

MINGGU, 25 November 2012
MENGENDALIKAN KEMARAHAAN
(CONTROLLING YOUR ANGER)

Nehemia 4: 1-9; Yakobus 1: 19-26; Matius 26:6-10

*Setiap orang hendaklah ... lambat untuk marah;
sebab kemarahan manusia tidak mengerjakan kebenaran di hadapan Allah (Yakobus
1:19-20)*

Melihat Nehemia pulang dari pembuangan dan memimpin pembangunan tembok Yerusalem, Sanbalat, Gubernur Samaria (Israel Utara) tersinggung. Sakit hati. Dikiranya Nehemia ingin menarik simpati rakyat. Tebar pesona. Sanbalat merasa popularitasnya terancam, padahal Nehemia sama sekali tidak punya itikad buruk. Ia membangun tembok hanya sebagai wujud bakti kepada Tuhan dan bangsanya.

Karena hatinya terluka, Sanbalat berusaha balas melukai hati Nehemia. Ia mengejek. Mengolok-olok. Mengeluarkan pernyataan sinis agar para pekerja patah semangat. Upaya itu tidak mempan, sebab Nehemia tidak membiarkan dirinya dikuasai sakit hati. Perkara itu ia serahkan kepada Tuhan, lalu ia pun kembali bekerja.

Orang yang hatinya cepat terluka, marah, tanpa sadar kerap melukai hati orang lain juga. Apakah Anda cepat tersinggung? Sering salah paham? Rasa sakit hati bisa membuat Anda bersikap membela diri. Ingin balas melukai, padahal belum tentu orang tersebut bermaksud buruk kepada Anda. Orang yang cepat tersinggung akan dijauhi orang! Belajarlah dari Nehemia. Sakit hati tak perlu dibalas dengan menyakiti hati orang, yang terbaik hanyalah dengan mencurahkan isi hati kepada Tuhan.

Jika demikian bolehkah seorang kristiani marah? Marah itu wajar. Hidup memang tidak selalu berjalan seperti yang kita harapkan. Orang-orang di sekitar kita juga tidak selalu berlaku seperti yang kita mau.

Sebagai orang kristiani, tidak salah apabila kita marah. Asal, marah untuk sesuatu yang tepat, dengan cara yang tepat, kepada orang yang tepat, dan di waktu yang tepat. Kerap yang menjadi masalah bukan marahnya, tetapi bagaimana dan untuk apa kita marah. Juga, jangan menyimpan kemarahan hingga menjadi dendam kesumat. Kemarahan yang disimpan justru akan merampas kebahagiaan kita. Tidak ada orang yang bisa bahagia dengan terus menyimpan kemarahan dan dendam. Lebih dari itu, kemarahan yang terus disimpan hanya akan mendorong kita ke dalam jurang dosa. Peristiwa pembunuhan Habel oleh Kain, kakaknya, terjadi karena dipicu dan dipacu oleh kemarahan Kain yang terus dipendamnya, lalu dilampiaskan dengan membabi buta. Mari kita belajar mengelola amarah

MARAHAH ITU TIDAK SALAH, KITA HANYA PERLU MENGELOLANYA