

MENYELAMATKAN JIWA, MENYEHATKAN BADAN



Jurnal Spiritualitas Ignasian

Jurnal Spiritualitas Ignasian adalah **sarana komunikasi** Pusat Studi Ignasian Universitas Sanata Dharma kepada para pendidik dan civitas akademika yang mengkomunikasikan **gagasan, hasil studi, praktek dan tanggapan** tentang spritualitas Ignasian, khususnya pada kajian di dunia pendidikan. Jurnal Spiritualitas Ignasian juga menjadi sarana **menggali, mengembangkan dan mengaplikasikan semangat Ignasian** dalam karya Universitas Sanata Dharma.

Jurnal Spiritualitas Ignasian terbit 3 kali dalam setahun, yaitu pada bulan Maret, Juli, dan November. Redaksi menerima sumbangan artikel dari semua orang, yang berupa hasil studi, pengalaman di lapangan, gagasan, maupun tanggapan berkaitan dengan semangat Ignasian terutama yang digeluti dalam dunia pendidikan. Naskah harus ditulis sesuai dengan format yang berlaku di Jurnal Spiritualitas Ignasian, dan yang dimuat tidak selalu mencerminkan pandangan redaksi.

Dewan Redaksi

Pelindung	Drs. J. Eka Priyatma, M.Sc., Ph.D.
Koordinator	Patrisius Mutiara Andalas, S.J., S.S., S.T.D.
Anggota	Dr. T. Priyo Widiyanto, M.Si. Drs. Y.B. Adimassana, M.A. Maria Dwi Budi Jumpowati, S.Si. Ir. Ronny Dwi Agusulistyo, M.T. Bernardinus Sri Widodo, S.T. M.Eng. Bernadetha Alphatiwi Budi Kristanti, A.Md.

Alamat Redaksi & Tata Usaha	PUSAT STUDI IGNASIAN Universitas Sanata Dharma Jl. Affandi, Mrican, Caturtunggal, Depok, Sleman, DIY 55281
Telepon	(0274) 513301, 515352 ext 1506
Fax	(0274) 562383
Email	psi@usd.ac.id ; usd.psi@gmail.com
Sekretaris	Elisabeth Harpi Wahyuningsih, S.E.

Daftar Isi

Pengantar Redaksi

MENYELAMATKAN JIWA

Mutiara Andalas, SJ.....1

Fokus Kita

FLIPPED CLASSROOM DALAM PARADIGMA PEDAGOGI IGNASIAN

Mutiara Andalas, SJ.....5

Latihan Rohani

RAHMAT KEKOSONGAN HATI

Jacqueline Syrup Bergan & Marie Schwan.....17

LATIHAN 27: PAMITAN KEPADA TUBUH ANDA

Mutiara Andalas, SJ.....22

LATIHAN 28: PEMAKAMAN ANDA

Mutiara Andalas, SJ.....24

RAHMAT KEPENUHAN DALAM ALLAH

Mutiara Andalas, SJ.....26

RAHMAT KEDAMAIAN HATI

Mutiara Andalas, SJ.....30

Refleksi

MERAWAT KELUARGA

Tarsisius Priyo Widiyanto.....34

KEDALAMAN HUMANIORA DALAM PENDIDIKAN

FX. Aris Wahyu Prasetyo.....37

Ketentuan Umum Penulisan Artikel.....40

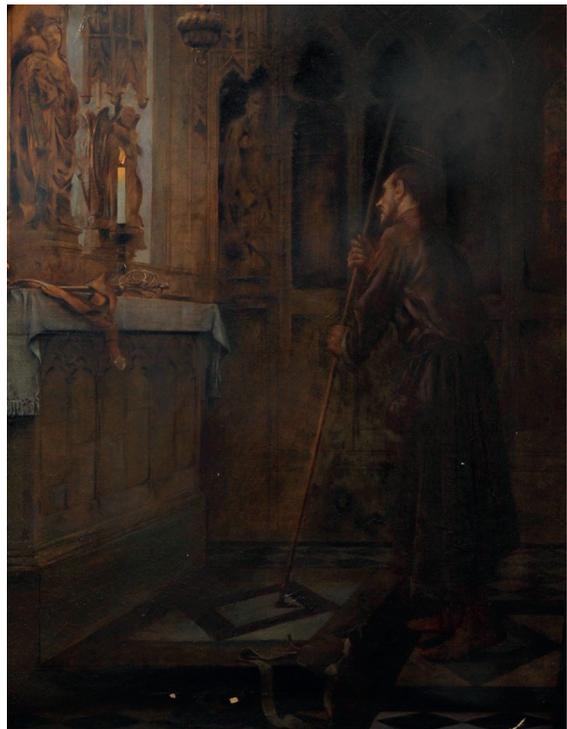
Rahmat Kepenuhan dalam Allah

Oleh Mutiara Andalas, SJ

Tema Poin penting dalam perjalanan kerohanian adalah ketika kita meninggalkan cinta, kehendak dan kepentingan diri, dan menghendaki semakin bertambah besarnya kemuliaan Allah (*ad maiorem Dei gloriam*).

Doa Pembuka

Ya Allah Tritunggal Mahakudus yang amat pantas disembah, lihatlah saya bersujud dihadapan-Mu untuk menyatakan bakti kepada-Mu, Allah yang Maha Agung. Saya pesembahkan kepada-Mu segala gagasan, keinginan, dan keputusan-keputusan selama waktu ini. Tidak pantaslah saya, ya Allah, menerima terang dan pertolongan baru, karena saya telah menyalahgunakan anugerah-anugerah-Mu. Namun, saya datang kepada-Mu menyerah bulat-bulat seperti kepada seorang ayah yang sangat baik dan berbelas kasih. Demi jasa-jasa Yesus Kristus Penebus, lewat Bunda Perawan Maria, serta perlindungan para kudus, saya mohon Engkau berkenan menganugerahkan rahmat-Mu, agar dapat mencari-Mu dengan sepenuh hati, rendah hati dan sedia memberi tanpa kecuali. Amin.



Sumber: Internet

(*Latihan Rohani St. Ignasius Loyola, Appendix*)

Tentang Ignasius Loyola

Dia [Ignasius Loyola] berjalan ke Montserrat. Dalam hati ia berpikir, seperti biasa, mengenal hal-hal yang akan dilakukannya demi kasih kepada Allah.

Pikirannya penuh dengan hal-hal yang diceritakan dalam “Amadis de Gaula” dan buku-buku seperti itu. Maka timbullah dalam benaknya hal-hal serupa itu. Dia mengambil keputusan untuk jaga malam sebagai ksatria, tanpa duduk atau berbaring, tetapi kadang-kadang berdiri dan kadang-kadang berlutut, di muka altar Bunda Maria di Montserrat. Di situ, dia juga mau menanggalkan pakaiannya dan mengenakan persenjataan Kristus. Maka, dia pergi dari tempat itu, dan – seperti biasa – memikirkan rencananya. Sampai di Montserrat, setelah berdoa dan mencari bapa pengakuan, dia mengadakan pengakuan umum secara tertulis. Untuk itu, dia menghabiskan waktu tiga hari. Bapa pengakuan menyetujui akan meminta seseorang mengambil kembali keledai itu. Pedang dan belatinya digantungkannya pada altar Bunda Maria. Bapa pengakuan itu orang pertama yang kepadanya dia bercerita tentang niatnya. Sampai waktu itu, ia belum pernah mengatakannya kepada seorang bapa pengakuan.

(Wasiat dan Petuah St. Ignasius Loyola, No. 17)

Jeda Apa pengalaman Anda akan Allah yang menganugerahkan sukacita sehingga kehidupan yang sebelumnya kosong berubah menjadi penuh?

Kata-kata Ignasius Loyola

Mengenai mereka yang telah menduduki pangkat dalam Gereja atau yang telah menikah, entah mempunyai harta jasmani melimpah atau tidak hendaknya diperhatikan petunjuk berikut ini: bila mereka tidak mempunyai alasan atau kehendak siap untuk melakukan pemilihan mengenai hal-hal yang termasuk dalam pilihan yang dapat diubah, sangat berguna memberi kepada mereka, sebagai ganti melakukan pemilihan, suatu cari atau memperbaiki dan membaharui hidup serta keadaan mereka masing-masing. Hal ini dapat dilakukan dengan membahas tujuan mereka diciptakan, hidup serta kedudukan mereka, yakni memuliakan Allah Tuhan kita serta menyelamatkan jiwa mereka.

.... Dalam semua itu, jangan sampai orang menginginkan atau mencari sesuatu lainnya kecuali bertambah besarnya pujian dan kemuliaan Allah Tuhan kita. Karena tiap-tiap orang harus beranggapan bahwa ia hanya akan maju dalam segala perkara rohani sejauh ia telah meninggalkan cinta diri, kehendak dan kepentingan sendiri.

(Latihan Rohani St. Ignasius Loyola, No. 189a & 189b)

Refleksi

Saya dengar dari seorang imam, yang melawat orang sakit di rumah kediaman. Melihat kursi kosong di samping tempat tidur, ia bertanya, “apa kegunaan kursi ini?” Pasien menjawab, “Saya menempatkan Yesus duduk di kursi dan bercakap-cakap dengan-Nya sebelum Anda datang.... Telah bertahun-tahun saya sulit sekali berdoa sampai seorang sahabat menjelaskan bahwa berdoa itu bercakap-cakap dengan Yesus. Ia memohon saya menyediakan kursi kosong di dekat tempat tidur, menggambarkan Yesus duduk duduk di kursi, dan bercakap-cakap dengannya, dan mendengarkan tanggapan-Nya. Sejak saat itu, berdoa tidak sulit lagi bagi saya.

Setelah beberapa hari, putri pasien datang ke pastoran untuk memberitahu bahwa ayahnya baru saja menghembuskan nafas terakhir. “Ayah saya tinggalkan selama beberapa waktu. Ia sangat tenang. Ketika saya kembali melawatnya, ayah sudah wafat. Terdapat sesuatu yang istimewa. Alih-alih di tempat tidur, kepala ayah terbaring di kursi yang lokasinya di samping tempat tidur.”

Coba gladi latihan ini meskipun pada permulaan nampak kekanakanakan.

Gambarkan Yesus duduk di samping Anda. Dengan berbuat demikian, Anda mengenakan angan-angan untuk melayani iman: Yesus tidak ada di sini seperti gambaran Anda, tetapi Ia pasti ada di sini. Fantasi membantu Anda untuk menyadari hal ini.

Silahkan Anda sekarang bercakap-cakap dengan Yesus.... Kalau tiada orang di sekeliling, silahkan Anda berbicara dengan suara lembut....

Silahkan Anda mendengarkan tanggapan Yesus atau gambarkan tanggapan-Nya.

Jika Anda tidak tahu kata-kata yang hendak Anda sampaikan kepada Yesus, silahkan Anda mengisahkan semua kejadian yang telah lewat, dan berilah keterangan pada setiap peristiwa. Perbedaan berpikir dari berdoa sebagai berikut. Ketika berpikir, kita bercakap-cakap dengan diri sendiri. Ketika berdoa, kita bercakap-cakap dengan Yesus.

Jangan memikirkan detail-detail dari pakaian atau paras Yesus. Pikiran-pikiran tersebut hanya mengalihkan perhatian dari-Nya. St. Teresa Avila, yang seringkali berdoa seperti ini, menyatakan bahwa ia tidak pernah dapat menggambarkan paras Yesus.... Ia merasakan bahwa Yesus dekat, seperti Anda merasakan kedekatan dengan seorang pribadi. Meskipun tidak dapat melihat Yesus dalam kamar gelap, Anda dapat merasakan kehadiran-

Nya secara nyata.

Cara berdoa seperti ini, menurut sepengetahuan saya, merupakan jalan paling instan untuk mengalami kehadiran Kristus. Gambarkan Yesus di samping Anda sepanjang hari. Bercakap-cakaplah sesering mungkin dengan-Nya di tengah-tengah kesibukan. Kadang-kadang Anda hanya dapat memandang Dia, berkomunikasi nirkata dengan-Nya. St. Teresa Avila, yang sangat menganjurkan cara doa ini, menyatakan bahwa dalam waktu instan pendoa mengalami kesatuan erat dengan Tuhan. Kalau orang bertanya tentang berjumpa dengan Kristus bangkit dalam hidup, saya tidak tahu cara lebih baik daripada ini.

(Anthony de Mello, SJ, "Exercise 21 Empty Chair" dalam *Sadhana A Way to God: Christian Exercises in Eastern Form*)

Sabda Allah dalam Kitab Suci

Seperti Bapa telah mengasihi Aku, demikian juga aku telah mengasihi kamu; tinggallah di dalam kasih-Ku itu. Jikalau kamu menuruti perintah-Ku, kamu akan tinggal di dalam kasih-Ku, seperti Aku menuruti perintah Bapa-Ku dan tinggal di dalam kasih-Nya. Semuanya itu Kukatakan kepadamu, supaya sukacita-Ku ada dalam kamu dan sukacitamu menjadi penuh.

(Yohanes 15:9-11)

Doa Penutup

Ambillah, Allah, dan terimalah seluruh kemerdekaan, ingatan, pikiran dan segenak kehendak, segala kepunyaan dan milik saya. Engkaulah yang memberikan, pada-Mu Allah saya kembalikan. Semuanya milik-Mu, pergunakanlah sekehendak-Mu. Berilah saya cinta dan rahmat-Mu, cukup itu bagi saya.

(*Latihan Rohani St. Ignasius Loyola*, No. 234).