

Pelatihan *Lectio Divina* Sebagai Upaya Mewujudkan Spirit *Nekaf Mese Ansaof Mese* Berbasis Kitab Suci Bagi Umat Paroki Wini, Keuskupan Atambua

¹⁾Guerikus Irwandi Tahu, ²⁾Sebastian Julian Harjoni, ³⁾Melkior Triraja Lalo, ⁴⁾Rivaldi Bastiano Hani, ⁵⁾Siprianus S. Senda*, ⁶⁾Samuel de Jesus Maria, ⁷⁾Ponciano Norberto dos Santos, ⁸⁾Eusebio Madeira, ⁹⁾Antonio Quenser, ¹⁰⁾Francisco da Costa

^{1,3,5)}Fakultas Filsafat, Universitas Katolik Widya Mandira, Kupang, Indonesia

^{2,4,6,7,8,9,10)}Instituto Superior de Filosofia e de Teologia, Dili, Timor Leste

Email: *sendasiprianus@gmail.com

INFORMASI ARTIKEL

ABSTRAK

Kata Kunci:

Kitab Suci;
Umat Paroki Wini;
Konsili Vatikan II;
Lectio Divina;
Nekaf mese ansaof mese

Umat Paroki Wini Keuskupan Atambua merupakan bagian dari Gereja Katolik sedunia yang mengikuti Konsili Vatikan II dalam praksis kehidupan menggereja. Salah satu bidang kehidupan menggereja adalah kitab suci. Konsili menghendaki agar umat Katolik di manapun memiliki akses terhadap kitab suci dan membaca serta merenungkannya untuk mengambil manfaat rohani darinya. Harapan konsili ini berbenturan dengan kenyataan bahwa masih banyak umat di pelbagai tempat yang tidak memiliki akses kepada kitab suci maupun pengetahuan dan keterampilan membaca serta merenungkan kitab suci, tidak terkecuali umat Paroki Wini Keuskupan Atambua. Oleh karena itu, pelatihan *Lectio Divina* ini merupakan salah satu solusi yang ditawarkan agar umat memiliki pengetahuan dan keterampilan membaca dan merenungkan kitab suci. Di sisi lain, spirit nekaf mese ansaof mese yang dimiliki umat sebagai masyarakat berbudaya Dawan dapat dikembangkan melalui pelatihan ini karena spirit tersebut sejalan dengan nilai injil yaitu cinta kasih, solidaritas dan kerja sama. Metode yang dipakai adalah penyuluhan dan pelatihan. Dengan penyuluhan, umat dibekali dengan pengetahuan mengenai *lectio divina*. Dengan pelatihan, umat dibekali dengan keterampilan dasar untuk membaca dan merenungkan kitab suci. Hasilnya adalah umat memiliki pengetahuan dan keterampilan menggunakan *lectio divina* dalam membaca dan merenungkan kitab suci. Dampak rohani akan dialami sebagai manfaat dari pelaksanaan *lectio divina* secara teratur.

ABSTRACT

Keywords:

Holy Scriptures;
Wini Parishioners;
Second Vatican Council;
Lectio Divina;
Nekaf mese ansaof mese

The Wini Parishioners of the Atambua Diocese are part of the world Catholic Church which follows the Second Vatican Council in the praxis of church life. One area of church life is the holy scriptures. The Council desired that Catholics everywhere have access to the holy scriptures and read and meditate on them in order to derive spiritual benefit from them. The hopes of this council clash with the reality that there are still many people in various places who do not have access to holy scriptures or the knowledge and skills to read and meditate on holy scriptures, including the Wini Parish of Atambua Diocese. Therefore, *Lectio Divina* training is one of the solutions offered so that people have the knowledge and skills to read and reflect on the holy scriptures. On the other hand, the spirit of nekaf mese ansaof mese that the people of the Dawan culture have can be developed through this training because this spirit is in line with the values of the Gospel, namely love, solidarity and cooperation. The methods used are education and training. With education, people are equipped with knowledge about *lectio divina*. With training, people are equipped with basic skills to read and meditate on holy scriptures. The result is that people have the knowledge and skills to use *lectio divina* in reading and meditating on holy scriptures. The spiritual impact will be experienced as a benefit from the regular practice of *lectio divina*.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



I. PENDAHULUAN

Dalam ajaran Gereja Katolik, ada tiga sumber iman yaitu Kitab Suci, Tradisi, dan Magisterium Gereja. (Paus Yohanes Paulus II 1992:No 84-85) Mengenai Kitab Suci, Konsili Vatikan II melalui dokumen *Dei Verbum* menyatakan bahwa umat beriman hidup dari Sabda Allah. Maka sabda Allah dalam Kitab Suci hendaknya dibaca dan dipahami oleh umat beriman. Bahkan Konsili Vatikan II mendesak dengan sangat agar umat beriman mendapat akses seluas mungkin kepada Kitab Suci dan mengakrabkan diri dengan Sabda Allah. Untuk itu, Konsili mengutip pernyataan Santo Hironimus, bahwa yang tidak mengenal Kitab Suci, tidak mengenal Kristus (Konsili Vatikan II, *Dei Verbum*, in Dokumen Konsili Vatikan II, ed. R. Hardawiryana (Jakarta: Obor, 2004), Art 25.)

Konsili Vatikan II telah berusia lebih dari 50 tahun, namun harapan agar umat beriman akrab dengan Kitab Suci belum terpenuhi sepenuhnya. Banyak usaha telah dilakukan oleh Gereja lokal di seluruh dunia untuk mengimplementasi harapan tersebut. Setiap Gereja lokal atau keuskupan memiliki Komisi Kitab Suci atau Delegatus Kitab Suci yang bertanggung jawab untuk menangani pastoral Kitab Suci (Indonesia 2022:62). Salah satu tugasnya adalah mengumatkan Kitab Suci. Selain itu, para dosen Kitab Suci di seminari-seminari di setiap keuskupan atau antar keuskupan, terdapat pula untuk ikut ambil bagian dalam upaya bersama mewujudkan harapan Konsili Vatikan II ini. Kenyataan dalam kehidupan umat membuktikan bahwa umat masih kurang memiliki pengetahuan tentang Kitab Suci, kurang pemahaman tentang pentingnya sabda Tuhan dalam kehidupan, dan kurangnya keterampilan mendalami Kitab Suci. Salah satu contoh adalah hasil penemuan dari Sarang dan Kipman dalam penelitian mengenai minat baca Alkitab pada mahasiswa STK St. Yakobus Merauke, yang menyatakan bahwa minat baca Alkitab mahasiswa masih rendah (Sarang and Kipman 2021:88).

Lembaga Biblika Indonesia (LBI) sebagai organ Konferensi Waligereja Indonesia yang menangani kerasulan kitab suci bertanggung jawab dalam upaya menjembatani harapan Konsili Vatikan II dan kenyataan yang menunjukkan bahwa kebiasaan umat membaca kitab suci masih langka. Data kuesioner yang dibuat oleh LBI memperlihatkan bahwa kesenjangan ini merupakan tantangan yang dihadapi oleh Gereja Katolik di Indonesia. Oleh karena itu, melalui program Bulan Kitab Suci Nasional pada bulan September setiap tahunnya, LBI terus menerus mengupayakan agar kitab suci semakin diakrabi oleh umat, melalui kegiatan membaca kitab suci yang dimulai dari dalam keluarga. Demikian pula diharapkan agar kegiatan membaca kitab suci inipun dilakukan secara kelompok melalui pertemuan-pertemuan kelompok kategorial seperti Legio Maria, Karismatik, Marriage Encounter, Kelompok Basis Gerejawi, dll. (Indonesia 2022:53-54)

Hasil kuesioner LBI menggambarkan kenyataan masih kurangnya pengetahuan umat mengenai isi kitab suci, dan minimnya keterampilan umat untuk membaca kitab suci dengan metode yang sederhana. Kedua hal ini menjadi pokok persoalan yang diangkat penulis dan tim pengabdian dalam menjawab kebutuhan umat, khususnya umat Paroki Wini, Keuskupan Atambua, melalui kegiatan pelatihan *Lectio Divina*, yang dikaitkan dengan spirit budaya dalam masyarakat Dawan, yaitu *Nekaf Mese Ansaof Mese*.

Umat Paroki Wini, Keuskupan Atambua, merupakan komunitas beriman Katolik yang juga masih memiliki kekurangan dalam hal pengetahuan, keterampilan membaca dan pemahaman tentang pentingnya sabda Tuhan dalam kehidupan. Hal itu terbukti dalam pernyataan Pastor Paroki, RD. Yoris Giri, yang meminta kepada penulis dan tim pengabdian untuk memberikan pelatihan kepada umatnya. Selain itu, dalam peninjauan awal terhadap umat sebelum pelatihan, diperoleh gambaran umum bahwa umat memang belum memiliki keterampilan dalam membaca dan merenungkan kitab suci. Ada pandangan yang umum tetapi keliru, bahwa membaca kitab suci itu hanya diperuntukkan bagi pastor. Itulah sebabnya banyak umat tidak terbiasa membaca kitab suci. Hasilnya, pengetahuan umum mengenai tokoh maupun peristiwa dalam kitab sucipun masih minim.

Berangkat dari kenyataan yang menunjukkan adanya kesenjangan dengan harapan Konsili Vatikan II, maka salah satu kegiatan yang dilakukan oleh para dosen dan mahasiswa melalui pengabdian kepada masyarakat (umat) adalah pelatihan *lectio divina*. *Lectio Divina* adalah sebuah metode membaca Sabda Allah dengan tahap-tahap yang mengantarkan pembaca kepada doa berbasis sabda (Suseno 2022:186-88). Tahapan itu adalah Bacaan atau *Lectio*, Meditasi atau *Meditatio*, Doa atau *Oratio*, Kontemplasi atau *Contemplatio* (Sinaga, Firmanto, and Aluwesia 2023:13). Pada akhirnya semua tahap itu berakhir dengan penghayatan nilai injil atau *Actio*. Di dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, pelatihan yang dilakukan mencakup penjelasan mengenai kitab suci, penjelasan mengenai metode pendalaman kitab suci, penjelasan tentang metode *lectio divina*, dan latihan menerapkan *lectio divina* dengan teks pilihan.

Dalam penelitiannya, Suseno menunjukkan bahwa melalui penerapan *Lectio Divina*, siswa-siswi SMP Negeri 1 Parindau Sanggau dapat meningkatkan prestasi belajar. (Suseno 2022:193) Sedangkan Angelika Bule

Tawa dkk menemukan dalam penelitian bahwa orang muda Katolik perlu dibekali dengan salah satu kegiatan kerohanian untuk meningkatkan partisipasi mereka dalam kehidupan rohani, yaitu kegiatan *lectio divina* (Tawa, Meja, and Yogalianti 2021:96–97, 99). Selain itu, Herman P. Panda dkk menampilkan hasil pelatihan meditasi *lectio divina* bagi anggota THS-THM yang memberikan wawasan baru dan memperkaya para anggota dalam metode meditasi yang selama ini dilakukan (Panda et al. 2023:4758).

Dari penelitian dan pengabdian yang dipaparkan di atas, terlihat bahwa metode *lectio divina* bermanfaat bagi peningkatan kerohanian berbasis kitab suci bagi umat Katolik dari pelbagai kelompok kategorial. Meskipun metode ini penting dan bermanfaat bagi umat dalam menumbuh-kembangkan kecintaan umat akan kitab suci dengan meningkatnya aktivitas membaca kitab suci, namun kenyataan menunjukkan bahwa pelatihan *lectio divina* bagi umat belum banyak dilakukan.

Tujuan pelatihan ini adalah agar umat Paroki Wini, Keuskupan Atambua, dapat memahami pentingnya membaca dan merenungkan Kitab Suci, serta memiliki pengetahuan dan keterampilan membaca dan merenungkan Kitab Suci secara sederhana dengan metode tertentu. Pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh melalui pelatihan ini akan membawa perubahan cara berpikir umat mengenai kitab suci, dan juga perilaku umat dalam membaca dan merenungkan sabda Tuhan dalam kitab suci. Semuanya bermuara pada terbentuknya karakter kristiani yang berbasis pada sabda Tuhan, sehingga umat Paroki Wini dapat mengenal nilai-nilai injil dan menghayatinya dengan konsekuen. Nilai-nilai injil itu di antaranya adalah kasih, sukacita, damai sejahtera, kebaikan, kebijaksanaan, solidaritas, keadilan, kebenaran, persaudaraan, pengendalian diri. Nilai-nilai injil itu pun sudah dimiliki dan dihayati oleh umat Paroki Wini yang merupakan masyarakat Suku Dawan dengan filosofi *Nekaf Mese Ansaof Mese* (Sehati sepikiran).

II. Metode

Penulis melakukan wawancara prapengabdian dengan pastor Paroki Wini, Rm. Yoris Giri. Dari wawancara tersebut, diperoleh gambaran mengenai kebutuhan umat Paroki Wini akan pengetahuan dan pemahaman dasar mengenai Kitab Suci, serta keterampilan membaca Kitab Suci dengan metode tertentu.

Pastor paroki menyambut baik rencana Fakultas Filsafat Universitas Katolik Widya Mandira Kupang (FF Unwira Kupang) untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Wini dalam kerjasama internasional dengan Fakultas Filsafat Instituto Superior de Filosofia e de Teologia Dili (ISFIT Dili). Maka tim pengabdian bersama menyusun rencana dan mempersiapkan bahan untuk melaksanakan pengabdian ini. Tema yang diusung dalam kegiatan ini adalah “Memupuk Persatuan dan Kesatuan dalam Membangun Gereja dan Bangsa berlandaskan Spirit Atoin Meto *Nekaf Mese Ansaof Mese*”.

Setelah menyepakati waktu bersama pastor paroki, tim pengabdian berkoordinasi internal untuk mempersiapkan materi dan proses pelatihan. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 20 September 2023, pukul 09.00 WITA, bertempat di gereja paroki. Peserta meliputi para guru, katekis, ketua kelompok basis gerejawi, orang muda katolik dan orang dewasa yang mau belajar Kitab Suci. Para peserta membawa Alkitab Deuterokanonika sebagai sumber teks untuk pelatihan dan materi pembelajaran. Materi pertama mengenai Kitab Suci Katolik dengan tujuan agar peserta mengenal kitab sucinya. Materi kedua mengenai metode *Lectio Divina* dan latihan menerapkannya dengan tujuan agar peserta memahami metode *lectio divina* dan terampil menerapkannya dalam membaca kitab suci setiap hari.

Penulis bersama tim pengabdian melaksanakan kegiatan Pelatihan *Lectio Divina* bagi Umat Paroki Wini menggunakan metode penyuluhan yang meliputi ceramah dan diskusi, serta pelatihan menerapkan *lectio divina* melalui pembacaan teks Luk 5:1-11 dan Kis 2:41-45 (Indonesia 2017). Pemilihan teks ini berkaitan dengan tema kegiatan, yaitu untuk membantu umat menyadari panggilan dan perutusan sebagai pengikut Kristus yang bersekutu dalam semangat kasih persaudaraan, sebagaimana dihayati oleh umat sebagai masyarakat *Atoin Meto* (sebutan untuk masyarakat Suku Dawan Timor) yang memiliki spirit *Nekaf Mese Ansaof Mese*, atau Sehati dan Sepikiran.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penjajakan Prapelatihan

Langkah pertama sebelum melakukan pelatihan adalah menjajaki pengetahuan dan pemahaman peserta mengenai spirit *Nekaf Mese Ansaof Mese* dan *Lectio Divina*. Hasil penjajakan itu disusun dalam tabel berikut ini.

Tabel 1. Hasil penjajakan prapelatihan

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apakah itu <i>Nekaf Mese Ansaof Mese</i> ?	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Nekaf Mese Ansaof Mese</i> adalah sepikir, sehat, dalam lingkungan keluarga, tetangga, masyarakat, dan sesama. • <i>Nekaf Mese Ansaof Mese</i> dapat dilihat dari segi Bhinneka Tunggal Ika: walaupun berbeda tetapi Satu. • <i>Nekaf Mese Ansaof Mese</i> artinya sehidup, sekata sepikir dan sehat.
2	Bagaimana penghayatan <i>Nekaf Mese Ansaof Mese</i> dalam kehidupan setiap hari?	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Nekaf Mese Ansaof Mese</i>: satu istilah yang sangat dalam; penghayatan sudah dihayati oleh orang timur sendiri ketika mulai membuka diri terhadap orang lain (menerima pendapat). Manusia itu ada perbedaan tetapi selalu sehat menghadap segala persoalan. • <i>Nekaf Mese Ansaof Mese</i> dapat dihayati dengan cara bekerja sama, dan bergotong royong. • Penghayatan <i>Nekaf Mese Ansaof Mese</i> ibarat kita terantuk dan merasakan kesakitan: Ketika tetangga mengalami kesulitan ataupun penderitaan, kitapun harus merasakan itu sebagai satu kebersamaan.
3	Apa itu Kitab suci?	<ul style="list-style-type: none"> • Kitab Suci : Satu tulisan sejarah tentang kebenaran. Kitab Suci diakui oleh dunia sebagai suci karena berasal dari yang Suci (Allah) • Kitab Suci adalah sabda Yesus yang hidup.
4	Apakah saudara/i memiliki Kitab Suci dan membacanya setiap hari?	Hampir semua umat menyatakan hal yang sama: Memiliki Kitab Suci tetapi jarang membaca.
5	Apakah sabda Tuhan penting bagi kita? Jika penting bagaimana sabda itu dapat mempengaruhi hidup kita?	<ul style="list-style-type: none"> • Sabda Tuhan itu penting karena firman Allah itu menghidupkan. Ketika mendengarkan firman itu, maka kita akan diarahkan menuju hidup yang baik dan benar. Sabda Tuhan akan menjadi semakin baik jika dibawakan oleh Imam Tuhan secara sederhana atau menafsirkan Kitab Suci secara sederhana. • Kitab Suci penting tetapi kita sebagai orang yang rapuh terkadang lalai untuk mengaplikasikan nilai-nilai yang diajarkan dalam Kitab Suci
6	Bagaimana cara membaca Kitab Suci?	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak membaca setiap hari tetapi selalu melihat kalender liturgi; tidak membaca secara keseluruhan tetapi melihat ayat-ayat yang terkesan • Membaca Kitab Suci tidak sama seperti membaca koran ataupun surat kabar lainnya. Oleh karena itu, sebelum membaca Kitab Suci kita harus mengundang kehadiran ROH KUDUS untuk menuntun kita agar dapat memahami dan meresapkan isi Kitab Suci itu secara baik

	<ul style="list-style-type: none">• Cara membaca Kitab Suci kembali kepada masing-masing pribadi, tetapi karena Kitab Suci adalah Firman Tuhan, maka perlu mengerti dan menyampaikannya secara baik kepada sesama.
--	--

Dari tabel di atas, dapat diketahui pengetahuan dan pemahaman umat mengenai konsep *Nekaf Mese Ansaof Mese*, dan mengenai kitab suci serta kebiasaan membaca kitab suci. Secara umum, umat Wini sebagai masyarakat Dawan yang memiliki budaya *Nekaf Mese Ansaof Mese* memahami dengan baik makna ungkapan tersebut. Lebih dari itu, umat juga telah menghayati ungkapan itu sebagai sebuah filosofi hidup budaya yang berakar. Contoh penghayatan yang diungkapkan adalah melalui kerjasama gotong royong.

Sedangkan mengenai kitab suci, umat juga telah memiliki pengetahuan dan pemahaman yang cukup baik mengenai kitab suci dan manfaatnya dalam kehidupan sebagai orang beriman kristiani. Namun yang masih kurang adalah kebiasaan membaca kitab suci secara teratur berdasarkan kalender liturgi. Jelas kelihatan bahwa metode membaca kitab suci tertentu belum dikenal dan dihayati. Misalnya metode *Lectio Divina*. Berdasarkan hasil peninjauan prapelayanan di atas, dapat disimpulkan bahwa umat Paroki Wini belum mengenal metode membaca kitab suci. Maka pelatihan membaca kitab suci dengan metode *Lectio Divina* merupakan solusi atas persoalan ini. Diharapkan agar dengan pelatihan ini, umat Paroki Wini mendapat pengetahuan dan keterampilan membaca kitab suci dengan metode *Lectio Divina*.

Penjelasan *Lectio Divina*

Tahap selanjutnya adalah pelatihan *Lectio Divina*, yang didahului dengan penjelasan tentang *Lectio Divina* dan diskusi untuk mendalaminya. *Lectio Divina* adalah metode membaca kitab suci dengan tahapan *Lectio* atau bacaan, *Meditatio* atau renungan, *Oratio* atau doa, dan *Contemplatio* (Pennington 1998:57, 88). Kata *Lectio* dalam bahasa Latin berarti bacaan. Sedangkan *Divina* berarti ilahi. Secara harfiah, *Lectio Divina* berarti bacaan ilahi, yakni metode membaca kitab suci atau Sabda Allah dengan intensif dalam suasana doa. Melaluinya seorang beriman diantar pada kedalaman rohani yakni relasi yang erat dengan Allah yang bersabda. Paus Benediktus XVI dalam dokumen *Verbum Domini* menyatakan bahwa keempat tahap itu pada akhirnya bermuara kepada Actio atau tindakan nyata sebagai aplikasi praksis nilai injil yang direnungkan (XVI 2020:No 86-87).



(Gambar 1. Pemateri memberikan penjelasan tentang Kitab Suci dan *Lectio Divina*)

Tahap *Lectio* atau bacaan. Langkah awal dalam proses *Lectio Divina* adalah membaca teks kitab suci yang terpilih. Dalam tradisi Gereja Katolik, kalender liturgi telah menyediakan bacaan harian yang terdiri dari bacaan pertama dan injil untuk hari biasa, dan bacaan pertama, kedua dan injil untuk hari Minggu dan hari Raya. Kalender liturgi ini dapat dipakai sebagai pedoman untuk memilih bacaan yang akan didalami dengan *Lectio Divina*. Bacaan yang dipilih bisa dari bacaan pertama, bisa dari bacaan injil, atau bahkan yang ideal adalah kedua-duanya. Pada tahap ini, tindakan membaca teks atau perikop kitab suci dilakukan dengan penuh

perhatian. Membaca sesungguhnya merupakan tindakan intelektual yang dilakukan dengan sadar. Di dalamnya ada interaksi antara pembaca dan penulis bacaan atau figur di balik bacaan itu. Dalam konteks ini, ada interaksi antara pembaca dan Allah yang bersabda (Mannuci 2007:20). Dilihat dari perspektif Santo Ambrosius, proses membaca teks kitab suci adalah dialog antara Allah yang bersabda dan manusia yang mendengarkan (II, Dokumen Konsili Vatikan II, Dei Verbum, Art 26.). Maka dalam proses membaca, pembaca hendaknya membuka seluruh diri, hati dan pikirannya untuk menyelami setiap kata yang dibaca. Dengan cara demikian, pembaca dapat mencapai pengertian tentang Allah yang sedang menyapanya melalui bacaan ilahi ini. Dalam tuntunan Roh Kudus, proses membaca yang tenang, perlahan, penuh perhatian dan konsentrasi dapat membawa pembaca ke tingkat pemahaman secara global mengenai teks: gambaran umum teks, isi teks, tokoh teks, alur teks, detail tertentu yang berkesan pada pembaca. Proses membaca ini tidak hanya dilakukan satu kali, melainkan beberapa kali secara intensif.

Tahap *Meditatio* atau meditasi merupakan renungan atas teks yang telah dibaca dan dipahami. Pada tahap ini, pembaca dapat memilih dan menentukan satu kata, satu ayat, atau satu pernyataan yang mengena pada pribadinya atau hidupnya. Pembaca fokus pada bagian itu dan mulai merenungkannya dengan mengulang-ulang kata atau ayat tersebut sampai dibatinkan. Misalnya kata atau ungkapan tertentu yang diambil dari pernyataan Yesus, “Ini Aku, jangan takut!”. Kalimat ini diulang-ulang terus menerus dalam batin sambil mencerna dan mendalami kata-kata tersebut. Dalam proses itu, akan muncul pemahaman bahwa Yesus ada dan menyertai manusia. Maka manusia tak perlu takut akan apapun. Dia yang bangkit tetap hadir dalam pergumulan manusia dengan jaminan kehadiran-Nya. “Ini Aku, jangan takut!” Proses meditasi ini menghadirkan pemahaman integral mengenai perikop yang dibaca dan ayat atau kata atau pernyataan yang direnungkan.



Gambar 2. Penjelasan tentang tahap *Meditatio*

Tahap *Oratio* atau doa merupakan tanggapan atas apa yang diperoleh dari proses sebelumnya. Hasil meditasi membawa pembaca kepada rasa sukacita, kebahagiaan, syukur dan pujian kepada Tuhan. Bertolak dari perasaan positif itu, pembaca mengungkapkan doa sebagai tanggapan atas sabda yang direnungkan. Doa bisa berupa syukur, pujian, permohonan dan penyerahan diri. Doa itu berbasis pada sabda yang direnungkan.

Tahap *Contemplatio* atau kontemplasi merupakan pendalaman ke tingkat yang lebih tinggi untuk mengalami hadirat Allah melalui perjumpaan batiniah dengan Allah yang bersabda. Tahap ini membutuhkan waktu setengah hingga satu jam. Dalam proses ini pembaca yang telah berdoa dengan sabda meningkatkan intensitas perenungan yang lebih menitik. Hasil perenungan yang diperoleh di tahap *meditatio* diangkat ke dalam proses batin yang lebih intensif. Pada tahap kontemplasi, jiwa pembaca terangkat ke tataran perjumpaan batin dengan Allah yang bersabda dan menginspirasi nilai injil untuk dihayati. Perjumpaan ilahi ini membawa penghiburan rohani yang tak terkatakan. Ada penyatuan jiwa insani dengan daya ilahi yang membentuk karakter spiritual dengan semangat besar untuk mengasihi Allah dan semua ciptaan.

Tahap *Actio* atau aksi nyata adalah muara dari semua proses *Lectio Divina*. Bahwa apa yang diperoleh dalam tahap-tahap sebelumnya bermuara pada penghayatan nilai injil yang ditemukan dan dibatinkan. Penghayatan nilai adalah praksis cinta kasih dalam aneka bentuk tindakan nyata sesuai penemuan dari teks yang direnungkan. Aksi nyata adalah tingkah laku injil yang terwujud dalam hidup dan karya setiap hari

sebagai cerminan sabda Allah yang hidup. Dengan kata lain, tahap *Actio* membawa pembaca kepada suatu spiritualitas kristiani yang ditandai dengan doa, pelayanan kasih, relasi akrab dengan semua komponen dalam kehidupan bersama, serta intuitif menangkap anugerah Allah dan menghadirkannya dalam kehidupan yang benar dan baik. Menghayati injil berarti menjadi kitab suci yang hidup. Itulah gambaran aksi nyata sebagai perwujudan nilai injil berbasis sabda yang dibaca dan direnungkan melalui proses *Lectio Divina*.



Gambar 3. Seorang peserta mengajukan pertanyaan

Pelatihan *Lectio Divina*

Pelatihan dilaksanakan dengan berbasis pada bacaan yang diambil dari Luk 5:1-11 dan Kis 2:41-47. Kedua teks ini dipilih dengan pertimbangan bahwa teks pertama membawa peserta kepada pemahaman akan identitas kekristenan sebagai murid Kristus, dan teks kedua memberikan gambaran tentang cara hidup jemaat perdana sebagai model cara hidup kristiani masa kini dalam semangat sehat sepikiran.

Pada tahap pelatihan dengan teks 1, para pembaca diajak untuk membuka kitab suci injil Lukas 5:1-11 tentang panggilan murid perdana. Selanjutnya proses dan hasil latihan digambarkan sebagai berikut.

Tahap pertama, *Lectio*, peserta membaca teks secara perlahan dan penuh perhatian sebanyak 3 kali. Peserta menemukan kata, ayat atau ungkapan yang mengena di hati. Misalnya Yesus mengajar, Bertolaklah ke tempat yang dalam, Jangan takut, Menjala manusia (Bergant and Karris 2002:124). Tahap *Meditatio*, peserta merenungkan apa yang dipilihnya. Dalam proses ini para peserta mengulang-ulang dalam batin kata atau ungkapan yang dipilih dari teks, yang mengena di hati. Proses mengulang-ulang kata atau ungkapan itu berlangsung beberapa menit dalam keheningan. Dari proses ini, masing-masing peserta kemudian menemukan intisari pesan injil dari permenungannya. Pada tahap *Oratio*, peserta mengungkapkan doa syukur, pujian dan permohonan sebagai tanggapan atas inspirasi sabda Allah kepadanya. Tahap *Contemplatio* dilangkahi karena tahap ini membutuhkan waktu yang lama. Maka peserta langsung diarahkan pada tahap *Actio* yaitu niat pribadi untuk menghayati pesan injil yang diperoleh. Misalnya niat untuk mengikuti teladan Yesus mengajarkan hal-hal baik kepada orang lain. Niat untuk selalu mengandalkan Tuhan dalam hidup dengan rajin membaca kitab suci. Niat untuk menjadi penjala manusia secara sederhana dan konkret yaitu dengan mengajak sesama untuk terlibat aktif dalam kegiatan positif seperti kerja bakti, latihan koor, doa bersama dll.

Sesudah melakukan pelatihan tahap pertama, dilaksanakan evaluasi atas proses. Sebagian peserta masih kesulitan dalam mengikuti tahap *Lectio Divina*. Bagian yang tidak dipahami, dijelaskan ulang agar para peserta bisa memahami dengan baik seluruh tahapan. Bertolak dari hasil evaluasi, pada pelatihan dengan teks 2, langkah demi langkah diawali dengan penjelasan yang lebih detail bagaimana cara melaksanakan tahapan tersebut. Proses dan hasil pelatihan dengan teks kedua dijabarkan berikut ini.

Pada tahap *lectio* peserta diajak membaca teks Kis 2:41-47 yang berbicara tentang cara hidup jemaat perdana yang bersatu hati dan pikiran untuk hidup injili. Setelah membaca dengan penuh perhatian sebanyak 3 kali, para peserta diberi kesempatan untuk menemukan dan mengungkapkan kata atau ayat atau pernyataan yang menggugah hati. Ada yang memilih sehat sepikiran, yang lain memilih doa bersama, mendengarkan ajaran para rasul, saling mengasihi, memecah roti atau ekaristi (Bergant and Karris 2002:218). Tahap kedua atau meditasi mengarahkan peserta untuk merenungkan pilihan masing-masing secara intensif dengan

mengulang-ulang kata tersebut sampai menyatu dengan pribadi. Latihan ini memakan waktu beberapa menit. Setelah perenungan sampai pemahaman pesan teks bagi masing-masing pribadi, tahap berikut adalah doa. Peserta berdoa sesuai inspirasi sabda yang ditemukan pada tahap *meditatio*. Ada doa syukur, pujian dan permohonan. Dalam pelatihan kedua inipun tidak dilaksanakan tahap *contemplatio*, melainkan langsung pada *actio*. Di sini para peserta diarahkan untuk membangun niat pribadi dan menghayati apa yang ditemukan dari teks. Beberapa contoh niat aksi nyata dari peserta adalah niat untuk rajin merayakan ekaristi, niat untuk sehati sepikiran dalam hidup bersama, niat untuk bersolider dengan sesama, niat untuk rajin mengikuti katekese sebagai bentuk pengajaran iman oleh Gereja.

Keterkaitan Hasil dengan Spirit *Nekaf Mese Ansaof Mese*

Dari proses pelatihan tersebut, para peserta mendapat pengetahuan dan keterampilan membaca teks kitab suci dan mengambil nilai injil untuk dihayati. Kedua teks yang direnungkan bersama menghasilkan wawasan injil dari para peserta untuk melihat kekayaan sabda Allah dan relevansinya bagi kehidupan kristiani. Proses *Lectio Divina* membawa para peserta untuk menemukan nilai injil yang kemudian akan dihayati dalam hidup dan karya sebagai bentuk aksi nyata. Penghayatan nilai kristiani berbasis sabda Allah dalam kitab suci merupakan wujud kehidupan kristiani yang ideal.

Berkaitan dengan penemuan nilai kristiani dari proses latihan *Lectio Divina* di atas, dapat diketahui bahwa peserta mampu menemukan nilai injil seperti saling mengasihi, sehati sepikiran, solidaritas, ketaatan pada ajaran Gereja, kesetiaan mengikuti Kristus, rajin merayakan ekaristi dll. Nilai-nilai ini memperlihatkan bahwa spirit *Nekaf Mese Ansaof Mese* sejalan dengan nilai injil. Apa yang ditemukan dalam kitab suci dan dihayati dalam hidup semakin memperkuat dan mewujudkan spirit *Nekaf Mese Ansaof Mese* dalam kehidupan sosial maupun menggereja.

4. Kesimpulan

Umat Paroki Wini sebagai warga masyarakat berbudaya Dawan telah berakar dalam filosofi *Nekaf Mese Ansaof Mese* atau sehati sepikiran. Di sisi lain, sebagai umat Katolik, pengetahuan dan penghayatan spirit sehati sepikiran yang berbasis pada kitab suci masih minim. Hal ini diketahui dari peninjauan prapelatihan mengenai kitab suci maupun spirit *Nekaf Mese Ansaof Mese*. Data menunjukkan bahwa pengetahuan dan pemahaman mereka mengenai kitab suci maupun metode pembacaan kitab suci masih kurang. Melalui pelatihan yang dilakukan umat Paroki Wini memperoleh pengetahuan dasar mengenai kitab suci Katolik, dan teknik sederhana membaca dan merenungkan kitab suci. Dengan keterampilan membaca kitab suci menggunakan metode *Lectio Divina*, umat dapat menemukan inspirasi kitab suci yang memperkuat penghayatan spirit *Nekaf Mese Ansaof Mese*, karena pada intinya filosofi itu selaras dengan nilai injil yaitu ajaran cinta kasih Kristus. Berbasis pada pelatihan yang dilaksanakan ini, umat Paroki Wini kini memiliki pengetahuan, pemahaman dan keterampilan membaca kitab suci dengan metode *Lectio Divina*. Hasilnya bermanfaat bagi umat Paroki Wini untuk rajin membaca kitab suci dan menemukan inspirasi injil serta menghayatinya dalam kehidupan bermasyarakat dan menggereja. Modal sosial yang telah ada berupa filosofi *Nekaf Mese Ansaof Mese* akan semakin dipahami dan diwujudkan dalam kehidupan bersama karena hasil pembacaan kitab suci berupa nilai injil yang dihayati pada intinya selaras dengan filosofi tersebut. Dengan demikian, pelatihan *Lectio Divina* yang dilakukan bagi umat Paroki Wini merupakan upaya mewujudkan dan meningkatkan spirit *Nekaf Mese Ansaof Mese* berbasis kitab suci.

Daftar Pustaka

- Bergant, Dianne, and Robert J. Karris. 2002. *Tafsir Alkitab Perjanjian Baru*. Yogyakarta: Kanisius.
II, Konsili Vatikan. 2004. *Dokumen Konsili Vatikan II*. edited by R. Hardawiryana. Jakarta: Obor.
Indonesia, Lembaga Alkitab. 2017. *ALKITAB DEUTEROKANONIKA*. Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia.
Indonesia, Lembaga Biblika. 2022. *Sabda Allah Di Bumi Pertiwi*. edited by A. Purnomo and J. Hadianto. Jakarta: Obor.
Mannuci, Valerio. 2007. *Bibbia Come Parola Di Dio*. Brescia: Queriniana.
Panda, HermanPanda, Donatus Bhato Taso, Ferdinandus Ovan Gawo, Arkadius Minggu, Arnoldus Jansen Ukat, Aloysius Wudi, Estevanus Lau Lau, Desidarius Sambu, Sekundus Ikun, Fransiskus Tena Ate, and Vinsensius Pote Deta.

2023. "Pelatihan Metode Meditasi Lectio Divina Bagi Pencak Silat Katolik THS-THM." *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)* 4 (4):4751–59. doi: <http://doi.org/10.55338/jpkmn.v4i4.2212>.
- Paus Yohanes Paulus II. 1992. *Katekismus Gereja Katolik*. Ende: Penerbit Nusa Indah.
- Pennington, M. Basil. 1998. *Lectio Divina*. New York: A Crossroad Book.
- Sarang, Rikardus Kristian, and Natalia Kipman. 2021. "Pengaruh Kurangnya Minat Baca Alkitab Terhadap Panggilan Sebagai Katekis Dan Guru Agama Pada Mahasiswa STK St. Yakobus Merauke." *JUMPA: Jurnal Masalah Pastoral* 9 (2):76–90. doi: <https://doi.org/10.60011/jumpa.v9i2.117>.
- Sinaga, Andreas Marison, Antonius Denny Firmanto, and Nanik Wijiyati Aluwesia. 2023. "Kontemplasi Dalam Hidup Spiritualitas Umat Kristiani menurut Ordo Karmel." *Pengarah: Jurnal Teologi Kristen* 5 (1):1–15. doi: <https://doi.org/10.36270/pengarah.v5i.101>.
- Suseno, R. .. Trisetoyo. 2022. "Meningkatkan Hasil Belajar Peserta Didik Dengan Menerapkan Metode Lectio Divina Di SMP Negeri 1 Parindau Sanggau." *SAPA - Jurnal Kateketik Dan Pastoral* 07 (02):181–94. doi: <https://doi.org/10.53544/sapa.v7i2.361>.
- Tawa, Angelika Bule, Marlin Bhitu Meja, and Lilin Yogalianti. 2021. "Partisipasi Orang Muda Katolik Dalam Kehidupan Rohani Di Paroki Santo Vinsensius A Paulo Batulicin." *In Theos: Jurnal Pendidikan Agama Dan Teologi* 1 (3):92–99.
- XVI, Benediktus. 2020. *Verbum Domini*. Jakarta: Dokpen KWI.