

No. 03 TAHUN KE - 72, MARET 2025

ROHANI

Menjadi Semakin Insani



Rp 20.000,00 (Luar Jawa Rp 22.000,00)
Belum termasuk ongkos kirim

Jalan Hati bagi Orang Muda

Seni Membimbing Retret Orang Muda | Ketika Retret Terpaksa Dihentikan
Nunc Coepi: Retret Sebagai Momen Restart | Suster Goreti dan Anaknya



ISSN: 1411 - 8505

DAFTAR ISI

KATA REDAKSI

1 | Jalan Hati bagi Orang Muda

Antonius Sumarwan, SJ

SAJIAN UTAMA

6 | Ketika Retret Terpaksa Dihentikan

Daud Kefas Raditya, SJ

10 | *Nunc Coepi*: Retret sebagai Momen Restart

Simforiana Risti Zakarias, CB

SAJIAN UTAMA

14 | Mendampingi Kaum Muda dalam Retret

M. Quirine, OSF

OLEH-OLEH REFLEKSI

19 | Seni Membimbing Retret Orang Muda

Amadea Prajna Putra M., SJ

BAGI RASA

24 | Menemukan dan Membangun Ingatan akan Kasih Allah

Barry Ekaputra, SJ

SABDA YANG HIDUP

29 | Tragedi Moral di Kota Samaria

Albertus Purnomo, OFM

KAUL BIARA

34 | Kiat Membimbing Retret Generasi Z dan Alpha

Paul Suparno, SJ

FOTO COVER:

Dokumen pribadi Barry Ekaputra, SJ

CARA BERLANGGANAN:

Hubungi agen setempat atau langsung ke bagian Distribusi Majalah ROHANI. Harga eceran: @ Rp20.000,00 langganan 12 bulan Rp240.000,00 (belum termasuk ongkos kirim), langganan 1 tahun dibayar di muka. **Pembayaran Melalui: BCA 1263333300 a.n.Yayasan Basis.**

RUANG DOA

39 | Belajar Hidup dari Padang Gurun

Arnold Lintang Yanviero, SJ

LEMBAR GEMBALA

43 | Suster Goreti dan Anaknya

Franz Magnis-Suseno, SJ

BELAJAR TEOLOGI

47 | Diliputi Kelemahan (1/2)

Michael J. Buckley, SJ

SENI DAN RELIGIOSITAS

51 | Yohanna dan Kebebasan Mengiyakan

Beda Holy Septianno, SJ

REMAH-REMAH

55 | Tuhan, Waktu, dan Diri

Stanislas Fritz Prasetyo, SX

KOMIK

60 | Retret

Tofan18

PENANGGUNG JAWAB

G.P. Sindhunata, SJ

PEMIMPIN REDAKSI

Antonius Sumarwan, SJ

KOORDINATOR

Frederick Ray Popo SJ

REDAKSI

Ishak Jacques Cavin, SJ

Klaus Heinrich Raditio, SJ

Benicdiktus Juliar Elmawan, SJ

Arnold Lintang Yanviero, SJ

Petrus Craver Swandono, SJ

ARTISTIK

Willy Putranta

KEUANGAN

Ani Ratna Sari

Widarti

PROMOSI & IKLAN

Slamet Riyadi

ADMINISTRASI, SIRKULASI, dan DISTRIBUSI

Francisca Triharyani

Anang Pramuriyanto

HUBUNGI KAMI!



Redaksi:

rohanimajalah@gmail.com

Administrasi/distribusi:

rohani.adisi@gmail.com



Jl. Pringgokusuman



No. 35, Yogyakarta 55272



0274.546811, 085729548877



0274.546811



Lokapasar:



Yayasan Basis Book Store

Redaksi menerima naskah yang sesuai dengan rubrik yang tersedia. Panjang karangan maksimal 11.000 karakter (3-4 hlm. A4 spasi 1). Kirim ke rohanimajalah@gmail.com dengan disertai nama lengkap, alamat, dan nomor rekening. Redaksi berhak menyunting semua naskah yang masuk ke meja redaksi. Tema untuk edisi April 2025 adalah "Kecerdasan Buatan (AI)" dan Mei 2025 adalah "Setelah 1.700 Tahun Konsili Nikea I". Tanggal waktu pengiriman naskah adalah tanggal 5, satu bulan sebelum edisi tersebut diterbitkan.

Jalan Hati bagi Orang Muda

Retret bagi orang muda merupakan kesempatan istimewa untuk mengolah kehidupan rohani mereka di tengah kesibukan studi, kuliah, bekerja, dan menjalin relasi. Kaum muda sering kali berada pada persimpangan penting dalam hidup mereka: mencari jati diri, makna hidup, dan arah masa depan. Kesibukan, tekanan sosial, dan derasny arus informasi kerap menjauhkan mereka dari refleksi mendalam dan hubungan yang bermakna dengan Tuhan. Dalam situasi ini, retret menjadi ruang penting bagi orang muda untuk berhenti sejenak, menata hati, dan mengalami kehadiran Allah secara lebih nyata.

ANTONIUS SUMARWAN, SJ

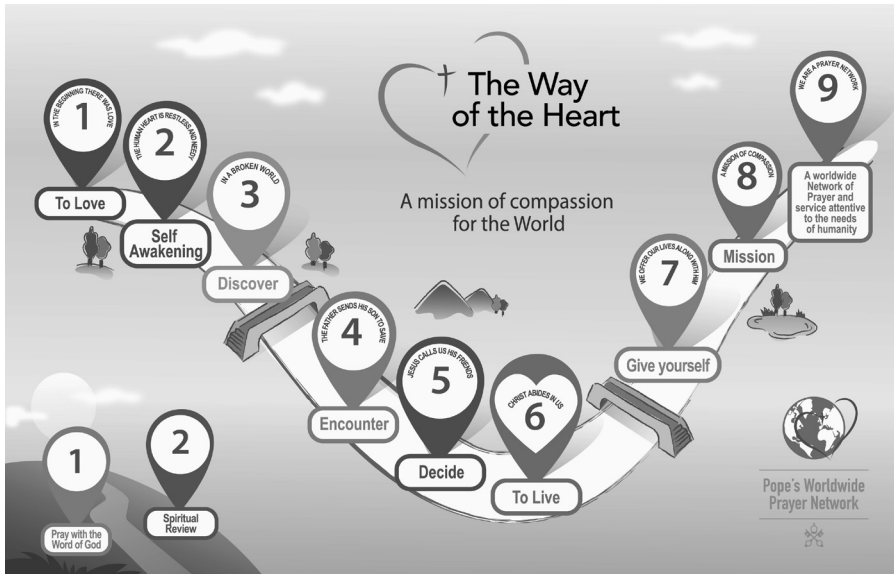
Pemimpin Redaksi, Dosen Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta

JALAN HATI (The Way of the Heart), sebuah kerangka formasi spiritual yang disusun oleh Jaringan Doa Bapa Suci Sedunia, menawarkan bahan dan dinamika yang bisa dipakai untuk membimbing retret orang muda.

Versi ringkas bahasa Indonesia *Jalan Hati* ini diterbitkan sebagai *booklet* Jaringan Doa Bapa Suci Sedunia 2025 berjudul *Jalan Hati: Doa-doa dan Latihan Rohani*, sementara versi panjangnya dapat ditemukan dalam *website* Pope's Worldwide Prayer Network (<https://caminodelcorazon.church/web/>).

Dengan sedikit adaptasi, dinamika *Jalan Hati* tidak hanya mampu membimbing orang muda menuju pengalaman rohani yang mendalam, tetapi juga menolong mereka menemukan peran unik mereka dalam misi belarasa Kristus di dunia.

Jalan Hati terdiri dari sembilan langkah permenungan yang dirancang untuk membawa seseorang makin sehati dengan Hati Kudus Yesus. Proses ini berakar pada spiritualitas Ignasian yang menekankan kesadaran akan kasih Allah, pengenalan diri, persatuan dengan Kristus,



Jaringan Doa Bapa Suci Sedunia

dan pengutusan dalam cinta untuk berbelarasa bagi dunia dengan segala suka dan dukanya.

Retret ini tidak hanya sebuah pengalaman doa pribadi, tetapi juga undangan untuk berpartisipasi dalam misi Gereja dan tantangan kemanusiaan global yang ditunjukkan oleh intensi doa bulanan Bapa Suci.

Langkah-langkah *Jalan Hati* meliputi pengalaman mengenal cinta Tuhan yang mendahului segalanya, kesadaran akan kerapuhan manusia, pengenalan akan dunia yang terluka, dan undangan untuk mengikuti Yesus, serta tinggal dalam Dia. Dengan menempuh perjalanan ini, para peserta kemudian diajak untuk menjadi rasul doa yang hatinya senantiasa terhubung dengan Hati Kudus Yesus.

Mengadaptasi *Jalan Hati* bagi Orang Muda

Dinamika *Jalan Hati* dapat diadaptasi agar lebih relevan bagi orang muda. Beberapa cara untuk melakukannya antara lain, *pertama*, menggunakan bahasa yang dekat dengan dunia orang muda. Bahasa yang digunakan dalam refleksi dan aktivitas perlu disesuaikan dengan cara komunikasi kaum muda saat ini. Menggunakan metafora, kisah nyata, atau ilustrasi yang dekat dengan pengalaman sehari-hari mereka akan membantu membangun keterlibatan yang lebih mendalam.

Kedua, memasukkan media kreatif. Orang muda sangat responsif terhadap stimulasi visual dan audio. Dinamika *Jalan Hati* dapat dihidupkan melalui video pendek, lagu-

lagu rohani yang menggugah, seni visual, atau drama yang mengangkat tema-tema inti seperti kasih, pengampunan, dan pengutusan.

Ketiga, refleksi kelompok yang interaktif. Sesi-sesi refleksi dapat dirancang lebih interaktif, dengan diskusi kelompok kecil, *sharing* pengalaman hidup, atau permainan yang mendorong mereka untuk menggali makna lebih dalam. Proses ini membantu membangun komunitas iman yang erat, tempat mereka merasa didengar dan didukung.

Keempat, menggabungkan aksi nyata. Salah satu kekuatan *Jalan Hati* adalah undangannya untuk tidak hanya berdoa, tetapi juga bertindak. Retret bagi orang muda dapat mencakup kegiatan pelayanan sosial seperti kunjungan ke panti asuhan, bakti sosial, atau proyek peduli lingkungan. Pengalaman aksi ini memperkuat pemahaman mereka akan misi belarasa Kristus.

Kelima, menyediakan ruang untuk keheningan. Meskipun orang muda cenderung aktif dan dinamis, mereka juga membutuhkan ruang untuk keheningan yang mendalam. Sesi doa hening, adorasi, atau meditasi dengan bimbingan dapat menjadi momen transformatif di mana mereka mengalami kehadiran Tuhan secara personal.

Retret yang dirancang dengan dinamika Jalan Hati bagi orang muda dapat berlangsung selama tiga hari, dengan alur yang memadukan refleksi pribadi, kegiatan kelompok, dan aksi nyata. Berikut ini contoh kerangka retret tersebut.

Hari Pertama: Menemukan Cinta Tuhan

Langkah awal dalam retret orang muda adalah membangun suasana yang akrab dan mendukung sehingga mereka merasa diterima dan bebas untuk mengekspresikan diri. Pada tahap ini, Langkah Persiapan “Berserah di Tangan Tuhan” dapat dimulai dengan permainan *ice breaking* yang asyik, lalu dilanjutkan dengan refleksi kreatif tentang makna “menjadi hadir” di hadapan Tuhan.

Langkah 1 “Pada Mulanya adalah Kasih” bertujuan untuk mengajak peserta menyadari betapa mereka dikasihi Tuhan sejak awal hidup mereka. Refleksi ini dapat diperkuat dengan lagu-lagu bertema cinta Ilahi dan *sharing* pengalaman cinta yang mereka terima dalam kehidupan sehari-hari.

Melalui video inspiratif, kesaksian, atau kisah nyata, orang muda diajak untuk menyadari bahwa mereka dicintai tanpa syarat oleh Allah, bahkan di tengah ketidaksempurnaan mereka. Pendekatan ini membantu membangun fondasi spiritual yang kukuh dan membuka hati mereka untuk pengalaman berikutnya.

Langkah 2 “Hati Manusia Gelisah, Haus, dan Lapar” menggali kegelisahan batin dan pertanyaan hidup para orang muda serta mengarahkan kegelisahan itu kepada Tuhan. Orang muda sering kali *insecure* akan dirinya, khawatir akan kekurangan dan kelemahan. Mereka menyadari diri berdosa seperti si anak bungsu dalam kisah anak yang hilang, tetapi

terdorong juga untuk kembali kepada Bapa (Lukas 15:11-32).

Dalam Langkah 2 ini orang muda diajak untuk menyadari Bapa yang tidak memperhatikan dosa dan kelemahan mereka, melainkan siap menerima kembali anak-Nya yang hilang dengan pesta meriah. Langkah 2 ini dapat diadaptasi dengan memberikan ruang bagi retretan untuk mengingat kembali bentuk-bentuk nyata pengalaman kerinduan untuk pulang kembali dan diterima oleh keluarga dan Tuhan. Sesi ini bisa diisi dengan menonton film yang bertema kejatuhan, pertobatan, dan penerimaan.

Dinamika hari pertama ini dapat ditutup dengan melakukan Ibadat Taizé pada malam hari. Lewat ibadat ini, peserta mengalami keheningan yang menyembuhkan melalui nyanyian doa berulang.

Hari Kedua: Mengikuti Yesus di Dunia yang Terluka

Langkah 3 “Dunia yang Terluka” mengantar peserta merenungkan kondisi dunia yang rapuh, penuh tantangan, bahkan kekacauan. Mereka dapat diajak merenungkan isu-isu global seperti krisis lingkungan, kemiskinan, dan konflik sosial, lalu melihat semua itu dari dalam sudut pandang Allah pencipta yang melihat dengan penuh belas kasih ciptaan-Nya rusak. Pendekatan kreatif seperti simulasi sosial atau pengamatan pada tempat tertentu yang memprihatinkan dapat menggugah refleksi yang menyentuh hati.

Langkah 4 “Bapa Mengutus Putra-Nya untuk Menyelamatkan” adalah momen penting di mana orang muda diajak untuk melihat bahwa di tengah keterpecahan dunia, Allah tidak tinggal diam. Sesi ini dapat diadaptasi melalui kontemplasi kreatif menggunakan musik, doa spontan, atau ibadah kreatif yang mengisahkan kisah pelayanan Yesus.

Sementara itu, Langkah 5 “Yesus Memanggil Kita sebagai Sahabat-Nya” dapat menjadi undangan pribadi bagi peserta untuk mendalami hubungan mereka dengan Kristus. Mereka dapat diajak untuk membayangkan Yesus yang memanggil mereka secara personal dalam kehidupan sehari-hari. *Workshop* reflektif seperti menulis “Surat dari atau untuk Yesus” atau meditasi biblis di tepi api unggun dapat menciptakan suasana yang intim dan menyentuh hati. Dinamika hari kedua ini dapat ditutup dengan Perayaan Ekaristi pada malam hari yang dimaksudkan untuk mengintegrasikan pengalaman hari itu dalam Ekaristi.

Hari Ketiga: Diperbarui dalam Kristus dan Diutus dalam Cinta

Langkah 6 “Tinggal Bersama Yesus” memiliki tempat khusus karena membawa peserta kepada kesadaran bahwa Yesus tidak hanya memanggil dari kejauhan, tetapi hadir dalam hati mereka.

Agar lebih dekat dengan pengalaman orang muda, langkah ini bisa dipecah menjadi tiga bagian: 1) “Kristus berdiam dalam hatiku” yang

dimaksudkan untuk menumbuhkan kesadaran akan kehadiran Kristus dalam rutinitas harian; 2) “Tinggal dalam Kristus dan berbuah” yang bertujuan membantu peserta memahami bahwa relasi yang akrab dengan Yesus akan menghasilkan buah nyata dalam hidup mereka; 3) “Digerakkan oleh Roh Kudus” yang dimaksudkan untuk mendorong peserta untuk peka terhadap dorongan Roh Kudus dalam setiap keputusan hidup mereka.

Pendekatan praktis untuk Langkah ini dapat berupa doa kontemplatif, pembuatan jurnal rohani, atau pengakuan dosa bagi yang berkeinginan untuk memperdalam pengalaman rekonsiliasi.

Langkah 7 “Persembahan Diri dalam Cinta” dapat diadaptasi dengan mengajak peserta membuat komitmen nyata pada akhir retret. Mereka bisa menuliskan niat untuk menghidupi belas kasih dan belarasa dalam kehidupan sehari-hari dan mempersembahkannya dalam doa penutup.

Langkah 8 “Ikut Ambil Bagian dalam Misi Belas Kasih Yesus” dapat diwujudkan melalui penyusunan rencana tindak lanjut konkret, seperti terlibat dalam pelayanan sosial, gerakan lingkungan hidup, atau aksi solidaritas di komunitas lokal.

Langkah 9 “Dalam Hati Kudus Yesus, untuk Dunia” menjadi undangan bagi orang muda untuk menjalani hidup sebagai sahabat Yesus yang peduli pada dunia. Kepedulian ini terus diasah dengan

tekun mendoakan intensi doa Bapa Suci maupun intensi para uskup Gereja Indonesia yang berganti setiap bulannya. Selain itu, peserta retret dapat diundang membangun komunitas kecil pascaretret yang saling mendukung dalam doa dan aksi.

Bermimpi Bersama Yesus

Retret *Jalan Hati* bagi orang muda adalah kesempatan untuk membangun persahabatan yang mendalam dengan Yesus dan menemukan panggilan hidup mereka dalam terang kasih-Nya. Dengan adaptasi yang kreatif dan relevan, dinamika Jalan Hati tidak hanya menjadi perjalanan spiritual yang inspiratif, tetapi juga menjadi pengalaman yang mengakar dan transformatif.

Dalam Pesan untuk Hari Orang Muda Sedunia ke-33, yang dirilis pada 22 Februari 2018, Paus Fransiskus mengatakan, “Masa muda adalah waktu untuk impian besar dan keputusan berani.” Lewat pesan ini, Bapa Suci mendorong kaum muda untuk tidak takut bermimpi besar dan membuat keputusan yang berani dalam hidup mereka.

Melalui *Jalan Hati*, orang muda didorong untuk bermimpi bersama Yesus, membuat keputusan berani dalam cinta, dan menjadi rasul doa yang membawa terang dan harapan bagi dunia. Setiap langkah yang mereka tempuh di *Jalan Hati* akan mengantarkan mereka pada hidup yang penuh belarasa, persaudaraan, dan sukacita sejati. ♦