365 renungan

# Saat Hati Ingin Lebih

**Filipi 4:10-13**

Kukatakan ini bukanlah karena kekurangan, sebab aku telah belajar mencukupkan diri dalam segala keadaan.
- Filipi 4:11

Dunia saat ini terus mendorong kita untuk mencari lebih: lebih sukses, lebih kaya atau lebih dihargai. Tidak heran ini membuat hati kita sering merasa kurang. Keinginan untuk “lebih” bisa muncul terutama saat melihat hidup orang lain tampak lebih mudah, lebih bahagia atau lebih diberkati. Namun, di tengah tekanan dan kekurangan, Tuhan justru memberikan pelajaran paling penting bagi kita, yaitu rasa cukup bukanlah soal keadaan, melainkan soal hati yang percaya.

Dalam Filipi 4, Rasul Paulus menulis dari balik jeruji penjara, pernyataan yang menakjubkan, “... aku telah belajar mencukupkan diri dalam segala keadaan.” Ini bukan pengakuan orang yang hidup tanpa masalah, tetapi kesaksian dari seseorang yang menemukan kepuasan sejati bukan dalam kelimpahan, melainkan dalam Kristus.

Kata “belajar” menunjukkan bahwa rasa cukup bukanlah sifat bawaan, melainkan disiplin rohani yang dibentuk melalui proses. Iri hati sering muncul karena hati yang belum belajar mencukupkan diri. Kita tergoda untuk melihat apa yang kita tidak miliki dan mengabaikan semua yang telah Tuhan berikan. Namun, Paulus mengarahkan hati kita kepada janji yang lebih besar di Filipi 4:19, “Allahku akan memenuhi segala keperluanmu menurut kekayaan dan kemuliaan-Nya dalam Kristus Yesus.” Tuhan kita tidak pernah lalai. Dia menyediakan bukan berdasarkan keinginan kita, tetapi menurut hikmat dan kasih-Nya yang sempurna.

Teolog Jerman, Dietrich Bonhoeffer pernah berkata, “Rasa syukur mengubah apa yang kita miliki menjadi cukup.” Inilah salah satu kunci untuk mengobati iri hati, yakni membangun kebiasaan bersyukur, sekecil apa pun berkat yang kita terima. Ketika kita mengalihkan fokus dari perbandingan kepada penyembahan, dari keluhan pada ucapan syukur, hati kita mulai disembuhkan.

Tuhan rindu kita hidup dalam kepuasan yang tidak bergantung pada situasi, melainkan tertanam dalam relasi dengan-Nya. Jangan biarkan keinginan untuk “lebih” mencuri damai dan sukacita yang Tuhan ingin berikan hari ini. Maukah Anda hari ini belajar mencukupkan diri, bukan karena keadaan berubah, tetapi karena hati Anda dibentuk oleh kasih dan kebenaran Tuhan? Mulailah dengan bersyukur, rayakan berkat orang lain, dan percayalah bahwa Tuhan Yesus tidak pernah terlambat memenuhi segala keperluan Anda.

Refleksi Diri:

- Area kehidupan manakah yang paling sulit bagi Anda untuk mencukupkan diri?
- Bagaimana Anda dapat mengembangkan kebiasaan bersyukur dan percaya bahwa Tuhan tahu apa yang terbaik untuk Anda?