

365 renungan

## Mengasihi Diri Sendiri

Matius 22:34-40

Dan hukum yang kedua, yang sama dengan itu, ialah: Kasihilah sesamamu manusia seperti dirimu sendiri. Matius 22:39

Yesus berkata, "Kasihilah sesamamu manusia," kemudian dilanjutkan dengan kata-kata, "seperti dirimu sendiri". Kita tentu tidak dapat mengasihi sesama manusia jika kita tidak tahu bagaimana caranya mengasihi diri sendiri. Apa dan bagaimana mengasihi diri sendiri itu?

Pertama, kasih yang tidak egois tetapi produktif. Dua kata "kasih" yang digunakan dalam hukum kasih adalah agapeistis, yaitu kata kerja yang aktif. Kasih yang produktif dan aktif dinyatakan melalui tindakan sehingga menghasilkan perbuatan baik, berguna, serta membangun diri kita sendiri.

Kedua, menerima diri sendiri. Seseorang yang tidak mampu menerima dirinya sendiri sebagaimana adanya adalah orang yang membenci dirinya. Ini mungkin disebabkan karena cacat fisik, penampilan kurang menarik, keadaan sosial ekonomi yang serba kurang, gagal menggapai cita-cita, atau membiarkan semua hal yang menyakitkan hati dan penderitaan terus menimpa dirinya tanpa berusaha mengatasinya dengan serius. Jika hal ini terjadi maka kita akan sulit merasakan kasih, apalagi untuk menerapkan kasih yang produktif, baik kepada Allah maupun sesama.

Ketiga, mengasihi diri sendiri secara jasmani dan rohani. Wajar bagi kita untuk mengurus kebutuhan manusiawi kita akan makanan, tempat tinggal, teman, kesehatan, dan kebutuhan hidup lainnya. Hal yang sama wajarnya adalah mengurus kebutuhan rohani kita seperti berdoa, merenung dan belajar firman Tuhan, serta melayani-Nya. Jika kita tidak memenuhi kebutuhan ini berarti kita membenci diri kita sendiri.

Keempat, menyangkal diri. Yesus berkata, "..... setiap orang yang mengikut Aku, ia harus menyangkal dirinya, memikul salibnya dan mengikut Aku" (Mat. 16:24). Setiap insan karena dosa, punya kecenderungan untuk berbuat hal-hal yang menyakitkan hati Tuhan, sesama, dan diri sendiri. Sering kita bergumul karena tidak mampu mengontrol dan menguasai diri sendiri. Kita perlu minta kekuatan yang jauh lebih besar dari kita, yakni kekuatan Tuhan yang penuh kasih untuk mengontrol diri kita.

Melalui keempat hal di atas, saya rindu diri Anda dipenuhi kasih Tuhan Yesus, sehingga mampu mengasihi diri sendiri dan sesama.

Salam love yourself.

MENGASIHI DIRI SENDIRI BERARTI MAMPU MENERIMA DIRI APA ADANYA SESUAI DENGAN MAKSUD DAN TUJUAN TUHAN MENCIPTAKAN ANDA.