

365 renungan

## Hanya Sebuah Truk Es Krim

### Amsal 17:22

Hati yang gembira adalah obat yang manjur, tetapi semangat yang patah mengeringkan tulang.  
- Amsal 17:22

Robbie Speidell, seorang bocah berusia enam tahun yang menderita kanker kelenjar getah bening, dihubungi oleh Yayasan Make-A-Wish. Yayasan ini menolong anak-anak penderita penyakit berat mewujudkan keinginan terbesar mereka dalam waktu-waktu terakhir hidup mereka. Pada umumnya, anak-anak meminta liburan, bertemu dengan selebriti tertentu atau hadiah-hadiah besar, sementara Robbie hanya meminta agar boleh mengoperasikan truk es krim di kompleks tempat tinggalnya selama sehari. Yayasan Make-A-Wish akhirnya menyewakan truk es krim untuknya. Ketika para tetangga Robbie mulai berkerumun dan membeli es krim di truknya, ia melarang pedagang es krim tersebut menerima bayaran!

Rupanya, makan es krim merupakan kegembiraan terbesar bocah berumur enam tahun tersebut. Hal ini dilatarbelakangi keluarga Robbie yang tidak selalu mampu untuk membelikannya es krim. Ia ingin bisa memberikan es krim secara gratis dan membagikan kegembiraannya kepada tetangga-tetangganya. Pada akhirnya, Make-A-Wish mengabdikan keinginannya dan pada hari itu, tetangga-tetangga Robbie merasakan kegembiraannya. Yang lebih luar biasa, Robbie entah bagaimana sembuh total dari kankernya.

Itulah hati yang gembira, entah bagaimana bisa menjadi obat yang manjur. Tidak heran Salomo menasihatkan kita agar punya hati yang gembira. Entah berapa banyak studi sudah dilakukan yang menunjukkan bahwa kebahagiaan dapat meningkatkan imunitas tubuh. Sebaliknya, stres dan kesendirian (loneliness) menyebabkan penurunan imunitas. Di dalam kasus Robbie, ia gembira ketika bisa makan es krim, dan lebih gembira lagi ketika makan es krim bersama para tetangganya.

Tentu saja, ini bukan berarti Anda tidak perlu pergi ke dokter dan minum obat. Anda tetap perlu menerima penanganan medis. Namun, jika Anda menjalaninya dengan penuh keluhan, stres, rasa khawatir, paranoia, dan sebagainya, akan makin sulit untuk tubuh Anda memulihkan diri. Sudah sakit, penuh kesedihan pula. Tentu kita tidak ingin demikian, bukan? Ketika sakit, marilah kita datang kepada Tuhan untuk memohon tidak hanya kesembuhan, tetapi juga sukacita dan kekuatan dalam menjalani hari-hari penuh kelemahan tersebut. Niscaya, dalam masa sakit pun kita akan menjadi pribadi yang lebih mengenal Tuhan dan sukacita berlimpah akan dikaruniakan-Nya kepada kita.

## Refleksi Diri:

- Apakah Anda sedang sakit atau kurang enak badan? Jika ya, bagaimana perasaan Anda dan apa respons Anda terhadap keadaan tersebut?
- Apa langkah praktis yang dapat Anda lakukan untuk tetap bergembira dan bersukacita, bahkan di dalam kelemahan tubuh?