

## MEMBUKA HARI (TO START THE DAY)

Ulangan 6:4-9; Filipi 4:4-9; Markus 1:35-39

Sebagai umat Allah, Israel diajar untuk setiap pagi saat bangun dari tidur untuk pertama-tama mengucapkan: “Shema (dengarlah) hai orang Israel: Tuhan itu Allah kita, Tuhan itu esa. Kasihilah Tuhan Allahmu, dengan segenap hatimu dan dengan segenap jiwamu dan dengan segenap kekuatanmu.” (ay. 4-5). Di samping itu Pemazmur mengawali hari juga dengan mengucapkan kalimat: “Inilah hari yang dijadikan TUHAN, marilah bersorak-sorak dan bersukacita karenanya!” (Mazmur 118:24). Sedangkan Yesus saat pagi-pagi benar, waktu hari masih gelap, begitu bangun Ia ke tempat yang sunyi untuk berdoa.

Setiap pagi, filsuf Amerika Henry David Thoreau begitu bangun dari tidur tidak segera beranjak dari tempat tidurnya, ia tetap berbaring untuk sejenak waktu untuk menyadari berkat-berkat Tuhan: tubuh yang sehat, pikiran yang jernih, pekerjaan yang menyenangkan, masa depan yang cerah, dan teman-teman yang dapat dipercaya. Setelah sejenak melakukan meditasi/ saat teduh ini, barulah ia beranjak dari tempat tidurnya, memulai hari barunya untuk memasuki dunia dengan berbagai hal yang baik yang ada di dalamnya, orang-orang yang menyukakan hati dan berbagai peluang yang menjanjikan.

Cara ia memulai hari dalam banyak hal akan sama dengan bagaimana kemudian hari yang dilaluinya. Hal ini dalam banyak hal juga benar bagi kita.

Maka cobalah ingat kembali, apa yang Saudara katakan (pikirkan) begitu bangun dari tempat tidur? Kemungkinan yang dapat terjadi adalah apa yang kita katakan (pikirkan) itu menentukan suasana hidup kita sepanjang hari yang akan kita lewati.

“Perubahan selalu diawali dari pikiran, cara kita berpikir menentukan cara kita merasa, dan cara kita merasa mempengaruhi cara kita bertindak-tanduk/berprilaku.” Maka semakin banyak Injil Kabar Baik kita camkan, semakin banyak Injil Kabar Baik itu akan menjadi bagian dalam diri kita dan menentukan suasana hari yang kita lalui.

Maka camkanlah baik-baik bagaimana kita membuka hari-hari kita. Apakah kita memenuhi pikiran kita dengan kesukacitaan dan keberhasilan ketika memulai hari? Atau keterpurukan sebelum memulai hari? Bagaimanapun kegagalan atau rintangan yang kita hadapi tahun lalu dan apa pun tantangan yang akan kita hadapi tahun ini, kita tetap dapat memusatkan diri untuk menemukan janji rahmat Tuhan hari ini.