365 renungan

Mengapa Khawatir?

Lukas 10:38-42

Tetapi Tuhan menjawabnya: "Marta, Marta, engkau kuatir dan menyusahkan diri dengan banyak perkara." Lukas 10:41

Suatu ketika saya sakit, lalu pergi ke dokter memeriksakan diri. Selesai memeriksa, dokter memberikan resep obat. Ia mengatakan bahwa penyebab sakit saya lebih banyak karena stres, bukan karena faktor kelelahan atau kelemahan fisik. Karena itu, selain menuliskan resep obat antibiotik, ia juga memberikan obat anti stres kepada saya. Selepas pulang dari dokter, saya lantas berpikir, *apa yang menyebabkan saya stres*?

Mungkin hal ini juga jadi pertanyaan bagi kita semua. Banyak hal dalam dunia yang membuat kita stres. Stres adalah tekanan secara psikologis yang tanpa sadar memberikan efek negatif terhadap tubuh kita. Stres psikologis bisa muncul karena ada perbedaan antara harapan dengan kenyataan yang diinginkan oleh kita.

Tuhan Yesus sendiri menegur Marta dengan berkata kepadanya, “Marta, Marta, engkau kuatir dan menyusahkan diri dengan banyak perkara.” Sebenarnya kita pun seringkali menyusahkan diri dengan banyak perkara. Makan minum, pekerjaan, studi, masa depan anak, sakit, cuaca, acara gereja dan perkara-perkara lainnya yang terus kita pikirkan. Kita berharap semua perkara bisa berjalan baik sesuai rencana kita. Kita khawatir karena tahu bahwa semua itu terkadang tidak berjalan sesuai dengan rencana kita.

Karena itu, Yesus menegur Marta karena ia fokus pada apa yang menjadi perkaranya dan tidak fokus kepada Tuhan sendiri. Berbeda dengan Marta, Maria mengambil posisi dekat dengan Yesus dan mendengarkan Dia. Tuhan Yesus senang bahwa Maria memercayakan hidupnya kepada diri-Nya. Maria tidak khawatir karena Yesus bersamanya.

Saudaraku, ada saatnya kita sibuk dengan urusan kita sendiri. Namun, ada saatnya kita berdiam diri di hadapan Tuhan dan memercayakan segala pergumulan serta urusan kita kepada-Nya. Dia tidak tinggal diam dan pasti Tuhan Yesus akan menolong kita. Janganlah khawatir sedemikian rupa sampai kita menjadi stres. Singkirkanlah stres dengan sukacita bersama Tuhan.

KHAWATIR HANYA MEMPERPENDEK USIA, TETAPI SUKACITA MEMBERIKAN SEMANGAT HIDUP.