

## KEBEBASAN DARI KEKUATIRAN DAN KEGELISAHAN

### Bagian ke-2

#### **Pengantar**

Umat manusia dipenuhi dengan orang-orang yang kuatir, gelisah. Bagaimana hal ini bisa terjadi padahal Yesus berjanji bahwa kehidupan yang bebas dari kekuatiran dapat menjadi milik kita?

Dalam bagian ke-1 dari pelajaran ini kita telah melihat beberapa alasan mengapa umat manusia dilanda kekuatiran dan kegelisahan. Dalam bagian kedua ini, kita akan belajar bagaimana berkemenangan atas perasaan-perasaan yang melemahkan ini.

#### **Pelajaran kita**

Kita hidup dalam suatu masyarakat yang menganggap materi itu sangat penting. Alkitab mengingatkan bahwa ini sesuatu yang sangat berbahaya.

#### **Firman: 1 Timotius 6:9-10**

*“Tetapi mereka yang ingin kaya terjatuh ke dalam pencobaan, ke dalam jerat dan ke dalam berbagai-bagai nafsu yang hampa dan yang mencelakakan, yang menenggelamkan manusia ke dalam keruntuhan dan kebinasaan. Karena akar segala kejahatan ialah cinta uang. Sebab oleh memburu uanglah beberapa orang telah menyimpang dari iman dan menyiksa dirinya dengan berbagai-bagai duka.”*

1. Apa yang dapat terjadi pada orang yang ingin menjadi kaya? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. Bagaimana Paulus menyebut cinta uang? \_\_\_\_\_

3. Apa akibatnya terhadap beberapa orang? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Paulus mengingatkan kita akan konsekuensi-konsekwensi yang sangat nyata apabila cinta akan uang merupakan prioritas utama dalam hidup kita.

Yesus mengatakan hal yang sama dalam Injil Matius.

#### **Firman: Matius 6:24**

*“Tak seorang pun dapat mengabdikan kepada dua tuan. Karena jika demikian, ia akan membenci yang seorang dan mengasihi yang lain, atau ia akan setia kepada yang seorang dan tidak mengindahkan yang lain. Kamu tidak dapat mengabdikan kepada Tuhan dan kepada Mammon.”*

4. Menurut Yesus apa yang tidak mungkin dilakukan? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Kita ingin percaya bahwa kita dapat melayani kedua-duanya, tetapi dalam hidup ini, kita selalu harus memilih: Mana yang lebih penting bagi kita—Tuhan atau uang?

Yesus memberi kita sebuah perumpamaan di mana seorang penabur menaburkan benih (firman Tuhan) pada berbagai jenis tanah (hati kita) yang berbeda: benih ditabur di pinggir jalan, benih yang jatuh di tanah yang berbatu-batu, benih yang jatuh di tengah semak duri, dan benih yang ditabur di tanah yang baik. Setelah itu, Ia menjelaskan arti perumpamaan tersebut kepada murid-murid-Nya.

**Firman: Matius 13:22**

*“Yang ditaburkan di tengah semak duri ialah orang yang mendengar firman itu, lalu kekuatiran dunia ini dan tipu daya kekayaan menghimpit firman itu sehingga tidak berbuah.”*

5. Tanah yang bersemak duri itu mewakili apa? \_\_\_\_\_

---

6. Apa yang terjadi pada benih yang ditaburkan di sana? \_\_\_\_\_

Kekuatiran dan tipu daya kekayaan dapat merampas firman Tuhan dari kita. Kalau kita melihat kembali pengajaran Yesus dalam bagian ke-1, kita akan melihat bahwa jika kita mendahulukan mencari Kerajaan Tuhan dan kebenaran-Nya, maka Tuhan berjanji akan memenuhi segala kebutuhan kita. Namun demikian, hanya sedikit diantara kita yang memiliki iman seperti itu.

Dalam kurangpercayaan kita kepada Tuhan, terlalu sering kita bertindak seolah-olah Tuhan itu orang miskin. Tetapi kelimpahan-Nya cukup untuk memenuhi segala kebutuhan kita, bukan hanya kebutuhan jasmani kita, tetapi juga kebutuhan emosional dan spiritual.

**Firman: Mazmur 23:1-4**

*“Tuhan adalah gembalaku, takkan kekurangan aku. Ia membaringkan aku di padang yang berumput hijau, Ia membimbing aku ke air yang tenang; Ia menyegarkan jiwaku. Ia menuntun aku di jalan yang benar oleh karena nama-Nya. Sekalipun aku berjalan dalam lembah kekelaman, aku tidak takut bahaya, sebab Engkau besertaku; gada-Mu dan tongkat-Mu, itulah yang menghibur aku.”*

7. Sebutkan beberapa hal yang disediakan Gembala (Tuhan) bagi domba-domba-Nya (pengikut-Nya). \_\_\_\_\_

---

Dan kalau itu masih belum cukup, kita memiliki janji menyeluruh yang ditulis Paulus dalam Filipi.

**Firman: Filipi 4:19**

*“Tuhanku akan memenuhi segala keperluanmu menurut kekayaan dan kemuliaan-Nya dalam Kristus Yesus.”*

8. Apa yang akan dilakukan Tuhan? \_\_\_\_\_

---

Sebuah janji yang luar biasa! Berulang-ulang Alkitab menjanjikan kita bahwa Tuhan akan memenuhi kebutuhan mereka yang percaya kepada-Nya. Bagaimana hal ini diwujudkan?

**Firman: 1 Petrus 5:7**

*“Serahkanlah segala kekuatiranmu [segala kegelisahanmu, segala keprihatinanmu, sekali dan untuk seterusnya] kepada-Nya, sebab Ia yang memelihara kamu.”*

9. Apakah yang harus kita lakukan atas segala kegelisahan, kekuatiran dan keprihatinan kita? \_\_\_\_\_

---

Ya, sebagian besar tergantung kita. Untuk melihat janji-janji Tuhan digenapi dalam hidup kita, kita harus melakukan sesuatu: kita harus menyerahkan kegelisahan dan keprihatinan kita kepada-Nya. Dalam Matius, Yesus mengatakan kepada kita cara melakukannya.

**Firman: Matius 11:28-29**

*“Marilah kepada-Ku, semua yang letih lesu dan berbeban berat, Aku akan memberi kelegaan kepadamu. Pikullah kuk yang Kupasang dan belajarlah pada-Ku, karena Aku lemah lembut dan rendah hati dan jiwamu akan mendapat ketenangan.”*

10. Kepada siapa Yesus berbicara dalam ayat-ayat ini? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Sesungguhnya, Yesus berbicara kepada kita semua.

11. Apa yang Ia tawarkan kepada kita? \_\_\_\_\_

12. Bagaimana kita dapat mencapainya menurut Dia? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Istilah lain yang Tuhan gunakan untuk menggambarkan ketenangan, tidak ada kegelisahan dan kekuatiran dalam hidup kita, adalah damai sejahtera.

**Firman: Filipi 4:6-7**

*“Janganlah hendaknya kamu kuatir tentang apa pun juga, tetapi nyatakanlah dalam segala hal keinginanmu kepada Tuhan dalam doa dan permohonan dengan ucapan syukur. Damai sejahtera Tuhan, yang melampaui segala akal, akan memelihara hati dan pikiranmu dalam Kristus Yesus.”*

13. Bagaimana kita mendapatkan damai sejahtera Tuhan? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

14. Bagaimana Paulus menggambarkan damai sejahtera ini? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

15. Apa yang akan dilakukan oleh damai sejahtera ini? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Firman: Filipi 4:8-9**

*“Jadi akhirnya, saudara-saudara, semua yang benar, semua yang mulia, semua yang adil, semua yang suci, semua yang manis, semua yang sedap didengar, semua yang disebut kebajikan dan patut dipuji, pikirkanlah semuanya itu. Dan apa yang telah kamu pelajari dan apa yang telah kamu terima, dan apa yang telah kamu dengar dan apa yang telah kamu lihat padaku, lakukanlah itu. Maka Tuhan sumber damai sejahtera akan menyertai kamu.”*

16. Apa yang harus kita pikirkan? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

17. Siapakah yang menyertai kita? \_\_\_\_\_

Ini bukan hal yang baru. Kitab Yesaya memberikan janji yang sama dalam Perjanjian Lama.

**Firman: Yesaya 26:3**

*“Yang hatinya teguh Kaujagai dengan damai sejahtera, sebab kepada-Mulah ia percaya.”*

18. Bagaimana kita mendapatkan damai sejahtera? \_\_\_\_\_

---

Paulus memiliki nasihat tambahan untuk hidup bebas dari kekuatiran.

**Firman: Filipi 3:13, 14**

*“Ini yang kulakukan: aku melupakan apa yang telah di belakangku dan mengarahkan diri kepada apa yang di hadapanku, dan berlari-lari kepada tujuan untuk memperoleh hadiah, yaitu panggilan sorgawi dari Tuhan dalam Kristus Yesus.”*

19. Paulus berkata bahwa ia sudah belajar melakukan apa? \_\_\_\_\_

---

Paulus mengatakan lebih banyak lagi dalam Filipi.

**Firman: Filipi 4:11-13**

*“Aku telah belajar mencukupkan diri dalam segala keadaan. Aku tahu apa itu kekurangan dan aku tahu apa itu kelimpahan. Dalam segala hal dan dalam segala perkara tidak ada sesuatu yang merupakan rahasia bagiku; baik dalam hal kenyang, maupun dalam hal kelaparan, baik dalam hal kelimpahan maupun dalam hal kekurangan. Segala perkara dapat kutanggung di dalam Dia yang memberi kekuatan kepadaku.”*

20. Paulus berkata bahwa ia sudah belajar untuk melakukan apa lagi? \_\_\_\_\_

---

Perhatikan bahwa Paulus berkata ia telah belajar rahasia untuk mencukupkan diri dalam segala keadaan. Kemampuan untuk mencukupkan diri itu tidak begitu saja didapat oleh Paulus. Dibutuhkan waktu untuk mencapainya.

21. Siapa yang memberi Paulus kekuatan untuk mencukupkan diri dalam segala keadaan? \_\_\_\_\_

---

Bagi mereka yang kuatir akan masa depan, Yesus memberikan janji yang pasti.

**Firman: 1 Yohanes 4:4**

*“Roh yang ada di dalam kamu, lebih besar dari pada roh yang ada di dalam dunia.”*

22. Kepastian apa yang kita miliki? \_\_\_\_\_

---

Karena kita melayani Tuhan yang lebih besar dari apa pun dalam alam semesta ini, maka kehidupan yang bebas dari kekuatiran dapat kita miliki.

Satu orang yang sudah menemukan rahasia untuk tenang dalam Yesus adalah teman-Nya, Maria dari Betania.

**Firman: Lukas 10:38-42**

*“Ketika Yesus dan murid-murid-Nya dalam perjalanan, tibalah Ia di sebuah kampung. Seorang perempuan yang bernama Marta menerima Dia di rumahnya. Perempuan itu mempunyai seorang saudara yang bernama Maria. Maria ini duduk dekat kaki Tuhan dan terus mendengarkan perkataan-Nya, sedang Marta sibuk sekali melayani. Ia mendekati Yesus dan berkata: ‘Tuhan, tidakkah Engkau peduli, bahwa saudaraku membiarkan aku melayani seorang diri? Suruhlah dia membantu aku.’ Tetapi Tuhan menjawabnya: ‘Marta, Marta, engkau kuatir dan menyusahkan diri dengan banyak perkara, tetapi hanya satu saja yang perlu: Maria telah memilih bagian yang terbaik, yang tidak akan diambil dari padanya.’”*

23. Apa yang dikatakan Yesus tentang pilihan Marta? \_\_\_\_\_

---

24. Apa yang dikatakan-Nya tentang pilihan Maria? \_\_\_\_\_

---

“Bagian yang terbaik” apa yang telah dipilih Maria? Apa yang memungkinkan dia bebas dari kekuatiran dan kegelisahan sementara saudaranya Marta “menyusahkan diri dengan banyak perkara.”

Maria telah mengutamakan mencari Kerajaan Tuhan dan kebenaran-Nya dan telah memikul kuk yang dipasang Yesus. Oleh sebab itu, ia dapat duduk diam dekat kaki Yesus dan tenang, bebas dari kegelisahan dan kekuatiran.

Nampaknya hal ini tidak mungkin tercapai. Namun Yesus berjanji bahwa ini dapat menjadi warisan kita.

Ketenangan, damai sejahtera, kebebasan dari kekuatiran dan kegelisahan—semua itu tersedia untuk kita miliki dan nikmati.

## Jawaban

1. Mereka dapat tenggelam ke dalam keruntuhan dan kebinasaan
2. Akar segala kejahatan
3. Menyebabkan mereka menyimpang dari iman dan menyiksa dirinya dengan berbagai-bagai duka
4. Untuk melayani dua tuan – Tuhan dan Mamon
5. Kekuatiran dunia ini dan tipu daya kekayaan
6. Benih itu terhimpit
7. Segala sesuatu yang kita perlukan, istirahat dan ketenangan, kesegaran, tuntunan, perlindungan, penghiburan
8. Memenuhi segala keperluan kita
9. Menyerahkan semuanya kepada Yesus
10. Mereka yang letih lesu dan berbeban berat
11. Ketenangan
12. Datang kepada-Nya, memikul kuk yang dipasang-Nya dan belajar dari Dia
13. Dengan menyatakan keinginan kita kepada Tuhan dalam doa, permohonan, dan ucapan syukur
14. Damai sejahtera yang melampaui segala akal
15. Memelihara hati dan pikiran kita dalam Kristus Yesus
16. Semua yang benar, mulia, adil, suci, manis, sedap didengar, disebut kebajikan dan patut dipuji
17. Tuhan sumber damai sejahtera
18. Dengan meneguhkan hati kita kepada Tuhan
19. Melupakan apa yang telah di belakangnya dan mengarahkan diri kepada apa yang di hadapannya
20. Mencukupkan diri dalam segala keadaan
21. Tuhan
22. Bahwa Dia yang ada di dalam kita (Yesus) lebih besar dari pada yang ada di dalam dunia (Setan)
23. “Engkau kuatir dan menyusahkan diri dengan banyak perkara”
24. “Maria telah memilih bagian yang terbaik.”

Copyright © 2000 oleh JoAnne Sekowsky