

Menjadi Kaya dalam Kasih, Bukan Hanya Kenyang di Perut

Oleh : dr. Maximus Mujur, Sp.0G

Ada banyak cara manusia mengejar rasa cukup. Sebagian memilih mengisi perut dengan makanan lezat, sebagian lain berusaha menimbun harta. Namun ada satu cara yang sering terlupakan: mengenyangkan hati dengan kasih.

Kasih bukan barang mewah yang harus dibeli. Ia adalah energi murni yang datang dari Tuhan, tersedia bagi siapa saja yang mau menerimanya dan memberikannya kembali. Hati yang penuh kasih tidak hanya membuat pemiliknya merasa damai, tetapi juga memancarkan keteduhan bagi orang di sekitarnya.

Kasih Sebagai Nutrisi Jiwa

Kita sudah terbiasa berbicara soal gizi tubuh: protein, vitamin, mineral. Semua itu penting, tetapi ada gizi lain yang menentukan kualitas hidup—nutrisi jiwa. Kasih adalah salah satunya.

Ketika hati seseorang terisi kasih, ia menjadi lebih sabar dalam menghadapi kesalahan, lebih mudah memaafkan, dan lebih berlapang dada menerima kekurangan. Begitu pula dalam keluarga: anak yang tumbuh dalam limpahan kasih akan memiliki fondasi jiwa yang kuat untuk menghadapi dunia.

Belajar dari Gelap dan Terang

Tidak ada hidup yang hanya berisi kebahagiaan. Marah, kecewa, takut, atau cemas akan selalu hadir. Tetapi, semua itu bukan untuk dijauhi. Sama seperti malam yang membuat bintang tampak bersinar, tantangan hidup memberi kita kesempatan untuk melihat dan menghidupi kasih dengan lebih dalam.

Orang yang mengerti nilai kasih tidak menunggu hidup menjadi

sempurna untuk bersyukur—ia justru memupuk kasih di tengah badai.

Ketamakan yang Menyembuhkan

Kita sering mendengar kata “rakus” dalam konteks negatif. Tetapi bayangkan jika kita menjadi rakus dalam hal yang benar:

- Rakus dalam memberi perhatian.
- Rakus dalam mendengarkan tanpa menghakimi.
- Rakus dalam memaafkan, bahkan ketika itu sulit.
- Rakus dalam menebar kebaikan tanpa pamrih.

Ketamakan semacam ini bukan hanya aman, tetapi justru menyembuhkan hati kita dan hati orang lain.

Warisan yang Tidak Berwujud

Rumah, tanah, atau tabungan mungkin bisa diwariskan, tetapi hati yang penuh kasih hanya bisa ditumbuhkan, bukan diwariskan begitu saja. Itulah mengapa keluarga menjadi sekolah jiwa yang pertama dan terpenting. Orang tua yang menghidupi kasih setiap hari sedang memberi bekal paling berharga bagi anak-anaknya—bekal yang akan mereka bawa seumur hidup.

Penutup

Kenyang di perut mungkin membuat kita kuat berjalan hari ini. Tetapi kenyang di hati akan membuat kita mampu berjalan jauh, melewati musim yang sulit sekalipun. Maka, jika harus memilih, pilihlah untuk menjadi kaya dalam kasih—karena kasih yang kita tanam hari ini akan menjadi cahaya yang menuntun langkah generasi setelah kita.