365 renungan

Dalam sepi dan hening

Matius 6:5-8

Tetapi jika engkau berdoa, masuklah ke dalam kamarmu, tutuplah pintu dan berdoalah kepada Bapamu yang ada di tempat tersembunyi. Maka Bapamu yang melihat yang tersembunyi akan membalasnya kepadamu.
- Matius 6:6

Ayat emas ini adalah pernyataan Tuhan Yesus tatkala memberikan respons kontras terhadap orang Farisi yang seringkali narsis (suka pamer) dan selalu ingin menonjol sendirian supaya namanya terkenal di mana-mana saat melakukan ibadah. Pernyataan ini memang tidak mempersoalkan tempat sebagai hal yang utama, tapi secara tersirat menyatakan bahwa tempat sepi adalah tempat yang menjadi rujukan Tuhan Yesus supaya kita bisa merenung dalam hening dan berdoa dalam sepi.

Sepi selalu memberi ruang untuk mengurai kembali makna dari yang telah berlalu. Sepi memberi keleluasaan bagi kita untuk fokus pada satu hal tanpa memedulikan keramaian di sekitarnya. Bukankah seringkali kita bisa fokus justru saat keadaan hening dan tanpa ada yang mengganggu?

Dalam hening kita bisa menceritakan banyak hal. Yakinlah ada Tuhan yang mendengar. Segala kata bisa keluar dari mulut yang tak selalu berucap pujian. Kata yang keluar dari hati yang tak selalu suci. Pikiran yang tak selalu jernih. Jiwa yang tak selalu damai.

Menyapa Tuhan dalam keheningan sudah diteladankan oleh Yesus. Dalam keheningan kita dapat mengevaluasi diri, menangisi diri, bahkan dimungkinkan untuk menertawai diri. Dalam keheningan kita bisa merasakan indahnya persekutuan yang erat dengan Yesus. Bukan sebagai akibat dari aktualisasi diri dan usaha memvisualisasi Allah, tapi lebih kepada merasakan anugrah dan kasih sayang Allah dalam hadirat-Nya yang agung itu. Tak jarang dari situlah inspirasi dan hikmat sorgawi mengalir agar kita tidak bingung apalagi linglung menghadapi hiruk pikuknya keramaian aktivitas dalam dunia yang panik.

Sepi. Hening. Dalam kesendirian pun kita disadarkan bahwa kita butuh Yesus. Tempat bergantung dan berharap segala pinta. Pasti selalu ada cara bagi kita saat Dia ingin kita mendekat. Apakah kita sering merasa? Atau menganggapnya angin lalu saja? Merenung memang menjadi hal terindah dalam sepi, dalam hening.
Membodohkan diri sendiri, menasihati diri sendiri, menertawakan kesalahan, juga berharap dalam takut. Indahnya sepi adalah ketika kita merasakan bahwa kita tidak kesepian.

Salam sepi dan hening.

Refleksi Diri:

- Apakah Anda sudah memberikan waktu untuk sejenak hening, menyepi dari keramaian, berusaha mendekat kepada Tuhan Yesus?
- Apa yang dapatkan dari waktu hening dan menyepi bersama Tuhan?