

Sang Ego

Dalam Perjalanan Rohani Kita

LAURENCE FREEMAN OSB

Laurence Freeman adalah seorang rahib Benediktin dari kongregasi Olivetan dan Pemimpin “*TheWorld Community for Christian Meditation*” (Komunitas Mondial Meditasi Kristiani). Dia adalah seorang pengarang banyak buku dan pembicara di banyak tempat. Seminar berikut memberi pemahaman segar

tentang ego dan peran askese. Ego adalah kekuatan besar dalam dunia konsumerisme sekarang ini, tetapi Fr. Laurence mengatakan, ada kerinduan alami dalam jiwa manusia yang menariknya kepada Allah. Inilah kehendak dikedalaman diri manusia. Jalan untuk menemukan kembali kehendak dikedalaman diri manusia adalah askese, dan kata tunggal dalam meditasi adalah jalan askese yang memukul akar ego tersebut. Seminar ini diberikan kepada para rahib di Gethsemany Abbey pada tahun 1992.



Ego Dalam Perjalanan Rohani Kita

LAURENCE FREEMAN osb

DAFTAR ISI

1. EGO	4
2. Diri yang Sejati	9
3. Doa Murni: Doa Tanpa Ego	14
4. Diri Sejati Kita – Anak Allah	18
5. Kristus dalam Pengalaman Kontemplatif	24
6. Doa Iman	29

1. EGO

Berikut kutipan Sabda Yesus dari Injil Lukas:

Kata-Nya kepada mereka semua: “Setiap orang yang mau mengikut Aku, ia harus menyangkal dirinya, memikul salibnya setiap hari dan mengikut Aku. Karena barangsiapa mau menyelamatkan nyawanya, ia akan kehilangan nyawanya; tetapi barangsiapa kehilangan nyawanya karena Aku, ia akan menyelamatkannya. Apa gunanya seorang memperoleh seluruh dunia, tetapi ia membinasakan atau merugikan dirinya sendiri? (Luk 9: 23-26)

Salah satu penghalang utama dalam perjalanan ini, perjalanan mengikut Kristus, adalah kita keliru menyamakan diri kita dengan ego kita. Mungkin kita, sebagai orang yang beragama, agak mudah mengandaikan bahwa menyangkal diri adalah sesuatu yang baik. Saya pernah berbincang-bincang dengan seorang pengusaha wanita yang sukses di kota New York yang datang ke seminar yang saya berikan. Saya memberi seminar dengan tema “Meninggalkan ego kita”, dan saya tidak mengira bahwa ada orang yang akan menolaknya. Dia menjumpai saya setelah acara selesai dan berkata, “Apa yang Anda katakan hanyalah omong kosong belaka! Saya tidak mau meninggalkan ego saya.” Katanya, “Aku adalah egoku.” Tampaknya ia meyakini apa yang ia katakan. Tanpa kita sadari, kebanyakan dari kita, menyamakan diri kita dengan ego kita.

Saat kita berdoa dengan bermeditasi, kita dapat memahami diri kita, ego kita dengan lebih jelas. Kita tahu bahwa ego adalah penyebab dari penderitaan dan selaligus penderitaan itu

sendiri. Sang Buddha berkata: hidup adalah penderitaan, dan penderitaan adalah hidup. Menurut saya, yang dimaksud Sang Buddha adalah ego.

Ego menampakkan dirinya dalam banyak cara dan merasuk ke dalam segala hal. Ego bisa masuk ke dalam kehidupan rohani kita. Ego kita tidak serta merta hilang ketika kita hidup membiara. Bahkan ego kita juga tidak hilang waktu kita berdoa. Ada beberapa tanda-tanda dari ego yang akan lebih kita sadari saat kita menjadi lebih sederhana.

Tanda pertama dari ego adalah keinginan untuk menjadi orang penting, misalnya keinginan untuk menjadi nomor satu keinginan untuk menguasai. Lalu ada juga keinginan untuk mendapat sesuatu; ego selalu lebih ingin mendapat daripada memberi atau melepaskan. Ego ingin mempertahankan, melekat, memiliki, tidak mau melepaskan. Ego bernafsu untuk maju, untuk mendapat lebih, menjadi lebih, mengetahui lebih, memiliki lebih. Ego menginginkan untuk menyimpan segala sesuatu walaupun itu merugikan orang lain, dengan kata lain menempatkan diri kita di atas kepentingan orang lain. Sifat egoisme tersebut adalah sifat dari setiap tingkah laku kita baik itu menyangkut sesuatu yang bersifat rohani, fisik dan mental di mana kita mungkin terlibat. Maka sungguh ada suatu bahaya keserakahan rohani, terutama bagi kaum religius. Keserakahan rohani dapat berupa keinginan menjadi suci, memperoleh pengalaman mistik atau menjadi orang kudus, untuk memilikinya, untuk mendapat lebih dan untuk melekat padanya walaupun mungkin merugikan orang lain.

Bapa Padang Gurun terus menerus menunjukkan bahaya dari keserakahan rohani. Mungkin itulah sebabnya St. Yohanes Salib meminta kita untuk melepaskan semua keinginan, bahkan keinginan akan Allah. Bukan cinta kasih akan Allah, bukan

kerinduan kita yang terdalam akan Allah, yang tidak dapat kita lepaskan, tetapi keinginan kita akan Allah – keinginan untuk memiliki, menguasai, memiliki, dan mempertahankan kehadiran Allah. Dengan cara berdoa ini, dengan membatasi doa kita dengan satu kata saja, kita memukul ‘akar dari dosa’ menurut istilah *The Cloud of Unknowing*, akar dari ego kita. Kita melepaskan. Ada sebuah motto dalam Alcoholics Anonymous: *Let go, let God* (lepaskan ego Anda dan biarkan Allah bekerja).

Tentu saja pembentukan ego merupakan suatu tahap dalam perkembangan manusia yang kita alami. Ego berkembang pada umur tertentu, pada masa kanak-kanak, dan ego itu suatu kekuatan yang diperlukan dan berguna atau suatu sarana agar manusia dapat menyadari eksistensi dirinya. Tanpa ego, kita tidak dapat berkomunikasi satu dengan yang lain. Kita tidak akan bisa menjalin hubungan dengan orang lain. Ego itu pada dasarnya tidaklah buruk. Tak satupun dari kodrat manusia yang pada dasarnya buruk. Oleh karena itu Yesus yang sepenuhnya manusia juga memiliki ego. Tetapi Yesus tidak berdosa: sebagai manusia Yesus sama seperti kita dalam segala hal kecuali dalam hal dosa.

Bagaimana kita memahami masalah-masalah egoisme ini? Semua penghalang ini, semua kesalahan ini dapat merasuki kehidupan rohani kita. Tetapi jika kita melihat Yesus, menurut saya, apa yang kita lihat adalah seorang manusia yang tentu saja memiliki ego yang dapat berkata “Aku” dan yang mempunyai kehendak tetapi, yang dapat melepaskan ego dan kehendak-Nya pada akhir hidup-Nya: “bukan kehendak-Ku melainkan kehendak-Mu”. Jadi kita melihat seorang manusia yang memiliki ego, dan suatu ego yang kuat, tetapi seorang

manusia yang tidak berdosa, karena Dia tidak pernah menyamakan diri-Nya dengan ego-Nya. Dia tidak pernah berkata “Aku adalah ego-Ku.” Itulah godaan besar yang Dia alami di padang gurun, untuk menyatakan diri-Nya dengan keinginan yang egois. Dia digoda. Ego dengan jelas menampakkan diri-Nya dengan keinginannya dalam diri-Nya, tetapi Dia tidak pernah menyamakan diri-Nya yang sejati dengan ego. Kita yang telah berdosa mempunyai tugas untuk melepaskan bahwa egoku adalah diriku atau dengan kata lain, hanya dengan menyadari kenyataan bahwa kita memiliki ego, dan ego itu berguna selama ada di tempatnya, tetapi bukanlah aku. Ego bukanlah identitasku yang sejati dan terdalam.

Menurut saya inilah yang dihadapi oleh budaya modern, masyarakat kita sekarang ini, karena ego berperan secara berlebihan dalam masyarakat kita. Ego sangat berpengaruh dalam masyarakat melek teknologi baru dan konsumtif, masyarakat yang ingin mengontrol segala sesuatu, dan masyarakat konsumtif yang dikuasai oleh hawa nafsu atau keinginan yang berlebihan. Kita harus mewaspadaikan budaya seperti itu dengan munculnya spiritualitas yang konsumtif atau spiritualitas teknologi baru, sebuah spiritualitas yang disamakan dengan teknik-teknik psikologis misalnya. Atau sebuah spiritualitas yang hanya berdasarkan hiburan rohani atau kenikmatan rohani.

Inilah peran askese dalam masyarakat kita. Kita harus mengerti bahwa askese (laku tapa) , khususnya latihan mendasar dalam hidup Kristiani, adalah doa, Mati raga adalah jalan untuk menemukan kembali kehendak dikedalaman diri manusia.

Kehendak dikedalaman diri ini lebih dalam dari keinginan-keinginan ego kita. Kehendak ini adalah kecenderungan alami kita, kecenderungan untuk mencari Allah, yang disebut oleh para rahib Cistercian sebagai *pondus*, kecenderungan alami dalam jiwa yang menghantar kita kepada Allah. Tujuan dari askese bukanlah untuk mematikan kehendak atau menghukumnya, tetapi untuk membersihkan, untuk membersihkan hambatan-hambatan, untuk membuka pikiran dan untuk menyingkapkan kebajikan utama pada pusat diri manusia, sehingga apa yang kita kerjakan itu benar dan apa yang ingin kita kerjakan itu benar. Dengan demikian, jalan doa ini, dalam askese sederhana kata tunggal, kita memukul akar ego kita.

2. Diri Saya yang Sejati

Yesus memakai ungkapan “ diri (diri kita yang sejati)” di Injil Lukas 9:25, sebagai berikut: “Apa gunanya seseorang memperoleh seluruh dunia, tetapi ia membinasakan atau merugikan dirinya sendiri?”

Sangat sulitkah untuk menjawab pertanyaan “Apa itu diri? Apa itu diri saya yang sejati ?” Sungguh sulit untuk dijelaskan. Tetapi pada kenyataannya sungguh penting untuk kita pahami karena sebab itulah kita berusaha dengan segala cara untuk meninggalkan diri kita yang palsu

Rasanya sukar dijelaskan, tetapi saya menemukan satu ungkapan indah dari seorang filsuf India dari abad ke tujuh. Dia mengatakan: “Diri adalah cahaya batin, Hal itu nyata adanya dan bukan suatu obyek yang bisa ditangkap dengan panca-indra”.

Dalam Injil Tomas, ada perkataan rahasia Yesus, “Kerajaan Allah ada dalam kamu dan tanpa kamu. Jika engkau ingin mengenal dirimu sendiri, kamu akan dikenal dan engkau akan mengetahui bahwa engkau adalah putra dari Bapa”.

Saya rasa Yesus menegaskan hal tersebut saat Dia menjawab orang Farisi dalam Injil Lukas ketika orang Farisi itu bertanya, “Kapan Kerajaan Allah akan datang?” Yesus menjawab: “Kerajaan Allah datang tanpa tanda-tanda lahiriah, juga orang tidak dapat mengatakan: ‘Lihat, ia ada di sini atau ia ada di sana! Sebab sesungguhnya Kerajaan Allah ada di antara kamu.” (Lukas 17: 20-21)

Jika kita melihat adanya hubungan, yg seharusnya kita memang lihat, antara kerajaan Allah dan diri sendiri yang sejati, bagaimana pendapat mereka bila pada kenyataannya kita tidak dapat mengamatinnya, kita tdk dapat berkata :“Lihatlah, itu dia” atau “ini dia”. Kerajaan Allah adalah suatu pengalaman dari diri kita sendiri yang sejati, dan ini bukanlah pengamatan. Dengan kata lain, di luar kesadaran kita. Ini melampaui kegiatan dari pikiran kita yang normal atau biasa yang mengamati sesuatu, menganalisisnya dan menamainya. Kita terus menerus melakukan hal ini tidak peduli kita terpelajar atau bukan. Kita senantiasa berpikir dan mengamati semua hal.

Barangkali sebuah cerita merupakan cara terbaik untuk membantu kita untuk memahami diri kita yang sulit diamati dalam hubungannya dengan ego. Cara terbaik untuk menjelaskannya mungkin dengan sebuah kisah. Ada sebuah kisah tentang seseorang yang pernah membuat suatu kebaikan pada malaikat. dan, sebagai tanda terima kasih, pria itu diberi seorang pelayan. Pelayan itu sangat istimewa. Ia dapat mengerjakan apa saja yang diminta oleh tuannya. Hal ajaib itu sangat dihargai oleh tuannya dan ia terus meminta apa saja yang diinginkannya. Benar-benar enak memiliki pelayan seperti itu dan selama beberapa hari, majikan ini menggunakan pelayannya untuk mendapatkan apapun yang ia inginkan.

Tetapi setelah beberapa hari, dia sudah mendapat semua yang ia inginkan, dan ia ingin pelayannya untuk tinggal diam saja. Tetapi sebaliknya ia mendapati bahwa pelayannya ini tidak dapat dikendalikan. Pelayan ini terus menerus mendatangnya dan tidak memberinya waktu istirahat dan selalu meminta sesuatu untuk dikerjakan, lama kelamaan pelayan ini mulai benar-benar merongrong dan melelahkan majikannya. Pria itu benar-benar hampir sampai pada titik jenuh, sampai akhirnya ia mendapat suatu ide yang bagus. Ia

membuat sebuah tiang besar di tengah-tengah halaman rumahnya. Setiap kali pelayan itu datang padanya, meminta sesuatu untuk dikerjakan dan majikan itu tidak mau memberinya sesuatu untuk dikerjakan, ia berkata, “ Pergilah, naikilah dan turunilah tiang itu , sampai saya menyuruhmu berhenti”. Kisah ini cukup bagus untuk menggambarkan hubungan antara diri yang sejati dengan ego, dan bahkan menggambarkan sesuatu dari misteri doa. Naik turun tiang itu bisa dijelaskan sebagai doa kita. Semua doa mempunyai sifat mengulang-ulang, berhenti berpikir membawa keseimbangan, menenangkan suatu disiplin, dan disiplin yg diulang-ulang seperti mantra, menahan ego pada tempatnya: suatu penolakan yg radikal dari diri kita yang palsu dari ego kita. Inilah keadaan tidak mementingkan diri yang adalah ciri dari diri kita yang sejati.

Itulah sebabnya kita tidak dapat melihat diri kita yang sejati. Seperti yang dikatakan oleh St. Ireneus bahwa Allah tidak dapat menjadi obyek pengetahuan kita. Kita hanya dapat mengenal Allah dengan mengambil bagian dalam pengetahuan Allah sendiri . Kita tidak akan pernah bisa berkata, “Lihat, ada Allah”, seolah-olah Allah adalah sesuatu atau seseorang yang terpisah dan di luar diri kita. Allah tidak akan pernah bisa menjadi obyek pengetahuan kita. Roh Allah adalah pengetahuan dari Allah sendiri. Dan pewahyuan Kristiani yang besar ialah bahwa karunia Roh Kudus, seluruh tujuan dan arti hidup dan karya perutusan Yesus , Cinta Bapa dan Putra yang melibatkan kita, meyerap kita, masuk dalam pengenalan Allah. Kita hanya dapat mengenal Allah dengan bimbingan Roh Kudus.

Maka sebagaimana halnya kita tidak dapat melihat Allah sebagai obyek, kita juga tidak dapat melihat diri sejati kita. Sama halnya kita juga tidak dapat melihat diri sejati orang lain. Kita tidak dapat mengatakan, “Diri sejatiku sedang melihat diri

sejatimu.” Apa yang Yesus maksudkan adalah suatu keadaan tanpa diri, atau keadaan tanpa ego, dimana kita mampu melihat, memahami dan mencintai Kristus dalam diri sesama kita, karena kita melihat, memahami dan mencintai Kristus di kedalaman diri kita sendiri. Keadaan waktu melihat seseorang seolah-oleh mereka terpisah dari kita adalah keadaan egoistis, keadaan dualistis dan pemisahan. Dalam keadaan inilah - kita biasanya berhubungan satu dengan yang lain, ego saya berhubungan dengan ego Anda – kita saling menilai bahwa seseorang menarik atau tidak menarik. Kita setuju atau tidak setuju. Kita suka atau tidak suka. Kita mencintai atau membenci. Kita menghakimi atau mengampuni. Semua interaksi yang menghubungkan kita satu sama lain, dan yang merupakan interaksi penting dalam masyarakat, semua ini ada dalam tingkat ego. Dalam suatu komunitas Kristiani, kita bertujuan untuk saling bertemu, tetapi tidak pada tingkat ego kita yang terpisah, tetapi dalam ajaran Benediktus: *“Untuk saling mencintai dalam tingkat diri sejati kita, dimana kita adalah satu, dan kesatuan kita satu sama lain adalah semata mata Kristus sendiri”*. Kita tidak dapat memisahkan Kristus dari diri sejati kita. Saya tidak tahu apakah ada seseorang yang dapat mengatakan bahwa Kristus adalah diri sejati kita, tetapi kita tidak dapat memisahkan Kristus dari diri sejati kita.

Jika kita menemukan diri sejati kita, maka selanjutnya kita dapat berhubungan satu sama lain dengan cara yang benar-benar saling mengasihi, tulus, penuh empati, tanpa menghakimi, penuh toleransi, menerima kelemahan dan sifat masing-masing. Hal ini sungguh-sungguh berkaitan dengan hubungan kita satu sama lain, misalnya dengan pengampunan. Kita tidak bisa sungguh-sungguh mengampuni satu sama lain jika kita tidak bersentuhan dengan diri sejati kita, inti kebaikan utama kita. Proses pengampunan ini menempati tempat

penting dalam ajaran Kristiani karena alasan berikut – karena dalam proses pengampunan itulah kita terlepas dari ego kita dan mendapati diri sejati kita, dari pengalaman itu kita menemukan kemampuan untuk saling mencintai. Kristus adalah teladan agung dan guru dari semuanya. Dalam doa murni ini kita melampaui ego, karena ego dilampaui maka terciptalah perdamaian dan persatuan.

Setelah menemukan jati diri, jati diri yang sejati, kita dapat mengasihi tanpa syarat, seperti kasih Allah itu sendiri. Itulah panggilan kita “ *menjadi sempurna seperti Bapa Surgawi sempurna adanya*”, Bapa Surgawi yang menerbitkan matahari bagi orang jahat dan menurunkan hujan bagi orang yang benar dan orang yang tidak benar. Bapa yang mencintai yang orang baik dan orang yang jahat. Kita dipanggil untuk mencinta dengan cara sama, saling memahami dan mencintai pada tingkat diri yang sejati, memahami dan mencintai dalam Allah. Kita hanya bisa berlaku demikian, bila kita telah menemukan jati diri sejati kita, jati diri sejati yang tidak dapat kita lihat, tetapi jati diri sejati itu adalah kita, kita yang sederhana.

Itulah sebabnya perjalanan rohani seperti ini harus dimulai dengan mengenal dan meneguhkan kebaikan hakiki kita. Barangkali itulah titik yang paling sukar dicapai bagi kebanyakan dari kita karena sebelum kita sampai pada titik tersebut, kita tidak dapat sungguh sungguh percaya bahwa perjalanan itu adalah mungkin. Barangkali sesungguhnya sebelum kita mempercayai kebaikan kita yang hakiki tersebut, kita bahkan takut menemukan siapa diri kita sesungguhnya itu.

3. Doa Murni: Doa yang melampaui Ego

Ego kita bukanlah diri kita yang sejati. Dalam doa murni, kita melampaui ego kita. Karena itu diri kita yang palsu perlahan-lahan dihilangkan, dan diri kita yang sejati akan muncul ke permukaan. Thomas Merton mengatakan bahwa diri kita yang sejati seperti seekor rusa yang malu-malu keluar dari hutan; rusa itu tidak suka dilihat.

Dari ajaran Yohanes Kasianus, Bapa Padang Gurun, dan seluruh tradisi monastik, bahwa kemurnian doa dapat dilihat bila doa itu 'tanpa ego'. Doa murni berarti 'tanpa ego', 'tanpa sadar akan diri sendiri, tanpa menganalisa diri'. Doa, dimana kita menganalisa apa yang sedang terjadi, mengamati apa yang kita peroleh dari doa itu, bukanlah doa murni. Itulah sebabnya aturan pertama dari meditasi adalah bermeditasi tanpa menuntut atau mengharap sesuatu akan terjadi, dan juga tidak menilai meditasi Anda dengan cara apa pun juga, menemukan manfaat doa tidak selama meditasi kita tetapi di dalam hidup kita secara keseluruhan, dalam perubahan kepribadian kita. Doa tanpa ego inilah yang dimaksud oleh St. Antonius ketika ia mengatakan, dikutip oleh Kasianus: *"Rahib yang mengetahui bahwa dirinya sedang berdoa, sebenarnya ia tidak sedang berdoa. Rahib yang tidak tahu bahwa dirinya sedang berdoa, sebenarnya ia sedang berdoa."*

Ada pemahaman doa yang sama dalam tradisi Suriah. Para Bapa Suriah mengatakannya dengan sangat sederhana: *"Jika kita hendak berdoa, kita harus kehilangan doaku."* Kita harus melampaui 'doaku'; dan meninggalkan doaku, masuk ke dalam

doa Kristus. Artinya adalah doa Kristus sendiri. Semua bentuk-bentuk doa, semua metode doa, apakah itu Doa Ofisi, atau devosi apa pun juga, bahkan bacaan Kitab Suci sekali pun, segala bentuk, ibadat atau metode doa hanyalah sebuah persiapan atau pengingat, atau pendorong untuk masuk lebih dalam ke doa murni, bukan doa kita lagi melainkan doa Kristus sendiri.

Sama halnya dengan mantra, atau formula menurut Kasianus. Mungkin akan tiba waktunya, kita berhenti mengucapkan mantra, ketika kita dibawa masuk ke dalam keheningan murni, ke kesederhanaan murni. Tetapi penting bagi kita untuk berhati-hati terhadap pemahaman kita mengenai hal ini. Ingat *“pax pernicioso”* dan *“sopor letalis”*, tidur yang mematikan dan kedamaian yang mencelakakan. Tujuan dari mantra bukan hanya membawa kita untuk merasa damai tetapi juga membawa kita melampaui ego, melampaui semua rasa ke-aku-an. Sebagai kesimpulan bisa kita katakan: “Ucapkan mantra Anda sampai Anda tidak dapat lagi mengucapkannya. Kita tidak memilih kapan kita berhenti mengucapkannya. Dan begitu kita sadar bahwa kita berhenti mengucapkannya, maka mulailah mengucapkannya lagi.” Masalahnya timbul saat kita sedang bermeditasi dan kita dibawa ke dalam keheningan. Mungkin tidak ada gangguan atau sedikit gangguan dan kita merasa sangat damai, dan kemudian kita berkata pada diri kita sendiri: “Aku mengalami keheningan; aku tidak perlu mengucapkan mantra lagi” Masalahnya tentu saja adalah jika kita mengatakan bahwa kita mengalami keheningan, berarti kita memecah keheningan itu. Pikiran bahwa “Aku hening” menandakan bahwa kita belum sepenuhnya menjadi sederhana, belum sederhana total; kita masih berefleksi diri. Ada kesederhanaan radikal dalam ajaran Kasianus, itulah sebabnya dia

mengharuskan untuk mengucapkan mantra dalam masa-masa kering dan masa-masa penuh rahmat.

Dalam doa murni, ada ketidakhadiran 'aku' sebagai ego yang terpisah dan bahkan ada ketidakhadiran Allah sebagai obyek pancaindra kita, semua ide-ide dan imajinasi-imajinasi Allah. Inilah penjelasan dari doa apopatik, dan keseluruhan tradisi doa murni ini ada dalam tradisi apopatik. Dalam Gereja Ortodoks Yunani, hubungan antara doa apopatik (doa yang membawa kita melampaui semua pikiran dan kata dan kalimat tentang Allah) dan doa katapatik (doa yang menggunakan kata, pikiran dan imajinasi), para pemikir dari Gereja Ortodoks yakin bahwa kedua bentuk doa ini adalah sah, dua dimensi yang saling melengkapi, tetapi mereka memberi prioritas pada apopatik, doa yang membawa kita melampaui semua pikiran dan imajinasi tentang Allah.

Ketika kita memikirkan tentang doa, sesungguhnya tentang keseluruhan hidup kita, 'kemiskinan' menjadi tujuan doa kita, atau setidaknya-tidaknya kita mengarah kesana. Jika kita bertanya "Apa tujuan hidup kita?" kita mungkin akan berkata "pembebasan" atau "penyelamatan" atau "pencerahan". Dan kita akan mengatakan bahwa menyangkal diri adalah sarana bagi kita untuk mencapai tujuan tersebut. Tampaknya ada sesuatu yang keliru. Tetapi bagaimana kalau pertanyaan itu kita balik, tampaknya itulah yang benar. Tujuan hidup atau doa kita adalah penyangkalan diri; dan pembebasan atau pencerahan adalah sarannya. Dengan kata lain, kita jangan pernah berusaha untuk memiliki tujuan, jangan pernah mencoba membuat Allah sebagai obyek, jangan pernah berusaha untuk melihat diri kita yang sejati. Jika penyangkalan adalah tujuannya, jika kemiskinan adalah tujuannya, tanpa ragu-ragu lagi, kita telah sampai, Itulah sebabnya miskin dihadapan Allah

merupakan Sabda Bahagia pertama dari Kotbah di Bukit. Dalam kemiskinan itulah kita menemukan sukacita, karena tujuannya sudah terwujud walaupun tidak pernah dicapai. Proses doa adalah proses menyadari apa yang terjadi, bukan membuat sesuatu terjadi.

4. Diri Kita yang Sejati – Anak Allah

Yesus berkata bahwa diri yang sejati adalah milik kita yang paling berharga dalam hidup ini: *“Apa gunanya seorang memperoleh seluruh dunia, tetapi ia membinasakan atau merugikan dirinya sendiri?”* (Lukas 9: 25)

Diri sejati yang telah kita bicarakan sebelumnya, yang kita sadari ketika kita melepaskan ego kita, diri sejati yang Yesus katakan sebagai milik yang paling berharga dalam hidup, diri sejati itu adalah anak, anak Allah. Dalam diri sejati itu, kita benar-benar anak Allah, bahkan melebihi daripada kita sebagai anak dari orang tua kita. Kenyataan ini penting kita sadari karena semua hubungan kita dengan orang lain berakar di dalam diri kita yang sejati. Sebagai anak dari orang tua kita, kita memiliki identitas psikologis dan fisik. Tetapi kenyataan yang paling dasar adalah bahwa kita adalah anak Allah. Untuk menyadari bahwa kita anak Allah, menemukan diri sejati tersebut, adalah pekerjaan kontemplasi. Pengalaman kontemplatif tidak bergantung pada sesuatu yang abstrak, tetapi sesuatu yang praktis, nyata dan umum dalam dunia pada umumnya, sesuatu yang normal.

Dalam Perjanjian Baru, terutama pengajaran Yesus, pengalaman Kerajaan Allah sepertinya adalah pengalaman kontemplatif yang kita maksud. Ketika Yesus berbicara mengenai Kerajaan Allah, Dia berbicara bahwa hendaknya kita menjadi seperti anak kecil: *“Jika engkau tidak menjadi seperti anak kecil, engkau tidak akan memasuki kerajaan sorga.”* Sifat

seperti anak kecil inilah yang membuat kita dapat masuk dan tinggal selamanya dalam iman kita yang kontemplatif.

Kenyataan yang paling dasar adalah kenyataan bahwa kita adalah anak Allah. Untuk menyadarinya, menemukan diri sejati adalah pekerjaan kontemplasi. Kita sebagai anak Allah dipanggil untuk menjadi anak yang dewasa penuh. Karl Rahner membuat tulisan yang luar biasa mengenai sifat seperti anak kecil ini. Dia mengatakan bahwa sifat seorang anak adalah keterbukaan. Sifat seorang anak dewasa, seorang anak yang dewasa adalah keterbukaan yang tak terbatas. Suatu penjelasan bagus dari kekudusan adalah: keterbukaan tanpa batas. Itulah definisi atau pengertian dari kekudusan, keutuhan yang mengizinkan banyak jenis kekudusan yang berbeda, berbagai macam cara memasuki pengalaman kontemplatif ini. Kita tidak bisa menjadi utuh jika tidak menjadi orang yang unik apa adanya kita. Mengikuti sebuah disiplin bukan berarti menghilangkan perbedaan di antara kita sebagai individu atau menjadi seseorang yang bukan diri kita. Mengikuti disiplin berarti menjadi seorang anak yang dewasa, menjadi diri sejati kita, menjadi terbuka tanpa batas pada keunikan pribadi kita yang telah Tuhan ciptakan, dan kondisi itulah yang membentuk kita apa adanya, dengan segala luka-luka dan cacat kita.

Rahner mengatakan bahwa Allah akan ditemukan oleh siapa saja yang memiliki keberanian untuk menjaga sifat anak kecilnya, keberanian untuk tetap terbuka pada identitas kita yang penting ini. Dia mengatakan: “Manusia adalah seorang anak yang melakukan petualangan menakjubkan untuk tetap menjadi anak selamanya, atau terlebih menjadi seorang anak yang semakin dewasa. Kedewasaan dan keilahian hanya dapat menjadi penuh dengan menjadi seperti anak kecil.” Jadi

keilahian kita hanyalah merupakan pertumbuhan sepenuhnya dari identitas kita yang penting sebagai anak Allah.

Dalam seorang anak kita dapat melihat hubungan antara pengalaman kontemplatif dan sifat seperti anak-anak yang kontemplatif. Anak-anak mempunyai sifat kontemplatif yang alami; mereka belum sadar secara penuh tetapi mereka relatif kurang menyadari akan diri sendiri, mereka dapat masuk sepenuhnya ke dalam dimensi kontemplatif. Semakin kita kurang sadar akan diri sendiri, kita menjadi semakin kontemplatif dan juga menjadi semakin biasa dan terbuka. Sungguh hal yang indah berdoa bersama dengan anak-anak. Kita memiliki banyak kelompok kecil anak-anak, kelompok meditasi, biasanya dimulai oleh para orang tua yang sudah bermeditasi untuk beberapa waktu, dan yang merasakan dorongan alami untuk memperkenalkan pada anak mereka doa ini sedini mungkin. Sungguh luar biasa melihat betapa alami dan biasanya seorang anak dapat duduk diam dan hening dan melakukan pekerjaan batiniah yang dijelaskan oleh Kasianus, pekerjaan untuk mengucapkan mantra. Memang tidak mudah, tetapi bagi mereka meditasi adalah alamiah. Sifat luar biasa dari seorang anak adalah tentu saja mereka tidak banyak bertanya mengenai apakah doa sederhana ini. Mereka tidak menanyakan segala macam persoalan teologis dan psikologis. Mereka hanya melakukan saja. Mereka itu sederhana. Dan saya rasa kesederhaan itu mempunyai pengaruh baik dalam membentuk iman mereka. Mereka memiliki kemampuan alami bagi doa murni, pengalaman akan Allah, Kerajaan-Nya. Kemampuan ini cenderung hilang atau memudar saat mereka tumbuh lebih dewasa. Rupanya memperkenalkan meditasi kepada mereka harus menjadi sebagian dari pembentukan religius mereka.

Saat kita melakukan pekerjaan tersebut (*The Cloud of Unknowing* selalu menyebut doa murni sebagai pekerjaan), dan saat diri sejati kita disadari dengan lebih jelas, perubahan-perubahan tertentu yang sesuai pada seorang anak, seorang anak dewasa, mulai muncul dalam diri kita.

Inilah beberapa sifat dari seorang anak. Misalnya, sifat lugu. Kita menghubungkan keluguan dengan sifat seorang anak. Bagi orang dewasa, keluguan seorang anak ini berarti motif yang murni. Kita melakukan berbagai hal untuk alasan yang semakin sederhana. Kita hanya berpikir apa yang kita lakukan. Kita melakukannya dengan penuh perhatian. Kita melakukannya tanpa pikiran bercabang, tanpa ada udang dibalik batu. Kita melakukannya dengan kesederhanaan.

Kemurahan hati adalah sifat seorang anak, paling tidak kadang-kadang. Sebagai anak Allah, sebagai anak dewasa, kemurahan hati ini dinyatakan dalam cara penyerahan diri, dalam cara kita berpasrah, cara kita menyangkal diri kita – jika anda lebih suka menyebutnya begitu – cara kita melibatkan diri kita. Semua itu adalah perwujudan dari kemurahan hati seorang anak. Kemampuan untuk menanggapi panggilan Injil untuk melepaskan segalanya, miskin dihadapan Allah, tergantung pada sifat kemurahan hati ini. Kita percaya bahwa jika kita memberikan segalanya, jika kita meninggalkan segalanya, kita akan mendapatkannya kembali beratus kali lipat. Masalahnya ialah kepercayaan itu sering membuat kita siap memberikan segalanya dengan harapan kita mendapatkannya kembali beratus kali lipat. Kita mengajukan sebuah syarat. Kita mengatakan, saya akan memberikan segalanya hanya jika saya mendapatkannya kembali. Itu artinya tidak murah hati. Bermurah hati adalah pekerjaan dari rahmat. Itu adalah pekerjaan dari penyederhanaan.

Seorang anak juga berwatak pemberani, tidak takut, setidaknya dalam diri seorang anak yang sehat. Biasanya keberanian seorang anak begitu besar sehingga orang tuanya harus menjaganya, untuk melindunginya. Tetapi keberanianlah yang datang pada kita sebagai anak Allah, ketika kita menyadari diri sejati kita, keberanian untuk mengambil risiko dalam hidup kita, untuk memberikan hidup kita, untuk melepaskan identitas kita. Ada sebuah ungkapan indah dari Heraklitus, seorang filsuf Yunani kuno: “Jika kita dapat berhenti memikirkan masalah-masalah kita, hal ini akan menumbuhkan keberanian”. Tidak memperhatikan lagi masalah-masalah kita, kesulitan dan kecemasan kita, bergerak melampaui perhatian pada diri sendiri, akan menumbuhkan keberanian. Itulah ajaran Yesus yang sering Dia katakan dalam Injil: terutama dalam penampakan-penampakan Kebangkitan, jangan takut; dalam kotbah di bukit, jangan takut, jangan takut ataupun cemas. Semua itu bukan hanya kata-kata yang menghibur. Inilah perintah bagi kita untuk tidak kuatir, untuk bergerak melampaui ketakutan dan kecemasan, yang kita lakukan dalam doa kita.

Terakhir, sifat mengungkapkan kebenaran, kejujuran. Seorang anak secara alami mengatakan yang sebenarnya; seorang anak kehilangan keluguannya, atau keluguan itu dirusak ketika pertama kali bertemu dengan kebohongan orang-orang dewasa. Kita memperbaiki kejujuran itu melalui doa kita, dalam kehidupan kontemplatif, karena ketakutan kita sudah hilang. Ketakutan kita perlahan-lahan berkurang – ketakutan akan diketahui, ketakutan akan kerapuhan. Kita menyembunyikan kebenaran karena kita takut. Kita takut mengungkapkan diri kita yang palsu. Tetapi jika kita tahu bahwa diri yang palsu itu palsu, jika kita tahu bahwa ego kita itu bukan diri sejati kita, maka kita tidak akan keberatan membiarkan ego tersebut terlihat sedikit. Kita merasa tidak harus menutupinya, untuk

kelihatan lebih baik dari diri kita apa adanya. Itulah kerendahan hati. Kejujuran itu kerendahan hati atau pengenalan diri, membiarkan diri kita dilihat orang dan mengenal diri kita sendiri sebagaimana kita adanya.

Itulah beberapa perubahan praktis yang dapat diamati, pada tingkat psikologis dan sosial, sebagai hasil dari karya doa murni.

5. Kristus dalam Pengalaman Kontemplatif

Berikut kutipan dari Injil Yohanes:

Ia telah ada di dalam dunia dan dunia dijadikan oleh-Nya, tetapi dunia tidak mengenal-Nya, Ia datang kepada milik kepunyaan-Nya, tetapi orang-orang kepunyaan-Nya itu tidak menerima-Nya. Tetapi semua orang yang menerima-Nya diberi-Nya kuasa supaya menjadi anak-anak Allah, yaitu mereka yang percaya dalam nama-Nya; orang-orang yang diperanakkan bukan dari darah atau dari daging, bukan pula secara jasmani oleh keinginan seorang laki-laki, melainkan dari Allah. Firman itu telah menjadi manusia, dan diam di antara kita, dan kita telah melihat kemuliaan-Nya, yaitu kemuliaan yang diberikan kepada-Nya sebagai Anak Tunggal Bapa, penuh kasih karunia dan kebenaran. (Yoh 1: 10-14)

Kita telah membicarakan tentang jalan doa murni, melampaui ego kita dan pengalaman kontemplatif. Apa arti Kristus dalam meampai ego dan pengalaman kontemplatif kita?

Jelas bahwa pengalaman kontemplatif tidak terbatas bagi mereka yang percaya pada Kristus. Pengalaman itu menjadi pencaharian bagi banyak orang sebagai orang modern. Masa yang akan datang adalah masa dimana Kekristenan akan bersinggungan dengan agama-agama besar dunia lainnya, dan akan membuka halaman baru dalam sejarah kita seperti pada zaman ketika terjadi pertemuan antara umat Kristen Yahudi perdana dengan orang Yunani. Dengan demikian kita memasuki tahapan baru dimana Injil menjadi sesuatu yang universal atau ditujukan kepada semua bangsa jika kita dapat

mengungkapkan pengalaman dan arti Kekristenan dalam ungkapan dan simbol selain dari yang sudah biasa kita kenali dengan baik: sebuah pertemuan masa kini dengan agama lain dimana kita sering berjumpa dengan orang-orang yang sudah melampaui ego mereka, menjadi teladan kekudusan, orang-orang yang menghidupi dan mencari kehidupan kontemplatif. Timbul pertanyaan tentang di mana peran Kristus dalam pengalaman kita?

Dalam doa murni, bagi umat Kristiani, Kristus adalah pusat dari seluruh pengalaman kita. Kita sudah membicarakan mengenai dasar teologis dari doa Kristiani, bahwa kita meninggalkan doa kita sendiri. Saat kita meninggalkan ego kita, kita meninggalkan segala hal yang mengandung 'aku' atau 'punyaku'. Jadi jika kita benar-benar berlatih sebuah doa yang membawa kita melampaui ego kita, maka tidak masuk akal lagi untuk mengatakan inilah 'doaku'. Intuisi tersebut dikenali oleh para Bapa Padang Gurun ketika mereka berkata bahwa rahib yang mengetahui bahwa dirinya sedang berdoa, yang sadar akan 'doaku sendiri', belumlah benar-benar berdoa, belum mencapai kepenuhan doa murni.

Meskipun begitu, dalam doa murni, walaupun Kristus adalah pusat doa kita, Kristus bukanlah obyek dari pikiran karena memang tidak ada pikiran. Pikiran menjadi diam. Kristus bukan sebuah obyek imajinasi kita. Kita bergerak melampaui ranah imajinasi, melampaui pikiran dan imajinasi. Kita tidak berbicara dengan Kristus dengan kata-kata. Kita menjadi hening, meninggalkan semua kata-kata. Tetapi pengalaman menunjukkan bahwa meditasi kita, doa murni kita, terus menerus memperdalam hubungan pribadi kita dengan Kristus. Memperdalam pemahaman dan pengalaman kita akan hubungan kita, sebenarnya persatuan kita dengan Kristus,

persatuan dengan Kristus yang kita alami dan temukan pada tingkat diri kita yang sejati, atau dengan kata lain, melampaui ego. Untuk mengalami hubungan pada tingkat diri kita yang sejati, kita perlu bergerak melampaui dualitas atau keterpisahan. Jika saya bertemu dengan Anda pada tingkat diri kita yang sejati ini, maka kita tidak menyadari adanya keterpisahan; kita menyadari adanya kesatuan, kasih. Inilah buah dari meditasi yang dilakukan dalam iman Kristiani. Doa murni memperdalam pengenalan dan kasih kita akan Kristus.

Memang doa murni ini, bila dilakukan dengan iman Kristiani dan dalam konteks Kristiani, memperjelas, siapa Kristus sebenarnya. Kita mulai melihat Kristus dalam pemahaman yang semakin universal. Kita memang bertemu Kristus dalam pengertian budaya kita, panggilan kita masing-masing. Tetapi Kristus yang kita temui dalam budaya kita, dalam tradisi kita itu adalah universal, Kristus kosmik yang mengisi setiap budaya dan dapat memanifestasikan diri-Nya dan menjembatani diri-Nya melalui tradisi apapun juga.

Kita harus bertemu Kristus sebagai kehadiran pribadi di dalam diri kita. Itulah yang paling otentik. Kita tidak akan pernah dipenuhi, kita tidak akan pernah dipuaskan, kita tidak akan mencapai tujuan kita sampai kita bertemu dengan kehadiran ini yang ada di dalam diri kita ini. Tidak cukup bagi kita untuk berjumpa dengan Kristus secara tidak langsung seperti melalui tanda-tanda luar dari agama, praktek dan budaya kita. Semua tanda-tanda tersebut mengarahkan kita pada perjumpaan kita yang paling dalam dan pribadi dengan Kristus di dalam diri kita sendiri.

Kita bertemu Kristus paling murni dan otentik pada tingkat pribadi, dalam hubungan kita dengan diri kita sendiri, mengapa kita harus melakukan usaha pengenalan diri dan pemurnian,

askese, masuk dalam hubungan yang baik dengan diri kita sendiri. Dan kita juga berjumpa dengan Kristus dalam relasi kita dengan sesama.

Kristus yang kita jumpai adalah Kristus yang bangkit, Kristus masa kini. Sosok Yesus yang kita jumpai dalam Perjanjian Baru, dalam Kitab Suci atau dalam teologi dan pikiran, itu lebih merupakan suatu pertemuan tidak langsung. Pertemuan ini sungguh berarti dan penting, tetapi tidak sepribadi, atau nyata, seperti Kristus yang kita jumpai pada tingkat hubungan yang pribadi ini. Tetapi kita menjadi lebih menghargai Yesus historis yang diungkapkan dalam kata-kata Kitab Suci sebagai buah dari meditasi kita, doa murni kita.

Meditasi membuat kita pada pemahaman yang lebih dalam sewaktu kita membaca Kitab Suci, pemahaman yang lebih mendalam akan arti kata-kata itu, apa yang sedang disampaikan oleh sabda kepada kita. Kasianus mengatakannya dengan jelas, bahwa salah satu buah dari doa murni ini adalah kita akan membaca kitab suci seolah-olah kita adalah pengarangnya sendiri; atau dengan kata lain, lebih pada tingkat pengalaman. Pengalaman dalam kitab suci itu menggema dalam pengalaman pribadi kita. Dengan melepaskan imajinasi dan pikiran saat kita bermeditasi, kita akan menerima kembali imajinasi dan pikiran yang lebih mendalam pada waktu lectio. Kata-kata tersebut benar-benar menjelma dalam kitab suci, seperti yang dikatakan oleh para bapa gereja perdana. Tetapi kemampuan kita untuk mengenali dan berhubungan dalam Kitab Suci dengan dengan sabda yang menjelma menjadi manusia, tergantung pada kedalaman perjumpaan pribadi kita dengan Sang Sabda di dalam hati kita. Kitab Suci adalah semacam cermin dari apa yang ada di dalam hati kita pribadi. Yesus historis dalam kitab

suci mencerminkan atau memancarkan kembali Yesus yang bangkit di dalam hati kita.

Doa itu sendiri bukanlah sebuah latihan teologi. Sungguh membahayakan bagi iman Kristiani jika kita membatasi doa hanya sampai pada tingkat doa mental, doa meditasi diskursif, doa dengan menggunakan pikiran dan imajinasi. Semua itu adalah sarana pemikiran dan penelitian teologi, berharga tetapi tidaklah cukup. Doa bukanlah sebuah latihan teologi, walaupun menurut Evagrius, menjadikan kita teolog sejati. “Orang yang benar-benar berdoa adalah seorang teolog dan seorang teolog adalah orang yang benar-benar berdoa,” katanya.

Doa itu tidak lain adalah sebuah perjumpaan, sebuah perjumpaan pribadi. Penebusan lebih merupakan hasil dari sebuah pertemuan, sebuah perjumpaan pribadi daripada petukaran ide atau pendapat atau pandangan. Dan keseluruhan pribadi ikut terlibat dalam jenis pertemuan ini, dalam pertemuan yang meyelamatkan ini. Perjalanan kita menuju ke keutuhan dan kekudusan ini tak terpisahkan dari hubungan kita dengan Kristus. Kristus benar-benar menyembuhkan kita secara psikologis, spiritual, dan bahkan mungkin secara fisik, supaya kita dapat mencapai keutuhan dalam mana kita dapat mengenal Dia sepenuhnya dan ditebus oleh pengenalan itu.

6. Doa Iman

Meditasi adalah doa iman. Kita mengenal Kristus bukan melalui pikiran kita, tetapi melalui iman kita. Meditasi, doa murni, adalah doa iman. Meninggalkan pikiran, kata-kata dan lain sebagainya, hanya tinggal sebuah kata, mantra, sebuah ungkapan iman murni. Pengalaman tersebut membuat kita menyadari apa itu iman yang sebenarnya. Iman bukanlah kepercayaan. Iman tidak sama dengan teologi. Iman adalah hubungan kita dengan pribadi lain. Iman adalah kemampuan kita untuk berhubungan dengan pribadi lain. Misalnya, kita bicara tentang kesetiaan pada komunitas kita, kesetiaan dalam perkawinan, kesetiaan dalam persahabatan. Iman adalah kemampuan yang kita miliki, dan karunia yang kita miliki untuk berhubungan dengan pribadi lain. Hanya pada saat kita menjalin relasi itulah kita dapat mengenal pribadi lain. Ini bukan soal banyaknya gagasan yang kita miliki, tetapi kemampuan kita untuk berhubungan dengan pribadi lain.

Kebanyakan kita mengenal dan menjalin hubungan dengan Kristus ketika kita masih kanak-kanak. Yesus itu seperti teman keluarga, salah satu orang dewasa dalam keluarga kita, teman orang tua, imam dan guru kita. Saat kita dewasa, kita jadi mengenal teman keluarga ini sebagai sesama pribadi yang dewasa, mengenalnya secara pribadi. Iman bertumbuh dan berkembang.

Iman kita akan Yesus tidak dibangun atas apa yang dikatakan mengenai diri-Nya, melainkan atas apa yang Dia katakan tentang diri-Nya, dibangun karena Dia mengenal diri-Nya

sendiri. Di situlah letak kuasa-Nya, sebagaimana iman kita sendiri tentang diri kita lebih banyak terbangun atas apa yang kita tahu tentang diri kita sendiri daripada atas apa yang dikatakan oleh orang lain.

Apa yang Yesus katakan mengenai diri-Nya adalah sebagai berikut: ketujuh *Aku* Yesus:

Akulah pokok anggur yang benar. (Yoh 15: 1)

Akulah jalan, kebenaran dan hidup. (Yoh 14: 6)

Akulah pintu. (Yoh 10: 7)

Akulah roti kehidupan. (Yoh 6: 35)

Akulah gembala yang baik. (Yoh 10: 14)

Akulah cahaya dunia. (Yoh 8: 12)

Akulah kebangkitan dan hidup. (Yoh 11: 25)

Maksud dari gelar-gelar tersebut bagi kita adalah Yesus sedang menunjukkan diri-Nya kepada kita, bukan sebagai obyek untuk disembah, bukan sebagai tokoh dari sebuah sekte agama, melainkan sebagai guru yang patut kita hormati dan kasih; sebagai penuntun yang meminta kepercayaan dan kepasrahan total; sebagai saudara; sebagai sahabat: “Aku tidak lagi memanggilmu hamba tetapi sahabat.” Seseorang yang kita tahu mencintai miliknya di dunia ini, seseorang yang bukan moralis tetapi seseorang yang membebaskan, seorang guru yang menunjukkan Jalan. Jalan, bersama-Nya dalam roh, menuju pada Bapa.

Cara terbaik untuk mendewasakan iman kita ialah melalui doa, doa yang mendalam. Doa kita selalu memperdalam dan

mendewasakan. Kita mungkin bergerak melampaui jenis doa tertentu, bukan karena doa itu tidak baik, tetapi karena kita bertumbuh dalam hubungan yang lebih dalam dengan Kristus. Mungkin ketika kita mulai berhubungan dengan Kristus, kita menggunakan gambar dan patung Yesus. Tetapi, ketika kita menjadi dewasa, ketika kita lebih mampu dalam menjalin hubungan, maka gambar dan patung, yang dibuat berdasarkan pikiran tentang Kristus, semakin tidak dibutuhkan lagi karena kita dapat berjumpa dengan orang yang nyata. Perjumpaan ini yang pertama terjadi di dalam hati kita, pengalaman pribadi kita, kemudian menjadi luar biasa diperkaya dalam Ekaristi, dalam Kitab Suci, dalam komunitas, dan dalam semua cara lain di mana kita juga bertemu dengan pribadi Yesus yang bangkit.

Roh Kudus terus menerus bekerja di dalam diri kita, mempersiapkan kita untuk berjumpa dengan-Nya, untuk melihat Yesus dengan lebih jelas dan lebih jelas lagi. Pada awalnya, saya pikir, dengan mengetahui bahwa Yesus menemukan kita, domba yang hilang. Dalam Injil, Yesus lebih banyak berkata mengenai Allah yang mencari kita daripada kewajiban kita untuk mencari Allah. Iman kita akan Yesus dibangun atas kepercayaan ini, bahwa Dia tinggal di dalam diri kita, mencari kita, dalam artian bahwa Dia dengan mencari kita, menjauhkan kita dari ego kita dan menarik kita masuk kedalam diri sejati kita. Itulah perjalanan doa Kristiani : bersama Yesus, dalam Roh, kepada Bapa.

Apa yang Dia ajarkan pada kita mengenai doa dalam Injil Matius misalnya, kotbah di bukit, mengarahkan kita pada pengalaman kehadiran yang tinggal di dalam hati kita: dalam batin, dalam iman, dalam kepercayaan, dengan penuh perhatian, “Carilah dahulu Kerajaan Allah”, dan dalam kedamaian, melampaui semua kekuatiran dan kecemasan. Dia mengajarkan kita jalan

doa murni. Tetapi di atas semuanya itu, Dia mengajar kita untuk berdoa dengan berdoa bersama kita dan di dalam diri kita. Pikiran Kristus, Kristus yang menjadi manusia, berdoa dalam diri kita. Jadi Kristus berdoa di dalam diri kita melalui suatu persatuan yang misterius, dan Dia adalah guru doa. Doa Yesus, Sabda yang menjadi manusia, adalah doa manusia yang paling sempurna. Tak seorangpun yang dapat melakukannya dengan lebih baik, dan oleh karena itu Dialah yang mengajar kita untuk berdoa. Dialah guru doa murni. Dia bermeditasi di dalam diri kita, menyadari diri sejatinya sebagai Anak dalam persatuan dengan Bapa, sebagaimana kita menyadari diri sejati kita. Doa yang berada dalam roh, doa-Nya melampaui pikiran dan perkataan, melampaui ego, diri sejati-Nya, bersatu dengan Bapa, dan sekaligus bersatu dengan kita – itulah misteri doa Kristiani. Yesus, yang satu dengan Bapa, juga hadir di dalam diri kita masing-masing, secara unik dan universal. Melihat Kristus sama halnya melihat Bapa.

Jadi titik awal dari doa Kristiani adalah kita masuk dalam doa Kristus melalui persatuan kita dengan pikiran Kristus. Dan kita harus menemukan diri sejati kita untuk menemukan Kristus. Kita harus meninggalkan diri kita (yang palsu) untuk mengikutinya.

Sekali lagi, inilah Injil Yohanes.

Firman itu telah menjadi manusia, dan diam di antara kita, dan kita telah melihat kemuliaan-Nya, yaitu kemuliaan yang diberikan kepada-Nya sebagai Anak Tunggal Bapa, penuh kasih karunia dan kebenaran. Karena dari kepenuhan-Nya kita semua telah menerima kasih karunia demi kasih karunia; sebab hukum Taurat diberikan oleh Musa, tetapi kasih karunia dan kebenaran datang oleh Yesus Kristus. Tidak seorangpun yang pernah melihat

*Allah; tetapi Anak Tunggal Allah, yang ada di pangkuan
Bapa, Dialah yang menyatakan-Nya. (Yoh 1: 14, 16-18)*