

365 renungan

## Ketika berdoa menjemukan

1 Tesalonika 5:16-18; Matius 7:7-11

Tetaplah berdoa.

1 Tesalonika 5:17

Banyak orang Kristen pernah mengalami rasa bosan di dalam berdoa. Rasa bosan terjadi karena kita biasanya mendoakan hal yang sama terus-menerus dengan cara yang sama. Ketika rasa bosan itu muncul, maka kita tidak ingin lagi berdoa atau semakin jarang berdoa. Berdoa menjadi beban.

Masalahnya bukanlah tidak boleh berdoa hal yang sama. Bagaimana pun juga hidup kita biasanya berpola yang sama dari hari ke hari. Namun, kalau kita mendoakan hal yang sama dengan kata-kata yang sama, maka kebosananlah yang timbul. Jika itu terjadi, solusinya bukan berhenti berdoa.

"Tetaplah berdoa", demikian nasihat Rasul Paulus. Dalam Alkitab terjemahan Inggris NASB ditulis, "berdoalah tanpa henti." Kebosanan tidak menjadi alasan kita berhenti berdoa.

Menurut Donald Whitney, seorang profesor di bidang kerohanian, cara sederhana untuk mengatasi kebosanan berdoa adalah berdoa seturut Alkitab.

Bacalah perlahan-lahan suatu teks Alkitab, dan berdoalah menurut hal yang terbit dalam pikiran Anda ketika membacanya. Jadi ketika Anda merasa tergerak untuk meresponi kalimat atau ayat tertentu, berhentilah membaca dan berdoalah menurut firman Tuhan itu. Sebagai contoh, Anda membaca Mazmur 27:1, "TUHAN adalah terangku dan keselamatanku, kepada siapakah aku harus takut?" Anda dapat berdoa, "Tuhan, aku percaya kepada-Mu. Aku tidak takut akan kesulitan hidupku." "TUHAN adalah benteng hidupku, terhadap siapakah aku harus gemetar?" Anda dapat berdoa, "Tuhan, saya bersyukur Engkau melindungi aku." Mazmur 27:2 "Ketika penjahat-penjahat menyerang aku untuk memakan dagingku, yakni semua lawanku dan musuhku, mereka sendirilah yang tergelincir dan jatuh." Anda dapat berdoa, "Tuhan, aku percaya Engkau berpihak pada yang lemah. Engkau Allah yang adil. Saya berdoa bagi (Anda bisa menyebut nama) yang sedang mengalami ketidakadilan." Jadi, Anda dapat pula menaikkan doa syafaat, doa pujian, doa syukur, tidak terbatas doa untuk diri sendiri. Anda leluasa untuk berdoa berapa pun panjangnya dalam meresponi firman Tuhan yang Anda baca. Jika Anda merasa ayat itu tidak berbicara apa-apa, terus lanjutkan membaca dan berhenti ketika Anda merasa digerakkan untuk berdoa meresponi ayat berikutnya.

Ayo, buka Alkitab Anda dan mulai berdoa!

**JANGAN BERHENTI BERDOA. YESUS SELALU MENDENGAR DOA ANDA. DIA SEDANG**

BEKERJA UNTUK KEBAIKAN ANDA.