

3. Menguasai Jiwa Anda

Khotbah di Bukit

(Matius 5:21-30)

Dalam studi ketiga kita tentang Khotbah di Bukit, kita sampai pada salah satu bagian paling berharga dari Kitab Suci dalam Perjanjian Baru. Yesus memberikan petunjuk praktis tentang bagaimana kita seharusnya bersikap, berpikir, dan di mana perilaku kita sebenarnya dimulai. Tuhan langsung menuju inti permasalahan dengan fokus pada perubahan yang harus terjadi terlebih dahulu di dalam hati seseorang. Di sinilah Allah bertemu dengan kita. Anak Allah perlu belajar bagaimana menyelaraskan hati mereka dengan hati Bapa. Kitab Amsal memberitahu kita, **“Jagalah hatimu dengan segala kewaspadaan, sebab dari situlah mengalir mata air kehidupan” (Amsal 4:23 ESV)**. Sumber kehidupan kita bermula di pusat keputusan dan pikiran. Dalam Perjanjian Lama, kata “hati” (*levav*) digunakan di mana pun pikiran dan niat dimaksudkan. Kata Ibrani untuk “jiwa” (*nephesh—secara harfiah, “bernapas”*) digunakan untuk seluruh keberadaan, baik tubuh maupun pikiran. Banyak ayat Alkitab menunjukkan bahwa hati, pikiran, dan pikiran terkait dengan jiwa, dan di beberapa tempat, mereka digunakan secara bergantian.

Apa Itu Jiwa?

Ketika tumbuh besar di Inggris sebagai anak-anak, saya sering menerima komik bergambar setiap minggu. Favorit saya adalah *Beano* dan *Dandy*. Ketika Dennis the Menace, salah satu karakter dalam komik, harus membuat keputusan antara menjadi baik atau melakukan kejahatan, dia akan ditemani oleh setan komik dengan tanduk di kepalanya, kaki bercabang, dan membawa garpu. Dia selalu digambarkan mengatakan sesuatu untuk memaksa Dennis the Menace melakukan hal yang buruk, sementara di sisi lain ada sosok suci berpakaian jubah putih dengan cincin di atas kepalanya, mengingatkan Dennis bahwa dia harus memaafkan dan berbuat baik. Komik-komik ini menggambarkan pertempuran batin yang terjadi dalam pikiran dan jiwa kita saat memilih siapa yang akan kita dengarkan dan taati dalam dunia yang penuh dosa ini.

Bagian dalam diri kita, bagian tak berwujud dari manusia, pikiran, kehendak, emosi, dan hati nurani kita, adalah apa yang Alkitab sebut sebagai jiwa manusia. Jika kita mendengarkan pikiran gelap, jiwa kita akan dibentuk dan disesuaikan dengan roh-roh gelap yang beroperasi di alam tak terlihat. Inilah yang Raja Daud maksudkan dalam Mazmur Gembala 23 yang terkenal: **“Ia memulihkan jiwaku. Ia memimpin aku dalam jalan-jalan kebenaran demi nama-Nya” (Mazmur 23:3, ESV, Penekanan ditambahkan)**. Mungkin Anda pernah mengalami masa-masa gelap ketika Anda tidak memiliki damai, dan pikiran Anda terus-menerus ditindas oleh si jahat. Saya percaya bahwa Anda telah mulai berjalan bersama Tuhan Yesus Kristus, karena tidak ada yang dapat memulihkan jiwa, pikiran, kehendak, dan emosi Anda seperti Tuhan Yesus. Bagaimana Tuhan Yesus membawa damai kepada jiwa yang gelisah? Pertama-tama, kita menyerahkan diri sepenuhnya kepada Tuhan Yesus, dan kemudian Dia memulai proses pemulihan dan transformasi. Khotbah di Bukit berbicara tentang belajar berjalan bersama Kristus dan tidak menyedihkan Roh Kudus Allah, yang datang untuk tinggal di dalam orang percaya. Tuhan Yesus melampaui dosa-dosa luar ke akar di mana dosa itu bermula. Dia berbicara tentang jenis kemarahan yang merendahkan karakter orang lain:

²¹ “Kamu telah mendengar bahwa dikatakan kepada nenek moyangmu, ‘Jangan membunuh; dan siapa pun yang membunuh akan dihukum.’ ²² Tetapi Aku berkata kepadamu, siapa pun yang marah kepada saudaranya akan dihukum; siapa pun yang menghina saudaranya akan dihukum oleh majelis; dan siapa pun yang berkata, ‘Kamu bodoh!’ akan dihukum dengan api neraka. ²³ Jadi, jika kamu sedang mempersembahkan persembahanmu di mezbah dan ingat bahwa saudaramu mempunyai sesuatu terhadapmu, ⁽²⁴⁾ tinggalkan persembahanmu di sana di depan mezbah dan pergilah. Pertama-tama berdamailah dengan saudaramu, lalu datanglah dan persembahkanlah persembahanmu. ⁽²⁵⁾ Segeralah berdamai dengan lawanmu selagi kamu sedang dalam perjalanan ke pengadilan bersamanya, supaya lawanmu tidak menyerahkanmu kepada hakim, dan hakim kepada penjaga, dan kamu dimasukkan ke dalam penjara. ⁽²⁶⁾ Sesungguhnya, Aku berkata kepadamu, kamu tidak akan keluar dari sana sampai kamu membayar sen terakhir (Matius 5:21-26; Penekanan ditambahkan).

Para pemimpin agama pada zaman Yesus mendukung ajaran yang mereka sampaikan dengan mengutip berbagai rabi, tetapi Yesus berbicara dengan otoritas-Nya sendiri, berkata, “Aku berkata kepadamu.” Berbicara dengan otoritas-Nya sendiri begitu membuat marah para guru Yahudi sehingga pada suatu saat, mereka menanggapi Tuhan, berkata, “**Apakah Engkau lebih besar dari bapa kami, Abraham? Dia mati, dan para nabi pun mati. Siapakah Engkau ini?**” Jika Yesus bukan Allah yang menjadi manusia, berbicara dengan otoritas-Nya sendiri akan dianggap sebagai penistaan bagi orang Yahudi.

Kemarahan yang Mengarah pada Pembunuhan

Tuhan memiliki cara untuk melampaui masalah permukaan dan mencapai akar masalah yang mempengaruhi kita di inti keberadaan kita. Melakukan dosa pembunuhan adalah hal yang mengerikan, tetapi Tuhan Yesus mengutuk bahkan memikirkan atau merencanakan kekerasan terhadap orang lain. Perbuatan dosa pertama kali dilakukan di pikiran dan hati individu. Di situlah pilihan dipertimbangkan, dan keputusan dibuat apakah pikiran tersebut akan diwujudkan. William Barclay, dalam komentarnya, menggambarkan pertempuran rohani ini dengan cara berikut:

Plato membandingkan jiwa dengan seorang kusir yang bertugas mengendalikan dua kuda. Kuda yang satu lembut, patuh, dan taat pada tali kekang dan perintah; kuda yang lain liar, tak terkendali, dan memberontak. Nama kuda yang satu adalah akal; nama kuda yang lain adalah nafsu. Hidup selalu merupakan konflik antara tuntutan nafsu dan kendali akal. Akal adalah tali kekang yang menahan nafsu. Namun, *tali kekang itu bisa putus kapan saja*. Pengendalian diri mungkin untuk sesaat lengah—dan lalu apa yang mungkin terjadi? Selama ada ketegangan batin ini, konflik internal ini, hidup harus tidak aman. Dalam keadaan seperti itu, tidak ada yang namanya keamanan. Satu-satunya cara menuju keamanan, kata Yesus, adalah menghilangkan keinginan akan hal yang dilarang selamanya. Hanya dengan begitu hidup menjadi aman.¹

Ada ideologi umum saat ini: "*Ikuti hatimu*." Sebagai seorang Kristen, apakah Anda melihat jebakan dalam pendekatan tersebut dalam hidup?

¹ William Barclay, *Alkitab Studi Harian, Injil Matius, Jilid 1*. Dicetak oleh Saint Andrew Press, Edinburgh. Halaman 136-137.

Ketika seseorang menerima anugerah hidup baru dalam Kristus, Roh Allah masuk ke dalam hidupnya dan memulai proses transformasi diri batiniahnya, karakternya. Saya menemukan bahwa Roh Kudus, dalam pelayanan-Nya yang membentuk dan mengukir karakter kita, sering menyoroti aspek-aspek tertentu dari karakter kita. Izinkan saya memberikan contoh dengan jujur tentang kehidupan awal saya sebagai seorang Kristen muda. Ketika saya datang kepada Kristus pada usia 23 tahun, **saya** adalah seorang nelayan komersial yang bekerja bersama ayah saya di kapalnya di lepas pantai Harwich, Inggris. Ketika seorang pria jauh dari wanita dan anak-anak, dan berada di antara pria-pria duniawi lainnya, seringkali hal-hal terburuk dari dalam diri seseorang akan meluap sepenuhnya. Pekerjaan nelayan komersial adalah pekerjaan yang sangat berbahaya dan penuh tekanan (), dan banyak hal bisa terjadi yang menyebabkan ketegangan di antara rekan kerja. Kata-kata kasar sering kali meluap, dan emosi mudah memuncak. Saya ingat suatu saat ketika saudara laki-laki saya, yang lebih tua satu tahun dari saya dan bekerja bersama kami, dikenal oleh banyak orang sebagai seorang pengganggu; dia sering menggunakan bahu saya sebagai sasaran tinju, berlatih keterampilan tinjunya. Saya tidak ingat apakah saya seorang Kristen saat itu, tetapi saya ingat begitu marah padanya hingga saya menyerangnya dan mencoba melemparnya ke sungai Deben di dekat Felixstowe, Suffolk. Sungai Deben terkenal sebagai salah satu sungai tercepat di Inggris, terutama di mulutnya. Jika saya berhasil melemparnya ke sungai, arus yang cepat akan menyeretnya ke bawah dan membunuhnya.

Setiap kali saya tergoda untuk membiarkan amarah saya meluap, saya ingat hari itu ketika saya hampir melempar saudara saya ke sisi perahu. Beberapa tahun lalu, saya mengunjungi seorang teman yang memiliki lubang di dinding ruang tamunya. Ketika saya bertanya mengapa dia tidak menutupi lubang itu dan mengecatnya, dia menjawab bahwa lubang itu ada untuk mengingatkannya pada saat dia begitu marah pada istrinya hingga melemparkan pisau padanya, meleset, dan pisau itu menancap di dinding. Dia membutuhkan pengingat bahwa amarahnya harus dikendalikan. Dia tidak lama menikah. Istrinya segera meninggalkannya, bersama dengan luka dan beban yang datang dengan kehilangan keluarganya.

Apakah Marah Itu Dosa?

Tidak salah untuk marah. Ada kemarahan yang benar yang seharusnya dirasakan oleh umat Allah. Rasul Paulus menulis, "**Dalam kemarahanmu, janganlah berdosa: Jangan biarkan matahari terbenam sementara kamu masih marah**" (Efesus 4:26). Yang dimaksud Paulus adalah bahwa boleh marah terhadap ketidakadilan yang terjadi, tetapi jangan biarkan amarahmu menjadi sesuatu yang bertahan lama. Harus ada kemarahan yang benar dalam diri kita ketika melihat hak-hak orang miskin diinjak-injak dan ketika melihat atau membaca tentang anak-anak tak berdosa dan orang lemah yang disakiti dan dimanfaatkan. Yesus marah terhadap penyalahgunaan orang sakit oleh elit agama dan kekejaman hati mereka:

Ia masuk lagi ke dalam sebuah sinagoga; dan di sana ada seorang pria yang tangannya layu. Mereka mengamatinya untuk melihat apakah Ia akan menyembuhkannya pada hari Sabat, agar mereka dapat menuduhnya. Ia berkata kepada pria yang tangannya layu, "Bangunlah dan maju ke depan!" Lalu Ia berkata kepada mereka, "Apakah diperbolehkan untuk berbuat baik atau berbuat jahat pada hari Sabat, untuk menyelamatkan nyawa atau membunuh?" Tetapi mereka diam. Setelah memandang mereka dengan marah, sedih karena

ketegaran hati mereka, Ia berkata kepada orang itu, “Ulurkan tanganmu.” Dan ia mengulurkannya, dan tangannya pulih (Markus 3:1-5, Penekanan ditambahkan).

Apa yang membuat Yesus marah dalam situasi ini?

Ketika Yesus masuk ke Bait Suci di Yerusalem dan melihat Halaman Bangsa-Bangsa diubah menjadi pasar untuk menjual domba dan merpati, dan umat-Nya dipaksa membayar jumlah uang yang besar untuk membeli domba yang layak untuk Perjamuan Paskah, Tuhan tidak marah atau murka atas apa yang Ia lihat. Sebaliknya, kemarahan-Nya terkendali saat Ia mengambil waktu untuk membuat cambuk dari tali-tali dan mengusir para pedagang dari Bait Suci, membalikkan meja-meja mereka, dan berkata, “Singkirkan barang-barang ini dari sini. Jangan jadikan rumah Bapa-Ku sebagai pasar” (Yohanes 2:13-16).

Jenis amarah yang berdosa adalah amarah yang tidak terkendali dan membuat seseorang merenung dan marah karena merasa dihina atau harga dirinya terluka. Itulah jenis amarah yang pernah menguasai saya, membuat saya ingin melemparkan saudara saya ke sisi perahu nelayan ayah saya. Jika pikiran-pikiran amarah yang persisten tidak dilepaskan, mereka dapat menjadi akar kepahitan yang tumbuh dan mencemari banyak orang (Ibrani 12:15). Seseorang yang tidak dapat mengendalikan amarahnya akan menyedihkan Roh Kudus, dan kehadiran serta pengurapan-Nya yang berharga akan meninggalkan kita, seperti yang terjadi ketika rambut Samson dipotong (Hakim-hakim 16:16-21). Namun, syukurlah, Allah tidak akan pernah menarik Roh-Nya dari kita, tetapi kita dapat kehilangan kedekatan dengan Allah yang dibicarakan oleh pemazmur: “Jangan sembunyikan wajah-Mu dari hamba-Mu, sebab aku dalam kesusahan; cepatlah menjawab aku” (Mazmur 69:17). Nabi Yesaya juga berbicara tentang Israel yang kehilangan kehadiran khusus Allah dengan cara ini, “...Engkau telah menyembunyikan wajah-Mu dari kami, dan telah membuat kami meleleh di tangan dosa-dosa kami” (Yesaya 64:7).

Pada awal Khotbah di Bukit, Tuhan mengungkapkan sikap batin orang yang berjalan bersama Allah. Di akhir pernyataan pembuka-Nya, Yesus memperingatkan bahwa jika murid-murid-Nya benar-benar hidup sesuai dengan berkat-berkat, mereka akan menghadapi penganiayaan, sama seperti yang dialami-Nya. Musuh jiwa kita, si jahat, ingin kita dikuasai oleh kebencian, kekesalan, dan amarah terhadap mereka yang menyerang kita. Seringkali, mereka yang menganiaya umat Allah tidak memahami mengapa mereka melakukannya. Mungkin bahkan selama serangan, Allah sedang menegur mereka. Mudah bagi kita untuk membiarkan amarah bangkit terhadap para penganiaya, tetapi itu bukan cara Tuhan; kita dipanggil untuk mengalahkan kejahatan dengan kebaikan (Roma 12:21). Kita tidak tahu kapan Allah mungkin mengubah seorang musuh seperti Saul, yang menganiaya Stefanus hingga mati, menjadi pemimpin gereja — seperti yang terjadi ketika ia bertobat dan menjadi rasul Paulus (Kisah Para Rasul 7:55-58). Kita akan diberi upah jika dapat mempertahankan sikap lemah lembut saat dianiaya karena kebenaran. Ketika Yesus diserang dan dipukul, Ia membalikkan pipi yang lain dan menolak untuk membalas (Lukas 22:63-65).

Para rabi mengajarkan bahwa jika kamu membunuh seseorang, kamu akan bertanggung jawab di hadapan pengadilan, tetapi Yesus melangkah lebih jauh, mengatakan bahwa amarah dan perilaku menghina terhadap sesama manusia akan membahayakan jiwa kita, roh kita. Ada amarah yang dapat menguasai seseorang dan meningkat menjadi kebencian, kepahitan, dendam, dan, ya, bahkan pembunuhan. Aktris Carrie Fisher dikreditkan dengan mengatakan, “Dendam seperti menelan

racun mematikan dan mengharapkan orang lain yang mati.” Musuh jiwa kita mendapatkan keunggulan atas kita ketika amarah dan dendam kita meluap hingga kita tidak dapat mengendalikan kepahitan keadaan batin kita. Jika kamu seorang percaya, Roh Kudus di dalam kita akan setia memperingatkan kita tentang amarah yang meningkat. Kita menyebutnya menjadi panas di leher, dan mungkin rambut di belakang leher kita mulai memberi peringatan. Pada saat itu, selalu ada pilihan respons—apakah kita akan merespons seperti yang dicontohkan Yesus atau apakah kita menyerah pada amarah dan membiarkannya menguasai kita.

Tuhan lalu fokus pada apa yang harus dilakukan ketika musuh menciptakan jarak antara saudara dan saudari dalam Tuhan. Kita harus ingat bahwa kita berada dalam peperangan rohani, dan musuh kita akan berusaha membawa perpecahan ke dalam tubuh orang percaya untuk melemahkan kekuatan gereja. Jika kita marah kepada saudara kita karena alasan apa pun, kita tidak boleh menyembunyikannya seolah-olah tidak pernah terjadi, tetapi sebelum kita pergi kepada Tuhan dalam ibadah, kita harus merendahkan diri dan pergi kepada saudara kita untuk memperbaiki hubungan dengannya, lalu kembali ke tempat ibadah. “...tinggalkan persembahanmu di sana di depan mezbah dan pergilah. Pertama-tama berdamailah dengan saudaramu, lalu datanglah dan persembahkanlah persembahanmu” (Matius 5:24).

Satan, si penuduh saudara-saudara, senang melihat perselisihan di antara orang-orang percaya di gereja. Ia tidak tahan ketika kita setuju dengan penuduh, merendahkan diri, bertobat, dan mencari pengampunan dari saudara-saudara kita yang . Beberapa momen paling bermakna dalam menyenangkan Tuhan datang ketika saya memperbaiki hubungan. Kerendahan hati bermanfaat bagi jiwa.

Tuhan juga berbicara tentang penghancuran karakter, “**barangsiapa berkata, ‘Kamu bodoh!’ akan dihukum dengan api neraka”** (ay. 22). Terkadang, ketika kita marah, kata-kata yang merendahkan karakter orang lain dapat terucap. Kata Yunani *móros* diterjemahkan ke dalam bahasa Inggris sebagai “bodoh,” tetapi juga dapat diartikan sebagai tumpul, bodoh, atau tidak bijaksana. Kata itu digunakan untuk mengkritik kemampuan mental seseorang, serta karakternya. Kita memiliki pepatah di Inggris, “Tongkat dan batu dapat mematahkan tulangku, tetapi nama tidak akan pernah menyakitiku.” Itu adalah kebohongan. Kata-kata dapat seperti duri yang tertancap dalam diri kita sejak kecil, menyerang karakter kita dari orang-orang berpengaruh yang kita kagumi dan telah melukai kita di dalam. Yesus berkata bahwa kata-kata semacam itu, yang melukai roh kita, akan dihukum oleh Allah. Apa contoh kata-kata yang telah melukai kita hari ini? “Kamu tidak akan pernah jadi apa-apa!” “Kamu sama seperti ayahmu!” “Kamu bodoh!” “Buah tidak jatuh jauh dari pohonnya!” Jika kamu pernah mendengar kata-kata seperti ini atau kata-kata serupa yang ditujukan padamu, saya sarankan untuk berdoa agar kekuatan spiritual kata-kata yang telah melukai kamu di tingkat rohmu, rohmu, dapat dihancurkan.

Apa tanda-tanda peringatan yang kamu perhatikan saat amarah mulai membara, dan strategi apa yang kamu gunakan untuk mengelolanya?

Yesus menjelaskan apa artinya hidup menurut Roh dan bukan hanya menurut huruf hukum. Di awal khotbah-Nya, Tuhan membahas berkat-berkat yang membantu kita membangun hubungan yang erat dan menghindari menyakiti Roh Kudus atau memadamkan api-Nya. Para Farisi melihat diri mereka sebagai orang benar dan berhak masuk surga, tetapi dalam kasih karunia-Nya yang

luar biasa, Tuhan mulai menunjuk pada standar kebenaran yang lebih tinggi daripada yang dipegang oleh para Farisi. Saya yakin hal itu mengejutkan kerumunan orang pada hari itu di bukit ketika mereka mendengar Tuhan berbicara tentang para ahli Taurat dan Farisi, memperingatkan mereka bahwa kebenaran luar saja tidak cukup. Yesus berkata, **“Sebab Aku berkata kepadamu, kecuali kebenaranmu melebihi kebenaran para ahli Taurat dan orang-orang Farisi, kamu tidak akan masuk ke dalam Kerajaan Surga” (Matius 5:20).** Jika kita ingin berjalan bersama Kristus dan menghindari menyakiti Roh Kudus, kita perlu melampaui tindakan luar dan memeriksa akar pembunuhan pada tingkat pikiran sebelum mereka terbentuk. Yang menyakiti Roh Kudus adalah memikirkan kemarahan dan pikiran benci terhadap orang lain.

Tuhan kini melangkah lebih jauh, mengungkap pikiran-pikiran yang menyebabkan perzinahan, dosa yang dihukum dengan rajam di Israel:

Hidup Suci di Era Sensualitas

Dengan orang banyak mendengarkan setiap kata-Nya, Yesus kini menjelaskan Berkas tentang kesucian: **“Berbahagialah orang yang hatinya suci, karena mereka akan melihat Allah” (ay. 8).** Sistem dunia tempat kita hidup menyerang kehidupan pikiran kita setiap hari. Ini bukan hanya dunia fisik yang bekerja melawan kita; ini adalah strategi setan. Musuh tahu bahwa kita akan kesulitan untuk hidup dalam ketaatan kepada Roh ketika gambar-gambar perselingkuhan dan nafsu mengakar dalam diri kita. Tidak ada yang terjadi di dunia fisik tanpa terlebih dahulu dikonsepkan dalam imajinasi atau pusat visi pikiran. Allah telah memberi kita kemampuan untuk “melihat” hal-hal sebelum kita menciptakannya.

Apakah ada arsitek yang tidak terlebih dahulu memvisualisasikan bangunan di benaknya sebelum ia menggambarinya di kertas? Bukankah saudara Wright awalnya "melihat" di mata batin mereka bagaimana pesawat mereka akan terlihat saat terbang di udara? Roh-roh jahat yang berusaha memanipulasi pikiran bertujuan untuk mencemari jiwa seseorang dengan mengisi kita dengan pikiran-pikiran beracun. Kita naif jika percaya bahwa menumpuk pikiran dan gambar jahat tidak berdampak pada karakter kita. Semakin seseorang terjerumus dalam gambar dan pikiran berdosa, semakin karakternya tercemar. Perbuatan zina membawa penyesalan dan rasa bersalah seumur hidup dan mengundang roh-roh jahat untuk mempengaruhi diri kita yang paling dalam.

²⁷ “Kamu telah mendengar bahwa dikatakan, ‘Jangan berzina.’ ²⁸ Tetapi Aku berkata kepadamu, barangsiapa memandang perempuan dengan niat nafsu, ia telah berzina dengan dia di dalam hatinya. ²⁹ Jika mata kananmu menyebabkan kamu berbuat dosa, cabutlah dan buanglah. Sebab lebih baik bagimu kehilangan salah satu anggota tubuhmu daripada seluruh tubuhmu dilemparkan ke dalam neraka. ⁽³⁰⁾ Dan jika tangan kananmu menyebabkan engkau berbuat dosa, potonglah dan buanglah. Sebab lebih baik bagimu kehilangan salah satu anggota tubuhmu daripada seluruh tubuhmu masuk ke dalam neraka (Matius 5:27-30).

Tuhan mendorong kita untuk menutup semua pintu yang kita buka bagi serangan roh-roh jahat. Jika "pintu mata"mu telah digunakan untuk menanamkan gambar-gambar nafsu dalam pikiranmu, maka cabutlah gambar-gambar itu melalui pertobatan. Buatlah perjanjian dengan Allah untuk tidak pergi ke tempat-tempat di mana kamu telah jatuh ke dalam dosa. Ada tiga

sumber godaan: keinginan kita (daging), pengaruh duniawi, dan penipuan serta godaan setan. Dari kitab Yakobus, kita diperingatkan:

...Tetapi setiap orang dicobai apabila ia ditarik dan dipikat oleh keinginannya sendiri. Kemudian keinginan, apabila telah mengandung, melahirkan dosa; dan dosa, apabila telah matang, melahirkan maut (Yakobus 1:13-15).

Perintah Yesus untuk mencabut mata atau memotong tangan jika hal itu menyebabkan Anda berdosa adalah hiperbola, yaitu hiperbola yang disengaja. Gaya bahasa hiperbolik-Nya menyoroti kebutuhan akan pengendalian diri yang ketat dan tanpa kompromi, serta penolakan diri. Nafsu dimulai dari mata, tetapi kemudian ditumbuhkan di pusat imajinasi pikiran, dan alam bawah sadar kita, pikiran daging, mengambil alih, mendorong kita untuk bergerak menuju dosa.

Memang, bagi kebanyakan orang, televisi dengan program-programnya dapat digunakan oleh musuh untuk membuat kita kebal dan merusak pusat penglihatan diri batin. Perhatikan respons tubuhmu terhadap apa yang kamu lihat di TV. Misalnya, jika hati Anda mulai berdebar saat program horor ditayangkan, sadarlilah dan tanggapilah peringatan Roh Kudus tentang bahaya bagi jiwa Anda, mencegah hal itu mengakar. Jika Anda terpicu oleh melihat orang lawan jenis di televisi, tanggapilah dengan benar peringatan Roh Kudus. Berhati-hatilah untuk menjaga pusat penglihatan hati Anda bebas dari program si jahat. Penulis John Stott menulis:

Apa yang dimaksud dengan ini dalam praktiknya? Biarkan saya menjelaskannya dan menafsirkan ajaran Yesus: "Jika mata Anda menyebabkan Anda berdosa karena godaan datang melalui mata Anda (objek yang Anda lihat), maka cabutlah mata Anda. Artinya, jangan melihat! Bertindaklah seolah-olah Anda telah mencabut mata Anda dan melemparkannya jauh, sehingga Anda buta dan tidak dapat melihat objek yang sebelumnya menyebabkan Anda berdosa. Lagi pula, jika tangan atau kakimu menyebabkanmu berdosa, karena godaan datang kepadamu melalui tanganmu (hal-hal yang kamu lakukan) atau kakimu (tempat-tempat yang kamu kunjungi), maka potonglah mereka. Artinya: jangan melakukannya! Jangan pergi! Bertindaklah seolah-olah kamu telah memotong tangan dan kakimu, melemparkannya jauh-jauh, dan kini cacat, sehingga tidak dapat melakukan hal-hal atau mengunjungi tempat-tempat yang sebelumnya menyebabkanmu berdosa. Itulah arti dari mortifikasi. Berlakulah seolah-olah kamu benar-benar memotong tangan dan kakimu, melemparkannya jauh-jauh, dan menjadi cacat, sehingga tidak dapat melakukan hal-hal atau mengunjungi tempat-tempat yang sebelumnya membuatmu berdosa. Itulah arti dari "mortifikasi." ²

Tentu saja, kita harus menyadari kebutuhan mutlak akan pelayanan Roh Kudus untuk membantu kita menguasai keinginan jiwa kita. Roh Kudus melakukan pekerjaan pengudusan, tetapi kita yang memutuskan kepada siapa kita menyerahkan diri. Keputusan-keputusan kecil ini, yang dibuat setiap hari dan setiap saat, mendefinisikan pikiran, niat, kehendak, dan pada akhirnya, tindakan kita.

Peran kita bukanlah sekadar pasif. Salah satu hal terberat adalah "tidak memikirkan sesuatu." Pernahkah Anda mencoba hal ini? Alih-alih, gantilah pikiran yang tidak diinginkan dengan pikiran

² John R. W. Stott, *Christian Counter-Culture* (Downers Grove, IL: InterVarsity Press, 1978), hlm. 89.

yang baik; pikirkan hal-hal yang menginspirasi dan mengangkat semangat Anda. Isi dirimu dengan Firman Allah dan Roh Kudus. Ketika kamu melakukan kehendak Allah yang sederhana yang terungkap dalam Kitab Suci, Allah akan terus memimpinmu dan mengungkapkan kehendak-Nya secara lebih spesifik. Jika kamu setia dalam hal-hal kecil, Dia akan terus menunjukkan lebih banyak kepadamu.

Izinkan saya bertanya: Apakah ada orang yang telah Anda sakiti dan perlu Anda minta maaf? Apakah ada orang yang telah menyakiti Anda, dan Anda masih memegang luka itu, membiarkan akar kepahitan tumbuh? Yesus dengan jelas menyatakan dalam ayat-ayat yang kita baca (Matius 5:23-36) bahwa jika ada dinding pemisah karena suatu kesalahan, Anda perlu pergi menemui orang tersebut dan meminta maaf. Kita juga perlu memaafkan orang lain dan membiarkan Allah menangani akar kepahitan di hati kita. Terkadang, hal ini memerlukan kita untuk mendekati orang tersebut. Banyak orang yang menyakiti kita mungkin bahkan tidak menyadari tindakan mereka. Pengampunan kita bisa berupa doa sederhana dan melepaskan luka sebanyak yang kita mampu. Buatlah keputusan ini dengan kemauan Anda dan percayalah kepada Allah untuk menangani sisanya. Beberapa rasa sakit emosional hanya memudar seiring waktu, tetapi dalam pikiran kita, kita dapat memilih untuk menghormati Tuhan dan memaafkan. Proses ini bisa menyakitkan, terutama karena kita mungkin tidak selalu menerima permintaan maaf dari orang yang menyakiti kita. Namun, jika Anda ingin mengalami lebih banyak dari Tuhan—kehadiran-Nya, kenyataan-Nya, damai-Nya, dan sukacita-Nya—Anda harus melepaskan kepahitan di hati Anda.

Hubungan vertikal kita dengan Tuhan tidak akan seperti seharusnya jika hubungan horizontal kita dengan orang lain tidak benar. Kita mungkin mencoba mengabaikannya, tetapi pada akhirnya, kita harus menghadapinya jika ingin maju dalam perjalanan rohani kita. Luangkan waktu hari ini untuk bertanya kepada Roh Kudus apakah ada orang yang perlu Anda maafkan atau cari pemulihan dengannya. Tidak ada dendam, pendapat, atau pembenaran yang layak untuk mengorbankan warisan Anda dalam Kristus. Artinya, jangan biarkan hal seperti akar kepahitan mempengaruhi hidup Anda hingga Anda kehilangan semua yang Tuhan ingin berikan dan semua yang Ia ingin lakukan melalui hidup Anda. Biarkan kasih karunia menang! Pilihan ada di tangan kita.

Saya mendorong semua orang untuk selalu mengingat akhir—hidupilah hidupmu sehingga ketika kamu mencapai ranjang kematianmu, kamu tidak menyesal. Yesus menawarkan kita cara untuk terbebas dari pola-pola biasa kita, dan kesempatan untuk mengubah pikiran dan tindakanmu dimulai hari ini. **“Berbahagialah orang yang hatinya bersih, karena mereka akan melihat Allah” (Matius 5:8).**

Keith Thomas

Email: keiththomas@groupbiblestudy.com

Situs Web: www.groupbiblestudy.com