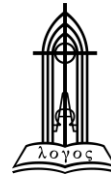


suara. Ada yang berdoa di depan satu, yang lain diam. Martin Lloyd Jones berkata, “*Public prayers should be such that the people who are praying silently and the ones who are uttering the word, are no longer conscious of each other.*” Setiap orang masuk dan berdoa masing-masing di dalam pada Tuhan, di dalam kamarnya masing-masing. Mereka bukan cuma sekedar mendengar atau berdoa dan mengaminkan. Kita semua masing-masing fokus dengan doa masing-masing. Sama seperti bernyanyi, kita bernyanyi bersama. Setiap orang memuji Tuhan dalam hatinya. Dan kita tidak kemudian menjadi kesal karena orang sebelah kita menyanyi dengan tidak tepat nadanya. Setiap orang bernyanyi masing-masing memuji Tuhan. Tetapi kita tahu kita melakukannya bersama-sama. Di sinilah butuh adanya kerendahan hati. *I'm not the center of this world.* Saya menjadi bagian. Tapi meskipun saya menjadi bagian, saya tahu saya berhubungan langsung dengan Tuhan. Saya bukan cuma ikut-ikutan. Analoginya, dalam pesta kita semua makan makanannya di piring sendiri, tetapi kita tahu kita sedang melakukannya bersama-sama. Di Jepang ada restoran ramen yang punya *cubicle* dan setiap orang masuk dalam *cubicle* masing-masing. Fokus untuk makanan yang disodorkan di sana. Tapi di saat yang sama saudara sadar bahwa di sebelah kanan dan kiri ada yang makan bersama dengan kita. Kita menikmati yang kita lakukan secara pribadi, tapi sadar melakukannya bersama-sama. Itulah yang namanya kita berdoa bersama. Kalau kita tidak pernah berdoa secara pribadi lalu berpikir mengapa harus ada Persekutuan doa, mungkin saudara berpikir apakah Persekutuan doa adalah supaya kita dipaksa berdoa? Kembali contoh di pesta, kita tidak berpikir pesta harus ada supaya saya makan. Karena setiap orang juga makan biasanya, hanya di dalam pesta kita akan makan bersama-sama. Yang memimpin doa saat berdoa bersama juga boleh memimpin dengan suara lebih keras, karena setiap orang harus membiasakan diri untuk masuk berfokus di dalam ruangnya masing-masing. Tidak perlu kuatir orang terganggu, karena setiap orang fokus masing-masing dengan doanya. Jadi kita semua saudara perlu membiasakan diri untuk boleh berdoa dengan *mindset* tersebut.

Kelompok kedua adalah kelompok yang sangat berbeda. Ini adalah orang-orang yang ‘tidak mengenal Tuhan’. Mereka bukan orang yang tidak punya Tuhan. Karena kalau tidak punya Tuhan, mereka tidak berdoa. Tapi mereka tidak mengenal Tuhan yang benar. Mereka menciptakan tuhan mereka sendiri. Mereka menyembah berhala-berhala dan dewa-dewa. Dewa-dewa adalah suatu ekstrapolasi dari diri mereka sendiri. Sehingga kalau ada orang suka perang, dia menyembah dewa perang. Ada orang yang suka pesta, dia

menyembah dewa pesta. Ada yang suka kecantikan menyembah dewa kecantikan. Mereka tidak mengenal Allah yang menyatakan diri. Sehingga doa itu menjadi suatu mantra yang mereka pakai untuk menggerakkan Allah mereka. Ini juga bisa terjadi bahkan kepada orang Kristen atau pengikut Kristus. Kalau kita mulai berpikir, kalau saya doa lebih banyak atau lebih ngotot atau lebih beriman, makanya doa saya akan dikabulkan. Kadang-kadang kita bisa melihat waktu melayani di rumah sakit ada orang-orang yang beriman pasti sembuh. Iman seperti ini lebih ke arah *self confident in a self conviction*. Ujung-ujungnya tetap *self* dan apa yang kita inginkan. Ini bukan iman yang benar. **Iman yang benar yang paling bukan intensitasnya, tetapi arahnya, apakah kita berdoa kepada Allah yang benar atau tidak.** Dulu waktu saya masih lebih muda, saya pernah dengar ada orang-orang yang berkata, “Kalau kamu berdoa, kamu harus bayangkan apa yang kamu minta.” Kalau kita kirim surat, yang paling utama itu bukan berapa cepatnya walaupun itu penting juga. Yang paling penting di dalam surat, alamatnya benar atau tidak? Kadang ada orang yang hanya mau didoakan hamba Tuhan. Bukan berarti tidak boleh minta didoakan hamba Tuhan, di satu sisi memang Alkitab berkata, “Doa orang benar bila didoakan dengan sungguh-sungguh itu besar kuasanya.” Orang benar adalah orang yang sudah diberikan kebenaran dan hidup di dalam kebenaran. Orang yang hidup dalam kebenaran adalah orang yang mau hidupnya sesuai dengan kehendak Tuhan. Di dalam Yohanes 15 tadi kita membaca, “Mintalah apa saja yang kamu kehendaki dan kamu akan menerimanya.” Tetapi kalimat sebelumnya itu juga lebih penting, bahwa kalau kamu ada di dalam Aku dan firman-Ku ada di dalam kamu, mintalah apa saja. Orang yang berada dalam Kristus dan firman-Nya ada dalam hatinya adalah orang yang hidup di dalam kebenaran. Saat Yosua diperintahkan oleh Tuhan untuk masuk ke dalam tanah Kanaan, di dalam konteks itulah Yosua berdoa, “Ya Tuhan, saya akan lakukan. Pimpin saya supaya sukses.” Yosua bukan sukses dalam apa saja yang dia mau lakukan, tapi melakukan apa yang Tuhan kehendaki. Saya harap kita semua boleh sama-sama bertumbuh di dalam berdoa. Doa adalah nafas rohani. Doa adalah relasi dengan Tuhan. Apakah kita menghidupi doa kita? Kalau doa itu sulit, apakah kita seperti orang yang sakit dan sulit bernafas, tapi kita mau bernafas dengan lancar dan lega? Kiranya kita boleh menikmati kehidupan doa kita.



Mat 6:5-8, Mar 1:35, 11:24, Yoh 15:7, Yak 5:16

Doa sangatlah penting di dalam kehidupan rohani orang Kristen. Sama seperti sedekah dan puasa, doa juga dilakukan oleh semua orang beragama pada umumnya. Manusia sadar perlu melakukan hal ini, tapi ada perbedaan yang mendasar antara agama-agama pada umumnya dan apa yang diajarkan Alkitab. Dalam agama pada umumnya doa itu menjadi semacam alat untuk memperoleh sesuatu. Melalui doa manusia ‘memperalat’ kuasa Allah untuk mencapai apa yang diharapkan. Seperti jin kalau diusap dengan benar, akan keluar dan dengan kuasanya akan melakukan apa yang kita kehendaki. Banyak orang mempunyai konsep doa seperti ini. Kadang orang yang berpikir demikian bisa berdoa lebih sungguh-sungguh. Di sisi yang lain, ada juga orang yang melihat doa itu sebagai kewajiban agama. Seperti *checkbox*, saya sudah berdoa. Saudara bisa membayangkan kalau saudara hidup dalam kebudayaan yang penuh tuntutan satu dengan yang lain. Akhirnya orang-orang melakukan hal tersebut, untuk dilihat orang lain. **Alkitab mengajarkan segala hal yang kita lakukan di dalam ibadah maupun juga di dalam kehidupan rohani kita, kita lakukan bukan sekedar sebagai kewajiban agama, tetapi kita melakukannya dalam konteks menghidupi kebenaran.** Kebenaran yang dicapai oleh Yesus sudah diberikan kepada kita. Jadi itu bukan sesuatu yang kita lakukan dan hasilkan bagi diri kita sendiri. Sama seperti kehidupan doa, yang bukan kita lakukan untuk mendapat kebenaran, tetapi karena kita sudah berada di dalam kebenaran. Orang yang memiliki hidup, dia bukannya harus bernafas untuk memiliki hidup. Tetapi karena dia hidup, makanya dia bernafas. Kita berdoa bukan karena kita wajib berdoa, tapi karena kita mau berdoa. Sehingga doa itu menjadi nafas rohani.

Namun bukan berarti doa atau nafas itu mudah. Kalau kita sudah dapat kebenaran, apakah otomatis kita mau berdoa? Otomatis doa itu menjadi indah? Tidak. Sama juga dengan bernafas. Bukan berarti orang yang hidup pasti bernafas itu mudah. Kadang-kadang kalau kita sakit, nafas itu susah. Itulah keadaan kita juga. Doa menjadi sesuatu yang tidak natural kita lakukan. Tetapi bukan berarti kalau bernafas itu susah, kita tidak usah lagi bernafas. Kita akan berusaha untuk tetap bernafas dan menjadi lebih lega. Demikianlah juga orang yang sudah

Ringkasan Khotbah  
Gereja Reformed Injili Indonesia, Singapura

Eksposisi Matius (92)  
“Berdoa Seperti yang Tuhan Ajarkan”

Pdt. Adrian Jonatan, M.Th.

1259/1432

12 April 2026

mendapatkan kehidupan rohani, berdoa tidak mudah. Tapi kita sadar kita mau dan perlu melakukannya dengan lebih baik. Itulah realita orang yang hidup di dalam kebenaran. Doa bukan cuma sekedar membuat kita lebih lega. Kalau orang belum menerima kehidupan rohani, mereka tidak mengerti mengapa harus berdoa. Seperti analogi berikut, manusia tahu dia harus bernafas walaupun sulit, tetapi zombi tidak perlu bernafas dan dia tidak mengerti mengapa manusia harus bernafas. Tapi kemudian dia berpura-pura untuk hidup seperti bernafas. Saya harap kita semua adalah orang-orang yang betul menerima kehidupan rohani dari Tuhan. Sehingga tindakan-tindakan rohani yang kita lakukan adalah sesuatu yang kita lakukan karena kita memiliki kebenaran.

Dalam doa kita sedang memiliki persekutuan, dalam Allah Tritunggal. **Alkitab mengajarkan kita berdoa kepada Allah Bapa, di dalam Allah Anak dan didorong oleh Roh Kudus.** Kita tidak bisa menyebut Allah sebagai Bapa kalau kita tidak berada di dalam Kristus. Kita bukan anak Allah secara natural. Kita adalah ciptaan Allah. Siapa ciptaan yang berhak mengatakan penciptanya sebagai Bapa? Kita bisa memanggil Allah sebagai Bapa karena kita berada di dalam Anak. Dialah yang mengizinkan kita untuk memanggil Allah sebagai Bapa. Waktu kita berdoa, kita berada di dalam Kristus. Dan doa kita disampaikan oleh Roh Kudus. Roh Kudus yang menyelidiki isi hati kita. Roh Kudus yang mengekspresikan apa yang ada dalam hati kita sesungguhnya, karena kita tidak tahu bagaimana berdoa, tapi Roh Kudus menolong kita untuk berdoa. Dalam doa kita sedang menghidupi relasi dengan Tuhan. Sama seperti relasi pada umumnya baik suami-istri, antar sahabat, orang tua-anak. Kita berkomunikasi bukan hanya karena kita mau merubah sesuatu atau mendapatkan sesuatu. Kalau kita hanya berkomunikasi karena ada maunya, bukankah itu suatu relasi yang sangat menyedihkan? **Dalam kita berelasi dengan Tuhan, doa itu menjadi sarana untuk berkomunikasi.**

Di dalam doa Tuhan mengajak kita berbagian di dalam rencana dan pekerjaan-Nya. Doa tidak merubah Tuhan. Tuhan seperti mengizinkan Musa merubah hatinya yang tadinya mau menghakimi Israel lalu menjadi mengampuni Israel. Ini bukan berarti dari awal Tuhan tidak ada rencana, lalu

tiba-tiba karena doa Musa luar biasa maka Tuhan akhirnya berubah. Bukan demikian. Tuhan memang memiliki rencana untuk mengampuni bangsa Israel. Kalau Tuhan tidak berencana, Musa mau berdoa seperti apapun Tuhan tidak akan berubah. Tetapi justru di sinilah kita melihat hal yang indah, Tuhan mengajak Musa untuk ikut di dalam rencana dan pekerjaan Tuhan. Sama seperti kita berdoa untuk KKR, pelayanan, berdoa untuk orang lain, bukan doa kita yang mengubah keadaan itu, tetapi Tuhan mengundang kita untuk berdoa dan berpartisipasi di dalam pekerjaan Tuhan. Seperti seorang anak kecil yang diajak orang tuanya naik mobil, dia duduk dipangku papanya yang menyeter. Anak ini bisa memegang setir, tapi tetap yang mengendalikan papanya. Ketika anak itu mau membelokkan setir dengan salah, papanya tidak mungkin mengikuti dia. Jadi kalau mereka sampai ke tujuan, bukan karena anak itu yang hebat bisa menyeter. Dia seharusnya bersukacita dan berkata, "Thank you papa, boleh ajak saya berbagian di dalam menyeter." **Melalui doa Tuhan mengundang kita untuk berbagian dalam mengerjakan pekerjaannya.**

Dalam doa Tuhan memproses kita, bukan sebaliknya. Waktu berdoa, kita diingatkan akan firman Tuhan yang sudah kita pernah dengar. Di saat yang sama, Roh Kudus menyampaikan isi hati kita. Roh Kudus juga mengingatkan kita akan firman Tuhan yang pernah kita renungkan atau mengenai topik yang sedang kita doakan. Sehingga kita makin dibentuk dan diarahkan untuk menjadi semakin dekat dengan hati Tuhan. Seperti anak yang menyeter tadi, kalau dia mau belok kanan, tapi papanya belok ke kiri karena ada selokan di kanan, dia seharusnya ikut papanya. Meski anak itu berkeras, papanya yang mengasahi anaknya, tetap tidak akan belok ke kanan. Kecuali kalau papanya sedang mau mengajar anaknya melalui kegagalan. Karena orang yang tidak pernah gagal, sebenarnya tidak pernah belajar apa-apa. Orang yang sampai dewasa tidak pernah gagal, begitu dia gagal bisa sangat berbahaya. Kadang-kadang Tuhan mengizinkan kita gagal supaya kitab oleh belajar. Setidaknya kita masih berada di dalam tangan Tuhan. Kalau kita tidak dalam tangan Tuhan, itu berarti Tuhan biarkan. **Dalam doa Tuhan memimpin dan memproses kita, sehingga doa menjadi suatu hal yang sangat indah.** Kita perlu terus bertumbuh di dalam doa.

Ada dua macam sikap doa yang Yesus *address* di sini. Ayat 5-6 bicara mengenai orang Farisi. Mereka adalah orang munafik, berdoa untuk dilihat oleh orang. Mereka melakukan doa sebagai suatu kewajiban agama. Dan yang kedua itu orang yang berbeda sekali, Mereka sebenarnya bermusuhan. Karena yang satu itu orang Yahudi yang sangat menekankan hukum Taurat. Yang satu

lagi adalah orang-orang non-Yahudi. Di jaman itu Romawi berkuasa atas Israel. Orang Romawi tahu mereka punya kekuatan militer, tetapi mereka tidak punya kekuatan budaya. Sering kali kerajaan yang besar, dalam sekejap bisa ganti kekuasaan. Karena mereka punya kekuatan militer tapi mereka tidak punya kekuatan budaya. Di Israel waktu jaman Yesus hidup di dunia, ada banyak sekali etnis-etnis atau kelompok-kelompok atau negara-negara lain berada di sana bersama-sama. Dan mereka adalah orang-orang yang tidak mengenal Tuhan. Dalam dunia ini selalu ada dua ekstrem. Tetapi di sinilah kita sebagai orang Kristen harus melihat apa yang menjadi desain Tuhan sebelumnya. Bukan kemudian jadi orang Kristen yang penting jadi sentris. Waktu kita melihat Yesus bicara mengenai dua ekstrem ini, satu hal yang kita perlu perhatikan saudara bahwa keduanya ini itu bisa terjadi kepada kita. Dan di sinilah penting untuk kita menyelidiki hati kita. Jangan sampai kita mengatakan memang orang Farisi seperti begitu, lalu bersyukur karena saya tidak seperti orang Farisi. Ini justru sama seperti orang Farisi berdoa, "Tuhan, terima kasih saya tidak seperti pemungut cukai." Setiap firman Tuhan yang kita dengarkan itu gunanya untuk menyelidiki hati kita dan mengkoreksi diri.

Orang Farisi adalah orang Yahudi yang beragama dan menyembah Tuhan. Setidaknya mereka mendapatkan informasi atau pengenalan akan Tuhan itu benar dari Alkitab. Berbeda dengan orang-orang *gentiles* yang membuat allahnya berdasarkan imajinasi mereka. Tetapi orang Farisi kalau mereka berdoa, mereka tidak betul-betul sedang menyembah Tuhan. Sehingga waktu mereka berdoa, mereka menjadi *self-aware* dan mereka menjadi *others-aware*. Mereka tidak menjadi *God-aware*. Mereka berdoa karena mereka menyadari sedang dilihat oleh orang. Dan di sinilah kita perlu berwaspada, kerohanian seperti ini bisa terjadi bahkan kepada orang yang rohani sekalipun. Orang Farisi punya motivasi atau niat yang baik awalnya. Istilah Farisi berasal dari *perushim*, artinya *the separated ones*. Orang yang memisahkan diri. Mereka tidak boleh bercampur dengan berbagai macam etnis yang lain. Karena bangsa-bangsa yang lain itu menyembah allah yang bukan sesungguhnya sedangkan mereka menyembah Allah yang benar. Relasi mereka dengan bangsa lain adalah karena urusan bisnis. Orang Farisi ini mengajak bangsa Israel untuk menyembah Tuhan. Mereka tahu bahwa hukum Tuhan harus ditegakkan dan kebenaran harus dihidupi. Sehingga mereka berusaha untuk menjadi contoh kepada bangsa Israel. Jadi waktu mereka berpikir bagaimana bisa menjadi contoh, di saat waktu mereka berdoa, maka di manapun mereka berada, mereka akan berdoa. Alkitab tidak pernah menentukan jam berapa kita harus

berdoa. Ada agama-agama lain yang menentukan jam doanya. Tetapi waktu ini kemudian dikerjakan, pelan-pelan ini semua menjadi rutinitas yang akhirnya menjadi kosong dan hanya dilakukan karena dilihat orang. Mereka bisa berdoa di tikungan jalan raya, karena itu adalah tempat di mana orang paling banyak bisa melihat mereka. Permulaan yang baik itu pelan-pelan hilang motivasinya, sehingga yang terjadi adalah suatu repetisi ritual. Kerohanian seperti ini bermasalah. Lalu ada orang yang mengatakan, bahwa agama yang menjadikan orang munafik, apakah benar? Istilah munafik di zaman sekarang adalah *virtue signalling* (menunjukkan suatu *virtue* boleh dilihat oleh orang padahal kita tidak benar-benar memiliki *virtue* tersebut). *Virtue signalling* itu bukan cuma ada dalam agama, bahkan orang tidak beragama pun ada *virtue signaling*. **Yang membuat manusia munafik itu bukan agama. Yang membuat manusia munafik itu adalah dosa.** Sehingga itu bisa terjadi kepada kita semua. Oleh sebab itu kita harus menyelidiki hati.

Dulu waktu di STT, kita ada chapel setiap jam 7 pagi. Kita datang merenungkan firman Tuhan lalu berdoa. Saudara jangan pikir ini mudah, meski semua calon-calon hamba Tuhan. Bangun jam 7 setiap hari dengar firman Tuhan itu sesuatu hal yang tidak mudah. Saya sebagai senat melihat banyak mahasiswa yang terlambat. Kemudian di antara senat berkata, tidak perlu kita kesal dan menghakimi mereka yang terlambat, kita datang lebih pagi, menyiapkan hati kita, sehingga mereka melihat kita sebagai teladan. Kami sudah datang lebih pagi, lalu sambil melihat-lihat mereka yang datang. Tapi ternyata yang terlambat, tetap terlambat. Martin Lloyd Jones mengatakan, *sin is something that follows us even into the very presence of God. Even when we try to persuade ourselves that we are worshipping God, we are actually worshipping ourselves and doing nothing more.* Kita perlu berhati-hati di dalam melakukan segala ibadah kita. Yesus selalu mengingatkan, "Ingat, kamu sedang melakukannya untuk Bapa yang di surga." Yesus tetap berkata, "Engkau harus berdoa."

**Solusi dari ritual yang kosong bukan meniadakan atau merubah ritual, tapi mengembalikan suatu ibadah yang sejati di dalam hati kita.** Yang kita perlukan itu suatu kebangunan rohani kembali. Karena waktu ritual itu diubah, masalah rohaninya tetap tidak berubah. Nanti juga bosan lagi, menjadi kosong lagi, Tetapi yang perlu kita miliki adalah bagaimana Tuhan bangkitkan kembali suatu kerohanian yang sungguh-sungguh di dalam saya melakukan setiap ritual ini. Di sinilah kemudian Yesus mengatakan, "Tetapi jika engkau berdoa, masuk ke dalam kamar, tutup pintu dan

berdoa kepada Bapamu di tempat yang tersembunyi." Istilah kamar di sini, dalam bahasa aslinya gudang yang tersembunyi. Gudang adalah tempat penyimpanan, bukan kamar pada umumnya. Banyak kamar pada zaman itu tidak punya pintu. Kamar yang punya pintu itu biasanya kamar untuk menyimpan sesuatu. Kita juga mengerti bahwa Yesus bukan sedang memerintahkan ini secara literal. Yesus bukannya mengatakan bahwa setiap kali berdoa harus di kamar dengan pintu yang tertutup. Ini suatu analogi. Orang yang masuk dalam gudang, bukan mencari perhatian orang lain. Kita masuk gudang karena kita mau melakukan sesuatu dalam gudang tersebut. Kita fokus melihat apa yang kita mau cari di gudang itu. Waktu kita tutup pintu kita tidak mau diganggu. Itulah *mindset* yang Yesus mau ajarkan waktu kita berdoa. **Waktu kita berdoa jangan menjadi self-aware melihat kepada diri kita. Dan kemudian juga jangan jadi others-aware lihat orang lain bagaimana orang lain melihat kepada kita. Tapi jadi God-aware.** Waktu kita berdoa, "*It is between me and God.*" Kita bisa melihat bagaimana Yesus menjadi contoh. Dia tahu banyak orang akan mencari dia lalu menyatakan mau ini dan mau itu. Yesus sembunyi pergi ke tempat yang tersembunyi. Dan di situlah dia menghabiskan waktu bersama dengan Bapa-Nya. Masihkah kita memiliki momen-momen kita boleh berdoa sendiri seperti ini dan menikmati berdoa pada Tuhan?

Apakah berarti tidak perlu berdoa bersama? Ada gereja yang sampai menafsirkan demikian. Jelas tidak! Karena Yesus sendiri berdoa bersama-sama dengan orang lain. Yesus mengajak murid-Nya berdoa bersama-sama. Yesus mengajar berdoa, "Bapa kami yang di surga." **Doa itu bukan sesuatu yang dilakukan hanya secara individualisme.** Kita melihat para rasul di jaman gereja mula-mula waktu mereka berada dalam kesulitan pergumulan, berulang kali mereka berdoa bersama. Mereka menantikan Roh Kudus, mereka berdoa bersama. Waktu mereka memilih pengganti Yudas, mereka berdoa bersama. Waktu dianiaya mereka berdoa bersama. Meski kita berdoa bersama-sama, kita juga harus tetap memiliki kerinduan untuk boleh berdoa sendiri. Apakah kita hanya berdoa waktu kita bersama-sama dengan orang lain? Berarti doa kita adalah hanya untuk dilihat oleh orang. Kita tidak menikmati relasi dan komunikasi dengan Tuhan secara pribadi. Lebih parah lagi kita hanya berdoa kalau makan. Walaupun kita berdoa bersama, kita harus punya *mindset* yang sama seperti doa pribadi, kita masuk ke dalam kamar kita masing-masing, kita tutup pintu kita. Tidak menjadi *others aware* atau *self aware*, tapi *God aware*. Martin Lloyd Jones adalah orang Inggris dan gereja di Inggris itu tidak punya kebiasaan berdoa buka