365 renungan

Datanglah Untuk Mendapatkan Kelegaan

Matius 11:25-30

Marilah kepada-Ku, semua yang letih lesu dan berbeban berat, Aku akan memberi kelegaan kepadamu.
- Matius 11:28

Setiap orang Kristen perlu terus-menerus datang kepada Kristus dan menyerah-kan segala keletihan dan beban kepada-Nya. Ketika melakukan hal ini, kita akan menerima kekuatan ilahi untuk bisa hidup secara maksimal. Sebaliknya, jika fokus hidup hanya bekerja untuk menghasilkan produktivitas dan memberi maka kita tidak akan tahan, menjadi jenuh atau burn out serta mudah jatuh ke dalam berbagai dosa.

Salah satu contoh kasus burn out semacam ini dialami oleh seorang gembala muda bernama Peter Scazerro yang dari luar tampaknya sukses. Ia mendirikan se-buah gereja yang tadinya hanya terdiri dari 45 orang tapi setelah 6 tahun berkem-bang menjadi lebih dari 650 orang. Banyak dari jemaat yang dilayaninya datang kepada Kristus. Orang-orang miskin dilayani dengan cara-cara baru yang kreatif. Para pemimpin dikembangkan dan kelompok-kelompok sel baru banyak bermun-culan bahkan sampai akhirnya bisa membangun gereja-gereja baru.

Namun, gembala ini mengakui bahwa tidak semua berjalan baik, khususnya kehidupan pribadinya. Ia merasa jiwanya mengkerut. Setelah waktu kerja usai, ia tidak punya sisa tenaga untuk anak-anak dan istrinya. Ia juga kerap bergumul de-ngan rasa iri hati kepada para gembala lain yang melayani di gereja besar karena merasa mereka memiliki fasilitas yang lebih baik dan situasi yang jauh lebih mu-dah. Beruntung ia mendapatkan pencerahan atas permasalahannya dan ia kemu-dian menyerukan pentingnya kesehatan emosi dalam kehidupan seorang Kristen. Ia meyakini bahwa kedewasaan rohani seorang Kristen setara dengan kedewasaan emosinya.

Undangan Yesus yang begitu manis pada ayat emas di atas ditujukan kepa-da semua orang yang emosinya letih lesu dan berbeban berat. Persoalan hidup yang berat dan dosa masa lalu yang membebani pikiran akan dilepaskan saat kita datang kepada-Nya dengan hati yang berserah dan saat kita menaati petunjuk-petunjuk-Nya. Dia akan membebaskan kita dari semua beban dan memberikan perhentian yang damai.

Datanglah kepada Kristus secara berkala untuk menerima kasih dan kekuatan-Nya. Ini adalah hal mendasar untuk memiliki kesehatan emosi yang baik. Kero-hanian yang baik tidak mungkin bertumbuh dewasa jika tidak disertai emosi yang sehat.

Refleksi Diri:

- Apakah Anda memiliki problema emosi yang mengganggu Anda sehingga kerap kali merasa letih lesu dan berbeban berat?
- Sudahkah Anda menyerahkan problema tersebut kepada Kristus yang berjanji akan memberikan kelegaan?