

"Aku tidak akan membiarkanmu pergi kecuali kamu memberkatiku": Pertempuran Doa Kontemplatif

Memasuki jalan kontemplasi berarti menyadari bahwa kita membutuhkan Tuhan, sampai-sampai perlu "bergulat" dengan-Nya... Dan untuk memintanya, lagi dan lagi, untuk berkatnya: "Aku tidak akan melepaskannya sampai Engkau memberkati aku."

27-10-2025

Suatu malam Natal, saat merayakan Misa Kudus dan memegang hosti suci di tangannya, Santo Yohanes Maria Vianney terlihat tersentuh. Dia tersenyum, menangis, dan memperpanjang bagian Misa itu tanpa pernah mengalihkan pandangannya dari Yesus. "Dia sepertinya sedang berbicara dengan-Nya; kemudian dia menangis, dan kemudian, lagi, tersenyum," cerita Bruder Athanasius, yang mengamatinya dengan penuh perhatian. Di akhir perayaan, dia bertanya apa yang terjadi selama saat-saat itu. Imam Paroki dari desa kecil Ars tersebut menjawab dengan sederhana, "Sebuah pemikiran aneh telah muncul di benak saya. Saya berkata kepada Tuhan kita, 'Jika saya tahu bahwa saya akan mengalami

kemalangan karena tidak melihat Anda selama-lamanya, sekarang setelah saya memiliki Anda di tangan saya, saya tidak akan membiarkan Anda pergi." [1]

"Aku telah menemukan jantung hatiku, dan aku tidak akan membiarkannya pergi," kata mepelai wanita dalam Kidung Agung (Kid 3:4). Ini adalah gema dari permohonan Yakub kepada orang asing yang bergumul dengannya sepanjang malam ketika dia bersiap untuk bertemu saudaranya Esau. "Yakub ditinggalkan sendirian, dan seorang pria bergulat dengannya sampai fajar. Ketika pria itu melihat bahwa dia tidak dapat mengalahkannya, dia menyentuh rongga pinggul Yakub sehingga pinggulnya terrobek. Lalu orang itu berkata, 'Biarkan aku pergi, karena sudah fajar.' Tetapi Yakub menjawab, 'Aku tidak akan membiarkan engkau

pergi kecuali engkau memberkati aku.' Pria itu bertanya kepadanya, 'Siapa namamu?' Yakub menjawab, 'Yakub.' Kemudian orang itu berkata, 'Namamu bukan lagi Yakub tetapi Israel, karena engkau telah bergumul dengan Allah dan dengan manusia dan telah menang.' Yakub berkata, 'Tolong beritahu saya nama Anda.' Tetapi dia menjawab, 'Mengapa kamu menanyakan namaku?' Kemudian dia memberkatinya di sana. Maka Yakub menamai tempat itu Peniel, berkata, 'Itu karena aku melihat Allah berhadapan muka, namun nyawaku selamat.' Matahari terbit di atasnya ketika dia melewati Peniel, dan dia pincang karena pinggulnya" (Kej 32:24-31).

Katakan sesuatu kepadaku, Yesus, katakan sesuatu

Setiap kali kita berkumpul untuk berdoa sejenak, dan khususnya doa

kontemplatif, kita memasuki
semacam pertempuran: "hampir
kontak tangan kosong yang simbolis
bukan dari Tuhan yang adalah
seorang musuh, seorang lawan,
tetapi Tuhan Sang Pemberi Berkah
yang selalu tetap misterius, yang
tampaknya tidak terjangkau. Oleh
karena itu penulis teks Suci
menggunakan simbol perjuangan,
yang menyiratkan kekuatan
semangat, ketekunan, keuletan
dalam mendapatkan apa yang
diinginkan." [2] Doa kontemplatif
adalah "tatapan iman, tertuju pada
Yesus;" [3] tatapan yang mencari-
Nya dan tidak berhenti mencari,
yang tidak membiarkan Dia pergi
sampai Dia memberkati kita dan
menerangi "mata hati kita"[4]
dengan cahaya tatapan-Nya.

Apa yang kita cari dalam tatapan-
Nya? Ciri-ciri wajahNya,
perasaanNya, kedamaianNya, api
hatiNya. Dan jika di saat-saat tenang

itu, pertemuan yang kita rindukan tidak dikabulkan, kita bersedia bertahan sampai itu terjadi.

"Seseorang tidak melakukan doa kontemplatif hanya ketika ia memiliki waktu: ia meluangkan waktu untuk Tuhan, dengan tekad yang kuat untuk tidak menyerah." [5] Kontemplasi adalah "karunia, rahmat; itu hanya dapat diterima dalam kerendahan hati dan kemiskinan." [6] Inilah sebabnya mengapa Tuhan membutuhkan ketekunan kita: Dia membutuhkan kita untuk berkata, "Kamu ada di sini untukku dan aku untukmu. Saya tidak akan pergi ke mana-mana," atau, seperti yang sering diulangi Santo Josemaria dalam doa, "Katakan sesuatu kepadaku, Yesus, katakan sesuatu." [7]

Personalisasi

Sosok misterius yang bergulat dengan Jacob belum diundang. Dia menampilkan dirinya atas inisiatifnya sendiri. Tuhan melakukan hal yang sama hari ini juga: Dia datang menemui kita. "Tuhan haus agar kita haus kepada-Nya." [8] Mengejutkan, tetapi kehausan itu "muncul dari kedalaman keinginan Tuhan bagi kita;" [9] itu sama besar dan misteriusnya dengan kasih yang menuntun-Nya untuk menciptakan kita masing-masing.

Di pihak kita, kita hanya perlu berdiri di hadapan-Nya. Tempat pertemuan bukan hanya ranah emosi, atau imajinasi atau nalar, tetapi hati, "tempat keputusan, lebih dalam dari dorongan psikis kita." [10] Dia meminta kita untuk berada di sana, untuk tinggal di hadirat-Nya, tetap berada dalam kasih-Nya (lih Yoh 15:9) Dalam doa

kontemplatif, kita tidak terlibat dalam latihan psikologis sederhana, atau hanya berkonsentrasi untuk mengosongkan pikiran kita. Kita tidak berjuang dengan: kontemplasi kita terjadi dalam kerangka iman Kristiani kita, dan itu adalah "dialog pribadi, intim dan mendalam antara manusia dan Allah." [11]

Kita tidak akan bertengkar dengan pengunjung yang tidak diinginkan yang tiba tepat ketika kita duduk untuk berdoa. Alih-alih mencoba mengusir mereka, harapan terbaik kita hanyalah mengabaikan mereka. Sendirian dengan Kristus, kita masing-masing menyadari bahwa Dia sepenuhnya berfokus pada saya, mengundang saya untuk sepenuhnya tersedia bagi-Nya. Tidak ada saat-saat kosong dengan "lawan" ini; Dia tidak pernah berhenti menatap kami, bahkan untuk sesaat. Kita, di sisi lain, dapat

berpaling dan membiarkan-Nya berdiri di sana – tetapi kemudian kita akan kehilangan berkat-Nya.

Yakub tidak mengalihkan pandangannya dari Pribadi yang sedang bergulat dengannya. Dia harus tetap penuh perhatian, tanpa mengalihkan pandangannya, tanpa kehilangan arah hatinya. Melirik layar ponsel? Tidak; Itu akan membuat kita kehilangan kontak interior kita. Beralih ke gangguan yang kita lihat datang, seperti segudang masalah organisasi, atau keingintahuan kita tentang peristiwa di sekitar kita? Tidak. Dan kita juga tidak boleh fokus pada pemikiran tentang mengukur atau menjadi cukup baik, karena ini secara halus dapat mengalihkan perhatian kita kembali ke diri kita sendiri. Seluruh hidup kita berpusat pada Seseorang, "Pribadi Yesus Kristus, yang ingin kita kenal, hadapi, dan cintai. Menempatkan

Yesus di pusat hidup kita berarti memperdalam doa kontemplatif kita." [12] Seruan itu radikal dan semakin mencakup segalanya. Tuhan memberkati mereka yang berjuang untuk karunia kontemplasi, pendahuluan dari karunia kehidupan kekal, yang mulai kita nikmati bahkan sekarang. "Doa kami, yang dimulai dengan begitu kekanak-kanakan dan cerdik, sekarang terbuka ke dalam aliran yang luas dan mengalir mulus, karena itu mengikuti jalan persahabatan dengan dia yang berkata: 'Akulah jalannya.'" [13]

"Doa kontemplatif mencari dia 'yang dikasihi jiwaku' (Kid 1:7). Itu adalah Yesus:"[14] seseorang seperti saya, yang dapat saya hubungkan pada tingkat saya, karena Dia telah menyebut saya teman (lih Yoh 15:15). Doa kontemplatif tidak akan menjadi kontemplasi sejati jika

tidak dipersonalisasi. "Untuk mendekat kepada Tuhan kita harus mengambil jalan yang benar, yaitu Kemanusiaan Suci Kristus." [15]

Yesus adalah jembatan yang, melalui jasmani, membawa kita ke yang ilahi. "Pergulatan" kita berarti bahwa mata, senyuman, dan – di atas segalanya – hati kita bertemu. Ini berarti merangkul perasaan hati Yesus, mempelajari "'pengetahuan batin tentang Tuhan kita', semakin mengasihi Dia dan mengikuti-Nya. [16] Bagaimana Dia memandang saya hari ini? Apakah kita selaras? Apakah saya memperhatikan dan berbagi dalam sukacita dan dukacita-Nya?

Dalam kegelapan dan pencobaan

Perjuangan terjadi di malam hari: pertemuan tatap muka kami tidak dimediasi. Pencarian kita terjadi dalam kegelapan, "dalam iman murni yang menyebabkan kita

dilahirkan dari-Nya dan hidup di dalam Dia." [17] Baik perasaan – disambut ketika mereka datang, tidak disesali ketika mereka pergi – atau alasan murni adalah dasar dari perjuangan kita, karena kita tidak melakukan senam mental. Apa yang telah dinyalakan dalam diri kita adalah iman pada orang yang hidup yang ingin bertemu dengan kita. Dalam iman, kita tidak memiliki kedekatan indera atau kejelasan silogisme; Kita berjalan dalam senja sampai saat penglihatan tiba. Tetapi kegelapan iman memungkinkan kita untuk melihat lebih jauh. Pada siang hari, penglihatan kita mencapai beberapa lusin kilometer, berhenti di biru atmosfer, tetapi pada malam hari, kita melihat bintang yang berjarak jutaan tahun cahaya. Iman mengungkapkan dunia baru kepada kita.

Perjuangan kontemplatif juga melibatkan menghadapi

keputusasaan, kekeringan, kelelahan iman, bahkan kesedihan karena tidak menyerahkan diri sepenuhnya kepada Tuhan karena kita memiliki banyak harta (lih. Mrk 10:22) atau pemberontakan batin terhadap logika Tuhan, yang kadang-kadang tampak sangat berbeda dari logika kita; atau saran bahwa itu bukan untuk kita, bahwa kita tidak memiliki kepekaan itu...

"Apakah saya terjebak dalam fantasi? Ke mana ini pergi? Apakah ini pendekatan yang terlalu mistis?" Yakub bisa saja berhenti bertarung. Dia pasti memiliki beberapa keraguan saat gulat, tetapi dia tetap melanjutkan. Kita perlu bergerak maju dengan tekad dan semangat seperti anak kecil, mengetahui bahwa kita berada di jalan cinta, yang berarti kepercayaan dan penyerahan.

Sementara doa meditatif berfokus pada sarana, kontemplasi berfokus

pada akhir. Kita bersama Dia yang kita inginkan. Kita tidak lagi mempertimbangkan kebajikan, tujuan, atau perjuangan: semua itu dibahas dalam meditasi. Dalam kontemplasi, kekosongan zaman kita dipenuhi dengan kehadiran Tuhan yang sederhana. Kita menyalakan kerinduan, kerinduan, rasa awal surga. Ukuran surga kita akan menjadi ukuran keinginan kita: kehausan akan Tuhan, "kerinduan untuk memahami air mata-Nya, untuk melihat senyum-Nya, wajah-Nya..."[18] Kita berjalan melalui hidup dengan keinginan damai ketika kita menginjak jalan kontemplasi: "Kita mulai hidup sebagai tawanan, sebagai tahanan. Dan sementara kita melaksanakan sesempurna yang kita bisa (dengan semua kesalahan dan keterbatasan kita) tugas-tugas yang diberikan kepada kita oleh situasi dan tugas kita, jiwa kita rindu untuk melarikan diri. Itu ditarik ke arah

Tuhan seperti besi yang ditarik oleh magnet." [19]

Yakub harus berjalan jauh sebelum dia mencapai tempat di mana Tuhan akan menemuinya. Dia tidak ditemani: Alkitab memberi tahu kita bahwa dia sendirian ketika semua ini terjadi. Dan dia tidak memiliki bagasi; dia baru saja mengirim semua yang dimilikinya ke seberang sungai (lih. Pertemuan itu membutuhkan kesendirian malam tiba. "Untuk sekali dia tidak lagi menguasai situasi - kelicikannya tidak berguna baginya - dia bukan lagi orang yang strategis dan penuh perhitungan [...]. Karena sekali Yakub tidak memiliki apa-apa selain kelemahan dan ketidakberdayaannya, dan juga dosa-dosanya, untuk dipersembahkan kepada Tuhan." [20] Tuhan datang untuk mencarinya ketika dia tidak berdaya dan bebas dari gangguan. Untuk

kontemplasi, kita membutuhkan kebebasan dan keterbukaan hati: tidak lebih dari kesadaran akan kekecilan kita dan keinginan untuk pertemuan. Dia yang kita tunggu tidak akan muncul jika hati kita disibukkan. Tidak ada keinginan kita yang hendaknya melampaui keinginan untuk bersama-Nya.

**Aku tidak akan membiarkanmu
pergi kecuali kamu
memberkatiku**

"Berkatilah aku." Bapa bangsa tersebut tidak akan puas sampai mendapatkannya. Dia telah menangkap Tuhannya dan menawan Dia. Tetapi terdiri dari apa berkat ini? Sukacita Yakub datang dari melihat Tuhan, dan sukacitanya diperkuat ketika dia menyadari bahwa, meskipun melihat-Nya, dia masih hidup. Berkat adalah perenungan wajah Tuhan, yang memenuhi kita dengan

damai sejahtera, sukacita, dan belas kasihan-Nya. Kita tidak dapat mencapai ini dengan tindakan kehendak kita saja, tetapi melalui pembukaan hati kita terhadap karunia-karunia Roh Kudus.

"Seluruh hidup kita seperti malam yang panjang pergumulan dan doa ini, dihabiskan untuk menginginkan dan meminta berkat Tuhan, yang tidak dapat diraih atau dimenangkan melalui kekuatan kita sendiri tetapi harus diterima dengan kerendahan hati dari-Nya sebagai karunia cuma-cuma yang pada akhirnya memungkinkan kita untuk mengenali wajah Tuhan." [21]

Kita harus menunggu dengan sabar. Yakub harus menunggu sepanjang malam sampai fajar. Dia tidak melarikan diri; dia tidak menyerah. Berkat akan diberikan kepada kita jika kita memintanya berkali-kali. Kita melakukan bagian kita, mencari keheningan, kesendirian,

dan kebebasan hati... dan terserah Tuhan untuk memberikan karunia kontemplatif secara khusus: pengetahuan, pemahaman, kebijaksanaan. Kita tidak mampu mempraktikkannya sendiri. Itu adalah sikap reseptif yang Dia berikan ketika Dia memilih. Kita harus meminta mereka dan menunggunya dengan kerendahan hati. Tuhan akan memberikannya kepada kita secara bertahap, atau mungkin sekaligus. Dan ketika kita menerima berkat ini, baik dalam tegukan kecil atau dalam deras, kita akan melanjutkan perjalanan kita dengan pandangan kita tertuju pada kejauhan, karena berkat ini tidak sementara tetapi permanen.

Patriark berangkat, dan ke mana dia pergi? Itu tidak banyak konsekuensinya. Yang penting adalah bahwa dia sekarang membawa wajah Tuhannya yang terpatri di jiwanya. "Berkat yang telah diminta oleh Patriark pada

awal perjuangan sekarang diberikan kepadanya. Namun, itu bukan berkat yang diperoleh melalui penipuan, tetapi berkat yang diberikan secara cuma-cuma oleh Tuhan, yang dapat diterima Yakub karena dia sekarang sendirian, tanpa perlindungan, tanpa kecurangan atau tipu daya; dia menyerahkan dirinya tanpa senjata, setuju untuk menyerah dan mengakui kebenaran tentang dirinya sendiri." [22]

"Saya telah melihat Allah berhadapan muka, namun nyawaku selamat," kata Jacob. Sepanjang pergumulan aneh ini, ia telah mengenal Pribadi yang ada sebelum dia. Dalam hidup kita sendiri, melalui doa kita, kita mengenal Tuhan, memahami-Nya, atau setidaknya menerima jalan-jalan-Nya, bahkan ketika kita tidak sepenuhnya memahaminya. Kami ingin tahu namanya: "Siapa Anda?"

Kita ingin melihat-Nya. Dan Tuhan mengungkapkan diri-Nya, tetapi Dia juga bersembunyi sehingga kita akan terus mencari-Nya, hidup dari-Nya dan dari pencarian.

Hasil dari kisah misterius ini paradoks, seperti yang hampir selalu terjadi dalam iman kita. Tuhan memberkati Yakub dan mengucapkan selamat kepadanya atas kemenangannya, tetapi pada akhirnya, Dia telah terkilir pinggulnya. Bapa bangsa tersebut telah berjuang dalam pertarungan yang baik, menghadapi lawan misterius tanpa goyah. Tapi sejak saat itu, dia akan berjalan dengan pincang: itu akan menjadi semacam medali yang mengingatkannya pada pertempuran. "Yakub inilah yang menerima berkat Tuhan, yang dengannya dia tertatih-tatih ke tanah perjanjian: rentan dan terluka, tetapi dengan hati yang baru." [23] Kita juga akan keluar

dari perjuangan dengan terluka dan diperbarui: keamanan duniawi kita akan "terkilir", dan kita akan dibimbing oleh tanda Tuhan. Dia telah memberkati kita, dan Dia akan terus memberkati kita, tetapi Dia membuat kita sangat sadar bahwa keamanan sejati kita terletak di dalam Dia. Semakin banyak kita berdoa, semakin kita menyadari betapa kita membutuhkan Dia, betapa kita perlu "bergulat" dengan-Nya. Dan kita akan semakin memohon berkat-Nya kepada-Nya: "Aku tidak akan membiarkan engkau pergi sampai Engkau memberkati aku."

[1] Lih. F. Trochu, *Le Curé d'Ars Saint Jean-Marie Vianney*, Lyon-Paris, 1925, hal. 383.

[2] Benediktus XVI, Audiensi, 25-V-2011.

[3] Katekismus Gerja Katolik, no. 2715.

[4] Ibid.

[5] Ibid., no. 2710.

[6] Ibid., no. 2713.

[7] Lih. Catatan Pribadi, 12-XII-1935, diambil dari A. Vázquez de Prada, *Pendiri Opus Dei* (vol. 1) Scepter, Princeton 2000, hal. 448; Catatan, 20-XII-1937, diambil dari Jalan, edisi crítico-histórica, catatan dari no. 746.

[8] St. Agustinus, *De diversis quaestionibus octoginta tribus* 64, 4; diambil dari Katekismus, no. 2560.

[9] Katekismus, no. 2560.

[10] Ibid., no. 2563.

[11] Kongregasi untuk Doktrin Iman, Surat Orationis Formas tentang beberapa aspek meditasi Kristen, 15-X-1989, no. 3.

[12] F. Ocariz, Surat Pastoral, 14-II-2017, no. 8.

[13] Friends of God, no. 306

[14] Katekismus, no. 2709.

[15] Friends of God, no. 299.

[16] Katekismus, no. 2715.

[17] Ibid., n. 2709.

[18] Friends of God, no. 310.

[19] Ibid., no. 296.

[20] Paus Fransiskus, Audiensi, 10-VI-2020.

[21] Benediktus XVI, Audiensi, 25-V-2011.

[22] Ibid.

[23] Paus Fransiskus, Audiensi, 10-VI-2020.

Ricardo Sada

.....

pdf | dokumen dibuat secara otomatis
dari [https://opusdei.org/id-id/article/
aku-tidak-akan-membiarkanmu-pergi-
kecuali-kamu-memberkatiku-
pertempuran-doa-kontemplatif/](https://opusdei.org/id-id/article/aku-tidak-akan-membiarkanmu-pergi-kecuali-kamu-memberkatiku-pertempuran-doa-kontemplatif/)
(21-01-2026)