opusdei.org

Sungguh Manusiawi, Sungguh Ilahi (XIII): Dengan Segenap Hati Kita

Keutamaan kesucian memperkuat kemampuan kita untuk memahami dan menikmati apa yang benar-benar memenuhi hati manusia; hal ini memungkinkan kita untuk menemukan Tuhan dalam segala hal.

23-12-2024

“Berbahagialah orang yang suci hatinya, karena mereka akan melihat Allah” (Mat. 5:8). Melihat Allah: tanpa sekat, tanpa keraguan-raguan, tanpa batas… Siapa yang dapat bermimpi untuk mencapai hal ini dengan kekuatan mereka sendiri? Merenungkan pada sumbernya keindahan, kebaikan dan kebesaran yang selalu kita cari di mana-mana. Merenungkan, yang tidak berarti mengamati dari luar, tetapi dari dalam, mengetahui bahwa kita tenggelam dalam semua cahaya yang luar biasa, dalam "Cinta yang memuaskan tanpa memadamkan" keinginan terdalam kita. [1] Kerinduan yang mendalam yang hanya mendapat tanggapan yang

> sangat terbatas di dunia ini - meskipun begitu sering makhluk dapat terlihat memiliki semua keindahan, kebaikan, dan keagungan yang dapat kita bayangkan.

Tentu saja, ketika berbicara tentang kemurnian hati, Tuhan kita tidak hanya mengacu pada kesucian. Jika ada orang yang sangat suci tetapi juga tidak adil, tidak tulus, tidak setia, malas, atau egois, kita tidak akan mengatakan bahwa hati orang itu bersih. Ketika Raja Daud memohon, Ya Allah, ciptakanlah dalam diriku hati yang murni (Mzm. 51:12), ia meminta hati yang secara harmonis menyatukan semua keutamaan; hati yang berdetak selaras dengan apa yang benar-benar bernilai, yang mampu mempertaruhkan nyawa untuk sesuatu yang lebih besar daripada dirinya sendiri, yang tidak membiarkan dirinya didominasi oleh

hal-hal yang fana dan dangkal. Ketika kita bertumbuh dalam berbagai keutamaan, pandangan kita - keinginan, minat, aspirasi - menjadi semakin jelas dan kita belajar untuk melihat nilai sebenarnya dari berbagai hal. Kita belajar untuk melihat dengan sungguh-sungguh, merenungkan, dan menikmati.

Kebingungan

Tuhan telah menciptakan kita untuk perenungan ini, yang menyatukan semua aspirasi di dalam hati kita. Dia ingin memberi kita rahmat ini. Namun, ini adalah anugerah yang harus kita perjuangkan untuk mendapatkannya. Kita perlu menaklukkan hati kita sehingga mampu menerima anugerah ini, karena kita berisiko membiarkannya tidak terbuka, terlupakan di tempat terpojok. Seperti yang dikatakan oleh Santo Josemaría, kesucian "adalah sebuah perjuangan, tetapi bukan

penolakan. Kita menanggapinya dengan penegasan yang penuh sukacita, dan memberikan diri kita kepada Tuhan dengan bebas dan riang. Perilaku Anda tidak boleh dibatasi hanya untuk menghindari kejatuhan dan kesempatan berdosa. Jangan sampai Anda membiarkannya menjadi penyangkalan yang dingin dan penuh perhitungan. Apakah kamu benar-benar yakin bahwa kesucian adalah sebuah keutamaan dan, dengan demikian, harus bertumbuh dan disempurnakan?" [2] Kesucian adalah sebuah penegasan yang penuh sukacita, dan selalu dapat bertumbuh. Kedua pernyataan ini mungkin tampak akrab bagi kita, tetapi bagaimana keduanya saling berkaitan sering kali tidak dipahami dengan baik, dan bahkan dapat menyebabkan kebingungan.

Kesucian adalah sebuah penegasan yang menyenangkan, berbeda

dengan pandangan seseorang yang memberikan penekanan berlebihan pada kata "tidak": tidak melakukan, tidak berpikir, tidak melihat atau menginginkan. Sebaliknya, kesucian adalah sebuah jawaban "ya" untuk cinta, karena cinta yang membuat kesucian menjadi penting dan memberinya makna. Secara alamiah, kita perlu mengatakan "tidak" pada tindakan dan sikap tertentu yang bertentangan dengannya dan yang disadari oleh setiap orang yang berakal sehat sebagai penyangkalan terhadap cinta. Karena cinta yang sejati adalah cinta yang total, eksklusif dan pasti. Namun, meskipun membutuhkan beberapa kata "tidak", kesucian adalah keutamaan yang sangat positif.

Mari kita bayangkan seseorang yang memiliki pengetahuan yang baik tentang iman dan kehidupan Kristiani, yang dengan tulus bertekad untuk mempraktikkan

iman mereka; seseorang yang bahkan mungkin telah menularkan visi positif tentang kesucian yang kudus ini kepada orang lain, karena mereka memahami dan berbagi alasannya. Tetapi bisa saja terjadi bahwa pengalaman praktis mereka akan keutamaan ini tidak sesuai dengan gagasan kemurnian sebagai sesuatu yang positif dan yang selalu dapat berkembang. Pertama-tama, karena mereka tidak melihat perlunya berjuang dalam kemurnian secara terus-menerus; masalah-masalah lain biasanya ada di latar depan dan menurunkan kemurnian ke tempat keempat atau kelima dalam perjuangan mereka. Akibatnya, kesucian sering kali tidak bisa menjadi sebuah penegasan atau penyangkalan. Dan kedua, karena kadang-kadang mereka perlu berjuang lebih keras untuk menghidupinya, kesucian bisa tampak seperti sebuah

penyangkalan, dan bukan penegasan.

Ditambah lagi dengan sumber kebingungan lainnya: karena merupakan sebuah keutamaan, kesucian dipanggil untuk "bertumbuh dan disempurnakan." [3] Sekali lagi, orang Kristen yang baik ini dapat berpikir: Saya biasanya berhasil menghindari tindakan, pikiran, penampilan yang bertentangan dengan kesucian. Bukankah itu yang dimaksud dengan kesucian? Tidak bisakah saya mengatakan bahwa saya memiliki keutamaan ini? Apa lagi yang harus saya lakukan? Dalam hal apa kesucian harus tumbuh dan disempurnakan dalam diri saya?

Asal mula kebingungan ini adalah gagasan, yang cukup luas tetapi sangat reduktif, bahwa keutamaan di atas segalanya adalah kekuatan kehendak yang memungkinkan kita

untuk menghormati norma-norma moral, bahkan ketika norma-norma tersebut bertentangan dengan kecenderungan kita. Jika pandangan ini benar, keutamaan akan terdiri dari kemampuan untuk mengabaikan perasaan kita, untuk secara sistematis menentang apa yang kita rasakan setiap kali rasa hormat terhadap norma-norma ini mengharuskannya. Tentu saja, ada unsur kebenaran di sini, karena agar terbentuknya keutamaan sering kali mengharuskan kita untuk bertindak melawan perasaan dan kecenderungan kita. Namun, sangat penting untuk tidak lupa bahwa ini bukanlah tujuan; ini hanyalah sebuah langkah yang, jika tidak diikuti oleh orang lain, hanya akan membentuk kemampuan untuk menekan perasaan seseorang, untuk mengatakan "tidak". Mereka yang berpikir tentang keutamaan dengan cara ini, meskipun mereka mungkin mengatakan bahwa kesucian adalah

penegasan yang menyenangkan, pada kenyataannya mereka tidak cukup memahami hal ini, karena mereka gagal untuk melihat apa artinya dalam praktiknya.

Berintegrasi dengan baik

Keutamaan, lebih dari sekadar kemampuan untuk menentang suatu kecenderungan, adalah pembentukan kecenderungan itu sendiri. Keutamaan justru terdiri dari menikmati, bersukacita dalam hal yang baik, karena suatu keterkaitan afektif telah tumbuh dalam diri kita, suatu "keterlibatan dengan yang baik." Justru dalam pengertian inilah kita menyebut kesederhanaan sebagai tatanan dalam kecenderungan alamiah terhadap kesenangan. Jika kesenangan itu buruk, maka kodrat alamiah kita harusnya menjauh darinya. Namun jika kesenangan itu

baik, maka kodrat kita cenderung ke arahnya.

Tetapi pada prinsipnya, kesenangan itu baik bukan berarti ia baik dalam semua kasus. Objek dari sebuah kecenderungan mungkin tidak baik bagi seseorang dalam kasus tertentu. Itulah sebabnya kita perlu menertibkan kecenderungan kita terhadap kesenangan. Jika kita berhasil, kita akan mengubahnya menjadi salah satu sekutu terbaik kita untuk melakukan kebaikan; jika tidak, itu akan menjadi musuh besar yang dapat menghancurkan kita. Seperti halnya air, yang memuaskan dahaga kita, menghidrasi tubuh kita dan membuat tanaman tumbuh, juga dapat menjadi tsunami, banjir yang merusak yang tidak terkendali.

Apa yang dimaksud dengan mengendalikan kecenderungan ini? Tentu saja bukan dengan menghilangkan daya tarik

kesenangan, yang mana hal itu mustahil dilakukan. Tidak juga dengan mengabaikannya, atau hidup seolah-olah itu tidak ada; atau bahkan dengan menekannya. Mengatur hasrat terhadap kesenangan berarti mengintegrasikannya ke dalam kebaikan sejati dari pribadi manusia [4]: memberikan kesatuan pada hasrat-hasrat kita, sehingga semakin sesuai dengan sifat manusiawi dan memperkuatnya. Hati yang tidak murni adalah hati yang terpecah-pecah, tanpa tujuan yang jelas; sebaliknya, hati yang murni adalah hati yang menyatu, dengan arah yang jelas dalam hidup.

Bagaimana hal ini bisa terjadi? Kecenderungan manusia adalah cara-cara untuk memahami hal yang baik: masing-masing dari mereka menyajikan apa yang memuaskan dan sesuai untuk kita. Kita mengatakan bahwa kita memiliki

kecenderungan terhadap kesenangan karena ketika dihadapkan pada sesuatu yang dapat menghasilkannya, kita mengalami ketertarikan: objek tersebut menampilkan dirinya sendiri di mata kita sebagai sesuatu yang sesuai dengan kebutuhan kita. Namun, apa yang baik untuk kecenderungan belum tentu baik untuk orangnya. Sebuah kue mungkin menarik bagi saya karena enak untuk dimakan, tetapi mungkin tidak baik untuk kesehatan saya (misalnya, karena saya menderita diabetes), kebugaran saya (saya sedang berusaha menurunkan berat badan), atau hubungan saya dengan orang lain (kue itu milik orang lain). Setiap kecenderungan memiliki sudut pandangnya sendiri; ia menilai realitas dari sudut pandangnya sendiri dan tidak dapat melakukannya dari sudut pandang orang lain. Akal budi adalah satu-satunya kemampuan yang dapat

mengadopsi semua sudut pandang dan mengintegrasikannya, [5] mengidentifikasi kebaikan seseorang dan bukan hanya kebaikan dari kecenderungan tertentu atau aspek kehidupan tertentu. Akal budi mendengarkan apa yang dikatakan oleh setiap kecenderungan, mengevaluasi semua suara-suara ini, dan menilai apakah suatu tindakan benar-benar baik bagi seseorang.

Akal sehat tidaklah netral dan tidak memihak. Akal sehat dipengaruhi oleh emosi kita, oleh kecenderungan dan hasrat kita. Jika salah satu kecenderungan berbicara lebih keras daripada yang lain, hal itu dapat membingungkan akal sehat kita. Oleh karena itu, penting bagi kita untuk membentuk kecenderungan-kecenderungan kita dengan baik (bertemperamen baik). Dengan demikian, alih-alih menjadi penghalang, kecenderungan-kecenderungan tersebut akan

menjadi pendukung bagi penilaian yang dibuat oleh akal sehat kita. Tentu saja, integrasi ini melalui penggunaan akal kita mensyaratkan bahwa makna dari kecenderungan tersebut dipahami dan dihormati, dan bahwa penghormatan ini mengilhami dan memandu emosi dan keinginan kita. Kerakusan, misalnya, mengungkapkan bahwa makna dari kebutuhan kita untuk makan belum dipahami - setidaknya tidak dengan cara yang praktis, dengan cara yang mempengaruhi perilaku kita. Dengan kata lain, cara di mana kenikmatan makan berkontribusi pada kebaikan integral seseorang belum sepenuhnya berasimilasi. Hal yang sama dapat dikatakan tentang kesucian, dan kebajikan lainnya.

Sebuah dunia batin

Mari kita dengarkan nasihat Santo Josemaría dalam salah satu poin

paling singkat dalam The Way : "Mengapa Anda melihat sekeliling jika Anda membawa 'dunia Anda' di dalam diri Anda?" [6] Memang benar: jika kita membawa dunia di dalam diri kita - sebuah dunia yang terdiri dari barang-barang hebat, baik ilahi maupun manusia - setiap pandangan, tindakan atau pemikiran yang bertentangan dengan kesucian mungkin memiliki daya tarik bagi kita, tetapi akan jauh lebih mudah untuk melawannya, karena akan dianggap sebagai ancaman bagi keselarasan dunia batin kita sendiri.

Kita bahkan dapat mengatakan bahwa kesucian mengacu pada seksualitas hanya secara sekunder. Terutama berkaitan dengan pembukaan dunia batin kita - hati kita - untuk upaya-upaya besar, dengan kemampuan untuk memahami, bercita-cita, dan menikmati apa yang mampu mengisi hati manusia. Oleh karena itu,

seperti yang juga dikatakan oleh Saint Josemaría: "Saya tidak pernah suka berbicara tentang ketidakmurnian. Saya lebih suka mempertimbangkan pahala yang kaya yang dibawa oleh kesederhanaan ... hidup dengan cara ini, dengan semangat pengorbanan, berarti membebaskan diri dari berbagai macam perbudakan dan sebagai gantinya menikmati, di kedalaman hati seseorang, kepenuhan kasih Allah. Kita mendapati diri kita mampu memperhatikan kebutuhan orang lain, berbagi apa yang menjadi milik kita dengan semua orang, mencurahkan energi kita untuk tujuan-tujuan besar." [7]

Mereka yang suci mampu menghargai dan menikmati segala sesuatu yang indah, mulia, dan benar-benar menyenangkan. Penampilan mereka tidak posesif, tetapi penuh rasa syukur. Mereka

"membiarkan yang lain ada" dan tidak membiarkan hubungan mereka dengan setiap orang ternoda dan menjadi "tidak personal". Sebaliknya, mereka yang tidak suci melihat dengan cara yang tidak bersih; ini adalah pandangan yang tidak mampu menyambut orang lain, tetapi hanya menuntut manfaat. Pada kenyataannya, mereka tidak mampu menghargai kegembiraan kecil dalam hidup dan dalam hubungan pribadi, dan hanya menikmati menghabiskan waktu bersama orang lain. Kegembiraan kecil yang dihargai orang lain tampak hambar bagi mereka dan kurang bermakna. Mereka membutuhkan reaksi emosional yang kuat untuk mengalami sesuatu yang positif dan menyenangkan.

Dengan demikian kita dapat memahami mengapa mereka yang mengalami keutamaan kesucian sebagai penegasan yang

menyenangkan biasanya tidak membutuhkan upaya yang luar biasa dari kemauan untuk menahan dorongan seksual yang tidak teratur; dunia batin mereka, yang terdiri dari minat yang berharga dan hubungan yang tulus, sangat kontras dengan dorongan yang tidak benar dan menolaknya. Dan sebagai hasilnya, mereka merasa sangat bebas, karena mereka melakukan apa yang benar-benar ingin mereka lakukan dan sukai. Sebaliknya, mereka yang bernafsu, yang tidak memiliki pengekangan seksual, atau bahkan mereka yang "hanya bertahan," jika mereka berhasil mencapai kendali atas selera mereka dengan upaya keras, akan merasa tertekan - seolah-olah ada sesuatu yang hilang dalam hidup mereka.

Bagi Santo Thomas Aquinas, orang yang bernafsu, orang yang inkontinen, orang yang kontinen, dan orang yang suci adalah empat

realitas yang berbeda. [8] Orang yang suci memiliki kebajikan, sementara orang yang bernafsu memiliki keburukan yang berlawanan. Orang yang inkontinen, walaupun tidak memiliki keburukan yang kuat, tidak hidup dengan benar. Dan orang yang kontinen, sesuai dengan istilahnya, memiliki pengendalian diri. Mereka tidak berdosa terhadap kesucian, tetapi mereka juga tidak memiliki keutamaan. Dalam menghadapi godaan, mereka membatasi diri mereka untuk menekan dorongan, tanpa benar-benar menikmati yang baik. [9]

Ini adalah kasus, misalnya, mereka yang tidak ingin melihat sesuatu yang tidak murni, tetapi akan bahagia jika tidak mungkin untuk menghindari hal itu. Mereka hanya menghindari rintangan yang mereka lebih suka untuk tidak menghindarinya; dan dengan

melakukan hal itu mereka gagal membentuk sikap batin mereka dan mengarahkannya pada kebaikan sejati manusia. Situasi ini bisa menjadi langkah maju bagi seseorang yang datang dari tempat yang jauh. Tetapi orang tersebut masih harus menempuh jalan yang panjang untuk membentuk kebajikan kesucian. Siapapun yang tidak secara tegas menjauh dari batas-batas dosa, bahkan jika mereka berhasil untuk tidak berbuat dosa, tidak akan pernah lebih dari sekadar menjadi benua. Mereka tidak akan benar-benar menikmati keutamaan kesucian dan akan gagal melihatnya sebagai penegasan yang menyenangkan.

Mereka akan melihat Allah di dalam segala sesuatu

“Berbahagialah orang yang suci hatinya, karena mereka akan melihat Allah” (Mat. 5:8). Mungkin

Yesus tidak mengatakan di sini bahwa mereka yang hatinya tidak murni tidak akan diizinkan untuk melihat Allah, tetapi mereka tidak akan dapat melihat di mana orang-orang yang murni hatinya akan melihat keindahan yang tak terlukiskan, penuh dengan banyak corak dan warna, memuaskan semua aspirasi hati manusia. Inilah yang sebenarnya terjadi bahkan di dunia ini. Orang yang berbudi luhur mampu menemukan Tuhan dalam setiap orang dan situasi dalam kehidupan sehari-hari, sementara mereka yang tidak berbudi luhur gagal merasakan kehadiran-Nya atau merasa tidak nyaman dan tidak menyenangkan, karena membatasi kebebasan mereka.

Dengan demikian, keutamaan yang dipahami sebagai penciptaan dunia batin yang indah, sebuah keterkaitan afektif yang memungkinkan kita untuk menikmati melakukan apa

yang baik, adalah sebuah respons terhadap kebingungan yang disebutkan di atas. Memang, jika upaya untuk membentuk keutamaan kemurnian suci tidak hanya ditujukan untuk melawan tindakan yang tidak teratur, tetapi juga dan terutama untuk membangun dunia batin yang dipenuhi dengan kekayaan supernatural dan manusiawi, maka mudah untuk memahami bahwa keutamaan ini tumbuh dan terbentuk tidak hanya ketika godaan harus diatasi, tetapi juga ketika perhatian kita diarahkan pada apa yang berharga dan indah di dunia ini, meskipun itu tidak ada hubungannya dengan seksualitas.

Kesucian bukan hanya sebuah keutamaan ketika kita harus berjuang. Hal ini tidak hanya dimaksudkan untuk menghadapi godaan, tetapi juga untuk memandu "perhatian" kita, apa yang menjadi perhatian hati kita. Dan dengan

demikian kita dapat memahami mengapa pemurnian batin ini, keterbukaan terhadap apa yang benar-benar hebat, tidak memiliki batas dan selalu dapat tumbuh.

Bermacam-macam cara

Bagaimana kita bisa membentuk dunia batin yang kaya ini? Tentu saja, kita perlu menghindari apa pun yang dapat mengganggunya, memastikan bahwa pandangan dan imajinasi kita tidak tersebar atau dikaburkan, menahan rasa ingin tahu kita, dan juga menghindari kemalasan, sikap pasif seseorang yang menyerahkan kekuasaan atas keputusan mereka terhadap apa pun yang terjadi di sekitar mereka. Melayang tanpa tujuan, membiarkan diri kita dituntun oleh angin yang bertiup, adalah cara yang mudah untuk kehilangan arah dan berakhir di tempat yang tidak kita inginkan.

Penting juga untuk bertumbuh dalam ketabahan, karena jika tidak, akan sangat sulit untuk tetap berada di jalur yang benar di tengah gempuran angin dan ombak. Tindakan-tindakan kecil penyangkalan diri dalam pekerjaan kita, dalam hubungan kita dengan orang lain, dalam kesukaan dan selera kita akan memperkuat hati kita. Dan kita juga membutuhkan ketulusan: memiliki kesederhanaan untuk berbicara tentang apa yang terjadi di dalam diri kita adalah cara yang sangat efektif untuk "memberi oksigen" pada hati kita dan mencegahnya menjadi mabuk dengan kasih sayang yang hanya menyempitkannya.

Yang juga sangat penting adalah sarana-sarana lain yang mengarahkan perhatian hati kepada hal-hal yang secara adikodrati dan manusiawi berharga: Devosi Ekaristi, cinta kepada Bunda Allah, doa dan

hubungan pribadi dengan Tuhan kita. Persahabatan dan semua hubungan manusiawi yang mulia juga sangat membantu di sini. Sementara mengisolasi diri sendiri atau menutup diri adalah sumber infeksi yang mudah, pemberian diri yang tulus kepada orang lain membuat hati kita tetap sehat.

Selain itu, akan sangat membantu untuk mengembangkan minat budaya yang berharga, terutama sastra yang bagus, film yang bagus, musik, dll., yang memperkuat kepekaan estetika dan rasa keindahan. Mereka yang hanya menikmati film atau video atau buku "intensitas tinggi" yang dangkal, yang terbiasa hidup hanya dengan emosi "dangkal", akan membutuhkan usaha keras untuk mengendalikan diri ketika emosi mereka memasuki dunia seksual. Dan bahkan jika mereka berhasil melakukannya, mereka akan mengalaminya, paling

banter, sebagai penindasan, sebagai penyangkalan. Jauh lebih menyenangkan dan efektif untuk menciptakan suasana interior yang bersih, cerah, kaya dan positif. Hati kita tidak diciptakan untuk sesuatu yang kurang. Kita telah diciptakan untuk menikmati keindahan Tuhan dalam kehidupan ini, dan untuk selama-lamanya.

Julio Dieguez

Diterjemahkan oleh Fr. Dimas Kusuma Wijaya Sembiring

[1] Santo Josemaría, *Friends of God*, no. 208.

[2] Santo Josemaría, *Friends of God*, no. 182.

[3] *Ibid*.

[4] *Katekismus Gereja Katolik*, n. 2337: "Kesucian berarti integrasi seksualitas yang berhasil dalam diri

seseorang dan dengan demikian kesatuan batin manusia dalam keberadaan jasmani dan rohaninya. Seksualitas, di mana kepemilikan manusia atas dunia jasmani dan biologis diekspresikan, menjadi pribadi dan benar-benar manusiawi ketika diintegrasikan ke dalam hubungan antara satu orang dengan orang lain, dalam pemberian timbal balik yang lengkap dan seumur hidup antara seorang pria dan seorang wanita”

[5] Cf. Santo Thomas Aquinas, *Summa Theologica*, I-II, q. 17, a. 1, ad 2.

[6] Santo Josemaría, *Jalan*, no. 184.

[7] *Friends of God*, no. 84.

[8] Cf. *Summa Theologica*, II-II, qq. 151-156.

[9] Dalam II-II q. 155, Santo Thomas membedakan apa yang disebutnya "kontinuitas" dari keutamaan

kesederhanaan. Kesederhanaan adalah milik orang yang selera nafsunya diatur secara positif oleh akal budi, sedangkan kontinensia adalah kontrol yang tegas terhadap selera yang menolak aturan akal budi.

Julio Diéguez

---

pdf | dokumen dibuat secara otomatis dari https://opusdei.org/id-id/article/sungguh-manusiawi-sungguh-ilahi-xiii-dengan-segenap-hati-kita/ (10-12-2025)