

Menyelami Teori Cinta Lewat Penjelasan Apik dari Erick Fromm

Judul : The Art of Loving
Nama Pengarang : Erick Fromm
Penerjemah : Andi Kristiawan
Penerbit : PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta
Tahun Terbit : 2020
Jumlah Halaman : 192

The Art of Loving karya Erick Fromm ini pertama kali terbit pada tahun 1956 dan telah diterjemahkan ke dalam 42 bahasa. Melalui buku ini, sang penulis menunjukkan kepada kita bagaimana cara untuk memaknai tentang hakikat cinta.

Cinta bukan hanya sebuah kata. Namun, cinta berupa tindakan yang perlu upaya untuk mendapatkannya. Cinta bukanlah sebuah perasaan yang dapat dituruti dengan mudah. Untuk memperolehnya, seseorang perlu berusaha mengembangkan seluruh kepribadiannya dengan aktif dan pemenuhan cinta seseorang tidak dapat dicapai tanpa kemampuan untuk mencintai orang lain. Yang dilakukan dengan kerendahan dan keteguhan hati, serta keyakinan dan juga kedisiplinan. Segala aspek tentang hakikat cinta yang dibalut dengan aspek psikologi masyarakat modern, dibahas di dalam buku ini. Di bagian awal kata pengantar, Erick Fromm menyampaikan bahwa buku ini bukan sebuah *tips and trick* atau kiat-kiat untuk mendapatkan kemampuan dalam mencintai. Melainkan, untuk meyakinkan para pembacanya bahwa cinta bisa dimaknai dengan hal yang berbeda.

Pada bab pertama buku ini, Erick Fromm menggambarkan bahwa cinta adalah seni yang perlu dimengerti dan dipelajari. Cinta bukan berupa sebuah sensasi yang menyenangkan dan untuk mengalaminya adalah sebuah keberuntungan belaka. Di bagian ini, diperkenalkan akan sebuah seni mencintai dan sejarahnya dari masa lalu hingga perkembangannya di zaman sekarang ini. Erick Fromm memaparkan bahwa nyaris tidak ada orang yang berpikir bahwa ada sesuatu yang perlu dipelajari mengenai cinta. Hal ini didasarkan pada beberapa faktor yang ia temukan, diantaranya seperti kebanyakan orang memandang masalah cinta sebagai soal dicintai daripada mencintai, orang berasumsi bahwa masalah cinta adalah masalah objek bukan masalah kemampuan, serta kondisi kebingungan untuk bertahan dalam cinta. Cinta sama halnya dengan

hidup, yang merupakan sebuah seni untuk dipelajari dengan berbagai langkah yang harus dilakukan.

Kemudian pada bab kedua, yang merupakan intisari dari buku ini adalah dijelaskannya mengenai teori cinta. Dimana teori cinta ini dibagi menjadi beberapa bagian, yaitu cinta sebagai eksistensi manusia; cinta antara orang tua dan anak; serta objek cinta yang dibagi lagi menjadi cinta dengan sesama, cinta ibu, cinta erotis, cinta diri, dan cinta Allah.

Pada bagian ini, membuat saya memahami bahwa cinta sesama merupakan sebuah bentuk cinta kepada seluruh umat manusia tanpa ada pengecualian. Cinta terhadap sesama adalah wujud bahwa kita semua satu, meskipun antar manusia mempunyai banyak perbedaan. Kemudian, dijelaskan pula tentang cinta orang tua dan anak serta cinta ibu, yang membuat saya tercerahkan akan peran orang tua bisa sangat berpengaruh terhadap anak. Lalu, gagasan akan cinta diri yang mengungkapkan bahwa jika kita mencintai diri kita sendiri, kita juga harus bisa mencintai semua orang seperti mencintai diri sendiri.

Dari semua isi buku *The Art of Loving*, bab kedua tentang teori cinta ini yang paling menarik bagi saya. Karena pada bagian ini mengupas tuntas tentang realitas yang terjadi di sekitar kita, dan memberikan kesadaran bahwa cinta bisa kehilangan maknanya di masa modern sekarang ini karena pengaruh dari pesatnya perkembangan zaman.

Hal tersebut dijelaskan lebih lanjut pada bab ketiga tentang cinta dan kehancurannya dalam masyarakat barat kontemporer. Dalam lingkungan masyarakat modern sekarang ini, muncul kebutuhan tenaga kerja yang tinggi, sifat konsumtif masyarakat yang semakin naik, adanya manusia bebas dan independen sehingga banyak yang tidak tunduk atas otoritas atau ajaran, hingga mereka yang bersedia diperintah untuk melakukan apapun yang berkaitan dengan pekerjaan. Sehingga melahirkan manusia modern yang terasing dari dirinya sendiri, dari sesama, dan juga dari alam sekitarnya. Yang akhirnya membuat kehidupan manusia dan cinta kehilangan maknanya.

Selanjutnya, bab keempat dari buku ini berupa rangkuman dari keseluruhan isi buku yang menjelaskan tentang praktik seni mencintai. Meskipun bagi saya, sang penulis lebih menekankan kembali tentang hakikat cinta pada bab terakhir ini, dan menyerahkan praktiknya kepada para pembaca. Namun, Erick Fromm menekankan bahwa praktik seni apapun

(termasuk seni cinta) mempunyai syarat-syarat umum tertentu seperti menuntut kedisiplinan, konsentrasi, serta kesabaran dalam seluruh fase kehidupan.

The Art of Loving saya rekomendasikan untuk dibaca, karena memberikan pemahaman baru akan hakikat cinta. Buku ini menjelaskan lebih mendalam akan makna sebenarnya dari cinta. Tidak hanya pendapatnya sendiri yang dibahas dalam buku ini, Erick Fromm juga memasukkan beberapa pendapat tokoh-tokoh besar lainnya mengenai pandangan terhadap cinta. Bahasa yang digunakan pun mudah dipahami, meskipun banyak istilah-istilah baru yang tidak sering kita dengar atau kita baca tertuang dalam buku ini. Saya cantumkan kutipan dari buku ini yang paling berkesan bagi saya:

“Cinta sejati bukanlah ‘rasa’ dalam arti yang ditimbulkan oleh seseorang, melainkan upaya aktif demi pertumbuhan dan kebahagiaan pribadi yang dicintai, yang berakar dalam kemampuan untuk mencintai.”