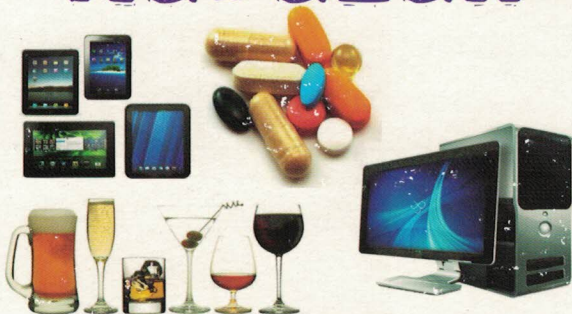


Siri Bimbingan Remaja

Memahami Masalah



Ketagihan

Memahami Masalah Ketagihan

Mendedahkan Beberapa Misteri

| | |
|-------------|--------------------------------|
| Tajuk | : Memahami Masalah Ketagihan |
| Penulis | : Lee Bee Teik ©2004 |
| Penterjemah | : Charles Ling & Jouslly Buaya |
| Penyunting | : Randy Singkee |
| Reka Bentuk | : Chiang Juat Chin |
| Penerbit | : Wawasan Penabur Sdn Bhd |

Dr. Lee Bee Teik ialah pengasas dan direktor untuk Pelayanan Reconre (www.reconre.org). Beliau adalah seorang doktor perubatan terlatih tetapi mengambil keputusan untuk meninggalkan kerjaya perubatan bagi mendampingi sepenuh masa anaknya membesar. Pada tahun 1992, Tuhan memanggilnya ke dalam pelayanan penulisan dan melayani hamba-hamba penuh masa Tuhan melalui pelayanan kaunseling dan retreat. Dr. Lee juga giat dalam pelatihan kaunseling bimbingan dan nasihat, serta memfasilitasi seminar & retreat peribadi atau kelompok kecil. Beliau adalah isteri Bishop (Dr.) Hwa Yung dari Gereja Methodist di Malaysia dan mereka mempunyai 3 orang anak yang sudah dewasa.

Hakcipta © 2012 Wawasan Penabur Sdn Bhd

Tiada bahagian dalam buku kecil ini boleh digunakan atau dihasilkan dalam cara atau bentuk apa-apa sekali pun tanpa kebenaran bertulis daripada penulis/penerbit kecuali sebagai petikan ringkas dalam artikel/risalah dan ulasan.

Memahami Masalah Ketagihan Mendedahkan Beberapa Misteri

Rasul Paulus bergelut dalam Roma 7:15-25...

“Aku tidak memahami perbuatanku sendiri. Perkara-perkara yang ingin aku lakukan, tidak aku lakukan; tetapi perkara-perkara yang aku benci, itulah yang aku lakukan. Apabila aku melakukan perkara-perkara yang bertentangan dengan keinginanku, hal itu bererti aku mengakui bahawa Taurat itu baik. Oleh itu sebenarnya bukan aku yang melakukan perkara-perkara itu, tetapi dosa yang menguasai aku.....

Oleh itu aku mendapati hukum ini berlaku: Apabila aku mahu melakukan yang baik, yang jahat sahaja menjadi pilihanku. Batinku suka akan hukum daripada Allah. Tetapi aku sedar bahawa dalam diriku ada hukum lain yang bertentangan dengan hukum yang diakui oleh akal budiku. Itulah sebabnya aku ditawan oleh hukum dosa yang menguasai diriku. Beginilah keadaanku: aku mentaati hukum Allah dengan akal budi sahaja, sedangkan tabiatku sebagai manusia mengikut hukum dosa.

Alangkah malangnya aku ini! Siapakah yang dapat menyelamatkan aku daripada tubuh ini yang membawa aku kepada kematian? Aku bersyukur kepada Allah; Dia menyelamatkan aku melalui Yesus Kristus.”

Penulis kitab Ibrani menyimpulkan dalam Ibrani 4:14-16...

“Oleh itu, hendaklah kita berpegang teguh kepada pengakuan iman kita, kerana kita mempunyai Imam Agung yang besar, yang sudah masuk ke hadirat Allah. Dia Yesus, Anak Allah. Imam Agung kita ini bukanlah imam yang tidak dapat bersimpati terhadap segala kelemahan kita. Sebaliknya, kita mempunyai Imam Agung yang pernah dicubai dalam segala hal seperti diri kita sendiri, tetapi Dia tidak berbuat dosa! Oleh itu, marilah kita dengan penuh keberanian menghadap takhta Allah, kerana di situ rahmat-Nya melimpah. Di situ kita akan menerima belas kasihan-Nya dan mengalami kasih-Nya, pada masa kita memerlukan pertolongan.”

Seorang ahli psikologi dan penulis, Dr Gary Collins mendefinisikan ketagihan sebagai:

“Sebarang fikiran atau tingkah laku yang berbentuk tabiat, berulang dan sukar atau mustahil untuk dikawal...” (kecuali melalui rahmat Allah).¹

Kita akan membincangkan empat sifat umum ketagihan tersebut, rawatan terapi yang mungkin dan sumber yang ada bagi pertaubatan, penyembuhan dan pemulihan.

1. Tabiat Gila Kerja

Kes Sejarah

James kini berumur 74 tahun, telah berkahwin dan mempunyai 2 orang anak. Dia percaya bahawa pengorbanan diri perlu dilakukan demi kejayaan dalam suatu pekerjaan. Dia pernah berkongsi dengan isterinya bahawa dia akan ambil mudah setelah dia mencapai jawatan terhormat dalam pekerjaannya.

Pada hari ini, James telah berjaya dalam pekerjaannya dan menerima banyak penghargaan serta penghormatan dalam tugasnya. Malah dia tidak pernah tertinggal sehari pun hari bekerja selama 50 tahun bertugas. Meskipun telah bersara, dia tetap memegang jawatan sebagai salah seorang lembaga pengarah bagi beberapa buah syarikat dan organisasi yang terus-menerus menuntut masanya daripada keluarganya.

Walaupun dia dianggap sebagai teladan di mata masyarakat dan rakan-rakannya, ahli keluarganya melihatnya melalui kanta yang sangat berbeza. James sentiasa menghabiskan kebanyakan masanya di tempat kerja atau perjalanan perniagaan jauh daripada meluangkan masa untuk keluarganya di rumah. Bahkan ketika percutian keluarga, James tidak dapat bertenang dan menikmati waktu itu. Biasanya dia akan memendekkan waktu percutian untuk kembali bekerja.

Sikap sedemikian telah membawanya kepada perubahan dan kenaikan pangkat yang mengakibatkan dirinya diasingkan daripada isteri dan anak-anaknya.

Sebenarnya, dia mengakui bahawa kehidupan keluarganya telah banyak mengalami kesengsaraan disebabkan oleh sikap gila kerjanya terhadap pekerjaannya. Dia mengakui bahawa dia telah ketinggalan peluang menyaksikan anak-anaknya membesar dan gagal untuk menyediakan bimbingan sebagai seorang bapa kepada mereka.

Soalan-soalan:

1. *Apakah makna sebenar pekerjaan bagi seseorang seperti James?*
2. *Adakah Allah yang mengasaskan pekerjaan mempunyai arahan tertentu berkaitan dengan pekerjaan harian?*

“Pandangan yang mengatakan suatu pekerjaan harus memberikan kepuasan hati adalah hanya setengah benar. Alkitab tidak pernah memberi indikasi bahawa pekerjaan kita haruslah sesuatu yang ‘menyeronokan’ atau membuat kita ‘gembira’. Kepuasan hati adalah lebih tepat difahami dari sudut pandangan perkhidmatan, iaitu berpuas hati dalam sumbangan kita kepada masyarakat. Ini bermakna kita seharusnya sedapat mungkin memilih pekerjaan yang menguntungkan orang-orang yang memerlukan khidmat kita dan ini harus menjadi syarat ketika seorang Kristian memilih suatu pekerjaan. Jika kita meneliti keputusan yang dibuat tentang pekerjaan-pekerjaan kita melalui kanta kepuasan diri atau kepentingan diri, kita bukanlah umat yang alkitabiah. Murid-murid Yesus Kristus mesti melihat pemilihan pekerjaan dan kerjaya bukan melalui kanta kepuasan

diri tetapi melalui kanta keperluan umat Tuhan, iaitu keperluan-keperluan manusia di mana sahaja mereka berada.”²

Saya sangat bersetuju dengan pendapat penulis di atas. Ramai di kalangan kita yang bekerja untuk menyara kehidupan diri dan keluarga kita. Itu adalah sangat baik dan betul. Tetapi lebih daripada itu, kita perlu mempertimbangkan pekerjaan daripada keseluruhan tujuan Allah bagi umat manusia dalam penciptaan. Kemudian baharulah hati kita akan bersukacita kerana kita berjalan dalam kehendak Allah bagi kita! Semua yang kita lakukan akan menjadi satu persembahan pujian bagi-Nya!!

Tuhan kita ialah Allah yang bekerja dalam:

- Penciptaan (Kejadian 1:24-2:2)
- Pembekalan keperluan (Mazmur 121:3,4)
- Penghakiman (Matius 25:15)
- Penebusan (Wahyu 19:8)

Allah mentahbis pekerjaan untuk mereka yang dicipta sesuai dengan gambaran rupa-Nya. Selepas kejatuhan manusia ke dalam dosa, pekerjaan telah bertukar menjadi beban. Tetapi Yesus Kristus telah menebus pekerjaan daripada sumpahan. Dia bekerja dengan rela hati sebagai seorang tukang kayu sehingga umur-Nya mencapai 30 tahun. Dia mungkin perlu menjadi penyara utama keluarga-Nya kerana bapanya Yusuf mungkin telah meninggal dunia ketika anak-anaknya masih kecil. Pekerjaan-Nya ialah satu perniagaan keluarga.

Pekerjaan harus dilakukan sebagai satu pelayanan kepada Allah dengan melayani orang lain. Ia terutama harus dilihat sebagai menyenangkan hati Tuhan, bukannya majikan; dan dikerjakan dengan penuh keikhlasan hati (Efesus 6:5-8). Mandat kita untuk bekerja datang daripada Kejadian 1:28-30 apabila kita diperintahkan untuk mentadbir bumi dengan penuh tanggungjawab di bawah pemerintahan kerajaan Allah. Dari situ, pekerjaan kita adalah luahan iman dan rasa syukur kita kepada Allah Sang Pencipta. Justeru itulah sebagaimana pekerjaan telah ditebus sekali lagi (contohnya dilakukan sesuai dengan kehendak-Nya), maka jam-jam dan penat-lelah yang kita curahkan dalam pekerjaan kita akan menjadi satu penciptaan semula.

Martabat kita bukan datang daripada apa yang telah kita lakukan tetapi daripada siapakah diri kita.

Panggilan penatalayan untuk bekerja akan menjadi satu respon di mana tugas dan pekerjaan telah berubah menjadi satu kesyukuran kepada Allah yang setia!

Jika kita membenarkan kebiasaan dan tabiat rasa bertanggungjawab untuk pekerjaan sebagai satu motivasi dalam kehidupan kita, ia adalah seperti membenarkan diri kita tunduk untuk dipenjarakan oleh hukum-hukum, dan bukannya bersukacita dalam kebebasan kasih kurnia Tuhan. Walau bagaimanapun, ini tidaklah bermakna kita tidak perlu mencuba untuk mengejar kecemerlangan, atau memberi kita alasan untuk menjadi malas. Untuk hidup dalam kebebasan anugerah kasih kurnia Tuhan

membolehkan kita menjadi dan melakukan yang terbaik untuk-Nya.

Sebaliknya sebagai perbandingan, untuk hidup di bawah penindasan pencapaian bagi impian manusiawi yang unggul di dunia ini (walaupun kadang-kadang di atas-namakan dan dilakukan dalam nama-Nya) hanya akan mengasingkan kita daripada kebenaran Injil Yesus Kristus. Jika kita dapat mencapai kesempurnaan suatu perkara melalui usaha kita sendiri, maka tidak adalah berita baik untuk diisytiharkan lagi kerana kita sudah tidak memerlukan Domba Allah yang sempurna itu.

Walaupun kita mengetahui bahawa keselamatan dari Allah adalah melalui anugerah kasih kurnia, jangan pula kita lupa bahawa pengudusan dan seluruh kehidupan Kristian kita hanya dimungkinkan oleh kasih kurnia itu sahaja.

~ D. A. Seamands

Dari Mana Sikap Gila Kerja Bermula?

Baca Kejadian 3:17-19 dengan perlahan. Perhatikan setiap kata, setiap frasa, setiap ayat...

Kemudian TUHAN Allah berfirman kepada lelaki itu, "Engkau mendengar kata-kata isterimu, lalu makan buah yang Aku larang engkau makan. Oleh sebab perbuatanmu itu, terkutuklah tanah. Engkau mesti bekerja keras seumur hidupmu agar tanah ini dapat menghasilkan makanan yang cukup. Tanah akan

menghasilkan semak dan duri; tumbuh-tumbuhan liar akan menjadi makananmu. Engkau akan bekerja keras dan berpeluh-peluh untuk membuat tanah ini menghasilkan sesuatu, sampai engkau kembali ke tanah kerana engkau dibentuk daripada tanah. Engkau dijadikan daripada tanah, dan engkau akan kembali ke tanah.”

Petikan ini menyatakan kepada kita bahawa selepas kejatuhan, manusia mendapati nilai dan status diri terletak pada pekerjaan mereka. Tidak hairanlah seseorang itu tetap disanjung walaupun mereka meluangkan lebih banyak masa pada pekerjaan mereka sehingga mengabaikan kesihatan dan keluarga mereka. Mereka sepertinya diberikan kebenaran untuk terus bekerja keras demi kepentingan sebagai seorang bapa yang membawa balik wang yang banyak ke rumah. Apa yang telah dikutuk oleh Allah, kita memanggilnya sebagai berkat!

Tentulah kita mesti bekerja, sama ada dibayar atau pun tidak, kerana Allah telah menciptakan kita untuk melakukan kerja yang baik bagi kemuliaan-Nya. Walau bagaimanapun, jika pekerjaan telah mengambil alih kedudukan-Nya dalam kehidupan seharian kita, maka kita mungkin perlu berhenti, mengimbas kembali, mendengar dan berdoa bagi mencari hikmat-Nya dan bimbingan-Nya. Ini akan membantu kita untuk menilai dan membentuk semula kebiasaan tugas kita, serta percaya dan mematuhi-Nya di atas segalanya, termasuklah sikap mementingkan diri kita bagi gereja, keluarga dan diri sendiri.

Gambaran Seorang yang Gila Kerja

Berikut adalah ciri-ciri seseorang yang gila kerja. Mereka sebenarnya adalah manusia biasa sama seperti kita, cuma:

- 1 Keinginan mereka untuk bekerja sangat melampau dan keterlaluan. Mereka sangat bersungguh-sungguh, bertenaga, memiliki semangat bersaing yang tinggi dan bermatlamat. Dengan kata lain, *mereka tidak dapat berhenti bekerja kerana jika mereka berbuat demikian, mereka akan berasa lebih gelisah!*
- 2 Mereka memenuhi masa lapang mereka dengan pelbagai fikiran berkaitan dengan pekerjaan mereka dan mereka takut akan kegagalan, kebosanan dan kemalasan.
- 3 Mereka boleh dikenalpasti melalui pekerjaan mereka kerana *mereka menghakimi kejayaan dan kegagalan nilai diri mereka berdasarkan prestasi mereka di tempat kerja.*
- 4 Meskipun mereka pada biasanya berpuas hati dan merasa terpenuhi dengan kehidupan mereka, *mereka menyebabkan ketegangan dan konflik yang tinggi di kalangan orang-orang yang rapat dengan mereka, terutamanya ahli keluarga mereka.*
- 5 Mereka menjadikan pekerjaan sebagai bahan isi untuk memenuhi kekosongan jiwa mereka yang sepatutnya diisikan oleh Allah sahaja. Bagi mereka, *Tuhan yang penuh dengan kebenaran dan kasih kurnia telah menjadi "Firaun" dalam hidup mereka.*

Masalah yang Biasa Dihadapi oleh Seorang yang Gila Kerja

- 1 Tekanan yang berlebihan. Ini mengakibatkan pelbagai penyakit psikosomatik seperti tekanan darah tinggi, sakit jantung, hipertensi, dan ulser peptik.
- 2 Kelesuan emosi. Ini terutamanya berlaku kepada mereka yang terlibat dalam pelayanan membantu orang lain. Mereka menderita keletihan emosi yang mengakibatkan mereka kehilangan cita-cita, matlamat, dan aspirasi peribadi. Ini biasanya disebabkan oleh kekurangan masa rehat yang mencukupi di antara tempoh masa kerja keras yang panjang. Sudah tentu mereka memerlukan masa untuk pulih daripada kekerapan berinteraksi dengan manusia.
- 3 Kebimbangan. Kebimbangan kronik yang tidak sihat tentang masa lalu atau masa depan akan mengakibatkan mereka terlupa untuk memberi tumpuan kepada kebaikan yang mereka boleh lakukan sekarang. Ini akan mengakibatkan peluang menjadi sia-sia sehingga menghasilkan lebih banyak kebimbangan³.
- 4 Kelesuan dan hilang daya kreativiti.
- 5 Konflik perhubungan.
- 6 Kehilangan seni berinteraksi, berbual dan bertafakur. Ini semua adalah satu keperluan bagi jiwa manusia

yang diciptakan menurut gambaran rupa Allah semesta alam yang kreatif!

- i** Jika atas sebab-sebab tertentu mereka harus berhenti kerja, kehidupan mereka akan menjadi tidak bermakna kerana sedikit/tidak ada persahabatan yang rapat telah dijalinkan pada hari-hari sebelumnya.

Beberapa Cadangan Tindakan

Masih ada keperluan untuk mengimbangi pekerjaan dan masa lapang dalam satu rangka kerja yang alkitabiah:

- 1 Yesus juga mempunyai hari-hari yang sibuk (Matius 14:13-14). Tetapi Dia juga mengajar dan mendemonstrasikan keperluan untuk bertafakur dan berdoa, kerana Allah telah membuat satu imbangan pembahagian tenaga untuk bahagian-bahagian berbeza dalam kehidupan kita bagi menjadi lebih seperti Dia (Matius 14:23-24; Markus 6:31).
- 2 Yesus mempunyai keutamaan tetapi Dia juga fleksibel dan boleh disesuaikan mengikut keadaan (Matius 15:21-28).
- 3 Yesus mengajar tentang perbezaan antara keletihan dari ketaatan dengan keletihan dari cuba mencapai kesempurnaan yang menjurus kepada ketidaktaatan (bandingkan Matius 11:28-30 dengan Lukas 10:38-42).

- 4 Penulis kitab Pengkhotbah mengajar bahawa *kerja bertungkus-lumus* bertujuan untuk wujud dalam mengimbangi *ketegangan dengan kegembiraan bekerja* (Pengkhotbah 2:17-26, 9:7-9).
- 5 Alkitab tidak membenarkan seorang yang gila kerja. Kerja mesti diselang-seli dengan rehat. Allah berehat selepas mencipta dunia dan memastikan kesejahteraan kita dengan Hukum ke-4 dari Sepuluh Hukum yang diberikan-Nya di Gunung Sinai.

Jika Allah boleh berehat, maka kita sebagai makhluk ciptaan-Nya juga boleh. Ini mungkin bererti merendahkan diri kita. Tetapi kita tidak perlu takut kerana untuk menjadi diri kita yang sebenarnya kita harus merendahkan diri. Kita tidak boleh buat apa-apa di hadapan Allah. Tambahan pula, ramai pekerja-pekerja Kristian yang ikhlas telah mengubah hari Sabat sebagai hari bekerja juga, contohnya dengan melakukan aktiviti-aktiviti Kristian. Memang benar Yesus telah mengisytiharkan bahawa sebagai Tuhan kepada hari Sabat (hari istirehat), hari Sabat dibuat untuk manusia dan bukan manusia untuk hari Sabat (Markus 2:27-28). Walau bagaimanapun, ambil perhatian bagaimana Dia menggunakan contoh-contoh seperti keperluan untuk makanan asas dan penyembuhan (Matius 12:1-13).

Hari Sabat tidak pernah bermaksud untuk menjadi ritual yang legalistik (iaitu satu upacara yang penuh dengan pelbagai larangan) untuk menambah lebih banyak beban kepada hukum (Kolose 2:16-17). Ia adalah penjelasan lain untuk anugerah kasih kurnia

seperti berpuasa untuk mengingatkan kita bahawa Allah Pencipta yang Maha Kuduslah yang menguasai dunia, bukan kita. Dan kita rindu untuk masuk dalam kepenuhan pengalaman untuk beristirahat di dalam Tuhan (Ibrani 4)!

- ⑥ Kita perlu mengambil 'bekalan kehidupan' kita dengan mengikuti hukum-hukum fizikal Allah dengan berdiam dan beristirahat di hadirat-Nya, menerima kekuatan yang telah diperbaharui oleh-Nya, serta kembali untuk ketawa dan bekerja lagi.

2. Ketagihan Ubat-Ubatan

Kita tidak akan membincangkan tentang ketagihan dadah dan ubat-ubatan kerana badan NGO Kristian seperti MCARE⁴ dapat memberikan banyak maklumat tentang keperluan untuk memahami, menerima dan membantu mereka yang ketagihan ubat-ubatan; atau dadah seperti yang biasa kita panggil.

3. Ketagihan Minuman Beralkohol

Oleh kerana alkohol lebih diterima secara sosial daripada ubat-ubatan, maka ramai orang mungkin tidak menyedari trauma yang dialami oleh mereka yang terjejas oleh ketagihan alkohol. Kami berharap agar maklumat yang diberikan di bawah ini dapat membantu mereka yang memerlukan untuk mencari seseorang bagi

memimpin mereka keluar dari jalan kemusnahan diri dan keluarga yang gelap.

Prinsip-Prinsip Alkitabiah Tentang Ketagihan Alkohol

Marilah kita membenarkan Firman Allah untuk bertindak sebagai pelita bagi kaki kita dan cahaya bagi jalan kita. Baca dan renungkan petikan Alkitab di bawah ini:

“Minuman keras membuat orang mabuk dan merepek. Bodohlah orang yang menjadi mabuk.” (Amsal 20:1)

“Tahukah kamu apa yang terjadi kepada orang yang terlalu banyak minum wain dan minuman keras yang lain? Orang itu sengsara dan menderita. Dia selalu bertengkar dan bersungut. Matanya merah dan badannya luka-luka, padahal semua itu dapat dihindarinya. Jangan biar wain menggoda kamu, walaupun warnanya menarik, dan nampaknya berkilauan di cawan, dan sedap dihirup.” (Amsal 23:29-31)

“Tetapi inilah maksudku: Kamu tidak patut bergaul dengan orang yang mengaku dirinya orang Kristian, tetapi sebenarnya cabul atau tamak, atau menyembah berhala, atau mengumpat orang, pemabuk ataupun penipu.... atau yang mencuri, atau yang tamak, atau yang selalu mabuk...” (1 Korintus 5:11 & 6:10)

"Malanglah kamu! Kamu bangun pagi-pagi dan mula minum minuman keras. Lalu kamu mabuk sehingga larut malam." (Yesaya 5:11)

- Jangan dikuasai oleh apa-apa pun (1 Korintus 6:12) atau oleh sesiapa pun (Matius 10:37-39).
- Tegakkan dan patuh kepada undang-undang sivil (Roma 13:1-5).
- Jagalah tubuh agar tetap suci (1 Korintus 6:19-20).
- Amalkan kesederhanaan, disiplin diri dan penguasaan diri (Titus 2:11-14)
- Jangan mabuk oleh wain... tetapi hendaklah kamu dikuasai oleh Roh Allah (Efesus 5:18)

Gambaran Seorang yang Ketagihan Alkohol

Menurut WHO (Pertubuhan Kesihatan Sedunia), ketagihan alkohol adalah:

"Mereka yang meminum secara berlebihan dan bergantung kepada alkohol sehingga mencapai suatu tahap di mana mereka menunjukkan gangguan mental yang ketara, atau gangguan pada kesihatan badan, atau mental; Fungsi-fungsi hubungan mereka dengan orang lain, kelancaran ekonomi dan sosial mereka juga mengalami gangguan."

Ramai penyelidik mendakwa bahawa ketagihan alkohol adalah satu penyakit. Ada yang telah mencabar konsep penyakit tersebut, dan lebih setuju dengan pandangan yang melihat gejala ketagihan alkohol sebagai suatu fenomena sosial, gangguan tingkah laku atau bukti dosa yang jelas⁵.

Adalah terlalu mudah dan melampau untuk menyimpulkan bahawa ketagihan alkohol adalah **hanya** satu penyakit dan/atau **hanya** satu isu moral. Dari pemerhatian saya terhadap ramai pesakit yang mempunyai sejarah ketagihan alkohol yang panjang di Melbourne dan di Malaysia, saya percaya bahawa adalah lebih baik pesakit tersebut dapat mengawal dirinya sebelum badannya dirosakkan oleh alkohol. Apabila tubuh badan mula terjejas, kebebasan daripada ketagihan jarang berlaku melainkan bantuan luar diterima dengan sukarela. Di situlah pastoral kaunselor dan doktor boleh membantu, terutamanya apabila organ-organ seperti hati dan otak telah mengalami kerosakan yang kekal. Penyalahgunaan dadah juga berfungsi dengan cara yang sama. Oleh itu, bantuan praktikal mesti diberikan kepada mereka sebelum peringkat ketagihan bertambah parah.

Apabila mereka yang ketagihan alkohol datang untuk meminta bantuan, kita haruslah beranggapan bahawa ketagihan alkohol itu adalah satu penyakit dan satu sikap moral yang tidak bertanggungjawab. Kita perlu mengambil kira kedua-duanya apabila hendak merancang rawatan, kecualilah jika berlaku penyembuhan mukjizat seperti yang terjadi kepada seorang mendiang kawan saya.

Kes Sejarah

Raj sedang memandu keretanya ke sebuah bangunan tinggi dengan niat untuk membunuh diri apabila dia secara bersahaja dihentikan oleh seorang rakan yang megajaknya pulang ke rumah untuk minum petang. Di tengah-tengah kemurungannya dan dalam perbualan, dia menerima tawaran pengampunan Kristus dan seketika itu juga dia dipulihkan daripada ketagihan alkohol⁶.

Diagnosis Tentatif

Soalan yang biasa diajukan oleh seorang doktor adalah, "Adakah anda mempunyai masalah dengan alkohol atau minuman keras?" Biasanya pertanyaan seperti itu akan menerima jawapan yang negatif. Oleh itu, seorang pekerja sukarela yang membantu orang-orang ketagihan alkohol menggunakan **4M** untuk memberi diagnosis kepada pesakit atau pelanggannya:

Mengurangkan : "Sudahkah anda cuba untuk mengurangkan meminum minuman keras?"

Marah : "Adakah anda berasa kesal atau marah apabila orang lain memberitahu anda supaya berhenti dari meminum minuman keras?"

Merasa Bersalah: "Adakah anda berasa bersalah apabila anda meminum minuman keras?"

Minum Pagi : “Adakah anda minum minuman beralkohol di waktu pagi?”

Menurut kajian yang dijalankan oleh para pakar, “jika respon yang positif diberikan dalam tiga daripada empat soalan di atas, ia menandakan 90% orang tersebut adalah seorang yang ketagihan alkohol.”⁷

Masalah yang Dihadapi oleh Penagih Alkohol

1. Kesan-Kesan Fizikal

Tubuh badan mungkin sudah rosak di peringkat akhir ketagihan. Walaupun mereka mungkin telah meninggalkan tabiat meminum lebih awal, beberapa gejala masih berterusan, seperti:

- Kemerosotan imbangan badan (gaya berjalan yang lenggang-lenggok), kemahiran tangan, tindakbalas-tindakbalas fikiran dan emosi.
- Penyakit limpa hati dengan gejala-gejala dan tanda-tanda yang kronik. Contohnya kulit muka kemerahan dan ruam pada badan.
- Peningkatan dalam masalah jantung. Contohnya kardiomiopati penagih alkohol di mana otot jantung menjadi lemah selama-lamanya.
- Peningkatan risiko untuk kanser hati, usus besar, perut dan payudara.
- Kekurangan vitamin yang disebabkan oleh pemakanan yang tidak sihat. Ini boleh mengakibatkan hilang ingatan dan lain-lain gejala neurologi.

- Kemandulan yang disebabkan oleh kerosakan saraf.

2. Kesan-Kesan Psikologi

- Pemikiran yang lembab, tingkah laku yang tidak sesuai seperti bercakap kosong (membuat cerita-cerita yang disebabkan oleh hilang ingatan dan cuba untuk menutup apabila dia masih dapat berfikir dengan jelas), tidak mengambil berat dengan penampilan diri (contohnya pakaian), mengasingkan diri dari orang apabila mereka merasakan ada sesuatu yang tidak kena, kehilangan pengawalan bersosial (contohnya, merepek dan bercakap yang bukan-bukan di khalayak ramai).
- Mekanisme pertahanan psikologi termasuk penafian, rasionalisasi, penindasan dan unjukan masalah kepada orang lain. Secara beransur-ansur akhirnya ramai yang belajar untuk hidup dalam pembohongan. Sesetengah wanita mungkin menyembunyikan alkohol di dalam bekas penyegar mulut untuk memenuhi keinginan mereka apabila tiba masanya untuk meminum.

3. Kesan-Kesan kepada Keluarga

- Keluarga orang yang ketagihan alkohol akan hidup dalam ketakutan, ketegangan, rasa tidak aman dan rasa malu. Semua pergolakan dalaman ini membawa kepada kesepian dan penyisihan sosial. Saya pernah melihat sebuah keluarga yang mempunyai anak-anak remaja yang bercakap dengan satu sama lain dalam nada yang perlahan hampir setiap masa. Mereka tetap berkelakuan seperti begitu walaupun selepas

mereka berdikari dan berada jauh dari rumah ibu bapa mereka. Mereka sudah terbiasa untuk mengekalkan keamanan di rumah dan bersembunyi di dalam bilik mereka apabila ayah mereka pulang pada waktu malam. Sekali pandang, ia boleh dilihat sebagai "lemah lembut", sehinggalah neurosis itu dikenalpasti.

- Perkahwinan juga akan mengalami ketegangan dan kebanyakannya juga akan berakhir dengan penceraian atau perpisahan. Kanak-kanak yang membesar di dalam keluarga yang kaki minum belajar tiga peraturan untuk terus bertahan:

- ✗ *Jangan cakap*
- ✗ *Jangan percaya*
- ✗ *Jangan berperasaan*

- Ketagihan alkohol juga mengakibatkan kehilangan peluang kenaikan pangkat kerana pencapaian yang lemah. Mereka juga menghadapi ancaman pemberhentian kerja dan kehilangan pekerjaan akan menambahkan lagi ketidak-tenteraman keluarga.

4. Kesan-Kesan Kerohanian

- Apabila alkohol mula menjadi satu 'berhala', iaitu menjadi satu objek yang lebih penting dalam kehidupan, maka akan terjadi satu pengasingan besar dari persahabatan dengan Tuhan.
- Walau bagaimanapun, kita mesti percaya bahawa Allah yang penuh dengan kebenaran dan anugerah kasih kurnia memandang mereka dengan penuh

kesedihan dan belas kasihan, dan bukannya pengutukan. Dengan tangan terbuka Dia menunggu mereka untuk kembali kepada pengampunan dan perdamaian-Nya. Anak-Nya telah mati untuk dosa, kelemahan dan penyakit mereka.

Respon Umum Terhadap Pemabuk

- Bantu orang yang ketagihan alkohol untuk mengakui dia perlu bantuan. Ini mungkin bahagian yang paling sukar dari keseluruhan proses kerana dia biasanya menafikan bahawa dia mempunyai masalah. Ia bukan sesuatu yang luar biasa bagi seorang pemabuk untuk berasa tidak berdaya sebelum dia meminta pertolongan. Ia mesti dijelaskan bahawa mereka tidak boleh menahan diri daripada alkohol dengan kekuatan mereka sendiri. Mereka memerlukan sokongan komuniti luar.
- Berikan rawatan perubatan am kepada penyakit fizikal yang diakibatkan oleh alkohol.
- Dapatkan bantuan dari mereka yang biasa dengan masalah ketagihan alkohol, sama ada doktor bertauliah atau pendoa syafaat untuk memantau secara berhati-hati dan merawat simptom-simptom pengunduran.
- Berikan maklumat dan galakkan penyertaan dalam kumpulan sokongan seperti pusat pemulihan dan Alkoholik Tanpa Nama. Walaupun itu mungkin bukan kumpulan Kristian, kumpulan-kumpulan ini

menggunakan prinsip-prinsip yang secara umumnya adalah selaras dengan ajaran Alkitab. Jika bantuan sokongan boleh datang dari dalam gereja, itu akan lebih sesuai. Walau bagaimanapun, kenyataan yang menyedihkan ialah kebanyakan ahli gereja masih kritikal dan tidak mahu memahami serta membantu. Yang lain adalah jahil mengenai fakta-fakta tentang ketagihan alkohol.

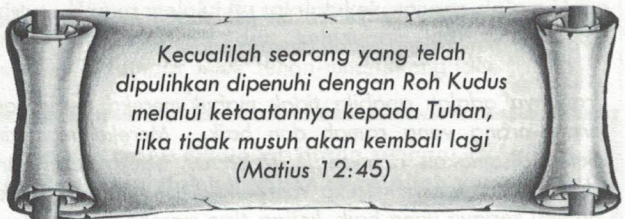
Ada orang yang boleh mengambil alkohol tanpa menjadi ketagihan. Mereka boleh berhenti dari mengambilnya bila-bila masa. Tetapi ada pula yang tidak boleh menyentuh walau setitik pun atau mereka akan menjadi ketagihan semula. Setiap orang mesti tahu had dirinya sendiri. Apa sahaja jenis tubuh yang mereka miliki, jika diambil dalam kuantiti yang cukup besar dan cukup lama, tubuh badan biasanya akan rosak. Oleh yang demikian, sebab utama orang Kristian harus menahan diri daripada alkohol sedapat mungkin ialah kerana kita perlu menjaga bait Roh Kudus yang tinggal di dalam kita.

Seseorang tidak kehilangan apa-apun walau dengan berpantang sepenuhnya daripada alkohol.

- Sediakan khidmat kaunseling dan nasihat untuk keluarga. Ahli keluarga harus menyedari mereka mungkin merupakan penyumbang kepada masalah penagihan dan mereka harus mengubah cara mereka. Sebagai contoh, pasangan yang kurang peduli, suka meleter dan pemboros mungkin merupakan penyebab utama pasangannya mencari hiburan dengan alkohol.

- ☑ Bersedia untuk berulangnya tabiat meminum. Jika mereka telah mencuba sebaik mungkin untuk menahan diri, galakkan mereka untuk mencuba sekali lagi dan sentiasa minta kekuatan dari Tuhan untuk menahan diri untuk tempoh yang lebih lama. Kita juga akan mendoakan untuk kesembuhan secara keseluruhan sekiranya dia ada kesediaan untuk berubah.

- ☑ Ketahuilah bahawa penginjilan dan pemuridan adalah keperluan-keperluan asas. Jika orang yang dibimbing mahu mencari makna dan tujuan yang baru dalam hidup, dia perlu mencari kehidupan yang kekal dan kepenuhan dalam Kristus dan dengan Kristus sahaja.



Dalam semua ini, berkomunikasi dengan Tuhan melalui doa. Itu adalah satu keperluan harian. Mereka boleh berdoa sendiri atau dengan kawan-kawan. Melalui pendoa syafaat dan rakan-rakan yang prihatin, Allah bekerja untuk melepaskan orang-orang yang dibelenggu dengan masalah alkohol⁸.

Kes Sejarah

Saya mempunyai tiga orang bapa saudara yang bergelut dengan masalah alkohol. Sepanjang tahun-tahun saya membesar, saya telah menyaksikan kacau-bilau di dalam keluarga mereka yang disebabkan oleh alkohol, terutamanya dalam kehidupan sepupu-sepupu saya.

Hari ini, salah seorang daripada mereka telah meninggal dunia. Dia menggantung dirinya ketika anaknya baru berumur 13 tahun. Seorang lagi berpisah dengan isterinya selepas hidupnya yang tidak teratur. Kami sudah tidak berhubungan dengan dia selama hampir 12 tahun.

Bapa saudara saya yang ketiga masih meneruskan tabiat meminumnya dan menyebabkan kehidupan isteri dan dua orang anaknya yang sudah dewasa kucar-kacir.

Ironisnya adalah apabila tidak mabuk, mereka merupakan orang-orang yang ramah dan baik. Mereka mungkin boleh disamakan dengan karekter Dr. Jackal dan Mr. Hyde. Walaupun mereka berpendidikan dan memiliki potensi kerjaya yang baik, ketiga-tiga mereka menghadapi kesukaran dengan kerja-kerja mereka dan akhirnya terpaksa menganggur kerana tabiat meminum mereka.

Hari ini, sepupu-sepupu saya terus mempunyai masalah dengan isu-isu kepercayaan, kebergantungan, kawalan diri, pengenalpastian dan pengungkapan perasaan. Salah seorang daripada mereka terus kecundang dalam akademik, menderita penyakit asma dan merasa sangat meluat dengan bapanya sehingga dia tidak lagi mahu

dikaitkan dengannya. Dia sendiri mempunyai masalah perkahwinan yang serius dan tidak tinggal bersama dengan isterinya selama 6 bulan. Sepupu saya yang lain, seorang doktor muda, kelihatan bahagia dalam perkahwinannya tetapi menunjukkan tanda-tanda pergantungan kepada alkohol."

Kes di atas dengan jelas menggambarkan kesan-kesan generasi dari keluarga yang bermasalah, sekiranya ditinggalkan tanpa disentuh oleh kebenaran dan rahmat Allah. Kadang-kadang, ia tidak sepenuhnya kesalahan si Iblis tetapi kesalahan kita yang tidak mengambil serius kehidupan penuh kuasa yang diberikan oleh Roh Kudus, terutama dalam bertumbuh dalam keintiman dengan Yesus Kristus. Hanya melalui itu sajalah kekosongan dalam hidup kita dapat dipenuhi dan kehidupan kita tidak akan mempunyai tempat untuk 'tuhan-tuhan' yang lain.

Jika kita mahu dikatakan orang sebagai ketagihan, biarlah itu adalah ketagihan akan Allah yang benar.

4. Ketagihan Seks

Ketagihan seperti ini mulai timbul di gereja-gereja kita kerana kita menjadi semakin sekular dalam falsafah kehidupan seharian kita. Ramai yang merasakan bahawa ia tidak apa-apa untuk terlibat dalam aktiviti-aktiviti yang jelas dilarang oleh Firman Allah. Pengaruh "Ke-AKU-an"

dan "AKU DAHULU" walaupun bukan baru, tetapi seolah-olah menjadi semakin kuat, terutama melalui multimedia. Oleh itu, gereja perlu mengajar tentang seksualiti manusia dari sudut pandangan alkitabiah dan mencari jalan untuk mencegah punca masalah-masalah dari akar umbinya. Tempat untuk bermula adalah dalam kelas-kelas Sekolah Minggu dan kelompok-kelompok muda-mudi/belia.

Kes Sejarah

Sean (bukan nama sebenar) adalah seorang lelaki Asia berusia 25 tahun. Dia mempunyai dua kehidupan yang hanya segelintir orang mengetahui. Di satu sisi dia adalah seorang graduan kolej yang sangat dihormati dengan pekerjaan dan kedudukan yang dihormati. Dia amat disegani oleh rakan-rakan di tempat kerja dan di gereja. Di sisi gelapnya pula, dia berjuang dengan pemikiran berahi erotik, pornografi, filem-filem seksual yang eksplisit dan kelab-kelab seks. Keperluan yang terus meningkat bagi risiko yang lebih besar dan lebih banyak hubungan sengit ini tidak dinafikan telah membawa kepada penglibatan seks dengan ramai pasangan yang tidak dikenali. Ada di antara perhubungan ini berterusan selama beberapa bulan dan menyebabkan Sean menghabiskan lebih banyak masa di luar daripada kerja dan keluarganya. Di samping itu, dia juga banyak menghabiskan wang untuk melancong bagi seks dan membeli hadiah-hadiah mahal.

Bagi mereka yang seperti Sean, seks telah menjadi satu ketagihan. Seperti kebanyakan ubat-ubatan, pada mulanya ia hanya digunakan untuk menghilangkan sakit penolakan, kesepian, ketakutan, kebimbangan, derita

penderaan semasa kanak-kanak atau apa-apa peristiwa yang menyakitkan. Tetapi kemudian, ia menjadi perbuatan yang disengajakan untuk menyenangkan dirinya walau apapun halangannya.

Kesakitan awal tentang penolakan akan kekal. Seks menopeng dan menutupi kesakitan itu untuk sementara waktu, tetapi akhirnya langsung tidak terpenuhi kerana orang tersebut telah terperangkap dalam perangkap dua dosa: perbuatan seksual yang salah dan dosa menutupinya sedangkan masalah penolakan masih tidak dapat diselesaikan. Orang yang ketagihan itu mula mengalami rasa penghinaan yang mendalam dan hilang kawalan ke atas hidupnya.

Di dalam buku "Addicted to Love", Stephen Arterburn⁹ bercakap mengenai ketagihan seks dalam istilah-istilah yang agak abstrak:

"Ketagihan tidak pernah murah. Ia adalah pencuri. Ia merampas segala-galanya dari mangsanya. Ramai yang akan membayar harga tinggi tersebut selama bertahun-tahun tanpa berhenti sebelum mereka menyedari betapa banyak yang telah dan akan mereka tanggung. Tetapi menghadapi harga ketagihan secara bersemuka boleh menjadi langkah pertama untuk bebas dari penjara godaan dan paksaan. Mazbah ketagihan memerlukan korbanan yang besar. Dalam menyembah keromantisan, perhubungan atau seks — yang akhirnya adalah menyembah diri sendiri — si penagih akan membayar satu harga yang besar. Tuhan, keluarga, masa,

reputasi, pekerjaan, maruah diri ... semua ini lama-kelamaan akan tergadai kepada berhala ketagihan. Kini mencari kepuasan segera sahaja yang menjadi terpenting. Perkara-perkara yang lain sudah tidak penting lagi."

Tanda-Tanda Ketagihan Seksual (Arteburn)

Seseorang yang mempunyai keinginan seksual yang lebih kuat daripada yang normal tidak semestinya merupakan seorang yang ketagihan seks jika dia memuaskan keinginannya dalam sebuah ikatan perkahwinan yang bahagia. Mereka yang seperti ini tidak perlu menggunakan ini sebagai alasan untuk menjadi ketagihan. Tetapi jika dia adalah seorang bujang, semakin cepat dia meminta bantuan daripada kaunselor yang boleh dipercayai, semakin baik untuk dia.

Tanda-tanda seorang yang ketagihan seks adalah:

- Aktiviti seksual yang mengasyikkan dilakukan dalam pengasingan secara dalaman. Si penagih menjadi terpisah daripada perhubungan manusia dan kenalan secara mental dan emosional walaupun dia mungkin tidak bersendirian secara fizikal.
- Ia dilakukan secara rahsia. Penagih seks menjalani dua kehidupan. Kadang-kadang amat sukar walaupun bagi si penagih, untuk mengetahui siapa dirinya yang sebenar. Topeng yang telah dipakai sekian lama membuat dia tidak boleh melihat dirinya yang sebenar.

- Ia tanpa keintiman. Penagih seks memfokuskan diri sendiri sepenuhnya. Dia tidak boleh mencapai keintiman kerana ketagihan dirinya sendiri tidak akan meninggalkan apa-apa ruang untuk diberikan kepada orang lain.
- Ia tanpa hubungan yang sebenar. Ia adalah semata-mata "seks untuk kepentingan seks". Pasangannya dianggap sebagai suatu objek.
- Ia memangsakan orang lain. Ketagihan sendiri yang keterlaluan akan membutakan penagih seks sehingga kelakuan mereka membawa kesan yang merbahaya ke atas orang lain dan dirinya sendiri.
- Ia berakhir dengan kekecewaan. Ia meninggalkan perasaan bersalah dan menyesali pengalaman kepada si pelaku; dan membuatnya berasa lebih kekosongan.
- Ia digunakan untuk melarikan diri dari kesakitan dan/atau masalah dengan menambah satu lagi kepada senarai masalah yang sedia ada dalam kehidupannya.
- Ia berbahaya. Selepas ia menjadi semakin tidak sihat dan tidak bermoral, ketagihan seks akan berkembang merentasi garisan jenayah dalam sikap mementingkan diri yang melampau. Jika tidak dibendung, pencabulan kanak-kanak, sumbang mahram, merogol, bahkan pembunuhan boleh berlaku di peringkat akhir ketagihan seks.

Kitaran Ketagihan¹⁰

Obsesi

- Kesakitan Peribadi – sindrom rasa “kesian diri sendiri” ...



menjadi

- Pemicu Emosi atau Seksual – seperti melihat gambar-gambar dalam buku, internet atau filem. Ini menyebabkan kebencian dan kemarahan pada diri sendiri ...



membawa kepada

- Fikiran yang dipenuhi dengan pemikiran dan imajinasi seksual ...



membawa kepada

Pemburuan

- Mencari “objek” seks ...



membawa kepada

- Pornografi dan/atau Pasangan Seksual - sama ada kenalan lama atau baru. Sering kali, pencarian ini sangat terancang kerana telah dibina selama bertahun-tahun melalui amalan tingkah laku dan pengalaman.

Pengrekrutan

- Membeli atau mendekati dengan cara yang mesra

Kepuasan

- Memuaskan hawa nafsu dengan apa cara sekalipun, bahkan melibatkan diri dalam satu upacara aktiviti seksual ...



kemudian dia kelihatan

Kembali kepada “Normal”

- Ini adalah selingan ringkas apabila si penagih berasa “normal” kembali. Dia dapat bertahan dalam jangka masa yang pendek sahaja. Dia mengimbas kembali tingkah lakunya yang salah sebagai ...

Pembenaran Diri

- “Ia tidaklah begitu buruk”
- “Semua orang juga melakukannya”
- “Saya memerlukannya/berhak memilikinya”



Kemudian dia

Menyalahkan Orang

- Mencari kambing hitam - seorang penagih akan menyalahkan hampir semua orang kecuali dirinya sendiri.
- Sesiapa sahaja boleh menjadi sasarannya - ibubapa, pasangan, masyarakat, kaunselor, bahkan Tuhan.

- Mengabaikan tanggungjawab peribadi.



Ini membawa kepada

Perasaan Malu

- Rasa bersalah dan penyesalan
- Dia terasa seperti dia berada di anak tangga terbawah sekali di dalam masyarakat.

Putus Asa

- Mula merasakan kesakitan yang lebih daripada sebelumnya
- Putus asa – Ada yang mempertimbangkan bunuh diri terutamanya bagi orang yang mengalami perubahan emosi dan dia melakukan aktiviti ketagihan seksual semasa di peringkat kegilaannya tetapi berubah kepada perasaan kemurungan selepas itu.

Janji pada Dirinya atau Tuhan

- “Tidak sekali-kali lagi!” tanpa meminta bantuan luar
- Janji-janji akan memicu kepada pemikiran obsesi. Ini memicu emosinya dan pemburuan bermula sekali lagi. Dan seluruh kitaran berulang sekali lagi.

Dalam kebanyakan kes, semakin si penagih mahu berhenti, semakin dia merasakan dia tidak dapat lakukan. Mungkin ia adalah kerana nilai rendah yang diletakkan pada diri

sendiri yang memberitahu dirinya bahawa dia tidak boleh melakukannya... "jadi, peduli apa. Lebih baik saya lakukan sekali lagi!"

Di sinilah musuh Allah memasukkan kebohongan pada fikiran seseorang tentang dirinya. Mereka yang memiliki Roh Kudus, boleh menolak nilai palsu yang diletakkan ke atas mereka itu dengan kuasa-Nya. Mereka boleh mengisytiharkan kepada sang musuh dan diri mereka sendiri bahawa godaan boleh ditolak dalam Nama Yesus Kristus, Nama yang mengatasi segala nama. Anak Tuhan yang telah diampuni yang sedang dalam proses pemulihan perlu berkerja keras dalam menghafal ayat-ayat Firman Tuhan, dan mentaati Allah Bapa yang kudus tetapi pengasih.

Respon Kepada Ketagihan Seks

Ramai ketagihan seks akan menghasilkan tiga bahagian penyelesaian:

1. Keazaman dan Nekad

Tingkah laku ketagihan akan melarat kecuali jika individu bertekad untuk berubah. Ini tidak mungkin adalah 'keputusan sekali sahaja'. Tingkah laku ketagihan adalah menyeronokkan dan peluang untuk kembali jatuh mungkin biasa walaupun setelah berulang kali membuat keputusan untuk berhenti. Adalah lebih bijak dan berhemah untuk mempunyai kumpulan sokongan yang boleh dipercayai supaya dia juga boleh dipertanggungjawabkan.

2. Menggantikan Fikiran

Sebenarnya tidaklah sukar untuk berhenti dan membuang jauh-jauh pemikiran atau kelakuan kita yang tidak sihat, tetapi adalah sukar untuk memastikan ianya tidak kembali lagi melainkan jika kita membawa masuk perubahan pemikiran dan tindakan. Pemulihan bukan kehilangan daya ingatan dan penagih perlu sedar bahawa pemikiran lama akan terus menghantuinya tetapi ini tidak harus dilayan. Sebaliknya, berfikirilah mengenai "... apa yang benar, apa yang mulia, apa yang betul, apa yang baik, apa yang indah, apa yang mengagumkan ... jika apa-apa sahaja yang sangat baik atau terpuji ... ya, berfikir, berfikir dan berfikirilah tentang perkara-perkara tersebut." (Filipi 4:8).

3. Memenuhi Keperluan

Seperti yang telah kita lihat, ketagihan sering timbul kerana beberapa keinginan tidak dipenuhi dengan cara yang sihat. Dalam ketagihan seks, ini mungkin disebabkan oleh kekurangan kasih sayang dan penerimaan dan/atau penderaan seksual pada awal kehidupan, perpisahan atau ditinggalkan semasa membesar dan lain-lain latar belakang yang bermasalah. Semua ini dikaitkan dengan rasa kehampaan, kemarahan, rasa tidak berharga, keinginan untuk keintiman (di mana mereka sering tersilap itu adalah keseronokan seksual) dan rasa terasing.

Seorang kaunselor profesional mungkin boleh membantu yang dibimbing untuk merenungkan apa

keperluan-keperluan yang sedang dipenuhi melalui ketagihan tersebut, dan mencadangkan cara alternatif dalam mengurus keperluan-keperluan yang tidak dipenuhi. Mereka perlu mampu bekerja melalui rasa dendam, kemarahan, sakit hati, kepahitan dan rasa bersalah mereka. Ketagihan seks kurang berlaku dan kurang diperlukan apabila seseorang merasa diterima, selamat, disayangi dan mampu untuk menjadi matang sebagai seorang dewasa yang berdikari. Mereka bergantung kepada Tuhan dan Dia sahaja, walaupun komuniti Tuhan adalah saluran-Nya untuk rahmat penyembuhan-Nya.

Ada dua punca utama penolakan yang biasa saya temui:

- (i) Penolakan rahim dan/atau kekurangan ikatan keibuan seperti di dalam kes perpisahan awal ibu dan anak yang disebabkan oleh kematian, tidak siaman atau perceraian. Ini kadang-kadang ditemui dalam kes-kes seorang kaki perempuan dan lesbian.
- (ii) Mempunyai seorang bapa yang selalu tidak hadir dan seorang ibu suka mengawal. Ini biasa didapati dalam sejarah seorang lelaki homoseksual dan yang memilih untuk membujang.

5. Ketagihan Orang (Pergantungan Emosi) ¹¹

Beberapa tahun kebelakangan ini, saya telah memperhatikan dan menyedari sindrom ingin memiliki dengan penuh cemburu di kalangan pekerja Tuhan yang

terlibat dalam pelayanan membantu orang. Ini adalah satu keterikatan yang berlebihan terhadap seseorang ataupun kepada orang-orang tertentu seperti mereka yang berada di kedudukan berkuasa. Ramai yang cuba membantu dalam keperluan yang mendalam untuk merasa diperlukan ini. Ini menyebabkan ketidakupayaan untuk melihat garis sempadan di antara pelayanan dengan kehidupan peribadi dan keperluan mereka yang berasingan (dari segi penggunaan sumber dan melepaskan orang yang mereka bantu dalam pelayanan).

Sebagai contoh, kadang-kadang pekerja pelayanan menghadapi kesukaran untuk membezakan antara membantu kawan-kawan peribadi dengan mereka yang mahu dijangkau. Akibatnya, objektif-objektif pekerjaan yang telah diberikan kepada mereka tidak dicapai, manakala mereka pula merasakan mereka telah melakukan tugas dengan baik kerana kebanyakan waktu mereka ada bersama-sama dengan orang (kawan-kawan peribadi). Mereka gagal untuk melihat dan menerima bahawa mereka sedang membantu rakan-rakan mereka, walaupun rakan-rakan ini bukan merupakan sebahagian daripada sasaran tugas mereka.

Tujuan kita untuk melayani adalah untuk mengasihi Kristus dan Dia sahaja, bukan kerana kita perlu respon kepada seseorang untuk memenuhi keperluan kita sendiri. Jika kita tidak berhati-hati, kita akan melakukan apa yang Mr. Brown pernah katakan dalam siri televisyen '*Mind Your Language*': "Anda mengaru belakang saya, saya akan mengaru belakang anda."

Empat Tanda Orang Yang Ketagihan Orang

- 1 Mereka sering menjauhkan diri atau menolak dengan kuat untuk tidak membantu orang-orang yang mereka tidak suka/minati, atau apabila orang yang memerlukan bantuan itu tidak dapat membalas perhatian mereka dan/atau memberi mereka ganjaran (seperti hadiah).
- 2 Mereka berulang-kali memberitahu anda bagaimana mereka telah banyak membantu ramai orang yang mereka temui.
- 3 Mereka terlalu banyak bercakap tentang diri mereka sendiri, sama ada secara sedar ataupun tidak. Dan mereka tidak boleh mengambil maklum balas yang objektif tentang tingkah laku mereka. Contohnya mereka akan keberatan untuk mengasingkan diri daripada orang-orang yang mereka mahu sertai, sama ada daripada jantina yang sama atau bertentangan.
- 4 Mereka suka menjadi pusat perhatian yang melampau, kadang-kadang menyebabkan rakan-rakan mereka berasa malu.

Untuk membantu orang-orang yang mempunyai keperluan yang mendalam ini, kita bukan sahaja perlu mempunyai hati yang berbelas kasihan tetapi juga kebijaksanaan untuk mengetahui bagaimana untuk membantu mereka. Jika tidak kita juga akan terjebak dalam kitaran ganas kehidupan mereka. Kita sangat memerlukan bimbingan

kesabaran dan kuasa Roh Kudus untuk berjalan dengan mereka (jika itu adalah kehendak Tuhan), sehingga mereka kembali ke pangkuan-Nya yang berkekalan dan damai dalam kasih-Nya yang abadi. Bantulah mereka dengan berlandaskan doa yang dinyatakan dalam sajak berikut:

Dia Yang Setia

*Dia Yang Setia, tidak pernah berubah,
Dia Yang Kekal, Engkau adalah batu kedamaianku.
Tuhan semesta alam, aku bergantung pada Engkau.
Aku berseru kepada Engkau, lagi dan lagi,
Aku berseru kepada Engkau, lagi dan lagi.
Engkau adalah batu karangku dalam masa kesusahan,
Engkau mengangkatku ketika aku jatuh,
Meredah ribut, kasih-Mu adalah sauh.
Harapanku adalah Engkau sahaja.*

~ Brain Doerksen

**Berhenti sejenak untuk merenung
tentang apa yang anda telah baca.**

**Ingatlah untuk mendengar dari
kaunselor kita, Roh Kudus.**

Refleksi

1. Renungi kata-kata dalam sajak ini:

Penuhi Cawanku, Tuhan

Aku mencari seperti wanita di tepi telaga
Untuk perkara-perkara yang tidak dapat memuaskan.
Kemudian aku mendengar Penyelamatku berkata:
“Ambil dari telaga-Ku yang tidak akan kering.”

Penuhi cawanku, Tuhan.

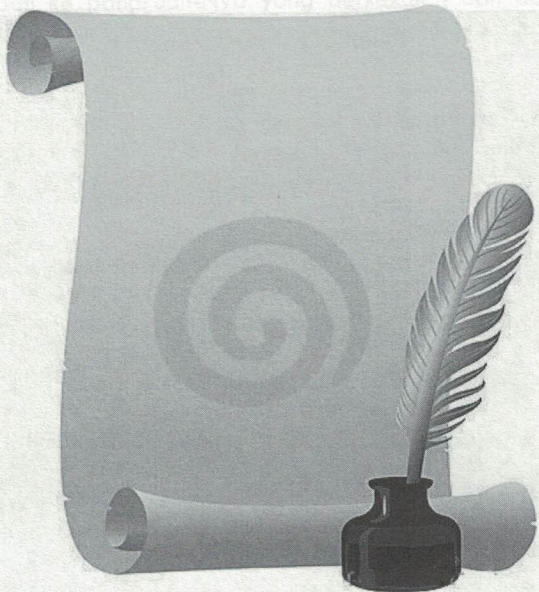
Aku mengangkatnya kepada-Mu, Tuhan,
Datanglah dan hilangkan dahaga jiwaku ini.
Roti Dari Surga, berikanku makan sehingga aku kenyang,
Penuhi cawanku, penuhilah ia
dan buatlah aku sempurna seluruhnya!

Berjuta-juta manusia di dunia ini yang mendamba
Keseronokan hal-hal duniawi
Namun tidak ada satu pun yang dapat menandingi
Khazanah menakjubkan yang ku temui
Dalam Yesus Kristus, Tuhanku.

Jadi, saudaraku,
jika perkara yang dunia ini berikan kepadamu
Meninggalkan kelaparan yang tidak akan berlalu.
Tuhanku yang penuh berkat akan datang
dan menyelamatkanmu
Jika engkau berlutut kepada-Nya
Dan merendah diri untuk berdoa.

~ Richard Blanchard

2. Apa yang Yesus Juruselamatku katakan kepadaku?



Rujukan

- 1 Steven Van Cleave, *Counseling for Drug Abuse and Addiction*; Walter Byrd & Kathy Revell, *Resources for Christian Counselling, Vol. 12* (Word Publishing, 1988)
- 2 J.A. Bernbaum & S.M. Steer, *Why Work? Career and Employment in Biblical Perspectives* (Baker, 1986)

- 3 Lee Bee Teik, *Kelesuan Emosi* (Wawasan Penabur Sdn Bhd, 2012)
- 4 MCARE: Malaysian Christian Association for Relief
- 5 Satu carta yang berguna terdapat dalam E.M. Jellinek, *Disease Concept of Alcoholism* (N.J. Hillhouse Prss, 1960). Maklumat kini boleh diperolehi dengan mudah melalui internet dan di perpustakaan-perpustakaan awam dan perubatan.
- 6 Lee Bee Teik, *Deepening Joy* (Pustaka SUFES, 1994)
- 7 Sandra D. Wilson, *Counseling Adult Children of Alcoholics*; Gary Collins, *Resources for Christian Counselling, Vol. 21* (Word Publishing, 1989). Buku ini mempunyai huraian yang sangat jelas tentang kesan alkohol kepada orang-orang yang ketagihan dan ahli keluarga mereka.
- 8 *Ibid*
- 9 S. Arteburn, Ann Arbour, *Addicted to Love* (Servant Publishers, 1991)
- 10 *Ibid*
- 11 Lori Thorkelson Rentzel, *Emotional Dependency* (IVP). Buku ini memberikan penerangan yang komprehensif dan cemerlang mengenai pergantungan emosi. Saya tahu ada pembaca yang telah dibebaskan dari ketagihan mereka selepas membaca buku ini.

**“Didiklah orang muda
menurut jalan yang patut baginya,
maka pada masa tuanya pun
dia tidak akan menyimpang
daripada jalan itu”.**
(Amsal 22:6)

Wawasan Penabur bekerja rapat dengan gereja-gereja berbahasa Malaysia untuk mengembang, menerbit dan menyebarkan bahan-bahan sumber Kristian dalam Bahasa Malaysia yang berasaskan Alkitabiah bagi kegunaan gereja dan umat Tuhan.

Diilhamkan oleh pemimpin-pemimpin Kristian lintas-denominasi, Wawasan Penabur adalah organisasi bukan untuk keuntungan yang komited untuk melayani umat Kristian berbahasa Malaysia di Malaysia.

