

365 renungan

## Perkataan Yang Membangun

### Amsal 15:1-4

Jawaban yang lemah lembut meredakan kegeraman, tetapi perkataan yang pedas membangkitkan marah.

- Amsal 15:1

Konflik adalah hal yang biasa terjadi di kehidupan kita. Tanpa konflik, kita serasa bukan manusia. Sebaliknya, adanya konflik membuktikan bahwa kita adalah manusia karena manusia punya kelemahan, keterbatasan, dan sifat keberdosaan. Konflik bisa terjadi karena ego dan kehendak kita yang tidak terpenuhi oleh orang lain yang juga memiliki ego dan kehendaknya sendiri. Nah, persoalannya adalah bagaimana kita bisa mengendalikan konflik supaya tidak menjadi besar?

Penulis Amsal memberikan nasihat bagaimana supaya konflik yang terjadi tidak berkembang besar dan merusak relasi kita dengan sesama. Ia berkata, "Jawaban yang lemah lembut meredakan kegeraman, tetapi perkataan yang pedas membangkitkan marah." Yang menjadi kunci konflik tidak berkembang adalah penguasaan diri untuk tidak merespons kemarahan dengan kemarahan. Jika ada orang yang marah kepada kita dengan kata-kata kasar dan nada tinggi, tentu respons yang kita berikan umumnya adalah kata-kata dan nada yang sama, bahkan mungkin lebih galak dan tinggi lagi. Cara ini ternyata tidak akan berhasil untuk meredakan konflik. Yang ada malah berlomba dan bersaing siapa yang paling benar dan siapa yang salah. Manusia secara natur memang ingin menang sendiri. Akibatnya, tidak akan pernah ada penyelesaian. Yang ada adalah saling menyakiti satu sama lain.

Tuhan Yesus sendiri memberikan teladan kepada kita saat berkata, "Aku lemah lembut dan rendah hati dan jiwamu akan mendapat ketenangan." (Mat. 11:29b). Saat kita mengikuti teladan-Nya, hati dan jiwa kita akan mendapatkan ketenangan. Kunci untuk mendapatkannya adalah belajar kepada-Nya untuk memikul kuk, yaitu salib Kristus melalui konflik yang kita hadapi.

Saat kita merespons kemarahan dengan lemah lembut maka respons orang yang marah pun akan berkurang emosinya. Ia akan bisa diajak berpikir secara kritis apa yang menjadi penyebab konfliknya. Kata "lemah lembut" menunjukkan adanya kerendahan hati dengan perkataan-perkataan yang membangun dan bukan menyakiti atau menyerang.

Mari saudara-saudaraku, hadapi konflik dengan penguasaan diri dan ketenangan yang diungkapkan melalui perkataan yang lemah lembut. Perkataan yang lemah lembut membuka kesempatan untuk membangun diri dan sesama, serta memberikan ruang kedamaian.

## Refleksi Diri:

- Bagaimana respons Anda saat menghadapi konflik? Apakah Anda berusaha menghindarinya atau menghadapinya dengan hati yang lemah lembut?
- Apakah ada sifat lemah lembut dan rendah hati dalam diri Anda sebagai murid Kristus yang siap memikul salib-Nya saat menghadapi konflik?