



Sesi 5 – Pilih Substansi Bukan Sukses

Mungkinkah Apa yang Mengisi Pikiran Anda Membunuh Jiwa Anda?

Ada tertulis: “Manusia hidup tidak dari roti saja, tetapi dari setiap firman yang keluar dari mulut Tuhan.”¹

—*Yesus orang Nazaret*

Baru-baru ini saya berbicara dengan seorang teman tentang film dokumenter yang baru saja dia tonton bersama anak-anaknya. Seseorang memutuskan untuk menguji kualitas makanan di salah satu restoran cepat saji paling terkenal di Amerika. Dalam tiga puluh hari ia hanya akan makan makanan cepat saji pada pagi, siang, dan malam hari tanpa makan makanan lainnya. Beberapa tes pendahuluan dilakukan sebelum melakukan percobaan dan hal yang sama dilakukan setelah percobaan untuk mengevaluasi kadar lemak, trigliserida, penambahan berat badan, dan kesehatan secara keseluruhan.

Sayangnya percobaan itu tidak berlangsung selama tiga puluh hari seperti direncanakan sebelumnya. Setelah sekitar dua puluh hari menjalani program diet yang hanya makan makanan cepat saji, tubuh pria itu mulai memburuk kondisinya. Makanan tinggi gula, tinggi lemak, gorengan, dan olahan mulai menumpuk racun sedemikian rupa sehingga dia harus dirawat di rumah sakit. Ironisnya, makanan yang dilahap terasa enak; tragisnya hal itu hampir membunuhnya.

Rasanya Enak tapi Bisa Membunuh Anda

Kadang kala apa yang rasanya enak tidak terlalu baik untuk kita. Dan apa yang dikatakan para peneliti kepada kita adalah bahwa kita mendapatkan rasa untuk makanan tertentu (seperti gula dan permen) yang sesungguhnya dapat membuat ketagihan. Mungkin terlihat bagus, baunya sedap, dan rasanya enak, tapi bukan berarti itu baik. Semua makanan tersebut menjanjikan kepuasan, kenikmatan, dan kesenangan (dan makan burger sesekali tidak pernah menyakiti siapa pun), tetapi pola makan tetap dengan makanan tinggi kalori, tinggi lemak, dan rendah nutrisi benar-benar akan membunuh Anda. Seperti kata orang bijak, "Kita akan menjadi seperti yang kita makan!"

Apa yang tidak disadari kebanyakan orang Kristen adalah bahwa hal yang sama juga berlaku secara rohani. Jika kita mengisi pikiran kita dengan sistem nilai dunia (seperti yang kita bahas di bab delapan — nafsu daging, nafsu mata, dan kesombongan hidup), kita akan mati. Kita akan mengalami kematian atau keterpisahan didalam relasi kita dengan Tuhan, diri kita sendiri, dan orang lain. Seperti makanan cepat saji, yang rasanya enak, tampaknya baik, dan menjanjikan waktu yang indah, namun ternyata hanya mengantarkan pada kematian. Agar kita dapat menikmati dan mendapatkan yang terbaik dari Tuhan, diperlukan perubahan pada makanan yang kita makan. Dalam dua bab terakhir kita berbicara tentang perintah negatif dalam Roma 12:2 — “Janganlah kamu menjadi serupa dengan dunia ini.” Dalam bab ini kita akan melihat perintah positif — *“tetapi berubahlah oleh pembaharuan budimu.”*

Solusi Tuhan untuk transformasi sejati bukanlah peraturan. Ini bukan sekadar penekanan pada semua hal yang tidak boleh kita lakukan. Solusi Tuhan bukanlah agar kita berusaha keras untuk menjadi lebih bermoral atau menjaga hidup rohani kita tetap bersih melalui usaha sendiri. Pada dasarnya, solusi Tuhan bukan tentang kegiatan atau program keagamaan. Meskipun memiliki tempat dan manfaat sendiri jika dipahami dengan benar, kehadiran di gereja dan program gereja tidak dapat menghasilkan perubahan hidup yang langgeng.

Tidak, transformasi supranatural berakar pada makanan rohani kita. Medan pertempuran (seperti yang kita pelajari di bab terakhir) untuk jiwa Anda ada di pikiran Anda. Setan menggunakan sistem dunia untuk menggoda daging Anda terutama melalui penggunaan kebohongan dan penipuan tentang apa yang akan memuaskan dan memenuhi kerinduan terdalam hati Anda. Gerbang menuju hati Anda itu adalah pikiran Anda.

Keputusan terpenting yang Anda buat setiap hari adalah apa yang Anda biarkan masuk ke dalam pikiran Anda! Jika Anda berpikir saya melebih-lebihkan, lihat lebih dekat pada perintah positif dalam Roma 12:2: “Janganlah kamu menjadi serupa dengan dunia ini, tetapi berubahlah oleh pembaharuan budimu.” Kata kerja berubahlah berasal dari kata Yunani *metamorphosis*. Kata awalan *meta* berarti “dengan” dan *morphosis* berarti “berubah”

Metamorfosis: Hasil dari Pola Makan Rohani yang Benar-benar Berhasil

Metamorfosis adalah proses transformasi yang terjadi dari dalam ke luar. Kupu-kupu cantik yang kita semua nikmati dengan warna-warna cerah dan ciri khasnya dulunya adalah ulat hijau kecil yang merayap di dahan. Kemudian proses transformasi segera dimulai setelah ia memasuki lingkungan baru yang disebut kepompong. Seiring waktu ulat hijau tersebut berubah dari dalam ke luar menjadi kupu-kupu yang cantik. Inilah yang disebut sains sebagai “metamorfosis”. Kata yang tidak biasa ini juga digunakan dalam Markus 9, di mana dikatakan, “Yesus berubah rupa di depan mata mereka.”

Yesus membawa tiga murid terdekat-Nya ke atas gunung, disana mereka bertemu dengan Musa dan Elia dan mendengar suara Tuhan yang mengesahkan Yesus sebagai Anak Allah. Di tengah pengalaman itu, teks mengatakan, Dia “bermetamorfosis” di hadapan mereka. Perikop ini tidak mengajarkan bahwa cahaya terang dari surga menyinari Yesus; tetapi cahaya yang jauh lebih terang dari matahari bersinar “dari Dia” saat Dia menyingkapkan kemuliaan dan keilahian-Nya kepada Petrus, Yohanes, dan Yakobus. Hal utama yang ingin saya sampaikan adalah bahwa perubahan hidup — kematangan rohani yang sejati — bukanlah hasil dari upaya diri sendiri, tetapi proses supranatural yang mengalir dari dalam ke luar. Untuk lebih memahami bagaimana proses ini bekerja dalam hidup kita, kita perlu memeriksa tata bahasa ayat 2 dengan cermat.

Janganlah kamu menjadi serupa dengan dunia ini, tetapi berubahlah oleh pembaharuan budimu, sehingga kamu dapat membedakan manakah kehendak Allah: apa yang baik, yang berkenan kepada Allah dan yang sempurna.

—Roma 12:2 TB

Perintah Positif: “. . . tetapi berubahlah oleh pembaharuan budimu.

“Berubahlah”

- Bentuk pasif
- Sebuah perintah
- Bentuk waktu sekarang

Kata kerja ini— “berubah” (metamorfosis) adalah dalam kalimat pasif — menunjukkan bahwa Tuhanlah yang melakukan ini dalam hidup kita. Ini juga merupakan sebuah perintah— sebuah perintah agar kita memiliki tanggung jawab yang nyata dalam bekerja sama dengan Tuhan dalam proses transformasi ini. Dan akhirnya kata kerja ini ada dalam bentuk waktu sekarang — ini adalah proses yang berkelanjutan terus-menerus. Terjemahan yang diperluas berikut ini akan memberi Anda gambaran tentang apa yang ditunjukkan oleh tata bahasa:

Terjemahan yang Diperluas: “Tapi izinkan Tuhan untuk sepenuhnya mengubah *pemikiran batin* dan *perilaku* Anda dengan bekerja sama sepenuh hati, momen demi momen dengan proses pembaruan oleh Roh.”

Apa yang tidak disadari oleh kebanyakan kita adalah bahwa kita sedang diubah dalam pemikiran kita sepanjang waktu — baik oleh sistem nilai dunia atau oleh kebenaran Firman Tuhan. Nilai-nilai dunia membombardir kita setiap hari dengan ribuan pesan di papan reklame, di film, lagu, *video game*, dan program televisi yang semuanya memperkuat pandangan duniawi yang memberi tahu saya bahwa hidup adalah tentang "saya". Hidup adalah tentang apa yang bisa saya dapatkan, apa yang bisa saya raih, siapa yang bisa saya impikan, apa yang bisa saya miliki, di mana saya tinggal, apa yang saya kendarai, berapa banyak pendidikan yang saya miliki, berapa banyak uang yang saya hasilkan, siapa yang tahu nama saya, dan betapa suksesnya saya. . . dan daftarnya terus berlanjut.

Sebaliknya, Tuhan menggunakan Roh-Nya, Firman-Nya, alam, buku-buku hebat, dan komunitas sejati dari sesama orang percaya untuk mengingatkan kita bahwa hidup adalah tentang “Dia.” Dan hidup di dalam Kristus adalah tentang apa yang dapat saya berikan, siapa yang dapat saya cintai, bagaimana Tuhan dapat memakai saya, betapa pentingnya dan diterimanya saya terlepas dari apa yang saya perbuat, di mana saya tinggal, apa yang saya kendarai, atau siapa yang tahu nama saya.

Pembaruan: Makanan Kekuatan untuk Transformasi Rohani

Anda dan saya berada dalam pergumulan antara hati dan pikiran kita. Kebutuhan yang menjadi pemberian Tuhan berupa arti penting, keamanan, dan rasa memiliki yang saling tarik-menarik untuk mencari pemenuhan cara duniawi atau melalui cara Firman. Penjelasan paling ringkas tentang mengapa kebanyakan orang Kristen menjalani kehidupan yang bermuka dua dan tidak konsisten terutama ditemukan dalam makanan rohani mereka. Jika makanan saya terdiri dari dosis tetap dari siaran televisi pada jam tayang utama, film, majalah, buku untuk menolong diri, dan novel romansa, saya akan percaya bahwa dunia adalah “tentang saya” dan saya akan berusaha untuk mencapai, melakukan, dan bekerja untuk membuat hidup saya “berhasil” untuk diri saya. Saya dapat benar-benar dilahirkan kembali, pergi ke gereja, secara verbal mengungkapkan kasih saya kepada Tuhan (dan sungguh-sungguh), dan mempunyai niat dan keinginan yang tulus untuk menjadi “seorang Kristen yang baik” namun menjalani kehidupan yang hanya sedikit mirip dengan Yesus Kristus. Mengapa? Karena transformasi seorang anak Tuhan yang sejati ada hubungannya dengan bagaimana kita “memperbarui pikiran kita.” Jadi, mari kita melihat lebih dekat apa artinya.

- *Memperbarui pikiran saya adalah menaruhfokus ulang terus-menerus pada perspektif Roma 12: 1.* Asupan saya akan Firman Tuhan, refleksi saya tentang alam, waktu ibadah dan berdoa dan interaksi saya dengan rekan-rekan seiman semuanya berfungsi untuk mengingatkan saya bahwa Dia adalah Tuhan dan penguasa tertinggi alam semesta. Setiap hari saya sadar akan kenyataan bahwa saya memang telah menyerahkan diri kepada-Nya pada suatu titik waktu; tetapi hari ini saya menawarkan hidup saya lagi, berserah kepada-Nya untuk memenuhi tujuan-Nya dan mencapai kehendak-Nya — bukan kehendak saya sendiri.
- *Memperbarui pikiran saya akan selalu melibatkan pertempuran.* Sistem dunia ini, arsiteknya adalah Setan, dan daging saya bersekongkol bersama untuk menipu saya sehubungan dengan siapa saya, di mana saya berasal, dan mengapa saya ada di sini. Memperbarui pikiran saya akan mengharuskan saya melakukan peperangan rohani dan bekerja untuk “menawan setiap pikiran dalam ketaatan kepada Kristus” (2 Korintus 10: 4–5).
- *Memperbarui pikiran saya adalah pekerjaan supranatural Roh Tuhan.* Saya memiliki tanggung jawab untuk mengarahkan pikiran saya pada perkara yang di atas (Kolose 3: 1–4), tetapi transformasi dari pemikiran saya yang sebenarnya adalah karya Roh Tuhan— “Karena Allahlah yang mengerjakan di dalam kamu baik kemauan maupun pekerjaan menurut kerelaan-Nya.” (Filipi 2:13) Kita harus berhati-hati agar tidak jatuh ke dalam pemikiran yang salah, yaitu bahwa dengan hanya mengisi kepala kita dengan ayat-ayat Alkitab atau mengisolasi diri kita dari kejahatan dunia ini, kita akan menghasilkan kehidupan Kristus di dalam kita.

- *Memperbarui pikiran saya selalu dengan berfokus pada kasih dan hubungan. Inti dari semua pembaharuan pikiran adalah keinginan untuk mengenal dan menyenangkan Yesus. Spiritualitas secara fundamental tidak pernah mengenai perilaku eksternal kita, tetapi tentang hubungan internal kita yang mengalir ke perilaku eksternal kita. Para pemimpin agama pada zaman Yesus menunjukkan kemampuan yang menakjubkan dan secara pengetahuan memiliki kepenuhan dengan Firman Tuhan, tetapi sama sekali kehilangan hubungan dengan Tuhan. Saya pikir Rasul Paulus menangkap hubungan antara memperbarui pikiran kita dan mengenal Yesus dengan baik ketika dia menulis,*

Dan kita semua mencerminkan kemuliaan Tuhan dengan muka yang tidak berselubung. Dan karena kemuliaan itu datangnya dari Tuhan yang adalah Roh, maka kita diubah menjadi serupa dengan gambar-Nya, dalam kemuliaan yang semakin besar.

—2 Korintus 3:18 TB

Anda tahu, inti dari membaca dan mempelajari Firman Tuhan dan berbagi hidup dalam bersekutudengan orang percaya lainnya adalah untuk “melihat Yesus sebagaimana diri-Nya”; untuk mengenal-Nya, untuk menyenangkan-Nya, untuk mengasihi-Nya, dan untuk dikasihi-Nya. Dalam proses melihat dan berjumpa dengan Yesus inilah kita diubah. Salah satu murid terdekat Yesus kemudian menulis:

Saudara-saudaraku yang kekasih, sekarang kita adalah anak-anak Allah, tetapi belum nyata apa keadaan kita kelak; akan tetapi kita tahu, bahwa apabila Kristus menyatakan diri-Nya, kita akan menjadi sama seperti Dia, sebab kita akan melihat Dia dalam keadaan-Nya yang sebenarnya.

—1 Yohanes 3:2 TB

Sering kali orang Kristen diberi tahu bahwa membaca Alkitab itu penting, tetapi saya yakin sebagian besar tidak tahu mengapa. Bagi banyak orang, membaca Alkitab tidak lebih dari sekadar memenuhi tugas, menghilangkan rasa bersalah, dan berharap seperti peluru ajaib yang akan membawa keberuntungan. Jadi bagaimana kita berinteraksi dengan Firman Tuhan dengan cara yang terfokus pada hubungan? Bagaimana kita menyeimbangkan pembatasan pesan dan rayuan dari dunia, tetapi tidak menjadi terisolasi, tidak tersentuh, atau jadi orang aneh yang religius?

Baiklah, mari kita berpikir praktis. Seperti apa pola makan mental Anda? Apa yang Anda pikirkan?

Menurut Anda, berapa perbandingan antara jumlah waktu yang Anda habiskan untuk Firman Tuhan atau mendengarkan kebenaran dengan jumlah waktu yang Anda ambil untuk menerima pesan dari dunia melalui TV, film, dan komputer Anda?

Harap jangan mengabaikan beberapa pertanyaan terakhir. Saya tidak merendahkan Anda dan Tuhan juga tidak. Pertanyaan-pertanyaan ini tidak dirancang untuk membuat Anda merasa bersalah, tetapi untuk membantu Anda mendapatkan penilaian yang akurat tentang apa yang mengisi Anda. Anda adalah apa yang Anda makan! Seperti yang telah saya konsultasikan dengan banyak orang selama bertahun-tahun, saya belum pernah bertemu dengan seorang pria atau wanita yang tidak mengalami perubahan hidup yang radikal dan menakjubkan dari waktu ke waktu ketika mereka mengubah apa yang mengisi pikiran mereka.

Bagaimana Saya "Memulai" Tentang Apa Yang Mengisi Pikiran Saya

Di bab 8, saya berbagi perjuangan saya melawan nafsu. Saya adalah seorang tawanan dan tidak ada usaha sendiri yang berhasil membebaskan saya. Tidak peduli berapa kali saya memohon kepada Tuhan, meminta pengampunan, dan membuat janji tentang perilaku masa depan saya, saya terus mengalami kekalahan sampai saya mengubah apa yang mengisi pikiran saya. Saya tidak memahami prinsip rohani transformasi yang saya bagikan dengan Anda hari ini. Saya menemukan hal itu secara tidak sengaja.

Teman sekamar saya saat itu sedang bersiap untuk mengikuti program pelatihan musim panas dengan sebuah organisasi pelayanan. Salah satu persyaratan untuk menghadiri program pelatihan musim panas ini adalah menghafal enam puluh ayat dari "Sistem Memori Topikal" milik Navigator. Ayat-ayat itu ditulis di kartu-kartu kecil dan mencakup tiga puluh kategori kehidupan Kristen.

Ada dua ayat kunci untuk setiap kategori dan dia diminta untuk menghafal isi ayat-ayat tersebut beserta alamat Alkitabnya (kitab dan ayatnya). Jangan tanya mengapa, tapi suatu hari ketika dia meninggalkan kamar, saya memutuskan untuk mengeluarkan kartu ayat-ayat tersebut, menuliskannya di kartu 3x5, dan menghafalkan semuanya sebelum dia melakukannya. Meskipun motivasi saya tidak ada hubungannya dengan meningkatkan kehidupan rohani saya dan lebih berkaitan dengan keinginan untuk bersaing dengan teman sekamar saya dan menang, Tuhan menggunakan itu untuk kebaikan.

Berkat menghadiri satu kelas yang sangat membosankan di perguruan tinggi, saya mendapati diri saya menghafal satu ayat setiap hari dan mengulangi ayat-ayat yang telah saya hafal sambil duduk di belakang kelas berpura-pura mendengarkan. Salah satu persyaratan dari program pelatihan adalah Anda menilik semua ayat setiap hari selama enam puluh hari sehingga Anda dapat mempertahankan apa yang Anda hafalkan 100 persen. Saya tidak akan pernah melupakan apa yang terjadi pada hari ke 21. Dengan dua puluh satu ayat Alkitab di hati saya, saya sedang berjalan melintasi kampus ketika saya bertemu dengan seorang gadis yang sangat menarik yang saya sukai. Dia juga merupakan sumber dari sejumlah besar kesalahan pribadi saya, karena dia adalah seorang wanita muda yang sangat saleh dan juga objek dari banyak nafsu saya. Saya tidak ingat persis apa yang kami bicarakan, tetapi saya ingat dengan jelas saya berjalan kembali ke kamar asrama saya dengan sangat terkejut. Saya tidak bernafsu kepadanya. Mata saya terfokus padanya sebagai pribadi dan bukan sebagai obyek. Tak satu pun dari pikiran atau pergumulan normal muncul di benak saya saat berbicara dengannya atau segera setelahnya. Saya mengalami kemenangan! Saya baru saja memenangkan pertarungan yang biasanya saya kalah 99 persen. Apa yang terjadi? Itu luar biasa! *Itu mungkin!* Saya berpikir, saya benar-benar dapat hidup tanpa harus dikendalikan oleh nafsu.

Tidak lama kemudian saya membuat hubungan antara kemenangan yang baru saya temukan dengan menghafal Kitab Suci. Saya belajar bahwa kemenangan dapat dialami tidak hanya di bidang nafsu, tetapi dalam hal menyenangkan orang, kegilaan kerja, kesombongan, kecemburuan, kekhawatiran, dan sejumlah masalah lainnya. Seiring berjalannya waktu saya mulai menjadi sangat serius untuk memperbarui pikiran saya baik dengan menghafal Kitab Suci dan mempelajarinya sendiri. Saya mulai melihat pada bidang kebutuhan tertentu dalam hidup saya dan menemukan janji-janji dalam Firman Tuhan yang dapat saya peroleh hafalkan, renungkan, dan kemudian menyaksikan transformasi terjadi.

Transformasi tidak hanya mungkin transformasi, itu diperintahkan. Dan Tuhan tidak pernah memerintahkan kita untuk melakukan apa pun untuk pemenuhan atas apa yang Dia tidak sediakan kekuatan dan sumber daya. Apakah saya pernah bernafsu, pernah khawatir, pernah menunjukkan kesombongan atau kecemburuan? Tentu saja, hal-hal ini kadang-kadang masih menimbulkan masalah dalam hidup saya, tetapi sekarang hal itu adalah pengecualian dan bukan peraturannya. Saya tidak lagi menjadi tawanan dari hal-hal itu dan hal itu tidak lagi menjadi ciri gaya hidup saya secara umum. Kita tidak akan pernah sempurna dalam hidup ini, tetapi kita dapat secara progresif dan konsisten diubah saat kita bertumbuh dalam kekudusan dan kasih.

INI LANGKAH ANDA— Menjadi Orang Kristen Roma 12

Jadi bagaimana cara kerjanya? Anda mulai dari mana? Apa yang Anda baca? Apa yang Anda pelajari? Haruskah saya menghafal beberapa ayat sebelum yang lain? Bagaimana Anda mencegah agar hal ini tidak menjadi sebuah tuntutan? Bagaimana Anda bisa menemukan waktu untuk memperbarui pikiran Anda ketika hidup Anda sudah dipenuhi dengan tuntutan?

Think (Pikirkan)—Tindakan apa yang diperintahkan dalam Roma 12: 2 yang menghasilkan perubahan? Bagaimana tindakan ini berbeda dari cara-cara yang telah Anda lakukan untuk menjadi makin serupa dengan Kristus?

Reflect (Renungkan)—Bagaimana Anda menggambarkan apa yang mengisi pikiran dan rohani Anda? Korelasi apa yang mungkin ada diantara area dimana Anda "bergumul" dan apa yang ada dalam pikiran Anda?

Understand (Pahami)—Apa penghalang terbesar Anda dalam memperbarui pikiran?

- Tidak tahu dari mana untuk memulainya?
- Tidak mempunyai sebuah rencana?
- Tidak memiliki kedisiplinan?

Surrender (Berserah)—Mohonlah supaya Tuhan menciptakan hasrat dalam hati Anda akan Dia dan Firman-Nya. Mintalah Dia untuk menunjukkan bagian mana di dalam Alkitab untuk dibaca.

Take Action (Ambil Tindakan)—Setel jam alarm Anda lebih awal dua puluh menit setiap hari selama dua minggu dan temui Tuhan untuk memulai hari Anda.

Motivation (Motivasi)—Dengarkan "Kedamaian dan Kekuatan Kehidupan yang Diprioritaskan", yang menunjukkan kepada Anda cara sederhana namun kuat untuk membaca dan mendengar suara Tuhan. **LivingontheEdge.org/r12**.

Encourage Someone (Kuatkan Seseorang)—Mintalah seseorang untuk membuat komitmen dua minggu dengan Anda untuk bertemu dengan Tuhan terlebih dahulu setiap hari. Saling mengirim SMS di siang hari untuk saling meminta pertanggungjawaban!