

## MENJALANI KEHIDUPAN KESENDIRIAN MENURUT PEMIKIRAN ST. ISHAK DARI SURIAH: PENGUDUSAN HATI DAN PIKIRAN UNTUK MENCAIPI THEOSIS

Herniwati Hia<sup>1</sup>, Hendi Wijaya<sup>2</sup>

Sekolah Tinggi Teologi Soteria Purwokerto

Korespondensi:

[hernihia1905@gmail.com](mailto:hernihia1905@gmail.com)

Histori:

Diserahkan: 15 Juni 2022  
dipublikasikan : 31 Oktober 2022

DOI: 10.51770/jm.v2i2.71

Keywords: *silence, love, sanctification, theosis.*

Kata kunci: keheningan, kasih, pengudusan, theosis.

Karya ilmiah ini dipublikasikan di bawah *Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License*

**Abstract.** *Humans are one of the creatures created by God with privileges and uniqueness that other creatures do not have. Humans are individuals who have bonds with other individuals in living life. Every individual has his own freedom in finding comfort and needs every day. However, humans often live the same nature as living in solitude. Living in solitude does not mean not mingling and helping others but as a form of effort and assistance in building cooperation with God. The cooperation in question includes, among other things, living in solitude which means isolating oneself from all sinfulness that comes from the world. As a human being with reason and faith, we want a happy and free life from harm and misery in this world and in the hereafter. Applying the concept of solitude by isolating oneself from the world provides and creates humans who experience physical and spiritual changes. The end of the union and cooperation of solitude will manifest the result of living in a saving truth that has eternal value.*

**Abstrak.** Manusia merupakan salah satu makhluk yang diciptakan Allah dengan memiliki keistimewaan dan keunikan yang tidak dimiliki makhluk lain. manusia merupakan individu yang memiliki ikatan dengan individu lainnya dalam menjalani kehidupan. Setiap individu memiliki kebebasan tersendiri dalam mencari kenyamanan dan kebutuhan setiap hari. Akan tetapi, manusia sering menghidupi sifat yang tidak berbeda-beda misalnya hidup dalam kesendirian. Hidup dalam kesendirian bukan berarti tidak berbaur dan membantu orang lain melainkan sebagai bentuk usaha dan bantuan dalam membangun kerjasama dengan Allah. Kerja sama yang dimaksud antara lain yaitu hidup dalam kesendirian yang berarti mengasingkan diri dari segala keberdosaan yang berasal dari duniawi. Sebagai manusia berakal dan beriman menginginkan hidup yang bahagia dan bebas dari celaka dan sengsara di dunia maupun di akhirat. Menerapkan konsep kesendirian dengan mengasingkan diri dari dunia memberikan serta menciptakan manusia yang mengalami perubahan secara jasmani dan rohani. Akhir penyatuan dan kerjasama dari kesendirian akan terwujud hasil yaitu hidup dalam kebenaran yang menyelamatkan yang bernilai kekal.

## **PENDAHULUAN**

Manusia merupakan salah satu makhluk yang diciptakan Allah dengan memiliki keistimewaan dan keunikan yang tidak dimiliki makhluk lain (Thiessen 2015). Manusia merupakan individu yang memiliki ikatan dengan individu lainnya dalam menjalani kehidupan. Setiap individu memiliki kebebasan tersendiri dalam mencari kenyamanan dan kebutuhan setiap hari. Akan tetapi, manusia sering menghidupi sifat yang berbeda-beda misalnya hidup dalam kesendirian yang memiliki banyak makna tersendiri bagi kehidupannya. Hidup dalam kesendirian bukan berarti tidak berbau dan membantu orang lain melainkan sebagai bentuk usaha dan bantuan dalam membangun kerjasama dengan Allah. Menurut Vladimir makna dari kesendirian merupakan satu cara dalam membangun Kerja sama antara diri dan Allah. Sehingga membentuk diri hidup dalam kesendirian yang berarti mengasingkan diri dari segala keberdosaan yang berasal dari duniawi (Dr. Vladimir 1967). Oleh karena itu, sebagai ciptaan Allah yang istimewa manusia dapat berakal dan beriman kepada Allah dan mampu menginginkan hidup yang bahagia dan bebas dari celaka dan sengsara di dunia maupun di akhirat. Menerapkan dan memakai konsep kesendirian dengan mengasingkan diri dari dunia menjadi manusia yang mengalami perubahan secara jasmani dan rohani.

Keheningan sebagai konsep pembebasan tidak terlepas dari diri yang namanya pengudusan baik dalam pikiran dan hati. Sebab doa timbul

dari segala sumber termasuk pikiran dan hati yang akan disertai dengan tindakan. Maka perlu menjaga segala indera diri dengan menjauhkan segala kekuatan dosa yang berasal dari godaan iblis yang mengakibatkan hubungan Allah dengan manusia menjadi retak dan tidak bisa mencapai tujuan. Tujuan manusia yaitu mencapai Theosis (Allah) (Tinggi and Samuel, n.d.). Mewujudkan hal ini haruslah disertai dengan tindakan, usaha dan kerjasama dalam diri manusia dengan Allah. Menguduskan diri dari segala keberdosaan melalui alat komunikasi yaitu. Doa merupakan salah satu alat dalam membangun relasi atau hubungan dengan Allah. Melalui doa dapat meningkatkan dan menumbuhkan iman seseorang yang percaya kepada Allah. Manusia seringkali menerapkan suara hati melalui doa keheningan yang hanya dirasakan oleh pendoa dan juga di dengar Allah. Doa melahirkan iman yang benar serta doa juga memberikan kedamaian dalam diri setiap manusia yang percaya. Kelebihan doa memberikan keharmonisan hati, tulus, dan ikhlas di dalam setiap ucapan yang keluar dari mulut. Iman yang berasal dari doa melahirkan buah kebenaran yang berasal dari pikiran dan hati yang bersih. Untuk itu sebagai pengikut Kristus yang sejati menumbuhkan iman yang benar harus bisa memberikan hati sepenuhnya serta berfokus pada ketetapan yang telah Ia perintahkan bagi kita. Gregory of Nyssa juga memberikan penegasan dalam menggunakan kebebasan yang diperoleh manusia dari Tuhan sebagai jalan untuk tidak membiarkan dosa menyerang diri ("The

Syriac Fathers On Player.Pdf,” n.d.). maka dengan begitu manusia menghidupi kehendak bebas dengan benar dihadapan Allah. Oleh karena itu, penulis membahas kehidupan kesendirian sangat berperan penting dalam mencapai Tuhan yang adalah Theosis karena dengan menghidupi kesendirian dengan bantuan doa, pengudusan pikiran dan hati yang bersih dari hal-hal duniawi maka telah mengalami pembebasan. telah menyebabkan kehendak bebas manusia dengan kehendak Allah berubah dalam bentuk radikal. Alfeyev menegaskan bahwa, awalnya kehendak manusia tidak memiliki kecenderungan untuk berbuat dosa, dimana kehendak bebas manusia taat dan selaras pada kehendak Allah, namun karena manusia telah merasakan pohon pengetahuan tentang yang baik dan yang jahat. Maka pada saat itu manusia mulai berkomunikasi dengan kejahatan dan dosa, akhirnya kehendak bebas manusia harus membuat pilihan berdasarkan baik dan jahat.

Jika dilihat dari keadaan sekarang ini, manusia lebih menghidupi diri dengan hidup dalam keramaian dunia yang memiliki segudang kenikmatan yang sangat sulit dihindari. Lalu bagaimana cara manusia mengubah konsep diri yang suka memanjakan diri dengan godaan yang berasal dari dunia yang bersifat sementara ini? Caranya yaitu dengan mengubah terlebih dahulu konsep diri dan menghidupi kesendirian sebagai konsep pembebasan, menguduskan diri dan menghidupi monastik menuju Allah. Kehidupan monastik bukan berarti tidak memiliki

kepedulian dalam membangun budaya sosial yang baik dengan orang lain. Akan tetapi kesendirian yang diharapkan bertujuan sebagai cara untuk membangun konsentrasi dalam mendekati diri dengan Allah dan menjauhkan diri dari godaan duniawi (Wijaya 2018). Sehingga bisa menjadi rekan sekerja Allah dalam menumbuhkan iman serta pikiran menjadi jernih. Hasil dari akhir penyatuan dan kerjasama akan terwujud hasil yaitu hidup dalam kebenaran yang menyelamatkan yang bernilai kekal. Menurut St. Aphrahat kehidupan keheningan dapat membersihkan hati dan menyucikan segala pikiran dari hal-hal duniawi. Hati merupakan altar. Namun dengan doa adalah korban persembahannya yang menjaga pikiran dan hati. Manusia adalah bait Allah (1 Kor. 3:16) sehingga jika keheningan tumbuh dalam diri maka Allah akan diam di dalam manusia, maka berarti Dia masuk ke dalam bait ("Alkitabku: Alkitab Online," n.d.)

Kehidupan keheningan bukan hanya sebagai bentuk formalitas diam dan menjauhi segala diri dari kerumunan dunia dengan tidak mengindahakan sesama. Akan tetapi keheningan yang dimaksud disini juga adalah suatu bentuk pengudusan sesungguhnya di dalam hati dan pikiran untuk mencapai theosis. St. Ishak menegaskan hal ini sehingga penulis akan menjelaskan lebih detail lagi dalam artikel ini dengan memakai beberapa sudut pandang orang lain sebagai perbandingan dalam memahami konsep kesendirian.

## **METODE PENELITIAN**

Artikel memakai pemikiran St. Ishak dari Suriah tentang kehidupan keheningan di dalam buku yang ditulis oleh Alfeyev judul "*The Way of Solitary*" penulis membuat konsep pemikiran St. Ishak dalam beberapa poin dan digabungkan dengan konsep atau pemikiran bapa gereja yang lain serta beberapa literatur dan jurnal yang terkini.

## **HASIL PENELITIAN**

Menjalani kehidupan keheningan dapat menemukan kembali siapa diri kita dan membiarkan terang kasih Allah akan menyoroti dalam menghadapi kepedihan dan kelemahan dengan harapan dan iman yang telah mengalami pembaharuan yang baru dengan memakai konsep kesendirian menurut St. Ishak. Konsep kesendirian memberikan dampak positif dalam menjaga diri dengan tetap berjaga-jaga dan tetap waspada pada dosa. Sehingga dapat memenangkan diri dan dapat membuka jalan untuk bisa berjumpa dengan Allah melalui kejujuran yang berasal dari kasih. Jadi kita mengenal diri sendiri dan tidak akan menyalahkan orang lain dalam alam yang tidak nyata dalam diri sendiri.

## **PEMBAHASAN**

### **Solitary: sebagai pengudusan diri**

Keheningan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah keadaan berdiri sendiri yang tidak bergantung kepada orang lain (“KBBI Daring” 2022). Tidak bergantung kepada orang lain artinya hidup dalam kediaman yang tidak suka memiliki ikatan terhadap orang lain. Salah satu bapa gereja yang bernama Ishak dari Suriah mengemukakan pendapat bahwa keheningan merupakan bentuk penolakan diri dari dunia. Keheningan adalah pengalaman internal hidup di dalam diri sendiri, penarikan diri ke dalam diri seseorang tindakan yang diperlukan untuk menyatukan diri sendiri dengan Tuhan (Alfeyev et al. 2008). Berarti keheningan tidak hanya terdapat dalam sudut pandang yang sama melainkan terdapat sisi yang lain yang menimbulkan pandangan yang berbeda. Bentuk penolakan dunia artinya adalah suatu proses bertahap yang dimulai dengan keinginan untuk mencapai kontemplasi Tuhan. Pelepasan keduniawian mencakup disiplin tubuh dan pikiran. Ada kesesuaian antara tingkat pelepasan keduniawian dan kemampuan seseorang untuk memasuki kontemplasi Tuhan. Jadi, manusia tidak hanya hidup dalam keheningan yang tidak memiliki tujuan melainkan mencapai satu tujuan dalam mencapai kehidupan yang tidak menimbulkan dosa. Sebab dosa adalah bagian dari kejahatan yang berasal dari diri manusia sendiri melalui kehendak bebasnya Sehingga manusia tidak bisa terbebas dalam perangkat dosa tanpa adanya usaha yaitu mengendalikan diri dengan menghidupi keheningan sebagai penolakan dosa. Menurut Ishak,

penolakan dunia demi menghidupi keheningan di dalam Tuhan adalah kondisi yang diperlukan untuk memasuki jalan menuju Tuhan (Alfeyev, (2016\_2008) n.d.). Gregory of Nyssa juga memberikan penegasan dalam menggunakan kebebasan yang diperoleh manusia dari Tuhan sebagai jalan untuk tidak membiarkan dosa menyerang diri. maka dengan begitu manusia menghidupi kehendak bebas dengan benar dihadapan Allah (Chenoweth 2020). Jadi kejahatan tidak timbul dari diri manusia yang bukan berasal dari Allah.

Manusia harus bisa menjadikan konsep keheningan sebagai pemisahan bukan keberangkatan dari tubuh, tetapi keberangkatan dari urusan dunia. Dunia adalah bumi dengan segala sesuatu yang terdapat di atasnya planet tempat hidup("KBBI Daring," n.d.). Dunia dalam konteks ini adalah menerapkan tentang apa yang disebut nafsu. Penyatuan dengan Tuhan didahului oleh pelepasan dari materi. Tetapi tanpa pengalaman kesendirian seseorang tidak akan pernah bisa mendekati kepenuhan hidup di dalam Tuhan (Alfeyev etal. 2008). Menurut Nia Faramita Yusuf kesepian didefinisikan sebagai individu yang merasa dirinya terasing dari dunia luar dan keadaan emosional sebagai bentuk perilaku atau persepsi pada setiap periode kehidupan (Yusuf 2015). Ini merupakan suatu pemahaman orang yang menimbulkan kontras yang menyimpulkan bahwa kesendirian/keheningan mengakibatkan adanya kesepian dalam diri individu yang berasal dari diri yang gagal dalam menjalankan tugas.

Sehingga menimbulkan masalah dalam diri manusia yang mengakibatkan depresi yang berkaitan dengan mood atau kondisi emosi bersifat negatif. Semua hal tersebut tidak akan terjadi jika individu menghidup penderian sebagai seseorang yang hidup di dalam Kristus yang memberikan sukacita bagi semua yang hidup dalam ihideye seperti yang dikatakan bapak Aphrahat (Dr. Vladimir 1967).

Kesendirian bagi Ishak bukan sinonim untuk selibat dan kehidupan erimitis. Akan tetapi pengalaman persatuan dengan Tuhan sebagai hadirat Tuhan dalam membangun kedekatan. Dalam buku Philokalia St. Maximos of Confessor *“Those who apply themselves with a pure heart to divine philosophy derive the greatest gain from the knowledge it contains. For their will and purpose no longer change with circumstances, but readily and with finn assurance they undertake all that conforms to the standard of holiness”* (Corinth 1984). Artinya menjaga hati dan jiwa dari hal-hal yang bersangkutan dengan dosa dengan membentuk pengetahuan yang murni hanya dari jalan kebenaran dengan menyucikan diri dan menciptakan suatu keheningan yang berasal dari kehidupan keheningan dalam memusatkan diri hanya kepada kristus. Dengan solitary yang dimana sebagai hidayat yang dipakai dengan meninggalkan hal-hal diluar Allah, maka untuk mendapatkan hal itu maka tradisi mulai berkembang. Tradisi tersebut tercapailah satu tradisi yang memiliki makna yaitu orang yang suci hati akan melihat kasih Allah. kodrat yang asali dalam kasih Allah,

hanya bisa dicapai melalui stillness. Maka lahirlah *Luminous love* yang lahir dari kasih Allah dalam jiwanya (*Metropolitan Hilarion Alfeyev, Orthodox Christianity (Scarsdale Road, Yonkers, NY: Sretensky Monastery 2012)*). Kasih yang menerangi yang berasal dari Allah. *luminous love* dalam 1 Yoh 3:16 menekankan kepada kita tentang mengorbankan kasih kepada orang lain. membenci dosa dan mengasihi pribadinya.

### **Menguduskan Pikiran dan Hati**

Allah menciptakan manusia dengan kasih, jadi setiap manusia pun wajib merasakan dan mengalami kasih yang terus mengalir di dalam diri setiap hari. Allah hadir di dalam diri manusia untuk mengasihi dan supaya manusia mencapai tujuannya di dalam kekekalan. Manusia adalah makhluk ciptaan yang memiliki keistimewaan dari makhluk lain yang memiliki tubuh jasmani namun berbeda dengan manusia memiliki akal budi dan bisa merasakan dan memberikan kasih yang berasal dari Allah. Manusia memilih tidak taat kepada Allah disebabkan manusia memiliki dosa maka hubungan dengan Allah terputus. Akan tetapi karena Allah adalah kasih yang hidup maka Ia senantiasa hadir dengan memelihara, membesarkan dan mendidik. Firman Allah datang ke dunia dengan wujud manusia untuk menyambut dan membebaskan kita dari dosa. Kristus datang mati dan bangkit untuk menyelamatkan kita dan mencurahkan kasihnya dan menyalurkannya agar kita kembali pada jalan yang benar seperti tujuan

Allah pada kehendaknya Supaya kita bisa menyucikan dan menguduskan kita untuk selama-lamanya. Manusia sebagai anak Allah harus menerima dan percaya. Anugerah adalah sinergi Allah bagi kita merupakan belas kasihannya yang ia salurkan kepada manusia untuk mencapai tujuan penyucian dan pengudusan (Vladimir 1967).

Perbuatan baik yang berasal dari diri kita berasal dari kasih Allah melalui iman yang kita rasakan yang tidak pernah berhenti dalam diri kita. Yohanes mengatakan Allah merupakan kasih yang manusia terima. Iman dan perbuatan menghasilkan suatu kasih yang berasal dari diri kita yang terus berbuah. Jadi, kasih Kristus bekerja dalam diri manusia. Segala sesuatu yang manusia kerjakan tanpa iman adalah dosa. Bagaimana cara manusia menghasilkan kasih Allah yang bekerja dalam diri manusia? Iman, pengetahuan, dan ketekunan akan menghasilkan kasih.

Pikiran yang terbebas dari kekuatiran pada hal-hal yang akan datang maka akan semakin dalam cepat tersampaikan melalui doa yang dipanjatkan kepada Tuhan. Semakin tubuh terbebas dari ikatan urusan duniawi, semakin bebas pula pikiran dari hal yang sama. St. Ishak dari Suriah memberikan satu pemahaman tentang kehidupan keheningan atau kehidupan asketik. Keheningan bukan berarti hidup tanpa bantuan orang lain melainkan seseorang yang hidup dalam keheningan, jauh dari dunia dan hawa nafsu. Dalam ajaran Kristen kehidupan keheningan merupakan

kehidupan yang memasuki jalan pertapaan pada kasih Allah dan sesama; pada keheningan sebagai salah satu syarat utama untuk mencapai ketenangan pikiran. Hal ini menimbulkan satu keyakinan dalam menghidupi keheningan ydapat membersihkan diri dengan cara menguduskan hati. St Theophan menyatakan bahwa kehidupan manusia masih tersembunyi dalam hati. Karena hati ini salah satu faktor yang berperan penting serta memiliki fungsi yang besar yang menjadi objek perhatian dan kepedulian dalam diri manusia. Menguasai pikiran dan hati yang hanya berfokus pada Tuhan (Wijaya 2019). Sehingga doa yang dipanjatkan menjadi satu latihan spiritual yang terus bekerja dan menjadi alat dalam berkomunikasi dengan Tuhan. Maka dengan begitu pikiran dan hati menjadi selaras dengan tindakan yang kita perbuat akan bertambah, bertumbuh dan berkembang. Efek doa membersihkan dan menjernihkan pikiran, hati serta menjauhkan diri dari hal-hal keinginan duniawi yang memikat diri dalam dosa.

Kehidupan keheningan membawa dampak pada pengudusan hati dan pikiran. St. Maximos of Confessor *He who has been trained by the prophets' words not only refrains from the outward fulfillment of the passions but also renounces all assent to them in his soul. He is not content simply to appear to abstain from sin in the inferior part of himself, the flesh, while secretly allowing its free rein in his superior part, the soul* (Wijaya 2019). Melalui pelatihan dan pengendalian diri akan menghasilkan

diri yang baru dengan menanggalkan pakain baru yang menjauhkan diri dari kehidupan yang lama. St. Aphrahat *Heart does not become pure, then, unless hidden sin has disappeared from it, and any evil thoughts that had been hidden away in it through the strength of the sin that dwells there have come to a complete end. Neither will this sin be eradicated from our heart, nor will the evil thoughts and the sin's other fruits disappear unless we pray just as our Lord and all who preached him prayed* (Wijaya 2019). Penyucian hati berarti tidak lagi menyimpan dosa-dosa tersembunyi di dalamnya, demikian juga halnya dengan segala pikiran jahat juga tidak ada lagi di dalamnya, dan satu-satunya hal yang dapat membersihkan itu semua adalah melalui air mata doa kita.

Melakukan kehidupan pertapa dengan berdoa dan akal budi. Manusia diciptakan dengan memiliki satu keunikan yaitu memiliki akal budi, akan tetapi melakukan pertama dengan doa bukan berarti kita mengenal dan tahu tentang Tuhan secara keseluruhan. Namun dengan doa kita dapat merasakan kehadiran dan kekuatan yang diberikan Tuhan kepada kita. Pengetahuan dari akal budi tidak memberikan pengetahuan langsung tentang Tuhan melalui cinta kasih, akan tetapi cinta kasih bukan datang dari otak saja melainkan datang dari jiwa manusia yang seutuhnya yaitu hati. Untuk itu kehidupan pertapa mengajarkan pikiran dari kepala turun kehati karena akal budi dan perasaan/kepekaan adalah karunia Tuhan (Alfeyev et al. 2008) Buku Philokalia St. Theophan *"You must*

*descend with your mind into your heart. At present your thoughts of God are in your head. And God Himself is, as it were, outside you, and so your prayer and other spiritual exercises remain exterior. Whilst you are still in your head, thoughts will...always be whirling about like snow in winter, or clouds of mosquitoes in the summer.... All our inner disorder is due to the dislocation of our powers, the mind and the heart each going its own way. The mind must come to an initial concord with the heart, growing eventually into a union of the mind with the heart. You must pray not only with words but with the mind, and not only with the mind but with the heart, so that the mind understands and sees-clearly what is said in words, and the heart feels what the mind is thinking. All these combined together constitute real prayer, and if any of them are absent, your prayer is either not perfect, or it is not prayer at all” (Corinth 1984).* Menguasai pikiran dan hati yang hanya berfokus pada Tuhan. Sehingga doa yang dipanjatkan menjadi satu latihan spiritual yang terus bekerja dan menjadi alat dalam berkomunikasi dengan Tuhan. Maka dengan begitu pikiran dan hati menjadi selaras dengan tindakan yang kita perbuat akan bertambah, bertumbuh dan berkembang. Efek doa membersihkan dan menjernihkan pikiran, hati serta menjauhkan diri dari hal-hal keinginan duniawi yang memikat diri dalam dosa.

### **Menghidupi Monastis menuju Allah**

Melakukan kehidupan pertapa dengan berdoa dan menguduskan diri. Manusia diciptakan dengan memiliki satu keunikan yaitu memiliki akal budi, akan tetapi melakukan pertama dengan doa bukan berarti mengenal dan tahu tentang Tuhan secara keseluruhan. Namun dengan doa dapat merasakan kehadiran dan kekuatan yang diberikan Tuhan. Pengetahuan dari akal budi tidak memberikan pengetahuan langsung tentang Tuhan melalui cinta kasih, akan tetapi cinta kasih bukan datang dari otak saja melainkan datang dari jiwa manusia yang seutuhnya yaitu hati. Untuk itu kehidupan pertapa mengajarkan pikiran dari kepala turun kehati karena akal budi dan perasaan/kepekaan adalah karunia Tuhan (Alfeyev et al. 2008). Bagaimana caranya energi yang kamu pakai menghasilkan kasih? menerima anugerah Allah melalui roh kudus maka menghasilkan iman dan perbuatan yang berasal dari kasih. Waktu kita lahir baru berarti manusia rohani kita masih bayi atau masih kecil.

Manusia rohani harus mengalami peningkatan dan pertumbuhan rohani kita supaya bisa dewasa dalam Kristus. Bagaimana cara kita meningkatkan manusia rohani kita yaitu dengan mengalami *by grace* kasih kepada manusia merupakan kasih kepada Allah dan kasih terhadap sesama manusia. Kasih terhadap manusia tidak melebihi kasihmu kepada Allah. Asketik adalah kasih terhadap dunia dan menjaga jarak terhadap dunia. Iman yang terus menghasilkan perbuatan baik itu menghasilkan kasih. Apapun yang kita kerjakan di dunia ini adalah kasih. Tujuan kita

mencapai keheningan/kesendirian dan mengasihi Allah dan sesama manusia. Jadi kita harus melawan kedagingan kita atau *the passions*. *Solitary/hidaya* merupakan menyatukan diri/ single person. *Ihidaya* dalam perjanjian baru juga berarti *the only begotten* sedangkan di dalam perjanjian lama *a title for Adam*. Kata *ihidaya* berarti kita yang hidup di dalam Kristus yang memberikan sukacita. *Solitary* bukan berarti *celibacy* atau mengucilkan diri melainkan kita absen dari hal-hal duniawi supaya kita bisa dekat dengan Allah (Dr. Vladimir 1967). Bagaimana kita mengalami *solitary* caranya yaitu dengan memimpin tubuh kita supaya bisa menyatu dengan Allah. Keheningan sama dengan Kristus yang menyatu dengan Allah namun begitu juga dengan kita sendiri menyatu dengan Allah. *Love all man* berarti kita tidak bisa terlepas dari sesama sedangkan *from all men* berarti mengasihi sama. Solitude merupakan cara kita menarik diri dari dunia. Tanpa mengalami solitari maka kita tidak pernah mengalami *fullness of life in God*. Jadi sama dengan kerohanian manusia kita akan mati bila tidak mengalami solitari.

Mengasihi Allah maka kita berfokus hanya kepada-Nya. Memisahkan diri dari dunia bukan soal menyingkir dan tidak peduli dengan sesama. Memisahkan diri yang dimaksud adalah menguduskan diri dari segala hawa nafsu dan *Nous* yang penuh nafsu. Itulah yang dimaksud dengan *Solitary life*. *Spiritual life* membebaskan tubuh dari segala hal materi di dunia. Jiwa yang mengasihi Allah bisa tenang di hadapan Allah.

Jadi dengan menyatu dengan Allah harus menyingkir terlebih dahulu membebaskan diri dari dunia agar bisa mencapai kontemplasi dengan Allah. Melatih diri dengan melakukan kontemplasi diri untuk bisa memasuki latihan jiwa. Monastik merupakan bukti untuk menyingkir dari segala keinginan duniawi. Galatia 5:24 menjadi milik Kristus dan menyalibkan kedagingan. Arsenius mengatakan lepaskan lah dirimu dari orang-orang maka kamu akan diselamatkan ("Alkitabku: Alkitab Online," n.d.). Artinya jika kamu mau diselamatkan maka kamu harus menjauhi hal-hal duniawi. Menyingkirkan diri dari dunia haruslah *radical* dan *absolute*. Yang berarti tidak ada *Friends leadership and love*. Untuk mencapai tujuan biara/monastik harus melupakan orang tua, anak, keluarga dan orang lain. Monastik di dalam hati melakukan latihan dengan menjalani hidup dengan sendiri. Kamu mengasihi sesamamu sama dengan kamu mengasihi dirimu sendiri berarti secara solitari semakin manusia membebaskan diri kita kepada orang lain semakin kita mengasihi sesama kita. Ishak ketika kamu bisa mengasihi dirimu maka kamu bisa mengasihi sesamamu. Perintah mengasihi sesama itu termasuk dalam mengasihi diri maka kamu harus memisahkan dari Dia. Memisahkan diri dengan Dia maka akan merasakan panasnya cinta kasih yang ia curahkan bagimu.

Ada dua bentuk kasih dalam diri manusia yaitu *passions* merupakan nafsu yang timbul dari kedagingan manusia dan *love* merupakan bentuk kasih manusia dalam membentuk kerohaniannya.

Sehingga dengan adanya kasih yang telah tertanam dalam diri maka manusia telah mengalami persatuan dengan Allah. Santo Thalassios mengatakan bahwa *“Love alone harmoniously joins all created things with God and with each other”*(Corinth 1984). Melalui cinta dan kasih kita dipersatukan dalam Dia yang telah menciptakan kita. Mengasihi sesama sama dengan mengasihi Allah maka dengan memperoleh kasih dalam diri bisa menjadi orang yang menghidupi diri. Jadi, hidup didalam kesendirian tidak menjadikan diri untuk tidak peduli dengan sesama melainkan membantu untuk menjalin relasi harmonis yang menyatukan segala sesuatu dengan dasar saling percaya dan saling mengasihi yang sama seperti Kristus.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan pembahasan tentang keheningan sebagai pengudusan diri. Keheninga bukan berarti tidak mengasih sesama akan tetapi menjauhkan diri dari segala hal yang berbau dosa. Oleh sebab itu, manusia harus bisa saling mengasihi bukan berarti mentoleransi dan membiarkan orang lain hidup dalam kesulitan, sebaliknya dengan mengasihi dengan mencari solusi yang terbaik yang membawa kebaikan bagi orang lain tersebut (Randa 2020). Sehingga akhir dari kehidupan keheningan atau kesendirian sebagai bentuk kemandirian dalam membangun kerja sama dengan Allah menjadi suatu perubahan yang

sangat signifikan. Jadi sangat penting bagi kalangan masyarakat sekarang ini untuk mengerti apa yang menjadi tujuan menjalani kehidupan keheheningan yang berasal dari Kristus.

## **DAFTAR PUSTAKA**

“Alfeyev, Hilarion\_Bishop of Nineveh Isaac - The Spiritual World Of Isaac The Syrian-Liturgical Press (2016\_2008).” n.d.

Alfeyev, Hilarion, The Spiritual World, Isaac The Syrian, and Liturgical Press. 2008. “Rujukan Utama Pembahasan Dan Diskusi Diambil Dari Buku Hilarion Alfeyev, The Spiritual World of Isaac The Syrian (Minnesota: Liturgical Press, 2008). 1,” 1–23.

“Alkitab Online.” n.d.

Chenoweth, Mark. 2020. “A Maximian Framework for Understanding Evolution.” *St. Vladimir’s Theological Quarterly*, January (January).

Corinth, St. Nikodimos of the Holy Mountain & St. Makarios of. 1984. *The Philokalia: The Complete Text, Volume 2*. Edited by Kallistos Ware G. E. H. Palmer, Philip Sherrard. London: Faber and Faber.

Dr. Vladimir, Vega Falcon. 1967. “The Way of A Solitary.” *Gastronomía Ecuatoriana y Turismo Local*. 1, no. 69: 5–24.

“KBBI Daring.” n.d.

———. “KBBI Daring.” 2022. 2022.

*Metropolitan Hilarion Alfeyev, Orthodox Christianity (Scarsdale Road, Yonkers, NY: Sretensky Monastery. 2012.*

Randa, Federans. 2020. “Karya Keselamatan Allah Dalam Yesus Kristus Sebagai Jaminan Manusia Bebas Dari Hukuman Kekal Allah.” *Logon Zoes: Jurnal Teologi, Sosial Dan Budaya* 3, no. 1: 35–62. <https://doi.org/10.53827/lz.v3i1.17>.

Ringma, Charles. n.d. "DARE TO JOURNEY WITH HENRI NOUWEN."  
"The Syriac Fathers On Prayer.Pdf." n.d.

Thiessen, Henry C. 2015. *Teologi Sistematis*. Malang: Gandum Mas.  
Tinggi, Sekolah, and Teologi Samuel. n.d. "KESELAMATAN  
Universalisme Versus Soteriologi" 3, no. 2: 41–53.

Wijaya, Hendi. 2018. "Formasi Rohani: Fondasi, Purifikasi, Dan  
Dedifikasi," 426.

———. 2019. "Inspirasi Kalbu 2." <https://doi.org/10.31219/osf.io/c85zs>.

Yusuf, Nia Faramita. 2015. "Kesepian Dan Depresi : Studi Metaanalisis,"  
978–79.