waktu menjadi imam muda, kalau umat atau sekretarisnya tidak menghormatinya dan tidak menyebut namanya dengan hormat, ia cepat marah. Ia pernah juga tidak mau melayani umat yang pernah tidak menghargainya, yang tidak menghormatinya. Banyak pekerjaan yang ternyata ia lakukan agar mendapatkan kehormatan, dan bukan demi kebaikan yang ia bantu. Pergulatan melawan nafsu kehormatan itu tidak mudah. Ia berjuang mati-matian, baik lewat renungan, lewat latihan fisik, dan bimbingan. Sekarang ini ia sama sekali tidak marah atau tersinggung bila ada orang yang tidak menghormatinya. Baginya kehormatan dunia ini tidak ada artinya lagi. Ia ingin meniru hidup Yesus yang rendah hati demi menyelamatkan manusia.

Dari beberapa kisah di atas, jelas bahwa nafsu menjadi tantangan dalam menghayati kaul. Kita juga melihat bahwa setiap orang nafsunya dapat berbeda-beda, maka pergulatannya juga berbeda beda. Jelas kita tidak perlu iri pada pergulatan teman lain, karena kita masing-masing punya pergulatannya sendiri.

Nafsu dan kegunaan dalam hidup kita

Secara sederhana nafsu dapat dikatakan sebagai sebuah kekuatan emosional yang langsung berkaitan dengan pemikiran atau fantasi tentang hasrat seseorang, biasanya berkenaan dengan seks. Dalam bahasa Melayu, nafsu diartikan sebagai keinginan, kecenderungan atau dorongan hati yang kuat. Jika ditambah dengan kata hawa (=hawa nafsu), biasanya dikaitkan

dengan dorongan hati yang kuat untuk melakukan perkara yang tidak baik. Adakalanya bermakna selera, jika dihubungkan dengan makanan (Wikipedia).

Dalam hidup kita sebagai manusia memang nafsu yang secukupnya diperlukan agar kita bersemangat dalam hidup. Misalnya, suami isteri yang melakukan tanda cinta mereka lewat bersetubuh, nafsu seksual secukupnya dibutuhkan. Kadang kita membutuhkan nafsu makan, terutama bila sedang sakit dan tidak ada keinginan untuk makan, sehingga kita tetap mau makan dan menjadi sehat. Kadang kita membutuhkan nafsu untuk menang, kalau kita sedang memperjuangkan persoalan yang berat dalam perutusan, sehingga kita tidak menjadi putus asa.

Namun, dalam hidup kita juga menyadari dan mengalami bahwa banyak nafsu yang tidak teratur dan kuat dapat mengganggu hidup berkaul kita bahkan menjadi tantangan yang sangat besar dalam mewujudkan kesetiaan dalam hidup berkaul. Itulah yang disharingkan beberapa teman kita di atas. Terhadap nafsu yang menghambat hidup berkaul inilah, kita semua diajak untuk terus berjuang melawannya.

Godaan Yang dialami Yesus

Dalam injil Lukas 4: 1-2, kita merenungkan bagaimana setan menggoda Tuhan Yesus setelah Ia selesai berpuasa 40 hari lamanya di padang gurun. Secara singkat Yesus digoda setan untuk membuat roti dari batu; untuk diberi seluruh kekuasaan dan kemuliaan duniawi bila Ia menyembah setan; dan untuk menjatuhkan diri-Nya dari bumbungan bait Allah sehingga para malaekat akan menopangNya. Godaan itu secara sederhana dapat dimengerti sebagai godaan untuk mencari keenakan dan kenikmatan hidup tanpa usaha yang layak, godaan untuk mendapatkan harta kekayaan dunia, godaan untuk berkuasa dan mencari kehormatan di luar batas. Godaan itu dapat juga disebut dalam batin kita sebagai nafsu akan harta, kenikmatan dunia, kekuasaan, dan kehormatan.

Dalam kisahnya, Yesus tahu bahwa itu adalah godaan setan, maka Ia menolaknya dengan tegas sambil berkata, “Aku hanya harus menyembah Tuhan AllahKu dan hanya kepadaNya Saya berbakti!” Dengan ketegasan itulah Yesus mengalahkan godaan setan. Sikap tegas terhadap godaan adalah sikap yang diharapkan juga dari kita, agar kita dapat mengalahkan tantangan dan godaan dari setan yang menggoda kita lewat menyangatkan nafsu yang ada dalam diri kita.

Mengatasi nafsu kita

Dari beberapa sharing teman-teman kita di atas, kita dapat belajar bagaimana mereka mengatasi dorongan nafsu yang muncul dari dalam batin mereka. Kalau kita simak maka ada beberapa hal yang dapat kita petik bagi perjalanan menghadapi tantangan nafsu dalam diri kita.

Pertama, bahwa nafsu mereka itu berbeda-beda. Kita sendiri perlu refleksi, meneliti, dan melihat nafsu apa yang sangat dominan dalam diri kita, yang sering menjadi halangan atau tantangan untuk dapat menghayati kaul dengan lebih bahagia. Untuk dapat melihat nafsu yang dominan dalam diri kita, kita perlu diam sejenak, melihat keinginan-keinginan tidak teratur yang sering muncul dalam diri kita. Semuanya itu kita catat, untuk dapat melihat nafsu mana yang dominan dan sering membuat kita berat atau gagal dalam penghayatan ketiga kaul.

Kedua, nafsu-nafsu itu ternyata memang dapat dikalahkan. Kita perlu sadar dan yakin, bahwa nafsu yang ada dalam diri kita itu dapat dikalahkan, bila kita memang mau dan tekun melatih diri. Keyakinan ini perlu agar kita punya harapan dalam memerangi nafsu itu.

Ketiga, melihat cara-cara yang dapat digunakan untuk melawan nafsu tidak teratur tersebut. Dari beberapa contoh teman-teman kita beberapa model dapat dilihat antara lain:

- Melatih diri melakukan hal dan kegiatan yang berlawanan dengan arah nafsu. Misalnya, bila muncul nafsu makan enak, orang tidak mengambil makanan yang enak, tetapi menahan diri atau hanya mengambil yang tidak enak. Kalau didorong untuk berkuasa, melatih diri untuk melayani orang lain.
- Mempertebal batin dengan renungan hidup Yesus. Merenungkan hidup Yesus yang terus menerus dapat memberikan kekuatan pada kita dalam melawan nafsu yang muncul. Maka penting kita selalu mendekatkan diri dengan Yesus dan minta agar nafsu tertentu kita dikalahkan.
- Minta bantuan orang lain. Kadang kita membutuhkan bantuan orang lain dalam mengatasi nafsu kita. Misalnya, minta pertolongan pembimbing, teman, saudara untuk mengingatkan kita, untuk melatih kita, untuk menemani kita dalam pergulatan melawan nafsu kita. Misalnya, minta pada pimpinan untuk memberikan tugas yang berat, agar kita tidak mudah sombong dan dapat lebih rendah hati. Minta saudara mengingatkan kita bila kita menjadi gila seks dan akan membuat skandal.

- Perlu terus terang. Menghadapi godaan dalam wujud nafsu, memerlukan keterbukaan kita pada pemimpin dan teman yang dekat, sehingga godaan itu dapat diketahui dan dapat dibantu. Kadang kita sendiri sulit mengatasi, sedangkan dengan sharing pada orang lain, kita dapat menimba masukan orang lain dan dapat juga belajar dari orang lain bagaimana mengatasi nafsu yang ada dalam hidup kita.

Nafsu yang tidak teratur memang dapat mengganggu penghayatam kaul kita. Tetapi nafsu itu ternyata tidak harus menghancurkan hidup berkaul kita karena nafsu itu dapat kita kalahkan dan kita hadapi dengan tegas, bila kita mau. Maka usaha kita dalam perjalanan panggilan adalah terus menerus melatih diri melawan nafsu yang kita punyai, sehingga akhirnya kita mengalahkannya dan hidup membiara kita menjadi lebih bahagia.

Semoga kita semakin berani melawan nafsu yang mengganggu kita dan kita memenangkannya. Selamat berjuang melawan nafsu.