

**MAKNA IBADAH KONTEMPLATIF LITURGI YOHANNES CHRYSOSTOMOS BAGI SIKAP
SPIRITUALITAS JEMAAT GEREJA ORTHODOX AGIOS DEMETRIOS MEDAN**

Goklas J. Manalu
Fakultas Ilmu Pendidikan Kristen
Institut Agama Kristen Negeri Tarutung
manalugoklas@yahoo.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui makna sikap spiritualitas jemaat dalam mengikuti Liturgi Agios Yohanes Chrysostomos yang bersifat kontemplatif. Penelitian dilakukan dengan metode kualitatif dengan paradigma naturalistic. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa makna ibadah kontemplatif adalah: 1). Menghadirkan Kristus dalam kehidupan; 2). Menghadirkan kerajaan Allah di bumi; 3). Memuji dan memuliakan Allah; 4). Umat beriman bertemu dengan Allah; 5). Mengalami panunggalan dengan Kristus; dan 6). Manusia mengalami kesempurnaan dalam Kristus. Sementara sikap spiritualitas jemaat dalam beribadah di Gereja Orthodox tercermin mulai dari mempersiapkan hati sebelum pergi ke Gereja, sikap ketika sedang berada dalam Gereja, sikap ketika sedang berdoa, sikap ketika ibadah sedang berlangsung, sikap ketika akan menerima Perjamuan Kudus, sikap setelah menerima Perjamuan Kudus dan sikap terhadap Imam.

Kata Kunci: Kontemplasi, Gereja Orthodox, Liturgi, Spiritualitas, Sikap Beribadah

PENDAHULUAN

Ibadah, kontemplasi, dan sikap spiritualitas dalam beribadah merupakan tiga hal yang sangat erat hubungannya satu dengan yang lainnya. George Florovsky sebagaimana dikutip oleh James menjelaskan bahwa: *"Ibadah adalah bentuk ekspresi yang berupa tindakan yang dilakukan seseorang untuk memuji Allah. Ibadah Kristen adalah jawaban manusia terhadap panggilan ilahi dari tindakan Allah yang penuh kuasa dan berpuncak melalui tindakan pendamaian dari Kristus. Menjadi orang Kristen dan menjalankan ibadah adalah dengan melakukan persekutuan, berada dalam suatu komunitas di dalam Gereja."*¹

Banyak orang Kristen berpikir bahwa ibadah hanya dibatasi dalam kegiatan ibadah minggu atau kegiatan rohani lainnya yang di dalamnya diisi dengan susunan liturgi gereja, pujian gereja, doa, penyembahan dan perenungan Firman Tuhan yang dipimpin oleh seorang Pendeta atau Imam yang dilakukan di dalam gedung Gereja tertentu dan yang dibatasi oleh waktu tertentu. Namun apabila dilihat dari bahasa asli kata ibadah yaitu bahasa Ibrani Abodah memberikan pengertian adanya sikap membungkukkan badan tanda hormat seorang hamba dihadapan tuannya.

Melalui ibadah kepada Allah, spiritualitas umat terus menerus dibentuk hingga mencapai kesempurnaan. Melalui ibadah umat diajar melalui pembacaan Firman Allah. Allah berbicara kepada manusia dalam ibadah. Oleh sebab itu umat akan semakin diperbaharui melalui pengalaman-pengalaman rohaninya. Roh Kudus terus berkarya di dalam diri orang percaya.

Sebetulnya jemaat memiliki kesempatan yang sangat besar berjumpa dengan Allah melalui ibadah, berjumpa dengan orang-orang kudus yang telah bersama-sama dengan Kristus, karena Gereja merupakan simbol hadirnya kerajaan Allah di bumi.

Gereja merupakan simbol hadirnya kerajaan Allah di bumi. Upacara Perjamuan Kudus adalah karya Allah itu sendiri. Dalam Perjamuan Kudus umat dapat merasakan secara langsung kasih karunia Allah dengan menyantap Tubuh dan Darah Kristus.

Ibadah di Gereja Orthodox merupakan ibadah yang diselenggarakan bersama dengan rasa yang khusus dan hening. Karena ibadah

merupakan pertemuan antara Allah dan manusia, maka sikap beribadah penting untuk diperhatikan. Seseorang tidak diperkenankan untuk meninggalkan Gereja pada waktu-waktu tertentu pada saat beribadah. Disamping itu, posisi tubuh juga menjadi perhatian penting ketika beribadah. Gereja merupakan tempat yang paling cocok untuk pembentukan spiritualitas umat karena ditempat inilah Allah berkarya untuk terus-menerus memperbaharui hidup manusia. Sejalan dengan itu teolog Orthodox Nikos A. Nissiotis menekankan kehadiran dan tindakan Allah Trinitas dalam ibadah. Ibadah adalah inisiatif pendamaian Allah dalam Kristus melalui Roh-Nya. Oleh kekuatan Roh Kudus Gereja dapat menawarkan ibadah yang memberi sukacita sebagai tindakan dari Allah Trinitas maupun ditujukan kepada Allah Trinitas.²

Di dalam Gereja umat akan memperoleh sukacita Allah. Ketika sedang beribadah sebenarnya umat dapat berinteraksi dengan Allah dengan cara berdoa. Doa pada dasarnya adalah pertemuan antara jiwa dan Allah. Supaya pertemuan itu dapat terjadi maka diperlukan dua pihak yang secara nyata supaya dapat melakukan pertemuan yang nyata; yaitu keduanya harus tampak sebagaimana adanya mereka.³ Manusia adalah milik Allah sendiri maka seharusnya manusia harus tunduk kepada perintah Allah. Oleh sebab itu ketika mengikuti ibadah jemaat harus memperhatikan dengan seksama jalannya ibadah agar dapat menikmati keindahan ibadah tersebut. Sebenarnya tidak ada alasan untuk bermain-main di Gereja.

Ibadah dalam Gereja Orthodox sebagai kesinambungan dari ibadah Gereja mula-mula adalah bersifat kontemplatif. Sifat kontemplatif ini memungkinkan setiap umat untuk dapat meresapi, mengalami serta menjalin hubungan yang lebih intim dengan Allah. Karena kontemplasi lebih menekankan suatu hubungan dengan Allah, maka dalam kesempatan inilah umat percaya dapat memperdalam hubungan dengan Allah yaitu dengan aktif dalam kegiatan beribadah. Di satu sisi, orang yang tidak terbiasa dengan hidup kontemplatif akan mengalami kebosanan ketika mengikuti ibadah di Gereja Orthodox. Di sisi lain, orang yang terbiasa dengan hal tersebut akan merasakan suka cita besar Allah karena pertemuan dan pengalamannya dengan Sang Pencipta.

² *Ibid.* hlm. 12.

³ Vladika Antoniov Bloom, *Praktikal Doa Dalam Gereja Orthodox*, (Dalam Synaksis Buletin Antar Umat Paroki Edisi Agustus 2006), hlm. 18

¹ James F. White, *Pengantar Ibadah Kristen*, Jakarta: BPK-GM, 2011), hlm. 10.

Gereja sebagai pusat pertumbuhan spiritualitas menyediakan sarana-sarana untuk meningkatkan spiritualitas jemaat. Namun respon jemaat terhadap hal tersebut masih kurang. Kurang memperhatikan jalannya ibadah, tidak ikut mengambil Perjamuan Kudus adalah ciri orang yang belum menghidupi iman yang Orthodox.

Oleh karena Gereja merupakan pusat pembentukan spiritualitas, maka jemaat perlu memperhatikan sikapnya ketika beribadah. Ini adalah tindakan aktif jemaat atau partisipasi aktif jemaat dalam beribadah. Ajaran yang benar (*orthodoxia*) diwujudkan dalam penyembahan yang benar (*ortholatria*) dalam beribadah sehingga berdampak pada praktek hidup yang benar (*orthopraxia*). Jadi sikap beribadah yang benar itu merupakan dampak dari ajaran yang benar. Sikap spiritualitas dalam beribadah sebetulnya merupakan reaksi seseorang terhadap panggilannya dalam beribadah. Karena Allah yang disembah di Gereja itu merupakan Allah yang hidup, Allah yang Mahakuasa, yang berkuasa atas diri setiap orang, maka sepatutnya jemaat menunjukkan sikap hormat dan menjaga suasana ibadah agar berlangsung dengan khushuk dan tenang.

Berdasarkan paparan di atas maka yang menjadi pokok permasalahan dalam penelitian ini adalah: Bagaimana makna ibadah kontemplatif dalam Gereja Orthodox? Dan Bagaimana sikap spiritualitas jemaat dalam beribadah di Gereja Orthodox Agios Demetrios Medan?

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif atas paradigma naturalistik. Sugiyono mengatakan bahwa: "*Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen) dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, pengambilan sampel sumber data dilakukan secara purposive dan snowball, teknik pengumpulan dengan triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan pada makna dari generalisasi.*"⁴

Penulis melakukan observasi terhadap jemaat untuk melihat tingkah laku, kepribadian, kerajinan mengikuti ibadah, sikap dalam

beribadah serta kehidupan kerohaniannya. Data yang telah dikumpulkan kemudian dilakukan dengan pendeskripsian data tersebut sebagaimana adanya sehingga hasilnya dapat diketahui dengan mudah.

Liturgi yang akan dijelaskan dalam penelitian ini adalah Liturgi yang dikarang oleh Agios Yehanes Chrysostomos yang hidup pada abad keempat, dimana Liturgi tersebut merupakan Liturgi yang umum digunakan oleh Gereja Orthodox di seluruh dunia. Sikap spiritualitas jemaat dalam beribadah akan dikaji berdasarkan rangkaian Liturgi tersebut.

PEMBAHASAN

Kontemplasi dalam Gereja Orthodox

Pada awalnya, dalam filsafat Yunani *theoria* diartikan dengan aspek yang berkaitan dengan kebenaran.⁵ Kemudian kekristenan mengambil terminologi penggunaan kedua kata ini, Yunani (*theoria*) dan Latin (*contemplatio*) untuk menggambarkan berbagai bentuk doa dan proses untuk datang mengenal Allah. Makna kata ini mendapat pengertian yang baru di dalam teologi Kristen. Berkontemplasi bukan lagi hanya sebagai proses berpikir, tetapi menjalin hubungan, yaitu hubungan dengan Allah dan bukan juga hanya sebagai hubungan tetapi juga sebagai pengalaman yaitu pengalaman hidup bersama dengan Allah berkat kasih karunia Allah.

Dalam teologi Gereja Orthodox *theoria* mengacu pada tahap pencerahan menuju *theosis* atau pengilahan yaitu melalui kesatuan dengan Allah. Makna istilah *theoria* "merenungkan" atau "memikirkan" berarti untuk "melihat" dan kemudian "memahami" serta "mengalami".⁶ *Theosis* diperoleh dengan melibatkan diri dalam melakukan doa kontemplatif. Dalam bentuk yang paling murni, *theoria* "melihat" atau "visi Allah". Menurut ajaran Kristen Orthodox Timur, tujuan kehidupan orang Kristen adalah untuk mencapai *theosis* atau pengilahan, yang dipahami sebagai "kесerupaan dengan" atau "kesatuan dengan" Allah.

Dalam teologi Gereja Orthodox *theoria* mengacu pada tahap pencerahan menuju *theosis* atau pengilahan yaitu melalui kesatuan dengan Allah. Makna istilah *theoria* "merenungkan" atau "memikirkan" berarti untuk "melihat" dan

⁵ Bagus Loren, *Kamus Filsafat*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2000), hlm. 490.

⁶<http://en.wikipedia.org/wiki/Theoria>. Diakses 9 Maret 2015

⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hlm. 15

kemudian “memahami” serta “mengalami”.⁷ *Theosis* diperoleh dengan melibatkan diri dalam melakukan doa kontemplatif. Dalam bentuk yang paling murni, *theoria* “melihat” atau “visi Allah”. Menurut ajaran Kristen Orthodox Timur, tujuan kehidupan orang Kristen adalah untuk mencapai *theosis* atau pengilahan, yang dipahami sebagai “keseperanan dengan” atau “kesatuan dengan” Allah.

Liturgi Agios Yohanes Chrysostomos

Adapun rangkaian dari Liturgi Agios Yohanes Chrysostomos adalah sebagai berikut:

1) Liturgi Katekumen

Seperti halnya dalam semua bentuk liturgi Gereja Orthodox, liturgi dimulai dengan suatu kidung Puja mulia oleh presbyter: “Terberkatilah kerajaan Allah Sang Bapa, Sang Putra, serta Sang Roh Kudus, sekarang dan selalu, serta sepanjang segala abad”. Dari kidung puja tersebut bahwa Gereja Orthodox selalu memuja ketiga pribadi dari Allah Tritunggal, bukan hanya pribadi kedua yaitu Yesus Kristus. Ini menunjukkan bahwa keselamatan dalam gereja Orthodox ada pada ketiga Pribadi tersebut kemudian dilanjutkan dengan upacara-upacara selanjutnya sebagai berikut:

Litani. Litani merupakan doa permohonan dan ucapan syukur. Segera sesudah doxology, jemaat diminta untuk mengizinkan damai sejahtera Allah untuk memerintah dalam hatinya. Doa litani dimulai dengan “Dalam damai sejahtera, mari kita berdoa kepada Tuhan” oleh presbyter, kemudian direspon oleh jemaat dengan mengatakan “Tuhan Kasihanilah”.

Respon Jemaat “Tuhan Kasihanilah” mengandung arti bahwa sesudah dilakukan hubungan dengan Allah, maka jemaat mulai mengakui dosa-dosanya. Selanjutnya presbyter melanjutkan doa-doa bagi keselamatan jiwa, bagi Gereja lokal yang menunjukkan kehadiran Allah di tengah-tengah umatNya, bagi imam yang melayani kebutuhan rohani jemaat, dan mencapai klimaknya ketika presbyter meminta jemaat untuk menyerahkan diri satu sama lain dan seluruh hidup mereka kepada Kristus.

Antiphon. Antiphon Liturgi Kudus terdiri dari nubuatan-nubuatan Perjanjian Lama yang menubuatkan tentang kedatangan Anak Allah (Bark. 3:38; Yoh. 1:14; Mzm. 92:1). Antiphon menggambarkan bagian pertama akan kedatangan Kristus, meskipun saat hadir diseluruh jagat, pada

umumnya Ia tidak dikenal. Diwaktu yang sama Ia telah menyatakan diriNya kepada manusia dalam tulisan-tulisan Nabi.

Arak-arakan Kecil. Kitab Injil dibawa dari Mezbah sebelah pintu utara Ikonostasion, keluar menuju Pintu Gerbang Raja dengan arak-arakan putra mezbah yang membawa lilin di tangannya. Ini menunjuk akan arak-arakan (masuk) Anak Allah masuk ke dalam dunia ini. Karena itu umat seharusnya bersukacita dan menyembah selama arak-arakan Injil berlangsung.

Liturgi suci adalah pendramaan kehidupan Kristus. Kristus lahir di Betlehem, dibaptis di Sungai Yordan, dicobai di padang gurun, memasuki kehidupan publik, memberitakan InjilNya, melakukan mujizat, mengalami penderitaan, mati, dikuburkan, bangkit, dan naik ke surga. Semua misteri yang mengagumkan ini dipelihara dan dimunculkan di dalam liturgi suci.⁸

Kidung Trisagion. Trisagion berarti Trisuci. Kidung ini selalu dinyanyikan dengan khikmat dan hening sebelum pembacaan Epistel. Alasan memasukkan kidung Trisuci kedalam Liturgi adalah untuk menunjukkan bahwa para malaikat dan bentuk jasmaniah itu adalah satu Gereja dan satu paduan suara. Karena kedatangan Kristus sekarang adalah sebagai jembatan antara sorga dan bumi. Dan umat percaya sekarang dapat bergabung dengan para malaikat berdasarkan makna Inkarnasi dan dapat memberi kemuliaan yang sempurna kepada Allah.

Pembacaan Epistel dan Injil. Pembacaan-pembacaan Alkitab juga menyucikan dan mempersiapkan umat untuk Misteri Perjamuan Kudus. Pelajaran-pelajaran dari Alkitab menyucikan orang yang membacanya dan orang yang mendengarkannya. Kata injil berarti “Kabar Baik”. Dalam keempat Injil Allah tidak lagi berbicara kepada Manusia melalui perantaraan Nabiah tetapi langsung dari Pribadi AnakNya. Sebelum pembacaan Injil, Imam berdoa meminta supaya terang murni pengetahuan Ilahi boleh bersinar di dalam hati umat sehingga mereka boleh mengerti berita dan pesan yang disampaikan oleh Injil.⁹

2) Liturgy Orang Percaya

Arak-Arakan Besar: Arak-Arakan Perjamuan Kudus. Maksudnya ialah perpindahan konsekrasi benda-benda anugerah kudus ke Meja

⁸ Augustinos N. Kantiotes, *On The Divine Liturgy, Orthodox Homilies Volume One*, hlm. 179.

⁹ Yohanes Bambang, *Pemahaman Theologis Tentang Liturgi Rasuliah*. hlm. 40

⁷<http://en.wikipedia.org/wiki/Theoria>. Diakses 9 Maret 2015

Kudus atau Mezbah. Tindakan menghadirkan benda-benda anugerah untuk dikonsekrasi merupakan karakteristik liturgi Orthodox. Benda-benda anugerah diambil, keluar dari pintu sebelah utara ikonostasion dengan disertai lilin-lilin, ukupan, panji-panji Liturgi berbentuk seperti kipas bergambarkan kerubim dan serafim dan salib yang dibawa oleh para putra mezbah dan berakhir persis di depan pintu Gerbang Raja. Selama arak-arakan berlangsung, jemaat harus menundukkan kepala mereka dihadapan Presbyter dan memohon Kristus untuk mengingat mereka di dalam kerajaan-Nya.

Pengakuan Iman. Presbiter memerintahkan Jemaat untuk memberitakan mengenai apa yang mereka telah pelajari dan percayai tentang Allah. Setelah teriakan “Pintu Gerbang” oleh imam, umat mulai membaca Pengakuan Iman yang disusun pada Konsili Nikea tahun 325 dan kemudian di konstantinople pada tahun 381.

Anaphora. Anaphora merupakan doa Perjamuan Kudus. Ini merupakan jantung dari Liturgi. Anaphora berarti mempersembahkan atau persembahan. Perjamuan Kudus bukan hanya sekedar liturgi membantu untuk mengingat akan pengorbanan Kristus, namun sungguh masuk ke dalam Kerajaan Allah, roti dan anggur benar-benar tubuh dan darah Kristus yang mulia.

Doa Bapa Kami. Doa Bapa Kami diucapkan di gereja Orthodox sebagai mana Rasul Paulus tuliskan: “Dan karena kamu adalah anak, maka Allah telah menyurut Roh AnakNya ke dalam hati kita yang berseru: ya, abba, ya Bapa Gal. 4:6, Rm. 8:15. Dulunya kata Allah tidak boleh diucapkan oleh umat Israel, tetapi sekarang dalam Liturgi Suci, umat berani berdoa “Bapa kami yang di sorga”. Setelah doa ini selesai diucapkan presbiter mengatakan: “Marilah kita menundukkan hati kita kepada Tuhan”. Kemudian direspon oleh jemaat dengan mengatakan: “KepadaMu ya Tuhan”. Tanggapan ini menganjurkan bahwa kita menundukkan diri kepada Kristus.¹⁰

Perjamuan Kudus. Pada saat ini terjadi pemecah-mecahan Perjamuan Kudus. Makna simbolismenya adalah Kematian persembahan Kristus. Ketika presbyter mengatakan: “Terpecah-pecah namun tak terpisah-pisah” ini berarti bahwa orang yang menerima komuni tidak mengambil sebagian Kristus. Karena Kristus adalah secara penuh hadir di dalam bahkan remikan-remikan terkecilpun adalah benda-benda anugerah yang tersucikan. Setelah itu doa-doa komuni

dibacakan. Seperti halnya diketahui, bahwa “Kristus adalah Allah yang hidup,” menyatakan bahwa benda-benda anugerah ini telah benar-benar menjadi tubuh dan darah Kristus. Setelah Perjamuan Kudus diberikan Presbyter memberkati umat, dan berdoa bagi mereka yang baru saja telah menerima Perjamuan Kudus.

Pembubaran. Presbyter membubarkan Jemaat dalam damai sejahtera, meminta Allah untuk memberkati dan menyucikan umat dan untuk melindungi segenap tubuh gereja-Nya. Mereka yang memberkati Tuhan dan meletakkan kepercayaan mereka di dalam Dia, akan disucikan dan dimuliakan oleh kuasa Ilahi.

Makna Ibadah Kontemplatif

Gereja Orthodox meyakini bahwa gereja merupakan manifestasi kehadiran Kerajaan Allah di bumi. Itulah sebabnya ketika memulai Liturgi Suci, Presbyter selalu memulai dengan kidungan: “Terberkatilah Kerajaan Allah Sang Bapa, Sang Putra, Serta Sang Roh Kudus, sekarang dan selalu, serta sepanjang segala abad”.¹¹ Artinya bahwa kerajaan Allah hadir di bumi. Jadi dapat dikatakan bahwa salah satu makna dari ibadah itu adalah menghadirkan kerajaan Allah di bumi. Kidungan tersebut juga berarti bahwa penyembahan ditujukan kepada ketiga pribadi Allah Tritunggal. Dengan demikian Allah turut serta hadir di dalam kerajaan-Nya di bumi. Maka, makna utama dari ibadah kontemplatif, disamping menghadirkan kerajaan Allah di bumi, juga bermakna menghadirkan Allah dalam kehidupan.

Memuji dan Memuliakan Allah. Kemuliaan ditujukan kepada Allah yang telah memberikan penerangan kepada manusia. Manusia yang merasakan damai sejahtera di bumi memuliakan Allah. Kidung Doxologi Agung merupakan kidungan yang dinyanyikan pada awal Liturgi Suci. Kidung Doxologi berisi pujian dan pemuliaan Allah Tritunggal. Bagian pertama kidungan ini berisi seruan pujian dan pemuliaan yang ditujukan bagi Allah Bapa di surga. Rumusan yang digunakan mengutip nyanyian pujian para Malaikat yang menampakkan diri kepada para gembala dan memberitakan kepada mereka akan kelahiran Kristus: “Kemuliaan bagi Allah di tempat yang mahatinggi dan damai sejahtera di bumi di antara manusia yang berkenan kepada-Nya” (Lukas 2:14).

¹¹ Chrysostomos P. Manalu, *Liturgi Suci Agios Yohanes Chrysostomos*, (Medan: GOI Agios Demetrios), hlm. 1.

¹⁰ *Ibid.*, hlm. 59

Seruan pujian kedua ditujukan bagi Tuhan Yesus Kristus, Putra Allah yang tunggal. Kristus dipuji, disembah dan dimuliakan oleh karena karya penebusan-Nya. Itulah sebabnya Dia disebut Anak Domba Allah (Yohanes 1:19,36). Mengenai peran Kristus yang telah menebus dosa umat manusia itu, disampaikan dalam tiga seruan: "Putera dari Sang Bapa yang telah menghapus dosa-dosa dunia, kasihanilah kami, Engkau yang telah mengambil dosa-dosa dunia, terimalah doa kami, Engkau yang duduk di sebelah kanan Sang Bapa, kasihanilah kami." Dari pengakuan iman dan pujian kepada Kristus Penebus itu, disampaikan tiga pujian kepada pribadi Yesus Kristus: "Karena hanya Engkau saja yang kudus, Engkaulah saja Tuhan, Yesus Kristus."

Jadi, jemaat yang dengan sungguh-sungguh menyanyikan kidungan ini akan mengerti betapa mulianya Allah itu, karena satu-satunya tempat pengungsian yang memberikan perlindungan yang utuh hanyalah Tuhan Yesus Kristus.

Merasakan Kehadiran Kristus. Kehadiran Kristus dapat dirasakan oleh umat dalam beribadah. Kristus senantiasa hadir di dalam Gereja-Nya yang kudus dimana Dia adalah kepalanya. Kehadiran Kristus di dalam Gereja-Nya dapat dirasakan oleh umat lewat beberapa momen penting di dalam Ibadah. Arak-arakan Injil menunjuk akan arak-arakan (masuknya) Anak Allah ke dunia. Injil yang diarak itu menggambarkan Kristus, Sang Firman Allah. Oleh sebab itu, arak-arakan pertama atau arak-arakan Injil ini bermakna bahwa Yesus siap untuk mengajar.¹²

Pada arak-arakan Injil, Yesus datang sebagai Guru, sementara pada arak-arakan Agung, Yesus datang sebagai Imam Besar, memersempahkan darah-Nya bagi hidup dan keselamatan dunia.¹³ Maka, Setiap kali ada liturgi suci dan kidung Kerubim diucapkan, Kristus datang dalam wujud yang sederhana, yaitu dalam bentuk Roti dan Anggur. Dia datang untuk menawarkan pengorbanan diri-Nya dalam wujud roti dan anggur. Dia datang untuk menawarkan pengorbanan-Nya untuk keselamatan dunia.¹⁴

Bertemu dengan Allah. Dalam pemikiran Kristen, doa dipahami sebagai pertemuan intim

dengan Allah. Ketika seseorang berdoa, ia bertemu dengan Allah di dalam hatinya. Untuk menciptakan pertemuan yang intim dengan Allah, seseorang harus berdoa dalam iman dan penuh kasih sehingga dapat merasakan kehadiran Allah secara mendalam dalam hidupnya. Dengan suasana seperti ini, Allah tidak lagi dilihat sebagai sesuatu "di luar sana" yang melihat ke bawah kepada dirinya, sebaliknya kehadiran Allah dapat dirasakan oleh seseorang dalam dirinya dan mencerahkan pikirannya.¹⁵

Dalam spiritualitas Orthodox, dikenal dua jenis doa: doa "liturgis" dan doa "pribadi". Doa liturgis adalah doa yang dilakukan bersama oleh jemaat sebagai satu tubuh, yaitu tubuh Kristus. Hal ini jelas terlihat ketika sekelompok orang beriman beribadah dalam Gereja. Inilah yang menurut pemahaman Kristen Orthodox sebagai doa liturgis. Ketika Presbyter mengucapkan doa-doa pujian, ucapan syukur, dan permohonan kepada Allah juga merupakan doa bersama secara liturgis karena di situlah bergabungnya suara orang-orang Kristen Orthodox yang tak terhitung jumlahnya di seluruh dunia.¹⁶

Doa liturgis dibuat secara terstruktur. Oleh karenanya seluruh jemaat dapat mengikuti jalannya ibadah dengan seksama. Semua doa-doa dalam Liturgi Suci memiliki makna tersendiri sesuai dengan urutannya. Salah satu bentuk doa dalam Liturgi Agios Yohanes Chrysostomos adalah doa Anaphora. Sebelum doa ini, Presbyter mengundang jemaat dengan seruan: "Mari kita mengangkat hati kita kepada Tuhan", dan "Mari kita menghaturkan syukur kepada Tuhan". Kedua panggilan ini benar-benar meringkaskan pusat eksistensi manusia.¹⁷ Artinya sebagai manusia, orang percaya dipanggil untuk mengangkat dan menyampaikan pujian, ucapan syukur dan permohonan hanya kepada Allah.

Keseluruhan doa-doa dalam Liturgi Gereja Orthodox disampaikan dengan hening dan khusuk. Keheningan dalam doa dapat membawa seseorang kepada hubungan yang dalam bersama Allah yang dilakukan dengan pikiran dan hati yang murni.

Mengalami Panunggalan dengan Kristus. Perjamuan Kudus merupakan puncak Liturgi dalam Gereja Orthodox. Karena Sang Kristus mengatakan mengenai Roti dan Anggur pada

¹²Wawancara bersama Pater Chrysostomos P. Manalu. Tanggal 7 Mei 2015.

¹³ Augustinos N. Kantiotes, *On The Divine Liturgy, Orthodox Homilies Volume Two*, (Massachusetts: The Institute for Byzantine and Modern Greek Studies, 1997), hlm. 40-41.

¹⁴*Ibid.*, hlm. 46-47.

¹⁵Andrew Jarmus, *Prayer The Cornerstone of Orthodox Christian Spirituality*, hlm. 1. (<http://www.stspyridons.org/saT9eust/uploads/2012/10/3-Worship-Pamphlet-3.pdf>) Diakses 2 April 2015.

¹⁶*Ibid.*, hlm. 1.

¹⁷*Ibid.*, hlm. 2

Perjamuan Terakhir,” Inilah TubuhKu”, “Inilah DarahKu”, dan “Perbuatlah ini sebagai peringatan akan Aku” (Lukas 22:19,20), para pengikutNya percaya dan melakukannya seperti yang diperintahkan. Dalam Perjamuan Kudus, umat ambil bagian secara mistika dari Tubuh dan Darah Kristus, yang menyampaikan hidup dan kuasaNya kepada Gereja. Yesus Kristus merupakan Roti Hidup. Itulah sebabnya Ia mempersembahkan diriNya sebagai korban penebusan. Yesus memberikan umat-Nya Roti Kehidupan, DiriNya Sendiri, yang terjadi lewat peristiwa Perjamuan Kudus. Maka setiap orang yang dengan iman yang kokoh menyantap “Tubuh” dan “Darah” Kristus” telah dipersatukan atau telah mengalami panunggalan dengan Kristus. Hal ini sesuai dengan Yohanes 6:55-56: “Sebab dagingKu adalah benar-benar makanan dan darahKu adalah benar-benar minuman. Barangsiapa makan dagingKu dan minum darahKu, ia tinggal di dalam Aku dan Aku di dalam dia” (Yohanes 6:55-56).

Dalam Perjamuan Kudus orang percaya telah dimanunggalan dengan Kristus, karena tubuh dan darahNya secara sakramental masuk kedalam dirinya, dengan demikian secara sakramental orang yang menerima Perjamuan Kudus telah manunggal denganNya, sebab itu dikatakan oleh Alkitab: ”Bukankah Cawan Pengucapan Syukur, yang atasnya kita ucapkan syukur, adalah persekutuan dengan darah Kristus? Bukankah Roti yang kita pecah-pecahkan adalah persekutuan dengan Tubuh Kristus?”(I Kor. 10:16).

Panunggalan dengan Kristus melalui Perjamuan Kudus merupakan suatu misteri yang sangat besar. Gereja Orthodox meyakini bahwa panunggalan orang percaya dengan Kristus melalui perjamuan kudus, manusialah yang diangkat ke dalam realita sorgawi, bukan Kristus yang diturunkan untuk masuk ke dalam Roti dan Anggur: “*Dengan panunggalan kita dengan tubuh dan darah kemuliaan Kristus secara Sakramental ini kita diangkat ke dalam realita sorgawi dimana Kristus ada, bukannya kita menurunkan Kristus untuk masuk ke dalam Roti dan Anggur. Jadi kita yang diangkat keatas manunggal dengan Kristus, bukan Kristus yang kita turunkan ke atas altar dalam peristiwa Perjamuan Kudus ini, sebagaimana yang dihayati dalam Gereja Roma Katolik. Demikianlah maka Perjamuan Kudus itu adalah merupakan perjumpaan kita secara pribadi dengan Allah melalui Firman-Nya yang menjadi manusia: Yesus Kristus. Disinilah tempat dimana kita bertemu*

*denganNya serta mengundang Dia untuk memasuki jiwa kita.”*¹⁸

Dalam Perjamuan Kudus, umat Orthodox bukan hanya menerima Tubuh Dan Darah Kristus secara sakramental saja, namun juga telah menerima energi Roh Kudus secara baru, sehingga setiap kali Liturgi Suci Perjamuan Kudus hampir usai dinyanyikan kidungan: “*Kita t’lah melihat terang benar, t’lah terima sang roh yang dari sorga... ”*”¹⁹

Jadi, dalam perjamuan kudus itu, umat Orthodox menerima energi Roh Kudus terus menerus dan secara baru. Maka, setiap Ibadah Minggu di gereja Orthodox dirayakan Perjamuan Kudus, dan ini merupakan kerinduan setiap umat Orthodox untuk datang ke Gereja. Inilah yang merupakan tujuan umat Orthodox datang ke Gereja. Umat Orthodox datang ke Gereja bukan hanya untuk mendengarkan kotbah, namun terutama sekali untuk berkeinginan yang mendalam manunggal dengan Kristus, dan memperbaharui energi kuasa Roh Kudus di dalam dirinya melalui Perjamuan Kudus. Itulah tujuan utama umat Orthodox datang ke Gereja.²⁰

Setelah memahami makna perjamuan kudus di atas, perlu juga disebutkan manfaat dari perjamuan kudus tersebut sebagai disebutkan oleh Yohanes Bambang, sebagai berikut: 1). Pengampunan dosa-dosa; 2). Penyucian jiwa dan tubuh; 3). Pengilahan; 4). Kesatu-manunggalan dari semua orang Kristen Orthodox.²¹

Sikap Spiritualitas Beribadah Dalam Gereja Orthodox

Gereja adalah surga duniawi di mana Allah surgawi berdiam dan bergerak.²² Gereja Orthodox

¹⁸https://m.facebook.com/notes/gereja-orthodox-surabaya-st-iona-manchuria/makna-perjamuan-kudus-dalam-gereja-rasuliyahorthodox/399147913516185/?_t_=C. Diakses 18 Maret 2015

¹⁹Chrysostomos P. Manalu, *Liturgi Agios Yohanes ...*, hlm. 45

²⁰<http://www.sarapanpagi.org/gereja-orthodox-dan-ajaran-ajarannya-vt1748-20.html>. Diakses 18 Maret 2015

²¹ Yohanes Bambang, *Iman Kristen Rasuliah*, (Mojokerto: GOI Agios Demetrios, tt), hlm. 33.

²² Germanos of Constantinople, *Ecclesiastical History and Mystical Contemplation*.

(Dalam: <http://www.google.co.id/url?sa=t&rct=j&q=&source=web&cd=13&cad=rja&uact=8&ved=0CgQFjACOAo&url=http%3A%2F%2Forthodoxinfo.com%2Fpraxis%2Fguidech2.pdf&ei=XzVhVaqzK8K1uQSU1IKgAw&usg=AFQjCNG->

adalah bagian dari ciptaan Allah yang telah dipisahkan dan "direklamasi" untuk Kerajaan Allah. Karena gereja merupakan manifestasi dari kehadiran kerajaan Allah di bumi, maka para malaikat turut serta membantu Imam selama Liturgi Suci, dan seluruh anggota Gereja berpartisipasi dalam ibadah. Sang Theotokos, Bunda Allah, juga hadir dan tentu saja, Tuhan Yesus Kristus hadir dalam Liturgi Suci secara tak nampak.²³ Maka, dalam liturgi Gereja Orthodox harus memperhatikan hal berikut.

Menpersiapkan Hati. Sebelum menghadiri ibadah di Gereja perlu mempersiapkan diri lebih dahulu karena hal tersebut memiliki efek pada kemampuan seseorang untuk mengalami kehadiran Allah melalui Liturgi dan doa-doa di Gereja. Mempersiapkan hati adalah penting sebelum datang ke Gereja. Jemaat Orthodox tidak diperkenankan untuk meninggalkan Gereja pada saat: 1). Ketika membaca Epistel atau Injil; 2). Selama khotbah; 3). Ketika arak-arakan; 4). Selama Anaphora dan Konsekrasi benda-benda anugerah kudus pada Liturgi Suci; 5). Pada semua kesempatan ketika imam mengarah kepada jemaat.²⁴ Hal tersebut dilakukan supaya tidak mengganggu orang lain yang sedang berdoa. Jadi, tindakan tersebut menunjukkan sikap hormat jemaat dalam beribadah. Dalam beribadah umat harus menunjukkan sikap hormat dan rasa takut akan Allah.

Patisipasi Umat Dalam Beribadah. Umat Orthodox dipanggil untuk menjadi peserta dalam Liturgi Suci dan tidak menjadi sekedar penonton. Selama Liturgi Suci berlangsung jemaat harus bersikap benar di dalam Gereja karena Allah hadir dalam Gereja-Nya. Penyembahan kepada Allah adalah melibatkan seluruh tubuh. Maka, postur tubuh juga harus menunjukkan rasa hormat dan rendah hati.

Stanley Harakas, menyebutkan beberapa cara untuk berpartisipasi dalam Ibadah, sebagai berikut:²⁵ 1). Berpartisipasi dalam ibadah dengan turut serta mengambil Perjamuan Kudus; 2). Berpartisipasi dalam ibadah melalui pertemuan

bersama orang-orang percaya; 3). Berpartisipasi dalam ibadah melalui memasuki ke dalamnya responsif; 4). Berpartisipasi dalam ibadah dengan cara menyanyi; 5). Berpartisipasi dalam ibadah melalui tindakan fisik; 6). Berpartisipasi dalam ibadah dengan mendengarkan pembacaan Epistel, Injil dan khotbah; 7). Berpartisipasi dalam ibadah melalui keterlibatan dalam strukturnya; 8). Berpartisipasi dalam ibadah melalui pengabdian pribadi. Liturgi dapat dipahami dalam arti harfiah, dan juga dapat dipahami sebagai simbolis.

Jadi berpartisipasi dalam ibadah sangat penting. Hal itu menunjukkan bahwa orang yang turut serta berpartisipasi berarti ia telah mengetahui, mengenal serta membutuhkan hal tersebut terjadi. Orang yang berpartisipasi dalam ibadah berarti ia telah mengenal dan membutuhkan Allah untuk tinggal di dalam dirinya. Pengenalan akan Allah menjadikan seseorang merefleksikan atau menanggapi apa yang telah Allah perbuat bagi dirinya.

Sikap Beribadah. Selain apa yang telah disebutkan di atas, berikut ini merupakan sikap yang perlu diperhatikan selama Liturgi Suci berlangsung:

Berdiri. Berdiri ketika mengikuti Liturgi merupakan ungkapan rasa hormat dan takut akan Allah. Umat Orthodox berdiri ketika beribadah seolah-olah mereka di hadapan raja. Pada awalnya, di Gereja Orthodox seluruh jemaat berdiri selama ibadah berlangsung. Tradisi ini masih dipertahankan oleh sebagian gereja Orthodox. Misalnya, Gereja Orthodox Rusia, di sana tidak terdapat deretan kursi-kursi yang diperuntukkan untuk duduk. Beberapa Gereja Orthodox Yunani menggunakan kursi di gereja-gereja mereka. Ibadah Orthodox adalah bersifat surgawi dan tanpa batas. Dalam Ibadah Orthodox, orang yang masih hidup di bumi, orang-orang kudus dan para malaikat beribadah secara bersama-sama. Bapa-bapa Gereja mula-mula berdiri selama ibadah. Agios Agustinus, mengatakan "Hanya mereka yang mengalami sakit pada kakinya atau mereka dengan usia tua atau sakit yang harus duduk selama ibadah". Orang-orang yang sehat harus berdiri. Tertullianus, pada tahun 190 Masehi, menyebutkan praktek berdiri selama beribadah. Ia mengatakan: "Kita harus berdiri dan tidak mengalihkan perhatian, atau bersandar pada

xMOSaoeX2lWn3miZ5m8y0vwpe) Diakses 20 April 2015.

²³ Georges Florovsky, *Orthodox Church Life*, hlm. 54. (Dalam: <http://bulgarian-orthodox-church.org/rr/lode/florovsky1.pdf>) Diakses 20 April 2015

²⁴http://www.orthodoxresearchinstitute.org/articles/misc/tsakas_church_etiquette.htm.

Diakses 29 April 2015.

²⁵<http://www.serfes.org/orthodox/worship.htm>.
Diakses 1 Mei 2015.

dinding atau tiang, atau berdiri dengan tongkat, atau mengganggu seseorang.²⁶

Dalam beberapa moment penting dalam ibadah, jemaat Orthodox diwajibkan untuk berdiri, ketika: Pertama, *Arak-arakan Injil*. Ketika Injil diarak oleh presbyter bersama dengan para putra mezbah, jemaat berdiri dengan rasa khusuk karena arak-arakan Injil tersebut mengandung arti bahwa Yesus datang dan siap untuk mengajar, siap untuk berkhotbah, Yesus mau berbicara dengan umat-Nya. Pada saat ini jemaat berdiri untuk menyambut kedatangan Raja mereka yang siap untuk mengajar mereka. Kedua, *Pembacaan Injil*. Presbyter yang sedang membaca Injil dalam Liturgi dimaknai bahwa yang Yesus Kristus sendirilah yang sedang berbicara atau menyampaikan Kabar Baik kepada umat-Nya. Maka sebelum memulai pembacaan Injil, Presbyter berseru: "Hikmat, tegak, bangkitlah, mari kita mendengarkan Injil Suci,...". Ini berarti bahwa jemaat harus siap untuk mendengarkan Kabar Baik yang disampaikan oleh Raja mereka sendiri. Ketiga, *Arak-Arakan Perjamuan Kudus*. Pada saat arak-arakan perjamuan kudus, jemaat juga berdiri untuk menyambut kedatangan Juruseslamat mereka yang siap untuk mengorbankan diri-Nya. Arak-arakan Injil bermakna bahwa Yesus siap untuk mempersembahkan diri-Nya. Oleh karena itulah jemaat harus bersikap baik selama arak-arakan ini berlangsung. Sikap berdiri dalam arak-arakan ini juga berbeda dengan sikap berdiri biasanya. Pada saat ini jemaat berdiri dengan menundukkan kepala di hadapan Presbyter dan memohon Kristus untuk mengingat mereka di dalam kerajaan-Nya. Maka Presbyter dengan suara keras mengatakan: "Kiranya Tuhan Allah kita mengingat kita semua dalam kerajaan-Nya, sekarang, dan selalu, serta sepanjang segala abad." Keempat, *Doa Anaphora*. Setelah selesai mengucapkan Pengakuan Iman, Presbyter dengan keras mengatakan: "Marilah kita berdiri tegak dengan baik, marilah kita berdiri dengan rasa gentar dan khusuk, agar kita boleh mempersembahkan persembahan kudus ini dalam damai sejahtera.". Arti dari "Marilah kita berdiri tegak dengan baik, marilah kita berdiri dengan rasa gentar dan khusuk" ini adalah bahwa jemaat diminta untuk berdiri tegak dalam Pengakuan Iman dan tak tergoyahkan oleh argumentasi-argumentasi yang meyakinkan dari para bidat.

²⁶<http://theorthodoxchurch.info/blog/ocrc/2009/06/why-do-orthodox-christians-stand-during-worship/>. Diakses 10 Mei 2015.

Kemudian Presbyter meminta jemaat untuk berdiri dengan rasa khusuk di hadapan Tuhan, sehingga bahaya penyuguhan yang meragukan tentang masalah iman boleh disadari oleh semua umat percaya.²⁷

Menbuat Tanda Salib. Pertama-tama, harus diingat bahwa dalam membuat tanda ini berarti seseorang membuat suatu tindakan ibadah, pengakuan Iman dan doa, dan karena itu tidak boleh dilakukan sembarangan, atau tidak boleh dilakukan dengan alasan masalah kebiasaan. Untuk membuat tanda, pertama dengan menggabungkan ujung ibu jari, jari telunjuk dan jari tengah tangan kanan, sementara kedua jari lainnya dilipat ke telapak tangan Anda. Tiga jari yang digabungkan mewakili Tiga Pribadi dari Tritunggal Mahakudus: Bapa, Putra dan Roh Kudus.

Membuat tanda salib juga menunjukkan bahwa seseorang mengasihi Allah dengan segenap hati, jiwa, pikiran dan kekuatannya. Tanda salib yang paling sering dibuat dalam nama Tritunggal Kudus, untuk menunjukkan rasa hormat bagi orang-orang kudus, objek suci, di awal atau akhir doa, untuk menunjukkan kerendahan hati, atau pada banyak kesempatan lainnya yang mungkin sedikit berbeda sesuai dengan praktek daerah atau etnis.²⁸

Dalam Gereja Orthodox, Tanda Salib biasanya dilakukan pada saat:

1. Ketika mau memasuki gereja
2. Tanda salib biasanya dibuat ketika seseorang menghormat atau mencium ikon yang ada di sisi kanan dan kiri bagian depan dalam gereja ketika sedang memasuki gereja.
3. Tanda salib biasanya dibuat setiap kali ketiga pribadi Trinitas sebutkan dalam Liturgi
4. Ketika Theotokos atau nama orang-orang Kudus disebutkan.
5. Ketika menyanyikan kidung Trisagion ("Allah Mahakudus, Sang Kuasa Mahakudus, Sang Baka Mahakudus, kasihanilah kami"), "Kemuliaan bagi Sang Bapa, Sang Putra, serta Sang Roh Kudus, sekarang dan selalu, serta sepanjang segala Abad.
6. Setiap kali tirai Pintu Gerbang Utama dibuka.

²⁷ Michel Najim dan T.L. Fraizer, *Understanding the Orthodox Liturgy, A Guide For Participating In The Liturgy Of St John Chrysostom*, hlm. 84. (Dalam: <http://najim.net/>

liturgyvid.pdf). Diakses 12 Mei 2015.
²⁸http://www.holytrinitymission.org/books/english/eastern_orthodox_church_e_benz.htm. Diakses 12 Mei 2015.

7. Pada waktu ingin berdoa bagi seseorang (misalnya, ketika Diakon atau Imam meminta untuk mendoakan Uskup atau orang sakit, dll).
8. Ketika Imam atau Uskup memberkati dengan tangannya.

Sujud. Sujud adalah menundukkan kepala atau membungkukkan badan pada saat-saat tertentu dalam ibadah. Umat Kristen Orthodox biasanya bersujud ketika nama dari Theotokos dan Kristus disebutkan, Orang Orthodox juga bersujud ketika imam memberkati umat dan ketika Imam memohon pengampunan dengan menundukkan kepala ke hadapan umat sebelum arak-arakan Agung dan sebelum Perjamuan Kudus.²⁹ Sikap bersujud dalam ibadah Gereja Orthodox biasanya dilakukan pada saat:

1. Ketika Imam atau Presbyter berseru, "Damai sejahtera bagi semua".
2. Ketika Imam atau Presbyter berseru, "Mari kita menundukkan kepala kita kepada Tuhan".
3. Ketika Imam memberkati umat dengan tangannya.
4. Ketika Imam mendupai jemaat
5. Selama arak-arakan besar (penghormatan untuk benda-benda Perjamuan Kudus).
6. Ketika Diakon, Imam mengarak Injil, maka jemaat harus mengikuti arah gerak Imam sambil menunduk dan membuat tanda salib.

Sikap Ketika Menerima Perjamuan Kudus. Selain dari apa yang telah disebutkan di atas, hal yang paling yang perlu diperhatikan adalah sikap ketika menerima Perjamuan Kudus. Karena "Roti" dan "Anggur" dalam Perjamuan Kudus itu adalah benar-benar "Tubuh" dan "Darah" Kristus, jemaat menyambutnya dengan rasa takut dan gentar akan Allah. Oleh karena itulah ketika mau Perjamuan Kudus, Presbyter mengatakan: "Dengan rasa takut dan gentar akan Allah, mari datang dan mendekatlah".

Dalam Gereja Orthodox, sebelum menerima Perjamuan Kudus, jemaat harus berpuasa mulai pada Tengah malam dari hari Sabtunya. Makan atau minum diperbolehkan setelah selesai Perjamuan Kudus. Selain itu, sebelum menerima Perjamuan Kudus, jemaat harus terlebih dahulu mengakui dosa-dosanya agar ia layak untuk menerima tubuh dan darah Kristus lewat Perjamuan Kudus. Di Gereja Orthodox Rusia, sebelum Perjamuan Kudus, jemaat terlebih dahulu mengakui dosa-dosanya

dihadapan Imam. Itulah sebabnya, dalam Gereja Orthodox, sebelum menerima Perjamuan Kudus jemaat mengucapkan doa untuk ikut ambil bagian dalam Perjamuan Kudus: "*Aku percaya ya Tuhan, dan mengaku bahwa Engkau adalah sungguh-sungguh Sang Kristus, Putra dari Allah yang hidup, yang telah datang ke dalam dunia untuk menyelamatkan orang-orang berdosa yang diantaranya akulah yang terutama.*"

Namun sebelum sampai pada Perjamuan Kudus alangkah lebih baik jika dilakukan persiapan-persiapan. Tanpa persiapan yang matang tentunya seseorang akan mendapat kesulitan dalam mencapai sesuatu yang dia inginkan.

Hari Minggu adalah hari yang istimewa dimana umat berkumpul sebagai keluarga untuk beribadah dan merayakan kehadiran Kristus dalam Perjamuan Kudus. Perjamuan Kudus merupakan pusat perayaan liturgi di Gereja Orthodox. Sebagaimana telah dijelaskan sebelumnya, bahwa Roti dan Anggur dalam Perjamuan Kudus itu adalah benar-benar tubuh dan darah Kristus, maka sebelum mengambil bagian dalam Perjamuan Kudus, diperlukan persiapan diri yang matang.

Persiapan terbaik adalah mengoreksi diri sendiri, melihat bagaimana hubungan pribadinya dengan Tuhan, serta memperhatikan kehidupan spiritualitasnya. Ikut ambil bagian dalam Perjamuan Kudus merupakan bagian yang paling penting, disertai dengan usaha yang tulus untuk memeriksa hidup.³⁰

Kedua, doa yang tulus adalah prasyarat penting untuk persiapan ambil bagian dalam Perjamuan Kudus. Doa yang tulus mempersiapkan jiwa untuk menerima Kristus melalui Perjamuan Kudus. Pengampunan dari Kristus dan mengucapkan syukur kepadanya adalah penting untuk melayakkan seseorang untuk berpartisipasi dalam Perjamuan Kudus.

Ketiga adalah puasa. Persiapan penting lainnya untuk menyambut Perjamuan Kudus adalah puasa. Dalam tradisi Gereja Orthodox, sebelum menerima Perjamuan Kudus, jemaat tidak diperkenankan untuk makan atau minum mulai dari Jam Dua Belas malam dari hari Sabtunya. Dengan menerima Perjamuan Kudus, berarti umat benar-benar menerima Tuhan sendiri, "Aku berkata kepadamu, sesungguhnya jikalau kamu tidak makan daging Anak Manusia dan

²⁹ <http://xcthesavior.org/etiquette.html>. Diakses 12 Mei 2015.

³⁰ http://www.saintbarbara.org/growing_in_christ/pr_oper_preparation_for_holy_communion. Diakses 5 Juni 2015.

minum Darah-Nya, kamu tidak mempunyai hidup di dalam dirimu. Barang siapa makan daging-Ku dan minum darah-Ku, ia mempunyai hidup yang kekal dan Aku akan membangkitkan dia pada akhir zaman.” Jadi, setelah mengambil bagian dari Perjamuan Kudus, umat diterangi oleh rahmat ilahi dan kehadiran Kristus yang sebenarnya di dalam diri orang percaya.

KESIMPULAN

Ibadah kontemplatif (Liturgi Agios Yohanes Chrysostomos) memiliki makna yang sangat bermanfaat dalam kehidupan Jemaat Orthodox. Adapun makna dari ibadah kontemplatif tersebut adalah: 1). Menghadirkan Kristus dalam kehidupan; 2). Menghadirkan kerajaan Allah di bumi; 3). Memuji dan memuliakan Allah; 4). Umat beriman bertemu dengan Allah; 5). Mengalami panunggalan dengan Kristus; dan 6). Manusia mengalami kesempurnaan dalam Kristus.

Sikap spiritualitas jemaat dalam beribadah di Gereja Orthodox tercermin mulai dari mempersiapkan hati sebelum pergi ke Gereja, sikap ketika sedang berada dalam Gereja, sikap ketika sedang berdoa, sikap ketika Ibadah sedang berlangsung, sikap ketika akan menerima Perjamuan Kudus, sikap setelah menerima Perjamuan Kudus dan sikap terhadap Imam. Maka untuk mengalami Kristus, umat beriman harus memperhatikan serta berperan aktif dalam setiap rangkaian Liturgi yang dilakukan oleh Gereja Orthodox.

DAFTAR PUSTAKA

Alkitab LAI

Alevisopoulos, Antonios, *The Orthodox Church Its Faith, Worship And Life*, Athens, 1994.

Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*, Jakarta: Bina Aksara, 2005.

Brost, James, *Latihan Doa Kontemplatif*, Yogyakarta: Kanisius, 2001.

George, *Theosis, The True Purpose Of Human Life*, Mount Athos: Holy Monastery Of St. Gregorios, 2006..

Hierotheos, *Orthodox Spirituality: A Brief Introduction*, Greece: Birth Of The Holy Monastery, 1998.

Keating, Thomas, *Intim Bersama Allah*, Yogyakarta: Kanisius, 2006.

Keating, Thomas, *Open Mind Open Heart Dimensi Kontemplatif Injil*, Yokyakarta: Kanisius, 2004.

Loren, Bagus, *Kamus Filsafat*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2000.

Lane, Tony, *Runtut Pijar: Sejarah Pemikiran Kristiani*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2005.

Manafe, Ferdinan S., *Teologi Ibadah: Ibadah Yang Berkenan*, Batu: Literatur YPPI, 2014.

Martasudjita, E., *Pengantar Liturgi: Makna, Sejarah dan Teologi Liturgi*, (Yogyakarta: Kanisius, 1999), hlm. 18.

Manalu, *Chrysostomos P., Liturgi Suci Agios Yohanes Chrysostomos*, Gereja Orthodox Indonesia Agios Demetrios Medan.

O’Colins, Gerald, Edward G. Farrugia, *Kamus Teologi*, Yogyakarta: Kanisius, 2006.

Poerwadarminta, W.J.S., *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Jakarta: Balai Pustaka, 1986.

Rachman, Rasid, *Pembimbing Ke Dalam Sejarah Liturgi*, Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2012.

Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: Alfabeta, 2009.

Synaxis Buletin Antar Umat Paroki Edisi Agustus 2006

Vakaros, Demetrios, *Aspect Of The Treasures Of Orthodoxy*, (Thessaloniki: St. Demetrios Church, 1985), hlm. 44

White, James F., *Pengantar Ibadah Kristen*, Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2011.

Internet:

Brad Jersak, *Orthodox Contemplation*, hlm. 2. (dalam: <http://www.clarion-journal.com/files/orthodox-contemplation-2.pdf>).

Germanos of Constantinople, *Ecclesiastical History and Mystical Contemplation*. (Dalam: <http://www.google.co.id/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=13&cad=rja&uact=8&ved=0CCgQFjACOAo&url=http%3A%2F%2Forthodoxinfo.com%2Fpraxis%2Fguidech2.pdf&ei=XzVhVaqzK8K1uQSU1IKgAw&usq=AFQjCN G-xMOSaoeX2lWn3miZ5m8y0vwpe>) Diakses 20 April 2015.

Florovsky, Georges. *Orthodox Church Life*, hlm. 54. (Dalam: <http://bulgarian-orthodox->

church.org/rr/lode/florovsky1.pdf)

Diakses 20 April 2015

- Najim, Michel dan Fraizer, T.L. *Understanding the Orthodox Liturgy, A Guide For Participating In The Liturgy Of St John Chrysostom*, hlm. 84. (Dalam: <http://najim.net/liturgi/vid.pdf>).
- <http://id.wikipedia.org/wiki/Semadi>.
- <http://jemabatan-orthodoxi.blogspot.com/2013/09/doa-tasbih-doa-batin-dalam-tradisi.html>.
- <http://en.wikipedia.org/wiki/Theoria>.
- <https://andosipayung.wordpress.com/2013/12/28/pengertian-liturgi/>.
- http://en.wikipedia.org/wiki/Divine_Liturgy_of_Saint_John_Chrysostom.
- <http://www.liturgica.com/html/litEOLitEarly.jsp#Chrysostom>.
- <http://monachoscorner.weebly.com/iman-kristen-orthodox-3.html>.
- http://reformed.sabda.org/kategori_utama/historika.
- http://www.imankatolik.or.id/penafsiran_alkitab_dalam_kehidupan_gereja.html.
- <http://katolisitas.org/2756/bertumbuh-dan-memperbaharui-diri-secara-spiritual>
- http://malankaraorthodoxchurch.in/index.php?option=com_content&task=view&id=112&Itemid=246.
- <http://www.gotquestions.org/Indonesia/Gereja-Ortodoks-Eastern.html>
- http://en.wikipedia.org/wiki/Theosis_of_the_Eastern_Orthodox_theology