

Menggali Kedalaman di Tengah Kekacauan

“Latihan Rohani adalah hal terbaik dari semua yang dapat kupikirkan, kualami, dan kupahami dalam hidup ini. Latihan Rohani dapat membantu seseorang untuk merealisasikan diri terbaiknya, sekaligus memampukan orang untuk memberikan manfaat, membantu, dan berguna bagi banyak orang. Bahkan, jika engkau tidak merasa memerlukan bantuan untuk yang pertama [merealisasikan diri terbaikmu], engkau akan melihat bahwa manfaat Latihan Rohani untuk hal kedua [membantumu menolong orang lain] lebih besar dari yang engkau bayangkan” (Surat Ignatius kepada M. Miona, 16 November 1536).

ANTONIUS SUMARWAN, SJ | Dosen Fakultas Ekonomi Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta

SAYA tidak tahu persis berapa banyak Jesuit yang sangat yakin seperti Ignatius tentang manfaat Latihan Rohani. Saya melaksanakan Latihan Rohani pada tahun 1996 sebagai bagian formasi utama novis Jesuit. Banyak anugerah yang saya terima, namun belum terpikir bahwa Latihan Rohani itu adalah “sarana terbaik untuk menolong orang lain”. Saat itu belum pula terlintas di pikiran untuk membagikan Latihan Rohani kepada orang lain. Karya ini terlalu berat dan luhur untuk saya. Saya pikir, hanya mereka yang sudah belajar

spiritualitas dan kerohanianlah yang “boleh” memberikan Latihan Rohani.

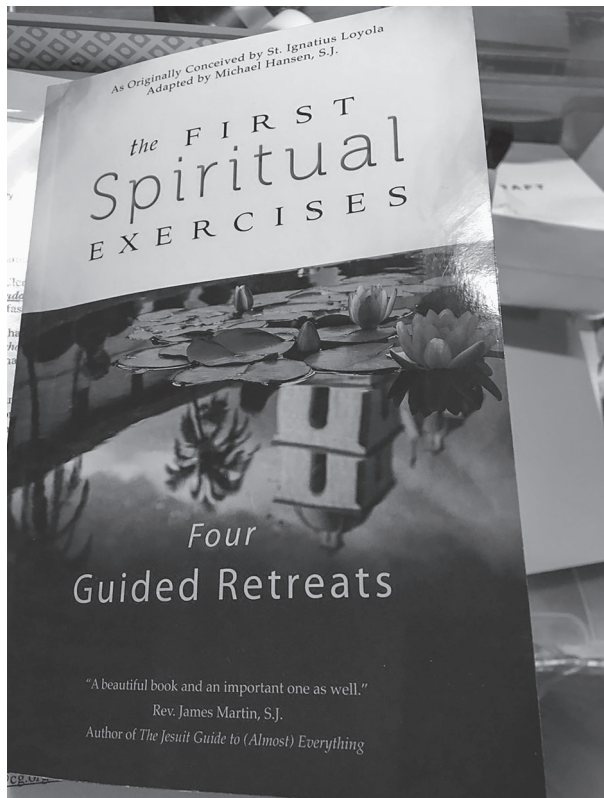
Saya berada dalam disposisi semacam itu secara konstan selama hampir dua puluh tahun. Titik baliknya terjadi setelah tersiat—tahap terakhir formasi kerohanian seorang Jesuit—yang saya jalani di Australia pada tahun 2015. Entah bagaimana, saya merasa “jatuh cinta” (kembali) pada spiritualitas Ignatian. Perjalanan hidup Ignatius, Konstitusi Serikat Yesus, dan tentu saja Latihan Rohani, saya alami sebagai harta kekayaan yang sangat berharga

dan ingin saya bagikan kepada semakin banyak orang.

Antusiasme saya untuk membagikan spiritualitas Ignatian itu pastilah didorong oleh pengalaman menimba kembali sumber kerohanian Serikat Yesus. Namun, faktor lain yang turut menguatkan adalah perjumpaan saya dengan Latihan Rohani Pemula (*The First Spiritual Exercises*), sarana atau metode yang tepat dan mudah untuk membagikan spiritualitas Ignatian bagi para pemula.

Latihan Rohani Pemula

Latihan Rohani Pemula (LRP) merupakan modul Latihan Rohani dalam kehidupan sehari-hari selama sebulan. Michael Hansen, SJ, seorang Jesuit Australia, memformulasikan LRP berdasarkan cara Ignatius—ketika masih sebagai awam dan belum belajar teologi—membagikan pengalaman rohaninya kepada orang-orang sederhana. Dengan kata lain, LRP diberikan oleh seorang yang belum mahir dalam kehidupan rohani kepada sesamanya yang juga belum mahir. Berbeda dengan Latihan Rohani 30 hari yang menuntut stamina tinggi dan tingkat kedewasaan rohani tertentu, LRP



twitter.com

dapat dilakukan oleh siapa saja. “Satu-satunya yang diperlukan untuk mengikuti LRP adalah keinginan, kemurahan hati, dan ketekunan untuk melaksanakan latihan sederhana serta keterbukaan untuk membiarkan Allah mengerjakan sesuatu dalam diri Anda,” demikian kata Hansen.

Untuk memberikan LRP pun tidak perlu pelatihan khusus. Hansen bahkan percaya bahwa seseorang yang pernah melaksanakan LRP semestinya dapat memberikannya kepada orang lain, asal dia mau

sedikit belajar dan memiliki seorang mentor yang mendampingi. Dan, memang seperti itulah yang saya alami. Pada pertengahan April 2015, hanya dua hari saya diajari bagaimana cara memberikan LRP. Setelah itu, saya langsung diterjunkan untuk memberikan LRP kepada sembilan orang umat Paroki Forbes di pedalaman New South Wales.

Upaya Menawarkan LRP

Pada awal 2016 saya sempat memberikan LRP ini kepada sekitar 30 orang muda anggota Magis Yogyakarta. Setelah sebulan berproses, kami mengadakan refleksi akhir di Novisiat Girisonta bersama para novis Jesuit. Setelah saya menjelaskan LRP kepada para novis, anggota Magis membagikan pengalaman LRP mereka sementara para novis berbagi pengalaman Latihan Rohani 30 hari.

Setelah peristiwa itu, bersama teman-teman Magis, saya menerbitkan terjemahan sebagian buku *The First Spiritual Exercises* dan memperkenalkannya kepada para Jesuit saat pertemuan di RR Sangkal Putung, Klaten, pada Juli 2016. Banyak yang berminat atas buku tersebut, namun waktu itu tidak ada kesempatan untuk menjelaskannya. Akibatnya, meskipun buku sudah tersebar, minat terhadap LRP belum muncul. Ketika saya mencoba menawarkan LRP kepada beberapa pastor paroki dan mereka yang bekerja di kolese, tanggapannya

pun tidak begitu antusias. Mungkin mereka mengira memberikan LRP ini sulit dan merepotkan, belum menangkap manfaat LRP, atau agak ragu apakah akan ada peminat.

Pada awal 2017, saya kembali ke Australia untuk studi lanjut. Cita-cita untuk membentuk tim pemberi LRP belum terwujud. Namun, saya tetap memberikan LRP kepada beberapa orang yang berminat. Pesertanya memang sangat terbatas karena saya tidak promosi dan memberikan LRP seorang diri.

Peluang dalam Wabah Covid-19

Ternyata wabah Covid-19 memberikan peluang tak terduga bagi saya untuk mewujudkan dambaan. Pada pertengahan April 2020, saat saya sedang memberikan LRP kepada dua orang di Indonesia, beberapa frater Jesuit menceritakan inisiatif mereka dalam menanggapi wabah Covid-19. Mereka mengadakan percakapan rohani daring menggunakan Zoom sebagai salah satu cara untuk menemani umat dalam menghadapi situasi wabah. Peminat percakapan rohani ini cukup banyak dan mereka merasakan manfaat kegiatan ini.

Saya pun menangkap peluang untuk menawarkan LRP. Pada satu sisi, saya memiliki rekan kerja untuk menawarkan LRP, yaitu para frater yang bersemangat untuk membagikan spiritualitas Ignatian. Pada sisi lain, ada calon peserta, yaitu mereka yang berminat mengolah kehidupan rohaninya.

Segera saya menawarkan gagasan untuk menggunakan LRP sebagai bahan sekaligus mekanisme agar percakapan rohani yang sudah berjalan itu menjadi semakin terarah dan mendalam. Kebetulan—tentu saja sebenarnya ini bukan kebetulan—sebagian frater yang saya ajak berkomunikasi ini adalah mereka yang pada 2016 telah saya perkenalkan kepada LRP saat mereka sebagai novis.

Gayung pun bersambut. Kami pun menghubungi beberapa teman lain yang pernah mengikuti Latihan Rohani 30 Hari atau LRP atau duaduanya, dan mengajak mereka untuk menjadi pemberi atau fasilitator LRP. Di luar dugaan, kami mampu mengumpulkan 18 orang, terdiri dari 4 awam, 2 imam Jesuit, dan 12 frater Jesuit, baik yang sedang belajar filsafat atau teologi, atau sedang menjalani Tahun Orientasi Kerasulan. Dalam program ini, masing-masing fasilitator akan bertanggung jawab untuk mendampingi 5 orang peserta LRP.

Pelaksanaan

Dengan persiapan kilat kurang dari dua minggu, pada tanggal 1 Mei 2020 kami menyelenggarakan *webinar* “Menemukan Tuhan dalam Keseharian” sebagai bentuk promosi LRP. LRP-nya sendiri berlangsung dari 11 Mei hingga 7 Juni 2020, sebagai bagian dari program Rumah Retret Panti Semedi, Klaten. *Webinar* dilakukan menggunakan Zoom, namun karena jumlah peminat

mencapai hampir 150 orang, kami menyiarkannya juga melalui Facebook Live.

Dalam *webinar* ini, kami jelaskan garis besar LRP. Peserta LRP setiap hari selama sebulan melakukan kontemplasi dengan durasi sekitar 35 menit, dilanjutkan dengan refleksi atas pengalaman doa dan menuliskannya. Bahan doa diambil dari buku *Latihan Rohani Pemula*. Seminggu sekali peserta melakukan percakapan rohani dengan 5 orang peserta lain, didampingi oleh seorang fasilitator. Dalam percakapan rohani ini, peserta membagikan pengalaman doanya selama seminggu dan belajar pembedaan roh. Selama masa wabah Covid-19 ini, percakapan rohani kami laksanakan via WhatsApp, Zoom, Google Meet, atau sarana komunikasi lain.

Dari empat modul LRP yang tersedia, kali ini kami menawarkan modul “Damai Sejati dalam Cinta Ilahi”. Pada Minggu I dan II para peserta diajak untuk mengingat dan merasakan pengalaman dicintai oleh Allah (sebagian bahan diambil dari Minggu I *Latihan Rohani*, no. 53-61). Selanjutnya pada Minggu III dan IV peserta diundang untuk melakukan Kontemplasi untuk Mendapatkan Cinta (*Latihan Rohani*, no. 230-237).

Ternyata yang berminat untuk mengikuti LRP berjumlah 130 orang, sementara 18 fasilitator kami hanya mampu mendampingi 90 orang. Peminat yang belum tertampung pada angkatan pertama LRP ini kami tawari ikut pada

angkatan berikutnya, sebab kami merencanakan program ini akan terus kami tawarkan dua bulan sekali, juga ketika wabah Covid-19 sudah lewat. Cara pelayanan *online* akan kami pertahankan meski kami akan terbuka pada kemungkinan percakapan rohani dengan bertemu langsung.

Pelayanan Rohani Daring

Merefleksikan apa yang kami lakukan ini, sadarlah kami bahwa saat ini kami sedang memberikan pelayanan rohani secara daring dengan memanfaatkan teknologi komunikasi mutakhir. Teknologi telah membantu untuk menjangkau peserta seluruh Indonesia, sesuatu yang tak mungkin terjadi jika kami hanya menggunakan cara konvensional. *Webinar* yang kami lakukan via Zoom dan Facebook Live dan promosi via media sosial mampu menembus batasan teritori paroki maupun institusi, dan menjaring peserta dari Medan, Lampung, Pontianak, Bali, Makassar, Nusa Tenggara Timur, serta banyak kota di Jawa. Puluhan peserta ini dapat melaksanakan LRP, termasuk percakapan rohani, tanpa harus meninggalkan rumah dan kota mereka.

LRP daring ini ternyata juga memungkinkan kami berkolaborasi, melibatkan, dan memanfaatkan sumber daya fasilitator yang tersebar di berbagai kota (Jakarta, Yogyakarta, Klaten, Semarang, Batam, bahkan Spanyol dan Australia). Meskipun

saling berjauhan, seminggu sekali kami dapat dengan mudah mengadakan pertemuan via Zoom, berbagi pengalaman pendampingan dan bersama-sama menyiapkan bahan untuk disampaikan kepada peserta LRP. Dengan grup WhatsApp kami pun dapat dengan mudah membagikan pengalaman kesulitan dan kegembiraan dalam pendampingan serta berkoordinasi.

Karena panduan dan bahan LRP sudah tersedia, fasilitator juga tidak perlu banyak waktu dan tenaga dalam melaksanakan tugasnya. Kami hanya perlu menyisihkan waktu selama dua jam dalam seminggu untuk mendampingi percakapan rohani, satu jam untuk pertemuan fasilitator dan beberapa menit menyapa peserta dalam grup WhatsApp. Seorang fasilitator mengatakan bahwa LRP memang disusun bagi mereka yang sibuk. Sambil terus menjalankan tugas dan pekerjaan masing-masing, menggunakan kerangka LRP, kami, baik peserta maupun fasilitator, membuka diri untuk mengalami Tuhan yang menyapa dalam kehidupan sehari-hari.

LRP daring merupakan anugerah tidak terduga yang Tuhan berikan pada masa wabah Covid-19. Semoga semakin banyak orang merasakan anugerah ini dan bersemangat untuk meneruskannya kepada lebih banyak orang lagi. ♦