

365 renungan

## Sukses tapi stres?

1 Raja-raja 19:1-8

Kemudian ia ingin mati, katanya: "Cukuplah itu! Sekarang, ya TUHAN, ambillah nyawaku, sebab aku ini tidak lebih baik dari pada nenek moyangku."

- 1 Raja-raja 19:4b

Tahun lalu dunia sempat gempar oleh berita kematian desainer fashion ternama Kate Spade akibat bunuh diri. Kate wanita yang terkenal karena karya-karya rancangan tas, sepatu, dan bajunya. Seorang yang sukses besar, tenar, dan punya kekayaan berlimpah.

Ada anggapan orang terkenal tidak akan mengalami kesepian. Kegelisahan tidak akan dialami oleh orang kaya, dan orang sukses tidak akan punya masalah. Namun, kenyataan tidaklah selalu demikian. Setiap orang punya pergumulan dan permasalahannya sendiri.

Alkitab pun mencatat sedikitnya empat orang kaya, terkenal, dan sukses, tapi mengalami keputusasaan. Siapakah mereka? Di antaranya Salomo, Elia, Yunus, dan Paulus. Dikisahkan bahwa mereka pernah membenci hidup, putus asa, dan menginginkan dirinya mati. Namun, tidak seorang pun dari mereka yang bunuh diri. Keempatnya pernah mengalami kesulitan yang meruntuhkan semangat hidup, mereka lebih memilih nyawanya hilang dibandingkan hidup di dunia.

Kenapa akhirnya mereka bisa mengambil keputusan hidup yang berbeda dengan Kate Spade? Karena keempat tokoh Alkitab ini punya tempat untuk berseru di tengah keputusasaan dan kesesakan hidup mereka. Mereka punya relasi dengan Tuhan yang dekat sehingga bisa dikuatkan, memperoleh ketenangan jiwa, dan dihiburkan.

Setiap kita pasti punya pergumulan dan tidak bisa dengan santai berkata, "Tenang aja... besok matahari juga terbit." Atau "Santai saja, jangan cengeng lahh, gitu aja kok stres..!" Hidup tidaklah semudah itu. Manusia punya emosi, saat emosi tertekan oleh situasi yang tidak mendukung, bisa muncul stres.

Nah, mari kita peka dengan pasangan kita, empati terhadap anak-anak kita, berbagilah dengan saudara-saudari kita, dengarkan sahabat dan sesama kita. Setiap orang punya pergumulan. Sapalah mereka, berikan waktu, pelukan, senyuman, dan telinga kita untuk mereka. Mungkin saat ini mereka sedang menjerit, butuh teman bicara, perlu bahu untuk menangis dan butuh doa. Dan yang paling penting milikilah relasi dengan Tuhan Yesus dan bergaullah dengan lingkungan yang baik. Itu jauh lebih utama ketimbang kesuksesan, kekayaan, dan ketenaran.

Refleksi Diri:

- Bagaimana pandangan Anda mengenai kesuksesan selama ini ?
- Mana yang Anda lebih utamakan: menjalin relasi yang erat dengan Tuhan Yesus atau mengejar kesuksesan, kekayaan, dan ketenaran ?