

Kenosis dan Pleroma Merupakan Salah Satu Upaya Memperteguh Iman Katolik Generasi Z di Era Digital

J.Agung Indratmoko¹, Gabriel Natalio Dheo Dactus²

¹Universitas PGRI Argopura Jember, *johanesagung.03@gmail.com*

²STKIP Widya Yuwana Madiun, *gabrielnatalio107@gmail.com*

Abstrak: Mau tidak mau cepat atau lambat suka maupun tidak suka arus informasi melalui digital tidak akan mampu dibendung lagi. Dalam hal ini Gereja Katolik harus mampu bertindak bijaksana untuk menyelamatkan iman generasi Z, dengan cara Gereja harus open menerima berbagai kegiatan kawula muda dari pintu mereka dan proses pembentukannya dari generasi tua agar bisa terarah serta outputnya sesuai dengan harapan Gereja, karena kita harus memahami wajah gereja masa depan ditentukan pada saat ini (Generasi Z). Fenomena teknologi yang semakin mendominasi dan makin maju ini hampir di setiap kehidupan kita merupakan sebuah realitas yang tidak bisa kita hindari begitu saja. Seiring waktu, kita hidup semakin bergantung pada teknologi. Teknologi sudah sangat memanjakan kita dengan segala macam bentuk pelayanannya. Sedari kita bangun tidur hingga tidur lagi teknologi senantiasa menemani kita. Sikap selektif sangat dibutuhkan agar dapat memilih dan kemudian memilah mana informasi yang positif yang dapat mendukung dan membentuk pribadi anak muda Katolik yang berkualitas, bersahaja, beriman serta memiliki visioner. Sikap visioner inilah yang akan mampu menyaring setiap informasi yang bisa menjerumuskan diirinya. Kenosis dan Pleroma merupakan salah satu upaya mengendalikan generasi z agar tetap konsisten terhadap tantangan iman Katolik di era digital ini.

Kata Kunci: Iman, Generasi Z, Kenosis dan Pleroma.

Pendahuluan

Saat ini adalah masanya internet. Teknologi informasi menjadi prioritas pertama dalam perkembangan teknologi terkini. Media sosial adalah santapan rutin sehari-hari yang barangkali sudah masuk sebagai bagian dari kebutuhan hidup. Teori hierarki kebutuhan hidup Abraham Maslow tentang eksistensi diri terlihat di era ini. Eranya generasi milenial, generasi Z, generasi zaman *now*.

Salah seorang pemimpin gereja bernama Craig Cabaniss mengatakan bahwa, “Apakah anda di rumah, di mobil, di toko, di restoran, bahkan di pom bensin kita selalu dikelilingi oleh media. Kita tidak bisa lepas dari media. Media sudah menjadi atmosfer kedua kita.”Sebenarnya ini adalah hal yang lumrah terjadi sebab dunia selalu mengalami transformasi. Di satu sisi, media digital dan internet mempunyai dampak yang positif bagi para penggunanya tetapi tak dapat dipungkiri bahwa hal tersebut juga dapat memberikan dampak yang negatif. Salah satu dampak negatif dari media digital dan internet yang mewabah

akhir-akhir ini ialah hate speech (ujaran kebencian) yang menyebar di media sosial. Bahkan media sosial dan sarana komunikasi online lainnya mulai memainkan peran yang lebih besar dalam kejahatan rasial. Hadirnya Apologet apologet yang tidak jarang mengaburkan iman terutama tentang trinitas, ini sangat berbahaya menggoyahkan iman Katolik generasi Z, jika tidak mendapatkan pemaparan yang benar dan tepat (bener dan pener). Apalagi informasi ini di dapatkan dari tokoh apologet dari Gereja di luar Gereja Katolik. Dengan demikian, gereja Katolik perlu membuka diri untuk hal-hal yang berhubungan dengan media digital di era digital revolusi industri 5.0 ini. Generasi Z mendengar dengan mata mereka dan berpikir dengan perasaan mereka. Untuk itu, gereja perlu menggunakan media digital dalam bermisi sehingga perkataan Yesus Kristus dapat tergenapi: “Dan Injil Kerajaan ini akan diberitakan di seluruh dunia menjadi kesaksian bagi semua bangsa, sesudah itu barulah tiba kesudahannya.” (Mat. 24:14).

Seseorang yang hidup dengan spiritualitas iman yang baik didalam dirinya akan selalu berorientasi untuk menebarkan kebaikan kepada sesama. Ya Tuhan tambahkanlah iman kami, dalam segala hal kita tidak mengandalkan kekuatan diri sendiri iman yang berkualitas pasti selalu mengandalkan kekuatan Roh Kudus. Ia akan melihat segala peristiwa dari sudut pandang yang positif, mengambil hikmah dari setiap peristiwa. Tentu hal ini pada akhirnya tidak hanya bermanfaat bagi diri sendiri, tetapi juga orang lain yang ada di sekitarnya. Nilai-nilai dasar iman Katolik yang ditanamkan oleh keluarga katolik didalam hati generasi Z akan menjadi pengaruh yang luar biasa bagi seseorang agar selalu melakukan hal-hal baik, terpuji dan berlandaskan alkitabiah sehingga kebohongan tidak akan dilakukan atau kebohongan, ketidak jujuran, kemunafikan adalah hal-hal yang berada jauh dari kamus anak-anak Katolik generasi z.

Metode

Untuk membahas judul artikel “Kenosis dan Pleroma merupakan salah satu upaya memperteguh iman katolik Generasi Z di era digital” penulis gunakan adalah :

- Metode Literalisasi (Kepustakaan)
- Metode Interview kepada aktifis OMK yang lahir mulai Tahun 1996
- Interview kepada aktifis OMK zaman Millenia
- Metode sharing yaitu berbagi pengalaman ketika penulis mengadakan pertemuan secara virtual dengan tokoh-tokoh agama yang bisa dijadikan nara sumber, terutama kepada generasi imigran digital.

Kenosis dan Pleroma

Kenosis adalah pengosongan diri istilah ini berasal dari bahasa Yunani untuk doktrin yang menyatakan bahwa Yesus mengosongkan diri-Nya dalam perwujudan-Nya sebagai manusia. Kenosis merupakan bentuk penyangkalan diri, bukan mengosongkan keilahian-Nya maupun menukarkan keilahian-Nya bagi kemanusiaan-Nya. Filipi 2:7 menyatakan kalau Yesus “telah mengosongkan diri-Nya sendiri, dan mengambil rupa seorang hamba, dan menjadi sama dengan manusia.” Yesus tidak berhenti menjadi Allah selama pelayanan-Nya di dunia. Namun, Yesus rela mengesampingkan kemuliaan surgawi-Nya

terkait hubungan-Nya yang intim dengan Allah. Yesus juga mengesampingkan otoritas atas kemerdekaan-Nya. Selama pelayanan-Nya di dunia, Yesus Kristus sepenuhnya menyerahkan diri-Nya kepada kehendak Bapa. Sebagai bagian dari kenosis, terkadang Yesus menjalani kehidupan-Nya dengan keterbatasan-Nya sebagai manusia (Yoh 4:6, 19:28). Tampaknya, selama Yesus ada di dunia, Dia melepaskan beberapa sifat keilahian-Nya. Yesus masih tetap kudus, adil, penuh belas kasih, penyayang, penuh kebenaran, dan kasih. Bagaimanapun, mengenai kenosis, kita seringkali terlalu memusatkan perhatian kepada apa yang Yesus lepaskan. Perlu diingat juga kalau kenosis juga berkaitan dengan apa yang Yesus terima. Yesus menambahkan pada diri-Nya sifat manusia dan rela merendahkan diri-Nya. Yesus meninggalkan kemuliaan di surga untuk menjadi manusia yang akan mati di kayu salib. Filipi 2:7-8 menyatakan, “mengambil rupa seorang hamba, dan menjadi sama dengan manusia. Dan dalam keadaan sebagai manusia, Ia telah merendahkan diri-Nya dan taat sampai mati, bahkan sampai mati di kayu salib.” Ini merupakan tindakan kerendahan hati yang terbesar, sebab itu, kenosis adalah doktrin yang menyatakan kalau Yesus Kristus ketika berinkarnasi telah menjadi sama dengan manusia dengan semua keterbatasannya, terkecuali terkait dengan dosa, Yesus tetap kudus.

Pleroma merupakan pengisihan rahmat Illahi, sehingga antara kenosis dan Pleroma itu tidak dapat diopisahkan karena pengosongan diri dan pemberi rahmat itu juga berasal dari Yesus Kristus. Jika seseorang sudah mampu mengosongkan diri melalui refleksi maka pengisihan rahmat illahi itu terwujud dalam diri seseorang dengan titik puncak mampu bersemuka dengan Allah. Maka untuk mengcounter penggunaan waktu bagi generasi Z agar tidak menghabiskan waktu untuk bermedsos saja perlu dilatih untuk melaksanakan kenosis dan pleroma secara konsisten di ruang khusus yaitu ruang adorasi.

Merasakan kehadiran Tuhan

Doa bukan teologi. Dalam doa, memang ada refleksi karena sadar. Tetapi, yang pokok dalam doa adalah kesadaran akan kehadiran Tuhan. Itu dapat terjadi tanpa kata-kata, bahkan tanpa pikiran refleksif. Yang pokok adalah mengalami dan merasakan kehadiran Tuhan. Maka, ketenangan adalah intisari doa ini. Dalam

ketenangan, orang makin masuk ke dalam dasar jiwanya, makin mengalami yang paling pokok dalam hidupnya, makin mengalami diri sebagai makhluk ciptaan Tuhan, yang amat dicintai oleh-Nya. Di sini menjadi kentara peranan teologi. Sebab, kemakhlukan, cinta Allah, dan hidup abadi bukanlah gagasan yang spontan munculkan, melainkan sudah terbentuk dalam benak sebelumnya. Teologi membantu orang, entah langsung entah melalui pengaruh orang lain, untuk menjadi peka terhadap pengalaman akan kehadiran Tuhan. Pengalaman itu sendiri datang langsung dari Tuhan, dan inilah yang oleh Konsili disebut "rasa manis". Tetapi, mengenal pengalaman itu sebagai perjumpaan dengan Tuhan adalah pemahaman, yang akhirnya berasal dari teologi. Pemahaman itu dapat menolong ketenangan. Orang makin mudah dan makin pasti masuk ke dalam kehadiran Tuhan, tanpa diganggu oleh pertanyaan atau kekhawatiran. Orang tahu bahwa ia memang diberi kesempatan mengalami kehadiran Tuhan.. Karena itu, ia berani percaya pada pengalaman itu. Ia tidak bingung dengan suatu pengalaman yang memang luar biasa. Inilah "yang disediakan Allah untuk mereka yang mengasihi Dia" (1Kor 2:9). Orang mau bersungguh-sungguh belajar untuk menerima anugerah Tuhan itu dan membiarkan Roh berkarya sendiri. Pemahaman akan karya Allah dapat membantu untuk merasakan kehadiran Roh dengan lebih sadar. Itulah sumbangan yang dapat diberikan oleh teologi kepada doa: membuat orang sadar mengenai karya Allah dalam dirinya. Sebab, doa bukanlah suatu pengalaman individual saja. Tuhan sungguh berkarya dalam diri orang individual, tetapi tidak hanya dalam dia. Karya Allah "mempersatukan di dalam Kristus segala sesuatu, baik yang di surga maupun yang di bumi" (Ef 1:10). Karya Allah dalam satu orang berkaitan langsung dengan pengudusan dan penyelamatan semua orang yang lain. Kehadiran Roh dalam satu orang berhubungan langsung dengan seluruh Gereja, bahkan dengan alam raya seluruhnya. Karena itu, doa tidak pernah dapat dilepaskan dari misteri keselamatan Allah dalam seluruh sejarah dan medan kehidupan umat manusia. Doa kait-mengait dengan sakramen, dengan sejarah keselamatan, dengan pembangunan masyarakat, dengan kematian dan hidup kekal, dan dengan segala sesuatu yang penting dalam kehidupan manusia. Semua itu tentu tidak selalu disadari secara langsung, tetapi

harus dihayati sebagai latar belakang untuk doa yang konkret.

Refleksi

Teologi adalah refleksi iman, atau lebih lengkap dikatakan: teologi adalah refleksi atas wahyu Tuhan sejauh diterima oleh manusia beriman. Tujuan teologi adalah pemahaman, mau mengerti apa yang diimani dan apa sebetulnya arti iman itu sendiri. Doa lain. Dalam doa, pasti juga ada unsur refleksi, sebab orang berdoa dengan sadar dan penuh pengertian. Tetapi, tujuan doa bukanlah pemahaman. Doa mau menanggapi sapaan Allah. Biasanya doa dipahami sebagai suatu dialog dengan Allah. Kata "dialog" itu sebetulnya suatu metafora, bahkan semacam antropomorfisme, yang berbicara mengenai Allah seolah-olah Dia seorang manusia. Tetapi, metafora itu dapat dimanfaatkan. Dalam percakapan manusia dengan orang lain, dapat dibedakan empat aspek: pernyataan, ekspresi diri, sapaan, dan tawaran hubungan pribadi. Jelas sekali bahwa dalam doa, tekanan ada pada ekspresi diri, sapaan, dan hubungan pribadi. Pernyataan juga ada, sebab tidak ada doa tanpa isi. Tetapi, jelas sekali bahwa yang paling pokok bukan isi itu, melainkan relasi, hubungan pribadi. Berhubungan dengan itu, juga sapaan dan ekspresi diri perlu. Manusia menyadari (itu unsur refleksi) bahwa ia dipanggil ("disapa") oleh Allah, dan doanya adalah pertama-tama jawaban atas panggilan Allah itu. Itu bisa berupa puji-syukur, bisa permohonan; bisa didoakan bersama, bisa sendirian; bisa dirumuskan dengan kata-kata, bisa merupakan sikap batin saja. Semua itu tidak mengubah yang pokok ini, bahwa doa adalah hubungan pribadi, tanggapan atas panggilan Allah. Karena itu, doa tidak tertuju kepada pemahaman, tetapi kepada hubungan. Sejauh mana doa itu "menyentuh" Allah yang disapa, itu merupakan pertanyaan teologis.

Sesungguhnya pewahyuan nama Allah adalah dasar dan suri-teladan segala wahyu. Dengan memberikan nama-Nya Allah memberikan diri kepada manusia. Ini bukan bahasa antropomorf: ini bahasa manusia, karena berbicara mengenai sejarah Allah dengan manusia. Dalam nama-Nya, Allah yang tetap "tersembunyi dan rahasia" (1 Kor 2:7; bdk. Ef 3:9) hadir dalam sejarah manusia. Karena itu, nama Allah memang inti-pokok pewahyuan. Maka, dari pihak manusia, nama itu juga pusat imannya (bdk. 1Tim 4:6). Nama itu adalah

semacam simbol yang menunjuk ke atas manusia sendiri kepada Allah yang agung dan mulia. Nama itu memang diberikan kepada manusia, tetapi tidak pernah dimiliki atau dikuasai oleh manusia. Dengan nama itu, manusia berhadapan dengan Allah, yang tetap tinggal misteri baginya. Nama itu berarti Allah yang memberikan diri kepada manusia. Dalam doa, manusia berani menanggapi pemberian diri Allah itu, dan menyapa Allah dengan nama yang disingkapkan-Nya kepada manusia. Justru karena nama itu, doa menjadi dialog, paling sedikit dari pihak manusia. Manusia berbicara dengan Allah yang dapat disapa olehnya. Nama Tuhan tidak hanya berhubungan dengan doa dan kebaktian, tetapi khususnya dengan anamnesis, pengenangan akan karya agung Tuhan di dunia. Yang paling pokok dalam doa memang relasi pribadi dengan Allah, yang disapa dengan nama Tuhan. Tetapi, nama Tuhan itu berkaitan dengan peristiwa-peristiwa tertentu dalam sejarah Allah dengan manusia. Mengetahui Allah paham tentang Allah harus dibedakan dari nama Allah. Itu berarti bahwa pengetahuan harus dibedakan dari pengalaman. Dengan segala pengetahuan teoretis, manusia tak pernah dapat mengetahui Allah secara pribadi. Hanya dalam pertemuan, dalam pengalaman hidup, manusia dapat mengetahui Allah. Dengan pengalaman akan Allah, di sini tentu dimaksudkan pengalaman iman. Allah dimengerti sebagaimana Ia menyatakan diri. Itu berarti pertama-tama sebagai Pencipta, dan kedua sebagai Penyelamat; atau dengan kata lain: sebagai dasar dan tujuan hidup. Adalah tugas teologi untuk memperlihatkan bagaimana karya Allah, sebagai Pencipta dan Penyelamat, dalam pewahyuan trinitar benar-benar memperlihatkan siapa Allah sesungguhnya. Maka, teologi mulai dengan mengakui adanya Allah. Sebab, orang tidak dapat percaya pada Allah yang tidak ada. Tetapi, ini bukan semacam pengandaian pikiran, melainkan suatu pengandaian yang berdasarkan pengalaman iman dalam perjumpaan dengan Allah (melalui Sabda-Nya dan dalam Roh-Nya). Secara konkret, ini berarti bahwa Allah dimengerti sekaligus sebagai Yang transenden dan imanen, dan pengertian itu pun adalah pengalaman. Sebab, Allah dialami sebagai *Nan Mahaagung* yang mengatasi segala-galanya, namun yang sekaligus hadir dan menghidupkan. Oleh karena itu, sikap iman tidak hanya berarti pengakuan, tetapi juga ketaatan, sembah-sujud, dan pengabdian. Adalah tugas teologi untuk menjelaskan semua itu secara rasional. Dalam

refleksi pengenalan Allah sehingga seseorang bisa Neng, Ning, Nung dan Gung.

Paparan Interview

Beberapa interview yang dilakukan oleh penulis kepada generasi millineal dan Generasi Z yang diambil secara acak di OMK wilayah Roma Paroki santo Yusup Jember akan ditampilkan apa adanya berdasarkan jawaban yang diberikan.

1. Dalam waktu sehari semalam (24 jam berapa jam/menit yang anda gunakan untuk berdoa kepada Tuhan.
Jawab: Kami berdoa anatar 5 – 10 menit.
2. Doa yang sering anda lakukan doa apa ?
Jawab: Doa bangun tidur, doa makan dan doa menjelang tidur.
3. Disaat pandemi covid 19 kan banyak waktu luang di rumah, anda gunakan untuk apa ?
Jawab: Untuk mengerjakan tugas sekolah, sisanya untuk interletan, stel video, WA dengan temen-temen, setel Snack Video, twiter, face book, histogram, tik token dsb.
4. Adakah waktu yang anda gunakan untuk melakukan doa devosi, misalnya doa rosario, doa koronka, doa kerahiman Allah, doa novena dsb ?
Jawab: Tidak pernah, doa bersifat insidental.
5. Kapan anda melakukan atau meluangkan waktu untuk berdialog dengan Tuhan ?
Jawab : Jika ada problem atau ada masalah dalam kehidupan saya.
6. Apakah masih rutin mengikuti Misa Kudus pada hari Minggu ?
Jawab: Ya rutin kan sekarang lebih enak bisa memilih jadwal secara bebas bisa misa secara online di seluruh Paroki gereja di Indonesia, karena mengikuti misa secara livestreaming jadi bisa lebih nyantai.
7. Jika ada jadwal kegiatan gereja yang bersamaan dengan kegiatan di luar gereja misalnya acara konglow konglow dengan teman teman, mana yang anda pilih ?
Jawab: Pilih konglow konglow dengan teman teman, alasannya kegiatan gereja ya itu itu saja dan bisa di ulang.
8. Di era digital ini apa yang anda sukai ?
Jawab: Suka bermedsos untuk menambah teman teman, sarana belajar mandiri, bisa mengakses apa saja yang dibutuhkan, bisa digunakan sarana bisnis dsb.
9. Adakah sumbangan dunia digital terhadap program kegiatan gereja ?
Jawab: Ada.
10. Bentuknya seperti apa ?

- Jawab: Misa Livestreaming, Webnar, menyebarkan undangan untuk pertemuan rapat DPP, pertemuan doa lingkungan, efisiensi dan efektif akan waktu.
11. Apakah anda sering terlibat dalam kegiatan mengereja (pelayanan)
Jawab: kadang kadang.
12. Berdasarkan jawaban No 11
Mengapa ?
Jawab: Sebab gereja masih didominasi oleh golongan tua tua / tokoh tokoh lama.
13. Jawaban bebas, bagaimana seharusnya?
Jawab: Seharusnya anak anak muda diberi kepercayaan untuk melakukan even even tertentu dalam kegiatan di Paroki.
14. Masih punya keyakinan bahwa masa depan gereja atau wajah gereja masa depan ada di tangan anak anak muda ?
Jawab : Ya
15. Apa yang anda lakukan untuk mewujudkan gereja masaa depan di era digital ini.
Jawaban :
a. Beri kepercayaan
b. Gereja harus berubah jangan monoton saja
c. Melanjutkan program program yang sudah ada
d. Gereja mengadakan inovasi dan kreatif untuk menarik dan menggerakkan anak anak muda agar mencintai ekaristi (misalnya mengadakan misa di alam terbuka.
e. Tetap ada pendampingan Romo Moderator yang faham dan menjiwai anak anak muda dan sangat piawai dalam dunia digital.

Generasi Z di Era Digital

Tidak dipungkiri bahwa generasi Z Katolik merupakan penerus harapan dan masa depan Gereja. Kaum muda Katolik harus siap dalam mengemban tugas dalam Gereja. Namun, persoalan-persoalan di dalam lingkup kaum muda seringkali membuat mereka lari dari realitas yang dihadapi. Kaum muda Katolik terjebak akan arus modern, yang mengharuskan untuk selalu memakai teknologi untuk kehidupannya sehari-hari. Teknologi yang semakin maju ini membuat kaum muda Katolik menjadi semakin malas dalam berkumpul dengan teman-teman seimannya lebih berfokus pada sebagian teman-teman di dunia virtual, tetapi tidak semua orang muda terjerumus ke dalam hal seperti itu. Ada juga kaum Muda memanfaatkan teknologi digital ini dengan hal

yang positif seperti melakukan rapat dengan online menggunakan aplikasi seperti zoom, selain itu juga digunakan untuk latihan Koor bersama meskipun via online.

Sebagai anggota Gereja secara umum, kaum muda juga harus terlibat ikut ambil bagian dalam keberlangsungan pertumbuhan dan kehidupan Gereja. Sebagai bagian dari anggota tubuh Kristus, kaum muda juga ikut berperan dalam tanggung jawab dan fungsi dalam gereja. Maka diharapkan masing-masing pribadi memiliki kesadaran untuk melibatkan diri dalam tanggung jawab tersebut. Kesadaran ini yang terpenting sebab tanpa adanya kesadaran dan keterlibatannya dalam gereja, pendampingan dan pembinaan tidak akan berjalan secara efektif. Tanpa peran aktif yang disertai dengan kesadaran yang tinggi akan keterlibatannya, gereja beserta kegiatan di dalamnya hanya merupakan sebuah pelarian bagi kaum muda. Gereja bukan tempat pelarian, tetapi gereja bisa menjadi tempat untuk bernaung. Untuk itulah, keterlibatan kaum muda sangat penting dan memegang salah satu kendali. Sebagai ujung tombak misi gereja, kesaksian hidup kaum muda sangat menentukan.

Kaum Muda Katolik untuk sekarang ini mengalami masa krisis, di mana kaum muda Katolik sangat sulit sekali untuk berkumpul dengan saudara seimannya dikarenakan beberapa faktor. Faktor-faktor itu meliputi; malas untuk berkumpul, tidak suka dengan teman di Gerejanya, punya dendam tersendiri terhadap temannya, tidak dianggap dalam berorganisasi, kurang bersosialisasi dengan teman di Gereja dan lain sebagainya. Kalau seperti ini peran pendidikan Katolik harus ditonjolkan agar kaum muda Katolik tergerak hatinya untuk siap ikut andil bagian dalam proses pembangunan yang ada di gereja setempat.

Perlunya Pendidikan Keimanan untuk Kaum Muda Katolik

Pendidikan yang dimaksudkan di sini tidaklah selalu formal seperti yang diajarkan di sekolah-sekolah pada umumnya. Di Gereja sendiri bisa mendapatkan pendidikan seperti; pendidikan spiritual, pengembangan nilai-nilai dalam pembentukan karakter agar mampu berorganisasi dengan baik dengan saudara seimannya. Di Gereja sendiri banyak sekali organisasi, organisasi ini memiliki tujuannya masing-masing. Dengan banyaknya seseorang mengikuti organisasi di Gereja mereka

mendapatkan manfaat seperti; mendapatkan wawasan dari hasil berorganisasi, semakin bertanggung jawab, disiplin, berani menyatakan pendapat, dan sebagainya.

Tantangan terbesar yang dilalui kaum muda sendiri dalam mengembangkan kehidupan pribadinya dan kehidupan Gereja adalah sebab dari kesadaran diri yang kurang dan perlunya pendampingan agar imannya semakin dewasa. Kaum muda harus memiliki pribadi yang matang dan juga memiliki kesadaran tinggi akan pertumbuhan pembangunan Gereja. Selain itu, pendampingan pastoral kaum muda juga menjadi tantangan yang cukup serius bagi pertumbuhan kaum muda. Tanpa pendampingan yang seimbang dan menyeluruh, pada akhirnya hanya menjadi kumpulan kaum muda Katolik, tanpa orientasi yang jelas. Jika pendampingan pastoral kaum muda dapat mempengaruhi kaum muda untuk mencintai gereja maka tidak mungkin kaum muda merosot, melainkan kaum muda tentunya akan tergerak hatinya agar mampu mengemban tugas gereja juga nantinya.

Bagi generasi muda sekarang ini dengan gaya hidup modern, tentunya sangat sulit untuk dijangkau. Generasi saat ini adalah generasi yang sudah mengenal teknologi dan sudah tahu cara penggunaannya. Oleh karena ini, perlu model pembinaan yang membuat mereka tersadar bahwa mereka tidak asyik dengan dunianya sendiri melainkan bisa berkumpul dengan teman-teman sebayanya di Gereja, membentuk persekutuan dan organisasi, melakukan pelayanan seturut dengan terang firman Tuhan.

Bagaimana cara pendamping merangkul kaum muda agar terlibat aktif dalam kehidupan menggereja, apalagi dengan situasi covid-19 ini. Jika pada saat pandemi ini melakukan perkumpulan dengan sistem tatap muka secara online. Cara ini yang paling kondusif untuk situasi sekarang dikarenakan tidak boleh berkumpul banyak-banyak orang karena virus. Dengan menggunakan metode ini pastinya kaum muda banyak yang terlibat dikarenakan adanya keseruan tersendiri dalam menggunakan metode online ini. Jika kondisinya sudah memungkinkan maka cara untuk menarik minat kaum muda dengan kegiatan seperti; permainan, nonton bareng, diskusi, dan bernyanyi bersama dengan begini bisa terjalin hubungan yang baik antar saudara seiman. Jika selalu melakukan kegiatan seperti ini maka secara tidak langsung kaum muda mendapatkan pembinaan iman.

Tantangannya, kembali kepada anggota gereja, apakah ingin ada pembinaan iman yang berjenjang dan mendukung pertumbuhan paroki kita? Maka keinginan itu perlu diwujudkan dalam aksi nyata pelayanan yang didukung dengan spiritualitas aktif serta spiritualitas pasif seperti teladan keluarga Maria dan Martha ketika Tuhan Yesus datang ke rumahnya. Martha sibuk menyiapkan masakan untuk menjamu Yesus (Spiritualitas aktif), sedangkan Maria duduk dengan tekun mendengarkan Yesus (spiritualitas pasif = pendoa). Jadi kalau keduanya digabung akan saling melengkapi dan kuat dalam pelayanannya. Caranya cukup mudah, tapi sulit untuk dilakukan seperti;

Meditasi

Meditasi sendiri adalah praktik relaksasi yang melibatkan pelepasan pikiran dari semua hal yang menarik, membebani, maupun mencemaskan dalam hidup kita sehari-hari. Arti definisinya, meditasi adalah kegiatan mental terstruktur, dilakukan selama jangka waktu tertentu, untuk menganalisis, menarik kesimpulan, dan mengambil langkah-langkah lebih lanjut untuk menyikapi, menentukan tindakan atau penyelesaian masalah pribadi, hidup, dan perilaku. Dalam hal ini media yang bisa dipakai adalah bacaan rohani, kitab suci, dan lagu rohani. Meditasi sendiri cukup mudah dilakukan karena hanya memerlukan tempat yang cukup tenang, kaum muda Katolik pasti dapat melakukan meditasi tapi yang perlu diingat dalam meditasi pikiran harus fokus pada satu tujuan yang dipakai jangan berpikiran kosong ataupun berpikiran yang aneh-aneh.

Lectio Divina

Tradisi Gereja Katolik mengenal apa yang disebut sebagai "*lectio divina*" untuk membantu kita umat beriman untuk sampai kepada persahabatan yang mendalam dengan Tuhan. Caranya ialah dengan mendengarkan Tuhan berbicara kepada kita melalui sabda-Nya. "*Lectio*" sendiri adalah kata Latin yang artinya "bacaan". ((Lih. M. Basil Pennington, *Lectio Divina*, (New York: A Crossroad Book, 1998), p. 1)) Maka "*lectio divina*" berarti bacaan ilahi atau bacaan rohani. Bacaan ilahi/ rohani ini terutama diperoleh dari Kitab Suci. Maka memang, *lectio divina* adalah cara berdoa dengan membaca dan merenungkan Kitab Suci untuk mencapai persatuan dengan Tuhan Allah Tritunggal. Di samping itu, dengan berdoa sambil merenungkan Sabda-Nya, kita dapat semakin memahami dan meresapkan Sabda

Tuhan dan misteri kasih Allah yang dinyatakan melalui Kristus Putera-Nya. Melalui *Lectio divina*, kita diajak untuk membaca, merenungkan, mendengarkan, dan akhirnya berdoa ataupun menyanyikan pujian yang berdasarkan sabda Tuhan, di dalam hati kita. Penghayatan sabda Tuhan ini akan membawa kita kepada kesadaran akan kehadiran Allah yang membimbing kita dalam segala kegiatan kita sepanjang hari. Jika kita rajin dan tekun melaksanakannya, kita akan mengalami eratnya persahabatan kita dengan Allah.

Berdoa setiap hari

Doa adalah pengangkatan jiwa kepada Tuhan, atau satu permohonan kepada Tuhan demi hal-hal yang baik. Dari mana kita berbicara, kalau kita berdoa? Dari ketinggian kesombongan dan kehendak kita ke bawah atau "dari jurang" (Mzm 130:1) hati yang rendah dan penuh sesal? Siapa yang merendahkan diri akan ditinggikan (Bdk. Luk 18:9-14). Menurut saya pribadi bahwa tujuan berdoa adalah untuk mengembangkan iman dan membawa kita untuk bisa berkomunikasi secara langsung dengan Tuhan, dalam agama katolik kita bisa mengetahui bahwa berdoa adalah hal yang utama tetapi kita juga tidak bisa sembarangan jika kita hanya berdoa Cuma untuk meminta dan tidak pernah bersyukur atas apa yang Allah berikan kepada kita maka itu akan percuma begitu juga jika kita rajin berdoa tetapi setelah berdoa kita melakukan dosa maka itu percuma tapi yang pasti tujuan berdoa adalah untuk mencapai jalan kebaikan/kebenaran bagi orang yang bersungguh-sungguh melaksanakan doa setulus hati. Dengan berdoa setiap setiap hari maka saya berkomunikasi dengan Tuhan setiap hari. Berdoa ini merupakan keharusan bagi setiap umat beragama tanpa terkecuali. Bila kaum muda kurang berdoa bahkan malas untuk berdoa bagaimana nantinya dapat mengembangkan spiritual, dari kebiasaan kecil saja tidak bisa. Maka langkah berdoa setiap hari merupakan keharusan dan mutlak hukumnya bagi semua agama.

Penutup

Teknologi sekarang semakin maju, kaum muda Katolik harus pandai-pandai untuk memilah dan memilah mana yang baik dan buruk. Memang benar teknologi memiliki banyak dampak positif seperti; mencari tugas, mengerjakan tugas, jual beli melalui online shop, melihat misa streaming, mendengarkan lagu rohani, dan lain-lain sebagainya. Tetapi

juga memiliki dampak negatif tersendiri seperti; membuat kaum muda semakin malas, malas dalam artian berkumpul dengan saudara seiman, malas untuk ke gereja, malas untuk mengikuti kegiatan di gereja, dan lain sebagainya. Diperlukan sikap tegas dalam diri agar tidak terbiasa dengan internet, gadget, dan lainnya. Kaum muda yang sebagai pionering masa depan gereja nantinya mengemban tugas gereja, diperlukan sikap menyadari dan cinta terhadap gereja. Kaum muda perlu pendampingan dan harus dilatih menggunakan waktu yang positif melalui "ber Kenosis dan Pleroma di ruang adorasi, agar mampu mengosongkan diri sehingga dapat menerima rahmad illahi yang diwahyukan, serta mampu bersemuka dengan Allah dengan tekun dan konsisten sehingga bisa Ning, Neng, Nung dan Gung.

Daftar Pustaka

- Alkitab Deuterokanonika lembaga Alkitab Indonesia. Jakarta : LAI 1974, LBI 1976, Dicitak oleh Percetakan Lebagas Alkitab Indonesia, cetakan Tahun 2013
- Agus M. Hardjana, M.Sc., Ed., "Komunikasi Interpersonal dan Intrapersonal", Kanisius, ISBN 979-21-0703-7, ISBN 978-979-21-0703-6.
- Anand Krishna, "Meditasi untuk Manajemen Stres & Neo Zen Reiki untuk Kesehatan Jasmani dan Rohani", Gramedia Pustaka Utama, 2001, ISBN 979-605-912-6, ISBN 978-979-605-912-6.
- Ardhi, FX. Wibowo. 1993. Sakramen Ekaristi. Yogyakarta: Kanisius
- Brownlee, Malcolm. 2004. Tugas Manusia dalam Dunia Milik Tuhan. Jakarta: Gunung Mulia
- Darminta, J. 2006. Praksis Bimbingan Rohani. Yogyakarta: Kanisius
- Efferin Lily. 2007. Menjadi Murid Kristus. Metanoia Publisng Jakarta Gunung Mulia.
- F.R. Alexander Jebadu, SVD, 1990. Arti dan tempat devosi Kepada Maria dalam Gereja. Dalam Rohani. Tahun,XXXVII.,No.10
- Githrie, Donald. 2008. Teologi Perjanjian Baru2.Jakarta:GunungMulia
- Groenen, C. 1992. Mariologi Teologi & Devosi. Yogyakarta: Kanisius
- Kokoh, Jost. 2009. Beriman Bersama Maria. Yogyakarta: Kanisius.
- KWI. 1998. Dokumen Konsili Vatikan II. Jakarta: Obor.

- KWI. 2006. *Marialis Cultus*. Jakarta: Obor
- Mariyanto, Sri. dkk. 2003. *Rosario Doa Renungan*. Yogyakarta: Kanisius
- Martasudjita, E. 2002. *Spiritualitas Liturgi*. Yogyakarta: Kanisius.
- _____. 1999. *Pengantar Liturgi*. Yogyakarta: Kanisius.
- Maryanto, Ernest. 2004. *Kamus Liturgi Sederhana*. Yogyakarta: Kanisius
- Moleong, Lexy. 2005.
- Patrisius. 2006. *Jadilah Padaku Menurut Perkataanmu, Bunda Maria Teladan Penghayatan Tri Prasetia*. Yogyakarta: Kanisius.
- Supriyadi. Agustinus, 2013. *Reksa Pastoral Paroki Dalam Gereja Sebagai Sakramen*. Malang: Widya Sasana
- <https://www.katolisitas.org/lectio-divina/>
- <https://www.alodokter.com/melatih-kecerdasan-spiritual-untuk-menjadi-orang-yang-lebih-baik>