365 renungan

Berdoa Untuk Dapat Berdoa

Roma 8:26-30

Demikian juga Roh membantu kita dalam kelemahan kita; sebab kita tidak tahu, bagaimana sebenarnya harus berdoa; tetapi Roh sendiri berdoa untuk kita kepada Allah dengan keluhan-keluhan yang tidak terucapkan.
- Roma 8:26

Berdoa tampak sederhana, tetapi bagi sebagian orang, berdoa bukanlah hal yang mudah. Ada kalanya kita merasa hati kita kosong atau bahkan bingung harus memulai dari mana, apalagi saat tiba-tiba diminta berdoa di muka umum, bukan?

Doa tidak segampang yang kita pikir. Karena itu, seorang Kristen harus terus belajar berdoa dan Yesus pun terbukti mengajarkan murid-murid-Nya perihal doa. Di tengah kesulitan kita untuk berdoa, ada sebuah kabar baik bahwa Tuhan mengerti kelemahan kita, bahkan ketika kita sendiri belum tahu bagaimana berdoa dengan benar.

Dalam Roma 8:26, Rasul Paulus memberi tahu kita bahwa Roh Kudus hadir sebagai Penolong. Dengan kata lain, Roh Kudus bukan hanya sekadar menguatkan kita, tetapi juga “berdoa untuk kita kepada Allah dengan keluhan-keluhan yang tidak terucapkan”.

Ini bukan berarti kita pasif dalam doa, tetapi justru Roh Kudus berperan aktif ketika kita lemah atau kehilangan kata-kata. Itulah sebabnya, secara mendasar, berdoa bukanlah soal kata-kata indah atau bahasa yang sempurna, melainkan tentang membuka hati kita kepada Allah dengan segala ketulusan dan kerendahan hati.

Ketika kita bingung dan tidak mampu mengungkapkan isi hati kita melalui doa, Roh Kudus akan menjembatani komunikasi antara kita dengan Tuhan. Salah satu langkah praktis sebelum berdoa, kita dapat mencoba memulai doa kita dengan permohonan sederhana, “Tuhan, Allah Roh Kudus, ajar aku berdoa.”

Berdoa untuk dapat berdoa adalah doa yang sangat mulia. Ini menandakan hati yang ingin lebih dekat dengan Allah, yang rindu berseru dan menyerahkan segalanya kepada-Nya. Dalam momen-momen sunyi atau ketika kita merasa jauh dari Tuhan, jangan takut membawa segala keterbatasan kita ke hadapan-Nya. Izinkan Roh Kudus bekerja dan menuntun serta menghidupkan kerinduan untuk berkomunikasi dengan Bapa di setiap waktu dan saat. Jika kita berdoa dalam roh dan kebenaran, percayalah Tuhan mendengar setiap bisikan hati kita, bahkan yang tak terucapkan sekalipun. Roh Kudus adalah Guru doa kita yang terbaik!

Refleksi Diri:

- Apakah Anda pernah merasa sulit untuk berdoa? Bagaimana Anda menyikapi kesulitan tersebut?
- Apakah Anda sudah berdoa agar Roh Kudus mengajarkan Anda cara berdoa yang benar?