

Tertawa sebagai anugerah: Memaknai Hidup Personal dan Mewujudkan Gereja yang Gembira

Laurentius Iswandir

Sekolah Tinggi Filsafat Teologi Widya Sasana

Email: iswandircm@yahoo.com

Recieved: 5 Oktober 2024; Revised:11 November 2024; Published: 19 Desember 2024

Abstract

There is a popular saying: *The world today is not okay*. Wars, mass disasters, and personal struggles have plunged humanity into a state of despair, suffering, and anxiety. In response to this reality, the Church is called to fulfill its mission to proclaim the good news, the Gospel (*euangelion* [Gr.]). The question arises: how can the Church embody its mission by presenting a face of joy and hope? This paper, focusing on laughter as a gift, aims to provide a paradigm and renewed awareness of the Church's vocation and mission. Employing qualitative methods based on literature studies, combined with phenomenological approaches and systematic theology, the study begins with examples from personal life experiences. It then explores the significance of laughter in Scripture and Tradition, examining its connection to the Church's mission. The findings reveal that laughter, smiles, and humor can serve as tangible expressions of the Church's identity as a bearer of good news.

Keywords: Gospel; good news; laughter; humor; grace; Church.

Abstrak

Ada ungkapan: Dunia saat ini tidak baik-baik saja. Perang dan bencana massal ataupun persoalan dan pergulatan hidup personal membawa dampak bagi manusia ke dalam masa yang suram, penuh derita dan kecemasan. Untuk membantu manusia dalam menghadapi situasi ini, Gereja dipanggil menurut perutusannya, untuk mewartakan kabar gembira, Injil (*euangelion* [yun.]). Pertanyaannya ialah bagaimana Gereja bisa mewujudkan panggilan dan perutusannya dengan

menghadirkan wajah yang gembira dan berpengharapan. Tulisan tentang tertawa sebagai anugerah bertujuan untuk memberi paradigma dan kesadaran kembali akan panggilan dan keputusan Gereja. Penulis menggunakan metode kualitatif dari studi Pustaka dengan gabungan metode fenomenologis dan teologi sistematis. Diawali dengan mengambil contoh fenomena pengalaman hidup personal dan dilanjutkan dengan melihat makna tertawa dalam Kitab Suci dan Tradisi dalam hubungannya dengan hakikat keputusan Gereja. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tertawa, senyum dan humor dimungkinkan untuk menjadi tampilan wajah Gereja dalam mewujudkan perutusannya sebagai pewarta kabar gembira.

Kata kunci: Injil; kabar gembira; tertawa; humor; anugerah; Gereja.

1. Pendahuluan



Wajah kanak-kanak Yesus bersama Bunda Maria tertawa lepas. Tatkala melihat gambar tersebut, suasana batin ikut tergerak, terdesir rasa senang dan tursulut semangat kegembiraan. Ternyata hanya dari melihat tampilan gambar saja sudah cukup mempengaruhi kondisi batin, apalagi kalau berhadapan langsung dengan orang yang tertawa gembira atau bahkan ikut dalam kebersamaan tawa itu, pastilah hidup akan terasa diubah dengan warna sukacita. Namun dalam kenyataannya, hidup itu penuh dinamika dan tantangan, bahkan tak jarang penuh dengan beban dan kesulitan. Masihkah orang bisa tertawa?

Beberapa waktu lalu Paus Fransiskus bertemu dengan lebih dari 100 komedian dari 15 negara di Vatikan dan meminta kepada mereka, untuk membantunya dalam mewujudkan dunia yang lebih baik.¹ Paus melihat bahwa situasi dunia tidak sedang baik-baik saja. Namun hal itu tidak berarti, bahwa orang harus tenggelam dalam wajah muram dan kehilangan kegembiraannya. Maka pemimpin Gereja ini mengajak para komedian untuk memberi semangat kepada masyarakat dalam memaknai hidup manusia dan gejolak dunia ini dari sudut pandang komedi atau humor, sehingga dalam situasi apa pun diharapkan bahwa orang tetap bisa tertawa. Dalam pertemuan itu, Paus mengatakan: „Anda semua membuat orang-orang tersenyum, memberikan secercah kebahagiaan,

¹ <https://www.vaticannews.va/en/pope/news/2024-06/pope-to-comedians-help-us-to-dream-of-a-better-world.html>.

meskipun sedang berada di masa-masa sulit. Kalian menyatukan dunia karena tertawa itu menular.”²

Tertawa³ itu mudah dilakukan. Namun dalam kenyataannya terdapat sekian banyak orang yang tak bisa melakukannya dengan mudah. Masa-masa sulit bisa mengakibatkan mereka mengalami stress dan depresi, tak lagi bisa tertawa dan ujungnya malah dorongan untuk mengakhiri hidup lewat bunuh diri. Bagaimana Gereja harus menghayati dan menampakkan panggilannya dalam menghadirkan diri sebagai pembawa kabar gembira?

2. Belajar dari Pengalaman St. Louisa de Marillac

Setiap orang memiliki keterbatasan dan kekurangan. Orang kristiani dapat belajar dari sejarah kehidupan orang kudus, yang darinya bukan hanya karyanya yang hebat yang mau diteladani, tetapi juga dari pengalamannya bisa keluar dari keterbatasannya. Dari kehidupan St. Louisa de Marillac (1591-1660), orang dapat belajar agar tidak tenggelam dalam keterbatasannya dan mampu berubah menjadi pribadi yang peduli bagi sesama. Apakah keterbatasan hidup St. Louisa dan bagaimanakah ia mengatasinya?

a. Menerima dan Mengolah Pengalaman „Suram“⁴

Gereja menjadikan St. Louisa sebagai teladan dalam karya cinta kasih bagi sesama khususnya orang-orang miskin. Penegasan atas keteladanan ini dikuatkan oleh Paus Yohanes XXIII melalui surat *Omnibus Mater* (Ibu untuk semua orang), dimana St. Louisa bersama dengan St. Vincentius a Paulo dinyatakan sebagai pelindung karya sosial kristiani. Juga bersama St. Vincentius, ia mendirikan tarekat *Suster Puteri Kasih* yang mendedikasikan karyanya pada pelayanan kasih terutama kepada orang-orang miskin.⁵ Yang menakjubkan ialah bahwa karya-karya besar dalam cinta kasih ini bisa mengalir dari seorang pribadi yang memiliki pengalaman kekurangan kasih.

St. Louisa de Marillac lahir pada tanggal 12 Agustus 1591 di Le Meux dekat Paris, Perancis. Bisa dikatakan bahwa ia kurang mendapatkan kasih sayang

² <https://www.kompas.id/baca/internasional/2024/06/16/paus-fransiskus-dunia-membutuhkan-komedi>.

³ Akhir-akhir ini tema tentang „tertawa“ menjadi bahasan studi dan subjek penelitian dari berbagai bidang ilmu. Masing-masing memakai metode dan memiliki perspektifnya sendiri. Bidang medis memperhatikan soal mekanisme tubuh, sosiologi mengamati dari aspek sosial, psikologi mengkaji dari unsur kejiwaannya, dll. Bdk. Lühl, Max: *Lachen als anthropologisches Phänomen. Theologische Perspektive*, (Berlin 2019). Bdk. R. A. Martin, *Sense of humor* dalam S. J. Lopez, & C. R. Snyder (eds.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (pp. 313-326), (Washington DC 2003).

⁴ Bdk. Mariana, Yohanes I Wayan, dkk (Eds): *Pengharapan di masa yang suram*. Prosiding seri Filsafat Teologi Widya Sasana, (Malang 2021).

⁵ Sister Vincent Regnault DC, *Saint Louise de Marillac. Servant of the Poor*, (Illinois 1983), 31.

terutama dari ibunya, karena ia tidak mengetahui dan tidak mengenal identitas ibunya. Louisa dilahirkan sebagai puteri dari bangsawan Perancis Louis de Marillac di luar nikah dan ia tidak mengenal identitas ibunya.⁶ Betapa hal ini bisa membuatnya mengalami krisis identitas. Hal ini menjadi derita batin Louisa, sebuah pengalaman personal-eksistensial yang tak membahagiakan. Kekurangan kasih dari ibunya membuat masa kecilnya disebut sebagai “masa kurang senyum”⁷. Tak heran bahwa biografi mengenai St. Louisa banyak menampilkannya sebagai pribadi yang skrupel, cepat merasa bersalah, melankolis, murung, cemas dan ragu-ragu.

Namun begitu, Sr. Elizabeth Charpy PK yang telah menghabiskan waktu selama 20 tahun dalam meneliti dan menulis tentang St. Louisa mengatakan dalam sebuah artikel berjudul „*St. Louise de Marillac: a woman who loved to laugh*” bahwa St. Louisa merupakan seorang wanita yang penuh dengan vitalitas dan yang suka tertawa.⁸ Dalam artikel tersebut, Mgr. Jean Calvet juga menegaskan pernyataan dari Sr. Elisabeth Charpy dengan menggambarkan, bahwa St. Louisa sebagai wanita yang „menawan dan jenaka”. Ia adalah seorang wanita yang hangat, penuh kasih dan gembira, seorang wanita dengan kepribadian dan karakter yang kuat.

Perubahan diri dari wajah murung menjadi ceria dan bisa tertawa, tentu bukan terjadi secara otomatis, melainkan melalui proses pengolahan hidup dan kemauan yang sungguh-sungguh. Proses ini dibahasakan oleh Rm. Joseph I. Dirvin CM, yang menulis buku tentang Louise de Marillac,⁹ sebagai pemurnian yang indah dalam tungku penderitaan. Tentu bukan perkara mudah untuk melihat kekurangan dan keterbatasan diri. Namun ia dibantu untuk menerima kenyataan hidup dari latar belakangnya, mengampuni masa lalu dan mengarahkan diri pada realitas masa depan dalam pelayanan kasih. Rm. Joseph menggambarannya sebagai Tuhan telah mempersiapkannya untuk melayani.

Dari St. Louisa orang dapat belajar, bahwa pengalaman hidup yang suram tak selalu menenggelamkan pribadi seseorang pada wajah yang muram. Namun apabila diolah dengan baik untuk mengatasinya, maka ia akan mampu untuk memandang hidupnya dari sudut pandang humor, mampu menertawakan diri sendiri. Ia akan berubah menjadi pribadi yang mampu menampilkan wajah senyum dan tawa. Dan lebih dari itu, senyum dan tawa itu mengalir dari hati yang penuh belas kasih dan peduli pada sesama.

⁶ Sr. Anna Wiwiek Soepraptiwi PK, *Maria dalam hidup Rohani Santa Luisa*, (Malang 2004), 14.

⁷ F.X. Armada Riyanto: *Teks Liturgi Misa Vinsensian*, Surabaya 2004, 29.

⁸ <https://svdpseattle.org/wp-content/uploads/2017/05/Reflection-on-Louise-de-Marillac.pdf>.

⁹ Joseph I. Dirvin CM, *Louise de Marillac*, (New York 1970).

b. Mengalami Persahabatan dan Bimbingan

Proses pengolahan hidup St. Louisa dalam mengubah dirinya dari pemurung menjadi pribadi yang murah senyum tak bisa dilepaskan dari pengalamannya menemukan sahabat dan mendapat bimbingan dari St. Vincentius a Paulo. Dalam diri Vincentius ditemukan pribadi yang hadir sebagai sahabat dan sekaligus pembimbing. Dia dapat menjadi tempat yang baik, yang kepadanya Louisa dapat menceritakan berbagai pengalaman hidupnya, baik pengalaman personal dari kehidupan pribadinya maupun pengalaman dalam pelayanan. Dalam suratnya kepada Vincentius tahun 1640, ia berbicara secara personal tentang anaknya Michel: “Romo, dengan rendah hati saya mohon kepada Anda, demi kasih Tuhan, untuk bisa berbincang pagi ini, karena saya harus memberikan jawaban kepada anak saya, yang seharusnya datang menemui saya hari ini.”¹⁰ Dalam suratnya pada bulan Juli 1639, Louisa berbicara tentang kesehatannya sendiri dan kebutuhan para Susteranya: „Romo, saya tidak tahu apa yang harus saya katakan tentang kesehatan saya; tetapi saya dapat meyakinkan Anda bahwa, pertama-tama, saya harus berbicara dengan Anda tentang kebutuhan beberapa Suster. Sr. Charlotte ada di sini dan sudah lama sakit.”¹¹ Dalam suratnya tanggal 5 Juni 1627, ia mengatakan kepada Vincentius: „Saya berharap Anda memaafkan kebebasan saya untuk membuka kepada Anda ketidaksabaran jiwa saya... Karya cinta kasih yang Anda berikan kepada saya telah selesai; bila Yesus memerlukan para anggota dan bila Anda menghendaki demikian, Romo, saya akan mengirimkannya kepada Anda; tetapi saya tidak akan melakukan hal itu tanpa perintah Anda.”¹² Dari tiga surat ini saja orang dapat menilai kedekatan dari sebuah persahabatan antara Louisa dan Vincentius, bahwa Louisa begitu terbuka untuk menceritakan apa saja yang menjadi pergumulannya dan meminta Vincentius untuk mengarahkannya. Di sisi lain, Vincentius menjadi pendengar yang baik bagi Louisa dan sungguh berusaha untuk membimbingnya.

Dalam suratnya pada Mei 1631, Vincentius memberi teguran kepada Louisa dan mengingatkan: „Sehubungan dengan ujian batin yang menyebabkan Anda tidak menerima Komuni Kudus hari ini, Anda membuat keputusan yang agak buruk. Tidakkah Anda melihat dengan jelas bahwa ini adalah godaan? Dan haruskah Anda dalam hal ini memberikan keuntungan kepada musuh Perjamuan Kudus? Menurut Anda, apakah Anda akan menjadi lebih mampu mendekat kepada Tuhan dengan menarik diri dari-Nya dibandingkan dengan mendekati-Nya? Oh! tentu saja, itu hanya ilusi!”¹³ Sebelum tahun 1632, Vincentius juga mengirimkan surat kepada Louisa dengan memberi nasihat: “Mohon sekali lagi dan untuk seterusnya, jangan memikirkannya sampai Tuhan kita menyatakan

¹⁰ Louise de Marrillac, *Letter 24*, dalam: Marie Law DC, Sister Helen (transl.): *Letters of St. Louise de Marillac*, (Maryland 1972), 30.

¹¹ Louise de Marrillac, *Letter 10*, ebd., 18.

¹² Louise de Marrillac, *Letter 1*, ebd., 7-8.

¹³ CCD I, *Correspondence no. 69: To Saint Loiuise*, (May 1631), 108.

dengan jelas bahwa Dia menghendaknya... Kita menginginkan banyak hal baik dengan keinginan yang tampaknya berasal dari Tuhan, namun hal itu tidak selalu berasal dari-Nya. Tuhan mengizinkan seperti itu untuk mempersiapkan jiwa menjadi apa yang kita idamkan."¹⁴ Dari kedua contoh surat ini orang bisa melihat, betapa Vincentius memahami apa yang menjadi kecenderungan dari Louisa dan berusaha untuk membimbingnya pada jalan yang baik. Pemahaman ini mengandaikan keterbukaan yang didasari oleh rasa percaya.

Dari pengalaman St. Louisa ini orang bisa belajar untuk tidak larut dalam kesepian, stress dan depresi yang akhirnya berujung pada kemungkinan bunuh diri; sebaliknya ia berusaha untuk menemukan sahabat dan pembimbing, yang kepadanya ia dapat percaya dan bisa bercerita secara terbuka berbagai pengalamannya. Dengan persahabatan dan bimbingan, seseorang bisa menemukan kegembiraan baru dalam hidupnya.

c. Menemukan Kekuatan dalam Hidup Rohani

Tidak dikenalnya identitas ibu kandungnya sendiri membuat St. Louisa kehilangan kasih seorang ibu insani. Terdapat sebuah lubang kosong dalam sejarah hidupnya. Maka untuk menutupi lubang kekosongan kasih dari ibu insani ini, ia mengisi dan memenuhinya secara rohani-spiritual lewat devosi yang sangat kuat kepada Bunda Maria. Di hadapan Maria, ia sungguh memposisikan sebagai anak yang haus akan belaian kasih dari sang Bunda. Dan lebih dari sekedar mencari pemenuhan kasih dari sosok ibu, St. Louisa memandang Bunda Maria sebagai sosok teladan dalam mengikuti Kristus. Bagi Louisa, Maria adalah orang Kristen pertama yang membaktikan diri secara luar biasa kepada rencana Allah. Seperti dalam Konstitusi tarekat Suster Puteri Kasih art. I.12 disebutkan: "Dia adalah teladan sempurna untuk mereka yang mendengarkan sabda Tuhan dan menyimpannya, dialah hamba yang rendah hati dan setia."¹⁵

Gambaran tentang Maria dihayati oleh Louisa sesuai dengan bimbingan dari Vinsensius, yang melihat Maria secara nyata, pada tempat yang konkret dalam hidup sehari-hari, bukan pada sebuah ilusi di awang-awang atau fantasi yang jauh di atas awan. Vinsensius menghendaki agar Louisa dan para Susterinya bisa sampai kepada Kristus melalui kesederhanaan dan cinta, tanpa membebani kehidupan rohani dengan banyak devosi yang berlebihan. St. Vinsensius pernah mengatakan kepada para Suster Puteri Kasih, bahwa Tuhan ingin agar mereka sampai kepada-Nya melalui cinta kita; sehingga ia mengingatkan agar mereka

¹⁴ CCD I, *Correspondence no. 71: To Saint Louise*, (Before 1632), 111.

¹⁵ Konstitusi Puteri Kasih, Roma 1983.

jangan membelenggu diri dengan terlalu memperhatikan bentuk-bentuk devosi yang berlebihan.¹⁶

Kedekatan dengan Maria sebagai „Bunda“ itulah yang mentransformasi kepribadian Louisa dari pemurung menjadi periang. Secara insani-jasmani ia mengalami kekurangan cinta dari ibu biologisnya; maka secara rohani-spiritual dalam kontemplasi pada Maria sebagai Bundanya telah mengisi kekosongan di relung hatinya dengan kepenuhan cinta adikodrati. Kepenuhan cinta dan harapan telah mengubah hidupnya dari kesedihan menjadi sukacita, dari muka cemas dan sendu menjadi wajah berseri, ceria dan senyum atau pun tertawa. Dari sini orang bisa belajar, bahwa hidup rohani bisa menjadi kekuatan yang dahsyat untuk membebaskan manusia dari kelemahan dan keterbatasan insani menuju perwujudan kebaikan yang dikehendaki Allah.

3. Mewujudkan Gereja yang Gembira

Berdasarkan panggilannya, Gereja diutus untukewartakan kabar gembira. Namun bahasa pewartaan Gereja tak jarang terasa kurang berimbang: lebih menitikberatkan misalnya dosa dan penghakiman daripada pengampunan dan belaskasih, sehingga tanpa disadari, Gereja pun cenderung menampilkan wajah kesenduan daripada keceriaan dan tawa. Bagaimana kemudian Gereja bisa kembali menampilkan wajah keceriaannya?

a. *Larangan Tertawa*

Meskipun tertawa umumnya dipahami sebagai ungkapan kegembiraan dan kebahagiaan, namun dalam sejarah Kekristenan terdapat momen-momen dimana tertawa dianggap ambivalen, sehingga secara moral atau disiplin spiritual patut dipertanyakan. Salah satu sumbernya diambil dari Kitab Kejadian, dimana Sara tertawa pertama-tama bukan sebagai ungkapan kegembiraan, tetapi berupa ejekan atau ungkapan sinisme. Ia ragu dan tidak percaya, ketika Allah menjanjikan kepadanya seorang anak di usia tuanya (Kej. 18:12-15). Janji itu terasa seperti omong kosong, tidak mungkin dan menggelikan. Namun apa yang bisa ia katakan, bila Tuhan sungguh-sungguh memenuhi janjinya itu? Tatkala Ishak lahir tertawa Sara berubah dari yang berisi ejekan karena keragu-raguan dan ketidakpercayaan menjadi tertawa penuh sukacita. Contoh ambivalensi ini menyebabkan berbagai interpretasi mengenai tertawa.

Bapa Gereja St. Augustinus (354-430 M) mengkritisi ekspresi tertawa berlebihan dan tak terkontrol, yang dianggapnya sebagai hilangnya kendali atas

¹⁶ Bdk. CCD X, *Conference no. 107: Order of day, Arts. 16-17*, (December 8, 1658), 497-500. Bdk. Wiwiek Soepratiwi PK, Sr. Anna: Maria, Op. Cit., 36.

pikiran. Dalam karyanya *De Civitate Dei (Tentang Kota Allah)* buku II bab 8,¹⁷ ia menyoroti soal pertunjukan teater dalam budaya Romawi yang sering mengundang tawa, dipandang sebagai hiburan yang dapat membawa manusia lebih dekat pada kecemaran moral dan mengalihkan perhatian dari kehidupan rohani yang sejati. Pada zaman dahulu memang teater sempat dilarang bagi umat Kristen, karena dianggap mengundang tawa dan emosi berlebihan yang tidak sesuai dengan spiritualitas Kristen yang serius. Juga dalam karya yang sama pada buku XIV bab 20,¹⁸ Agustinus memandang negatif ekspresi tertawa berlebihan dari perilaku yang tidak bermoral seperti penggunaan kata-kata jorok dan hasrat duniawi, contoh konkret yang ditunjukkannya ialah mengenai hubungan seksual di depan umum. Mereka yang tertawa hanya karena kesenangan duniawi dan tidak bermoral dianggapnya tidak memahami tujuan hidup yang sejati. Tertawanya mencerminkan kegembiraan yang bersifat sementara dan tidak mendalam. Pandangan ini selaras dengan tradisi monastik awal sebagaimana halnya para biarawan di gurun Mesir yang memandang tertawa sebagai tanda kurangnya keseriusan spiritual. Tertawa dianggap ekspresi kesenangan duniawi yang dapat mengganggu pikiran dan hati untuk fokus pada Tuhan dalam doa dan kontemplasi. Bagi Agustinus tertawa bisa menjadi ekspresi kebahagiaan yang wajar, bila sejalan dengan nilai-nilai moral yang benar dan tidak mengarah pada dosa. Santo Yohanes Chrisostomus (347-407) pun dalam kumpulan homilinya khususnya homili ke-18 mengingatkan, bahwa tertawa berlebihan bisa merusak disiplin rohani dan menjauhkan seseorang dari kesucian.¹⁹

Dalam Kekristenan di awal abad pertengahan terdapat anggapan bahwa tertawa diasosiasikan dengan dosa, godaan duniawi dan kelemahan moral. Seperti misalnya dalam aturan biara monastik Benediktin yang dibuat oleh pendirinya Benediktus dari Nursia (480-547). Benediktus melarang tertawa bagi para anggota biaranya: “*Scurrilitates vero vel verba otiosa et risum moventia aeterna clausura in omnibus locis damnamus et ad talia eloquia discipulum aperire os non permittimus*” (Regula Benedicti, VI/6).²⁰ Aturan itu dapat diterjemahkan sebagai berikut: „Adapun canda atau kata-kata sia-sia yang memancing tertawa, kami larang sepenuhnya di setiap tempat; kami juga tidak mengizinkan seorang murid membuka mulutnya untuk percakapan semacam itu“. Larangan tertawa ini terdapat dalam aturan biara mengenai keheningan (*De taciturnitate*). Untuk

¹⁷ Bdk. Augustini: *De civitate Dei, Libri II*, dalam: <https://www.thelatinlibrary.com/augustine/civ2.shtml>.

¹⁸ Bdk. Augustini: *De civitate Dei, Libri XIV*, ebd.

¹⁹ Bdk. Johannes Chrysostomus: *Homilies*, dalam: https://www.documentacatholicaomnia.eu/03d/0345-0407,_Iohannes_Chrysostomus,_Homilies_on_The_Gospel_of_John,_EN.pdf.

²⁰ Regula Sancti Benedicti, *The rule of St. Benedict*, tr. Luke Dysinger, O.S.B.; Source Books (March 1997) ISBN-10: 0940147270, [https://www.academia.edu/9074928/The Rule of St Benedict Latin and English](https://www.academia.edu/9074928/The_Rule_of_St_Benedict_Latin_and_English).

menekankan tema itu Benediktus mengutip beberapa teks Kitab Suci: “Aku hendak menjaga diri, supaya aku jangan berdosa dengan lidahku; aku hendak menahan mulutku dengan kekang selama orang fasik masih ada di depanku. Aku kelu, aku diam, aku membisu” (Mzm 39:1-3). “Dalam banyak bicara pasti ada pelanggaran, tetapi siapa yang menahan bibirnya, berakal budi” (Ams 10:19); “Hidup dan mati ada di dalam kuasa lidah” (Ams 18:21). Ia menegaskan kepada para anggota biaranya untuk tidak tertawa berlebihan dan tanpa kendali, alasannya karena ada tertulis bahwa orang bodoh meninggikan suaranya saat tertawa: “*quia scriptum est: Stultus in risu exaltat vocem suam.*” (Regula Benedicti, VII/59). Dalam aturan-aturan tersebut mau ditekankan, bahwa biarawan yang cerdas harus bersikap bijaksana, hidup saleh, penuh pertimbangan, dan bisa mengontrol diri dalam askese terutama dalam hal kata-kata dan tertawa. Santo Benediktus berargumen, bahwa tertawa yang keras atau berlebihan tidak sejalan dengan keseriusan hidup monastik, yang seharusnya ditandai dengan keheningan, kerendahan hati dan pergumulan batin.

Seorang peminat tradisi Alois Döring²¹ (1949-2023), yang menulis disertasinya *Wallfahrt und Frömmigkeit* (Ziarah dan Kesalehan), dalam seminarnya menyinggung tentang larangan tertawa dalam Gereja sebagaimana digambarkan dalam novel *The name of the rose* karya Umberto Eco, yang kemudian difilmkan pada tahun 1986. Novel itu mengangkat sebuah konteks hidup di biara Benediktin di awal abad ke-14. Seorang biarawan Fransiskan William von Baskerville dan seorang novisnya datang ke biara tersebut untuk membantu penyelidikan atas kasus kematian yang misterius dari anggota biara itu. Rupanya di perpustakaan biara itu terdapat buku-buku sastra, puisi dan komedi yang bisa membuat orang tertawa. Karena percaya bahwa tawa dan candaan dianggap berbahaya dan dipercaya sebagai alat Iblis, maka seorang biarawan tua yang fanatik di biara itu Jorge dari Burgos meracuni halaman-halaman buku tersebut, supaya tidak dibaca dan disebar. Isi buku-buku tersebut dianggap bertentangan dengan doktrin kesalehan kristiani yang ketat. Saat orang memegang dan membalik halaman-halaman buku itu, ada saatnya ia membasahi jari-jari dengan menempelkan pada lidahnya, maka pada saat itulah racun-racun itu akan tertelan dan ia akan mati. William akhirnya menyimpulkan, bahwa semua orang yang meninggal itu telah membuka untuk membaca buku-buku yang telah diracuni tersebut.

Namun di abad pertengahan terdapat pula para teolog yang memandang tertawa secara positif sebagai manifestasi kebahagiaan, namun dengan catatan asalkan hal itu dilakukan menurut aturan akal budi, tidak melanggar norma moral dan tidak mengarah pada dosa atau perilaku berlebihan. St. Thomas Aquinas

²¹ Beberapa karya Alois Döring: 1) *Glockenbeiern im Rheinland. Beiträge zur rheinischen Volkskunde* (1988), 2) *Heilige Helfer: Rheinische Heiligenfeste durch das Jahr* (2009), 3) *Dem Licht entgegen. Winterbräuche zwischen Erntedank und Maria Lichtmess* (2010).

(1224-1274) dalam karyanya *Summa Theologica* pada pembahasannya mengenai kebajikan *eutrapelia* melihat pentingnya penyegaran jiwa dengan cara sesekali bersantai dan menikmati percakapan atau permainan yang menyenangkan (II-II, q.168,a.2).²² Dalam kebajikan *Eutrapelia* manusia dianggap perlu memiliki kepiawaian berhumor yang cerdas, kemampuan untuk menikmati hiburan atau rekreasi yang sehat dan bermartabat, tanpa mengarah pada keburukan moral. Tertawa mencerminkan harmoni antara tubuh dan jiwa, yang membutuhkan keseimbangan antara kerja keras dan waktu bersantai, istirahat dan relaksasi. Keseriusan yang berlebihan dianggap merugikan, sedangkan kelalaian yang berlebihan juga harus dihindari. Dengan demikian, tertawa dapat menjadi tindakan yang baik jika sesuai dengan situasi, dilakukan secara moderat dan tidak berlebihan.

Larangan tertawa dalam sejarah gereja Kristen memang pernah menjadi bagian dari pandangan teologis dan disiplin spiritual tertentu, namun hal itu bukanlah pandangan universal. Salah satu argumen dari larangan itu adalah bahwa dalam Kitab Suci Perjanjian Baru tak pernah diberitakan Yesus tertawa. Juga dalam Perjanjian Lama jarang ditonjolkan soal ekspresi tertawa. Namun argumen berbeda menyanggahnya: memang tidak diberitakan Yesus tertawa, akan tetapi bisa diasumsikan bahwa Yesus pasti pernah tertawa, misalnya di masa kecilnya atau saat perjamuan di Kana dalam suasana pesta kegembiraan dan kebahagiaan. Pada Abad Pertengahan, terutama di Jerman dan wilayah Eropa lainnya, terdapat pula kebiasaan *risus paschalis* (jerman: *Osterlachen*, paskah tertawa), tradisi humor dalam liturgi perayaan Paskah.²³ Tradisi ini didasarkan pada gagasan bahwa kebangkitan Kristus membawa kegembiraan luar biasa, yang harus dirayakan secara nyata dengan penuh sukacita, konkretnya tertawa. Dalam suasana itu Uskup atau imam menyisipkan lelucon atau cerita humor dalam khotbah Paskah untuk menghibur umat dan membuat mereka tertawa. Sampai saat ini tradisi “Paskah tertawa” ini masih dipraktekkan di banyak tempat.²⁴

b. Tertawa sebagai Anugerah

Dalam berbagai studi menunjukkan, bahwa tertawa memiliki manfaat yang luar biasa untuk kesehatan fisik, mental dan sosial. Secara fisik tertawa dapat meningkatkan fungsi jantung dan memperkuat sistem imun, bahkan dipercaya, bahwa banyak tertawa akan membuat orang lebih awet muda. Secara mental tertawa dapat mengurangi stress dan menghindarkan depresi. Secara sosial tertawa dapat meningkatkan kreativitas dan memperkuat hubungan antar

²² St. Thomas Aquinas: *The Summa Theologiae*, trans. by Fathers of the English Dominican Province, dalam: https://www.documentacatholicaomnia.eu/03d/1225-1274,_Thomas_Aquinas,_Summa_Theologiae_%5B1%5D,_EN.pdf.

²³ Madeleine Spendier: *Das Osterlachen in der Messe – mehr als nur Gelächter?*, dalam: <https://www.katholisch.de/artikel/52230-das-osterlachen-in-der-messe-mehr-als-nur-gelaechter>.

²⁴ <https://www.youtube.com/watch?v=tTuZxII1CEAg>.

individu. Dari hal-hal positif ini dapatlah kita katakan, bahwa tertawa adalah sesuatu yang baik. Dalam iman kristiani, segala sesuatu yang baik itu selalu berasal dari sumber kebaikan, yaitu Allah sendiri. Oleh sebab itu tertawa bisa dikatakan sebagai anugerah.

Dalam teologi kristiani, tertawa bukanlah sekedar suatu ekspresi reaksi terhadap sebuah lelucon atau sesuatu yang mengengangkan, namun lebih-lebih sebuah refleksi atas sukacita yang berasal dari karya Allah. Contoh yang dapat kita lihat lagi adalah kisah Sara, yang tertawa sebagai respons atas karya Allah.²⁵ Sara berkata, “Allah telah membuat aku tertawa; setiap orang yang mendengarnya akan turut tertawa karena aku.” (Kej. 21:6). Tertawa Sara adalah ungkapan sukacita yang mendalam atas kelahiran Ishak, yang merupakan penggenapan janji setia Allah. Ketika Sara benar-benar melahirkan anak laki-laki sesuai dengan janji Tuhan, Abraham pun menamai anaknya “Ishak” (Kej 21:3), artinya “ia tertawa”. Kuasa Tuhan sungguh terjadi melampaui kemustahilan yang dipikirkan oleh manusia.

Karya agung Allah sungguh membawa sukacita dan terekspresikan secara konkret melalui tertawa, sebagaimana diungkapkan oleh Pemazmur: „Pada waktu itu mulut kita penuh dengan tertawa, dan lidah kita dengan sorak-sorai. Pada waktu itu berkatalah orang di antara bangsa-bangsa: Tuhan telah melakukan perkara besar kepada orang-orang ini!“ (Mzm 126: 2-3). Tuhan Ia telah mengerjakan perbuatan-perbuatan Ajaib, menunjukkan kuasa-Nya besar dalam banyak peristiwa. Di hadapan pada kenyataan itu semua manusia hanya bisa terpesona dan tertawa penuh sukacita.

Dalam iman dan teologi kristiani, tertawa tak bisa dilepaskan dari kuasa dan karya Tuhan bagi manusia. Dalam hidup beriman, manusia menyandarkan hidupnya ke dalam tangan dan kuasa Tuhan yang penuh kasih. Memang ada masa-masa sulit dimana manusia harus berjuang dengan keras, namun umat beriman juga menyadari bahwa ada saat-saat dimana Tuhan memberi pertolongan. Semua itu dirangkum dalam penghayatan iman *omnia tempus habent*, semua itu ada waktunya: “Ada waktu untuk menangis, ada waktu untuk tertawa; ada waktu untuk meratap, ada waktu untuk menari.” (Pkh 3:4).

Paus Fransiskus yang dikenal dengan selera humor dan keterbukaannya terhadap tawa, sejak awal masa kepemimpinannya sering menekankan pentingnya sukacita dalam hidup beriman. Dalam seruan Apostolik *Evangelii Gaudium*,²⁶ ia memberi pesan kuat: “Sukacita Injil memenuhi hati dan hidup semua orang yang menjumpai Yesus. Mereka yang menerima tawaran

²⁵ Christian Pure Team: *Die Bedeutung des Lachens für den christlichen Glauben*, dalam: <https://christianpure.com/de/learn/laughter-in-the-bible/>.

²⁶ Paus Fransiskus: *Evangelii Gaudium*, dalam: <https://www.dokpenkwi.org/wp-content/uploads/2017/08/Seri-Dokumen-Gerejawi-No-94-EVANGELII-GAUDIUM-1.pdf>.

penyelamatanNya dibebaskan dari dosa, penderitaan, kehampaan batin dan kesepian. Bersama Kristus sukacita senantiasa dilahirkan kembali.” (EG 1). Dasar dari sukacita itu ada pada Kristus. Ia adalah Allah yang hadir secara nyata: menerima mereka yang letih lesu dan berbeban berat, menyembuhkan yang sakit, mengampuni dosa dan membangkitkan orang dari kematian. Ia sendiri pun bangkit dari kematian, sehingga peristiwa ini sungguh menjadi dasar pengharapan dan sukacita umat beriman.

Paus menekankan bahwa iman Kristiani sejati adalah iman yang membawa sukacita, bukan kesedihan, kecemasan atau kemurungan. Dalam sebuah wawancara dengan jurnalis majalah *Zeit*, ia mengakui juga mengenal dari pengalamannya sendiri saat-saat sedih dan cemas. Namun ia memohon, supaya diberi anugerah rasa humor, seperti yang dikatakan: ”Ada doa yang dikaitkan dengan Thomas Moore, yang saya doakan setiap hari: ,Tuhan, berikanlah saya rasa humor!’ Tuhan menjaga kedamaian saya dan memberikan banyak rasa humor.”²⁷ Ia mengenang almarhum seorang Jesuit Pastor Kolvenbach yang menurutnya bisa tertawa lepas tentang dirinya dan orang lain, bercanda tentang dirinya sendiri, tetapi selalu dengan cara yang konstruktif dan positif. Bagi Paus Fransiskus, humor adalah anugerah Allah. Anugerah itu perlu dimohonkan kepada Tuhan, agar diberikan hati yang riang, kemampuan untuk melihat sisi humor dalam kehidupan dan kesadaran bahwa segala sesuatu berada dalam tangan-Nya. Dengan ini Paus memberi contoh bagaimana seorang Kristen bisa memohon kegembiraan dan humor dalam kehidupan sehari-hari.

c. Tertawa itu Kebahagiaan

Dalam iman kristiani, tertawa memiliki kaitan erat dengan kebahagiaan, yang berasal dari hubungannya dengan Allah. Kebahagiaan²⁸ ini menjadi ungkapan kegembiraan dan rasa syukur atas terpenuhinya harapan karena campur tangan Allah. Dalam surat-suratnya, Rasul Paulus menekankan bahwa kegembiraan, sukacita merupakan buah Roh (bdk. Gal 5:21). Sebab itu ia mendorong umat beriman: „Bersukacitalah senantiasa dalam Tuhan! Sekali lagi kukatakan: Bersukacitalah!“ (Flp 4:4). Kutipan dari Rasul Paulus ini secara konkret menjadi ajakan gereja sebagaimana nampak dalam liturgi minggu Adven III, yang dikenal sebagai minggu *gaudete* (sukacita).

Pengharapan tidak juga menampik adanya dinamika hidup yang kadang terjal dan sulit untuk dijalani. Dalam menjalani perutusannya sebagai rasul bangsa-bangsa, Paulus sendiri harus menghadapi penolakan dan keluar-masuk penjara. Namun sebagaimana dalam Kitab Amsal ungkapkan „Hati yang gembira

²⁷ Papst Franziskus: *Ich kenne auch die leere Momente*, dalam:

<https://www.zeit.de/2017/11/papst-franziskus-vatikan-katholische-kirche-interview/seite-5>.

²⁸ Tinambunan, R.L./Bala, Kristoforus (eds): *Dimana letak Kebahagiaan? Penderitaan, Harta, Paradoksnya (Tinjauan Filosofis Teologis)*, (Malang 2014).

adalah obat yang manjur“ (Ams 17:22), maka ajakan tersebut bukanlah sebuah ilusi. Ekspresi tertawa sebagai cerminan hati yang gembira dan pada saat yang sama kekuatan tawa bisa membawa penyembuhan dan penyegaran bagi jiwa. Tertawa menjadi obat dan kekuatan di saat menghadapi kesengsaraan²⁹. Apalagi bagi umat beriman, bila tertawa itu disumberkan pada sukacita dalam Kristus yang bangkit dari kematian dan menang atas maut, maka tertawa itu juga menjadi ungkapan pengharapan dan penyerahan diri pada kesetiaan dan kebaikan Allah sendiri. Rasul Paulus menegaskan: „Bersukacitalah dalam pengharapan, sabarlah dalam kesesakan dan bertekunlah dalam doa!“ (Rom 12:12).

Kebahagiaan dan sukacita kristiani erat kaitannya dengan pengharapan, yang didukung dalam sikap sabar dan ditopang oleh semangat tekun dalam doa. Yesus sendiri tak memungkiri adanya saat-saat penuh kesedihan, sehingga orang hanya bisa menangis. Namun dalam khotbahNya di bukit, Ia menyerukan agar orang tak kehilangan pengharapan: “Berbahagialah kamu yang sekarang ini menangis, karena kamu akan tertawa” (Lukas 6:21). Seruan ini pun juga menjadi ajakan Gereja sebagaimana nampak dalam liturgi Gereja pada minggu Prapaskah IV, yang dikenal sebagai minggu *laetare* (sukacita). Kutipan antifon pembuka pada minggu itu langsung memberi pesan yang jelas: “ Bersukacitalah bersama Yerusalem, bersorak-soraklah karena dia, hai semua yang mencintainya. Bergiranglah bersama-sama dia segirang-girangnya, hai semua yang berkabung atasnya, agar kamu boleh mengisap dan kenyang dari susu yang menyegarkan kamu.“ (Yes 66:10-11). Kebahagiaan, hati gembira dan sikap ceria mampu memberi pengaruh yang positif bagi kehidupan, baik dalam ranah personal maupun dalam kehidupan sosial. Ketika hati bergembira, orang akan memiliki rasa humor. Bahkan dalam situasi susah pun, orang yang memiliki rasa humor akan mampu menertawakan situasi dan dirinya, sehingga ia akan melihat makna baru dalam setiap peristiwa.

Tertawa sebagai ekspresi kebahagiaan memiliki beberapa implikasi penting dalam kehidupan Kristen. *Pertama*, tertawa mengingatkan umat beriman akan sifat Allah yang penuh kasih dan kemurahan. Umat beriman dipanggil untuk mencerminkan gambar Allah, maka tertawa merupakan sarana untuk menunjukkan bagaimana kasih dan sukacita Allah dapat terpancar melalui kehidupan manusia. *Kedua*, tertawa memperkuat hubungan antarpribadi, menciptakan komunitas yang lebih hangat dan harmonis. Sebagai *communio* tubuh Kristus, umat dipanggil untuk hidup dalam kebersamaan yang mencerminkan sukacita Injil. *Ketiga*, tertawa dapat menjadi sarana penyembuhan emosional dan spiritual. Dalam suasana penuh tawa, individu dapat merasakan

²⁹ Tri Warddoyo, G., dkk (Eds): *Spiritualitas Ketidaksempurnaan. Meditasi Sengsara Yesus Kristus*, (Yogyakarta 2024).

kelegaan dan kedamaian yang berasal dari Allah. Dalam perspektif teologi Kristiani, tertawa menjadi tanda bahwa manusia hidup dalam kasih dan penyertaan Allah. Sebagai umat beriman, memelihara kebahagiaan dan sukacita, termasuk melalui tertawa, adalah bagian dari kesaksian hidup yang membawa sukacita bagi orang lain dan memuliakan Allah. Oleh karena itu, tertawa dapat dilihat sebagai manifestasi nyata dari kebahagiaan yang diberkati oleh Allah dan memancarkan sukacita Injil kepada dunia.

d. *Bahagia itu Mengasihi*

Tertawa yang sehat itu selalu terjadi dalam relasionalitasnya³⁰ bersama dengan yang lain atau liyan. Bisa dibayangkan bila terjadi sebaliknya, yaitu tertawa sendirian. Tertawa bersama dengan yang lain mengungkapkan dasar kodrati manusia sebagai makhluk relasional. Kodrat relasional ini juga didukung oleh karakter manusia, sebagaimana gambaran dari Rene Descartes, yang mendasarkan kesadaran ada pada aktivitasnya berpikir, *cogito ergo sum*.³¹ Bila ia berpikir tentang dirinya, dunianya dan orang lain di sekitarnya dengan cara sedemikian rupa, sehingga ia menemukan makna, maka hal itu akan menggerakkan ungkapan lahiriahnya. Sederhananya ialah sebuah peristiwa atau perjumpaan yang dilihat atau dimaknai sebagai lucu, maka ia tertawa. Dengan tertawa bersama, seseorang mengkomunikasikan dirinya. Ia mengenal dirinya dan juga mengenal orang lain. Dengan mengenal, tertawa yang dihadirkan dalam kebersamaan juga menjadi ungkapan kasih kepada sesama. Tertawa atau pun senyum sederhana menjadi jembatan relasi, bahwa seseorang mengasihi³².

Seorang pianis dan komedian terkenal asal Denmark, Victor Borge (1909-2000) pernah mengatakan: *"laughter is the shortest distance between two people"*. Kutipan ini mau menggambarkan kekuatan humor dan tawa dalam membangun koneksi dan relasi manusia. Tertawa menciptakan hubungan yang lebih hangat dan mendalam, serta turut menjembatani perbedaan budaya, bahasa, atau bahkan konflik. Tertawa mampu mendukung suasana santai, memperkuat empati dan memupuk relasi yang mendalam dengan sesama. Menurut Borge, humor bukan hanya hiburan semata, tetapi lebih-lebih alat komunikasi yang sangat kuat untuk menyatukan hati manusia.

Dalam perspektif teologi kristiani, inkarnasi Allah dalam diri Yesus merupakan cara Allah dalam mengkomunikasikan diri-Nya dengan mengambil

³⁰ Bdk. Armada Riyanto CM, F.X.: *Relasionalitas. Filsafat Fondasi Interpretasi: Aku, Teks, Liyan, Fenomen*, (Yogyakarta 2018).

³¹ Bdk. Rene Descartes: Discourse on the Method, dalam: <https://ia803207.us.archive.org/14/items/discourseonmetho1912desc/discourseonmetho1912desc.pdf>.

³² Bdk. Riyanto: Armada: *Menjadi Mencintai. Berfilsafat Teologis Seharian-hari*, (Yogyakarta 2013).

bagian dalam kehidupan manusia dari berbagai aspeknya, termasuk dalam sukacita dan tawa. Yesus berkata, “*Semuanya itu Kukatakan kepadamu, supaya sukacita-Ku ada di dalam kamu dan sukacitamu menjadi penuh.*” (Yoh 15:11). Tertawa mencerminkan kemanusiaan Yesus yang penuh kasih, yang memahami kelemahan manusia namun juga tetap menunjukkan pengharapan. Hal ini berbeda dengan gambaran tradisionial tentang Tuhan yang keras, seperti digambarkan oleh Martin Luther tentang Tuhan sebagai hakim yang adil yang siap menghukum manusia karena ketidaktaatan, kesalahan dan dosa-dosanya.³³ Teologi kristiani masa kini lebih menonjolkan karakter Allah yang penuh kasih, Ia yang datang membawa kabar sukacita, Injil (yun: *euangelion*). Ia adalah Allah immanuel, Allah beserta kita manusia. Diyakini bahwa Ia memiliki selera humor Allah dan mau tertawa bersama dengan manusia. Bagi orang kristiani pun, selera humor³⁴ dan tawa dapat dihayati sebagai menghidupi dimensi inkarnasi ini dengan saling berbagi sukacita, menanggung beban bersama dan menunjukkan kasih yang tulus. Dalam arti ini, tertawa menjadi salah satu cara untuk mewujudkan perintah Kristus untuk mengasihi sesama seperti diri sendiri (bdk. Mat 22:39).

Mengasihi dalam tradisi Kristiani bukanlah hanya tindakan yang serius dan berat, namun juga melibatkan sukacita dan kehangatan. Tertawa dapat menjadi bentuk kasih, karena diciptakanlah ruang untuk kebahagiaan bersama dan penerimaan terhadap kehadiran orang lain. Dalam hubungan yang penuh kasih, tertawa bersama dapat menguatkan iman, memberikan penghiburan dan membangun hubungan yang lebih erat. Dalam pelayanan pastoral, tertawa juga memiliki peran penting. Seorang pemimpin rohani yang mampu menghadirkan humor yang sehat dan tertawa bersama umatnya menunjukkan sikap inklusif dan kemampuan untuk merangkul kelemahan manusiawi, sebagaimana ajakan Gereja dalam *Gaudium et Spes*³⁵. Hal ini mencerminkan kasih Kristus yang tidak berjarak, tetapi hadir di tengah-tengah umat. Melalui tertawa, komunitas Kristen dapat mempererat hubungan, meruntuhkan tembok pemisah, dan menghidupkan kasih yang sejati. Dengan demikian, tertawa adalah bagian integral dari hidup mengasihi sebagaimana diajarkan oleh Kristus.

e. *Menjadi Gereja yang Gembira*

Dalam tradisi Kristiani, kegembiraan bukan hanya sebuah emosi, tetapi juga tanda kehadiran Allah dalam hidup manusia. Paus Fransiskus, dalam

³³ Luther, Martin: *Von der Freiheit eines Christenmenschen*, dalam: https://www.unifr.ch/iso/de/assets/public/files/Lehre/Referenztexte/Westkirche/Luther_Freiheit.pdf

³⁴ Stephan Burger: *Lachen und Humor gehören zu einem christlichen Leben*, dalam: <https://www.katholisch.de/artikel/19273>.

³⁵ Bdk. Dopken KWI: *Gaudium et Spes*, dalam: <https://www.dokpenkwi.org/wp-content/uploads/2021/08/Seri-Dokumen-Gerejawi-No-19-GAUDIUM-ET-SPES.pdf>.

Evangelii Gaudium, menulis bahwa “kegembiraan Injil memenuhi hati dan hidup semua orang yang bertemu Yesus” (EG, 1). Tertawa, dalam konteks ini, adalah buah dari perjumpaan dengan Kristus yang membawa transformasi batin. Gereja yang gembira³⁶ adalah Gereja yang memancarkan tertawa sebagai ekspresi harapan dan kasih. Disini dapat dilihat, bahwa tertawa bukan hanya ekspresi kebahagiaan individu, tetapi juga sarana komunikasi ilahi yang mencerminkan cinta, harapan, dan solidaritas. Gereja yang gembira adalah Gereja yang mampu membawa damai dan sukacita kepada dunia yang sering kali dipenuhi penderitaan dan keputusasaan. Dalam *Evangelii Gaudium*, Paus mengajak umat Kristiani untuk menjadi pewarta Injil yang membawa kabar baik dengan sukacita yang tulus. Tertawa, sebagai ekspresi kegembiraan yang alami, dapat menjadi wujud nyata dari panggilan ini. Tertawa dapat dilihat sebagai cara Gereja untuk menjadi tanda pengharapan di dunia.

Dalam Ensiklik *Fratelli Tutti* Paus Fransiskus menekankan pentingnya persaudaraan universal sebagai panggilan Gereja.³⁷ Tertawa dapat menjadi sarana untuk membangun hubungan antarindividu dan komunitas. Dalam perjumpaan dengan saudara-saudara lintas iman, momen tertawa bersama dapat melampaui perbedaan-perbedaan, mempererat persaudaraan dan menciptakan ruang bagi pemahaman dan penerimaan yang lebih dalam. Tertawa juga melibatkan kerendahan hati dan pengakuan akan keterbatasan diri. Dengan tertawa, seseorang membuka diri terhadap orang lain, menciptakan suasana kehangatan dan keterbukaan yang mencerminkan cinta Allah yang tanpa syarat.

Secara khusus, Paus Fransiskus menyapa bagi kaum muda dalam seruan Apostoliknya *Christus Vivit*³⁸: “Kristus hidup. Dia adalah harapan kita dan kemudaan paling indah dari dunia ini. Apa pun yang disentuh oleh-Nya menjadi muda, menjadi baru, dipenuhi hidup. Maka, kata-kata pertama yang ingin saya sampaikan kepada setiap orang muda Kristiani adalah: Dia hidup dan ingin agar engkau hidup!” (CV 1). Paus berbicara tentang kegembiraan sebagai ciri khas kaum muda. Bagi Fransiskus, kegembiraan itu ditemukan dalam kegairahan akan “hidup”, dimana Tuhan sendirilah yang menginginkannya. Seruan ini menegaskan panggilan kaum muda untuk menjalani hidup dengan penuh semangat dan sukacita. Gereja yang gembira harus menjadi ruang di mana kaum muda merasa diterima, dihargai, dan diajak untuk merayakan hidup. Melalui

³⁶ Sudhiarsa, Raymundus/ Yan Olla, Paulinus: *Menjadi Gereja Indonesia yang gembira dan berbelaskasih (Dulu, Kini dan Esok)*, (Malang 2015).

³⁷ Paus Fransiskus: *Fratelli Tutti*, dalam: <https://www.dokpenkwi.org/wp-content/uploads/2021/04/Seri-Dokumen-Gerejawi-No-124-FRATELLI-TUTTI.pdf>.

³⁸ Paus Fransiskus: *Christus Vivit*, dalam: <https://www.dokpenkwi.org/wp-content/uploads/2019/08/Seri-Dokumen-Gerejawi-No-109-CHRISTUS-VIVIT-3.pdf>.

kegiatan pastoral yang melibatkan humor, permainan, dan perayaan, Gereja menunjukkan bahwa iman tidak terpisah dari kegembiraan manusiawi.

Pada tahun 2025 Paus Fransiskus mencanangkan tahun Yubileum, yang ditandai dengan dikeluarkannya Bulla *Spes Non Confundit*³⁹. Bapa Paus merujuk pada tulisan Rasul Paulus: “Pengharapan tidak mengecewakan” (Rm 5:5). Rasul Paulus menyampaikan kata-kata yang menyemangati komunitas Kristen di Roma. Harapan merupakan inti dari iman Kristiani. *Spes Non Confundit* menegaskan bahwa harapan didasarkan pada kasih Allah yang telah dicurahkan dalam hati kita (Roma 5:5). Dalam konteks ini, tertawa menjadi tanda harapan di tengah tantangan hidup. Tertawa, bahkan di tengah penderitaan, adalah pernyataan iman bahwa Allah tetap hadir dan bekerja dalam kehidupan manusia. Gereja dipanggil untuk membawa harapan ini melalui kehadiran yang menyembuhkan, menyemangati, dan meneguhkan. Melalui tertawa, Gereja menunjukkan bahwa iman bukan hanya tentang penderitaan, tetapi juga tentang kebangkitan dan sukacita.

Sebagai implementasinya, untuk menjadi Gereja yang gembira, ada beberapa langkah konkret yang dapat dilakukan:

1. **Liturgi yang penuh sukacita:** Liturgi, sebagai sumber dan puncak kehidupan Kristiani, harus mencerminkan kegembiraan Injil. Oleh sebab itu musik, homili dan doa dapat dirancang untuk menginspirasi sukacita dan rasa syukur.
2. **Kegiatan pastoral yang kreatif:** Program pastoral, terutama untuk kaum muda dan keluarga, dapat melibatkan humor dan aktivitas yang memicu kegembiraan bersama. Pewartaan iman yang dikemas dalam seni budaya misalnya melalui musik, teater atau drama dan tari juga mengundang keterlibatan dan kegembiraan.⁴⁰
3. **Budaya kehangatan dalam komunitas:** Gereja harus menjadi komunitas yang terbuka dan ramah, di mana humor dan tawa menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari. Namun tetap dihindari humor dan tawa sebagai *bullying* atau perundungan.
4. **Kesaksian hidup yang autentik:** Para pemimpin Gereja dan umat diundang untuk menjadi saksi hidup yang menularkan kegembiraan, sukacita melalui cara hidup yang penuh semangat dan berpengharapan.

4. Simpulan

Tertawa merupakan anugerah yang diberikan Allah kepada manusia sebagai sarana untuk merasakan dan membagikan sukacita. Dalam perspektif teologi kristiani, tertawa tidak hanya memperkaya kehidupan personal, tetapi juga memperkuat komunitas iman

³⁹ Paus Fransiskus: *Spes non confundit*, dalam: <https://www.dokpenkwi.org/spes-non-confundit/>.

⁴⁰ Lorentius Iswandir: *Mutate*. Jan Wolters CM. Seni sebagai Kereta Misi, Malang 2023.

dalam gereja dan lebih-lebih menjadi sarana untuk mewujudkan panggilan dan perutusan Gereja. Tertawa dilihat sebagai tanda kehadiran Allah yang membawa sukacita, harapan, dan cinta. Dengan menjadikan tertawa sebagai bagian dari kehidupannya, Gereja dapat menjadi saksi Injil yang lebih autentik dan relevan di dunia. Dengan memahami makna tertawa sebagai ekspresi iman dan sukacita, kita dapat mewujudkan gereja yang gembira, mencerminkan kasih dan pengharapan yang berasal dari Allah. Hadirnya kegembiraan dalam Gereja adalah salah satu daya tarik utama dari iman Kristiani, dan tertawa adalah salah satu cara untuk menularkannya kepada sesama, sehingga wajah Gereja menampilkan ekspresi yang sesuai dengan perutusannya sebagai pewarta kabar gembira.

5. Kepustakaan

- Armada Riyanto CM, F.X., *Menjadi Mencintai. Berfilsafat Teologis Sehari-hari*, (Yogyakarta 2013).
- , *Relasionalitas. Filsafat Fondasi Interpretasi: Aku, Teks, Liyan, Fenomen*, (Yogyakarta 2018).
- , *Teks Liturgi Misa Vinsensian*, (Surabaya 2004).
- CCD I, *Correspondence no. 69: To Saint Loiuise*, (May 1631).
- CCD I, *Correspondence no. 71: To Saint Louise*, (Before 1632).
- CCD X, *Conference no. 107: Order of day, Arts. 16-17*, (December 8, 1658).
- Dirvin CM, Joseph I., *Louise de Marrillac*, (New York 1970).
- Iswandir, Lorentius, *Mutate. Jan Wolters CM. Seni sebagai Kereta Misi*, (Malang 2023).
- Konstitusi Puteri Kasih, Roma 1983.
- Louise de Marrillac, *Letter 24*, dalam: Marie Law DC, Sister Helen (transl.): *Letters of St. Louise de Marillac*, (Maryland 1972).
- Max, Lühl, *Lachen als anthropologisches Phänomen. Theologische Perspektive*, Berlin 2019.
- Marianta, Yohanes I Wayan, dkk (Eds): *Pengharapan di masa yang suram, prosiding seri Filsafat Teologi Widya Sasana*, (Malang 2021).
- R. A. Martin, *Sense of humor*, dalam Lopez, S. J./ Snyder, C. R. (eds.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (pp. 313-326), (Washington DC 2003).
- Regnault DC, Sister Vincent, *Saint Louise de Marrillac. Servant of the Poor*, (Illinois 1983).
- Soepratiwi PK, Sr. Anna Wiwiek, *Maria dalam hidup Rohani Santa Luisa*, (Malang 2004).
- Sudhiarsa, Raymundus/ Yan Olla, Paulinus: *Menjadi Gereja Indonesia yang gembira dan berbelaskasih (Dulu, Kini dan Esok)*, (Malang 2015).

Tinambunan, R.L./Bala, Kristoforus (eds): *Dimana letak Kebahagiaan? Penderitaan, Harta, Paradoksnya (Tinjauan Filosofis Teologis)*, (Malang 2014).

Tri Wardoyo, G., dkk (Eds): *Spiritualitas Ketidaksempurnaan. Meditasi Sengsara Yesus Kristus*, (Yogyakarta 2024).

Sumber-sumber dari Internet

Augustini: *De civitate Dei, Libri II*, dalam: <https://www.thelatinlibrary.com/augustine/civ2.shtml>.

Christian Pure Team: *Die Bedeutung des Lachens für den christlichen Glauben*, dalam: <https://christianpure.com/de/learn/laughter-in-the-bible/>.

Descartes, Rene: Discourse on the Method, dalam: <https://ia803207.us.archive.org/14/items/discourseonmetho1912desc/discourseonmetho1912desc.pdf>.

Dopken KWI: *Gaudium et Spes*, dalam: <https://www.dokpenkwi.org/wp-content/uploads/2021/08/Seri-Dokumen-Gerejawi-No-19-GAUDIUM-ET-SPES.pdf>.

<https://www.kompas.id/baca/internasional/2024/06/16/paus-fransiskus-dunia-mebutuhkan-komedi>.

<https://www.vaticannews.va/en/pope/news/2024-06/pope-to-comedians-help-us-to-dream-of-a-better-world.html>.

<https://svdpseattle.org/wp-content/uploads/2017/05/Reflection-on-Louise-de-Marillac.pdf>.

<https://www.youtube.com/watch?v=tTuZxI1CEAg>.

Johannes Chrysostomus: *Homilies*, dalam: https://www.documentacatholicaomnia.eu/03d/0345-0407,_Iohannes_Chrysostomus,_Homilies_on_The_Gospel_Of_John,_EN.pdf.

Luther, Martin: *Von der Freiheit eines Christenmenschen*, dalam: https://www.unifr.ch/iso/de/assets/public/files/Lehre/Referenztexte/Westkirche/Luther_Freiheit.pdf

Papst Franziskus: *Ich kenne auch die leere Momente*, dalam: <https://www.zeit.de/2017/11/papst-franziskus-vatikan-katholische-kirche-interview/seite-5>.

Paus Fransiskus: *Evangelii Gaudium*, dalam: <https://www.dokpenkwi.org/wp-content/uploads/2017/08/Seri-Dokumen-Gerejawi-No-94-EVANGELII-GAUDIUM-1.pdf>.

Paus Fransiskus: *Christus Vivit*, dalam: <https://www.dokpenkwi.org/wp-content/uploads/2019/08/Seri-Dokumen-Gerejawi-No-109-CHRISTUS-VIVIT-3.pdf>.

- Paus Fransiskus: *Fratelli Tutti*, dalam: <https://www.dokpenkwi.org/wp-content/uploads/2021/04/Seri-Dokumen-Gerejawi-No-124-FRATELLI-TUTTI.pdf>.
- Paus Fransiskus: *Spes non confundit*, dalam: <https://www.dokpenkwi.org/spes-non-confundit/>.
- Regula Sancti Benedicti, *The rule of St. Benedict*, tr. Luke Dysinger, O.S.B.; Source Books (March 1997) ISBN-10: 0940147270, [https://www.academia.edu/9074928/The Rule of St Benedict Latin and English](https://www.academia.edu/9074928/The_Rule_of_St_Benedict_Latin_and_English).
- Spendier, Madeleine: *Das Osterlachen in der Messe – mehr als nur Gelächter?*, dalam: <https://www.katholisch.de/artikel/52230-das-osterlachen-in-der-messe-mehr-als-nur-gelaechter>.
- Stephan Burger: *Lachen und Humor gehören zu einem christlichen Leben*, dalam: <https://www.katholisch.de/artikel/19273>.
- St. Thomas Aquinas: *The Summa Theologiae*, trans. by Fathers of the English Dominican Province, dalam: https://www.documentacatholicaomnia.eu/03d/1225-1274,_Thomas_Aquinas,_Summa_Theologiae_%5B1%5D,_EN.pdf.