365 renungan

Kerinduan Untuk Berdoa

Mazmur 17

Aku berseru kepada-Mu, karena Engkau menjawab aku, ya Allah; sendengkanlah telinga-Mu kepadaku, dengarkanlah perkataanku.”
- Mazmur 17:6

Berdoa adalah kegiatan saat kita datang dan berseru kepada Tuhan seperti yang diekspresikan oleh pemazmur. Melalui proses doa terdapat suatu hubungan cinta yang terus bertumbuh dengan-Nya. Berdoa juga merupakan percakapan interaktif dengan Tuhan tentang apa yang kita dan Tuhan pikirkan dan lakukan bersama. Sementara menurut reformator John Calvin, “Berdoa adalah perwujudan utama dari iman dan sarana dimana kita menerima berbagai karunia Allah di dalam keseharian kita.”

Terlepas dari berbagai definisi tersebut, bagi banyak dari kita, doa kadang menjadi sumber rasa bersalah dan kebingungan. Kita takut tidak cukup berdoa atau berdoa dengan cara yang salah. Akibatnya kita merasa berdoa seperti hukuman atau tugas yang tidak menyenangkan daripada suatu proses persahabatan dengan-Nya.

Penulis Richard Foster mengatakan “Kita tidak akan pernah punya motif yang cukup murni, cukup baik, atau cukup berpengetahuan untuk bisa berdoa dengan benar. Namun hal-hal itu akan terselesaikan dengan sendirinya ketika kita mulai mencoba untuk berdoa.” Teolog Dallas Willard juga menyatakan bahwa “doa sebagai suatu disiplin memiliki kekuatan terbesarnya dalam memperkuat kehidupan rohani hanya ketika kita belajar untuk terus berdoa.” (1Tes. 5:17, Flp. 4:6). Lagipula Roma 8:26 mengingatkan “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.”

Dengan demikian, hal terutama dalam berdoa adalah sikap hati, bukan postur tubuh. Walaupun memang, postur-postur tubuh tertentu (misalnya berlutut dan menutup mata) kadang dapat menolong kita untuk lebih berkonsentrasi ketika berdoa (meski tidak selalu). Tuhan Yesus sudah sering memberikan teladan bagaimana Dia berdoa kepada Bapa-Nya dengan keintiman dan sikap hati yang penuh kerinduan terdalam. Jadikan doa sarana berinteraksi dan berkomunikasi kepada Tuhan Yesus, suatu perwujudan sikap hati yang terdalam untuk mau mendekat kepada-Nya dan memahami apa yang dikehendaki Yesus di dalam hidup Anda.

Refleksi Diri:

- Apakah Anda pernah atau malah sering merasa sulit untuk berdoa?
- Mulailah menceritakan kesulitan Anda berdoa kepada Tuhan. Ketika Anda sedang bercerita

kepada-Nya, Anda sedang berdoa.