

PUJIAN UNTUK KETIKA CARA ANDA TIDAK BERHASIL

Kyle Idleman, salah satu penulis favorit saya, melakukannya lagi! Apakah Anda merasa putus asa atau lelah dan tidak tahu alasannya? Dalam *Ketika Cara Anda Tidak Berhasil*, Kyle menawarkan pertanyaan yang membantu pembacanya mengerti apa yang salah dan satu-satunya cara yang berhasil. Kyle mengingatkan kita bahwa Yesus lah yang paling kita butuhkan dan membantu kita menemukan hubungan yang lebih dalam dengan-Nya.

—**Jonathan Pokluda**, gembala utama Harris Creek Baptist Church, penulis buku laris, dan pembawa acara podcast *Becoming Something*

Di masa yang penuh dengan keputusan dan kecemasan yang terus-menerus, yang sangat kita perlukan bukanlah strategi baru untuk meningkatkan produktivitas, melainkan undangan untuk keintiman yang lebih dalam dengan Yang Mahakuasa. Terima kasih, Kyle, atas perpaduan indah antara kasih karunia dan kebenaran ini!

—**Ben Stuart**, gembala Passion City Church, Washington, DC, dan penulis *Single, Dating, Engaged, Married* dan *Rest & War*

“Kita berusaha keras untuk mengatur hidup kita dan mengendalikan emosi kita. Namun mekanisme penanggulangannya hanya membawa kita sejauh ini. Ketika berbagai tekanan hidup menimpa, ide-ide kita yang dibangun dengan baik mulai runtuh. Kita bereaksi bukannya merespons; kita merasa jengkel bukannya berbelas kasih; kita cenderung mengasingkan diri daripada terlibat dengan komunitas kita. Apa jawabannya? Memperdalam hubungan kita dengan Yesus. Kyle Idleman telah menulis sebuah buku yang brilian dan jujur tentang kehidupan, Yesus, dan bagaimana untuk tinggal lebih dalam di dalam Dia. Yesus adalah jawaban atas setiap pertanyaan dan solusi atas

setiap masalah. Kata-kata di halaman buku ini lucu, mudah dipahami, dan sangat menyingkapkan. Anda akan menyukai buku ini.

—**Susie Larson**, penulis buku laris, pembicara nasional,
dan pembawa acara radio bincang-bincang

“*Ketika Cara Anda Tidak Berhasil* adalah seruan tegas untuk berpegang teguh pada Pokok Anggur. Jujur saja, kita semua membutuhkannya. Eksegesis Kyle Idleman belum tentu revolusioner; tetapi transparansinya sendiri menempelak. Dia bukan seorang pendeta gereja besar yang berbicara dengan cara yang dogmatis, melainkan seorang peziarah yang terkepung dan merasa jengkel oleh kerinduannya sendiri untuk terhubung kembali dengan Yesus. Saya ikut, Kyle.¹

—**Mark E. Moore, PhD**, pendeta pengajar
di Christ’s Church of the Valley, Phoenix, Arizona

“Kyle Idleman berhasil. Buku ini akan menjadi pondasi bagi orang-orang. Inilah cara menuju kepuasan.

—**Brant Hansen**, pembawa acara radio, penulis *Unoffendable* dan *The Men We Need*, dan penyokong bagi CURE International Children’s Hospitals

Dalam Yohanes 15, Yesus memakai gambaran pohon anggur dan ranting-rantingnya untuk menjelaskan kebutuhan kita untuk terhubung erat dengan-Nya. Dalam *Ketika Cara Anda Tidak Berhasil*, teman saya Kyle Idleman membongkar bagian Firman yang kaya ini dan menjelaskan bagaimana terhubung dengan Yesus memberi kita tujuan, perspektif, dan kebebasan.

—**Jim Daly**, direktur Focus on the Family

* Catatan kaki Kyle sepadan dengan harga tiket masuknya. Melewatkannya seperti melewatkan gosip pendingin air di pesta Natal kantor.

KETIKA CARA
ANDA TIDAK
BERHASIL

-

WHEN YOUR
WAY ISN'T
WORKING

MENEMUKAN TUJUAN DAN KEPUASAN
MELALUI HUBUNGAN YANG DALAM DENGAN TUHAN

KYLE IDLEMAN


PUBLISHING
Menerangi dan Memberkati

*Kepada keluarga staf Tenggara saya—
setiap hari saya sangat bersyukur menyebut Anda
sebagai mitra dalam Injil
dan bersama-sama kita menjadi cabang Yesus.*

DAFTAR ISI

BAGIAN 1 – MENDIAGNOSA KETERPUTUSAN

BAB 1	Mendiagnosa Keterputusan	3
BAB 2	Dasbor Pemutus Hubungan	19
BAB 3	“Saya Tidak Berharap Menjadi Seperti Ini”	35
	<i>Tombol Putus Asa</i>	
BAB 4	“Saya Sudah Muak”	51
	<i>Pengukur Frustrasi</i>	
BAB 5	“Saya LELAH”	67
	<i>Alam Kelelahan</i>	
BAB 6	“Saya Tidak Tahu Apa yang Harus Dilakukan”	83
	<i>Peringatan Kecemasan</i>	

BAGIAN 2 – CARA KONEKSI

BAB 7	Menjadi Ranting	99
BAB 8	Diambil dan Dibersihkan	117
BAB 9	Cara Bonsai	133
BAB 10	Terjerat	149
BAB 11	Rasa Sakit yang Semakin Besar	167
BAB 12	Dicangkokkan dan Bertumbuh	183

BAGIAN 1

MENDIAGNOSA KETERPUTUSAN

*Di luar Aku kamu tidak dapat
berbuat apa-apa.*

—YESUS

MENDIAGNOSA
KETERPUTUSAN

“**A**ku punya teman seorang pelatih eksekutif. Aku rasa kau harus meneleponnya.”

Saran itu diberikan kepada saya oleh seorang teman yang menyadari bahwa cara saya tidak berhasil. Dia mengatakannya lebih ramah dari itu. Dia mengatakan kepada saya kira-kira seperti ini, “Akhir-akhir ini kau tidak menjadi dirimu sendiri.” Respons awal saya adalah gabungan sikap meremehkan dan defensif, namun jauh di lubuk hati, saya tahu dia benar.

Saya tidak pernah menjadi seseorang yang mudah putus asa. Saya jarang merasa terlalu stres atau cemas. Saya selalu bersemangat dan energik. i sepanjang hidup saya, tidak sulit untuk melihat potensi kebaikan dan menjaga perspektif positif. Namun beberapa bulan terakhir ini adalah bulan-bulan yang sangat menantang dan orang-orang di sekitar saya bisa melihat

bahwa saya sedang bergumul. Sementara itu, saya bergumul dengan kenyataan bahwa saya sedang bergumul, yang membuat pergumulan saya semakin menjadi sebuah pergumulan.

Orang-orang di sekitar saya harus *melihatnya* karena mereka tidak mendengarnya dari saya. Bukan bermaksud menyombongkan diri, tetapi saya sangat pandai dalam tidak meminta bantuan orang lain. Sepertinya sangat pandai dalam hal itu. Saya tidak mengatakan bahwa saya bisa bertahan lebih lama tanpa meminta bantuan dibandingkan Anda, namun fakta bahwa Anda bersedia membaca buku ini setidaknya merupakan indikasi bahwa saya lebih baik dalam tidak meminta bantuan dibandingkan Anda. Saya sudah lama memutuskan bahwa saya ingin menjadi seorang penolong, bukan seseorang yang membutuhkan pertolongan. Menjadi penyelamat jauh lebih menarik daripada menjadi orang yang diselamatkan. Tidak ada yang menonton Spider-Man dan berfantasi menjadi orang yang tergantung tak berdaya di balkon dengan harapan bisa diselamatkan.

Saya rasa, saya sulit meminta bantuan karena saya tidak suka dianggap lemah dan saya khawatir meminta bantuan akan dianggap cengeng. Jika ada satu hal yang membuat saya kesulitan, itu adalah orang dewasa, terutama laki-laki, yang merengek. Saya bahkan mempunyai sebuah ayat Alkitab untuk hal itu—Filipi 2:14: “Lakukanlah segala sesuatu dengan tidak bersungut-sungut dan berbantah-bantahan.” Saya biasa menempelkan ayat itu di dinding rumah saya dan di kantor saya, bukan sebagai pengingat bagi saya melainkan sebagai peringatan bagi semua orang. Jika Anda merasa frustrasi, lelah, kewalahan, stres, cemas, putus asa, atau depresi, nasihat saya cukup jelas: berhentilah merasa seperti itu dan lakukan sesuatu untuk mengatasinya.

Pendekatan itu berhasil dengan baik bagi saya—sampai ternyata tidak. “Jangan merengek; hadapilah” adalah cara saya menghadapi keputusan dan kekecewaan, namun semakin jelas bagi orang-orang di sekitar saya bahwa cara saya tidak berhasil.

Saran dari “pelatih eksekutif” datang pada saat saya tahu saya membutuhkan bantuan, meskipun saya tidak bersedia mengatakannya dengan lantang. Ironisnya, belakangan saya menyadari bahwa saya dikelilingi oleh orang-orang yang menyayangi saya dan tidak mau meminta bayaran atas bantuan tersebut. Tetapi rasanya lebih aman membayar orang asing, jadi saya membuat janji. Beberapa menit setelah pertemuan Zoom pertama kami, saya dikejutkan oleh kesadaran tentang “pelatih eksekutif” saya. Setelah berbicara dengannya beberapa saat, saya akhirnya tersadar seolah itu adalah akhir dari kartun Scooby-Doo. “Tunggu sebentar! Kau seorang terapis! Kau menyebut dirimu sendiri sebagai ‘pelatih eksekutif’ sehingga orang-orang sepertiku akan berbicara denganmu.”

Saya berbicara dengannya tentang perasaan saya, semampu saya. Tanpa disengaja, saya tiba-tiba memuntahkan banyak rasa frustrasi. Saya mengatakan kepadanya bahwa saya frustrasi dengan hal-hal yang terjadi di sekitar saya yang berada di luar kendali saya. Saya akui kepadanya bahwa meskipun saya tidak merasa lelah, saya benar-benar merasa tidak bertenaga. Saya mengakui kepadanya bahwa saya merasa semua yang saya lakukan hanyalah mengecewakan orang lain. Sebelum saya tahu apa yang terjadi, saya mulai membongkar:

Setiap orang mempunyai pendapat tentang apa yang harus saya lakukan dengan berbeda atau bagaimana saya bisa melakukannya dengan lebih baik.

Saya tidak bisa memposting apa pun di media sosial tanpa ada yang memasukkannya dalam hati dan menjadi tersinggung.

Daftar hal-hal yang perlu saya selesaikan terasa seperti beban yang terlalu berat, tetapi semakin banyak tugas yang ditambahkan ke daftar setiap hari.

Orang-orang yang paling saya sayangi selalu mendapatkan sisa tenaga dan waktu saya.

Saya berada di luar kendali saya. Saya tidak tahu apa yang saya lakukan, dan saya pikir semua orang di sekitar saya mulai menyadai dari hal itu.

Saya merasa semua orang membutuhkan sesuatu dari saya dan yang saya lakukan hanyalah mengecewakan mereka.

Untuk pertama kalinya dalam hidup saya, saya tidak merasa termotivasi atau terdorong. Saya pulang kerja dan hanya ingin berbaring di sofa dan menatap ponsel saya.

Meskipun saya tahu kasih karunia Tuhan, saya merasa seperti sedang mengecewakan-Nya. Entah mengapa Dia tidak menarik saya keluar dari permainan dan memasukkan orang lain ke dalamnya.

Saya merasa kecil hati, dan saya patah semangat karena merasa kecil hati, karena seharusnya sayalah yang menyemangati orang-orang yang patah semangat.

Ketika saya selesai, saya langsung merasa malu. Istri saya pasti bangga pada saya karena saya menunjukkan kerentanan, tetapi saya yakin saya terdengar lemah dan menyedihkan, mungkin cengeng—walaupun pada titik tertentu, saya mulai terdengar semakin kesal. Ada hal yang saya lakukan, alih-alih dengan rentan mengakui bahwa segala sesuatunya sulit dan saya butuh bantuan, saya malah bersikap kesal. Saya mengatakan kesal, tetapi sebagian orang mungkin mengatakan marah, tetapi marah pun sepertinya lebih baik daripada cengeng. Rasanya lebih kuat dan tidak terlalu tak berdaya.

Terapis saya kemudian menanyakan serangkaian pertanyaan kepada saya. (Hal ini mengingatkan saya saat pergi ke dokter utama saya, yang akan menanyakan daftar pertanyaan untuk menentukan apakah saya sehat.) Dia bertanya tentang jadwal saya: “Bagaimana tidurmu? Apa kau menjaga rutinitas yang konsisten?” Dia bertanya tentang hubungan saya: “Waktu seperti apa yang kau habiskan bersama istrimu? Seberapa terhubung kau dengan

anak-anakmu?” Dia bertanya tentang pertemanan saya: “Apa kau memiliki persahabatan yang sejati? Atau kau hanya memiliki teman dan rekan kerja?” Dia bertanya tentang dengan siapa saya jujur: “Kapan terakhir kali kau meminta seseorang untuk membantumu atau mendoakanmu?”

Saya mulai bersikap defensif. “Hmm ... saya sedang melakukannya sekarang, bro.”

Dan kemudian dia bertanya pada saya tentang hubungan saya dengan Yesus: “Seberapa terhubung perasaanmu dengan Dia dan berapa banyak waktu yang kau habiskan untuk berdoa dan membaca Alkitab. Apa kau berbicara dengan Yesus tentang hal-hal yang baru saja kau curahkan padaku?”

Saya ingin memberikan jawaban jujur atas semua pertanyaan ini. Saya ingin memberitahunya bahwa hidup saya terasa di luar kendali, sepertinya saya selalu berada di bawah air, berusaha menerobos permukaan dan menghirup udara segar. Saya ingin memberitahunya bahwa saya tidak bisa tidur nyenyak di malam hari karena saya tidak bisa mematikan daftar berbagai hal di kepala saya yang belum saya selesaikan hari itu. Saya ingin memberitahunya bahwa saya merasa kesepian dan tidak meluangkan waktu untuk orang-orang terdekat saya. Saya ingin mengatakan kepadanya bahwa saya belum berjalan sedekat yang saya inginkan dengan Yesus dan betapa saya merindukan Yesus.

Saya ingin mengakui bahwa cara hidup saya tidak berhasil, tetapi saya tidak mengatakan hal-hal itu. Sebaliknya, saya mulai menyalahkan orang dan keadaan yang tidak bisa saya kendalikan.

Setelah terapis saya menyelesaikan pertanyaannya dan saya menuliskan jawaban saya, dia mengajukan pertanyaan sederhana: “Menurutmu, apakah hal itu berhasil bagimu?”

Saya tidak percaya dia melontarkan pertanyaan “bagaimana hal itu berhasil untukmu?” pada saya. Itu adalah pertanyaan yang saya tanyakan pada orang lain. Saya tidak banyak melakukan konseling pastoral, namun ketika

saya melakukannya, saya hampir selalu bertanya, “Apakah hal ini berhasil bagimu?”

Seorang istri mencoba memberitahu suaminya apa yang perlu dia lakukan dengan berbeda ... Apakah itu berhasil baginya?

Seorang ayah telah bekerja selama enam puluh jam dalam seminggu dan putra remajanya semakin tak terkendali ... Apakah itu berhasil baginya?

Seorang wanita muda selalu aktif di media sosial dan semua orang menganggap hidupnya sempurna, namun dia berjuang melawan depresi ... Apakah itu berhasil baginya?

Anda terus bersorak untuk Detroit Lions ... Apakah itu berhasil bagi Anda?

Saya sudah menanyakan pertanyaan itu kepada pria paruh baya yang memiliki segalanya tetapi masih merasa hampa. Saya sudah menanyakannya kepada pecandu alkohol yang sedang berusaha melupakan perceraian. Saya sudah menanyakannya kepada wanita yang selalu terlihat tenang di luar tetapi merasa sepertinya hidupnya di luar kendali. Saya telah menanyakan hal ini kepada pendeta yang merasa bahwa tugasnya adalah membuat semua orang bahagia. Saya sudah menanyakan hal ini kepada CEO yang berhasil dalam pekerjaannya namun tidak tahu banyak tentang apa yang terjadi dalam kehidupan anak-anaknya.

“Apakah itu berhasil bagimu?” adalah pertanyaan yang saya ajukan kepada orang-orang yang perlu melakukan perubahan. Terapis saya menanyakannya dengan lebih lembut dan tidak terlalu pasif-agresif dibandingkan saya, tetapi saya sudah cukup menanyakan pertanyaan itu untuk mengetahui bahwa itu adalah pertanyaan retorik. Jawabannya sudah jelas sehingga tidak perlu diucapkan dengan lantang. Kami berdua tahu cara saya tidak berhasil. Saya dengan enggan akan membagikan lebih banyak tentang situasi saya kepada Anda di halaman selanjutnya. Namun saat kita memulai

perjalanan kita bersama, maukah Anda memulai dengan menanyakan pada diri sendiri pertanyaan yang sama: *Apakah itu berhasil bagimu?*

Pertanyaan tersebut mungkin terlalu umum, jadi izinkan saya menjelaskannya lebih spesifik. Luangkan waktu beberapa menit untuk memikirkan jawaban Anda atas pertanyaan-pertanyaan ini:

- Apakah orang-orang terdekat Anda akan mengatakan bahwa ketika mereka berbicara dengan Anda, Anda mendengarkan dengan baik?
- Apakah sulit untuk tertidur di malam hari? Apakah Anda bangun dengan perasaan lesu?
- Bagaimana Anda menghabiskan lima belas menit pertama di pagi hari?
- Apa hal terakhir yang Anda lakukan sebelum tidur di malam hari?
- Apa perikop terakhir dari Alkitab yang Anda baca dan renungkan?
- Rata-rata, berapa banyak waktu yang Anda habiskan dalam seminggu untuk melakukan suatu hobi?
- Apakah Anda terus-menerus mengabaikan tanggung jawab dasar seperti membayar tagihan atau membalas e-mail?
- Apakah Anda kesulitan menepati komitmen?
- Berapa banyak pesan yang belum dibaca atau belum dijawab yang Anda miliki saat ini?
- Jika Anda adalah orangtua, bisakah Anda memberitahu saya nama guru anak Anda?
- Apakah Anda lebih mudah tersinggung dan gampang kesal terhadap orang lain?¹
- Apakah Anda menghabiskan lebih banyak waktu di media sosial atau lebih banyak waktu untuk berdoa?
- Kapan terakhir kali Anda meminta bantuan seseorang?

¹ Jika Anda tidak yakin, tanyakan orang-orang yang dekat dengan Anda. jika Anda menjadi kesal karena mereka terlalu lama meresponi atau Anda tidak menyukai apa yang mereka katakan, Anda sudah tahu jawabannya.