

# PEMBEDAAN ROH DAN DISCERNMENT

Pertemuan TEBAT (Temu Kebatinan Katolik)  
 Wisma Lentera Kasih, Ancol Kalibawang, Kulonprogo, DIY  
 Minggu, 4 Juni 2017  
 Paul Suparno, S.J.  
 Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta

## Tujuan

- Memahami prinsip pembedaan roh dan pengambilan keputusan yang benar;
- Menjadi semakin mampu melakukan pembedaan roh dan pengambilan keputusan dalam hidup;
- Menjadi semakin mampu membantu orang lain dalam membedakan roh dan pengambilan keputusan yang benar.

## BAB 1. PEMBEDAAN ROH 1

### 1. Mengapa perlu pembedaan roh?

Kita perlu membedakan roh karena dalam hidup ini ada kekuatan roh yang bertentangan dan saling memperebutkan kita yaitu kekuatan roh baik dan roh jahat.

- Pergulatan antara kekuatan baik dan jahat dalam diri kita
- Pergulatan antara kekuatan baik dan jahat di dunia ini, di masyarakat, dan juga dalam dunia bisnis
- Dalam kenyataan hidup yang jahat dan baik tercampur, bahkan yang jahat sering berupa baik sehingga kita mudah tertipu.
- Jelas bahwa hidup kita menjadi ajang pertempuran yang kadang tidak jelas, mana yang baik dan mana yang tidak baik.
- Maka diperlukan kepekaan terhadap gerakan roh baik dan roh jahat, agar kita tidak terjerumus dan dapat maju dalam kebaikan.

### 2. Kekuatan baik dan jahat dalam Kitab Suci

Gambaran pertentangan antara kekuatan jahat dan baik sangat jelas diungkapkan dalam Kitab suci. Beberapa perikop dapat kita gunakan antara lain:

- *Hidup menurut daging dan Roh* (Galatia, 5:16-26)
  - *Perbuatan daging*: percabulan, percemaran, hawa nafsu, penyembahan berhala, sihir, perseteruan, perselisihan, iri hati, amarah, kepentingan diri sendiri, dengki, kemabukan, pesta pora dll.
  - *Perbuatan Roh*: kasih, sukacita, damai, kesabaran, kemurahan hati, kebaikan, kesetiaan, kelemahanlembuatan, penguasaan diri.
- *Manusia baru dan manusia lama* (Kol 3: 5-17)
  - Manusia lama (duniawi): percabulan, kenajisan, hawa nafsu, serakah, geram, kejahatan, kata kotor, dusta, dll.

- Manusia baru: belas kasihan, kemurahan, kerendhan hati, sabar, pengampun, kasih, dll.
- *Terang dan kegelapan-dunia* (Yohanes 1:1-11).
  - Terang telah datang di dunia, tetapi dunia tidak mengenalnya.
- *Perumpamaan gandum dan ilalang* (Mat 13:24-30)
  - Sejak awal ada musuh yang menyebarkan bibit ilalang ditengah gandum yang kita sebarakan.

### 3. Tiga kekuatan dasar yang mempengaruhi hidup kita

Sebelum kita membedakan roh, perlu tahu 3 kekuatan yang mempengaruhi hidup kita; sehingga tidak salah mendeteksi.

- *Kodrati manusia*, karakter dan pembawaan kita.
- *Roh Baik*: kekuatan Tuhan yang mempengaruhi kita untuk selalu berbuat baik, mendengarkan dan melakukan kehendak Tuhan.
- *Roh jahat*: kekuatan yang mempengaruhi kita untuk menjauh dari Tuhan dan akhirnya berbuat kejahatan.

### 4. Bagaimana roh itu mempengaruhi kita

#### a. Gerak roh baik dan roh jahat secara umum

- Roh baik membantu kita untuk semakin dekat dengan Tuhan (rohani), semakin mau berbuat baik (moral), dan semakin mencintai orang lain (social).
- Roh jahat dengan segala caranya menjerumuskan kita untuk menjauh dari Tuhan, semakin mendorong berbuat jahat, dan semakin tidak mau mencintai orang lain.

#### b. Situasi Hidup kita

- *Sedang menuju ke Tuhan*:
  - Orang yang baik dan semakin menjadi lebih baik.
  - Orang yang tadinya jahat, tetapi bertobat dan mau memperbaiki diri.
- *Sedang menjauh dari Tuhan*:
  - Orang yang jahat dan semakin lebih jahat.
  - Orang yang baik tetapi pelan-pelan menjadi tidak baik, mundur.

#### c. Pengaruh roh baik dan jahat secara khusus

- *Bila saya dalam keadaan menjauh dari Tuhan*:
  - Roh jahat menyodorkan kesenangan semu, kenikmatan duniawi (sex, harga, kuasa) agar saya terus dalam keadaan berdosa atau semakin menjauh dari Tuhan.
  - Roh baik menegur saya secara tegas (kadang menyakitkan) dengan tujuan kita kembali ke jalan yang benar dan bertobat.
- *Bila saya dalam keadaan dekat dengan Tuhan*:
  - Roh jahat menyeshahkan, menyedihkan, menghalangi saya dengan alasan semu agar saya tidak maju: dapat menyerang bagian sensitif orang, melumpuhkan semangat orang, menyerang bagian kelemahan kodrati orang.
  - Roh baik memberikan semangat, kekuatan, hiburan rohani, air mata, inspirasi, harapan, iman, ketenangan, kedamaian, sehingga saya akan lebih maju dalam Tuhan. Bahkan sampai berani berkorban bagi Tuhan.

## 5. Beberapa ciri dan sifat roh jahat

- Bersifat kesedihan
- Keraguan
- Hambaran
- Kekacauan
- Alasan palsu
- Ketakutan terus menerus

## BAB 2. PEMBEDAAN ROH 2

### 1. Roh jahat mempengaruhi dengan tipu daya

Karena kebanyakan orang yang baik tidak dapat digoda secara terang-terangan, maka roh jahat menggoda kita melalui tipu daya, melalui siasat yang licik, seperti:

- Alasan semu, tipuan licik, pandangan sesat yang tidak rasional. Biasanya berat sebelah. Maka kita perlu kritis disini.
- Pura-pura baik, tetapi pelan-pelan menjatuhkan. Misalnya dengan menyangatkan melebihi kekuatan kita. Maka perlu kita melihat awal, tengah, dan akhir dari gerakan yang ada dalam hati kita.
- Kita perlu belajar dari pengalaman kejatuhan kita, untuk mengerti bagaimana godaan menipu kita.
- Orang yang ceroboh semakin dicerobohkan, orang yang suci semakin disucikan yang tidak seimbang; untuk menjadi ragu-ragu.

### 2. Sifat Godaan

- Lemah bila dilawan dan kuat bila kita tunduk. Maka kita perlu dengan tegas melawannya.
- Godaan ingin selalu disembunyikan, sehingga dapat terus menggoda. Maka kita perlu terbuka agar godaan itu pergi.
- Godaan menyerang melalui kelemahan kita. Maka kita perlu hati-hati dengan kelemahan diri kita sendiri.
- Godaan suka menggoda dengan menyangatkan diluar batas kemampuan kita, lalu kita gagal dan frustrasi.

### 3. Belajar dari pengalaman Adam dan Eva (Kej 3:1-15)

- Lihat bagaimana setan menggoda Adam dan Eva dengan teliti, lalu bagaimana manusia jatuh, dan akibat dari kejatuhan itu!
- Setan dalam bentuk ular, mengungkapkan yang tidak utuh kepada perempuan (Eva), sehingga Eva tertarik, dan akhirnya mengambil buah terlarang. Lalu Adam diberi.
- Setelah makan mereka malu karena telanjang;
- Mereka takut kepada Allah, mau bersembunyi
- Mereka saling menyalahkan, tidak tanggungjawab.
- Mereka dihukum.

#### 4. Ungkapan yang sering digunakan godaan

- Semua orang melakukan hal itu, mengapa kamu tidak.
- Hidup ini hanya sekali, maka harus dinikmati (dalam hal yang jelek)
- Mengapa sok suci, biasa saja!
- Ah itu tidak apa-apa, tidak usah kecewa.
- Ikuti sebentar saja, toh tidak apa-apa!

### BAB 3. HIBURAN DAN KESEPIAN ROHANI

#### 1. Hiburan rohani

- *Arti*: keadaan jiwa yang mengalami gerak batin sehingga berkobar untuk mencintai Tuhan.
- *Bentuk*: keadaan hati berkobar; kesedihan akan dosa dan rasa sesal; air mata; bertambah iman, harapan, dan kasih.
- *Mengapa mengalami hiburan rohani*:
  - Karena usaha kita dalam hidup rohani lebih setia kepada Tuhan;
  - Tanpa sebab, melulu dari Tuhan.
- *Apa yang harus dibuat dalam hiburan rohani*:
  - Memikirkan bila dalam kesepian;
  - Tidak membuat janji-janji yang muluk-muluk; tetap rendah hati;
  - Tidak menikmatinya sendiri;
  - Sadar bahwa hiburan adalah sarana bukan tujuan.

#### 2. Kesepian rohani

- *Arti*: keadaan batin yang cenderung menjauh dari Tuhan.
- *Bentuk*: menipiskan iman, harapan, kasih; perasaan berat, suram, kacau; kegelapan jiwa; mencari kenikmatan semu dan duniawi.
- *Mengapa mengalami kesepian*:
  - Orang malas dalam latihan rohani;
  - Percobaan Tuhan apakah iman kita bertahan dalam kesulitan;
  - Untuk menyadari bahwa hiburan rohani itu pemberian Tuhan.
- *Apa yang harus dibuat dalam kesepian rohani*:
  - Tidak membuat perubahan pokok, kecuali mengetatkan latihan;
  - Bertahan dalam kesepian dan berjuang: *agere contra*, tekun berdoa dan berlaku tapa.
  - Menundukkan rasa dengan akal budi dan pikiran;
  - Menyadari betapa kecil kita tanpa Tuhan.

#### 3. Beberapa catatan di sekitar hiburan dan godaan

- Meski hiburan tanpa sebab itu dari Tuhan, tetapi kita perlu hati-hati setelahnya. Setelah hiburan tanpa sebab, kita perlu hati-hati karena roh jahat dapat masuk dengan tawaran yang membuat kita menggebu-gebu di luar batas.

- Dalam hiburan dengan sebab kita perlu hati-hati karena hiburan dapat berasal dari roh jahat juga. Tujuannya ke kedurhakaan.

## **BAB 4. DISCERNMENT PRIBADI**

### **Pengantar**

- Kita tiap hari melakukan pengambilan keputusan, baik pribadi maupun kelompok;
- Apakah kita mengambil keputusan dalam Tuhan?
- Apa yang biasanya kita gunakan untuk landasan melakukan pengambilan keputusan?
- Dalam latihan rohani ada cara yang disebut discernment, baik pribadi maupun bersama dalam kelompok.

### **1. Yang perlu diperhatikan dalam pengambilan keputusan**

- 1) *Tujuan hidup kita apa? – Asas dan dasar:* Untuk mengabdikan, menghormati, dan memuji Tuhan, dan dengan itu memperoleh keselamatan.
- 2) *Bahan pemilihan:*
  - a. Harus baik atau netral
  - b. Yang dapat diubah dan tidak dapat diubah
  - c. Untuk yang tak dapat diubah: bila salah memilih harus tetap menghayatinya. Untuk yang dapat diubah, bila keliru, dapat diadakan pemilihan lagi.
- 3) *Waktu pemilihan:*
  - *Waktu I:* sungguh-sungguh digerakkan Allah. Tuhan menggerakkan dan menarik kita, sehingga kita tanpa ragu mengikutinya.  
Contoh: Panggilan Paulus, Matius, Petrus, Yohanes.
  - *Waktu II:* mendapatkan terang karena hiburan dan kekeringan rohani. Kita mendapatkan terang dan pengertian cukup karena hiburan dan kekeringan. Kita punya pengalaman membedakan macam-macam roh.
  - *Waktu III:* tenang berpikir dan berefleksi. Punya waktu cukup untuk memikirkan dalam-dalam. Dapat dengan bebas menggunakan pikiran dan hati kita.

### **2. Dua Unsur Penting dalam Personal Discernment**

- Pikiran dan hati.
- Itulah ciri kekhasan manusia. Kedua unsur ini harus digunakan dalam mengambil keputusan. Supaya keputusan kita semakin manusiawi.

#### **1) Unsur pikiran/rationalitas/obyektif**

- Pertimbangkan semua unsur yang mempengaruhi atau terkait dengan persoalan yang ingin kita putuskan.
- Inilah segi obyektifitas dalam discernment.
- Kalau perlu minta juga pendapat ahli
- Dapat juga model pro kontra
- Dapat juga dengan melihat analisa SWOT (manajemen?)
- Dari pemikiran ini akan sampai pada calon keputusan yang utama.

### 2) *Melodi agape pemikiran Yesus (Wolff)*

- Realistik, mendarat, semua situasi diperhatikan.
- Ada kerelaan berkorban dan mencinta. Keputusanku tidak ada nadanya ketakutan untuk memberikan diri.
- Universalitas, untuk semua orang. Semakin berlaku bagi banyak orang, makin bernilai.
- Membangun kerukunan, komunio sejati. Apakah keputusanku membangun komunio?

### 3) *Unsur batin, hati, doa*

- Di bawa dalam doa;
- Dibatinkan; apakah keputusan itu mendamaikan batin, menjadikan aku gembira, damai?
- Apakah aku damai, gembira, bahagia, dikuatkan? Atau aku malah gundah, kacau, dan tidak damai?
- Bila dibawa dalam doa, aku damai, maka itu boleh dipercaya sebagai keputusan yang sesuai dengan kehendak Tuhan; bila tidak, tidak.

### 3. Catatan umum

- Sikap yang diperlukan: indferent, seimbang, *lepas bebas*. Beberapa hal dapat membuat kurang lepas bebas antara lain:
  - Emosi tidak teratur
  - Tekanan psikologis dari luar
  - Suasana batin keruh, penuh kedosaan
  - Rasa takut.

### 4. Meningkatkan kemampuan discernment pribadi

- Berpikir obyektif, rasional dikembangkan dalam hidup
- Membiasakan berdoa, membangun relasi dengan Tuhan
- Melatih suara hati
- Keputusan selalu dibatinkan
- Bacaan, renungan KS, untuk semakin mengenal kehendak Tuhan.
- Menghidupi kehendak Tuhan yang aku sadari.
- Kebiasaan refleksi.

## PERTANYAAN REFLEKSI

### 1. Tentang Pembedaan Roh secara umum

- 1) Apakah dalam hidup anda, anda sering mengalami konflik antara dorongan berbuat baik dan berbuat jahat? Berilah contohnya!
- 2) Apakah dari pengalaman hidup anda, anda mudah untuk membedakan gerakan baik dan jahat itu? Jelaskan!

- 3) Sikap, pembawaan, cara pikir, kekuatan, dan kelemahan diri anda mana yang sering mempengaruhi anda dalam menentukan sesuatu dalam hidup anda? Jelaskan!
- 4) Dari pengalaman hidup anda, mana yang terasa lebih mudah, mengikuti gerak roh baik atau gerak roh jahat? Mengapa demikian?
- 5) Dari pengalaman hidup anda, strategi apa yang sering digunakan roh jahat dan roh baik untuk memenangkan hati dan pikiran anda? Mengapa demikian?
- 6) Apakah anda mempunyai pengalaman yang sungguh besar dan kuat dimana roh jahat atau roh baik sungguh mempengaruhi hidup anda? Pengalaman mana itu? Jelaskan!

## **2. Tentang Roh Jahat yang menyamar**

- 1) Apakah anda mempunyai pengalaman tergoda oleh kejahatan dengan berpura-pura baik? Pengalaman mana itu?
- 2) Dari lingkungan dan masyarakat sekitar anda, apakah anda melihat berbagai tipuan untuk mengelabui orang sehingga orang tertarik dan terjerat? Apa itu? Ceritakan!
- 3) Dari sifat dan taktik godaan menggoda kita dan juga dari teori yang kita pelajari diatas, taktik mana yang sering kita alami? Bagaimana anda akhirnya dapat mengalahkannya? Jelaskan!
- 4) Apakah anda pernah mengalami kegagalan, termasuk kejatuhan dalam hidup? Apa yang dapat dipelajari dari pengalaman itu? Jelaskan!
- 5) Apakah anda mempunyai pengalaman menyembunyikan godaan dalam hidup anda? Mengapa?

## **3. Tentang Hiburan dan Kekeringan rohani**

- 1) Apakah anda pernah mengalami hiburan rohani yang cukup berarti dalam hidup anda?
- 2) Mengapa anda mengalami hiburan rohani tersebut? Apa yang telah anda usahakan?
- 3) Apa dampak hiburan rohani itu bagi kehidupan anda selanjutnya?
- 4) Apa yang anda buat setelah anda mengalami hiburan rohani tersebut? Mengapa demikian?
- 5) Apakah anda mempunyai pengalaman kekeringan rohani? Apa bentuknya waktu itu?
- 6) Mengapa anda mengalami kekeringan itu? Jelaskan!
- 7) Apa dampak pengalaman kekeringan itu dalam hidup anda selanjutnya?
- 8) Bagaimana anda mengatasi kekeringan rohani waktu itu?
- 9) Apa yang sebaiknya kita lakukan dalam kekeringan rohani agar tetap kuat? Jelaskan!
- 10) Mengapa dalam keadaan kekeringan rohani kita tidak boleh membuat perubahan keputusan yang penting? Jelaskan!

## **4. Tentang Pengambilan Keputusan**

- 1) Bagaimana anda biasanya mengambil keputusan penting dalam hidup anda? Kriteria apa yang anda gunakan?
- 2) Apakah anda melibatkan pikiran, hati, dan Tuhan dalam keputusan anda? Jelaskan!
- 3) Apakah pola pemikiran Yesus sering anda gunakan dalam keputusan anda?
- 4) Kesulitan apa yang sering anda alami dalam mengambil keputusan? Bagaimana anda mengatasinya?
- 5) Apa yang dapat anda kembangkan untuk semakin mampu mengambil keputusan dalam Tuhan?

**Acuan**

- Ignatius Loyola. *Latihan Rohani*. Seri Ignasiana 5. Terjemahan J. Darminta, S.J. Yogyakarta: Kanisius.
- Suparno, Paul. 1998. *Roh Baik dan Roh Jahat*. Yogyakarta: Kanisius.
- Suparno, Paul. 2009. *Discernment: Panduan Mangambil Keputusan*. Yogyakarta: Kanisius.
- Wolff, Pierre. 2003. *Discernment, The Art of Choosing well based on Ignatius Spirituality*. Liguori, Missouri: Liguori/Triumph.

