

Submitted: 22 September 2020	Accepted: 26 Februari 2021	Published: 3 Agustus 2021
------------------------------	----------------------------	---------------------------

## **Godaan Seorang Imam dalam Pelayanan menurut Yohanes Krisostomus**

**Hendi\*; Sasilina Gulo**

Sekolah Tinggi Teologi Soteria Purwokerto

*hendi@sttsoteria.ac.id\**

### **Abstract**

*This article discussed how a priest (church elder or overseer) can overcome worldly temptations through three spiritual disciplines or asceticism: prayer, fasting, and inner guarding. This article used the analytical and argumentative methods in literature written by John Chrysostom in his book "On the Priesthood" and the writings of the Church Fathers to contribute to the ministry of a priest. These three points of asceticism produce a holiness which makes him more Christlike. First, through prayer a priest can practice defeating the temptations and passions that arise from within his soul. Second, through fasting he is trained to overcome the temptations and passions that arise from the body or the flesh. Third, through inner vigilance (nepsis) he will be able to overcome the temptations of Satan who has continually seduced humans throughout the ages. These three asceticisms are aimed at bringing and guiding a priest to live a holy life, that is, against the desires of the flesh or worldly temptations and to produce good fruits that can be practiced in the ministry and society.*

**Keywords:** *prayer; fasting; nepsis; temptation; lust; spirituality; priest; ministry; John Chrysostom*

### **Abstrak**

Artikel ini mengkaji tentang cara seorang imam (penatua atau pengawas gereja) dalam mengatasi godaan-godaan duniawi melalui tiga disiplin rohani atau askesis: doa, puasa, dan keberjagaan batin. Artikel ini menggunakan metode analitis dan argumentatif di dalam literatur yang ditulis oleh Yohanes Krisostomus dalam bukunya "On The Priesthood" dan tulisan para Bapa-bapa Gereja untuk memberikan kontribusi bagi pelayanan seorang imam. Ketiga pokok askesis ini menghasilkan kekudusan yang semakin menyempurnakan dia menjadi serupa Kristus. Pertama, melalui doa seorang imam dapat berlatih mengalahkan godaan dan nafsu yang timbul dari dalam jiwanya. Kedua, melalui puasa dia dilatih untuk mengalahkan godaan dan nafsu yang timbul dari tubuh atau daging. Ketiga, melalui keberjagaan batin (*nepsis*) dia akan bisa mengatasi godaan dari Iblis yang senantiasa tanpa henti menggoda manusia di sepanjang zaman. Ketiga askesis ini bertujuan membawa dan menuntun seorang imam untuk hidup kudus yaitu melawan keinginan daging atau godaan-godaan duniawi dan menghasilkan buah-buah kebajikan yang bisa dipraktikkan di pelayanan dan masyarakat.

**Kata Kunci:** *doa; puasa; keberjagaan batin; godaan; hawa nafsu; spritualitas; imam; pelayanan; Yohanes Krisostomus*

## PENDAHULUAN

Semua orang berupaya untuk melakukan perbuatan dan pekerjaan baik sesuai dengan nilai-nilai kemanusiaan dengan menjalankan kegiatan-kegiatan agamawi yang bersifat moralitas. Mereka berjuang dan belajar untuk mengatasi setiap tantangan dalam dirinya, berjerih lelah untuk memperbarui diri sebagaimana natur manusia diciptakan Allah. Inilah realita yang juga terjadi di dalam kehidupan Kristen. Ada sebuah perspektif bahwa dirinya akan berubah dan tidak menghadapi masalah-masalah rumit jika dia sudah memenuhi segala kegiatan religius seperti beribadah setiap minggu, mengikuti kelompok kecil, aktif dalam pelayanan, memberikan persembahan, dan sebagainya. Namun, jika hal ini yang menjadi tolak ukur maka banyak orang yang akan meninggalkan imannya dan menjadi kecewa karena realitanya kegiatan rohani tidak menjadi sebuah jaminan untuk mengubah diri seseorang menjadi kudus. Realita seperti ini mengingatkan kembali fungsi seorang imam dalam membenahi spiritual umatnya. Namun, ironisnya kebanyakan imam saat ini gagal di dalam tugas panggilan pelayanan karena jatuh pada godaan-godaan duniawi.

Hal ini telah diperingatkan sejak dulu oleh para Bapa Gereja seperti Yohanes Krisostomus yang juga seorang imam di Antiokhia dan Konstantinopel pada abad ke-4. Banyak godaan seperti kesombongan, mengingini jabatan, iri hati, kemarahan, kemunafikan, kebencian, kedengkian dan tidak suka mengampuni selalu ada di dalam pelayanan seorang imam di gereja. Tetapi melalui analisis tulisan Krisostomus kami berargumen bahwa seorang imam bisa mengatasi godaan-godaan duniawi tersebut dengan tiga latihan atau disiplin rohani (askesis) yaitu doa, puasa, dan berjaga-jaga (*nepsis*). Sehingga melalui askesis yang tekun ini seorang imam dapat menjalani panggilan pelayanan yang mulia ini untuk menggembalakan umat yang Kristus percayakan kepadanya. Tulisan ini hendak memperkenalkan tradisi spiritual monastik kepada para imam atau penatua atau pelayan gereja pada masa sekarang di tengah maraknya sekularisme di dalam gereja. Tradisi monastik ini mungkin kelihatan kuno tetapi sebetulnya merupakan inti dari kehidupan kekristenan kita yang terhilang pada zaman sekarang.<sup>1</sup> Sebab itu kami menggali salah satu tulisan dari Krisostomus yang berjudul *On the Priesthood*.

---

<sup>1</sup>Suatu ketika Kaisar Konstantin menemui St. Bishoy dan berkata, “*Had I known how great is the honor of monks, I would have abandoned my kingdom and become a monk.*” St. Bishoy berkata kepadanya, “*You have banished the heathen worship*

*and exalted Christianity, and has not Christ given you anything?*” Kaisar Konstantin menjawabnya, “*The Lord has given me many gifts, but none of them is like the honor of the monks.*”

Imam adalah representasi Kristus di dunia. Itulah sebabnya seorang imam harus menjaga kekudusan. Menurut Gerald O Collins dalam bukunya “*Jesus Our Priest, A Chirstian Approach to the Priesthood of Christ*” tujuan kekudusan keimaman dalam kehidupan sehari-hari bukan hanya bebas dari dosa yang membuat manusia itu suci tetapi juga manusia yang dipenuhi Roh dan kaya akan karya-karya yang baik.<sup>2</sup> Kekudusan berarti dipenuhi Roh Kudus sehingga dia menjadi manusia spiritual dan berbuah spiritual yang disebut buah Roh. Itulah sebabnya seorang imam adalah wakil Kristus yang menjadi model manusia spiritual bagi umatnya untuk menuntun dia sendiri dan umatnya kepada Kristus.

Roh Kudus akan membantu seorang imam dalam menjalankan kekudusan sehingga perlu bagi setiap imam bersinergi dengan Roh Kudus. Hendi, mengutip perkataan Bapa Gereja yang bernama Gregorius Sang Teolog, berkata bahwa dipenuhi Roh Kudus berarti Kristus telah memberikan saluran dalam sifat manusiawi kita untuk kekudusan.<sup>3</sup> Roh Kudus inilah yang akan menguduskan manusiawi kita. Mengapa harus Roh Kudus? Karena Roh Kudus adalah sa-

tu-satunya Sang Pemberi hidup baru, hidup kebangkitan, hidup kekal yakni hidup Ilahi itu sendiri.<sup>4</sup> Hal ini menegaskan bahwa tidak ada kehidupan yang baru, kebangkitan, kehidupan kekal tanpa Roh Kudus. Roh Kudus inilah berperan aktif dalam diri seorang imam dan tugas panggilannya termasuk juga mengatasi godaan-godaan duniawi dalam kehidupannya. Seperti apa godaan-godaan itu dan bagaimana melahirkan dosa? Bagaimana Roh Kudus bisa berperan aktif di dalam diri seorang imam sehingga bisa mengatasi godaan dan dosa? Krisostomus memberikan tiga jawaban cara seorang imam bersinergi dengan Roh Kudus yaitu doa, puasa, dan keberjagaan batin (*nepsis*).

## METODE PENELITIAN

Artikel ini menggunakan metode kajian literatur dengan melakukan analisis-sintesis, yaitu mengungkapkan serangkaian fakta, konsep, prinsip dan prosedur yang digunakan untuk menguraikan bagaimana cara mengatasi godaan seorang imam menurut argumen Krisostomus sehingga menjadi suatu koherensi dalam satu kesatuan yang harmonis. Secara analisis akan dibahas masalah godaan seorang imam yang selama ini

<sup>2</sup>Gerald O Collins and Michael Keenan Jones, *Jesus Our Priest, A Chirstian Approach to The Priesthood of Christ* (Oxford: Oxford University Press, 2009), 82.

<sup>3</sup>Hendi, *Artikel-Artikel Seputar Paskah & 12 Perayaan Besar Gereja* (Yogyakarta: Leutika Prio, 2019), 23.

<sup>4</sup>Daniel B. Byantoro, *Seri Pengajaran Iman Orthodox Aku Percaya, Penjelasan Pengakuan Iman Nikea* (Surakarta: Gereja Orthodox Indonesia, 2012), 83.

dianggap bahwa menjadi seorang imam hanya berbicara tentang perbuatan baik. Pada akhirnya, penulis akan menunjukkan secara argumentatif perlunya mengaplikasikan tiga cara untuk mengatasi godaan-godaan dalam pelayanan. Sebab itu, metode yang digunakan adalah kajian literatur berdasarkan pandangan Krisostomus dalam bukunya yang berjudul *On the Priesthood* dan disintesis dengan pandangan para penulis lain seperti para Bapa Gereja yang lain.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Godaan, Nafsu, dan Lahirnya Dosa

Yohanes dari Damaskus menjelaskan latihan jiwa ada empat yang paling utama, yaitu keberanian, penilaian moral, pengendalian diri, dan keadilan. Ini melahirkan kebajikan-kebajikan lain dari jiwa: iman, harapan, cinta, doa, kerendahan hati, kelembutan, panjang sabar, ketekunan, kebaikan, kebebasan dari amarah, pengetahuan tentang Tuhan, keceriaan, kesederhanaan, ketenangan, ketulusan, kebebasan dari kesombongan, ketiadaan rasa iri, kejujuran, kebebasan dari keserakahan, kasih sayang, belas kasihan, kedermawanan, ketidaktakutan, kebebasan dari kekecewaan, penyesalan yang mendalam, kesopanan, penghormatan, kerinduan untuk Kerajaan Allah. Kemudian ada kebajikan dari tubuh yang

didapat ketika *askesis* dari jiwa terpancar, yaitu kehidupan *askesis* yang meliputi: pengendalian diri, puasa, lapar, haus, tetap terjaga, berlutut, mengenakan pakaian sederhana, makan makanan sederhana, makan perlahan, minum air, tidur di tempat sederhana, kesederhanaan, mengabaikan penampilan pribadi, tidak mementingkan diri sendiri, kesendirian, keheningan, menjadi mandiri, diam, dan bekerja dengan tangan sendiri. Ada kebajikan maka ada kebalikannya yaitu *passions* atau nafsu-nafsu baik berasal dari jiwa dan tubuh.<sup>5</sup>

Godaan dan nafsu dari jiwa adalah kelupaan, kemalasan, dan ketidaktahuan. Ketika mata jiwa yaitu *nous* atau intelek telah digelapkan oleh ketiga *passions* ini maka jiwa didominasi oleh semua nafsu lainnya. Mereka adalah penyembahan berhala, pengajaran palsu, penghujatan, murka, amarah, kegetiran, cepat marah, tidak manusiawi, dendam, menggigit dari belakang, kedengkian, kesedihan yang tidak masuk akal, ketakutan, pengecut, pertengkaran, cemburu, iri hati, kebanggaan, kemunafikan, kebohongan, ketidakpercayaan, keserakahan, kecintaan pada hal-hal materi, keterikatan pada hal hal duniawi, kelesuan, mudah putus asa, tidak bersyukur, menggerutu, kesombongan, kemunafikan, kecintaan pada kekuasaan, kecintaan terhadap po-

<sup>5</sup>St. Nikodemos of The Holy Mountain and St. Makarios of Corinth, *The Philokalia. Volume 2*,

trans. G. E. H. Palmer, Philip Sherrard, and Kallistos Ware (London: Faber and Faber, 1984), 334-337.

pularitas, tipu muslihat, tidak tahu malu, sanjungan yang berlebihan, pengkhianatan, kepura-puraan, kebimbangan, cinta diri, keserakahan akan uang akar semua kejahatan (lih 1 Tim. 6:10) dan, akhirnya, kebencian.<sup>6</sup>

Godaan dan nafsu dari tubuh adalah kerakusan makanan, keserakahan materi, kemewahan berlebihan, mabuk, ketidaksucian, perzinahan, ketidaksopanan, kenajisan, inses, pencurian, penistaan, perampokan, pembunuhan, segala jenis kemewahan fisik dan pemuasan keinginan daging (terutama ketika tubuh dalam keadaan sehat), okultisme seperti mantra, mengenakan perhiasan berlebihan, kesombongan, tampilan yang bodoh, penggunaan kosmetik yang berlebihan, melukis wajah, tato, membuang-buang waktu, bermimpi-hari, dan tipu muslihat. Akar atau penyebab utama dari semua nafsu tubuh ini adalah cinta akan seks, pujian, dan uang/harta. Setiap kejahatan berasal dari tiga penyebab ini. Seseorang tidak dapat melakukan satu dosa apapun kecuali tiga *passions of the soul* timbul (kelupaan, kemalasan, dan ketidaktahuan) dan memperbudak kita. Kejahatan tubuh timbul dari dalam, yaitu nafsu atau *passions* dari jiwa kita.<sup>7</sup>

Bapa-bapa gereja seperti Krisostomus telah mencurahkan seluruh hidup mereka untuk menyelidiki cara jiwa manusia

bekerja sehingga mereka memiliki pengertian mendalam tentang proses lahirnya dosa. Mereka menjelaskan seperti ini:

*The mind receives a suggestion or stimulation. If the mind is attentive, it will notice the provocation and will close the door on it. If not, then; the soul will dialogue with the suggestion and give its assent to it (as Eve did with the serpent), where upon it becomes sinful because it consents to the thought with some pleasure; there is a union or coupling with the thought in which the mind surrenders itself to the suggestion and begins to dwell with it; The mind is made captive by the thought as it readily consents to it time and again; Finally we fall so completely under the power of the suggestion that we are no longer free to resist it. It becomes a passion. We become its slaves.<sup>8</sup>*

Menjadi manusia rohani (*a spiritual man*) berarti menjadi manusia yang bertumbuh dalam Kristus (1 Kor. 3:1–3; Efs. 4:13,15; Ibr. 5:11–14; 1 Pet. 2:2; 2 Pet. 3:18). Dan hasil pertumbuhan ini adalah “Kita semua mencerminkan kemuliaan Tuhan dengan muka yang tidak berselubung. Dan karena kemuliaan itu datangnya dari Tuhan yang adalah Roh maka kita diubah menjadi serupa dengan gambar-Nya, dalam kemuliaan yang semakin besar” (2 Kor. 3:18, TB-LAI). Bertumbuh ke arah Kristus atau menjadi serupa Kristus merupakan peperangan rohani karena ada manu-

<sup>6</sup>Ibid.  
<sup>7</sup>Ibid.

<sup>8</sup>Hendi, *Formasi Rohani Fondasi, Purifikasi, Dan Deifikasi* (Yogyakarta: Leutika Prio, 2018), 486.

sia duniawi yang masih hidup di dalam diri kita. Rasul Paulus menuliskan, “Jadi, jika aku perbuat apa yang tidak aku kehendaki, aku menyetujui, bahwa Hukum Taurat itu baik. Kalau demikian bukan aku lagi yang memperbuatnya, tetapi dosa yang ada di dalam aku” (Rm. 7:16-17, TB-LAI). Ada hukum dosa yang melawan hukum akal budi (*nous*, mata jiwa atau kekuatan jiwa) dan kita menjadi tawanannya di dalam anggota-anggota tubuhku (Rm. 7:23). Sebab itu Rasul Paulus menyerukan kepada kita, “Demikianlah hendaknya kamu memandangnya: bahwa kamu telah mati bagi dosa, tetapi kamu hidup bagi Allah dalam Kristus Yesus. Sebab itu hendaklah dosa jangan berkuasa lagi di dalam tubuhmu yang fana, supaya kamu jangan lagi menuruti keinginannya. Dan janganlah kamu menyerahkan anggota-anggota tubuhmu kepada dosa untuk dipakai sebagai senjata kelaliman, tetapi serahkanlah dirimu kepada Allah sebagai orang-orang, yang dahulu mati, tetapi yang sekarang hidup. Dan serahkanlah anggota-anggota tubuhmu kepada Allah untuk menjadi senjata-senjata kebenaran” (Rm. 6:11-13, TB-LAI).

Menyerahkan anggota-anggota tubuh kita kepada Allah berarti kita menyalibkan daging dengan segala hawa nafsu dan keinginannya (Gal. 5:24). Hal itu berarti

bahwa senantiasa ada serangan atau godaan (*peirasmos*) dari iblis yang menyerang *nous* kita. *Nous* dan *peirasmos* berdialog dan jika *nous* kalah, godaan iblis ini akan menguasai hati (*kardia*) kita (Kis. 5:3; 1 Pet. 5:8; Efs. 6:11), sehingga dari hati yang dikuasai iblis timbul segala pikiran (*dialogismoi*) jahat (Mrk. 7:21; Mat. 15:19). *Dialogismoi* atau *logismoi* ini merupakan bagian dari *nous* tadi. Pikiran yang jahat ini akan memunculkan keinginan atau nafsu (*lust; passion; epithumia; pathos*) yang jahat dan jika keinginan itu dibuahi maka akan melahirkan dosa (Yak. 1:14–15) artinya jika keinginan itu dilakukan oleh aku yang sadar maka melahirkan dosa.<sup>9</sup> Sebab itu kata Rasul Paulus, kita harus mematikan atau menyalibkan keinginan atau hawa nafsu itu. *Nous* merupakan benteng pertahanan *kardia* atau hati dari serangan iblis dan benteng itu dapat dijaga dan dilindungi dengan cara-cara yang rohani sebab godaan dan hawa nafsu bekerja di dalam hati dan jiwa kita. Berikut kami menguraikan ketiga cara utama dalam mengatasi godaan.

### Doa

Doa adalah latihan rohani paling utama untuk mengatasi godaan dan nafsu dari jiwa. Krisostomus mendefinisikan doa sebagai alat spiritual untuk mengalahkan

---

<sup>9</sup>Ibid, 487.

hawa nafsu duniawi.<sup>10</sup> Cyril dari Yerusalem berpendapat bahwa satu-satunya cara untuk mengatasi godaan-godaan adalah dengan cara berdoa.<sup>11</sup> Hal ini menegaskan bahwa dengan berdoa seorang imam dapat melawan godaan-godaan. Godaan apa saja yang dihadapi oleh seorang imam? Menurut Krisostomus godaan-godaan itu adalah kesombongan, mengingini jabatan, iri hati, kemarahan, kemunafikan, kebencian, kedengkian, dan tidak mengampuni.<sup>12</sup> Godaan-godaan inilah secara terus menerus akan dihadapi oleh seorang imam. Akan tetapi John Hull memberi pendapatnya bahwa doa merupakan ruang kesempatan untuk menjauhkan diri dari godaan-godaan, salah satunya tidak menyimpan kesalahan orang lain.<sup>13</sup> Dengan demikian kehidupan spiritualitas seorang imam harus menjadi doa bagi dirinya sendiri untuk mengampuni kesalahan orang lain.

Dalam berdoa ada langkah yang harus dilakukan oleh seorang imam agar tidak diganggu oleh godaan-godaan. Krisostomus berkata bahwa untuk mengatasi gangguan-gangguan itu pikiran harus dikosongkan sehingga bisa mendengar suara Allah. Me-

ngosongkan pikiran artinya membuang segala hal-hal yang akan mengganggu kita saat berdoa, dan pikiran hanya berfokus untuk mendengar suara Allah. Hal-hal yang dibuang adalah kemarahan, menghakimi, perasaan dendam, pikiran jahat, iri, rasa beban dan penderitaan, dan segala nafsu. Daniel Sutoyo menyatakan bahwa, Yesus pun berdoa di tempat yang sunyi (Luk. 4:42). Hal ini menegaskan bahwa memfokuskan pikiran kita kepada Allah dengan mengabaikan hal-hal duniawi yang menghalangi kita merupakan langkah satu-satunya agar doa yang kita naiki tidak terhalang oleh berbagai godaan, sehingga pikiran dan hati yang kita peroleh menjadi sempurna.<sup>14</sup>

Krisostomus tadi mendefinisikan doa sebagai alat spiritual untuk mengalahkan hawa nafsu duniawi. Seperti halnya kebencian, kesombongan, pikiran jahat dan keegoisan.<sup>15</sup> Keempat hawa nafsu inilah yang selalu di hadapi oleh seorang imam. Oleh sebab itu, imam harus menghidupkan kehidupan doa. Mengapa harus doa? Sebab menurut pandangan Bede Frost bahwa kebutuhan paling utama keimamatan adalah doa, sebab doa menghidupkan kehidupan

<sup>10</sup>Yohanes Krisostomus, "On the Priesthood," 19, accessed August 10, 2020, [www.holytrinitymission.org/books/english/priesthood\\_john\\_crysostom.htm](http://www.holytrinitymission.org/books/english/priesthood_john_crysostom.htm).

<sup>11</sup>Hendi, *Formasi Rohani Fondasi, Purifikasi, Dan Deifikasi*, 281.

<sup>12</sup>Krisostomus, "On the Priesthood," 21-23.

<sup>13</sup>John Hull and Tim Elmore, *Doa Privotal Berhubungan Dengan Tuhan Di Saat-Saat Ada Kebutuhan Besar* (Jakarta: Immanuel, 2004), 135.

<sup>14</sup>Daniel Sutoyo, "Allah Memanggil Umat-Nya Untuk Menjadi Gereja Yang Tekun Berdoa Menurut Kisah Para Rasul 4: 23 – 31," *DUNAMIS: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristiani* 1, no. 1 (September 1, 2016): 52–73, accessed March 4, 2018, <http://sttintheos.ac.id/e-journal/index.php/dunamis/article/view/101/97>.

<sup>15</sup>Krisostomus, "On the Priesthood," 19.

spiritual.<sup>16</sup> Hal ini menegaskan bahwa imam tidak hanya mengajarkan tentang doa tetapi dirinya adalah doa itu sendiri.<sup>17</sup>

Konsep doa menurut pendapat Krisostomus adalah pikiran yang berfokus pada kekuatan Ilahi dari kasih karunia atau energi ilahi.<sup>18</sup> Doa dapat mengatasi godaan-godaan apabila seorang imam mengarahkan *nous* dan hati berfokus pada kekuatan Allah. Yesus juga mengajarkan hal yang sama bagaimana *nous* dan hati berfokus pada Allah yaitu di dalam keheningan tanpa gangguan apapun (Mat. 6:6). Pikiran-pikiran jahat yang senantiasa menyerang *nous* kita harus dibentengi dengan berjaga-jaga (*watchfulness*) dan berdoa. *Nous* kita bisa dan harus dikontrol dengan alat kontrol yang Yesus ajarkan yakni senantiasa berjaga-jaga dan berdoa tanpa putus (Mat. 24:4-5; 42-44; 26:41; Luk. 21:34-36; Mar. 13:33, 37; lihat juga 1 Tes. 5:7).

Hendi menambahkan, Tuhan menyuruh kita untuk berdoa secara rahasia, artinya di dalam hati, dan Dia memerintahkan kita untuk menutup pintu. Pintu disini adalah mulut kita sendiri, sebab kita adalah bait Allah (1 Kor. 3:16). Di sinilah Allah bekerja untuk membersihkan kita dari segala kenajisan.<sup>19</sup> Doa yang berfokus kepada Allah mendatangkan kerendahan hati. Pada akhir-

nya, untuk melawan godaan tidak lagi terletak pada kekuatan sendiri melainkan kekuatan Allah. Oleh karena itu, seorang imam dapat mengatasi godaan-godaan apabila ia bersinergi dengan kekuatan Allah melalui doa di dalam kerendahan hati. Jadi, dengan doa menyatukan dia dengan Roh Kudus sehingga Roh Kudus leluasa bekerja menyalurkan energi ilahi atau anugerah untuk memberi kekuatan kepada *nous* di dalam hati untuk melawan segala godaan dan nafsu jahat yang timbul di dalam hatinya.

### **Puasa**

Latihan doa di atas adalah latihan jiwa paling utama untuk mengatasi godaan di dalam jiwa. Sementara puasa adalah latihan badani yang paling utama untuk mengatasi godaan yang timbul dari tubuh atau daging. Kekudusan seringkali gagal karena tidak bisa menahan godaan dan nafsu dari tubuh. Tubuh ini hendak menjadi nomor satu sehingga setiap hari merengek dan menghendaki makanan.

Krisostomus menegaskan bahwa latihan dasar untuk mengatasi godaan dan hawa nafsu adalah bagaimana kita memulai dari mengatasi godaan akan makanan. Puasa adalah askesis utama mengatasi ketamakan akan makanan serta dosa yang lain. Pu-

<sup>16</sup>Bede Frost, "Reviews Priesthood and Prayer," *Purdue University* (June 2016): 289, accessed August 10, 2020, <http://tjx.sageub.com>.

<sup>17</sup>Krisostomus, "On the Priesthood," 19.

<sup>18</sup>Ibid.

<sup>19</sup>Hendi, *Praktikos; Theoretikos; Gnostikos* (Yogyakarta: Leutika Prio, 2020), 15.



asa adalah perintah Tuhan kepada setiap para imam untuk ikut menderita dalam menggembalakan domba-domba yang diwujudkan melalui tindakan untuk melatih diri berpuasa, berjaga-jaga, dan menjadi orang tua bagi anak yatim piatu.<sup>20</sup> Dave Williams berkata, “*holiness means we deny what we want and embrace what God wants.*”<sup>21</sup> Ini menegaskan bahwa keinginan Allah yang paling diutamakan dan menyangkal keinginan kita. Mencapai kekudusan itu kita perlu menyangkal keinginan kita dengan berpuasa. Menurut Williams bahwa puasa adalah disiplin orang Kristen yang membantu kita secara rohani dalam hal emosi, relasi, finansial, dan fisik.<sup>22</sup> Puasa bukan hanya berbicara masalah makanan tetapi berbicara tentang askesis dalam mengatasi godaan-godaan emosi, relasi, finansial serta fisik. Kehidupan puasa akan membantu dalam mendisiplinkan diri.

Rasul Paulus menganggap makanan sebagai hal yang tidak penting dalam dirinya, tetapi memperoleh nilai karena mengekspresikan cinta dan superior kepuasan pada Tuhan. Karena itu Paulus menasihatkan gereja Roma, “Biarlah bukan dia yang makan dengan menghina dia yang tidak makan, dan janganlah dia yang tidak makan

menghakimi dia yang makan, karena Tuhan telah menerimanya (Rm. 14:3-6, TB-LAI).” Menurut John Piper bahwa tujuan puasa adalah kebergantungan manusia pada Tuhan dan bukan pada makanan.<sup>23</sup> Seseorang yang melakukan puasa harus menahan dirinya dari hal-hal kedagingan.

Puasa adalah ekspresi fisik dari rasa lapar secara daging dan berpindah pada ke-laparan akan kedatangan Yesus. Melihat teks Matius 9:15 berbunyi, “Jawab Yesus kepada mereka: ‘Dapatkah sahabat-sahabat mempelai laki-laki berdukacita selama mempelai itu bersama mereka? Tetapi waktunya akan datang mempelai itu diambil dari mereka dan pada waktu itulah mereka akan berpuasa.’” Piper memberikan komentarnya dalam teks ini dan berkata Yesus menghubungkan puasa Kristen dengan kerinduan kita akan kedatangan kembali Mempelai Pria yaitu Yesus Kristus itu sendiri.<sup>24</sup> Puasa seperti ini mengungkapkan rasa lapar hati kita akan kedatangan Raja kita sekaligus mempersiapkan hati kita akan kedatangan Sang Mempelai Pria yakni Yesus Kristus. Jadi puasa dapat diartikan sebagai persiapan sebelum kedatangan Sang Raja.

Seringkali keinginan dunia menghalangi kita untuk merindukan Sang Raja.

<sup>20</sup>Krisostomus, “On the Priesthood,” 11.

<sup>21</sup>Dave Williams, *The Miracle Result of Fasting Discover the Amazing Benefits in Your Spirit, Soul, and Body* (Tulsa: Harrison House, 2004), 30.

<sup>22</sup>Ibid.

<sup>23</sup>John Piper, *A Hunger for God Desiring God Through Fasting and Prayer* (America: Library of Kongress, 1997), 58.

<sup>24</sup>Ibid, 84.

Akan tetapi John Arnot menegaskan bahwa nafsu akan dunia ini akan berkurang dan kehausan akan Allah bertumbuh, puasa akan menjadi kesenangan jika kita melakukan puasa.<sup>25</sup> Melakukan puasa artinya seseorang sedang melepaskan dirinya dari nafsu duniawi dan Allah adalah fokus utama sehingga puasa pun akan menjadi kesenangan. Dengan demikian hasil dari puasa bukan hanya membawa seseorang untuk memperbaiki hubungan dengan Allah tetapi ia juga bisa melawan nafsu dunia yang mengikat diri melalui berpuasa.

Memperbaiki hubungan kita dengan Allah perlu kemurnian diri secara terus menerus. Mahesh Chavda berkata perjalanan menuju kemurnian, kesucian dan kekuatan hanya ditemukan dalam doa dan puasa.<sup>26</sup> Askesis doa dan puasa yang secara terus menerus dilakukan dapat memberikan kita kekuatan, dan kemurnian. Mengapa demikian? Karena menurut Chavda jika seseorang menyerahkan diri sepenuhnya kepada Tuhan dan berkomitmen untuk doa dan puasa, urapan-Nya akan mulai mengalir dalam kekuatan yang sangat besar.<sup>27</sup> Pemurnian diri dilakukan secara terus menerus dengan komitmen serta penyerahan diri sepenuhnya

kepada Tuhan melalui doa dan puasa. Namun manusia seringkali tidak mendapatkan aliran itu. Chavda meneruskan pendapatnya, ia berargumen bahwa jika urapan itu tidak mengalir kepada kita, itulah pertanda baik bahwa kita perlu berpuasa dan berdoa untuk membersihkan diri dari dosa sehingga Roh Allah dapat mengalir dalam diri kita.<sup>28</sup> Berdoa dan berpuasa adalah bagian yang tidak terpisahkan dari askesis rohani karena kedua inilah yang dapat mendatangkan aliran Roh untuk membersihkan kita dari dosa-dosa. Jadi akesis doa dan berpuasa mendatangkan pemurnian jiwa sekaligus kita dipenuhi dengan Roh Allah.

Peran yang paling penting dan semakin sulit dalam keimamatan adalah pembaharuan Gereja Kristus yakni jiwa dan hati. Bikkhu Khemavamsa berpendapat bahwa dalam kehidupan dan perjalanan keimamatan hal tersulit bagi mereka adalah pembaharuan gereja Kristus yakni jiwa itu sendiri.<sup>29</sup> Dalam pembaruan Gereja Kristus ini adalah masalah tersulit yang dihadapi oleh seorang imam. Itulah sebabnya seorang imam harus memiliki pengalaman spiritualitas dengan Allah karena ini berhubungan dengan roh dan jiwa manusia.

<sup>25</sup>Mahesh Chavda, "Foreword," in *The Hidden Power of Prayer and Fasting* (USA: Destiny Image, 1998), 5.

<sup>26</sup>Mahesh Chavda, *A 40-Days Personal Journey for Individual and Group Use the Hidden Power of Prayer and Fasting* (New York: Destiny Image, 2007), 100.

<sup>27</sup>Ibid, 30.

<sup>28</sup>Ibid, 40.

<sup>29</sup>Bikkhu Khemavamsa, *Contemplation of Mind Practising Cittanupassana* (Malaysia: Buddha Dharma Education, n.d.), 17.

Seorang imam harus mempunyai senjata dalam peperangan spiritual. Mike Bickle dalam bukunya *“The Rewards of Fasting Experiencing the Power and Affections of God”* menegaskan bahwa doa dan puasa merupakan senjata spiritual yang kita gunakan untuk melawan roh-roh jahat karena perang kita fisik dan spiritual.<sup>30</sup> Senjata untuk melawan hal-hal yang bersifat roh hanya bisa dilawan dengan doa dan puasa. Rasul Paulus tidak bergumul untuk melawan darah dan daging tetapi melawan kerajaan, melawan pemerintah-pemerintah, melawan penguasa-penguasa, melawan penghulu-penghulu dunia yang gelap ini, melawan roh-roh jahat di udara (Efs. 6:12-18). Senjata peperangan kita tidak bersifat daging tetapi rohani (2 Kor 10:3-5). Secara aktif melawan dosa dan kegelapan dengan kegiatan lahiriah tidaklah cukup tetapi kita harus terlibat dalam bagian spiritual melalui doa dan puasa. Askesis doa dan puasa merupakan perjalanan rohani untuk melawan dosa.

Kitab suci menggambarkan puasa sebagai kerendahan hati atau melukai jiwa seseorang (Yak. 58:3, 5). Daud berbicara tentang puasa merupakan salah satu cara Daud merendahkan diri dihadapan Allah

(Mzm. 35:13; 69:10). Mike Bickle menggambarkan puasa sebagai kerendahan hati manusia di hadapan Sang Pencipta.<sup>31</sup> Satu-satunya cara untuk melawan sifat kesombongan dalam diri manusia hanyalah melalui puasa. Hal ini menegaskan bahwa puasa tidak hanya berbicara tentang makanan tetapi berbicara bagaimana manusia bisa melawan kesombongannya melalui puasa.

Manusia sangat terbatas untuk mengendalikan diri dan menguasainya. Itulah sebabnya Richard Foster berkata, puasa menolong kita untuk mengendalikan berbagai dambaan dan keinginan manusiawi seperti kesombongan, amarah, dendam, cemburu, serta ketakutan.<sup>32</sup> Mengapa puasa dapat mengendalikan keinginan duniawi? Karena menurut Foster puasa dapat membantu kita untuk berdoa memohon bimbingan.<sup>33</sup> Puasa melatih kita untuk berdoa dengan tekun dalam kerendahan hati. Chavda juga setuju, ia berkata bahwa puasa bukan masalah panjangnya berpuasa tetapi bagaimana menyerahkan diri dalam pimpinan-Nya.<sup>34</sup> Dengan demikian puasa menghasilkan kerendahan hati melalui kerjasama antara kita dengan bimbingan Roh Kudus sehingga menghasilkan hal-hal yang rohani.

<sup>30</sup>Mike Bickle and Dana Candler, *The Rewards of Fasting Experiencing the Power and Affections of God* (America: Forerunner Books, 2005), 21.

<sup>31</sup>Ibid, 23.

<sup>32</sup>*Penerapan Praktis Pola Hidup Kristen Berbagai Topik: Pemilihan Karier, Hubungan Antar Pribadi, Keuangan, Kehidupan Keluarga, Manajemen*

*Waktu, Seks, Tekanan Stres, Doa Yang Efektif, Pengambilan Keputusan, Penanggulangan Krisis, Pencobaan, Penyelesaian Masa* (Malang: Gandum Mas, 1989), 463.

<sup>33</sup>Ibid.

<sup>34</sup>Mahesh Chavda, *The Hidden Power of Prayer and Fasting* (USA: Destiny Image, 1998), 34.

Rasul Paulus pun berpuasa ketika memberitakan Injil (2 Kor. 11:27). Ini merupakan wujud kasih kepada Allah. Chavda dalam bukunya “*The Hidden of Prayer and Fasting*” menyatakan bahwa puasa adalah bukan perjalanan yang sangat berat tetapi saat kita mulai perjalanan ini kita akan menemukan kasih karunia Tuhan dengan kerendahan hati, kebijaksanaan dan ketaatan.<sup>35</sup> Berpuasa membawa kita kepada perjalanan untuk menikmati kasih karunia Tuhan sehingga kita bisa memiliki kerendahan hati, kebijaksanaan dalam pengembangan, serta membuahkannya ketaatan. Dengan demikian, puasa dapat diartikan sebagai perjalanan rohani bersama dengan Tuhan yang menghasilkan kebajikan-kebajikan dalam diri seorang imam.

### **Keberjagaan Batin**

Jika doa adalah latihan rohani untuk mengatasi godaan dan nafsu dari jiwa, puasa untuk mengatasi godaan dan nafsu dari tubuh atau daging, maka keberjagaan batin adalah latihan rohani untuk mengatasi godaan dari Iblis yang senantiasa menggoda manusia tanpa henti.

Istilah *nepsis* menurut Bapa Gereja Philokalia diartikan sebagai “keberjagaan atau bersiap siaga.”<sup>36</sup> Istilah kata ini dida-

sarkan melalui perkataan Tuhan Yesus terhadap para murid-murid-Nya yang mencari jawaban akan kedatangan Yesus dan Ia menjawab “berjaga-jagalah” sebab tidak ada seorang pun yang mengetahui waktu Ia akan datang (Mat. 24:42). Dengan berjaga-jaga atau bersiap-siaga (*nepsis*), maka seorang dapat menjaga serta mengendalikan tubuh, pikiran, dan hati untuk tidak dicemari oleh dosa untuk menuju kesempurnaan kepada Allah. Karena itu, tubuh, pikiran, dan hati yang dikuasi oleh dosa harus terbiasa untuk dilatih dengan metode berjaga-jaga dan menyerahkan seluruh hidup di hadapan Allah.

Keberjagaan dan kesiapwaspadaan merupakan cara untuk mengatasi berbagai godaan. Dalam Markus 13:33 disebutkan, “Hati-hatilah dan berjaga-jagalah! Sebab kamu tidak tahu bilamanakah waktunya tiba.” Alasan inilah mengapa manusia perlu berjaga-jaga karena manusia tidak tahu kapan godaan itu akan datang. Js Ishak berkata, musuh masuk melalui bagian indra kita yang terbuka dan aktif mengamati kita setiap hari.<sup>37</sup> Musuh tidak pernah berhenti untuk mencari jalan agar kita bisa terperangkap olehnya. Oleh karena itu perlu untuk tetap berjaga-jaga Melawan godaan dari iblis perlunya untuk selalu berjaga-jaga

<sup>35</sup>Ibid, 5.

<sup>36</sup>Anthony M. Coniaris, *Philokalia: The Bible of Orthodox Spirituality* (Minneapolis: Light & Life Publishing Company, 1998), 105.

<sup>37</sup>Ibid, 217.

dan bersiap siaga dari setiap serangan-serangan duniawi. Godaan dari iblis dipakai untuk menjatuhkan manusia ke dalam dosa. Dalam Markus 7:21-23 disebutkan bahwa dari dalam, dari hati orang, timbul segala pikiran jahat, percabulan, pencurian, pembunuhan, perzinahan, keserakahan, kejahatan, kelicikan, hawa nafsu, iri hati, hujat, kesombongan, kekebalan. Semua hal-hal jahat ini timbul dari dalam dan menajiskan orang. Mengapa hati? Karena hati adalah pusat dari semua kehendak manusia, dari hatilah timbul segala macam hal yang baik maupun jahat. Menjaga hati dari semua hal-hal duniawi membuat mata batin jernih sehingga bebas dari pikiran-pikiran jahat.

Menjaga hati artinya memfokuskan diri sepenuhnya untuk Tuhan. Isaiiah the Solitary berkata, *“Let us stand, therefore, with fear of God and keep guard over our our heard, practising the virtues which chech the wickedness of our enemies.”*<sup>38</sup> Berfokus pada Tuhan bukan hanya menjaga hati tetapi menjaga pendengaran kita dari godaan-godaan iblis yang membawa kepada kejahatan dan mempraktikkan hal-hal kebajikan. Hati dan indra yang berfokus pada Tuhan akan melepaskan kita dari keinginan duniawi.

Seluruh kehidupan manusia termasuk kehidupan seorang imam ingin kudus di

hadapan Allah dengan melepaskan keinginan duniawi yang selalu mengikat. Akan tetapi kehidupan kekudusan itu sendiri tidak lepas dari kuasa Tuhan. Dalam Matius 5:8, *“Berbahagialah orang yang suci hatinya, karena mereka akan melihat Allah.”* Hal ini menjelaskan bahwa untuk mencapai kekudusan itu sendiri seorang imam perlu menyucikan hati. Hesychios The Priest berkata bahwa jika pikiran berlindung di dalam Kristus dan berseru kepada-Nya secara terus menerus serta berdiri teguh di dalam nama-Nya kita akan mengantisipasi dan menolak musuh-musuh yang tak terlihat seperti binatang-binatang buas.<sup>39</sup> Untuk menguduskan diri dari pikiran-pikiran duniawi hanya bisa ketika seseorang berlindung di dalam Kristus.

Dalam Kolose 3:5-6, *“Karena itu matikanlah dalam dirimu segala sesuatu yang duniawi, yaitu percabulan, kenajisan, hawa nafsu, nafsu jahat dan juga keserakahan, yang sama dengan penyembahan berhala, semuanya itu mendatangkan murka Allah [atas orang-orang durhaka].”* Pengudusan diri tidak lepas dari menyangkal hawa nafsu. Dengan demikian menjadi seorang imam perlu berjaga-jaga atau *nepsis*. Menurut Daniel Byantoro, *nepsis* adalah berjaga-jaga diri, berjaga-jaga hati dan se-

<sup>38</sup>Nikodemos of The Holy Mountain and Makarios of Corinth, *The Philokalia. Volume 2*, 24.

<sup>39</sup>The Priest Hesychios, *The Philokalia-Volume One* (London – Boston: Faber and Faber, 1984), 167.

gala hawa nafsu serta mati raga.<sup>40</sup> Artinya bahwa hati, diri dan hawa nafsu perlu dijaga. Berbicara tentang menjadi seorang imam tanpa mengalami Allah maka dia akan terus dalam keadaan kegelapan dan penuh dengan kenajisan, dan jika hidup penuh dengan kenajisan bagaimana ia bisa menceritakan tentang Allah? Apa yang dimaksud dengan kenajisan itu? Dalam Markus 7:1-23 disebutkan, “sebab dari dalam, dari hati orang, timbul segala pikiran jahat, percabulan, pencurian, pembunuhan, perzinahan, keserakahan, kejahatan, kelicikan, hawa nafsu, iri hati, hujat, kesombongan, kebebalaan. Semua hal-hal jahat ini timbul dari dalam dan menajiskan orang.” Kenajisan inilah yang akan menghalangi pelayan seorang imam jika seorang imam tidak berjaga-jaga. Untuk itu, jika seorang imam sudah membersihkan dirinya mulai dari dalam otomatis ia akan mengeluarkan hal-hal baik yang berdampak.

Manusia memiliki *nous* yang dapat membedakan mana yang baik dan jahat. *Nous* inilah yang membentengi kita untuk bisa berjaga-jaga. Anthony M. Coniaris berkata bahwa, orang yang memiliki *nous* mengerti bahwa semua hal yang terjadi adalah

untuk mendatangkan kebaikan bagi dirinya sehingga kebajikan dapat bersinar dan diri sendiri dimahkotai oleh Allah karena kita telah menerima pengendalian diri dari Tuhan, menahan kesabaran, ketabahan, menahan nafsu, dan sejenisnya adalah kekuatan yang sangat besar dan kudus untuk menolong kita melawan serangan musuh. Apabila kekuatan ini kita miliki kita menganggap apapun yang menerpa kita sebagai suatu hal yang tidak menyakitkan, menyusahkan, tidak berat, tidak pedih, atau tidak tahanakan mengerti bahwa itu adalah manusia dan dapat dilawan dengan kebajikan yang ada di dalam diri kita.<sup>41</sup> *Nous* kitalah yang berperan aktif untuk melawan segala hal dari duniawi karena Allah telah menaruniakan *nous* kepada kita untuk melawan serangan Iblis. Hendi menambahkan, *nous* adalah sumber dari semua aktivitas intelektual, spiritual dan tempat keadilan dan ketidakadilan serta bejana yang menampung semua kejahatan dan kebaikan. Akan tetapi, di dalamnya ada Kristus, terang dan keselamatan.<sup>42</sup> Itulah sebabnya, jika seseorang memiliki *nous* maka ia menganggap semua yang terjadi mendatangkan kehidupan serta hal-hal yang baik bagi dirinya sendiri.

<sup>40</sup>Daniel Byantoro, “Teologia Parasetan & Nepsis (5 November 2018), Mpeg4 Video Mp3 Audio File, 13:33-40, <https://www.youtube.com/watch?v=oBKTrtSzheQ&t=5s> (accessed September 5, 2020).

<sup>41</sup>Anthony M. Coniaris, *Confronting and Controlling Thought: According to the Fathers of*

*the Philokalia* (Minneapolis: Light and Life Publishing, 2004), 10.

<sup>42</sup>Hendi, “Renewing the *Nous*: Watchfulness and Praying,” *DUNAMIS: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristiani* 4, no. 2 (April 14, 2020): 275–295, accessed July 12, 2021, <https://www.sttintheos.ac.id/e-journal/index.php/dunamis/article/view/291>.

Kehidupan seorang imam ibarat seperti pelukis dan pematung yang memperhatikan karya-karya yang baik. Coniaris menyatakan, mempraktikkan kehidupan kekudusan dan kebajikan semestinya tidak menjalankan kehidupan yang berpura-pura saleh tetapi seperti seorang pelukis dan pematung yang memmanifestasikan buah-buah kebajikan dan kekudusan melalui karya sendiri serta menjauhi segala kesenangan duniawi.<sup>43</sup> Kekudusan sejati adalah kehidupan yang tidak berpura-pura baik tetapi ia memiliki *nous* yang bisa membedakan mana yang baik dan mana yang jahat dan berjaga-jaga atas keinginan duniawi.

Berjaga-jaga melibatkan *nous* yang berfokus penuh kepada Allah. Pikiran (*nous*) memiliki saklar kendali (*egemonikon*) yang dapat mengendalikan pikiran (*logismoi*). *Egemonikon* (intelektual atau *nous*) merupakan juru mudi jiwa kita. Menurut Coniaris salah satu penyebab utama sebuah kapal bisa mencapai pelabuhan karena adanya juru mudi.<sup>44</sup> *Nous* inilah yang berperan aktif atau sebagai juru mudi di dalam diri kita untuk mencapai kesempurnaan di dalam Allah. Dalam Matius 6:22-23 disebutkan bahwa mata adalah pelita tubuh. Jika matamu baik, teranglah seluruh tubuhmu; jika matamu jahat,

gelaplah seluruh tubuhmu. Jadi jika terang yang ada padamu gelap, betapa gelapnya kegelapan itu. Mata jiwa (*nous*) yang menggerakkan seluruh pikiran agar memiliki pikiran Kristus.

Perjuangan untuk menyingkirkan keinginan duniawi dan berpusat untuk menjaga pikiran agar tidak diseret dan dipikat oleh hal-hal daging merupakan hal tersulit bagi siapapun. Itulah sebabnya *nepsis* ini sangat penting. Basil yang Agung menekankan pentingnya *nepsis* dalam tulisannya, kita harus menjaga hati dengan penuh kewaspadaan dengan tujuan untuk memurnikan setiap pikiran yang kotor dan pemandangan yang salah tentang Allah sehingga pikiran dan hati mengarah pada tindakan kecil maupun besar sesuai dengan kehendak Tuhan dengan penuh ketelitian, hati-hati, dan menjaga pikiran untuk tetap memandang Dia.<sup>45</sup> Hal ini menegaskan bahwa setiap tindakan dan perbuatan seolah-olah dilakukan di bawah mata Tuhan.

Proses pembuahan dosa harus dimengerti agar manusia lebih berjaga-jaga terhadap setiap godaan yang akan masuk. Menurut bapa Gereja mempelajari godaan-godaan itu bisa menjadi dosa, yakni: pertama, pikiran menerima saran atau stimulasi. Apabila pikiran berfokus pada titik ini ia akan

<sup>43</sup>Coniaris, *Confronting and Controlling Thought: According to the Fathers of the Philokalia*, 12.

<sup>44</sup>Coniaris, *Philokalia: The Bible of Orthodox Spirituality*, 177.

<sup>45</sup>Ibid, 177.

menyaksikan provokasi dan akan menutup pintu padanya. Jika tidak, maka yang akan terjadi. Kedua, jiwa akan merespon dengan sugesti dan memutuskan persetujuannya (seperti yang dilakukan oleh Hawa dengan ular) selanjutnya menjadi berdosa karena menyetujui pikiran itu dengan senang hati. Ketiga, terjadinya penyatuan pikiran dimana pikiran menyerahkan pada saran dan mulai memikirkannya. Keempat, pikiran siap untuk dijadikan sebagai tawanan. Dan kelima, akhirnya kita jatuh pada sugesti sehingga sangat sulit untuk melepaskan diri untuk menolaknya, hal itu menjadi gairah dan kita dijadikan budaknya.<sup>46</sup> Apabila seseorang membiarkan proses dosa ini masuk, dia akan menjadi budak dosa dan kebaikan sudah tidak ada di dalam dirinya. Tujuan proses ini agar seorang imam dan orang percaya bisa berjaga-jaga terhadap godaan-godaan iblis.

Dalam peristiwa yang dialami oleh Yesus dan murid-murid-Nya di Taman Getsemani (Mat. 26:40-45) disebutkan, “Setelah itu Ia kembali kepada murid-murid-Nya itu dan mendapati mereka sedang tidur. Dan Ia berkata kepada Petrus: ‘Tidakkah kamu sanggup berjaga-jaga satu jam dengan Aku? Berjaga-jagalah dan berdoa-lah, supaya kamu jangan jatuh ke dalam pencobaan: roh memang penurut, tetapi

*daging lemah’.*” Dan dalam keadaan yang sama Yesus mendapati murid-murid-Nya sedang tidur. Dalam teks ini sangat jelas bahwa musuh keberjagaan adalah kelonggaran spiritual atau tidur nyenyak seperti yang dialami Yesus terhadap para murid-murid-Nya. Jadi, musuh yang memisahkan kita dari Kristus karena kurangnya berjaga-jaga.

Para Bapa Philokalia menegaskan betapa pentingnya *nepsis* atau berjaga-jaga karena mereka mengerti bahwa musuh utama jiwa manusia adalah pikiran-pikiran jahat yang sering diartikan sebagai *logismoi*. Logismoi diartikan sebagai kereta pikiran yang dapat mengotori dan mengaburkan pikiran. Logismoi inilah disebabkan oleh setan sehingga menghasilkan benih nafsu, impuls-impuls yang timbul dari alam bawah sadar dan menjadi obsesif. Pikiran menjadi sebuah tempat pertempuran antara yang baik dan jahat. Untuk mengatasi *logismoi* perlu egemonikon untuk melindungi pikiran-pikiran yang berbahaya. Menurut Coniaris cara untuk mengatasi *logismoi* atau keinginan duniawi membutuhkan kegigihan dalam doa karena orang yang mencari Allah menemukan Dia dan orang yang berfokus pada kekudusan hidup serta bersama-sama perhatian pada jiwa akan menuntun pada kemurahan Allah dan kasih Allah.<sup>47</sup> Jadi,

<sup>46</sup>Ibid, 191.

<sup>47</sup>Coniaris, *Confronting and Controlling Thought: According to the Fathers of the Philokalia*, 54.



doa yang berfokus pada Allah akan membawa kita pada kasih Allah dan menuntun seseorang kepada kekudusan hidup.

Untuk mencapai kekudusan itu, kita harus melatih tubuh dan menguasainya. Hendi berkata bahwa, dalam perjalanan kehidupan kerohanian kita harus berjuang melawan iblis, dosa dan maut dengan melatih tubuh dan menguasainya (1 Kor. 9:27) serta menyerahkan anggota tubuh kepada kehendak Allah (Rm. 6:11-13) melalui ketersapihan hawa nafsu dan keinginan daging.<sup>48</sup> Seperti biasanya tubuh bekerja dengan baik namun memuliakan Tuhan tidak boleh berhenti berjaga-jaga. Dengan demikian, semua ini bertujuan untuk mencapai kesempurnaan di dalam Kristus Yesus. Itulah sebabnya Krisostomus menegaskan pentingnya keberjagaan sebab melalui keberjagaan seorang imam mampu mencegah adanya keinginan-keinginan duniawi atau tipu daya iblis, seperti kesombongan, cinta pada jabatan, keserakahan yang akan membawa kepada kemewahan, keangkuhan, pada akhirnya menuju kepada maut. Apabila seorang imam tidak berjaga-jaga maka ia tidak akan mampu menyelesaikan tugas dan tanggungjawab dalam pelayanan keimamatan.

Berdasarkan penjelasan di atas bahwa manusia diciptakan menurut gambar dan

rupa Allah, maka setiap orang perlu menjaga tubuh, jiwa, dan rohnya di dalam doa, puasa serta berjaga-jaga. Ketiga latihan rohani ini tidak hanya menyehatkan secara roh atau spiritual melainkan secara badani untuk mengasihi Allah dan sesama. Oleh sebab itu, implikasinya bagi para imam adalah seorang imam tidak dapat menyelesaikan pelayanannya apabila ia berdasar pada kekuatan sendiri. Oleh sebab itu, kesuksesan seorang imam dalam pelayanan adalah terletak pada hubungannya dengan Tuhan, sesama, dan diri sendiri di dalam kemurnian melalui doa, puasa serta berjaga-jaga sehingga seorang imam dapat mengasihi Allah dan sesama.

## KESIMPULAN

Godaan yang berasal dari dalam jiwa dan tubuh maupun dari Iblis dapat diatasi dengan askesis doa untuk mengatasi godaan dan nafsu yang timbul dari jiwa, puasa mengatasi godaan dan nafsu yang timbul dari tubuh dan berjaga-jaga (*nepsis*) mengatasi godaan yang berasal dari Iblis yang senantiasa tanpai henti menggoda kita. Ketiga langkah askesis ini menghasilkan dan menuntun seseorang kepada kekudusan hidup. Pertama, melalui doa seseorang dapat memfokuskan dirinya kepada Allah dan mengabaikan hal-hal duniawi sehingga pikiran

---

<sup>48</sup>Hendi, "Pertobatan Di Dalam Philokalia: Artikel Ulasan," *DUNAMIS: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristiani* 3, no. 1 (November 30, 2018): 52-73,

accessed July 12, 2021, <https://www.stintheos.ac.id/e-journal/index.php/dunamis/article/view/174>.

dan hati terbuka di hadapan Allah dan dapat menikmati hubungan yang dekat dengan Allah. Kedua, melalui berpuasa seseorang dilatih untuk tidak bermegah atas kekuatannya sendiri tetapi terus bersinergi dengan Allah melalui kuasa dari Roh Kudus. Ketiga, melalui keberjagaan (*nepsis*) seseorang lebih waspada terhadap pikiran-pikiran jahat (*logismoi*) dan terhadap godaan-godaan lainnya. Ketiga cara ini bertujuan untuk membawa dan menuntun seorang imam dan orang percaya untuk hidup kudus dengan menjauhi keinginan daging yang bersifat mematkan tubuh sehingga menghasilkan kebajikan-kebajikan dalam pelayanan sampai mencapai gambar dan rupa Kristus.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Bickle, Mike, and Dana Candler. *The Rewards of Fasting Experiencing the Power and Affections of God*. America: Forerunner Books, 2005.
- Byantoro, Daniel B. *Seri Pengajaran Iman Orthodox Aku Percaya, Penjelasan Pengakuan Iman Nikea*. Surakarta: Gereja Orthodox Indonesia, 2012.
- Chavda, Mahesh. *A 40-Days Personal Journey for Individual and Group Use the Hidden Power of Prayer and Fasting*. New York: Destiny Image, 2007.
- . “Foreword.” In *The Hidden Power of Prayer and Fasting*. USA: Destiny Image, 1998.
- . *The Hidden Power of Prayer and Fasting*. USA: Destiny Image, 1998.
- Collins, Gerald O, and Michael Keenan Jones. *Jesus Our Priest, A Christian Approach to The Priesthood of Christ*. Oxford: Oxford University Press, 2009.
- Coniaris, Anthony M. *Confronting and Controlling Thought: According to the Fathers of the Philokalia*. Minneapolis: Light and Life Publishing, 2004.
- . *Philokalia: The Bible of Orthodox Spirituality*. Minneapolis: Light & Life Publishing Company, 1998.
- Frost, Bede. “Reviews Priesthood and Prayer.” *Purdue University*. Accessed August 10, 2020. <http://tjx.sageub.com>.
- Hendi. *Artikel-Artikel Seputar Paskah & 12 Perayaan Besar Gereja*. Yogyakarta: Leutika Prio, 2019.
- . *Formasi Rohani Fondasi, Purifikasi, Dan Deifikasi*. Yogyakarta: Leutika Prio, 2018.
- . “Pertobatan Di Dalam Philokalia: Artikel Ulasan.” *DUNAMIS: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristiani* 3, no. 1 (November 30, 2018): 52–73. Accessed July 12, 2021. <https://www.sttintheos.ac.id/e-journal/index.php/dunamis/article/view/174>
- . *Praktikos; Theoretikos; Gnostikos*. Yogyakarta: Leutika Prio, 2020.
- . “Renewing the Nous: Watchfulness and Praying.” *DUNAMIS: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristiani* 4, no. 2 (April 14, 2020): 275–295. Accessed July 12, 2021. <https://www.sttintheos.ac.id/e-journal/index.php/dunamis/article/view/291>.
- Hesychios, The Priest. *The Philokalia-Volume One*. London – Boston: Faber and Faber, 1984.
- Hull, John, and Tim Elmore. *Doa Privotal Berhubungan Dengan Tuhan Di Saat-Saat Ada Kebutuhan Besar*. Jakarta: Immanuel, 2004.

- Khemavamsa, Bikkhu. *Contemplation of Mind Practising Cittanupassana*. Malaysia: Buddha Dharma Education, n.d.
- Krisostomus, Yohanes. "On the Priesthood." Accessed August 10, 2020. [www.holytrinitymission.org/books/english/priesthood\\_john\\_crysostom.htm](http://www.holytrinitymission.org/books/english/priesthood_john_crysostom.htm).
- Nikodemos of The Holy Mountain, St., and St. Makarios of Corinth. *The Philokalia. Volume 2*. Translated by G. E. H. Palmer, Philip Sherrard, and Kallistos Ware. London: Faber and Faber, 1984.
- Piper, John. *A Hunger for God Desiring God Through Fasting and Prayer*. America: Library of Kongress, 1997.
- Sutoyo, Daniel. "Allah Memanggil Umat-Nya Untuk Menjadi Gereja Yang Tekun Berdoa Menurut Kisah Para Rasul 4: 23 – 31." *DUNAMIS: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristiani* 1, no. 1 (September 1, 2016): 52–73. Accessed March 4, 2018. <http://sttintheos.ac.id/e-journal/index.php/dunamis/article/view/101/97>.
- Williams, Dave. *The Miracle Result of Fasting Discover the Amazing Benefits in Your Spirit, Soul, and Body*. Tulsa: Harrison House, 2004.
- Penerapan Praktis Pola Hidup Kristen Berbagai Topik: Pemilihan Karier, Hubungan Antar Pribadi, Keuangan, Kehidupan Keluarga, Manajemen Waktu, Seks, Tekanan Stres, Doa Yang Efektif, Pengambilan Keputusan, Penanggulangan Krisis, Pencobaan, Penyelesaian Masa*. Malang: Gandum Mas, 1989.