

# SPIRITUALITAS KRISTIANI DAN PENYEMBUHAN PSIKOSOSIAL

**A. KRISTIADJI RAHARDJO**

Dosen Sekolah Tinggi Ilmu Komputer Yos Sudarso

## **Abstrak**

*Paper ini berangkat dari permasalahan: apa peran agama-agama dengan tradisi spiritualitasnya dalam mengatasi problem masyarakat Indonesia, khususnya trauma dan gejala psikososial? Berdasarkan studi kepustakaan dan studi lapangan, paper ini melihat bahwa spiritualitas agama-agama, termasuk Kristiani, mempunyai peranan penting bagi masyarakat Indonesia yang cukup religius dalam menghadapi realitas dan tantangan hidup dewasa ini (the recent realities and challenges). Mengapa? Karena spiritualitas sebagai suatu gaya hidup (praksis) yang digerakkan oleh roh untuk mengalami kehadiran yang ilahi di dalam kehidupan sehari-hari dapat membantu masyarakat (khususnya korban bencana alam dan sosial) untuk menemukan orientasi nilai, hakekat diri (identitas), dan cara berpikir, merasa dan bertindak yang tepat dalam konteks nyata kehidupan mereka.*

*Spiritualitas kristiani yang didasarkan pada nilai-nilai iman, harapan dan kasih, serta pemahaman akan Tuhan, alam semesta dan keselamatan itu, dapat diperkuat melalui berbagai sarana sehingga dapat efektif membantu orang Kristen dalam proses trauma healing dan penyembuhan gejala psikososial. Spiritualitas Kristiani dapat membantu orang Kristen untuk menemukan keutuhan diri dan keseimbangan dalam relasi dengan Tuhan, sesama dan alam. Selain itu spiritualitas Kristiani juga dapat menumbuhkan motivasi, semangat solidaritas, dialog dan kerjasama dalam membangun kehidupan yang adil, damai, respek pada martabat manusia dan menjaga keutuhan ciptaan (integrity of creation).*

**Kata-kata kunci :** spiritualitas, nilai-nilai kristiani, trauma healing, solidarity

Peristiwa bencana alam (sebagai bagian dari proses alam, seperti gempa, gunung meletus, badai dll,) serta musibah (sebagian karena ulah manusia: banjir, tanah longsor, semburan lumpur, kecelakaan transportasi, dll), akhir-akhir ini terjadi secara beruntun dan menjadi pengalaman pahit dan memilukan yang harus dihadapi oleh masyarakat Indonesia. Selain bencana alam dan musibah itu, masyarakat dunia (termasuk Indonesia) dewasa ini sedang menghadapi masalah pemanasan global (*global warming*) yang menimbulkan dampak negatif bagi iklim dan seluruh kehidupan di planet bumi ini. Selain bencana alam itu, masyarakat Indonesia juga mengalami bencana sosial seperti konflik antar etnis, konflik bernuansa agama di Ambon dan Poso, konflik politis seputar pemilihan kepala daerah, dan korupsi. Bencana alam dan sosial itu telah banyak merenggut nyawa dan meninggalkan jiwa yang terluka, trauma, kerugian moral, ekonomi, serta kerusakan fisik yang tidak sedikit jumlahnya. Semuanya ini sering membuat para korban tak berdaya, merasa terkutuk, dan terlempar ke dalam kesuraman hidup seakan sedang berada di sebuah “negeri bencana”.

Trauma dan penderitaan itu dialami oleh para korban bukan hanya sebagai pengalaman fisik, psikologis dan sosial, namun juga menjadi pengalaman spiritual. Kita tahu bahwa para korban bencana alam dan sosial itu adalah bagian dari masyarakat Indonesia yang religius. Maka pengalaman trauma dan penderitaan akibat bencana itu tidak bisa dilepaskan dari perspektif religius. Terjadi suatu pergumulan iman untuk memahami, memberi makna dan mengambil sikap yang tepat terhadap pengalaman tersebut. Tak jarang para korban dihadapkan pertanyaan-pertanyaan seputar keadilan Tuhan, makna penderitaan, kehidupan, dan alam semesta. Di sinilah agama beserta tradisi spiritualitasnya mempunyai peranan penting untuk membantu mereka dalam memahami Tuhan, menemukan makna penderitaan dan kehidupan, kehadiran dan penyelenggaraan ilahi di tengah kehidupan alam semesta, serta keselamatan dan kehidupan akhirat. Spiritualitas juga dapat membantu proses penyembuhan gejala traumatis dan

psikososial yang dialami oleh para korban musibah, bencana alam dan sosial. Dalam konteks inilah, paper ini ditulis untuk melihat sejauh mana peran agama, khususnya tradisi spiritualitas Kristiani dalam proses penyembuhan gejala psikososial. Untuk itu perlu dipahami terlebih dahulu spiritualitas kristiani beserta unsur-unsur, tema pokok dan sarana-sarana yang dipakai untuk memperkuatnya.

## 1. Pengertian Spiritualitas

Ada pluralitas pandangan atau pengertian tentang kata “spiritualitas”. Secara umum, “spiritualitas” dimengerti sebagai “kerohanian” (*spirit* = roh). Kata “spiritualitas” berasal dari kata “*spiritualité*” (bhs Perancis) yang berarti “corak atau gaya hidup” (lebih menyangkut yang jasmani, namun tidak lepas dari yang rohani). Yang rohani itu dimengerti bukan sebagai lawan yang jasmani, tetapi mempunyai arti “digerakkan oleh Roh Allah”. Dalam lingkup Kristen, spiritualitas berarti “hidup dari (kekuatan) Roh”. Jadi spiritualitas menunjuk pada pengalaman manusia akan kehadiran yang Ilahi (“roh” Allah, rohaniah) dalam kenyataan hidup. Spiritualitas tidak bertentangan dengan dunia (yang ragawi, jasmaniah), tapi justru berkaitan dengan sikap dasar berhadapan dengan kenyataan hidup dalam segala aspeknya (Jacobs: 2002, 233). Meskipun spiritualitas muncul dari kedalaman hati, namun tidak dimaksudkan sebagai “kesalehan” pribadi. Kekhasannya justru terdapat dalam hubungannya dengan dunia luar atau konteks kehidupan nyata. Dan meskipun berkaitan dengan kehidupan pribadi seseorang, tapi spiritualitas juga sering dihubungkan dengan kelompok atau komunitas tertentu.

Menurut Adolf Heuken, spiritualitas adalah ‘cara mengamalkan seluruh kehidupan sebagai orang beriman yang berusaha merancang dan menjalankan hidup ini semata-mata seperti Tuhan menghendaknya’. Sedangkan spiritualitas Kristiani adalah suatu tradisi yang telah berkembang atas dasar penghayatan amanat Alkitab dalam Gereja berabad-abad lamanya’ (Heuken: 2002, 12). Heuken lebih menekankan pada *tradisi* spiritualitas yang telah terpelihara di dalam Gereja selama ini. Bagi

Heuken, tradisi bagaikan suatu proses penerjemahan hidup beriman dari masa lalu kepada masa sekarang, yang berlangsung dalam umat yang percaya akan Yesus Kristus.

Spiritualitas Kristiani pada hakekatnya adalah “seluruh gaya hidup orang Kristen sebagai murid Yesus”. (Darmaputra: 2002, 71). Oleh karena itu Eka Darmaputra memahami spiritualitas kristiani sebagai *kemuridan* (*discipleship*), yakni sikap hidup yang bukan hanya menerima ajaran tetapi mau meneladan Yesus, Sang Guru. Sikap hidup sebagai murid itu nampak dalam cara berpikir, cara merasa dan cara bertindak (baik dalam relasinya dengan Allah maupun sesama) dalam situasi aktual mereka. Dengan demikian spiritualitas kristiani dilandaskan pada kerinduan orang Kristen untuk berada bersama (*to be with*) dan meneladani (*to be like*) Yesus dalam konteks hidup masa kini.

Spiritualitas berkaitan dengan ketararahan kepada yang Ilahi (Roh Allah) sejauh dinyatakan dalam segala praksis hidup sehari-hari orang beriman. Dengan demikian, spiritualitas Kristiani menekankan penghayatan dan pengalaman nyata (ortopraksis), bukan pemahaman, rumusan atau dogma (ortodoksi). Lebih lanjut tentang spiritualitas, Tom Jacobs menyatakan adanya jarak terhadap sesuatu yang bersifat dogmatis dan gerejani-institusional, artinya spiritualitas lebih merupakan mentalitas daripada peraturan atau tradisi. Spiritualitas, menurut Jacobs, adalah segi subyektif dari dogma dan mempunyai tekanan pada hubungan pribadi dengan Allah. Sejatinya, spiritualitas menjadi jiwa, roh atau saripati dari suatu dogma, teologi, bahkan seluruh bangunan suatu agama. Tanpa spiritualitas, agama sebagai suatu sistem (institusional) akan menjadi kering dan abstrak, tidak menyentuh pengalaman konkrit dan tuntutan jaman.

## II. Unsur-Unsur Spiritualitas Kristiani

Agama Kristen dan Katolik menempatkan penghayatan atas *iman*, *harapan* dan *kasih* sebagai tiga kebajikan utama. Ketiga keutamaan itu terdapat di dalam Kitab Suci dan menjadi nilai-nilai yang harus dihidupi oleh

orang Kristen. Dalam tradisi Kristiani, ketiga keutamaan itu (yang pada dasarnya adalah satu) merupakan sikap dasar orang beriman. Iman yang menggerakkan hidup, memberi dasar kepada harapan, dan dinyatakan dalam kasih (KWI: 1996, 160). Ketiganya bisa dibedakan tetapi tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Iman menjadi suatu relasi personal antara Allah (yang mewahyukan diri-Nya atau sabda Allah) dan manusia (yang menyambut atau menanggapi pewahyuan itu dengan penyerahan diri kepada-Nya). Harapan terarah kepada keselamatan yang didasarkan pada iman akan janji Allah (yang adalah setia). Tanda iman dan harapan itu adalah kasih, yakni mengasihi Allah dan sesama, yang mewarnai seluruh hidup. Ketiga keutamaan itu menjadi unsur yang membentuk spiritualitas kristiani.

### *Iman akan Allah Tritunggal sebagai kesatuan daya ilahi*

Spiritualitas kristiani sepanjang zaman tumbuh dari iman dan pengalaman akan misteri Tritunggal sebagai kesatuan daya-daya ilahi. Spiritualitas Kristiani sebagai suatu sikap hidup yang digerakkan oleh kekuatan roh dilandaskan pada pengalaman akan kehadiran yang ilahi (Roh Allah). Maka spiritualitas mempunyai keterkaitan langsung dengan iman sebagai suatu relasi timbal balik antara Yang Ilahi yang mewahyukan diri-Nya dan tanggapan manusia untuk menerima kehadiran-Nya (termasuk rencana keselamatan-Nya). Iman itu merupakan suatu anugerah dari Allah sekaligus keputusan bebas dan sadar dari manusia. Dengan demikian iman adalah suatu hubungan personal timbal balik antara manusia dengan Allah di mana Allah menyerahkan (mewahyukan) diri-Nya dan manusia dengan bebas menyerahkan hidup seutuhnya kepada Allah (*Dei Verbum* art. 5).

Bagi orang Kristen, Yang Ilahi itu dialami dan diimani sebagai **kesatuan daya-daya ilahi (Allah Tritunggal)** yang memberi kekuatan dan menggerakkan seluruh hidup orang beriman. Orang beriman dimampukan untuk menangkap misteri ilahi dalam kehidupan nyata. Bagaimana memahami misteri ilahi, Allah

Tritunggal itu? Misteri Allah Tritunggal (*Holly Trinity*) dapat dipahami sebagai kesatuan antara “pengasal” daya-daya ilahi (Allah Bapa), “penyampai”-nya (Allah Putera), serta “penerus”-nya (Allah Roh Kudus). Pengasal daya-daya itu dapat muncul dan diyakini dalam tiap pengalaman religius pada umumnya, meskipun Yang Ilahi itu akan tetap sulit dipahami (misteri). Keberadaannya tidak tersangkakan, bahkan dapat dialami dari kekuatan-kekuatan yang ada di alam semesta ini. Meskipun Allah terasa dekat tetapi Allah tetap menjadi “*deus absconditus*” (Tuhan yang tersembunyi). Ini nampak jelas dalam pengalaman mistik atau sufisme yang terdapat dalam pelbagai tradisi agama di dunia.

Dalam tradisi iman Kristiani, Dia yang tersembunyi itu mewahyukan diri-Nya dalam pribadi Yesus yang menyebut Allah sebagai Bapa. Allah yang tadinya jauh itu dialaminya sebagai yang dekat, yang dapat dikenali, bahkan yang dapat dipanggil dengan sebutan yang akrab itu. Yesus diimani sebagai pewahyuan diri Allah yang paling sempurna yang menghadirkan Allah yang terlibat dalam seluruh kehidupan manusia. Kini Allah dikenal sebagai Bapa yang berbelas kasih dan menawarkan rencana keselamatan kepada manusia, melalui seluruh hidup Yesus. Lewat kehadiran Yesus, manusia dapat mengalami solidaritas dan keterlibatan Allah dalam sejarah hidup manusia dan dunia. Maka yang Ilahi tidak lagi dialami sebagai yang tersembunyi (*Deus absconditus*) melainkan yang telah terwahyukan (*Deus revelatus*) dalam seluruh kehidupan Yesus. Yesus menyampaikan kehadiran Yang Ilahi kepada manusia. Ia membuat orang dapat mengalami daya-daya Ilahi secara nyata. Orang disembuhkan, pengaruh roh jahat disingkirkan, kuasa dosa dilepaskan, penderitaan yang merendahkan kemanusiaan disingkirkan, dan orang disadarkan akan martabatnya yang luhur serta arah-tujuan hidupnya.

Meskipun Allah telah mewahyukan diri-Nya dalam kehadiran Yesus, namun para murid dan orang-orang di sekitar Yesus tidak langsung dan dengan mudah mengenal serta mengikuti

Dia. Dalam *Dei Verbum* art. 5 (Konstitusi Dogmatis KV II tentang Wahyu Ilahi) disebut, “Supaya orang dapat beriman, diperlukan rahmat Allah yang mendahului serta menolong, pun juga bantuan Roh Kudus, yang menggerakkan hati dan membalikkannya kepada Allah”. Dalam Injil, banyak dicatat bahwa mereka membutuhkan suatu proses pergumulan untuk mengenal Yesus dan pewartaan-Nya. Maka Allah mengutus Roh-Nya, sebagai daya Ilahi yang membantu mengenal dan mengalami Allah secara personal dalam hidup mereka. Injil menyebut daya ilahi itu sebagai Roh Kebenaran (Yoh 18:37) yang menuntun orang untuk sampai pada kebenaran Ilahi itu. Dalam peristiwa pantekosta (Kis 2:4-12), Roh Kebenaran itu menerangi hati dan budi para murid agar dapat mengerti siapakah Yesus yang telah mereka ikuti itu. Roh ini membuat orang menemukan Allah yang berada di tengah-tengah manusia (inkarnasi). Roh itu terus bekerja, dan dapat dialami dalam berbagai wujudnya di dunia: menggerakkan orang untuk bersikap adil, damai, saling mencintai, peduli pada sesama, hormat pada martabat manusia dan keutuhan ciptaan, serta segala perbuatan maupun keadaan yang baik dalam kehidupan ini. Roh inilah yang membuat orang dapat menemukan hubungan antara “*Deus absconditus*” (yang tersembunyi) dan “*Deus revelatus*” (yang terwahyukan). Maka menjadi lengkaplah kehadiran daya-daya ilahi (Tritunggal: Bapa, Putra dan Roh Kudus) yang menuntun manusia untuk mengalami kehadiran-Nya (dan keselamatan) dalam kehidupan ini.

Pengalaman iman dan spiritual akan kehadiran misteri Tritunggal sebagai kesatuan daya-daya ilahi dalam kehidupan itu dapat berkembang. Misteri Tritunggal bukanlah sebuah gagasan (teologis-dogmatis) belaka melainkan pengalaman rohani (spiritual) yang hidup atau dinamis. Pengalaman perjumpaan dengan Yang Ilahi (kesatuan daya-daya ilahi) itu berlangsung dalam suatu proses kehidupan yang aktual dan kontekstual. Dalam spiritualitas Kristiani diakui bahwa tak mungkin orang sampai kepada Yang Ilahi secara utuh kecuali lewat Putra dan dikuatkan oleh Roh. Juga tidak

terbatas pada pengalaman akan kehadiran Yang Ilahi dalam pengalaman religius pada umumnya. Orang Kristen mengalami kehadiran Yang Ilahi lewat pribadi Yesus Kristus yang meliputi: sabda, perbuatan, teladan, penderitaan, wafat dan kebangkitan-Nya (yang diwahyukan dalam Kitab Suci dan diimani). Karena itu dapat dikatakan tradisi spiritualitas Kristiani berpusat pada Yesus Kristus. Dialah yang membuat orang sampai pada pengalaman akan daya-daya ilahi yang membawa manusia ke dalam kesatuan dengan Yang Ilahi sendiri.

### **Harapan**

Spiritualitas Kristiani bukan hanya berkaitan dengan iman, tapi juga mempunyai hubungan khusus dengan harapan (atau cita-cita, visi). Harapan adalah suatu sikap keterarahan ke masa depan, sekaligus mampu mengerakkan seluruh hidup seseorang untuk mencapainya. Dalam Katekismus Gereja Katolik, harapan dimengerti sebagai “kebajikan ilahi yang olehnya kita rindukan Kerajaan surga dan kehidupan abadi sebagai kebahagiaan kita .....”. Menurut Tom Jacobs, pengharapan adalah “iman yang dinamis, iman yang menggerakkan hidup, transendensi ke depan” (Jacobs: 2002, 233). Dalam pandangan Jacobs, pengharapan tidak hanya dibatasi pada keterkaitannya dengan masa depan, tapi juga berkaitan dengan penghayatan iman dalam kehidupan sehari-hari dan mempunyai keterarahan kepada misteri ilahi. Pengharapan menjadi suatu keyakinan bahwa kerinduan akan misteri bukan suatu khayalan atau kesia-siaan belaka. Atas dasar wahyu Allah dan iman, pengharapan itu mendapatkan dasar dan artinya dalam hidup. Pengharapan menimbulkan keberanian, daya juang dan ketabahan serta membuat hidup menjadi dinamis. Tanpa pengharapan, seseorang akan mudah putus asa, takut melangkah, ketidakpastian dalam hidup dan dinamika hidup hilang atau “mati”. Pengharapan inilah yang menumbuhkan rasa optimisme dan semangat untuk bangkit dalam diri para korban bencana alam dan sosial.

Dalam tradisi Kristiani, pengharapan itu bersifat tak terbatas, bahkan kematian sekalipun

tidak dapat membatasinya. “Allah telah melahirkan kita kembali oleh kebangkitan Yesus Kristus dari antara orang mati, kepada suatu hidup yang penuh pengharapan” (1Ptr 1:3). Harapan itu juga tetap tak terbatas meskipun harus diwujudkan dalam berbagai usaha dan kegiatan manusiawi yang terbatas. Untuk mencapai realisasi harapan (kepenuhan janji Allah, keselamatan, persatuan dengan Allah) orang Kristen harus berjuang membangun kehidupannya yang *sekarang*. Pergumulan hidup di tengah dunia, bagi orang Kristen, mendapatkan makna dan tujuannya pada pengharapan akan terpenuhinya janji Allah. Pengharapan itu merupakan kerinduan terdalam untuk “bersatu dengan Allah.” Segala kemampuan dan daya upaya manusia akan sia-sia bila tidak diarahkan pada visi atau harapan akan masa depan (keselamatan) itu. Orang Kristen mengarahkan seluruh diri dan perjuangan hidupnya kepada Allah yang diimaninya. Allah diyakini akan tetap setia pada janji-Nya dan akan menemani dalam pergumulan hidup manusia. Orang Kristen mengimani “Allah beserta kita” (*Dominus nobis cum*). Dalam spiritualitas Kristiani, iman itu dihidupkan dan disempurnakan dalam pengharapan akan masa depan.

### **Kasih**

Iman dan harapan itu mendapat wujud nyatanya dalam kasih. Kasih menjadi kebajikan utama yang menandai spiritualitas kristiani. Kasih menjadi perintah utama atau *golden rule* yang diberikan Yesus bagi orang Kristen. “Kasihilah Tuhan Allahmu dengan segenap hatimu, dan dengan segenap jiwamu, dan dengan segenap akal budimu. Itulah hukum yang terutama dan yang pertama. Dan hukum yang kedua, yang sama dengan itu, ialah: Kasihilah sesamamu manusia seperti dirimu sendiri.” (Mat 22: 3-39; Mrk 12: 30-31; Luk 10: 27). Perintah utama itu diperjelas lagi oleh St. Yohanes, “Jika seorang berkata, ‘Aku mengasihi Allah’, dan ia membenci saudaranya, maka ia adalah pendusta, karena barangsiapa tidak mengasihi saudaranya yang dilihatnya, tidak mungkin mengasihi Allah, yang tidak dilihatnya” (1Yoh 4:20). Jelaslah bahwa kasih

kepada Allah menjadi dasar atau titik tolak karena orang beriman telah menyerahkan hidupnya dan menggantungkan harapannya pada Allah. Kasih kepada Allah itu menuntut suatu komitmen total dalam hidup seorang kristiani.

Kasih kepada Allah itu harus diwujudkan dalam kasih kepada sesama. Yesus menekankan bahwa ajaran atau perintah kasih kepada Allah sama atau sejajar dengan perintah kasih kepada sesama. Totalitas dalam mengasihi Allah menjadi sempurna dalam totalitas dalam mengasihi sesama. Dalam kasih kepada sesama, kasih kepada Allah menjadi nyata. Dengan demikian kasih menjadi utuh dalam dua dimensinya: horisontal dan vertikal. Hukum kasih itu terpenuhi bila orang Kristen dapat mengasihi Allah dan mengasihi sesama. “Barangsiapa mengasihi sesama manusia, ia sudah memenuhi hukum; kasih adalah kepenuhan hukum” (Rm 13:8.10).

Sikap hidup atau spiritualitas kasih itu dilandaskan pada keyakinan bahwa Allah telah lebih dulu mengasihi manusia. “Kasihilah satu dengan yang lain sama seperti Aku telah mengasihi kamu” (Yoh 15:12). Kasih Allah itu dibuktikan dalam seluruh karya penyelamatan-Nya yang memuncak dalam kehadiran Yesus. Bahkan dalam diri Yesus, Allah mengidentikkan dirinya dengan manusia, bahkan yang paling hina: “Segala sesuatu yang kamu lakukan untuk salah seorang dari saudara-Ku yang paling hina ini kamu lakukan untuk Aku” (Mat 25:40). Pengalaman akan kasih Allah menjadi kekuatan dalam hidup orang Kristen. Konsekuensinya adalah “jikalau Allah sedemikian mengasihi kita, maka haruslah kita juga saling mengasihi” (1Yoh 4:11). Kasih itu harus dinyatakan dalam sikap dan perbuatan nyata dalam hidup seorang Kristen. Kasih menjadi ungkapan nyata dari iman yang hidup, sekaligus menjadi jalan untuk sampai pada terpenuhinya harapan. Itulah sikap pokok atau ciri utama kehidupan orang Kristen yang mengalami kasih Allah dan mau meneladan Yesus dalam mengasihi Allah dan sesama. “Di sini semua orang akan tahu bahwa kamu murid-murid-Ku, yaitu jikalau kamu saling mengasihi” (Yoh 13: 35). Demikianlah kasih menjadi “pengikat yang mempersatukan

dan menyempurnakan” (Kol 3:14) iman dan harapan dalam hidup kristiani.

### **Keselamatan, Penciptaan dan Kehidupan Akhirat**

Kekristenan memahami keselamatan sebagai suatu anugerah atau rahmat Allah bagi manusia atas dasar kehendak-Nya agar manusia mengalami kehidupan kekal atau kebahagiaan abadi yang dialami dalam persatuan cinta antara Allah, manusia dan seluruh ciptaan. Dalam pengakuan iman Kristen, karya keselamatan Allah diawali dengan penciptaan atau tindakan Allah yang pertama dalam sejarah dunia (Kej 1-2). Syahadat orang Kristen menyebutkan : “Aku percaya akan Allah, Bapa yang mahakuasa, Pencipta langit dan bumi dan segala sesuatu yang kelihatan dan tak kelihatan”. Syahadat itu mengungkapkan dua hal, yakni kemahakuasaan Allah, dan dasar serta awal seluruh sejarah keselamatan (KWI: 1996, 154). Allah menciptakan manusia dan alam semesta ini dari ketiadaan dan tanpa ada materi dasar (*creatio ex nihilo sui et subjecti*), dan dalam keadaan baik.

Dalam penciptaan, *transendensi* dan *imanensi* Allah nampak dengan sempurna. Penciptaan alam semesta dari ketiadaan menunjukkan transendensi, keberlainan dan ketaktergantungan total Allah dari alam semesta. Dengan kata lain Allah bisa ada tanpa alam semesta, namun alam semesta tidak dapat ada tanpa Allah. Di samping itu Allah menciptakan alam semesta bukan atas dasar keniscayaan metafisik yang tak dapat dihindari melainkan dengan (kehendak) bebas. Penciptaan sekaligus menunjukkan imanensi Allah, karena penciptaan dipahami bukan sebagai tindakan sekali jadi atau perbuatan Allah “pada permulaan saja”, melainkan suatu proses yang berlangsung terus menerus (*creatio continua*). Dalam teologi Kristen proses itu disebut pemeliharaan Allah (*providentia Dei*). Oleh karena itu Allah menunjukkan imanensi-Nya, tetap terlibat dalam seluruh keberlangsungan alam semesta, namun cara kerja Allah bukan seperti dalang terhadap wayangnya (bdk. Frans Magnis-Suseno: 2006, 205-206).

Secara istimewa, manusia adalah mahkota ciptaan karena manusia diciptakan sebagai *citra Allah* atau segambar dan serupa (mirip) dengan Allah, memiliki sebagian sifat dan hakekat Allah. Citra Allah itu bukan hanya dimengerti secara personal, namun juga sosial dan ekologis, dalam hubungan dan tanggungjawab terhadap kehidupan bersama dan kehidupan alam semesta. Allah menciptakan manusia untuk membangun relasi cinta yang personal, dan untuk menjadi teman dialog dan teman sekerja, bahkan *co-creator* Allah dalam seluruh sejarah keselamatan. Allah menciptakan manusia dengan segala akal budi, kebebasan dan hati nuraninya, dan dipanggil untuk turut serta mengatur, memelihara, “menciptakan kembali” dunia demi keselamatan.

Meskipun diciptakan sebagai gambar Allah, manusia adalah makhluk yang terbatas dan dapat menggunakan kemampuan dan kebebasannya secara keliru atau menyimpang dari tujuan keselamatan. Dan sebagai manusia, ia mengalami keterbatasan bukan hanya karena keadaan sebagai ciptaan, tetapi juga sebagai akibat dari dosa asal, dosa yang diwariskan oleh manusia pertama Adam dan Hawa. Warisan ini mengakibatkan keterbatasan yang berupa keteledoran, nafsu, keterasingan dari diri sendiri, dari sesama dan Tuhan, bahkan mengakibatkan maut. Dengan demikian, setiap orang dilahirkan di tengah kehidupan yang sudah dikotori oleh dosa (struktural) dan mempunyai potensi dalam dirinya untuk melakukan dosa (personal). Namun Allah tidak membiarkan manusia dikuasai oleh dosa dan maut. Orang Kristen mengimani bahwa Allah membebaskan manusia dari dosa melalui Kristus yang telah mengorbankan diri-Nya (penderitaan dan wafat-Nya) sebagai tebusan atas dosa manusia. Namun penebusan Yesus tidak membuat orang Kristen menjadi pasif, hanya menunggu kasih dan kemurahan Allah. Sebaliknya rahmat penebusan itu menuntut suatu **pertobatan** atau tindakan aktif untuk berbalik kepada Allah, meneladan hidup Yesus dengan turut memanggul “salib kehidupan”nya, dan menghayati nilai-nilai atau keutamaan iman, harapan dan kasih.

Dalam inti sejarah keselamatan manusia terletak misteri penderitaan, kematian dan kebangkitan Yesus Kristus (Paskah) yang mengubah keadaan manusia secara definitif ketika manusia ambil bagian di dalam kehidupan rahmat ilahi. Yesus hadir untukewartakan Kerajaan Allah, suatu kiasan yang menggambarkan harapan umat Allah (dalam Perjanjian Lama dan Perjanjian Baru) akan kedaulatan (pemerintahan) Allah yang menciptakan dan mempertahankan dunia, bertindak dalam sejarah untuk menyelamatkan manusia dan menghantar kepada suatu “dunia baru”. Penggambaran Injil tentang Kerajaan Allah mengandung ketegangan antara **masa sekarang** dan **masa datang**. Kerajaan Allah adalah realitas sekarang karena Allah bertindak secara nyata dalam diri Yesus (Luk 11:20; Luk 17:21). Yesus menghadirkan wajah Allah yang berbelas kasih, murah hati, pengampun, mencari orang miskin dan tertindas, pendosa, orang sakit dan tersingkir (Mat 18:21-35; Luk 4:18-19; Luk 17:11-19; Mrk 2:17). Penderitaan dan wafat Yesus menunjukkan solidaritas dan cinta-Nya yang begitu dalam untuk menyelamatkan manusia. Di sisi lain, Kerajaan Allah adalah realitas masa datang, karena kerajaan yang dimaklumkan Yesus akan terwujud sepenuhnya pada akhir jaman (misalnya Mat 13:24-30, 36-43). Mengenai hari dan saatnya, tidak seorang pun yang tahu selain Allah sendiri (Mat 24:36). Yang dituntut dari manusia adalah berjaga-jaga (Mat 25:1-13), berdoa (Mat 6:10; Luk 11:2), dan bertobat secara total (Mat 30:32-33). Pengharapan akan Kerajaan Allah itu memiliki dasar dalam kebangkitan Kristus, yang diimani sebagai penerimaan Allah yang definitif atas manusia Yesus dan hidup Yesus yang taat dan setia pada perutusan-Nya. Maka kebangkitan Yesus menyatakan siapa Yesus, apa yang dia perbuat dan apa harapan serta tujuan hidup-Nya, yakni mengalami kepenuhan hidup dalam persatuan cinta dengan Allah.

Orang Kristen terpanggil untuk menemukan kesempurnaan dalam persatuan dengan Allah yang terwujud di dalam kasih akan Allah dan kasih akan sesama manusia. Meskipun keselamatan itu merupakan rahmat yang dianugerahkan kepada manusia melalui iman

kepada Yesus Kristus, namun peran serta manusia tetap dibutuhkan; yakni dengan mengamalkan iman itu dalam perbuatan nyata. Injil menegaskan bahwa “tanpa perbuatan, iman itu akan mati”. Dan “dengan perbuatan manusia dibenarkan oleh Allah, bukan dengan iman semata-mata”. Berkat rahmat Allah dan iman yang dinyatakan dalam perbuatan, manusia akan memperoleh pahala *kehidupan kekal*. Otto Hentz SJ., memahami kehidupan kekal sebagai “kebahagiaan yang tak terbatas di dalam kehidupan persekutuan yang tak ada habisnya dengan Allah dan seluruh ciptaan yang dimuliakan” (Otto Hentz SJ.: 2005, 70). Dengan demikian spiritualitas Kristiani menjadi suatu penghayatan hidup berdasarkan iman, harapan dan cinta yang menghantar orang Kristen untuk mencapai tujuan akhir, yakni kehidupan kekal (keselamatan abadi, persekutuan cinta dengan Allah dan seluruh ciptaan)

spiritualitas atau kerohanian sejati. Dibutuhkan suatu usaha atau proses pengembangan, tuntunan

### **III. Sarana penguatan Spiritualitas**

Spiritualitas atau sikap hidup yang digerakkan oleh Roh adalah sesuatu yang bisa dikembangkan atau dibangun. Setiap orang mempunyai potensi untuk menjalani hidup penuh spiritualitas. Dalam diri setiap orang ada kemampuan atau kepekaan untuk menyadari kehadiran Yang Ilahi dalam batin. Kemampuan itu bersifat alamiah atau bawaan dan sudah termasuk konstitusi manusia seperti halnya kemampuan berbahasa. Namun kemampuan atau kepekaan untuk mencerap kehadiran Yang Ilahi itu harus dikembangkan untuk dapat sampai pada kematangan rohani atau spiritualitas yang sejati. Kepekaan dalam diri setiap orang dapat menjadi “tumpul”, bahkan mati bila tidak ada usaha nyata untuk melatih dan mengembangkannya. Seperti halnya setiap orang mempunyai kemampuan berbahasa, namun tidak semua orang dapat menciptakan atau menikmati karya seni. Menghasilkan dan menikmati seni sastra mengandaikan kemampuan berbahasa tetapi tidak identik dengannya. Kepekaan religius atau kemampuan mengalami kehadiran Yang Ilahi ada dalam diri semua orang, tetapi tidak semua orang dapat begitu saja memiliki



dan pengarahan untuk mencapai suatu kematangan spiritual.

Kemampuan atau kepekaan dapat dipertajam dan dikembangkan dalam tradisi spiritual dalam agama-agama, termasuk dalam tradisi kristiani. Dari pengalaman religius itu seorang Kristen harus melangkah lebih jauh untuk mengembangkan suatu spiritualitas Kristiani. Untuk itu dibutuhkan langkah-langkah dan sarana bagi pengembangan spiritualitas Kristiani, yakni dengan mengikuti Yesus dan mendengarkan Sabda Tuhan (atau Kitab Suci), memahami tradisi dan ajaran Gereja, menjalin relasi personal dan komunal dengan Allah melalui doa, ibadat (ritual) dan devosi. Selain itu orang Kristen juga dapat melakukan askese (matiraga), dialog dan sharing pengalaman iman, dan mengembangkan solidaritas serta kerjasama untuk membangun kehidupan yang lebih baik (keselamatan).

### **Mengikuti Yesus dan mendengarkan Sabda Tuhan (Kitab Suci)**

Inti dari spiritualitas Kristiani terletak pada upaya mengikuti Yesus Kristus yang membuat orang makin mengenal siapa Yang Ilahi. Orang Kristen mengimani Yesus Kristus tidak hanya sebagai nabi, utusan Allah, tetapi sebagai Putra Allah, wujud kehadiran (inkarnasi) Allah di tengah manusia. Dalam pengalaman religius orang mencapai kepuasan bila merasa menemukan hubungan dengan Yang Ilahi, baik yang mencengkam maupun yang mempesona (*tremendum et fascinosum*). Di situ orang tidak merasa sendiri melainkan mendapati diri di hadapan Yang Ilahi. Namun orang Kristen harus melangkah lebih lanjut, yakni percaya kepada Injil (kabar gembira keselamatan) dan meneladani Yesus dalam penyerahan diri kepada Allah dan sesama. Mengapa demikian? Karena dalam Injil orang dapat mengenal, mengimani dan kemudian menyelaraskan hidupnya dengan Yesus. Inilah yang menyempurnakan pengalaman religius menjadi kerohanian sejati. Hal ini nampak dalam kisah Injil tentang seorang pemuda kaya yang mengajukan pertanyaan kepada Yesus mengenai bagaimana

caranya mencapai hidup kekal (Mrk 10:17-30). Pemuda kaya itu dengan bangga mengatakan bahwa dirinya telah menuruti dan melakukan semua yang tertulis dalam hukum (Taurat). Namun menurut Yesus, itu tidak cukup. Pemuda itu harus menjual segala miliknya, memberikan hasilnya pada orang miskin, kemudian mengikuti Yesus. Menghadapi tuntutan Yesus itu, sang pemuda kaya tidak sanggup untuk melepaskan segala "keterikatan" pada yang duniawi dan menyerahkan diri sepenuhnya pada Allah dan sesama.

Orang Kristen mengenal dan mengimani Allah yang mewahyukan diri-Nya dalam sejarah keselamatan yang berpuncak pada kehadiran Yesus. Pengenalan akan Yesus itu diperoleh melalui Kitab Suci dan tradisi, sebagai dua sumber iman bagi orang Kristen. Kitab Suci merupakan ungkapan iman orang Israel (Perjanjian Lama) dan iman Gereja perdana (ditandai dengan kehadiran Yesus dan diikuti oleh para murid dan orang-orang yang hidup di zaman Yesus). Para pengarang suci (dari latar belakang kebudayaan, politik dan keyakinan yang berbeda) menuliskan apa yang diwahyukan Allah atas dasar anugerah atau rahmat khusus (biasanya disebut *ilham*) dan apa yang diimani (pengalaman iman) dari umat pada jamannya (KWI: 1996, 214-215). Dalam *Dei Verbum* (Konstitusi Dogmatik Konsili Vatikan II tentang Wahyu Ilahi) artikel 11 dikatakan bahwa Kitab Suci "ditulis dengan ilham Roh Kudus dan mengajarkan dengan teguh dan setia serta tanpa kekeliruan, kebenaran yang oleh Allah mau dicantumkan di dalamnya demi keselamatan kita." Maka Kitab Suci sejatinya adalah sabda Allah yang ditanggapi manusia dalam iman dan menjadi tuntunan bagi orang beriman menuju kepada keselamatan.

Dalam pengalaman umat Kristen, Kitab Suci mendapat tempat yang istimewa dalam kehidupan beriman. Oleh karena itu Kitab Suci dibaca, direnungkan, dipahami dan dihayati baik secara pribadi maupun secara komunal, misalnya pembacaan KS dalam praktek liturgi, renungan KS, meditasi bersama dan *sharing* bersama berdasarkan ayat-ayat KS, seminar KS, dan

sebagainya. Dengan membaca, merenungkan, memahami dan mengamalkan isi Kitab Suci dalam kehidupan, seorang Kristen dapat mengembangkan spiritualitasnya. Spiritualitas kristiani digali dari pesan Kitab Suci dan diaktualisasikan dalam kehidupan nyata *hic et nunc* (kini dan di sini) atau sesuai perkembangan jaman.

### **Mengikuti Yesus dan mendengarkan Sabda Tuhan (Kitab Suci)**

Inti dari spiritualitas Kristiani terletak pada upaya mengikuti Yesus Kristus yang membuat orang makin mengenal siapa Yang Ilahi. Orang Kristen mengimani Yesus Kristus tidak hanya sebagai nabi, utusan Allah, tetapi sebagai Putra Allah, wujud kehadiran (inkarnasi) Allah di tengah manusia. Dalam pengalaman religius orang mencapai kepuasan bila merasa menemukan hubungan dengan Yang Ilahi, baik yang mencengkam maupun yang mempesona (*tremendum et fascinosum*). Di situ orang tidak merasa sendiri melainkan mendapati diri di hadapan Yang Ilahi. Namun orang Kristen harus melangkah lebih lanjut, yakni percaya kepada Injil (kabar gembira keselamatan) dan meneladani Yesus dalam penyerahan diri kepada Allah dan sesama. Mengapa demikian? Karena dalam Injil orang dapat mengenal, mengimani dan kemudian menyelaraskan hidupnya dengan Yesus. Inilah yang menyempurnakan pengalaman religius menjadi kerohanian sejati. Hal ini nampak dalam kisah Injil tentang seorang pemuda kaya yang mengajukan pertanyaan kepada Yesus mengenai bagaimana caranya mencapai hidup kekal (Mrk 10:17-30). Pemuda kaya itu dengan bangga mengatakan bahwa dirinya telah menuruti dan melakukan semua yang tertulis dalam hukum (Taurat). Namun menurut Yesus, itu tidak cukup. Pemuda itu harus menjual segala miliknya, memberikan hasilnya pada orang miskin, kemudian mengikuti Yesus. Menghadapi tuntutan Yesus itu, sang pemuda kaya tidak sanggup untuk melepaskan segala "keterikatan" pada yang duniawi dan menyerahkan diri sepenuhnya pada Allah dan sesama.

Orang Kristen mengenal dan mengimani Allah yang mewahyukan diri-Nya dalam sejarah keselamatan yang berpuncak pada kehadiran Yesus. Pengenalan akan Yesus itu diperoleh melalui Kitab Suci dan tradisi, sebagai dua sumber iman bagi orang Kristen. Kitab Suci merupakan ungkapan iman orang Israel (Perjanjian Lama) dan iman Gereja perdana (ditandai dengan kehadiran Yesus dan diikuti oleh para murid dan orang-orang yang hidup di zaman Yesus). Para pengarang suci (dari latar belakang kebudayaan, politik dan keyakinan yang berbeda) menuliskan apa yang diwahyukan Allah atas dasar anugerah atau rahmat khusus (biasanya disebut *ilham*) dan apa yang diimani (pengalaman iman) dari umat pada jamannya (KWI: 1996, 214-215). Dalam *Dei Verbum* (Konstitusi Dogmatik Konsili Vatikan II tentang Wahyu Ilahi) artikel 11 dikatakan bahwa Kitab Suci “ditulis dengan ilham Roh Kudus dan mengajarkan dengan teguh dan setia serta tanpa kekeliruan, kebenaran yang oleh Allah mau dicantumkan di dalamnya demi keselamatan kita.” Maka Kitab Suci sejatinya adalah sabda Allah yang ditanggapi manusia dalam iman dan menjadi tuntunan bagi orang beriman menuju kepada keselamatan.

Dalam pengalaman umat Kristen, Kitab Suci mendapat tempat yang istimewa dalam kehidupan beriman. Oleh karena itu Kitab Suci dibaca, direnungkan, dipahami dan dihayati baik secara pribadi maupun secara komunal, misalnya pembacaan KS dalam praktek liturgi, renungan KS, meditasi bersama dan *sharing* bersama berdasarkan ayat-ayat KS, seminar KS, dan sebagainya. Dengan membaca, merenungkan, memahami dan mengamalkan isi Kitab Suci dalam kehidupan, seorang Kristen dapat mengembangkan spiritualitasnya. Spiritualitas kristiani digali dari pesan Kitab Suci dan diaktualisasikan dalam kehidupan nyata *hic et nunc* (kini dan di sini) atau sesuai perkembangan jaman.

## Menjalin relasi personal dengan Allah dalam doa

Spiritualitas Kristiani sebagai pengalaman iman akan kehadiran yang Ilahi dalam kehidupan konkret diungkapkan secara eksplisit dalam doa, baik secara personal maupun komunal. Hakekat dari doa adalah perjumpaan dengan Allah atau menghadap Allah. Kualitas doa atau perjumpaan manusia dengan Allah itu sangat ditentukan oleh pemahaman dan sikap manusia terhadap Allah. Bila Allah dipahami sebagai pribadi (yang dekat dengan manusia), maka doa dapat menjadi suatu relasi personal yang mendalam. Doa juga dapat mengungkapkan pandangan manusia tentang dirinya, orang lain, dunia, kehidupan, penderitaan, kematian dan harapan. Dengan kata lain doa dapat merangkum seluruh pengalaman religius dan manusiawi dalam kehidupan orang beriman. Singkatnya doa menjadi suatu *relasi iman* dan sangat terkait dengan pengalaman hidup yang konkret. Menurut Tom Jacobs ada hubungan timbal balik antara doa dan pengalaman hidup. “Doa tidak pernah menjadi real, kalau Tuhan tidak dialami dalam hidup yang real. Tanpa hubungan dengan hidup yang nyata tak dapat tidak doa akan menjadi formalitas.” (Jacobs: 2002, 238).

Dalam tradisi Kristen ada berbagai rumus, bentuk, sikap dan metode doa, misalnya doa pribadi, doa-doa resmi, doa permohonan, puji-syukur, meditasi, kontemplasi, dan sebagainya. Semua itu dapat menjadi doa yang mendalam bila dihayati sebagai relasi personal dengan Allah, menghadap Allah dan menyadari kehadiran-Nya. Maka melalui doa, orang Kristen dapat memperdalam dan mengembangkan spiritualitas Kristiani yang hidup. Artinya, doa membuat orang Kristen makin peka akan kehadiran Yang Ilahi, menangkap kehendak-Nya, kemudian digerakkan oleh-Nya untuk membangun kehidupan yang lebih baik.

## Merayakan spiritualitas dalam liturgi (peribadatan) dan devosi

Seperti sudah diuraikan dalam bagian terdahulu, doa adalah perjumpaan atau relasi personal dengan Allah. Doa yang istimewa dan dilakukan secara *publik* menjadi liturgi (peribadatan). Kata liturgi berasal dari kata Yunani *leiturgia* (secara harafiah berarti = kerja bakti). Kekhasan dari liturgi adalah sifat “resmi” nya sebagai acara kebaktian dan menjadi “upacara resmi” dalam suatu agama, termasuk Kristen. Oleh karena itu liturgi selalu memiliki unsur “pengakuan”, artinya dengan mengikuti liturgi orang mengaku diri penganut agama tertentu (Jacobs, 2002;240).

Namun liturgi bukan hanya dimengerti secara sempit sebagai peribadatan resmi atau pengakuan formal dalam suatu agama. Dalam kekristenan, liturgi menjadi ungkapan lahir dari iman dan penghayatannya dalam seluruh hidup sebagai orang Kristen. Hal ini tertama karena liturgi pada hakekatnya adalah doa, pertemuan pribadi dengan Allah, sehingga sifat resmi dan publik tidak menghilangkan penghayatan pribadi atau pengalaman personal, juga tidak menghilangkan segi mistik. Artinya, liturgi yang dilakukan sebagai kegiatan manusiawi dapat menghantar orang untuk mengalami misteri ilahi atau mempertemukan orang dengan yang surgawi.

Liturgi Kristiani juga mempunyai pengenangan (*anamnese*) akan sejarah keselamatan Allah di mana Allah mewahyukan diri-Nya, bertemu dengan manusia dan bekerja bersama manusia untuk menghadirkan keselamatan. Maka liturgi kristen memberi tempat sentral pada Kitab Suci sebagai pewahyuan Allah tersebut. Di sini, aspek profetis (kenabian) atau pewartaan sabda Tuhan menjadi penting. Selain itu liturgi juga menjadi kesempatan untuk merayakan *sakramen-sakramen* (tanda dan sarana keselamatan yang mendapat tempat khusus dalam Gereja Katolik: sakramen permandian, ekaristi, penguatan, pengampunan dosa, perkawinan, imamat dan pengurapan orang sakit). Dengan demikian

liturgi menjadi kesempatan untuk menimba rahmat dan berkat dari Tuhan bagi kehidupan orang Kristen.

Liturgi juga dirayakan sebagai tanggapan orang beriman terhadap tawaran diri Allah (wahyu) dan rahmat keselamatan-Nya dengan mengungkapkan puji syukur atas kasih dan penyelenggaraan Allah dalam kehidupan, sekaligus permohonan untuk mendapat rahmat dan bimbingan Allah dalam hidup sehari-hari. Oleh karena itu liturgi semestinya tidak dapat dilepaskan dari penghayatan iman dalam kehidupan sehari-hari. Liturgi yang mempunyai arti dasar “kerja bakti”, bergerak dari “seputar altar dan mimbar” menuju kepada “liturgi kehidupan”. Artinya seluruh kehidupan sehari-hari orang Kristen semestinya menjadi ungkapan iman atau relasi personal dengan Allah dan dibaktikan kepada Allah dan sesama. Sebaliknya kehidupan nyata dibawa ke dalam liturgi sebagai ungkapan syukur, pujian, pengenangan, kegembiraan dan harapan.

Liturgi juga menjadi kesempatan bagi orang Kristen untuk dapat saling bertemu, menyatukan puji syukur, permohonan dan pengalaman iman mereka. Dalam konteks inilah liturgi dapat memperkuat persekutuan atau persaudaraan sesama umat (*communio*), sekaligus memperkuat spiritualitas Kristiani. Bila dihayati dengan baik, liturgi dapat mendorong umat kristen untuk membaharui kehidupan pribadi dan bersama (persaudaraan).

Dalam tradisi Katolik terdapat suatu bentuk kebaktian khusus yakni *devosi*. Ada banyak devosi dalam gereja Katolik, misalnya devosi Hati Kudus, devosi Kerahiman Ilahi, jalan salib, rosario, perarakan dan adorasi (penyembahan) sakramen Maha Kudus, ziarah ke tempat suci, penghormatan orang kudus, dan sebagainya. Ciri khas dari devosi adalah 1) obyeknya sebagian dari keseluruhan iman Kristiani (misalnya sengsara Kristus), 2) obyek tersebut biasanya dilambangkan dalam suatu bentuk nyata atau simbol (misalnya salib), dan 3) secara umum perasaan (afeksi) mempunyai peranan penting di dalamnya (Jacobs: 2002,

247). Karena obyeknya hanya sebagian dari keseluruhan pengakuan iman, maka devosi tidak boleh dimutlakkan. Bila dimutlakkan, obyek devosi itu bisa menjadi jimat. Selain itu unsur afeksi yang penting bagi penghayatan pribadi, bila terlalu ditekankan juga dapat membuat devosi menjadi sentimental dan dangkal, sehingga kurang memperhatikan keseluruhan pengalaman iman. Namun bila devosi dilakukan dan dihayati dengan baik dapat memperkuat spiritualitas kristiani atau menggerakkan umat Kristen untuk membangun relasi yang makin mesra dengan Allah dan sesama.

### **Melatih pengendalian diri lewat askese**

Spiritualitas Kristiani, sebagaimana spiritualitas agama-agama lain, mempunyai tradisi *askese*. Askese mempunyai arti harafiah sebagai “latihan”. Dalam kehidupan rohani, askese diartikan sebagai suatu latihan rohani atau usaha di bawah bimbingan Roh untuk mengembangkan kehidupan spiritual. Biasanya askese dikaitkan dengan “mati raga”, yakni usaha mengesampingkan atau mematikan segala sesuatu (biasanya yang bersifat jasmaniah, seperti nafsu, dorongan emosi, dll) yang dapat menghalangi perkembangan hidup rohani. Maka askese menjadi latihan untuk mengendalikan atau menguasai diri untuk tidak melakukan apa yang menghalangi perkembangan hidup rohani. Dalam tradisi Kristen ada beberapa praktek askese, seperti puasa, pantang, pilihan hidup membiara (monakhisme) yang biasanya ditandai dengan doa, hidup sederhana (miskin), tidak menikah, taat pada aturan, dan membaktikan seluruh hidupnya semata-mata untuk Tuhan dan sesama. Dalam konteks ini askese dapat menjadi sarana atau latihan untuk “pengudusan” (penyucian) diri atau kesalehan.

Askese, bila dihayati secara benar, dapat menjadi suatu pilihan dan gaya hidup yang sangat positif. Artinya askese bukan hanya “tidak” melakukan ini atau itu (semata-mata negasi) dan mengasingkan diri dari yang lain, melainkan dapat menjadi pilihan sadar untuk mengosongkan diri, menanggalkan kepentingan diri (egoisme) dan membaktikan seluruh diri

bagi Yang Lain (Tuhan) dan yang lain (sesama dan alam). Askese dapat menjadi pemberian diri, aksi amal atau gerakan peduli (solidaritas) bagi orang lain dan peduli lingkungan alam. Dengan demikian askese dapat memperkuat spiritualitas Kristiani, sehingga orang Kristen dapat semakin mengarah pada kerohanian yang sejati.

### **Mengembangkan kepekaan akan yang Ilahi lewat simbol**

Sarana lain yang dapat dipakai untuk mengembangkan spiritualitas Kristiani ialah simbol. Dalam tradisi Kristiani ada banyak sekali simbol yang mengungkapkan pengalaman iman Kristiani. Simbol itu bisa berbentuk gambar/lukisan, mosaik, salib, patung, ukiran dan benda-benda rohani lainnya. Lewat simbol-simbol itu kepekaan akan kehadiran yang ilahi dapat diasah atau dikembangkan sehingga dapat membentuk pengalaman spiritual yang semakin matang. Simbol-simbol itu mengandung unsur seni dan kreativitas yang dipakai untuk mengungkapkan kekayaan pengalaman iman dalam kehidupan kristiani.



Dok. Pribadi - Patung Salib dan Maria di Basilik Hati Kudus, Issoudun, Perancis.

Tentu dibutuhkan suatu kemampuan apresiasi dan penafsiran untuk menangkap makna di balik simbol-simbol itu. Apresiasi dan penafsiran atas makna simbolik itu harus memperhatikan pengalaman iman dalam konteks historis dan kulturalnya. Namun perlu di-ingat bahwa simbol tidak dapat mengungkapkan

seluruh pengalaman spiritual dan kebenaran iman. Simbol selalu memiliki keterbatasan, maka tidak dapat dimutlakkan. Bila dipahami secara benar, simbol dapat memperkuat spiritualitas kristiani.

#### IV. Relevansi dan aplikasi spiritualitas Kristiani terhadap penyembuhan gejala psikososial

Situasi masyarakat Indonesia dewasa ini sangat rentan terhadap timbulnya bencana sosial dan bencana alam yang dapat menimbulkan trauma dan penderitaan yang mendalam. Kehadiran agama dengan tradisi spiritualitasnya, termasuk spiritualitas Kristiani masih sangat dibutuhkan dalam konteks masyarakat Indonesia. Hal ini terutama karena spiritualitas Kristiani dapat menjadi salah satu modal atau kekuatan bagi proses penyembuhan trauma dan gejala psikososial, bagi umat Kristen pada khususnya dan masyarakat pada umumnya. Kekayaan spiritual yang ada pada umat Kristen dapat disumbangkan bagi upaya penanganan krisis akibat bencana alam dan/atau bencana sosial yang menimbulkan gangguan psikososial itu. Di sini isu penting yang perlu dijelaskan adalah tentang *relevansi dari spiritualitas kristiani bagi penyembuhan gejala psikososial dan Bagaimana spiritualitas kristiani dapat diaplikasikan dalam proses penyembuhan psikososial tersebut?* Bagian berikut akan menjelaskan kedua pertanyaan ini.



Penduduk Sumbermulyo, Bambang Lipuro, Bantul di depan rumah mereka yang roboh akibat gempa 27 Mei 2006

Beberapa gejala (*symptoms*) psikososial yang biasanya muncul dalam individu maupun masyarakat yang menjadi korban bencana sosial

dan/atau bencana alam adalah trauma, kehilangan orientasi nilai, krisis kepercayaan, bahkan krisis iman. Gejala psikososial itu menyentuh pengalaman eksistensial yang berkaitan dengan pandangan tentang diri, orang lain, kehidupan (asal, tujuan dan cara hidup), dunia, penderitaan dan kematian. Gejala psikososial juga berkaitan erat dengan pengalaman religius, yakni pandangan dan sikap terhadap Tuhan, keselamatan dan kehidupan kekal. Pendek kata pengalaman eksistensial (manusiawi) dan religius seseorang akan mempengaruhi kuat lemahnya gejala psikososial dalam diri para korban bencana sosial dan bencana alam. Pada titik ini, spiritualitas Kristiani yang menyentuh pengalaman religius-manusiawi dapat memperkuat daya tahan dan membantu proses penyembuhan terhadap gejala psikososial.

#### Penyembuhan trauma (*trauma healing*)

Untuk menyembuhkan trauma dan penderitaan yang ditimbulkan oleh bencana alam dan sosial, spiritualitas Kristiani dapat membantu suatu proses penerimaan realitas diri dan realitas sosial sebagai bagian dari pengalaman hidup yang riil. Mereka yang mengalami trauma dapat diajak untuk mengakrabi pengalaman itu: apa yang dirasakan, dicemaskan, apa yang hilang, apa yang dirindukan, dan seterusnya. Biasanya mereka yang mengalami gejala psikososial menjadi tidak realistis atau tidak obyektif dalam memandang diri, orang lain, masyarakat, peristiwa yang dialami dan dunia, bahkan Tuhan. Para korban lebih cenderung memandang secara negatif dirinya dan realitas di luar dirinya, bahkan bisa muncul sikap penolakan dan mempersalahkan (*to blame*) atau mengkambinghitamkan yang lain. Sikap dan pandangan yang terlalu negatif itu juga dapat menimbulkan depresi, keputusan, kebencian dan keinginan membalas dendam, bahkan dapat menyulut tindakan anarkhis. Sikap itu muncul sebagai suatu mekanisme pertahanan diri (*self-defense*) menghadapi realitas yang pahit atau tidak diinginkan dalam hidup mereka. Dalam

konteks ini, para penderita gejala psikososial, perlu diajak untuk pertama-tama melihat kenyataan diri dan kemudian realitas di luar dirinya secara lebih realistis atau obyektif. Ada banyak sisi positif atau kekuatan yang perlu dilihat, disadari dan ditumbuhkan kembali dalam diri mereka. Pandangan dan kesadaran yang lebih positif dan realistis itu akan sangat membantu proses penerimaan diri dan penerimaan realitas itu sebagai bagian dari pengalaman hidup mereka. Selanjutnya, dalam konteks konflik sosial (komunal), akan tumbuh sikap pengampunan dan penghargaan terhadap yang lain (yang berbeda) serta niat untuk rekonsiliasi untuk membangun kehidupan yang lebih baik.

Dalam konteks *trauma healing*, kekayaan spiritualitas kristiani dapat membantu proses penerimaan diri, orang lain, dan realitas yang tidak mengenakkan itu sebagai bagian dari pengalaman hidup yang berguna bagi perkembangan diri. Spiritualitas Kristiani dapat menyumbangkan pandangan tentang martabat pribadi manusia, sebagai Citra Allah yang diberi anugerah istimewa berupa kemampuan akal budi, hati nurani, kebebasan dan tanggungjawab untuk merawat dan mengembangkan kehidupan di dunia (Kej 1:26). Spiritualitas Kristiani dapat membantu proses *trauma healing* dengan menumbuhkan gambaran diri yang positif dan lebih utuh atas dasar kesadaran akan martabatnya (memiliki kemampuan sekaligus keterbatasan). Selain itu spiritualitas Kristiani juga dapat menumbuhkan kepercayaan dan harga diri sebagai orang yang dikasihi oleh Allah, dipandang istimewa di mata Allah dan dikehendaki untuk mengalami kebahagiaan dalam hidup. Pandangan positif terhadap diri dan kehidupan akan memberi energi yang positif untuk bertahan di tengah penderitaan dan memberi harapan serta kekuatan untuk bangkit menatap masa depan yang lebih baik.



Dok. Pribadi. Sr Brigitta melakukan trauma healing dengan metode capacitar

Spiritualitas Kristiani itu dapat diterapkan dalam berbagai metode dan sarana yang dipakai dalam proses trauma healing, misalnya retret penyembuhan batin, meditasi, kebaktian kebangunan rohani, gerakan aktif tanpa kekerasan (*ANV - aktive non violence*), rekonsiliasi dan *peace building*, dan sebagainya. Selain itu, penyembuhan trauma healing juga dapat memaki sarana-sarana penguatan spiritualitas Kristiani, seperti ibadat atau misa peringatan arwah, sharing (kelompok) tentang pengalaman iman dan Kitab Suci, doa hening, taize, doa rosario dan devosi lainnya. Tujuan utama dari semua metode atau teknik itu seharusnya membantu para korban untuk mengalami penyembuhan yang menyeluruh baik tubuh, pikiran dan jiwa sehingga dapat mampu mencapai keseimbangan dan harmonisasi dalam hidup. Hidup yang harmonis dan seimbang dialami bila seseorang merasa nyaman dengan dirinya sendiri, memiliki relasi yang baik dengan Tuhan, dengan sesama dan dengan alam sekitar. Bila metode dan sarana *trauma healing* mengarah kepada tujuan tersebut maka pengalaman kedamaian, pengampunan, rasa persaudaraan dan solidaritas semestinya menjadi pengalaman yang dominan. Sebaliknya bila metode dan sarana itu menyimpang dari tujuan utama tersebut, maka proses trauma healing itu

tidak akan membantu para korban bahkan dapat menimbulkan masalah baru (baik dalam diri maupun dalam kehidupan bersama).

### **Spiritualitas Kristiani dan disorientasi nilai**

Mereka yang mengalami gejala psikososial biasanya kehilangan orientasi nilai sebagai pegangan dan arah hidup. Penderitaan akibat bencana alam dan sosial dapat membuat mereka menjadi bimbang, gelisah, tidak mampu mengambil keputusan, bahkan menjadi putus asa. Di tengah disorientasi nilai itu, spiritualitas Kristiani dapat menumbuhkan kembali kesadaran akan nilai-nilai iman, harapan dan kasih, nilai-nilai Kerajaan Allah (damai, keadilan, penghargaan martabat manusia, dan keutuhan ciptaan). Nilai-nilai religius spiritual itu dapat ditemukan dan digali dari Kitab Suci, tradisi dan ajaran Gereja. Nilai-nilai itu telah membentuk visi atau pandangan tentang keselamatan, penciptaan, kehidupan di dunia, dan kehidupan akhirat seperti telah diuraikan dalam bagian terdahulu.

Untuk itu dibutuhkan suatu proses *penyadaran* (konsientisasi), *pembatinan* (internalisasi) dan *kontekstualisasi* nilai-nilai spiritualitas Kristiani tersebut. Nilai-nilai itu pertama-tama perlu dipahami (tataran kognitif), kemudian dibatinkan agar menjadi milik atau bagian dari diri dan membentuk cara berpikir, cara merasa dan cara bertindak. Kemudian nilai-nilai itu dapat dihayati dan dihidupi dalam konteks aktual sehingga dapat mewarnai seluruh kehidupan pribadi dan bersama. Dalam lingkungan Katolik, proses penyadaran, pembatinan dan kontekstualisasi itu bisa ditempuh lewat doa, meditasi, kontemplasi dan renungan atas dasar teks Kitab Suci, kotbah dalam perayaan ekaristi (misa), rekoleksi atau retret (proses latihan rohani untuk memperdalam iman), sharing kelompok, dan sebagainya. Sebagai contoh, di kompleks gereja dan candi Hati Kudus Ganjuran diadakan Misa Peringatan

1 tahun Gempa Yogya yang dipimpin oleh Bapak Uskup Agung Semarang, Mgr I. Suharyo, Pr (30 Mei 2007). Dalam kotbahnya dia mengajak umat untuk menerima dan memandang pengalaman akan gempa bumi dan

penderitaan yang diakibatkannya bukan sebagai hukuman dari Tuhan, namun sebagai bagian dari proses alam. Allah tetap setia dan mencintai para korban, mendengarkan keluh kesah dan menguatkan mereka untuk tidak larut dalam penderitaan, namun bangkit dengan semangat dan harapan baru untuk membangun kehidupan mereka. Cinta Tuhan itu dialami dalam solidaritas dari semua pihak yang membantu para korban dan solidaritas antar korban sendiri. Bapak Uskup mengajak umat untuk berdoa bagi keselamatan jiwa para korban yang meninggal dan memohon kekuatan dan bimbingan dalam usaha untuk membangun kehidupan yang lebih baik lagi di masa yang akan datang.

Bila proses konsientisasi, internalisasi dan kontekstualisasi dapat ditempuh, maka nilai-nilai spiritualitas Kristiani dapat menjadi *kekuatan transformatif* baik secara individual maupun komunal. Nilai-nilai itu dapat mempunyai *kekuatan ke dalam*, untuk mentransformasi cara berpikir, cara merasa dan cara bertindak dari setiap orang yang mengalami gejala psikososial. Pandangan dan sikap seorang pribadi terhadap dirinya, orang (kelompok, agama, suku) lain, penderitaan, kehidupan, dunia, dan Tuhan akan diubah dan dibentuk atas dasar nilai-nilai spiritualitas kristiani. Nilai-nilai spiritualitas itu juga dapat mempunyai *kekuatan keluar*, yakni mampu merubah dan menata kehidupan bersama. Setiap pribadi yang telah ditransformasikan oleh nilai-nilai spiritualitas Kristiani dapat menjadi “agen perubahan” lewat kesaksian hidup dan karya atau pelayanan bagi masyarakat, khususnya yang rentan terhadap bencana alam dan sosial. Nilai-nilai tersebut dapat menjadi kritik bagi struktur sosial-ekonomi-politik yang tidak adil, memecah belah, tidak menghargai kemanusiaan dan keutuhan ciptaan.

### **Semangat solidaritas**

Secara etimologis kata “*solidaritas*” berasal dari kata dasar “*sole*” (= single, satu-satunya), kemudian menjadi “*solid*” (=kuat, padat, utuh, mutlak). Dalam khasanah bahasa Inggris, *solidarity* dimengerti sebagai “*combination or agreement of all elements of*



*individuals, as of a group; complete unity, as of opinion, purpose, interest, feeling, etc.*“ (Neufeldt: 1996, 1276).

Solidaritas menjadi salah satu nilai spiritualitas Kristiani yang terkandung dalam Kitab Suci dan tradisi kristiani, serta memiliki dasarnya pada kemanusiaan dengan segala realitas, problem, tantangan dan harapan yang dihadapi oleh masyarakat aktual. Dengan kata lain spirit solidaritas bukan hanya terkandung dalam Kitab Suci dan tradisi kristiani, namun juga sudah dimiliki dan dihidupi oleh masyarakat pada umumnya (termasuk Indonesia) sebagai salah satu nilai sosio-kultural. Namun realitas dan tantangan dewasa ini menunjukkan bahwa semangat solidaritas itu mulai pudar atau kurang dihidupi oleh orang Kristen, maupun masyarakat Indonesia. Melemahnya semangat solidaritas, bahkan nilai-nilai religius dan kultural pada umumnya, antara lain disebabkan oleh dampak buruk yang dibawa oleh modernitas dan kapitalisme global.

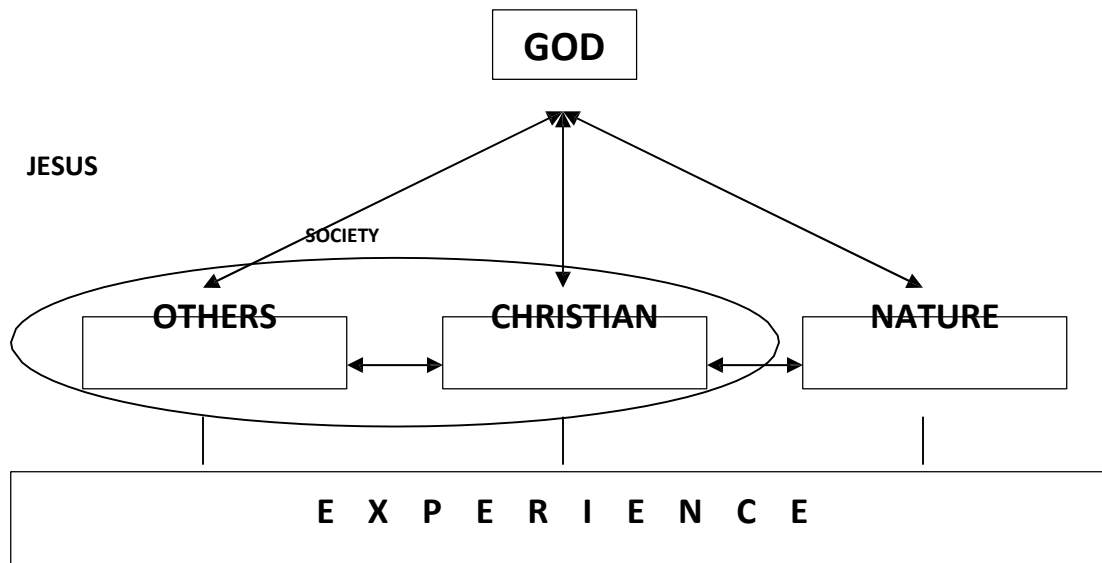


Dok. Pribadi. Solidaritas Mahasiswa CRCS, berada bersama sebuah keluarga korban gempa di Kretek, Bantul

Dalam kekristenan, semangat solidaritas yang terdapat dalam Kitab Suci dan tradisi mempunyai dua dimensi, yakni solidaritas Allah pada manusia dan seluruh ciptaan (dimensi vertikal), dan solidaritas manusia satu sama lain dan solidaritas manusia dengan alam ciptaan lainnya (dimensi horisontal). Kedua dimensi

solidaritas itu diletakkan atas dasar Cinta Kasih, yakni “mencintai Tuhan dan mencintai sesama manusia seperti diri sendiri.” (Mat 22: 34-40, Mk 12:13-17; Lk 20:20-26). Allah sudah lebih dulu mencintai manusia dan seluruh ciptaan yang diekspresikan secara sempurna dalam diri Yesus, sebagai ungkapan solidaritas Allah. Cinta dan solidaritas Allah dalam diri Yesus itu adalah suatu tindakan *kenosis* (pengosongan diri), seperti yang diungkapkan dalam Surat Rasul Paulus kepada jemaat di Filipi, “.....melainkan telah mengosongkan diri-Nya sendiri, dan mengambil rupa seorang hamba, dan menjadi sama dengan manusia.” (Fil 2: 7-8). Semangat solidaritas Allah nampak dalam diri Yesus yang hadir dan terlibat dalam kehidupan manusia, bahkan mengidentikkan diri dengan mereka yang miskin, terlantar, tertindas, dan mencari orang berdosa dan menderita (Mat 8:1-17; Mat 11: 5; Mat 25:42-45, Luk 8: 40-56, dll). Bahkan Yesus rela menderita dan wafat sebagai perwujudan cinta dan solidaritas-Nya yang total bagi keselamatan manusia. Solidaritas kasih itu menjadi rahmat penebusan (Mat 20: 28; Mrk 10: 45) atau kekuatan yang membebaskan (peristiwa kebangkitan) dari kuasa dosa dan maut. Maka pengalaman cinta dan solidaritas Allah lewat diri Yesus itu seharusnya mendorong orang Kristen untuk meneladani Yesus dalam mencintai Allah dan membangun relasi cinta serta solidaritas dengan sesama dan seluruh alam ciptaan.

Secara singkat solidaritas dalam spiritualitas Kristiani dapat terangkum dalam skema berikut ini:



Keterangan:

↔ = garis solidaritas (relasi timbal balik)

Dalam semangat solidaritas itu, penderitaan mendapat maknanya yang baru, bukan sebagai akibat atau hukuman atas dosa, namun menjadi suatu konsekuensi dari pilihan untuk mencintai. Sebab tidak ada cinta tanpa pengorbanan. Penderitaan dan wafat Yesus menunjukkan solidaritas Allah yang mau mencintai, mengerti apa yang dirasakan, menemani, turut menderita, menumbuhkan harapan dan kekuatan untuk bangkit dari keterpurukan akibat penderitaan itu. Maka penderitaan akan mempunyai makna positif, bila manusia dapat menemukan Allah yang turut menderita bersama mereka. Solidaritas Allah dapat merevitalisasi hidup mereka yang menderita. Solidaritas menjadi kekuatan yang membebaskan dari penderitaan, mendobrak “budaya kematian” dan menghadirkan “budaya cinta” yang menghidupkan.

Ketika membantu para korban gempa Yogyakarta (27 Mei 2006) dan selama penelitian tesis (tentang teologi solidaritas sebagai suatu refleksi atas pengalaman orang Kristen Kintelan, Bantul akan bencana dan penderitaan), saya menemukan pengaruh positif dari semangat

solidaritas yang digali dari spiritualitas agama-agama dan nilai kultural. Nampak adanya kesadaran dalam masyarakat korban akan pentingnya nilai solidaritas dalam menghadapi bencana. Nilai-nilai solidaritas yang dulu sangat kuat dihidupi oleh masyarakat Yogyakarta (misalnya gotong royong dan pagayuban) sudah disadari sudah mulai pudar. Pengalaman akan gempa bumi menyentak kesadaran mereka untuk membangun kembali semangat solidaritas itu. Mereka menjadi lebih cepat pulih dari trauma karena dapat saling meneguhkan dalam perasaan senasib sepenanggungan. Kemudian mereka dapat segera bangkit secara bersama-sama untuk membangun kehidupan yang lebih baik.

Pengalaman di atas hanya salah satu contoh bagaimana semangat solidaritas yang menjadi nilai spiritualitas agama-agama, termasuk agama Kristiani, dapat membawa pengaruh positif bagi masyarakat Yogyakarta yang cukup religius. Semangat solidaritas menjadi kekuatan untuk bertahan (*survive*) dan bangkit dari pengalaman penderitaan akibat bencana alam. Menurut hemat saya, masyarakat

yang memiliki semangat solidaritas rendah, akan semakin rentan terhadap gejala psikososial.

### **Membangun dialog kehidupan, dialog iman dan kerjasama**

Spiritualitas Kristiani sebagai suatu gaya hidup yang digerakkan oleh kekuatan roh, dapat mendorong orang Kristen, termasuk yang mengalami gejala psikososial, untuk bersikap inklusif, terbuka terhadap sesama tanpa memandang perbedaan suku, agama, ras dan golongan. Spiritualitas Kristiani dapat membentuk sikap hidup dialogis di tengah kehidupan bersama. Dialog itu dibangun atas dasar nilai-nilai dasar kemanusiaan dan realitas serta tantangan hidup bersama dalam konteks aktual. Dialog itu dapat disebut sebagai “dialog kehidupan” yang dilakukan oleh siapa pun (dari berbagai latar belakang suku, agama, ras, golongan) yang ingin berbagi pengalaman hidup dan memiliki kepedulian pada realitas dan tantangan jaman. Pengalaman bersama itu akan menumbuhkan kebersamaan, rasa senasib sepenanggungan, saling percaya, kepedulian dan tanggungjawab bersama. Dialog kehidupan diarahkan untuk mewujudkan suatu kehidupan bersama yang berlandaskan pada nilai keadilan, perdamaian, martabat manusia, dan keutuhan ciptaan.

Spiritualitas Kristiani juga dapat mendorong para penderita gejala psikososial untuk membangun suatu dialog pengalaman iman, baik di dalam komunitas seiman, maupun dengan orang beriman lain (dialog antar iman). Pengalaman iman dalam konteks aktual dapat saling dibagikan satu sama lain secara terbuka, jujur, tulus dan saling percaya. Dialog iman juga mengandaikan adanya keterbukaan untuk saling mendengarkan dan menghormati pengalaman iman yang lain. Dalam dialog iman itu para pesertanya dapat belajar satu sama lain tanpa kehilangan identitas dan keunikan masing-masing. Dalam konteks masyarakat yang baru mengalami konflik sosial (komunal), dialog iman dapat membuka jalan untuk rekonsiliasi atas dasar nilai keadilan, perdamaian dan penghargaan martabat manusia.

Akhirnya spiritualitas Kristiani dapat menggerakkan orang Kristen, termasuk para penderita gejala psikososial, untuk membangun suatu dialog aksi atau kerjasama nyata untuk membangun suatu kehidupan yang lebih baik (dalam seluruh dimensinya). Para korban bencana alam dan sosial disadarkan perlunya membangun kerjasama dalam upaya untuk mewujudkan kebaikan bersama (*bonum commune*). Mereka dapat diberdayakan dan difasilitasi oleh pemerintah, LSM, lembaga sosial keagamaan maupun atas swadaya sendiri melakukan langkah-langkah bersama yang konkrit untuk memperjuangkan keadilan, perdamaian, martabat manusia dan kelestarian lingkungan. Atas dasar nilai-nilai kemanusiaan universal dan penghayatan iman, gerakan yang dilakukan secara bersama dapat efektif menyelesaikan berbagai masalah sosial dan lingkungan dan menyusun program atau strategi untuk masa depan.

Secara psikologis semangat kasih dan solidaritas dapat meringankan beban penderitaan, memberi peneguhan dan dukungan, menghilangkan rasa sepi dan rendah diri. Kasih dan solidaritas bagi dan di antara para korban akan menumbuhkan rasa senasib sepenanggungan, rasa ditemani, dan membangkitkan harapan serta semangat untuk bangkit dari keterpurukan itu. Beban psikologis juga akan dapat diperingan apabila seseorang dapat mengungkapkan segala perasaan, keinginan.

### **V. Kesimpulan**

Tidak dapat disangkal bahwa kehadiran agama beserta tradisi spiritualitasnya masih relevan atau sangat dibutuhkan di tengah masyarakat Indonesia (yang religius) yang rentan terhadap bencana alam dan sosial. Meskipun demikian agama seringkali kurang responsif atau kurang efektif dalam menanggapi realitas masalah dan tantangan dalam masyarakat. Itu disebabkan antara lain oleh tekanan yang terlalu kuat pada keberadaannya sebagai suatu institusi atau lembaga yang formal dan terstruktur. Oleh karena itu spiritualitas sebagai suatu sikap hidup yang digerakkan oleh Roh untuk menyadari kehadiran yang Ilahi dan

menanggapi kenyataan hidup sehari-hari, mengambil peranan penting di tengah masyarakat. Spiritualitas agama, termasuk Kristiani, justru lebih hidup, mudah menjwai dan menggerakkan umat beriman untuk terlibat dalam memperjuangkan suatu kehidupan yang lebih manusiawi.

Salah satu peranan spiritualitas Kristiani yang dapat dirasakan adalah membantu proses penyembuhan gejala psikososial dalam masyarakat akibat bencana alam dan sosial. Spiritualitas Kristiani dapat membantu para penderita gejala psikososial agar sembuh dari trauma dan menemukan kembali nilai-nilai kehidupan dan arah hidup. Spiritualitas Kristiani yang mengandung nilai iman, harapan, kasih, keadilan, perdamaian, martabat manusia dan keutuhan ciptaan dapat memberi orientasi hidup bagi para penderita gejala psikososial. Mereka juga dapat terbantu untuk menumbuhkan kembali visi yang benar tentang diri, orang lain, masyarakat, Tuhan dan alam semesta. Selain itu spiritualitas Kristiani juga mendorong berkembangnya semangat solidaritas, rela berkorban, dan saling membantu demi terwujudnya kehidupan bersama yang lebih baik. Kemudian spiritualitas Kristiani menggerakkan orang Kristen untuk mengedepankan dialog (dialog kehidupan, dialog iman dan dialog karya) serta kerjasama nyata yang melibatkan sebanyak mungkin orang atau lembaga dari berbagai latar belakang. Dengan demikian spiritualitas Kristiani harus senantiasa menjaman (*up to date*) atau kontekstual agar dapat tetap menghadapi realitas dan tantangan masyarakat dewasa ini. Spiritualitas Kristiani perlu terus diperkuat lewat berbagai sarana atau metode agar dapat membantu penyembuhan gejala psikososial pada khususnya, dan mendorong orang Kristen pada umumnya untuk mengambil bagian dalam pergumulan hidup bersama untuk mencapai tatanan kehidupan yang manusiawi (ditandai dengan kasih, keadilan, perdamaian, penghargaan terhadap martabat manusia dan keutuhan ciptaan). Bersama dengan semua pihak dan dalam berbagai dimensi kehidupan, spiritualitas Kristiani (dan spiritualitas agama-agama lain) dapat memberi sumbangan

signifikan bagi tercapainya kehidupan bersama yang lebih baik.

### Daftar Bacaan

- Darmaputera, Eka, “Spiritualitas Baru dan Kepedulian terhadap Sesama: Suatu Perspektif Kristen”, dalam Sarapung, Elga, dkk (eds.)  
2002, *Spiritualitas Baru, Agama & Aspirasi Rakyat*: Yogyakarta: Institute Dian/Interfidei.
- Hentz, Otto, SJ., 2005, *Pengharapan Kristen*, (terjemahan dari *The Hope of the Christian*, Minnesota: the Liturgical Press, 1997), Yogyakarta: Kanisius.
- Heuken, Adolf, SJ., 2002, *Spiritualitas Kristiani: Pemekaran Hidup Rohani selama Dua Puluh Abad*, Jakarta: Yayasan Cipta Loka Caraka.
- Jacobs, Tom, SJ., 2002, *Paham Allah Dalam Filsafat, Agama- Agama dan Teologi*, Yogyakarta: Kanisius.
- KWI, 1996, *Iman Katolik, Buku Referensi dan Informasi*, Yogyakarta dan Jakarta: Kanisius dan Obor.
- Libreria Editrice Vatican, 1995, *Katekismus Gereja Katolik* (terj.) Ende: Arnoldus.
- Magnis-Suseno, Frans, 2006, *Menalar Tuhan*, Yogyakarta: Kanisi.

