Menemukan Kedamaian di Tengah Badai Dunia

Kedamaian bukanlah absennya masalah, melainkan kehadiran Tuhan di tengah-tengah masalah tersebut.

Unknown

Pembuka

Selamat pagi, Sahabat Alunea. Seringkali kita merasa bahwa hidup yang diberkati adalah hidup yang bebas dari persoalan. Kita berharap jalan yang kita tempuh selalu rata dan cuaca selalu cerah. Namun, realitanya, badai sering datang tanpa diundang—baik itu masalah pekerjaan, relasi, maupun kesehatan. Di tengah gemuruh badai tersebut, pertanyaannya bukan lagi "kapan ini berakhir?", melainkan "di mana kita berpijak?".

Inti Renungan

Dalam perjalanan iman, kita perlu belajar dari para murid saat berada di tengah danau yang diamuk badai. Menariknya, Yesus ada di perahu yang sama, namun Ia tertidur dengan tenang. Ketenangan Yesus bukan karena Ia tidak tahu ada badai, tetapi karena Ia tahu siapa Diri-Nya dan siapa yang memegang kendali atas alam semesta. Seringkali, ketakutan kita menjadi lebih besar daripada iman kita karena kita terlalu fokus pada tingginya gelombang, bukan pada kehadiran Penjaga perahu kita. Kedamaian sejati muncul saat kita menyerahkan kemudi hidup kita sepenuhnya kepada Tuhan. Ketika kita berhenti berusaha mengendalikan segalanya dengan kekuatan sendiri, di situlah kekuatan Tuhan mulai bekerja. Menemukan kedamaian berarti mengakui bahwa meski situasi di luar kendali kita, situasi tersebut tidak pernah berada di luar kendali Tuhan.

Ayat Pendukung

Filipi 4:7 – "Damai sejahtera Allah, yang melampaui segala akal, akan memelihara hati dan pikiranmu dalam Kristus Yesus."

Aplikasi

Heningkan sejenak pikiran dengan mengambil waktu lima menit di pagi hari untuk diam tanpa gawai dan memusatkan hati pada kebaikan Tuhan yang telah lewat, lalu identifikasi ketakutan dengan menuliskan hal yang paling membuat cemas hari ini dan secara simbolis menyerahkannya kepada Tuhan, serta pilih respon damai dengan menarik napas dalam ketika ada hal yang memancing emosi atau kecemasan, sambil mengingat bahwa Tuhan selalu ada di perahumu.

Doa Penutup

Bapa Surgawi, terima kasih karena Engkau tidak pernah membiarkan perahu hidupku karam. Saat badai kecemasan datang melanda pikiran dan hatiku, bisikkanlah damai-Mu yang melampaui segala akal itu. Ajarlah aku untuk tetap tenang dan percaya bahwa Engkau sedang bekerja di balik layar. Biarlah hari ini

hidupku menjadi saksi akan ketenangan yang datangnya hanya daripada-Mu.