

INTEGRITAS

Jika kamu tidak mendengarkan, dan jika kamu tidak memberi perhatian untuk menghormati nama-Ku, firman TUHAN semesta alam, maka Aku akan mengirimkan kutuk ke antaramu dan akan membuat berkat-berkatmu menjadi kutuk, dan Aku telah membuatnya menjadi kutuk, sebab kamu ini tidak memperhatikan.”

(Maleaki 2:2)



Integritas merupakan sikap mental yang menjunjung tinggi kesatuan yang utuh dan terpadu antara pikiran, perkataan, dan perbuatan. Perwujudan integritas adalah perilaku yang jujur, bertanggung jawab, dan dapat dipercaya. Kita melihat bahwa dunia ini banyak meninggalkan sejarah yang radikal dan masih berpengaruh hingga saat ini dikarenakan orang-orang yang berintegritas tinggi.

Martin Luther King Jr. yang karena mempertahankan integritasnya dalam menentang diskriminasi dan kekerasan, ia harus dipenjara, bahkan ditembak mati pada saat melakukan aksi di Memphis. Kematiannya menyebabkan banyak kerusuhan dan bentrokan di berbagai kota di Amerika Serikat. Demikianlah orang yang memiliki integritas, tantangan sesulit apapun tidak mampu menggoyahkan nilai-nilai yang dianutnya/ dipegangnya.

Dalam bacaan hari ini, para Imam keturunan kaum Lewi mendapat peringatan dan teguran keras dari Allah karena mereka tidak berintegritas dalam pengajarannya. Mereka adalah orang-orang yang terpilih, namun kehidupan mereka sama sekali tidak mencerminkan kebenaran. sehingga kurangnya integritas para imam menyebabkan banyak orang menjauh dari Tuhan Allah. Dari kisah Lewi, kita mengerti bahwa jika kita ingin melihat berkat Tuhan dalam hidup kita, maka kita perlu hidup dengan integritas (Maleakhi 2:2).

Saat ini, integritas menjadi pergumulan dan pertarungan banyak orang. Kita mudah mengatakan hal-hal yang benar, tapi sayang cara hidup kita tidak selaras dengan perkataan kita, atau mungkin perilaku kita baik, tapi kata-kata kita kasar dan vulgar. Sekarang waktunya untuk memperbaiki diri, jadilah pribadi berintegritas yang selaras dalam pikiran, perkataan dan tindakan yang dikehendaki Tuhan.

Pertanyaan Refleksi:

- Sudahkah pikiran, perkataan dan perbuatan saya selaras selaras dengan prinsip kebenaran Firman Tuhan?

Kata Bijak:

“Integritas adalah memilih pikiran dan tindakan Anda berdasarkan nilai-nilai daripada keuntungan pribadi.” -Chris Karcher

MELAWAN ARUS

**“Janganlah kamu menjadi serupa dengan dunia ini,
tetapi berubahlah oleh pembaruan budimu.”**

(Roma 12:2)



Dua orang mahasiswa di Moorhead, Minnesota, membuat lukisan mural pada dinding luar ruang asrama mereka. Menurut berita di USA Today, lukisan mereka itu menunjukkan sekelompok ikan yang berenang searah kecuali satu ekor ikan yang menuju ke arah yang berlawanan. Ikan yang satu itu dimaksudkan sebagai simbol kuno untuk Kristus. Pada lukisan itu tertulis "Berjalan melawan arus".

Melihat lukisan itu, pejabat universitas berpendapat bahwa lukisan tersebut dapat menyinggung perasaan orang-orang nonkristiani lalu ia memerintahkan para mahasiswa untuk mengecat ulang dinding itu.

Di dalam ketaatan kepada Tuhan kita, kita pun harus bersedia menentang arus dari masyarakat kita. Apabila kita mengikuti Yesus, maka tujuan, nilai, dan kebiasaan kita seharusnya berbeda dari orang-orang yang bukan kristiani. Itulah keadaan pada abad pertama ketika para penyembah berhala menjadi bingung dan dianggap salah menurut gaya hidup orang-orang kristiani. Petrus menulis, "Sebab itu mereka heran, bahwa kamu tidak turut mencemplungkan diri bersama-sama mereka di dalam kubangan ketidaksenonohan yang sama, dan mereka memfitnah kamu" (1 Petrus 4:4).

Apabila kita berbaris menurut entakan penabuh drum yang berbeda, tentu saja langkah kita tidak akan serempak dengan aspek tertentu dalam masyarakat. Hal ini tentu saja membutuhkan keyakinan, keberanian, dan sopan santun. Tetapi dengan anugerah Allah yang memungkinkan, kita dapat menjadi berbeda secara efektif.

Pertanyaan Refleksi:

- Apakah kendala yang seringkali dihadapi saat menerapkan nilai-nilai Kristiani di lingkungan sekitar saya?

Kata Bijak:

“Jangan takut melawan arus, ingatlah sebuah layang-layang dapat terbang karena menentang angin bukan mengikuti arah angin.”

SEMUT DAN GAJAH

**“Sadarlah kembali sebaik-baiknya dan jangan berbuat dosa lagi!
Ada di antara kamu yang tidak mengenal Allah.”**

(1 Korintus 15:34)



Gajah laut menghabiskan hampir seluruh hidupnya untuk tidur. Majalah Science News melaporkan, "Gajah laut jantan berukuran 4,8 meter, diukur dari hidungnya yang menyerupai belalai sampai ke bagian sirip. Dan berat mereka sekitar 3 ton. Kadang-kadang, seekor gajah laut akan menggunakan sirip depannya untuk menggaruk dirinya atau mengais pasir pelindung matahari pada tubuhnya." Selain itu binatang raksasa ini pada dasarnya tak bergerak.

Selanjutnya artikel itu menyatakan bahwa hal itu dikarenakan mereka tidak makan selama di darat pada musim berkembang biak, mereka tidur hampir sepanjang waktu. Selain menggaruk-garuk, bergulingan di lumpur, atau berguling-guling, binatang berat ini jarang bergerak.

Sebaliknya, semut kecil tampaknya tidak merasa lelah sewaktu mereka mulai melakukan pekerjaan secara tekun, yaitu menyimpan makanan untuk koloninya. Penulis kitab Amsal memuji kerajinan semut, mengutip keaktifan mereka sebagai contoh bagi orang yang mau hidup secara bijaksana.

Ada pelajaran rohani di sini. Orang-orang kristiani yang pola pelayanannya seperti semut, menyelesaikan segala sesuatu bagi Tuhan. Tetapi lainnya, seperti gajah laut, jarang bergerak. Mereka tampaknya hampir tidak hidup secara rohani, seolah-olah mereka menghemat energi untuk beberapa usaha yang sangat besar nantinya. Tetapi sekaranglah waktunya untuk sibuk bagi Kristus, meskipun talenta kita mungkin tampak tidak berarti.

Pertanyaan Refleksi:

- Maukah saya memberikan hidup memenuhi panggilan Tuhan dalam pekerjaan saya?? ataukah saya mau menghabiskan waktu hidup tanpa melakukan hal-hal surgawi di dunia ini?

Kata Bijak:

“Selama masih ada waktu, pakailah hidupmu untuk melayani sang Pencipta.”

JANGAN BOSAN HIDUP BENAR

Tetapi Daud berpikir dalam hatinya: "Bagaimanapun juga pada suatu hari aku akan binasa oleh tangan Saul. Jadi tidak ada yang lebih baik bagiku selain meluputkan diri dengan segera ke negeri orang Filistin; maka tidak ada harapan bagi Saul untuk mencari aku lagi di seluruh daerah Israel dan aku akan terluput dari tangannya.

(1 Sam 27:1)



Jenuh berbuat baik, menjadi orang baik, dan mempertahankan hidup benar bisa saja melanda siapa pun. Masalah yang tak kunjung selesai, doa yang belum terjawab, dan tekanan hidup yang memberatkan bisa menimbulkan pemikiran lelah mengikut Tuhan, bosan hidup benar, dan merasa tak ada gunanya untuk terus percaya kepada Tuhan. Inilah juga yang dialami oleh Daud.

Daud menjadi pelarian karena kejaran Saul, yang hendak membunuhnya. Daud bersama orang-orangnya harus hidup mencari perlindungan. Pengejaran Saul mungkin begitu menekannya, hingga Daud sampai pada satu titik jenuh dalam mempertahankan hidup benar. Daud pun mengambil langkah pintas dengan mencari perlindungan dari musuhnya. Suatu tindakan yang bertentangan dengan kehendak Tuhan. Perhatikan bahwa niat keliru Daud berawal dari pikiran yang salah. Daud yang sebelumnya begitu gigih mempertahankan hidup benar dengan tidak membunuh Saul, kini bertindak salah. Tindakan ini akhirnya menimbulkan banyak masalah, sampai-sampai ia berbohong kepada raja Akhis. Walau akhirnya Tuhan menolongnya, tetapi Daud harus membayar harga atas kesalahan tersebut.

Kita pun bisa saja meragukan janji-janji firman-Nya, terlepas dari berapa lama kita menjadi orang percaya. Saat berada dalam kondisi tertekan, ada kalanya iman kita terguncang dan kita tergoda untuk menyimpang dari firman Tuhan. Namun ayat firman hari ini meneguhkan kita, bahwa Tuhan menghargai bahkan membalas kebenaran dan kesetiaan anak-anak-Nya. Karenanya, kita harus tetap selaras dengan firman-Nya.

Pertanyaan Refleksi:

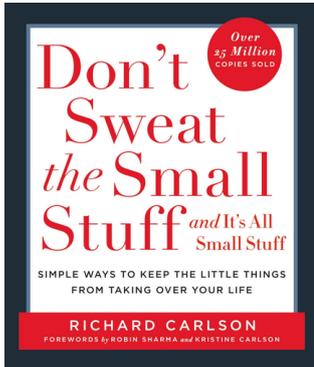
- Adakah situasi yang membuat kita goyah dan tergoda melakukan sesuatu yang tidak sesuai dengan kebenaran firman Tuhan?

Kata Bijak:

“Pikirkanlah selalu apakah setiap keputusan yang diambil selaras dengan firman Tuhan. Jika ya, barulah bertindak.”

RESPON YANG BENAR

**Mungkin TUHAN akan memperhatikan kesengsaraanku ini dan TUHAN membalas yang baik kepadaku sebagai ganti kutuk orang itu pada hari ini."
(2 Sam 16:12)**



Dalam hidup ini, adakalanya kita menghadapi masalah yang benar-benar serius, tetapi adakalanya juga kita menghadapi masalah-masalah kecil. Andai kita mengabaikan semua masalah kecil, maka energi kita tidak akan habis untuk menyelesaikan hal-hal yang kecil tersebut. Sayangnya, ada banyak orang yang begitu mudah terpengaruh dengan gangguan kecil yang seharusnya tidak perlu dipermasalahkan.

Richard Carlson dalam bukunya yang berjudul "Don't Sweat the Small Stuff" (Jangan memusingkan hal-hal sepele) berkata, "semakin Anda sering mempersoalkan atau membesar-besarkan setiap masalah yang ada, hidup Anda akan terasa penuh dengan beban masalah."

Dalam ayat renungan kita hari ini, kita dapat membaca sebuah kisah dimana Daud mendapat cercaan pedas dari Simei, salah satu kerabat Saul. Begitu kasar dan pedasnya cercaannya, hingga Abisai, salah satu pengawal Daud, ingin memenggal kepala Simei (2 Sam 16:9). Namun, luar biasanya Daud tidak menanggapinya, ia menganggap itu adalah hal sepele. Ia tidak perlu menjadi sakit hati apalagi ingin membalasnya.

Dalam menjalani kehidupan ini, setiap kita bisa saja mengalami situasi yang tidak menyenangkan akibat sikap atau perilaku buruk orang-orang di sekitar kita. Daripada terus menerus memikirkan dan memasukkannya ke dalam hati hingga membuat susah diri kita sendiri, lebih baik kita tidak perlu ambil pusing. Sebaliknya kita lakukan adalah menyerahkan semuanya itu kepada Tuhan dan membiarkan Tuhan yang menjadi "hakim."

Pertanyaan Refleksi:

- Bagaimana respon kita ketika mendapat perlakuan buruk dari orang lain? Apakah respon kita sejalan dengan Firman Tuhan atautakah kehendak pribadi?

Kata Bijak:

"Great leaders understand that the right attitude will set the right atmosphere, which enables the right response from others." Jhon C. Maxwell

MENGEJAR KEBAHAGIAAN

“Kecaplah dan lihatlah, betapa baiknya Tuhan itu! Berbahagialah orang yang berlindung pada-Nya!”

(Mazmur 34:9)



Pada tahun 1948, majalah Life mengajak sekelompok perwakilan serikat buruh, pemimpin industri, sarjana universitas, dan pendeta untuk mendiskusikan apa yang dimaksud perancang Konstitusi Amerika Serikat ketika mereka mengacu pada "pengejaran kebahagiaan". Mereka setuju bahwa pekerjaan yang mapan di bawah suasana yang kondusif dengan upah yang cukup sangatlah penting. Beberapa di antaranya termasuk nilai-nilai keadilan rasial, tidak mementingkan diri sendiri, dan integritas.

Diskusi ini mendorong salah seorang wanita muda cerdas yang pincang akibat penyakit polio, berkata, "Sayangnya, berdasarkan pengalaman saya, penderitaan dan kesakitan merupakan cara membangun karakter yang hebat. Bukan berarti bahwa menderita itu baik, tetapi hal ini sering membantu menggeser harapan kita akan kebahagiaan tanpa penderitaan, menjadi sebuah pencarian kebahagiaan di dalam penderitaan." Itu benar, tetapi kita hanya dapat menemukan kebahagiaan batin melalui pengenalan akan Allah secara pribadi dan dengan berjalan di jalan keyakinan serta ketaatan.

Kebahagiaan tidak didapat dengan mengejarnya. Sebaliknya, kebahagiaan merupakan hasil sampingan dari pencarian kita untuk berjalan lebih dekat dengan Allah. Saat melakukannya, kita akan menemukan kebahagiaan mendalam yang tak dapat diberikan oleh seseorang atau sesuatu. Itulah yang dimaksudkan Daud ketika ia berkata, "Kecaplah dan lihatlah betapa baiknya Tuhan itu! Berbahagialah orang yang berlindung pada-Nya!" (Mazmur 34:9)

Pertanyaan Refleksi:

- Sudahkah kita mengalami kebahagiaan dari Allah dalam hidup kita?

Kata Bijak:

“A Joyful heart is like the sunshine of God’s love, the hope of eternal happiness.”
Mother Teresa

ANDA PUN BISA DIPERCAYA

la menunjukkan diri-Nya setelah penderitaan-Nya selesai, dan dengan banyak tanda la membuktikan, bahwa la hidup.”

(Kisah Para Rasul 1:3)



Pada tahun 1957, Letnan David Steeves berjalan keluar dari Pegunungan Sierra di Nevada, California, setelah 54 hari pesawat jet pelatih Air Force-nya menghilang. Ia menceritakan kisah yang tak masuk akal tentang bagaimana ia bertahan hidup di belantara bersalju setelah terjun dengan parasut dari pesawatnya yang mati mesin. Sebelum ia menunjukkan bahwa dirinya masih hidup, sebenarnya secara resmi ia dinyatakan telah mati.

Saat penyelidikan selanjutnya gagal menemukan bangkai pesawat, Steeves dianggap berbohong dan ia dipaksa mengundurkan diri karena ceritanya diragukan. Lebih dari 20 tahun kemudian, kisahnya terbukti dengan ditemukannya bangkai pesawat oleh sebuah regu Pramuka.

"Kisah bertahan hidup" lain yang terjadi berabad-abad lalu juga masih kontroversial sampai saat ini. Seorang lelaki bernama Yesus Kristus yang berjalan keluar dari padang gurun Yudea membuat banyak pernyataan yang sulit dipercaya banyak orang. Lalu Dia dihukum mati dan dinyatakan mati. Namun, tiga hari kemudian Dia muncul dan menunjukkan bahwa diri-Nya hidup. Sejak itu muncul berbagai pandangan skeptis.

Renungkanlah kenyataan tentang kehidupan, kematian, dan kebangkitan Kristus. Integritasnya tidak diragukan lagi. Para nabi telah menubuatkan kedatangan-Nya. Mukjizat menjadi bukti keilahian-Nya. Para saksi mata membenarkan kebangkitan-Nya. Dan kini, kepada semua orang yang mencari kebenaran, Roh Kudus menegaskan bahwa Yesus hidup. Ya, Anda pun bisa percaya! Percayakah Anda?

Pertanyaan Refleksi:

- Masihkah kita meragukan karya keselamatan Tuhan Yesus dalam kehidupan kita?

Kata Bijak:

“Jangan biarkan apa yang kurasakan membuatmu meragukan apa yang Tuhan katakan dan lakukan.”

KEBAKARAN BESAR

Lidah, walaupun suatu anggota kecil dari tubuh, namun dapat memegangkan perkara-perkara besar. Lihatlah, betapa pun kecilnya api, dapat membakar hutan yang besar (Yakobus 3:5)



Pada bulan Juni tahun 2002, kebakaran Hayman memusnahkan lebih dari 54.800 hektar hutan pegunungan yang menawan di Colorado. Asap akibat kebakaran itu menggelapkan langit, menyesakkan penduduk kota yang tinggal 64 kilometer jauhnya dari tempat tersebut. Ribuan orang mengosongkan rumahnya, dan juga jutaan dolar dihabiskan untuk melawan lautan api yang disulut oleh sebatang korek api.

Percikan kecil, menimbulkan kebakaran besar. Demikianlah Yakobus menggambarkan kerusakan yang disebabkan oleh kata-kata yang kita ucapkan dengan sembrono dan kurang hati-hati. "Lihatlah, betapa pun kecilnya api, dapat membakar hutan yang besar. Lidah pun adalah api; ia merupakan suatu dunia kejahatan ... menodai seluruh tubuh dan menyalakan roda kehidupan kita, sedang ia sendiri dinyalakan oleh api neraka" (3:5-6).

Alkitab mendesak kita untuk tidak meremehkan kekuatan menghancurkan dari kata-kata kita. Hasutan dapat mengobarkan ledakan emosi yang membahayakan. Cara terbaik untuk menghindari nyala kemarahan adalah menahan diri untuk tidak menyalakan api. Kita harus mengizinkan hikmat Allah memeriksa pemikiran kita sebelum keluar lewat lidah kita. "Hikmat yang dari atas adalah pertama-tama murni, selanjutnya pendamai, peramah, penurut, penuh belas kasihan dan buah-buah yang baik, tidak memihak dan tidak munafik" (ayat 17).

Ketika kita memetik hikmat Allah melalui firman-Nya, kita dapat menghindari percikan perselisihan dan mengucapkan kata-kata damai.

Pertanyaan Refleksi:

- Pernahkan perkataan kita tanpa sengaja/ sengaja menyakiti orang lain? apa yang dilakukan?

Kata Bijak:

"Kata-kata tidak mematahkan dapat mematahkan tulang tetapi mematahkan hati."

HARGA KEJUJURAN

“Orang yang jujur dipimpin oleh ketulusannya, tetapi pengkhianat dirusak oleh kecurangannya.”

(Amsal 11:3)



Saya selalu ingat akan peristiwa pada masa kecil saat saya menemukan dua keping uang logam di halaman sekolah. Saya membawa kedua keping uang logam itu pulang, dan berpikir bahwa tak seorang pun kehilangan uang itu. Namun, Ibu menyuruh saya mengembalikannya pada guru saya. "Uang itu milik orang lain," kata Ibu. Sejak itu, Allah sering mengingatkan saya akan pelajaran awal mengenai kejujuran ini.

Sebagai contoh, ketika saya sedang berbelanja saat membayar, saya mendapatkan pengembalian uang yang lebih dari pemilik toko. saya sudah sampai dirumah dan menghitung uang kembalian ternyata lebih, Saya segera kembali ke toko, mengantri, meminta maaf pada kasir, dan mengembalikan kelebihan uang kembali. Seorang laki-laki di belakang saya melihat dengan tercengang. Ia berkata, "Itu kan hal biasa! Siapa yang akan tahu? Sungguh konyol Anda mau kembali!"

Selama beberapa saat saya merasa bodoh. Namun kemudian saya menemukan jawaban yang tepat untuknya. "Seandainya Anda kehilangan dompet," kata saya sambil tersenyum, "saya kira Anda akan berharap dompet itu ditemukan oleh orang bodoh seperti saya!"

Amsal 11 mengingatkan kita bahwa Allah senang dengan kejujuran (ayat 1), dan memberkati siapa saja yang melakukan perbuatan benar (ayat 6). Jadi, meskipun apa yang kita lakukan tampak sepele, Allah berkenan akan hal itu. Ini jauh lebih berharga dari segala kekayaan di dunia ini. Kejujuran sangatlah berharga karenanya jangan berhenti untuk melakukan kejujuran dimanapun kita berada.

Pertanyaan Refleksi:

- Bagaimana ketika anda berada di posisi saya yang mendapatkan uang kembalian lebih, apakah kita bergegas mengembalikan ataukah membiarkan?

Kata Bijak:

“Being honest may not get you a lot of friends but it'll always get you the right ones.”

DISIPLIN

Setelah Yesus mengatakan semuanya itu, banyak orang percaya kepada-Nya. Maka kata-Nya kepada orang-orang Yahudi yang percaya kepada-Nya: "Jikalau kamu tetap dalam firman-Ku, kamu benar-benar adalah murid-Ku, dan kamu akan mengetahui kebenaran, dan kebenaran itu akan memerdekakan kamu."

(Yohanes 8:30-32)



Dalam sebuah wawancara, penyanyi tenor ternama, Luciano Pavarotti pernah berkata, "Apakah Anda ingin tahu hal yang paling berat menjadi seorang penyanyi? Itu adalah keharusan mengorbankan diri setiap saat dalam hidup Anda, tanpa satu pengecualian. Misalnya, kalau hujan turun, jangan keluar sama sekali. Jangan makan ini atau itu. Tidur sepuluh jam sehari. Anda tidak boleh naik kuda, dan lain sebagainya. Jadi ini bukan kehidupan yang bebas." Ternyata, keberhasilan yang ia dapatkan tidak terlepas dari kedisiplinan.

Demikian halnya dalam pertumbuhan rohani kita, dibutuhkan sebuah kedisiplinan. Sebagai orang percaya, kita adalah murid Kristus, sebagaimana yang dinyatakan oleh Tuhan Yesus sendiri, "Jikalau kamu tetap dalam firman-Ku, kamu benar-benar adalah murid-Ku." (Yohanes 8:31).

Disiplin membutuhkan ketekunan dan kesetiaan dalam melakukan sesuatu untuk menjadi lebih baik. Dari sini kita memahami bahwa sebagai murid Kristus, kehidupan kita tidak bisa dilepaskan dari kedisiplinan, baik kedisiplinan dalam beribadah, bersaat teduh, membaca dan menaati firman Tuhan. Kedisiplinan tidak berbicara masalah suka atau tidak suka, tidak bergantung pada keadaan baik atau tidak baik, seperti apa yang diungkapkan oleh John Maxwell, bahwa hanya ada sedikit keadaan yang ideal untuk dapat berdisiplin.

Jadi, sudahkah Anda menjadi murid Kristus yang disiplin. Sudahkah Anda disiplin membaca Alkitab dan bersaat teduh? Mulailah dari sekarang. Buatlah jadwal pembacaan Alkitab dan saat teduh setiap hari. Beri tanda jika Anda telah berhasil melakukannya dan pastikan Anda lulus dalam menjalankannya.

Pertanyaan Refleksi:

- Adakah hambatan yang membuat kita sulit untuk disiplin? Langkah apa yang akan kita lakukan untuk mengatasinya?

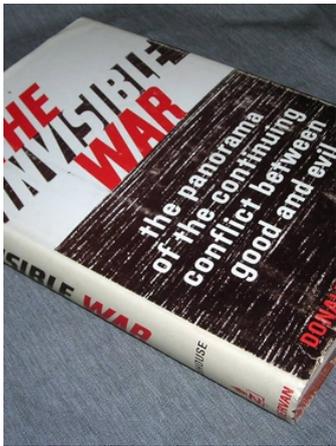
Kata Bijak:

"Discipleship means 'discipline'."

THE INVISIBLE WAR

Kami mematahkan setiap siasat orang dan merubuhkan setiap kubu yang dibangun oleh keangkuhan manusia untuk menentang pengenalan akan Allah. Kami menawan segala pikiran dan menaklukkannya kepada Kristus.

(2 Korintus 10:5)



Pikiran kita adalah aset besar yang kita miliki. Berbagai ide cemerlang dapat ditemukan di sana. Di dalam pikiran kita pun, didapati berbagai pandangan dunia, seperti materialisme, hedonisme, atau semua "-isme" yang tak jarang melawan pengetahuan tentang Tuhan. Di sana pun dapat ditemukan ketakutan, rasa bersalah, dendam, dan rasa tidak aman. Tahukah Anda bahwa pikiran orang percaya adalah tempat pertempuran sengit berkecamuk selama dua puluh empat jam dalam sehari.

Pada tahun 1965, Donald Grey Barnhouse menulis sebuah buku yang berjudul "The Invisible War." Buku ini bercerita tentang pertempuran di dalam pikiran. Pertempuran itu ganas, intens, tak henti-hentinya dan tidak adil. Ini terjadi karena Iblis berusaha membawa kita kembali pada perbudakan dosa, sehingga ia menyerang aset terbesar yang kita miliki.

Dalam 2 Korintus 10, Rasul Paulus memerintahkan jemaat di sana untuk menawan setiap pikiran untuk menaati Kristus. Bagaimana cara membuat pikiran kita menjadi patuh? Padahal ketika kita ingin berpikir dengan cara tertentu, pikiran kita malah berpikir dengan cara yang lain. Pikiran kita sering mengembara dengan sendirinya. Bahkan ketika kita sedang berdoa pun, pikiran kita bisa melayang. Kita harus sadar bahwa pikiran kita adalah medan pertempuran, itu sebabnya kita harus mempraktikkan "menawan dan menaklukkannya pada Kristus".

Saat ada pikiran negatif menyerang, kita dapat mencari kebenaran firman Tuhan untuk menggantikan kebohongan Iblis yang mengganggu kita. Kita dapat berdoa kepada Tuhan untuk meminta bimbingan.

Pertanyaan Refleksi:

- Pikiran negatif apa yang sering menyerang pikiran kita? dan bagaimana kita membuat pikiran Anda taat kepada Tuhan?

Kata Bijak:

"The biggest battles of our life are fought in the darkness of our mind."

PERTOLONGAN BUAYA

**Bahwa aku tertindas itu baik bagiku, supaya aku belajar ketetapan-ketetapan-Mu
(Mazmur 119:71)**



Apakah kita pernah mendengar istilah gator aid (pertolongan buaya) yang diberikan kepada sejumlah orang yang mengikuti kamp pelatihan di Florida selama Perang Dunia II?

Materi pelatihan yang diberikan kepada para prajurit itu termasuk berlari melewati daerah yang penuh rintangan. Pada akhir tes yang tujuannya menguji daya tahan, mereka harus bergelayut pada seutas tali dan melintasi sebuah kolam yang lebar namun tak terlalu dalam.

Di bawah sinar matahari permukaan kolam itu berkilauan, sangat menarik hati sehingga banyak prajurit hanya menyeberang separuh kolam lalu berenang -- sampai seorang letnan yang berani, memasukkan seekor buaya besar ke dalamnya. Sejak itu setiap prajurit yang hendak melompat sudah mengambil ancang-ancang hampir lima meter dari tepi kolam, dan mendarat di seberang dengan bergulingan.

Demikian pula sifat kita sebagai orang Kristen, terkadang harus dipacu oleh "dorongan" situasi yang tidak kita harapkan. Tanpa koreksi penuh kasih dari Allah dan disiplin yang sungguh-sungguh, daya tahan rohani dan kemampuan kita untuk menanggung segala sesuatu tak akan pernah bertumbuh. Jika Tuhan tidak mengizinkan kita mengalami keadaan sulit, kita akan segera terjebak dalam perasaan puas diri dan terlalu percaya diri.

Jika Anda mengalami kepedihan karena keadaan yang menekan, ingatlah perkataan Daud, "Bahwa aku tertindas itu baik bagiku, supaya aku belajar ketetapan-ketetapan-Mu" (Mazmur 119:71)

Pertanyaan Refleksi:

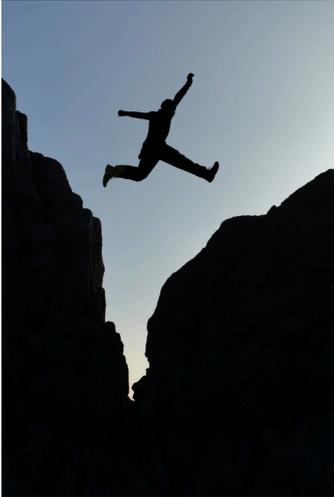
- Pikiran negatif apa yang sering menyerang pikiran kita? dan bagaimana kita membuat pikiran Anda taat kepada Tuhan?

Kata Bijak:

Through I am His sheep, I am still prone to stray,
So Jesus in love sends afflictions my way;
The lessons that come in this school of deep pain
Will teach me to follow my Lord once again! -- Bosch

BERANI MELANGKAH

**Karena iman Abraham taat, ketika ia dipanggil untuk berangkat ke negeri yang akan diterimanya menjadi milik pusakanya, lalu ia berangkat dengan tidak mengetahui tempat yang ia tuju.
(Ibrani 11:8)**



Banyak orang punya mimpi dan cita-cita besar dalam hidupnya. Namun jika tidak pernah direalisasikan menjadi tindakan, maka mimpi yang besar tersebut hanya akan menjadi mimpi semata. Ada beberapa penyebab utama yang membuat orang ragu mengambil tindakan. Ada yang karena takut mengambil resiko, ada yang karena tidak memiliki perencanaan, atau ada juga yang tidak percaya diri meraih mimpi mereka. Pada dasarnya, banyak orang yang takut mengambil tindakan untuk mewujudkan mimpi mereka karena mereka takut gagal.

Pada saat Tuhan menjumpai Abraham, Ia memberikan sebuah mimpi yang besar bahwa Abraham akan menjadi bapa dari segala bangsa, dengan keturunan sebanyak bintang di langit dan kekayaan yang luar biasa. Namun janji ini disertai satu syarat: ia harus berani melangkah pergi meninggalkan rumah ayahnya, negerinya, beserta segala kenyamanannya, untuk menuju negeri yang dijanjikan Tuhan baginya dan keturunannya. Masalahnya, Tuhan tidak pernah memberitahukan lokasi negeri itu kepada Abraham. Ia harus pergi bersama istrinya, segala harta bendanya dan rombongannya ke tempat yang ia tidak ketahui. Abraham meresponi dan beriman kepada panggilan Allah.

Jika kita tahu pasti dan yakin, bahwa mimpi kita itu berasal dari Tuhan, maka kita tidak punya alasan untuk takut gagal. Sebab kata-kata Tuhan itu bisa dipegang! Ia jauh lebih pasti dari surat kontrak atau perjanjian apapun di jagat raya ini. Kalau kita tidak pernah memulai, maka mustahil kita akan mencapainya. Sekali lagi, melangkahlah! Bertindaklah! Tuhan yang besar dan berkuasa itu menyertai Anda.

Pertanyaan Refleksi:

- Pernahkah Anda ragu untuk melangkah dalam meraih mimpi Anda? Apakah Anda pernah meragukan janji dan rencana Tuhan dalam hidup Anda?

Kata Bijak:

“Perjalanan seribu mil dimulai dari satu langkah.”

Pepatah Tiongkok

KORUPSI WAKTU

“Karena itu, perhatikanlah dengan saksama, bagaimana kamu hidup, janganlah seperti orang bebal, tetapi seperti orang arif, dan pergunakanlah waktu yang ada, karena hari-hari ini adalah jahat.”

(Efesus 5:15-16)



Apakah yang muncul dalam benak kita ketika mendengar tentang korupsi waktu? mungkin aneh namun seperti yang kita ketahui bersama bahwa korupsi artinya membengkokkan, menyalahgunakan. Korupsi waktu artinya menyalahgunakan waktu yang diberikan. Bentuk-bentuk korupsi waktu yang paling kelihatan diantaranya bermain game atau browsing di jam kerja, menunda pekerjaan dan mencari pengalihan, pengalihan media sosial secara berlebihan, dll.

Untuk mengatasi korupsi waktu ini, berikut beberapa langkah yang bisa kita ambil:

1. Menghargai Waktu sebagai karunia Tuhan dimana kita harus gunakan dengan bijaksana dan efektif. Mazmur 90:12 yang berkata, “Ajarlah kami menghitung hari-hari kami sedemikian, hingga kami beroleh hati yang bijaksana.”
2. Menempatkan Tuhan sebagai pusat hidup. Dalam Matius 6:33, Yesus mengingatkan kita untuk mencari kerajaan Allah terlebih dahulu artinya menjadikan Yesus sebagai prioritas. Hal ini memungkinkan kita untuk memaksimalkan waktu yang diberikan Tuhan dengan bijaksana.
3. Membuat Rencana dan Tujuan. Amsal 20:18 mengatakan, “Rencana berhasil oleh pertimbangan; sebab itu, janganlah berjuang tanpa membuat rencana yang matang.” Membuat rencana dan tujuan dapat membantu kita menggunakan waktu dengan lebih efektif.
4. Pengendalian diri dan disiplin. Galatia 5:22-23 menyebutkan bahwa salah satu buah Roh adalah pengendalian diri. Dengan berlatih disiplin dan pengendalian diri, kita bisa menghindari menunda-nunda atau membuang waktu

Mari kita berusaha untuk menghindari ‘korupsi waktu’ dan menggunakan setiap momen yang kita miliki untuk kemuliaan-Nya.

Pertanyaan Refleksi:

- Sudahkah kita menggunakan waktu dengan bijaksana?

Kata Bijak:

“A Man who dares to waste one hour of time has not discovered the value of life”
Charles Darwin

KOMITMEN DAN KONSISTENSI

“Supaya kamu dibaharui di dalam roh dan pikiranmu dan mengenakan manusia baru, yang telah diciptakan menurut kehendak Allah di dalam kebenaran dan kekudusan yang sesungguhnya.”

(Efesus 4:23-24)



Tentu merupakan suatu hal yang menyenangkan bila kita dapat membangun sebuah kebiasaan yang baru dalam waktu singkat. Namun nyatanya, membangun kebiasaan yang baru tidaklah semudah membalik telapak tangan. Ada proses yang harus kita jalani dan proses itu harus kita lakukan berulang-ulang hingga terekam dalam otak kita dan menjadi sebuah kebiasaan.

Namun, sebuah penelitian terbaru dari Phillippa Laly dalam *European Journal of Social Psychology* mengatakan bahwa, "Kebiasaan baru manusia bukan terbentuk dalam rentang waktu 18-254 hari. Lamanya proses pengulangan itu tergantung dari kompleksitas kebiasaan yang ingin kita bangun dan berapa lama kebiasaan yang lama telah menjadi bagian hidup kita."

Perubahan di mulai dari dalam pikiran kita dan perubahan adalah esensi dari pertumbuhan iman. Untuk mencapai itu semua, dibutuhkan proses yang panjang. Itu sebabnya, kita perlu segera melakukan perubahan bila kita ingin mengalami pertumbuhan. Firman Tuhan mengingatkan kita untuk berusaha melakukan perubahan dengan sungguh-sungguh. Karena semakin lama kita mengulangi tindakan-tindakan/kebiasaan hidup kita yang lama, maka hal itu akan membentuk karakter kita dan akan semakin sulit kita mengubahnya.

Mulailah evaluasi diri kita masing-masing, adakah pola pikir atau kebiasaan-kebiasaan yang perlu ditinggalkan atau ditingkatkan. Setelah Anda mengetahuinya, maka ambillah keputusan untuk berkomitmen melakukan perubahan dalam hidup Anda dan kerjakanlah dengan konsisten setiap hari. Mintalah pertolongan dan kekuatan dari Roh Kudus untuk memampukan Anda.

Pertanyaan Refleksi:

- Mengapa selama ini Anda tidak mengalami kemajuan dalam iman? Apakah kendalanya?

Kata Bijak:

“Perubahan bukanlah suatu perubahan sampai terjadi perubahan.”