

BAB II

SEKILAS MENGENAI DOA

2.1. Pengertian Doa

2.1.1. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), doa didefinisikan sebagai permohonan (harapan, permintaan dan pujian) kepada Tuhan. Jika dikaitkan dengan ungkapan berdoa, maka ia berorientasi kepada mengucapkan permohonan, harapan, permintaan dan pujian kepada Tuhan yang Esa. Jadi, dapat disimpulkan bahwa doa adalah suatu ungkapan pujian, permintaan, syukur dan permohonan kepada Tuhan.¹ Maka itu, ketika orang beriman berdoa, sebenarnya dia sedang membangun relasi yang intim dengan Tuhan. Dalam berdoa, orang membuka hatinya kepada Tuhan, sehingga berdoa dapat diartikan sebagai bentuk pemalingan seseorang kepada Wujud Tertinggi.² Dia membiarkan Allah hadir dalam dirinya melalui doa, sehingga relasi dengan Tuhan semakin diperdalam dan dimaknai untuk hidupnya.

Relasi yang intim antara Allah dengan manusia hanya mungkin terjadi kalau manusia mampu menyadari akan pentingnya campur tangan Tuhan dalam hidup. Kesadaran ini penting dimiliki oleh setiap orang beriman agar manusia senantiasa memiliki kemauan yang besar untuk bersama Allah. Doa bukan hal yang biasa dan sepele sebagaimana aktivitas yang lainnya, melainkan suatu hal yang sangat sakral. Dikatakan demikian, karena dalam berdoa terjadi ruang perjumpaan antara Yang Ilahi dan manusia. Oleh karena itu, doa dapat disebut sebagai kebutuhan rohani manusia yang tidak boleh diabaikan karena manusia menemukan keselamatan dalam dan dengan Yang Ilahi untuk hidupnya.

¹Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia, Ketiga* (Jakarta: Balai Pustaka, 2003), hlm. 271.

²Bernad S. Hayong (ed.), *op.cit.*, hlm. 5.

Doa terasa meriah jika diwarnai dengan lagu-lagu pujian dan syukur. Santo Agustinus mengungkapkan sebuah pepatah dalam bahasa latin ‘*qui bene cantat bis orat*’, artinya barang siapa bernyanyi dengan baik, ia sudah berdoa dua kali.³ Berdoa dan bernyanyi adalah bentuk ungkapan hati manusia atau umat beriman akan kemahakuasaan, kebaikan dan kesetiaan Tuhan. Dalam doa, misalnya saat mengikuti perayaan Ekaristi Kudus, orang tidak bisa bersikap dan bertindak seturut kemauan pribadi, tetapi harus mengikuti aturan liturgis dalam Gereja. Untuk hal ini diperlukan adanya keterbukaan hati umat untuk menerima dan mencintai perjamuan Ekaristi Kudus bersama Tuhan. Kecintaan kepada Tuhan memungkinkan umat beriman untuk bersatu dengan Tuhan. Cinta yang benar akan Tuhan adalah cinta yang timbul dari segenap hati dan akal budi manusia. Penginjil Matius mengatakan bahwa cinta kasih yang utama dan pertama adalah cinta kasih terhadap Allah dan manusia yang timbul dari hati dan akal budi bukan karena keterpaksaan dan lain-lainnya (bdk. Mat. 22:27).

Perlu dipahami bahwa ketika berdoa, manusia juga perlu memiliki iman. Iman tanpa doa atau doa tanpa iman semuanya akan menjadi sia-sia. Tylor sebagaimana yang dikutip oleh Bernad Hayon, mengatakan bahwa iman akan kepribadian Allah merupakan pengandaian yang mutlak diperlukan, syarat hakiki semua doa.⁴ Iman dapat dikatakan sebagai dasar segala yang tidak terlihat dan bukti dari segala pengharapan akan Allah. Ini berarti bahwa iman sangat penting dalam relasi antara manusia dengan Allah. Tanpa iman, usaha manusia untuk bersatu dan hidup dalam Allah sulit tercapai dengan demikian berdoa akan menjadi sia-sia.

Ada tiga unsur yang membentuk struktur batin pengalaman doa yaitu; iman akan Allah yang hidup, iman akan kehadiran-Nya yang riil, langsung dan segera, serta suatu persekutuan nyata ke dalamnya manusia masuk dengan seorang Allah yang diyakini ada dan hadir.⁵ Mencermati tiga unsur ini, dapat disimpulkan bahwa dalam berdoa orang meyakini akan kehadiran Allah yang riil dan jiwa

³Andrianus Tabuna Mali, “Musik Liturgi dalam Terang Dokumen Sacrosanctumconcilium dan Peranannya Bagi Kaum Awam Kristiani” (Skripsi Sarjana, Sekolah Tinggi Filsafat Katolik Ledalero, Maumere, 2019), hlm. vi.

⁴Bernad S. Hayong (ed.), *op. cit.*, hlm. 6.

⁵*Ibid.*, hlm. 5.

manusia bersatu dengan-Nya. Namun demikian, yang memungkinkan terjalinnya suatu ikatan Roh Allah dengan manusia, yakni melalui doa dengan dasar iman yang kokoh akan Allah. Bahwasannya, tanpa iman, manusia tidak memungkinkan menjalin relasi yang intim dengan Sang Ilahi.

2.1.2. Menurut Kitab Suci

Kitab Suci Perjanjian Lama dan Perjanjian Baru juga memberikan pemahaman tersendiri mengenai doa. Melalui kisah-kisah tokoh iman dalam Perjanjian Lama dan Yesus dalam Perjanjian Baru ditemukan pemahaman yang lebih baik tentang doa dan pentingnya iman sebagai dasarnya. Beberapa uraian berikut ini akan secara jelas menghadirkan pengertian tentang doa tersebut.

2.1.2.1.Kitab Suci Perjanjian Lama

Kitab Suci Perjanjian Lama memahami doa sebagai suatu tindakan yang digerakkan oleh iman sebagai dasar. Iman membantu orang meyakini bahwa Allah akan menjawab doa mereka dalam situasi apa pun. Tokoh-tokoh dalam Kitab Suci Perjanjian Lama memohon kepada Allah untuk senantiasa mendengar, memperhatikan terhadap doa yang mereka sampaikan kepada-Nya (bdk. 1Raj. 8:28-29; Neh. 1:6; Mzm. 17:1, 6; 39:12; 54:2; 55:1).⁶ Nabi Elia adalah salah satu tokoh doa dalam Perjanjian Lama. Elia berdoa supaya tidak akan ada hujan atau embun kecuali kalau ia sendiri memintanya. Hal itu pun terjadi, selama tiga tahun enam bulan mengalami kekeringan (bdk. 1Raj. 17:1; Yak. 5:17-18). Atas dasar itu, dapat dipahami bahwa Allah yang mereka yakini tidak pernah menutup telinga dan memalingkan muka terhadap umat yang berseru kepada-Nya, tetapi sebaliknya memberi perhatian terhadap mereka yang senantiasa berseru kepada-Nya. Berdasarkan pemahaman ini, maka doa dalam Perjanjian Lama dilihat sebagai ekspresi perjanjian antara manusia dengan Allah. Hal ini tampak dalam Kitab Kejadian 17:1-27, di mana Allah mengikat suatu perjanjian dengan Abraham. Allah berjanji untuk menjadikan Abraham sebagai bapa segala bangsa dan akan membuatnya beranak cucu sangat banyak. Hal ini menyata dalam

⁶P. A. Verheof, "Prayer", *In The Dictionary of Old Testament Theology and Exegesis*, vol. 4 (Grand Rapids: Zondervan, 1997), hlm. 1060-1061.

ungkapan: *engkau akan Kubuat menjadi bangsa-bangsa dan dari padamu akan berasal raja-raja* (Kej. 17:6). *Perjanjian ini adalah perjanjian kekal supaya Aku menjadi Allahmu dan Allah keturunanmu* (Kej. 17:70).

Pengalaman iman Abraham juga dialami oleh Ishak. Dia berdoa kepada Tuhan memohon supaya istrinya Ribka yang mandul dapat mengandung seorang anak. Doanya pun dikabulkan oleh Allah. Istri Ribka kemudian mengandung dan melahirkan dua orang anak yaitu Esau dan Yakub (bdk. Kej. 25:21-25). Allah yang penuh kasih dan setia pada perjanjian-Nya kepada hamba-Nya Abraham dan Ishak menunjukkan bahwa Dia adalah Allah yang mampu diandalkan oleh manusia. Hubungan antara Allah dan manusia melalui doa dalam Perjanjian Lama merupakan suatu relasi yang sangat dekat karena manusia menyatukan diri dengan Allah. Velanickal sebagaimana yang dikutip oleh Kornelius A. Setiawan menegaskan bahwa dalam doa, manusia berbicara kepada Allah yang jauh dan dekat, Allah yang termulia dan Maha Tinggi (bdk. Yes. 57:15; Kel. 19:12), yang menyediakan diri-Nya bagi manusia sebagai Gembala dan Bapa yang penuh kasih (bdk. Hos. 11:1-4).⁷ Oleh karena itu, doa dalam Perjanjian Lama merupakan ungkapan spontanitas yang penuh dengan keyakinan akan kasih Allah. Keyakinan itu lahir dari iman yang bermula dari suatu perjanjian antara Allah dengan manusia.

2.1.2.2.Kitab Suci Perjanjian Baru

Perjanjian Baru memahami doa sebagai dialog antara Allah yang hadir dalam diri Yesus dengan manusia. Dalam Perjanjian Baru, manusia tidak saja berdoa, menyampaikan pujian dan syukur kepada Allah tetapi secara langsung Allah hadir melalui Almasih. Manusia menerima Roh Kudus dari Yesus. Yesus juga secara langsung berdialog dengan manusia. Ketika manusia kekurangan roti, misalnya, manusia meminta secara langsung kepada Allah melalui Yesus. Dalam hal ini Yesus diyakini sebagai pengantara antara manusia dengan Allah. Namun demikian, manusia mesti memahami dan selaras dengan Tuhan (bdk. Flp. 2:5-7). Dalam artian bahwa manusia mesti paham serta sadar apa yang dikehendaki oleh

⁷Koernelius A. Setiawan, "Doa dalam Perjanjian Lama", *Jurnal Theologia Aletheia*, 4:6 (Aletheia: Maret, 2002), hlm. 25.

Allah. Manusia tidak semata-mata meminta hanya karena ingin memuaskan keinginan bukan kebutuhan. Untuk itu manusia mesti membaharui diri baik pikiran, hati maupun sikap serta tindakan akan berkenan pada Allah (bdk. Rm. 12:2).

Seorang perwira yang datang kepada Yesus, memohon dengan hati terbuka serta sadar akan ketidaklayakkannya untuk menerima Yesus adalah salah satu gambaran sikap hati dan tindakan yang berkenan kepada Allah (bdk. Mat. 8:5-13). Bahwasanya manusia tidak boleh memegahkan diri di hadapan Allah, namun mesti sebaliknya manusia harus bersikap rendah hati. Melaluinya, manusia membiarkan dirinya supaya kehendak Allah yang nyata bukan kehendaknya sebagai manusia.⁸

Akan tetapi, manusia tidak bisa mengabaikan peran penting Allah Roh Kudus dalam setiap doanya. Roh Kudus yang memampukan hati dan pikiran manusia tertuju kepada Allah. Orang yang beriman dan siang malam berdoa kepada Tuhan, menyerahkan diri sepenuhnya pada Tuhan akan mengalami kepenuhan. Yesus dalam penginjil Matius mengatakan, *janganlah kuatir akan hidupmu, akan apa yang hendak kamu makan atau minum, dan janganlah kuatir pula akan tubuhmu, akan apa yang hendak kamu pakai* (Mat. 6:25).

Sebagai orang beriman, Allah menghendaki agar hidup selaras antara iman dan cara hidup. Hal itu berarti bahwa manusia tidak hanya beriman tetapi juga mesti mewujudkan iman dalam tindakan nyata, sebab *iman tanpa perbuatan pada hakikatnya adalah mati* (Yak. 2:17). Artinya, manusia tidak saja pasif dalam menerima sabda tetapi juga aktif dalam melaksanakannya, baik melalui kata maupun perbuatan sebagaimana Yesus yang berkorban tidak saja melalui kata-kata hampa, tetapi juga tindakan nyata hingga mati di kayu salib.

⁸J. L. Ch. Abineno, *Doa Menurut Kesaksian Perjanjian Baru* (Jakarta: Gunung Mulia, 1994), hlm. 139-142.

2.1.3. Menurut Dokumen Gereja

Dalam Katekismus Gereja Katolik No. 2559, doa dipahami sebagai suatu permohonan kepada Tuhan demi hal-hal baik dalam hidup manusia.⁹ Melalui doa manusia dapat mengenal pribadi Allah yang penuh belaskasih dan cinta yang tidak terbatas. Orang Kristen yang hidup menurut sabda senantiasa hidup selaras dengan-Nya. Artinya, melalui doa mereka dapat mencapai taraf kedewasaan iman. Hal ini tampak dalam sikap dan tindakan praktis dalam keseharian hidup. Tujuannya ialah supaya jiwa yang remuk redam karena berselumu (berlumur dengan sesuatu yang kotor) dosa dapat dibersihkan oleh Allah, sehingga Allah dapat berkarya dalam manusia.¹⁰ Dengan demikian, manusia dimungkinkan mengajarkan arti cinta kasih kepada sesama. Persekuatan antara Allah dan manusia memungkinkan manusia untuk taat akan perintah-Nya. Oleh karena itu, dalam keseharian hidupnya dia menampilkan sikap dan cara bertindak sebagaimana orang yang mengenal Allah. Dengan demikian, doa menjadi suatu persyaratan yang mutlak untuk menghayati perintah-perintah Allah.

2.2. Fungsi Doa

Doa bukan sekadar ekspresi iman belaka melainkan memiliki fungsi yang amat penting bagi kehidupan manusia dalam relasinya dengan Tuhan dan sesama. Fungsi doa hendaknya perlu dimengerti agar orang tidak merasa jemu berdoa. Beberapa fungsi doa yang dimaksud diuraikan di bawah ini.

2.2.1. Doa Sebagai Nafas Kehidupan

Doa adalah kebutuhan rohani yang primer bagi manusia. Doa tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia. Doa adalah instrumen yang tepat bagi manusia untuk bersama dan membangun relasi dengan Allah.¹¹ Di dalamnya Allah dengan rahmat-Nya memberikan kebutuhan rohani bagi setiap orang yang memohon kepada-Nya. Hidup manusia ada dalam tangan Allah, sebab manusia

⁹Konferensi Wali Gereja Religio Nusa Tenggara, *Katekismus Gereja Katolik*, Penerj. R. Hardawiryana, Cet. III (Ende: Penerbit Nusa Indah, 2007), hlm. 615.

¹⁰P. Jim Borst, *Doa Kontenplatif: Sebuah Petunjuk* (Maumere: Penerbit Ledalero), hlm. 33.

¹¹Nancy Jo Sullivan dan Jane A. G. Kise, *Kuasa Doa Itu Nyata* (Yogyakarta: Gloria Graffa, 2008), hlm. 10.

ada dan hidup karena diciptakan oleh Allah *dari debu tanah dan menghembuskan nafas hidup ke dalam hidungnya; demikianlah manusia itu menjadi makhluk yang hidup* (Kej. 2:7), sehingga Dialah yang menentukan kehidupan manusia. Maka, suatu keniscayaan bahwa manusia membutuhkan Allah dalam hidupnya. Manusia tidak bisa hidup tanpa Allah. Allah menjadi sumber segalanya bagi manusia termasuk dirinya. Kebergantungan ini menjadi dasar bagi manusia untuk senantiasa membangun relasi dengan yang Ilahi. Dapat dikatakan bahwa doa adalah nafas kehidupan yang memungkinkan manusia hidup dengan Allah, ada bersama-Nya dan dimampukan untuk melaksanakan setiap sabda yang dikehendaki-Nya. Dengan demikian, manusia dapat bertumbuh dalam iman. Sebagaimana yang dikatakan oleh nabi Yesaya bahwa *iman yang bertumbuh baik seperti rumput di tengah air, seperti pohon-pohon gandarusa di tepi sungai* (Yes. 44:4).

2.2.2. Doa Sebagai Permohonan Ungkapan Isi Hati

Manusia adalah makhluk rapuh dan lemah. Kerapuhan manusia membuatnya tidak berdaya. Ketidakberdayaan itu membawanya untuk kembali membangun dan menyadari peran Allah sebagai dasar satu-satunya supaya dapat bertahan dalam setiap persoalan hidup yang dialami. Dengan demikian, jika berbicara tentang doa berarti berbicara mengenai hubungan antar manusia dengan Allah. Seorang beriman yang berdoa sebenarnya sedang menyampaikan ungkapan hati kepada Tuhan melalui permohonan, pujian dan syukur.

Doa dapat dikatakan sebagai ungkapan kerendahan hati manusia di hadapan kemahakuasaan Allah. Doa, pujian dan syukur kepada Tuhan adalah ungkapan hati orang yang sementara memohon bahwa kiranya Tuhan selalu menyertai perjalanan hidup dan memampukan manusia dalam mengatasi setiap persoalan hidup. Manusia yang berdoa di hadapan Allah oleh Santa Teresa Avila diumpamakan dengan seseorang yang berjalan menuju pusat puri, tempat di mana terjadi suatu jalinan antara jiwanya dengan Allah. Di sini, doa menjadi pintu

masuk menuju ke dalam istana jiwa.¹² Baginya, gambaran tentang ruangan-ruangan yang akan dilaluinya merupakan gambaran sebuah perjalanan doa.

2.2.3. Doa Sebagai Alat Komunikasi

Bagi orang beriman, doa sebagai mediasi dalam membangun komunikasi dengan yang Ilahi. Dalam Perjanjian Lama ditemukan bagaimana mereka berupaya mencari tempat untuk berdoa, bertemu dan berkomunikasi dengan Allah. Sebagai contohnya, Musa yang berdoa dalam kemah pertemuan. Ketika ia masuk untuk berdoa, turunlah tiang awan dan berhenti di pintu kemah. Di sana Tuhan dan Musa berbicara (Kel. 33:7-23). Selain itu, hal yang sama pula dialami oleh Kornelius yang dikisahkan dalam Kisah Para Rasul. Ketika ia sedang berdoa pada pukul tiga petang, *tiba-tiba ada seseorang berdiri di depannya dengan berpakaian berkilau-kilauan* (Kis. 10:30-31) dan berkata sesuatu kepadanya.

Kedua kisah tersebut hendak mengatakan bahwa dalam doa manusia dengan Allah saling menyapa entah berkomunikasi secara bertatap muka, sebagaimana yang dialami Musa dalam doanya di dalam kemah pertemuan maupun saling menyapa dari hati ke hati. Hal ini ditegaskan lagi oleh Wiliam James sebagaimana yang dikutip Carl K. Mahoney bahwa dalam doa ada persatuan dan percakapan yang intens dengan yang Ilahi.¹³ Sapaan dimaksud ialah sapaan iman di mana manusia menyakini bahwa Allah sedang berkomunikasi dengannya melalui doa. Keyakinan akan kehadiran Allah dalam doa merupakan hal penting supaya manusia tidak jemu-jemu datang kepada Allah. Karena itu juga perlu dipahami bahwa doa adalah alat yang bisa dimanfaatkan untuk berelasi, berdialog atau berkomunikasi dengan Allah. Komunikasi yang terjadi melalui doa diharapkan bisa menjadi mediasi untuk mengantar manusia pada suatu perjalanan dan hidup yang lebih baik.

¹²Yohanes Indrakusuma, *Dalam Keheningan Dasar Samudra Ilahi: Menjelajahi Puri Batin Teresa Avila* (Jawa Barat: Shanti Buana, 2007), hlm. 5.

¹³Carl K. Mahoney, *The Philosophy of Prayer* (New York: Ambingdon Press, 1922), hlm. 17-18.

2.2.4. Doa Sebagai Ritual Agamawi

Aktivitas doa merupakan warisan dan ajaran dalam agama. Dalam agama, doa adalah sesuatu yang mendasar yang menjadikan agama lebih hidup.¹⁴ Hal yang sama ditegaskan oleh Bernad S. Hayong dalam bukunya *Doa Tanpa Permohonan*. Pater Bernard mengatakan bahwa doa adalah inti dari agama, esensi dari setiap ibadat.¹⁵ Karena itu, doa adalah bagian dari tradisi keagamaan yang bertujuan untuk memuja dan menyembah yang Ilahi atau yang transenden.

Dalam Perjanjian Lama ditemukan fakta bahwa dalam banyak ritual keagamaan orang menyembelih domba dan membakar ukup serta dupa sambil berseru dan berdoa. Ini adalah cara agar tradisi keagamaan terus eksis. Maka orang Kristen mendasarkan imannya selain pada Kitab Suci, tulisan bapa Gereja tetapi juga pada tradisi. Tradisi pendupaan yang dilakukan dalam Perjanjian Lama, misalnya, hingga kini masih dilakukan oleh Gereja.

2.3. Beberapa Bentuk Doa

Doa adalah ungkapan iman umat beriman akan Tuhan. Ungkapan iman tampak dalam banyak model doa yang dihayati dalam konteks budaya yang berbeda-beda. Doa-doa tersebut pada akhirnya tertuju kepada Allah melalui Bunda Yesus, Bunda Maria, Santu Yosef, para kudus dan lain-lain. Untuk mengenal lebih jauh tentang ini, di bawah ini akan diuraikan lebih lanjut mengenai bentuk-bentuk doa.

2.3.1. Perayaan Ekaristi

Perayaan Ekaristi adalah salah satu model pengungkapan iman umat Kristen akan yang Ilahi. Term Ekaristi berasal dari bahasa Yunani *eukharizein* yang artinya mengagumi, bersyukur, berterima kasih.¹⁶ Kitab Suci menyebut kata ini dengan *eucharistia* digunakan untuk (doa) syukur (bdk. 1Tes. 3:9, 1Kor. 14:16, Flp. 4:6) kepada Tuhan untuk berkat pada waktu makan (bdk. 1Tim. 4,3

¹⁴Eunil David Cho "Prayer as a Religious Narrative: the Spiritual Self and the Image of God" *Pastoral Psychology*, (2019), hlm 1.

¹⁵Bernad S. Hayong (ed.), *op. cit.*, hlm. xxii.

¹⁶Georg Kirchberger, *op.cit.*, hlm. 497.

dst). Kata ini memiliki artinya yang sama dengan *eulogia* dalam bahasa Yunani yang berarti berkata baik, berterima kasih.¹⁷ Dalam Kitab Suci khususnya dalam Injil Markus dan Injil Matius ditemukan bahwa Yesus bersama para murid melakukan perjamuan Ekaristi; Perjamuan kudus bersama para murid. Di sana Yesus melipatgandakan roti dan ikan guna memberikan kepada lima ribu orang yang sementara lapar (bdk. Mrk. 8:6; Mat. 15:36; Yoh. 6:11 dan 23). Tindakan yang dilakukan Yesus tentu saja tidak hanya untuk memenuhi kebutuhan lima ribu orang yang sedang lapar, tetapi juga memuat di dalamnya syukur, pujian serta doa kepada Bapa-Nya di surga. Karena itu, Ekaristi dipahami sebagai anugerah yang perlu dan mesti disyukuri.¹⁸

2.3.2. Ibadat Sabda

Ibadat Sabda adalah sebuah perayaan liturgis yang ditentukan dan berpusat pada perayaan sabda. Ibadat ini bisa dilaksanakan oleh orang Katolik dalam bentuk kelompok di rumah, lingkungan seperti Komunitas Basis Gerejawi (KBG), di stasi, dll. Ibadat Sabda tidak semestinya dilakukan oleh imam, tetapi oleh kaum awam yang diberi kewenangan oleh Gereja baik oleh imam maupun Magisterium Gereja. Ibadat Sabda adalah ibadah di luar misa yang berpusat pada pewartaan dan penghayatan dari beberapa sabda dalam Kitab Suci. Ibadat Sabda biasanya diarahkan pada tema-tema tertentu dan disusun menurut pola liturgi Sabda atau ibadat pagi dan sore yang disederhanakan atau disesuaikan dengan situasi dan keperluan khusus dalam berdoa.¹⁹ Ibadah Sabda memuat di dalamnya syukur dan pujian akan keagungan Tuhan. Karena itu, dapatlah dikatakan bahwa Ibadat Sabda merupakan cara lain dari umat beriman mengungkapkan syukur dan pujian pada Tuhan.

2.3.3. Doa Harian

Secara sederhana, doa harian dapat dimengerti sebagai doa yang dilakukan umat beriman setiap hari baik waktu pagi, siang, sore dan malam. Doa harian

¹⁷Adolf Heuken, *Ensiklopedi Gereja* (Jakarta: Ikrar Mandiri Abadi, 2004), hlm. 96.

¹⁸Hendri J. M. Nouwen, *Hati Penuh Syukur: Jiwa dan Semangat Ekaristi* (Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 1996), hlm. 28.

¹⁹Adolf Heuken, *Ensiklopedi Jilid III* (Jakarta: Yayasan Cipta Loka Caraka, 2004), hlm. 65.

tidak bisa dilakukan dengan sewenang-wenang sesuai kemauan dan selera tetapi sesuai tatanan liturgis dengan penanggalan liturgi yang berlaku. Doa yang di dengungkan dapat disesuaikan dengan waktu berdoa yakni pada pagi hari, waktu petang dan pada malam hari.²⁰ Doa harian adalah cara lain dari umat untuk menghayati dan mengungkapkan imannya akan Tuhan. Karena itu, orang beriman mestinya tidak saja menghayati iman dengan beribadah melalui perayaan Ekaristi atau Ibadat Sabda, tetapi juga dapat melalui doa harian di rumah. Di sana umat dapat berdoa bersama keluarga, kenalan dan sahabat. Yesus dalam penginjil Matius mengatakan: *di mana dua atau tiga orang berkumpul di sana Aku ada* (Mat. 18:20). Artinya bahwa orang beriman tidak mesti terpaku dalam satu model doa untuk mengungkapkan iman tetapi juga bisa secara kelompok sebab Allah di sana juga hadir dan menyapa. Yang paling penting di sana adalah keterbukaan hati untuk menerima sabda Tuhan melalui bacaan Kitab Suci. Melaksanakan setiap sabda yang didengarkan sebab iman menuntut tindakan bukan hanya teori.

Kitab Suci Perjanjian Lama yang berbicara tentang Ayub²¹ menampilkan kisah tentang kehidupan doa. Dikisahkan bahwa Ayub selalu menyediakan waktu yang khusus untuk berdoa pada pagi hari (bdk. Ayb. 1:5). Ayub berdoa, membakar korban persembahan sesuai dengan jumlah anaknya. Kisah Ayub ini bisa menjadi contoh yang baik bagi umat Kristen dewasa ini. Melaluinya, dapat dimengerti bahwa ungkapan syukur dan pujian pada Tuhan bisa dilakukan secara pribadi dan kelompok baik dalam Gereja maupun dalam rumah, baik waktu pagi, siang, sore dan malam. Doa biasa dilakukan setiap hari oleh orang beriman, karena itulah ada model doa yang disebut doa harian dalam kekristenan.²²

²⁰<https://gapurawahyu.wordpress.com/2013/12/14/cara-berdoa-orang-katolik/>, diakses pada 21 Januari 2021.

²¹Ayub adalah seorang ayah dari sepuluh orang anak (tujuh orang anak laki-laki dan tiga orang anak perempuan). Ia tinggal di tanah Us dengan hidup saleh dan jujur dan ia sangat takut akan Allah dan menjauhi kejahatan. Ia memiliki tujuh ribu ekor kambing domba, tiga ribu ekor unta, lima ratus pasang lembu, lima ratus keledai betina dan budak-budak dalam jumlah yang sangat besar, sehingga orang itu adalah yang terkaya dari semua orang di sebelah timur (Ayb.1:1-3).

²²T. E. Marsudi, *Doa itu Indah, Doa Itu Mudah* (Yogyakarta: Gloria Graffa, 2007), hlm. 150.

2.3.4. Ibadat Harian Atau *Liturgia Horarum* (*ofisi*)

Istilah ibadat harian dalam Bahasa Latin adalah *Liturgia Horarum*; bahasa Inggris disebut *Liturgi of the Hours*.²³ Kedua istilah ini dipakai pertama kali pada tahun 1959, dan menjadi populer pada konsili Vatikan II, khususnya dalam Konstitusi Liturgia. Sesuai dengan namanya, ibadat ini dilakukan berdasarkan jam atau waktu tertentu yang pada dasarnya memiliki arti simbolik.²⁴

Pembagian waktu ini selain untuk mengatur tata peribadatan harian supaya lebih efektif, tetapi juga menyadarkan umat akan makna doa atau ibadat harian yang mereka lakukan. Pemaknaan terhadap ibadah harian ini sebetulnya perlu dan penting untuk memicu kesadaran iman umat dalam doa dan berupaya agar mereka memahami dan menghayati peristiwa dan kehidupan Kristus. Intinya ialah supaya umat beriman betul-betul menghayati doanya dengan penuh syukur, pujian dan hormat kepada yang Ilahi. Karena di dalam ibadah harian itu umat beriman juga mengenangkan Yesus dan hidup-Nya. Ibadat harian merupakan ibadat wajib untuk Gereja.

2.3.5. Doa Rosario

Doa Rosario adalah sebuah doa devosi non-liturgi yang sangat populer di kalangan umat Katolik. Di dalamnya umat beriman merenungkan karya penebusan Kristus di dalam peristiwa sejarah keselamatan, sambil mendaraskan satu kali doa Bapa Kami, sepuluh kali doa Salam Maria dan satu kali Kemuliaan yang didahului oleh pendarasan Syahadat Para Rasul yaitu satu kali doa Bapa Kali, tiga kali berdoa Salam Maria dan satu kali Kemuliaan.

²³B. Boli Ujan, *Memahami Ibadat Harian* (Maumere: Penerbit Ledalero 2003), hlm.10.

²⁴Adapun beberapa aturan berdasarkan waktu, misalnya Ibadat pagi atau *Laudes* biasanya dilakukan pada pagi hari bertepatan dengan saat matahari terbit. Arti simboliknya ialah Yesus Kristus sebagai matahari sejati yang menerangi seluruh hari. Ibadat siang atau *Hora media* dilakukan pada tengah hari. Tujuannya ialah mengenangkan turunya Roh Kudus dan penyaliban Yesus. Sementara *Vesperae* atau ibadat sore biasanya dilakukan bertepatan saat matahari terbenam. Ibadah sore ini memiliki arti simbolik untuk orang Kristen yakni Yesus sebagai terang dan cahaya pada malam hari yang bertujuan untuk mengenangkan wafat Yesus Kristus. Selanjutnya *Vigilia* atau ibadat malam. Ibadat ini dilakukan pada jam delapan malam dengan tujuan untuk mengucapkan syukur atas semua karunia Allah kepada kita. Pembagian waktu yang terakhir adalah *Completorium* atau ibadat penutup. Lazimnya dilakukan sebelum beristirahat malam. Tujuannya untuk menyerahkan diri seutuhnya kepada Allah supaya mendapat perlindungan dalam peristirahatan. B. Boli Ujan, *Ibid.*, hlm. 62-63.

Doa Rosario diyakini secara umum sebagai doa yang diberikan oleh Maria pertama kali kepada Santo Dominikus.²⁵ Apabila menjejaki cerita historis, diperoleh keterangan bahwa praktik doa Rosario pertama kali diadopsi dari kebiasaan doa di kalangan para rahib zaman monastik. Para rahib biasanya setiap hari mendaraskan 150 Mazmur (doa *ofisi*²⁶).²⁷ Sebagian dari mereka tidak dapat membaca. Maka karena itu, penggantinya ialah mereka mendaraskan 150 kali *Pater Noster* (Bapa Kami). Dalam mendaraskan doa ini mereka memegang seutas tali bersimpul atau bermanik-manik untuk mengetahui seberapa banyak doa yang telah mereka daraskan. Tali tersebut lazim disebut *Pater Noster*. Seiring berjalannya waktu devosi kepada Santa Perawan Maria berkembang dan dilestarikan oleh para rahib di dalam biara-biara hingga pada abad ke-11. Pada abad selanjutnya berkembanglah kebiasaan memberi salam kepada Bunda Maria bila seorang melewati patung atau arca Maria. Pada masa itu belum dikenal bentuk doa ‘Salam Maria’ seperti sekarang ini. Dahulu doa Salam Maria masih sangat singkat, hanya terdiri dari bagian pertama yang berakhir dengan kata-kata “dan terpujilah buah tubuh-Mu”. Doa ini didaraskan dengan menggunakan tali *Pater Noster* dengan jumlah yang sama yaitu 150.²⁸ Lama-kelamaan berkembanglah kebiasaan ini dengan menggantikan doa Bapa Kami dengan doa Salam Maria. Doa Rosario adalah salah satu devosi dan model kebaktian iman Kristen pada Tuhan. Di dalamnya umat beriman dibawa pada penghayatan karya penebusan Yesus atas manusia. Dengan demikian, doa Rosario adalah doa untuk mengenang misteri penebusan. Atas dasar itu, doa rosario bercorak kristologis karena berusaha turut merasakan apa yang dirasakan Bunda Maria dalam peristiwa-peristiwa yang menyangkut Putra-Nya Yesus Kristus.²⁹ Doa ini bisa juga dilakukan setiap hari, kapan dan di mana pun. Secara khusus semua umat

²⁵Nicolaas Martinus Schneiders, *Orang Kudus Sepanjang Tahun* (Jakarta: Obor, 2003), hlm. 499.

²⁶Istilah *ofisi* Ilahi (*doa ofisi*) adalah sebuah istilah yang dipakai pada zaman dahulu terutama di Gereja Timur. Istilah ini dipakai untuk merujuk pada kegiatan ibadat atau liturgi. Akan tetapi, seiring perjalanan waktu, arti dari doa *ofisi* ini dipersempit lagi menjadi Ibadat Harian. Istilah *ofisi* berasal dari kata *officium* yang artinya kegiatan atau kewajiban. Hal ini mengingatkan akan aspek hukum wajib dari ibadat harian. Namun, kewajiban ini adalah suatu kegiatan yang kudus dan membebaskan sebab dengannya umat mengambil bagian dalam karya agung Allah atau karya Ilahi untuk menyelamatkan manusia. B. Boli Ujan, *op. cit.*, hlm. 11.

²⁷Nicolaas Martinus Schneiders, *op. cit.*, hlm. 500.

²⁸*Ibid.*

²⁹A. Heuken, *Ensiklopedi Gereja Jilid VII* (Jakarta: Yayasan Cipta Loka Caraka, 2005), hlm. 143.

katolik mendoakan setiap hari secara pribadi atau bersama-sama dalam kelompok lingkungan dan stasi pada bulan Mei dan Oktober selama sebulan penuh.³⁰

2.3.6. Doa Permohonan

Doa permohonan merupakan bagian dari tradisi Yahudi dan Kristen. Mereka berdoa sambil memohon. Doa permohonan dapat dikatakan melekat erat dengan doa syukur-pujian kepada Allah.³¹ Di dalamnya ada syukur dan pujian serta permohonan. Doa permohonan tersebut, tidak saja disampaikan secara spontan tetapi didasarkan atas keyakinan iman bahwa doanya yang diminta itu, didengar dan selanjutnya dibantu oleh Tuhan. Doa permohonan dapat menolong umat beriman dalam menjabarkan misteri-misteri Ilahi dalam keseharian hidup.³² Yesus sebagaimana ulasan Penginjil Yohanes, sebenarnya selalu mengundang manusia untuk datang dan meminta. Itu berarti Allah sebetulnya yang mengundang manusia untuk selalu bersatu dengan-Nya. Yesus menghendaki supaya umat beriman senantiasa datang dan meminta sebagaimana yang dikatakan-Nya, *mintalah maka kamu akan diberi* (Yoh. 16:24). Permohonan pada Tuhan Yesus dapat menunjukkan bahwa manusia menyadari keterbatasan dirinya. Doa permohonan merupakan ungkapan hati, pujian dan syukur yang disampaikan lewat pengantara Yesus anak Allah. Umat beriman sungguh meyakini bahwa Yesus adalah pengantara satu-satu-Nya, anak Allah dan kepada-Nya Dia berkenan. Dalam penginjil Yohanes Yesus menegaskan: *Akulah pintu* (Yoh. 10:9) dan *Aku datang supaya mereka mempunyai hidup serta mempunyainya segala kelimpahan* (Yoh. 10:10).

2.4. Faktor Munculnya Doa

Pada dasarnya, doa bukan merupakan suatu hal yang secara lahiriah muncul dalam setiap pribadi manusia. Akan tetapi, karena dipengaruhi faktor-faktor dasar sebagai basis (tenaga pendorong dalam hati manusia yang diperlukan untuk mendapatkan manfaat dan menolak kemudaratan) yang mengetuk hati manusia untuk berdoa. Adapun faktor tersebut diantaranya sebagai berikut.

³⁰<http://gapurawahyu.wordpress.com/2013/12/14/cara-berdoa-orang-katolik/>, *op.cit.*

³¹B. Boli Ujan, *op. cit.*, hlm. 89.

³²*Ibid.*, hlm. 90.

2.4.1. Iman

Manusia adalah makhluk jasmani dan makhluk rohani. Dia tidak saja membutuhkan makan untuk kepenuhan jasmani, tetapi juga doa untuk kepenuhan hal-hal rohani. Jika bekerja adalah cara untuk memenuhi kebutuhan jasmani maka berdoa adalah cara manusia untuk memenuhi kebutuhan rohani. Bagi umat beriman kebutuhan akan kepenuhan rohani ada pada Yesus. Yang dibutuhkan di dalam doa ialah iman. Hal ini tertulis dalam surat kepada orang Ibrani: *Iman adalah dasar dari segala sesuatu yang kita harapkan dan bukti dari segala sesuatu yang kita tidak lihat* (Ibr. 11:1). Oleh karena itu, kebutuhan akan kekokohan iman umat merupakan sumber yang mesti pertama dan dasar yang menjadi alasan orang berdoa. Iman memungkinkan umat beriman untuk hidup dan bertahan di tengah pelbagai persoalan dan pergumulan hidupnya. Iman sangat penting dan mesti diperkokoh terus-menerus melalui doa. Iman mewakili lebih dari sekadar keyakinan, itu termasuk hubungan kepercayaan dengan Tuhan atau makhluk tertinggi yang memberikan dasar untuk makna dan harapan dalam hidup.³³

2.4.2. Kebutuhan Pribadi

Setiap pribadi manusia tentu selalu dihadapkan dengan kompleksitas persoalan hidup. Terkadang dia mampu menghadapinya tetapi juga sebaliknya dia juga terkadang lemah. Manusia itu rapuh. Kerapuhan ini disadarinya dan karena itu dia membutuhkan penopang hidupnya. Yesus adalah pribadi yang diyakini umat Kristen mampu menjawab dan bertahan terhadap persoalan hidup. Cara manusia untuk selalu bersama Yesus adalah berdoa. Doa adalah kekuatan. Karl Hilty sebagaimana yang dikutip oleh Eunil David Cho menegaskan bahwa melalui doa memungkinkan seseorang mengalami “lenyapnya semua ketakutan dari hidup seseorang”.³⁴

³³Martha G. Merayiglia, R.N., M. S. N., C. N. S. “Critical Analysis of Spirituality and Its Empirical Indicators: Prayer and Meaning in Life” *Journal of Holistic Nursing*, 17:1 (at: University of Texas at Austin: on January 23, 2015), hlm. 23.

³⁴Eunil David Cho, *op. cit.* hlm. 9.

Doa adalah makanan orang beriman agar mereka bertahan dan mampu melewati setiap pergumulan hidup. Mereka meyakini bahwa Yesus adalah Tuhan yang senantiasa hadir dan menyertai mereka. Kekuatan yang diperolehnya dari Yesus membuat mereka bertahan dalam iman. Karena itu orang beriman semestinya mendekatkan diri dengan Tuhan dalam doa-doa pribadi. Berdoa adalah salah satu upaya manusia untuk mendengarkan apa yang dikehendaki oleh Allah. Dengan demikian, doa sangat penting untuk setiap pribadi yang beriman pada Kristus agar hidupnya selalu berjalan dengan baik dan benar serta dimampukan untuk tetap bertahan di tengah berbagai persoalan.

2.4.3. Kewajiban Agama

Doa adalah sesuatu yang sangat melekat dan karena itu tidak bisa dilepaskan dari kehidupan agama. Wiliam James dalam karyanya yang berjudul *the Varietas of Religious Experi-Ence* membahas tiga elemen utama agama yang dipraktikkan di sebagian besar tradisi agama, yakni pengorbanan, pengakuan dosa dan doa. Dari ketiga elemen tersebut, doa adalah jiwa dan esensi dari sebuah agama.³⁵ Doa dapat dikatakan sebagai penopang bagi agama supaya kehidupan umat beragama berjalan dengan baik dan benar. Agama tanpa doa adalah agama mudah terombang-ambing tanpa dasar. Hal ini yang sering terjadi, umat beragama tidak memiliki relasi yang baik dengan Tuhan, sehingga agama mudah dipelintir dan digunakan untuk kepentingan pribadi maupun kelompok. Agama yang tidak mendasarkan dirinya pada Tuhan akan cenderung menjadi ekstrem, radikal dan fundamentalistis.³⁶

³⁵*Ibid.*, hlm. 6.

³⁶Kata *ekstremisme* secara etimologis berasal dari dua kata yaitu *ektrem* dan *isme*. *Ektrem* berarti sangat keras dan teguh, fanatik. Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia, Ketiga* (Jakarta: Balai Pustaka, 2003), hlm. 291. Sedangkan, *isme* berarti sistem kepercayaan berdasarkan politik, sosial atau ekonomi. *Ibid.*, hlm. 444. Jadi, dapat disimpulkan bahwa kata *ekstremisme* berarti suatu keadaan atau tindakan menganut paham ekstrem berdasarkan pandangan agama, politik, dan sebagainya. Atau dengan kata lain *ekstremisme* merupakan suatu paham atau keyakinan yang sangat kuat terhadap satu pandangan yang melampaui batas kewajaran dan bertentangan dengan hukum yang berlaku.

Radikalisme merupakan cara pandang, cara berpikir atau paradigma yang sudah menjadi ideologi. Secara etimologis, kata radikalisme berasal dari kata *radix* (akar) yang menggambarkan sebuah proses menuju kepada akar suatu persoalan. Imbuan kata *isme* menjadikannya ideologi yang bersifat sosial-politik. Ideologi ini berangkat dari akar berpikir tertentu dan ingin melakukan perubahan secara mendasar serta menyeluruh.

Dasar moral orang beragama untuk mengambil sikap dan tindakan ialah Allah. Bagi orang Kristen Yesus adalah dasar hidup keagamaan yang menjadi model yang patut dicontohi. Maka, doa pada Yesus menjadi suatu kewajiban agama bagi seorang Kristen ketika dia ingin hidup dalam kasih Tuhan di tengah dunia dan akhirat. Di hadapan pelbagai persoalan yang menantang agama, doa diyakini sebagai sesuatu yang niscaya diperlukan supaya manusia yang beragama dapat bertahan. Dengan demikian, doa merupakan sesuatu yang wajib dan diperlukan dalam agama.

2.5. Unsur-Unsur Doa

Dalam menjalankan aktivitas doa terdapat unsur-unsur yang harus diperhatikan. Seturut pengertiannya sebagaimana yang sudah diuraikan sebelumnya. Ada beberapa unsur doa yang menjadi hal penting untuk diketahui.

2.5.1. Syukur

Doa adalah ungkapan syukur pada Tuhan. Melalui doa setiap orang mengungkapkan syukur atas cinta dan rahmat Tuhan baginya. Umat beriman menyakini bahwa apa yang dimiliki dan yang ada saat ini adalah suatu pemberian cuma-cuma dari Allah untuk ciptaan.³⁷ Manusia dalam kisah penciptaan diberi mandat untuk mengelolah dan melestarikan ciptaan-Nya. Manusia diberi akal budi untuk berpikir, kemampuan untuk bereproduksi, kemampuan moral dan sebagainya. Manusia adalah makhluk yang paling istimewa bila dibandingkan dengan makhluk yang lain di muka bumi. Di luar manusia tidak ada ciptaan yang setara dengannya. Melihat keunggulan yang dimiliki manusia, maka patut baginya

Kata *fundamentalisme* pertama kali muncul untuk merujuk kelompok militan dari Protestan evangelis. Kelompok ini berjuang untuk mempertahankan prinsip-prinsip utama dalam fundamental, satu seri pamflet yang intinya menekankan absolutisme Alkitab. Kelompok fundamentalis Kristen ini percaya bahwa mereka harus hidup berdasarkan kode moral yang tertulis secara literer dalam *Bible*. Mereka menolak kritik-kritik sekular, teori evolusi dan ajaran lain yang tidak sepaham dengan ajaran Alkitab. Dari situ fundamentalisme hampir selalu diasosiasikan dengan Kristinitas, khususnya Kristen evangelis. Dalam *Shorter Oxford Dictionary*, contohnya, fundamentalisme berarti “ketaatan ketat pada prinsip-prinsip ortodoks (misalnya, kebenaran mutlak interpretasi literal terhadap Kitab Suci) yang dipegang sebagai sesuatu yang fundamental dalam iman Kristiani, bertentangan dengan liberalisme dan materialisme”. Syaiful Arif, *Islam, Pancasila, dan Deradikalisasi: Meneguhkan Nilai Keindonesiaan* (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2018), hlm. 165-168.

³⁷J. L. Ch. Abineno, *op., cit.* hlm. 62.

untuk bersyukur dalam doa dan nyanyian. Syukur atas segala yang dianugerahkan Allah kepada manusia secara cuma-cuma.³⁸

Seturut pengalaman iman ditemukan bahwa ucapan syukur berhubungan erat dengan peristiwa penyelamatan manusia oleh Allah, misalnya selamat dari kecelakaan. Tokoh Hana dalam Perjanjian Lama menjadi satu contoh bagaimana dia memuji Allah karena kebesaran-Nya dan bersyukur karena kepedulian-Nya terhadap umat-Nya yang menderita (bdk. 1Sam. 2:1-10).³⁹ Hana menyadari bahwa hanya Tuhan yang mampu dan peduli terhadap umat-Nya. Maka dia tidak segan bersyukur kepada Tuhan yang diyakininya sebagai penyelamat. Dalam Mazmur juga ditemukan bahwa seseorang berterima kasih atas kasih Allah yang membebaskan seperti pembebasan dari sakit penyakit (bdk. Mzm. 30; 33; 116), musuh (bdk. Mzm. 18; 92; 118; 139) atau pelepasan dari sebuah persoalan (bdk. Mzm. 66:14).⁴⁰ Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa syukur adalah salah satu unsur yang ada dalam doa. Ungkapan syukur diharapkan tidak saja muncul saat suka tetapi juga dalam duka-dalam susah dan senang. Karena iman yang sejati adalah iman yang senantiasa bersyukur dalam suka maupun duka.

2.5.2. Pujian

Selain mengandung unsur syukur, doa juga memuat unsur pujian. Pujian manusia atas kemahakuasaan Allah. Clements sebagaimana dikutip oleh Kornelis Setiawan mengatakan bahwa pujian sebetulnya adalah tujuan akhir dari semua doa.⁴¹ Bagi orang beriman pujian adalah hal yang perlu karena mereka meyakini Allah adalah kasih dan mahakuasa serta penuh kemuliaan. Dia rela mati dan sama seperti manusia. Dalam surat kepada orang Ibrani ditulis curahan hati Paulus bahwa ia memuji Allah karena ia diliputi kebebasan dan kekudusan Allah. Pujian ini ditunjukkan oleh Paulus bersama Silas tidak saja dalam situasi keberuntungan tetapi juga dalam kemalangan (bdk. Kis. 16:15-26). Walaupun disekap dalam penjara mereka tetap memuji dan memuliakan Allah. Allah mendengar dan

³⁸Paulus Bau Mau, "Urgensi Doa Dalam Mengupayakan Keharmonisan Keluarga Kristiani" (Skripsi Sarjana, Sekolah Tinggi Filsafat Katolik Ledalero, Maumere, 2016), hlm. 24.

³⁹Koernelius A. Setiawan, *op. cit.*, hlm. 27.

⁴⁰*Ibid.*, hlm. 28.

⁴¹*Ibid.*, hlm. 26.

mengetahui apa yang mereka perlukan. Allah melalui peristiwa gempa bumi yang dahsyat meluputkan mereka dari musuh-musuh.

Daud juga menjadi salah satu tokoh penting yang mengawali doanya dengan pujian kepada Allah. Kisah ini dapat dilihat dalam Mazm. 27:1-6:

27:1 Dari Daud. TUHAN adalah terangku dan keselamatanku, kepada siapakah aku harus takut? TUHAN adalah benteng hidupku, terhadap siapakah aku harus gemetar? 27:2 Ketika penjahat-penjahat menyerang aku untuk memakan dagingku, yakni semua lawanku dan musuhku, mereka sendirilah yang tergelincir dan jatuh. 27:3 Sekalipun tentara berkemah mengepung aku, tidak takut hatiku; sekalipun timbul peperangan melawan aku, dalam hal itu pun aku tetap percaya. 27:4 Satu hal telah kuminta kepada TUHAN, itulah yang kuingini: diam di rumah TUHAN seumur hidupku, menyaksikan kemurahan TUHAN dan menikmati bait-Nya. 27:5 Sebab Ia melindungi aku dalam pondok-Nya pada waktu bahaya; Ia menyembunyikan aku dalam persembunyian di kemah-Nya, Ia mengangkat aku ke atas gunung batu. 27:6 Maka sekarang tegaklah kepalaku, mengatasi musuhku sekeliling aku; dalam kemah-Nya aku mau mempersembahkan korban dengan sorak-sorai; aku mau menyanyi dan bermazmur bagi TUHAN.⁴²

Daud memuji Tuhan karena Tuhan memberi dia kemampuan untuk mencapai apa yang diinginkannya yakni berdiam di kemah Yahwe dan bersemayam di tempat-Nya yang suci. Tempat persekutuan dengan Allah. Dengan demikian, dalam setiap doa, menyampaikan pujian merupakan suatu yang sangat penting. Bagi orang beriman, pujian mestinya tidak saja dalam suasana suka tetapi juga dalam duka. Iman yang sejati hadir sejauh mana orang beriman bertahan dalam suka dan duka dalam hidup.

2.5.3. Pengakuan Dosa

Dalam doa, terdapat juga unsur kerendahan hati. Mengakui diri di hadapan Tuhan sebagai pribadi yang berdosa adalah bentuk dari ungkapan kerendahan hati bahwa dirinya adalah makhluk yang rapuh dan tidak berdaya. Penuh dosa dan salah. Dosa muncul sebagai akibat dari kebebasan manusia yang tidak terkendali dengan baik, sehingga berbenturan dengan kehendak Tuhan. Manusia terkadang

⁴²Lembaga Alkitab Indonesia, *Perjanjian Lama* (Jakarta: IKPI, 2014), hlm. 569.

merasa diri hebat lantas tidak lagi mengandalkan Allah. Hubungan manusia dengan Allah pun seketika runtuh. Kisah penciptaan menjadi gambaran yang jelas bahwa manusia dengan kebebasan yang diberikan Tuhan membuatnya jatuh dalam kedosaan.

Hubungan antara manusia dengan Allah kembali dipulihkan ketika manusia dengan cinta Allah yang besar kepadanya. Allah mengutus dan mengorbankan anak-Nya yang tunggal untuk menebus dosa manusia. Yesus berkorban dan mati di kayu salib demi manusia.⁴³ Menyadari akan pengorbanan Yesus, maka penting umat beriman dalam doa menyadari keberdosannya, mengakui dan memohon ampun melalui Yesus.

Kesadaran diri manusia secara terus-menerus dapat memulihkannya dari dosa karena di sana dia berusaha untuk bertobat. Pertobatan batin yang terdalam dari manusia yang tampak dalam sikap hidup membawa manusia pada keselamatan. Oleh karena darah-Nya yang tumpah di kayu salib, jarak antara Allah dengan manusia tidak ada lagi. Namun, relasi itu tidak lagi seperti pada mulanya, di mana Allah dengan manusia bersatu dalam tempat yang sama, melainkan menjadi relasi yang berseberangan, relasi yang membutuhkan suatu mediasi yang mempertemukan Allah dengan manusia. Doa adalah salah satu mediasi untuk menjalin komunikasi dengan Allah.

2.5.4. Permohonan

Unsur lain yang ditemukan dalam doa ialah permohonan. Permohonan manusia kepada Allah karena diyakini bahwa Dia adalah Allah satu-satunya yang mampu dan memungkinkan manusia hidup dan bertahan dalam segala cobaan hidup. Permohonan manusia tentu saja berbeda-beda. Doa permohonan pada Tuhan sebetulnya menunjukkan manusia sementara menyerahkan dirinya yang rapuh di hadapan Allah. Dalam doa permohonan manusia itu lemah dan miskin.⁴⁴

⁴³Frank Chacon dan Jim Burnham, *Pembelaan Iman Katolik 4: Menanggapi Serangan Tentang Iman Katolik*, Penerj. Petrus D. Widharsana (Jakarta: Fidei Press, 2013), hlm. 73-75.

⁴⁴<http://www.indocell.net/yesaya/id175.htm>, diakses pada 21 Januari 2021.

Dalam Perjanjian Baru, ditemukan pelbagai kata yang mengungkapkan permohonan yakni, memohon, meminta, meminta dengan sangat, menyeru, menjerit, berteriak, malahan juga *bergumul dalam doa* (bdk. Rm. 15:30; Ko1. 4:12).⁴⁵ Akan tetapi, ungkapan yang paling biasa dan paling cocok adalah “memohon”. Dalam doa permohonan terungkap kesadaran akan hubungan manusia dengan Allah. Manusia adalah makhluk ciptaan Allah, dan karena itu, bukan asal-usulnya sendiri, bukan tuan atas keberadaannya, dan juga bukan tujuannya yang terakhir. Sebagai orang berdosa, ia selalu saja memalingkan diri dari Bapa. Oleh karena itu, doa permohonan merupakan prasyarat untuk doa yang baik dan jujur. Kerendahan hati yang penuh kepercayaan, menempatkan kembali manusia dalam terang persekutuan dengan Bapa dan Putra-Nya Yesus Kristus, dan dengan demikian dalam persekutuan antara manusia dengan sesamanya (bdk. 1Yoh. 1:7-2:2).⁴⁶

2.6. Kesimpulan

Doa merupakan hal utama dan bagian yang paling penting dalam kehidupan manusia. Melalui doa, hubungan manusia dengan Allah yang transenden semakin dipererat. Akan tetapi, iman adalah dasar dari doa yang memungkinkan manusia untuk berelasi dengan Allah. Dalam iman manusia percaya dan dengan keyakinan yang teguh akan kehadiran Allah dalam doanya. Oleh karena itu, doa merupakan suatu aktivitas rohani yang pada dasarnya berbeda dengan aktivitas-aktivitas lainnya. Aktivitas doa adalah aktivitas yang berangkat dari kesadaran dalam dirinya akan ketidakmampuan dan ketakberdayaannya sebagai pribadi yang lemah, sehingga doa sebagai bentuk ungkapan kepasrahan di hadapan Allah dan memohon rahmat belaskasihannya Allah atas dirinya. Pribadi yang sadar akan dirinya sebagai makhluk ciptaan yang lemah, ia menghadirkan Allah dan melibatkan Allah dalam seluruh rangkaian hidupnya. Di samping kesibukan-kesibukan untuk memenuhi kebutuhan jasmani, ia juga tetap memperhatikan aktivitas doa untuk memenuhi kebutuhan rohaninya.

⁴⁵Konferensi Wali Gereja Religio Nusa Tenggara, *Katekismus Gereja Katolik*, Penerj. Herman Embuiru. Cet. III (Ende: Penerbit Nusa Indah, 2014), hlm. 633.

⁴⁶*Ibid.*, hlm. 634.