365 renungan

Mengampuni Obat Racun Kemarahan

Matius 6:7-15

Karena jikalau kamu mengampuni kesalahan orang, Bapamu yang di sorga akan mengampuni kamu juga. Tetapi jikalau kamu tidak mengampuni orang, Bapamu juga tidak akan mengampuni kesalahanmu."
- Matius 6:14-15

Hari ini, yuk kita bahas masalah mengampuni. Jangan bosan yah.. karena sebetulnya pertanyaan dari jemaat mengenai permasalahan ini cukup banyak.

Mengapa kita harus mengampuni? Pertama, mengampuni adalah perintah Tuhan. Kedua, mengampuni merupakan wujud langkah iman. Ketiga, mengampuni adalah bentuk ketaatan kita kepada Kristus. Itu semua alasan rohani mengapa kita harus mengampuni.

Apa alasan jasmaninya? Jika tidak mengampuni, kita sedang memenuhi pikiran dengan hal-hal negatif yang menyerap energi. Saat energi kita habis karena pikiran negatif, hasilnya akan menjadi racun bagi tubuh kita sendiri. Kesimpulannya, pikiran negatif tidak akan menghasilkan sesuatu yang positif. Justru yang timbul adalah pikiran bagaimana saya harus membalas kesalahan orang lain, lalu kita mulai membicarakan keburukan orang tersebut kepada siapa pun yang kita kenal. Bahkan yang lebih parah, mulai berpikir kapan orang tersebut dapat musibah, kapan matinya, dan keinginan-keinginan buruk lainnya.

Jelas ya mengapa Tuhan mau kita mengampuni. Yesus mengasihi kita, Dia tidak mau kita memegang racun lalu meracuni diri sendiri. "Tapi Bu, mengampuni untuk semua derita yang kualami itu tidak mudah!" Benar, karena itu mengampuni merupakan langkah iman. Kita tidak sanggup mengampuni tapi kita mau taat. Kita tidak mampu tapi Allah yang akan memampukan kita. Hati sudah terluka dalam karena semua perbuatan orang tersebut. Sekarang bawa hati kita yang terluka dan berdarah-darah kepada Bapa dan meminta pertolongan-Nya utk mengampuni orang tersebut.

Langkah praktisnya bagaimana? Apakah kita mendatangi, menelepon, atau Whatsapp orang tersebut dan berkata, "Aku ampuni kamu." Bukan seperti itu. Pertama-tama, sadari pengampunan itu urusan kita dengan Tuhan. Berkatalah kepada Tuhan, "Saya melepaskan pengampunan dan tidak mau lagi menggenggam kemarahan terhadapnya." Berdoalah, aku melepaskan pengampunan karena aku mau belajar taat kepada Tuhan, dalam nama Yesus Kristus. Kecuali kalau orang tersebut ada di hadapan Anda saat itu, sebaiknya sampaikan langsung bahwa Anda memaafkannya.

Selamat mengampuni. Selamat membuang racun kemarahan dan nikmati kelegaan di dalam

Tuhan.

Refleksi diri:

- Adakah orang yang sampai saat ini belum bisa Anda ampuni? Apa dampak rohani dan jasmani yang Anda rasakan?
- Apakah Anda sudah meminta pertolongan Tuhan untuk melepaskan pengampunan?