





**PENANGGUNG JAWAB**  
G.P. Sindhunata, SJ

**PEMIMPIN REDAKSI**  
Antonius Sumarwan, SJ

**KOORDINATOR**  
Frederick Ray Popo SJ

**REDAKSI**  
Ishak Jacues Cavin, SJ  
Klaus Heinrich Raditio, SJ  
Benicdiktus Juliar Elmawan, SJ  
Arnold Lintang Yanviero, SJ  
Petrus Craver Swandono, SJ

**ARTISTIK**  
Willy Putranta

**KEUANGAN**  
Ani Ratna Sari  
Widarti

**PROMOSI & IKLAN**  
Slamet Riyadi

**ADMINISTRASI, SIRKULASI, dan DISTRIBUSI**  
Francisca Triharyani  
Anang Pramuriyanto

### HUBUNGI KAMI!

**Redaksi:**  
rohani:majalah@gmail.com  
**Administrasi/distribusi:**  
rohani.adisi@gmail.com  
Jl. Pringgokusuman  
No. 35, Yogyakarta 55272  
0274.546811, 08572954887  
0274.546811  
**Lokapasar:**  
Yayasan Basis Book Store

Redaksi menerima naskah yang sesuai dengan rubrik yang tersedia. Panjang karangan maksimal 11.000 karakter (3-4 him, A4 spasi 1). Kirim ke rohani:majalah@gmail.com dengan disertai nama lengkap, alamat, dan nomor rekening. Redaksi berhak menyunting semua naskah yang masuk ke meja redaksi. Tema untuk edisi April 2025 adalah "Kecerdasan Buatan (AI)" dan Mei 2025 adalah "Setelah 1.700 Tahun Konsil Nicea I". Tanggal publikasi pengiriman naskah adalah tanggal 5, satu bulan sebelum edisi tersebut diterbitkan.

## DAFTAR ISI

### KATA REDAKSI

**1 | Jalan Hati bagi Orang Muda**  
Antonius Sumarwan, SJ

### SAJIAN UTAMA

**6 | Ketika Retret Terpaksa Dihentikan**  
Daud Kefas Raditya, SJ

**10 | Nunc Coepi: Retret sebagai Momen Restart**

Simforiana Risti Zakarias, CB

### SAJIAN UTAMA

**14 | Mendampingi Kaum Muda dalam Retret**  
M. Quirine, OSF

### OLEH-OLEH REFLEKSI

**19 | Seni Membimbing Retret Orang Muda**  
Amadea Prajna Putra M., SJ

### BAGI RASA

**24 | Menemukan dan Membangun Ingatan akan Kasih Allah**  
Barry Ekaputra, SJ

### SABDA YANG HIDUP

**29 | Tragedi Moral di Kota Samaria**  
Albertus Purnomo, OFM

### KAUL BIARA

**34 | Kiat Membimbing Retret Generasi Z dan Alpha**  
Paul Suparno, SJ

### FOTO COVER:

Dokumen pribadi Barry Ekaputra, SJ

### CARA BERLANGGANAN:

Hubungi agen setempat atau langsung ke bagian Distribusi Majalah ROHANI. Harga eceran: @ Rp20.000,00 langganan 12 bulan Rp240.000,00 (belum termasuk ongkos kirim), langganan 1 tahun dibayar di muka. Pembayaran Melalui: BCA 1263333300 a.n.Yayasan Basis.

### RUANG DOA

**39 | Belajar Hidup dari Padang Gurun**  
Arnold Lintang Yanviero, SJ

### LEMBAR GEMBALA

**43 | Suster Goreti dan Anaknya**  
Franz Magnis-Suseno, SJ

### BELAJAR TEOLOGI

**47 | Diliputi Kelemahan (1/2)**  
Michael J. Buckley, SJ

### SENI DAN RELIGIOSITAS

**51 | Yohanna dan Kebebasan Mengiyakan Beda Holy Septianno, SJ**

### REMAH-REMAH

**55 | Tuhan, Waktu, dan Diri**  
Stanislas Fritz Prasetyo, SX

### KOMIK

**60 | Retret**  
Tofan18

## REMAH-REMAH

# Tuhan, Waktu, dan Diri

STANISLAS FRITZ PRASETYO, SX |  
Mahasiswa STF Driyarkara, Jakarta

PROBLEM utama pendampingan orang muda adalah jarak antar-generasi. Terlebih dalam kegiatan retret yang waktunya relatif singkat, para religius harus mencari cara mutakhir untuk menjebatani jarak tersebut.

Tidak jarang ada pembimbing retret yang memaksakan hal-hal tertentu yang tidak relevan sehingga orang muda menjadi jenuh dan tidak enjoy saat retret. Oleh karena itu, pendampingan yang efektif tidak cukup hanya berdasarkan asumsi, tetapi perlu melibatkan dialog langsung.

Para biarawan-biarawati perlu bertanya kepada kaum muda, "Apa yang sedang kalian alami saat ini?" dan "Pendampingan seperti apa yang kalian harapkan dari Gereja?"

### Suara Orang Muda

Sebelum menulis, saya terlebih dahulu berbicara dengan beberapa orang muda yang aktif dalam organisasi kerohanian kampus dan Orang Muda Katolik (OMK) di paroki. Mereka menyampaikan bahwa kebanyakan orang muda saat ini menghadapi berbagai tantangan hidup yang kompleks—kesehatan mental, pertemanan yang sehat, relasi

berpacaran yang benar, galau mencari jurusan perkuliahan, mengatur hasrat seksual, pacaran beda agama, masalah ekonomi, sulit mencari pekerjaan, dan tekanan dari orang tua.

Selain itu, mereka juga bergumul dengan pengaruh media sosial yang membentuk gaya hidup konsumerisme, pencarian identitas diri, menemukan makna dan tujuan hidup, serta menjaga keseimbangan antara kehidupan rohani dan duniawi. Tidak jarang, mereka merasa kesepian meskipun dikelilingi banyak orang, mengalami krisis eksistensial, atau bahkan meragukan imannya di tengah sekularisasi dunia.

Banyak anak muda saat ini beragama, tetapi tidak benar-benar menghayati iman dalam kehidupan sehari-hari. Kesibukan dalam sekolah, kuliah, pekerjaan, ambisi pribadi, dan hiburan sering kali tanpa sadar membuat jauh dari Tuhan. Waktu lebih banyak dihabiskan untuk mengejar kesuksesan, *hangout*, atau sekadar mencari kesenangan, sementara doa dan hubungan dengan Tuhan perlahan dianggap sebagai sesuatu yang sekadar formalitas belaka, bukan bagian esensial dari hidup.

Semua tantangan ini menunjukkan bahwa kaum muda membu-

tuhkan pendampingan yang relevan dan mendalam. Bukan saja dalam ranah pengetahuan, tetapi juga dalam dimensi emosional dan spiritual yang memiliki relasi erat dengan Tuhan.

Menariknya, saat ini banyak biarawan dan biarawati muda yang berasal dari generasi Z. Hal ini menjadi keuntungan tersendiri dalam pendampingan retreat, karena mereka memiliki cara berpikir dan perasaan yang lebih dekat dengan teman-teman sebayanya. Dengan demikian, interaksi dan pendampingan dapat berjalan lebih alami dan relevan.

### **Bonding**

Suatu ketika, saya sedang mempersiapkan retreat bersama Keluarga Mahasiswa Katolik (KMK) salah satu universitas di Jawa Barat. Dalam proses persiapan, seorang mahasiswi menyampaikan bahwa mereka merasa kurang memiliki waktu untuk *sharing* pengalaman yang dapat saling meneguhkan.

Sesi *sharing* dalam retreat memiliki peran yang sangatlah penting untuk mempererat persaudaraan di antara peserta retreat. Orang muda sering menggunakan istilah "*bonding*" yang berarti membangun kedekatan emosional yang lebih erat dalam sebuah kelompok.

Agar sesi ini berjalan efektif, lebih baik jika peserta dikelompokkan bersama orang-orang yang sudah saling mengenal atau memiliki kedekatan. Dengan demikian, suasana

yang terbentuk akan lebih nyaman sehingga mereka dapat lebih leluasa berbagi cerita dan pengalaman.

Sebelum memulai *sharing*, setiap peserta harus berkomitmen pada prinsip, "*We listen and we don't judge*" (kami mendengar dan kami tidak menghakimi). Tujuannya untuk tidak menghakimi cerita yang dibagikan oleh orang lain serta menjaga kerahasiaan cerita tersebut dalam kelompok.

Dalam kelompok kecil ini, peserta dapat berbagi berbagai macam pengalaman, termasuk pengalaman buruk sekalipun. Sering kali, seseorang yang merasa sendirian dalam pergumulannya justru menyadari bahwa orang lain juga menghadapi tantangan yang sama beratnya. Bahkan, tidak jarang ditemukan kesamaan dalam permasalahan yang sedang mereka hadapi. Dengan demikian, sesi *sharing* dalam retreat tidak hanya menjadi wadah untuk berbagi, tetapi juga menjadi sarana bagi peserta untuk merasa didukung dan dikuatkan oleh teman-temannya.

### **Berhenti Memberi Banyak Nasihat**

Orang muda saat ini lebih cenderung menerima nasihat dari teman sebaya atau mencari inspirasi melalui *quotes* motivasi dan *influencer* di media sosial. Hidup kita saat ini sangat penuh dengan kebisingan informasi—baik di media sosial maupun dalam keseharian—setiap orang berbicara, tetapi hanya sedikit yang benar-benar mendengar.

Para biarawan-biarawati juga sering menggurui dan menambah banyak nasihat yang mungkin membuat hidup orang muda semakin bising.

Nasihat tetap penting, tetapi lebih dari itu, menjadi teladan jauh lebih bermakna. Jujur saja, ini bukan hal yang mudah. Namun, para religius perlu menunjukkan contoh nyata dalam hidup mereka. Kenyataannya, orang muda lebih suka meniru *influencer* di media sosial yang banyak hidup tidak sesuai dengan nilai-nilai kekatolikan.

Di sinilah peran religius menjadi penting untuk menjadi *role model* bagi orang muda. Justru cara inilah yang diharapkan dari para religius menjadi saksi Kristus di dunia melalui tindakan sehari-hari.

Dalam biara, para religius muda sering merasa kagum dengan para religius senior yang telah membaktikan diri sepenuhnya dan memiliki kedalaman rohani serta kematangan manusiawi yang luar biasa. Demikian pula, para pendamping orang muda harus mencerminkan semangat Injili yang nyata sehingga orang muda dapat melihat dan terinspirasi.

Bagi mereka yang sedang mengalami kebingungan atau krisis iman, para religius dipanggil untuk tetap mendampingi dengan kasih dan pengertian—bukan untuk menghakimi, tetapi untuk menjadi sahabat yang setia di tengah pencarian mereka.

Pendamping retreat bukanlah pemberi segala jawaban atas perta-

nyaan hidup, tetapi lebih merupakan penuntun untuk menemukan makna di balik setiap peristiwa.

Allah selalu hadir dan bekerja dalam diri setiap orang, mencintai tanpa syarat. Namun, sering kali manusia tidak menyadari hal tersebut karena terlalu fokus pada kesibukan dan kesulitan yang dihadapi. Oleh karena itu, mereka perlu diajak untuk melihat bagaimana Allah telah menyertai mereka dalam berbagai situasi, baik suka maupun duka. Merekalah yang menjadi aktor utama dalam hubungan dengan Allah sehingga proses refleksi ini menjadi bagian dari perjalanan iman mereka sendiri.

Ketika mereka benar-benar menyadari Tuhan selalu hadir dan menyertai dalam setiap aspek kehidupan, maka iman tidak akan lagi menjadi sekadar formalitas. Iman akan menjadi relasi yang hidup, yang menggerakkan kita untuk tetap dekat dengan-Nya dalam suka maupun duka. Dengan demikian, mereka akan tumbuh menjadi pribadi yang lebih dewasa dalam iman dan memiliki hubungan yang lebih mendalam dengan Tuhan. ♦