



Oleh Presiden Dieter F. Uchtdorf
Penasihat Kedua dalam Presidensi Utama

Bersyukur dalam Keadaan Apa pun

Tidakkah kita memiliki alasan untuk dipenuhi dengan rasa syukur, terlepas apa pun keadaan kita?

Dalam kehidupan saya, saya telah memiliki kesempatan sakral untuk bertemu dengan banyak orang dengan berbagai kesedihan yang tampaknya telah memberikan dampak yang sangat mendalam bagi jiwa mereka. Di saat-saat seperti ini, saya mendengarkan curahan hati para brother dan sister terkasih saya dan berduka bersama mereka atas beban mereka. Saya merenungkan apa yang harus diucapkan kepada mereka, dan saya telah bergumul untuk mengetahui bagaimana menghibur dan mendukung mereka dalam cobaan-cobaan mereka.

Sering kali kesedihan mereka disebabkan oleh apa yang bagi mereka tampaknya sebagai suatu akhir. Beberapa ada yang menghadapi akhir dari suatu hubungan yang dihargai, seperti kematian seseorang yang dikasihi atau hubungan yang renggang dengan seorang anggota keluarga. Yang lain merasa mereka menghadapi akhir dari suatu harapan—harapan untuk menikah atau melahirkan anak atau mengatasi suatu penyakit. Yang lainnya mungkin menghadapi akhir

dari iman mereka, ketika pengaruh-pengaruh yang membingungkan dan bertentangan di dunia menggoda mereka untuk mempertanyakan, bahkan meninggalkan, apa yang pernah mereka ketahui sebelumnya sebagai sesuatu yang benar.

Cepat atau lambat, saya yakin bahwa kita semua mengalami saat-saat ketika kita merasa dunia seolah-olah runtuh, membuat kita merasa sendirian, frustrasi, dan terombang-ambing.

Itu bisa terjadi kepada siapa pun. Tidak ada yang kebal.

Kita Bisa Bersyukur

Setiap orang memiliki situasi yang berbeda, dan detail setiap kehidupan adalah unik. Walaupun demikian, saya telah belajar bahwa ada sesuatu yang akan membebaskan kita dari kesedihan. Ada satu hal yang dapat kita lakukan untuk membuat kehidupan menjadi lebih menyenangkan, lebih menggembarakan, bahkan mulia.

Kita bisa bersyukur!

Mungkin terdengar bertentangan dengan kebijaksanaan dunia untuk menyarankan bahwa orang yang

dibebani dengan kesedihan hendaknya mengucapkan syukur kepada Allah. Tetapi mereka yang mengesampingkan perasaan getir mereka dan alih-alih memilih untuk merasa bersyukur dapat mengalami penyembuhan, kedamaian, dan pemahaman.

Sebagai murid Kristus, kita diperintahkan untuk “berterima kasih kepada Tuhan Allah [kita] dalam segala sesuatu,”¹ untuk “bernyanyi bagi Tuhan dengan nyanyian syukur,”² dan untuk “membiarkan hati [kita] penuh dengan ungkapan terima kasih kepada Allah.”³

Mengapa Allah memerintahkan kita untuk bersyukur?

Semua perintah-Nya diberikan untuk menjadikan berkat-berkat tersedia bagi kita. Perintah-perintah adalah kesempatan untuk menjalankan hak pilihan kita dan untuk menerima berkat-berkat. Bapa Surgawi kita yang penuh kasih mengetahui bahwa memilih untuk mengembangkan sikap bersyukur akan membawa kita pada sukacita sejati dan kebahagiaan besar.

Bersyukur untuk Segala Hal

Tetapi ada yang mungkin mengatakan, “Saya harus bersyukur *untuk* apa ketika kehidupan saya berantakan?”

Mungkin berfokus pada *untuk* yang kita syukuri adalah pendekatan yang salah. Sulit untuk mengembangkan sikap bersyukur jika kita berterima kasih hanya berdasarkan jumlah berkat yang kita miliki. Memang betul,







penting untuk sering “menghitung berkat kita”—dan siapa pun yang telah melakukan ini tahu ada banyak berkat—tetapi saya tidak yakin Tuhan mengharapkan kita untuk kurang bersyukur pada saat-saat pencobaan daripada saat-saat berkelimpahan dan hidup nyaman. Sebetulnya, kebanyakan rujukan tulisan suci bukan berbicara mengenai bersyukur *untuk* segala sesuatu melainkan menyarankan untuk memiliki rasa atau sikap bersyukur secara keseluruhan.

Adalah mudah untuk bersyukur *untuk* segala sesuatu ketika kehidupan tampaknya sesuai dengan keinginan kita. Tetapi bagaimana dengan masa-masa ketika apa yang kita harapkan tampaknya jauh dari jangkauan?

Bolehkah saya menyarankan agar kita mempertimbangkan rasa syukur sebagai watak, gaya hidup yang tidak terpengaruh oleh situasi saat ini? Dengan perkataan lain, saya menyarankan bahwa alih-alih “bersyukur *untuk* segala sesuatu,” kita berfokus untuk “bersyukur *dalam* keadaan kita”—apa pun keadaan itu.

Ada sebuah cerita lama mengenai seorang pelayan yang bertanya

kepada seorang pelanggan apakah dia menikmati makanan yang disajikan. Tamu tersebut menjawab bahwa segala sesuatu baik-baik saja, tetapi akan lebih baik jika pelayan menyajikan lebih banyak roti. Keesokan harinya, ketika orang tersebut kembali, pelayan tersebut melipatgandakan jumlah roti, memberi dia empat potong roti alih-alih dua, tetapi orang tersebut masih kurang senang. Keesokan harinya, pelayan tersebut melipatgandakan roti lagi, tanpa berhasil.

Pada hari keempat, pelayan benar-benar bertekad untuk membuat orang tersebut senang. Dan demikianlah dia mengambil sepotong roti berukuran 3 meter, memotongnya menjadi dua bagian, dan dengan tersenyum, menyajikannya kepada pelanggan tersebut. Pelayan hampir tidak sabar menunggu reaksi orang tersebut.

Setelah makan, orang tersebut menengadahkan tangan dan berkata, “Enak seperti biasa. Tetapi saya melihat Anda kembali memberikan hanya dua potong roti.”

Bersyukur *dalam* Keadaan Apa pun

Brother dan sister terkasih, kita harus membuat pilihan. Kita dapat

memilih untuk membatasi rasa syukur kita, berdasarkan berkat-berkat yang menurut kita kurang. Atau kita dapat memilih untuk menjadi seperti Nefi, yang senantiasa bersyukur terlepas apa pun keadaannya. Ketika kakak-kakaknya mengikat dia pada kapal—yang telah dia bangun untuk membawa mereka ke tanah perjanjian—pergelangan kaki dan tangannya begitu sakit “itu telah membengkak amat parah” dan angin ribut mengancam untuk menelannya di kedalaman laut. “Walaupun demikian,” Nefi berkata, “aku memandang kepada Allahku, dan aku memujinya sepanjang hari; dan aku tidak menggerutu terhadap Tuhan karena kesengsaraanku.”⁴

Kita dapat memilih untuk menjadi seperti Ayub, yang tampaknya telah memiliki segala sesuatu tetapi kemudian kehilangan semuanya. Namun Ayub menanggapi dengan mengatakan, “Dengan telanjang aku keluar dari kandungan ibuku, dengan telanjang juga aku akan kembali Tuhan yang memberi, Tuhan yang mengambil, terpujilah nama Tuhan.”⁵

Kita dapat memilih untuk menjadi seperti pionir Mormon, yang tetap bersyukur selama perjalanan yang lambat dan menyakitkan menuju Great Salt Lake, bahkan bernyanyi dan menari dan bersukacita karena kebaikan Allah.⁶ Banyak di antara kita cenderung akan menyerah, mengeluh, dan tertekan seandainya mengalami kesulitan dalam perjalanan seperti itu.

Kita dapat memilih untuk menjadi Nabi Joseph Smith, yang sewaktu menjadi tahanan dalam kondisi yang menyedihkan di Penjara Liberty, menulis kata-kata yang mengilhami ini: "Saudara-saudara terkasih yang tersayang, marilah kita dengan riang melakukan segala sesuatu yang berada dalam kuasa kita; dan kemudian bolehlah kita tetap bergeming, dengan keyakinan sepenuhnya, untuk melihat keselamatan dari Allah, dan untuk diungkapkannya lengan-Nya."⁷

Kita dapat memilih untuk bersyukur, apa pun keadaannya.

Jenis rasa syukur ini dapat tercipta terlepas apa pun yang terjadi. Itu lebih besar dari kekecewaan, kehilangan semangat, dan keputusan. Rasa syukur ini akan berkembang baik dalam keadaan sulit maupun dalam keadaan senang.

Ketika kita bersyukur kepada Allah *dalam* keadaan apa pun, kita



Raymond, Alberta, Kanada



dapat mengalami kedamaian lembut di tengah-tengah kesengsaraan. Saat berduka, kita masih dapat bergembira dengan memuji Allah. Saat merasakan sakit, kita dapat bersukacita karena Pendamaian Kristus. Saat mengalami kesedihan yang mendalam, kita dapat memiliki penghiburan dan kedamaian akan pengaruh ilahi.

Kita terkadang berpikir bahwa bersyukur adalah apa yang kita lakukan *setelah* masalah-masalah kita diatasi, tetapi itu adalah sudut pandang yang sangat sempit. Berapa banyak berkat yang akan hilang dalam kehidupan jika kita menunggu untuk menerima apa yang kita inginkan sebelum kita bersyukur kepada Allah untuk apa yang telah kita miliki?

Bersyukur pada saat-saat susah *tidak* berarti bahwa kita senang dengan keadaan kita. Itu *berarti* bahwa kita menggunakan iman untuk melihat hikmah di balik kesulitan-kesulitan kita saat ini.

Ini bukan rasa syukur yang diucapkan, melainkan rasa syukur yang dirasakan dalam jiwa. Ini adalah rasa syukur yang menyembuhkan hati dan mengilhami pikiran.

Rasa Syukur sebagai Tindakan Iman

Bersyukur *dalam* keadaan apa pun adalah tindakan beriman kepada Allah. Ini membutuhkan agar kita percaya kepada Allah dan berharap akan segala sesuatu yang adalah benar.⁸

Dengan bersyukur, kita mengikuti teladan Juruselamat terkasih kita, yang mengatakan, "Tetapi bukanlah kehendak-Ku, melainkan kehendak-Mulah yang terjadi."⁹

Rasa syukur sejati adalah ungkapan pengharapan *dan* kesaksian. Itu datang dari mengakui bahwa kita tidak selalu memahami cobaan-cobaan hidup tetapi percaya bahwa suatu hari nanti kita akan memahaminya.

Dalam keadaan apa pun, rasa syukur kita dipelihara oleh kebenaran-kebenaran yang berlimpah dan sakral yang *memang* kita ketahui: bahwa Bapa kita telah memberikan kepada anak-anak-Nya rencana kebahagiaan yang besar; bahwa melalui Pendamaian Putra-Nya, Yesus Kristus, kita dapat tinggal selamanya dengan orang-orang yang kita kasihi; bahwa pada akhirnya, kita akan memiliki tubuh yang mulia, sempurna, dan baka, tanpa dibebani oleh penyakit atau ketidakmampuan; dan bahwa air mata kesedihan dan kehilangan kita akan digantikan dengan kebahagiaan dan sukacita yang berlimpah, "suatu takaran yang baik, yang dipadatkan, yang digoncang dan yang tumpah ke luar akan dicurahkan ke dalam ribaanmu."¹⁰

Pasti jenis kesaksian inilah yang telah mengubah para Rasul Juruselamat dari orang-orang yang penuh ketakutan dan ragu menjadi utusan Tuhan yang tak gentar dan penuh

kegembiraan. Pada jam-jam setelah Penyaliban-Nya, mereka dipenuhi dengan rasa putus asa dan duka cita, tidak bisa memahami apa yang baru saja terjadi. Tetapi satu peristiwa mengubah semua itu. Tuhan mereka menampakkan diri kepada mereka dan menyatakan, "Lihatlah tangan-Ku dan kaki-Ku: Aku sendirilah ini."¹¹

Ketika para Rasul mengenali Kristus yang telah bangkit—ketika mereka menyaksikan Kebangkitan mulia Juruselamat terkasih mereka—mereka menjadi orang yang berbeda. Tidak ada hal apa pun yang dapat mencegah mereka untuk memenuhi misi mereka. Mereka menerima dengan keberanian dan tekad siksaan, penghinaan, dan bahkan kematian yang akan datang kepada mereka karena kesaksian mereka.¹² Mereka tidak bisa dicegah untuk memuji dan melayani Tuhan mereka. Mereka mengubah kehidupan orang-orang di mana pun mereka berada. Mereka mengubah dunia.

Anda tidak perlu melihat Juruselamat, seperti yang dialami para Rasul, untuk mengalami perubahan yang sama. Kesaksian Anda terhadap Kristus, yang berasal dari Roh Kudus, dapat menolong Anda mengabaikan hasil akhir yang mengecewakan dalam kefanaan dan melihat masa depan cerah yang telah dipersiapkan oleh Juruselamat dunia.

Kita Tidak Diciptakan untuk Akhir

Mengingat apa yang kita ketahui mengenai tujuan kekal kita, dapat dipahami mengapa setiap kali kita menghadapi akhir yang menyedihkan dalam hidup tampaknya kita tidak dapat menerimanya. Tampaknya ada sesuatu di dalam diri kita yang menolak akhir yang menyedihkan itu.

Mengapa demikian? Karena kita diciptakan dari zat yang kekal. Kita adalah makhluk kekal, anak-anak Allah Yang Mahakuasa, yang namanya Tanpa Akhir¹³ dan yang menjanjikan berkat-berkat kekal tak terbatas. Akhir bukanlah tujuan kita.

Semakin kita belajar mengenai Injil Yesus Kristus, semakin kita menyadari bahwa akhir di dalam kefanaan ini bukanlah akhir sama sekali. Ini hanya

selaan—jeda sementara yang suatu hari tampaknya kecil dibandingkan dengan sukacita kekal yang menunggu orang yang setia.

Betapa saya sangat bersyukur kepada Bapa Surgawi saya bahwa dalam rencana-Nya tidak ada akhir yang sesungguhnya, hanya awal yang tidak akan pernah berakhir.

Mereka yang Bersyukur Akan Dijadikan Mulia

Brother dan sister, tidakkah kita memiliki alasan untuk dipenuhi dengan rasa syukur, terlepas apa pun keadaan kita?

Apakah kita membutuhkan alasan yang lebih besar untuk membiarkan hati kita "penuh dengan ungkapan terima kasih kepada Allah"?¹⁴

"Tidakkah kita memiliki alasan besar untuk bersukacita?"¹⁵

Betapa kita akan sangat diberkati jika kita mengakui pengaruh Allah dalam kehidupan kita yang luar biasa. Rasa syukur kepada Bapa kita di Surga memperluas persepsi dan



memperjelas pemahaman kita. Itu mengilhami kerendahan hati dan mengembangkan empati terhadap sesama manusia dan semua ciptaan Allah. Rasa syukur adalah bagian yang diperlukan bagi semua sifat seperti Kristus! Hati yang penuh syukur menyertai semua kebajikan.¹⁶

Tuhan telah memberikan kepada kita janji-Nya bahwa mereka "yang menerima segala sesuatu dengan rasa terima kasih akan dijadikan *mulia*; dan apa yang dari bumi ini akan ditambahkan kepada [mereka], bahkan seratus kali lipat, ya, lebih."¹⁷

Semoga kita "hidup dalam ungkapan terima kasih setiap hari"¹⁸—khususnya selama akhir-akhir yang tampaknya tidak dapat dijelaskan yang merupakan bagian dari kehidupan fana. Semoga kita mempernankan jiwa kita dipenuhi dengan rasa terima kasih kepada Bapa Surgawi kita yang penuh belas kasihan. Semoga kita senantiasa dan terus-menerus mengangkat suara kita dan menunjukkan melalui perkataan dan perbuatan rasa syukur kita kepada Bapa di Surga dan Putra Terkasih-Nya, Yesus Kristus. Untuk ini saya berdoa, dan memberi Anda kesaksian dan berkat saya, dalam nama Tuhan kita, Yesus Kristus, amin. ■

CATATAN

1. Ajaran dan Perjanjian 59:7; lihat juga Efesus 5:20; 1 Tesalonika 5:18; Mosia 26:39; Alma 7:23; Ajaran dan Perjanjian 98:1.
2. Mazmur 147:7.
3. Alma 37:37.
4. Lihat 1 Nefi 18:10–16.
5. Ayub 1:21.
6. Untuk teladan para pionir yang tetap memiliki sikap ceria meskipun mengalami kesulitan yang luar biasa, lihat Andrew D. Olsen, *The Price We Paid: The Extraordinary Story of the Willie and Martin Handcart Pioneers* (2006), 10, 366–367.
7. Ajaran dan Perjanjian 123:17.
8. Lihat Alma 32:21.
9. Lukas 22:42.
10. Lukas 6:38.
11. Lukas 24:39.
12. Lihat Roma 5:3; 2 Korintus 4:17; 12:10.
13. Lihat Musa 1:3.
14. Alma 37:37.
15. Alma 26:13.
16. Lihat Marcus Tullius Cicero, *Oratio Pro Cnaeo Plancio*, XXXIII, bagian 80; dikutip dalam Joseph B. Wirthlin, "Live in Thanksgiving Daily," *Ensign*, September 2001, 8.
17. Ajaran dan Perjanjian 78:19; penekanan ditambahkan.
18. Alma 34:38.