DINAMIKA *ATTRITIO-CONTRITIO* DALAM MINGGU PERTAMA *LATIHAN ROHANI* ST. IGNATIUS LOYOLA

THE DYNAMICS OF ATTRITIO-CONTRITIO IN THE FIRST WEEK OF THE SPIRITUAL EXERCISES OF ST. IGNATIUS OF LOYOLA

Frederick Ray Popo
Fakultas Teologi, Universitas Sanata Dharma, Indonesia
poporayf@gmail.com

Dikirimkan: 6 Juli 2025; Diterima: 6 Oktober 2025
DOI: https://doi.org/10.24071/si.v25i1.13011

ABSTRACT

Members of the Society of Jesus (Jesuits) are formed with a self-understanding as sinners loved by God. God's love is the first and foremost impetus for transforming a sinner to repent. This self-image is cultivated through their formative experiences, particularly during the 30-day retreat based on the Spiritual Exercises (SE) of St. Ignatius of Loyola. This article presents the results of a literature-based study of the First Week of the SE. In this section, Ignatius guides retreatants to understand conversion as a dynamic transition from attritio to contritio. The meditative materials provided by Ignatius are intentionally designed to lead retreatants to a deep sense of horror and sorrow for their personal sins, while simultaneously reminding them that they are always loved by God. This approach is rooted in St. Ignatius' own experience of conversion, especially during his time of ascetic practices in the town of Manresa between 1522 and 1523.

Keywords*: attritio, contritio, conversion, first week, Ignatius, spiritual exercises, sin*

ABSTRAK

Para anggota ordo Serikat Yesus (Jesuit) memiliki citra diri sebagai pendosa yang dicintai Allah. Kasih Allah inilah yang pertama-tama dan utama yang membuat transformasi dari pendosa menjadi bertobat. Citra ini terbangun lewat pengalaman formasi mereka, terkhusus dalam menjalani retret 30 hari memakai buku *Latihan Rohani* (LR) St. Ignatius. Artikel ini melaporkan hasil kajian pustaka atas teks LR Minggu Pertama. Di sana, Ignatius mendidik retretan sehingga mampu memaknai pertobatan sebagai dinamika peralihan dari *attritio* ke *contritio.* Bahan-bahan permenungan yang ada memang dirancang Ignatius untuk membuat retretan merasakan kengerian dan sesal atas dosa-dosa pribadinya, sekaligus tidak lupa bahwa mereka senantiasa dicintai Allah. Ini semua berakar dari pengalaman pertobatan St. Ignatius sendiri, khususnya selama menjalani laku-tapa di kota Manresa 1522-1523.

Kata kunci: *attritio, contritio*, dosa, Ignatius, latihan rohani, minggu pertama, tobat

This work is licensed under CC BY-SA.
Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

1. PENDAHULUAN

Sepulang dari World Youth Day 2013 di Brazil, almarhum Paus Fransiskus (1936-2025) diwawancarai oleh Antonio Spadaro, pemimpin redaksi *La Civilta Cattolica.* Pertanyaan pertama yang dilontarkan Spadaro kepadanya adalah "Siapakah Jorge Mario Bergoglio?" Menurutnya, Paus Fransiskus sempat tertegun beberapa saat, tetapi dia akhirnya dengan tegas menjawab "Saya adalah pendosa. Inilah definisi yang paling tepat" (Spadaro, 2013).

Meskipun berangkat dari refleksi pengalaman personal, mengingat statusnya sebagai anggota ordo Serikat Yesus (SJ)/Yesuit, bisa dikatakan bahwa jawaban Paus Fransiskus menggemakan kembali hasil Kongregasi Jenderal[1] ke-32 Serikat Yesus. Dalam sidang umum itu dirumuskanlah jawaban atas pertanyaan "Siapakah Yesuit itu?", yakni "… orang yang mengakui dirinya [sebagai] pendosa, tetapi tahu bahwa [dirinya itu] dipanggil menjadi sahabat Yesus seperti Ignatius dahulu" (Serikat Yesus, 1975, dekret 2, no. 1). Dengan demikian, disposisi sebagai pendosa yang diampuni dan dicintai Allah—*sinners, yet called*—adalah jati diri para Yesuit.

Gagasan itu diteguhkan kembali oleh para peserta Kongregasi Jenderal ke-36 yang percaya bahwa jantung hati spiritualitas Ignatian adalah pengalamaan transformatif berhadapan dengan belas kasih Allah. Para peserta meyakini, "Pengalaman akan tatapan Allah yang penuh belas kasih atas kelemahan dan keberdosaan kita, membuat kita rendah hati dan memenuhi diri kita dengan rasa syukur yang membantu kita menjadi pelayan yang berbelas kasih kepada semua orang" (Serikat Yesus, 2016, dekret 1, no. 19). Karena pengalaman dikasihi Allah, seorang Yesuit diundang menjadi pribadi yang berbelas kasih dalam hidup dan perutusannya.

Mengapa dan bagaimana citra diri pendosa yang dikasihi itu amat melekat dalam alam pikir para Yesuit? Hampir pasti, jawabannya terdapat pada isi formasi atau pendidikan yang mereka terima semenjak novisiat. Salah satu tahap formasi yang amat fondasional bagi setiap Yesuit adalah pengalaman menjalani retret 30 hari berdasarkan buku *Latihan Rohani* (LR) St. Ignatius (1548). Retret ini dibuat ketika para Yesuit masih novis. Pekan pertama retret tersebut secara khusus dirancang untuk mengobok-obok sisi-sisi gelap atau pengalaman keberdosaan retretan dan menatapkannya dengan cinta Allah yang tanpa syarat, yang makin konkret lewat hidup-wafat-kebangkitan Putra-Nya.

Penelitian ini bertujuan memperkaya pembacaan teologis atas LR sehingga pembaca dapat melihat LR sebagai sarana pembentukan/formasi hidup rohani. Kebaruan penelitian ini

[1] Kongregasi Jenderal (KJ) adalah pertemuan akbar para perwakilan anggota Serikat Yesus (Yesuit) sedunia. Biasanya, KJ diadakan untuk memilih Pater Jenderal (pemimpin umum) baru dan menentukan arah gerak misi Serikat Yesus.

terletak pada fokusnya yang belum banyak dilakukan sebelumnya, yakni secara saksama mengkaji teks Indonesia LR Minggu Pertama dan mengeksplisitkan makna-makna rohaninya berdasarkan komentar-komentar yang ada dan doktrin-doktrin Gereja Katolik tentang dosa-pertobatan. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas horizon studi Ignatian dan memberikan sumbangan orisinal bagi kajian spiritualitas Kristiani di Indonesia.

1.1. Dunia di Belakang Teks: Ignatius Loyola dan Keberdosaannya

Jika ditarik mundur lebih jauh, apa yang dikemukakan dalam *Latihan Rohani* (LR) adalah cerminan dari kisah hidup St. Ignatius Loyola sendiri yang ditopang oleh pengenalannya akan belas kasih Allah. Tanpa memahami hidup Ignatius lewat *Autobiografi*-nya, LR hanya akan menjadi sekumpulan kata tanpa sukma. Begitu LR Minggu Pertama dibaca secara teliti, akan tampak bahwa aneka pengalaman yang membentuk Ignatius secara batiniah tertuang secara implisit di dalamnya. Oleh karena itu, subbagian ini dibuat untuk melacak pengalaman Ignatius akan keberdosaan dan pertobatan, yang nantinya disistematisasi dalam LR sebagai sarana merasul.

Ignatius atau Inigo Lopez[2] lahir tahun 1491 dari keluarga Loyola di daerah Basque, Spanyol Utara[3]. Pada umur 15 tahun, Inigo menempuh "pendidikan" di puri bendahara Raja Ferdinand dari Spanyol[4]. Di sana dia mengejar mimpi menjadi kesatria, belajar berkuda, berburu, duel, dan menikmati hiburan-hiburan "tidak sehat", antara lain judi dan main perempuan (Jou, 1991). Inilah "dosa-dosa" masa muda Inigo. Tahun 1521, dia menjadi "tentara"[5] dan ikut pasukan pangeran Najera yang mencoba mempertahankan Benteng Pamplona dari Prancis. Pamplona adalah kota kecil yang terletak di perbatasan Prancis dan Spanyol.

Secara jumlah, kedua pasukan itu tidak seimbang. Spanyol dengan 1.000 prajurit sedangkan Prancis dengan 12.000 prajurit (berikut artileri). Pupus sudah harapan bagi pasukan Spanyol untuk menang. Namun, Inigo tidak mau menyerah. Dia pun berhasil membujuk pasukan Spanyol untuk bertahan melawan kematian dan berakhir dengan kekalahan konyol.

[2] Di Puri Loyola, Ignatius dibaptis dengan nama Inigo Lopez. Nama Inigo inilah yang dipakainya hingga berumur 40 tahun. Setelah berumur 40 tahun dan mulai di Paris, ia menggunakan nama Ignatius (Modras, 2004: 3).
[3] Dokumen-dokumen sekitar tahun 1180 menggambarkan keluarga Loyola sebagai salah satu dari sepuluh keluarga besar di provinsi mereka. Inigo sendiri merupakan anak kesebelas. Ibunya meninggal tidak lama setelah Inigo lahir sehingga dia dibesarkan dalam situasi maskulin keprajuritan (Modras, 2004: 3).
[4] Di bawah pengawasan Velasques, Inigo mengadaptasikan diri dengan lingkungan aristokrat Spanyol. Dia mengembangkan keterampilan dalam musik dan tulis menulis, khususnya kisah-kisah romantis ksatria Abad Pertengahan yang sedang digemari oleh para bangsawan Spanyol. (Modras, 2004: 4).
[5] Tentara bayaran (*caballero*).

Boleh disimpulkan bahwa darah tentara Spanyol yang tertumpah di Pamplona diakibatkan oleh kepongahan Inigo.

Inigo tidak mati. Dia hanya cedera berat. Sebuah tembakan meriam menghancurkan kaki kanannya, sedangkan yang kiri jadi luka berat. Inigo dibawa kembali ke Loyola dengan gerobak dan setibanya di puri Loyola, ia diobati oleh dokter. Di Puri Loyola, Inigo tinggal bersama kakaknya Martinus dan kakak iparnya, Magdalena (Jou, 1991). Di masa penyembuhan itu, mulailah kisah pertobatannya. Setelah membaca buku-buku tentang Yesus dan para kudus, ia mengubur impiannya yang lama untuk menjadi kesatria Kerajaan Spanyol dan malah ingin menjadi "kesatria Kristus", yakni dengan pergi dan tinggal di Yerusalem. Ia pun berencana membuat silih atas hidupnya yang lama (da Camara, 1996: no. 9-10).

Demi mengejar impian barunya, Inigo berangkat menuju Barselona, ke suatu pelabuhan yang darinya ia bisa pergi ke Yerusalem. Maret 1522, di tengah jalan, ia singgah di suatu biara yang terletak di bukit Montserrat. Ia mempersiapkan diri selama tiga hari untuk mengaku dosa. Keledainya diserahkan kepada biara di sana. Pakaiannya ditukar dengan pakaian seorang pengemis. Pedang ia letakkan di bawah patung Bunda Maria di kapel. Mengimitasi ritus para kesatria, semalam suntuk ia berdoa di kapel untuk mempersiapkan hidupnya yang baru untuk melayani Raja Abadi dengan tekad bulat (da Camara, 1996). Lantas, Montserrat menjadi titik awal munculnya semangat penyerahan diri total dalam diri Ignatius. Dia mempersembahkan pedangnya sebagai simbol melepaskan hidupnya yang penuh dosa dan berorientasi duniawi. Setelah Monsterrat, dia memandang dirinya sebagai seorang "peziarah".

Selanjutnya, Inigo tinggal hampir setahun di sebuah kota kecil bernama Manresa. Di kota inilah embrio LR mulai dituliskan Inigo dalam buku catatan pribadinya, semua berangkat dari pengalaman-pengalaman olah rohaninya. Sampai di kota itu, ia mulai melakukan laku tapa, doa yang sangat intensif dan melawan dirinya. Jika sebelumnya ia sangat memperhatikan penampilan, sekarang ia berjalan di desa-desa berpakaian pengemis dengan kuku dan rambut yang tak terpelihara. Sehari-harian ia membantu orang sakit, berdoa tujuh jam sehari, berpuasa dan mengikuti misa. Ia menyesah diri dengan cambuk dan tidur sedikit di tempat keras tanpa alas (da Camara, 1996).

Awalnya, ia gembira dengan semua usaha itu. Ia berpikir bahwa begitulah cara yang paling tepat mendisplinkan badannya yang dulu pernah menjadi alat dosa. Tak lama kemudian, ia mengalami banyak godaan. Timbul dalam pikirannya keinginan untuk menyombongkan diri. Di lain sisi, ia pun disusupi rasa takut kalau-kalau ada dosa masa lalu yang terlewat dan belum dibawa ke bilik pengakuan atau yang belum diampuni. Skrupel itu sampai membuatnya putus

asa dan mau bunuh diri (da Camara, 1996). Kemudian, ia menyadari bahwa bunuh diri akan melukai hati Tuhan. Jadi, dengan penuh keberanian, ia melawan godaan ini.

Titik balik dari desolasi di Manresa ini terjadi ketika bapa pengakuan menyuruhnya untuk berhenti puasa berlebihan. Berhenti puasa ini juga meyakinkan Ignatius untuk menghentikan pengakuan dosa masa lalunya yang dilakukan secara obsesif dan berulang-ulang. Sejak itu, ia dibebaskan dari rasa skrupel, yakin bahwa Allah sungguh mencintai dan mengampuninya (da Camara, 1996).

Suatu hari, seolah-olah Allah membangkitkannya dari mimpi buruknya. Semua godaan hilang begitu saja. Pikiran menjadi sangat jernih. Ia mulai merefleksikan bagaimana mulai timbul keadaan kalut dan pikiran-pikiran jahat dalam benaknya. Ia sadar bahwa ternyata cara hidup keras seperti itu bukanlah kehendak Allah. Dengan laku tapa seperti itu seolah-olah ia ingin memaksa Allah berkenan dan mencintainya. Satu hal yang tak mungkin terjadi. Ia sadar ia mesti menyerahkan diri kepada-Nya. Ia harus melakukan apa yang dikehendaki-Nya dan bukan apa yang ia kehendaki sendiri. Dari pengalamannya, dia mengambil kesimpulan bahwa penghiburan dari menyiksa diri itu datang dari roh jahat. Dengan pengalaman-pengalaman yang direfleksikan, ia semakin menyadari bagaimana Allah bertindak dalam hidupnya dan bagaimana ia mesti menanggapi-Nya (da Camara, 1996).

Ketekunan dan kesungguhan Inigo menanggapi sapaan Allah membuahkan rahmat. Pada suatu waktu, ketika ia sedang santai duduk di pinggir sungai Cardoner, sebuah sungai dekat biara di Manresa yang setiap hari ia kunjungi, ia mendapat penerangan luar biasa dari Allah. Ia tidak memperoleh penampakan, tetapi budinya diterangi sehingga memahami secara mendalam kebenaran iman, masalah-masalah rohani dan hubungan iman dan pengetahuan. Antara lain ia mendapatkan penerangan bagaimana Allah menciptakan alam semesta dan bagaimana Ia hadir dalam ciptaan-Nya. “Semua itu dengan kejelasan yang begitu besar sehingga segala-galanya kelihatan baru” (da Camara, 1996: no. 30). Menurutnya, Allah yang sabar menghadapinya di Manresa ibarat seorang guru (no. 27).

Sejak menerima pengalaman itu, Inigo berusaha tampil normal dengan memelihara kuku, rambut, dan seluruh dirinya. Ia juga meninggalkan praktik puasa dan pantang yang berlebihan. Ia jauh lebih bijaksana dan maju dalam kerohanian. Mulai dari sana, segala hal baginya menampakkan kehadiran Allah. Setelah hampir satu tahun, Inigo kemudian melanjutkan perjalanan ke Barcelona, sebuah kota pelabuhan di Spanyol (da Camara, 1996).

Dari uraian singkat ini, benang merah yang tampak paling jelas adalah soal transformasi. Pasca-remuk kakinya di Pamplona, Ignatius berjuang untuk bertobat dari dosa-dosa masa

mudanya dan memulai hidup baru sebagai peziarah miskin. Namun, pertobatannya berlangsung bertahap. Dia sempat keliru memahami dosa dan pertobatan. Pada awalnya, kesadaran akan dosa memang membawanya pada penyesalan berat, tetapi pertobatan masih disamakannya dengan meniti jalan hukuman. Dia menjadi kejam terhadap diri sendiri. Namun, pada akhirnya, berkat aneka kesadaran baru yang ditanamkan Allah sendiri, pertobatan Ignatius beralih menjadi suatu bentuk kasih kepada Allah yang telah begitu mencintainya.

2. METODE

Penelitian ini berciri kualitatif. Metode yang dipakai adalah kajian pustaka. Data yang dikaji adalah buku LR (versi Indonesia[6] terjemahan J. Darminta, SJ[7] tahun 1993), khususnya bahan-bahan doa Minggu Pertama (nomor. 45-75) yang telah membangun citra diri Yesuit sebagai pendosa yang dikasihi Allah. Pertanyaan utama (*status quaestionis*) yang diajukan adalah "Dari teks Minggu Pertama LR, makna pertobatan seperti apa yang ditawarkan Ignatius Loyola?"

Untuk menjawab pertanyaan ini, penelitian menggabungkan kajian teks Minggu Pertama LR dengan sumber-sumber sekunder, yakni tafsir dari para pakar spiritualitas Ignatian seperti David L. Fleming, Stanislaw Morgalla, dan Michael Ivens. Pendekatan analisis yang digunakan adalah hermeneutik teologis, yaitu usaha memahami teks rohani secara mendalam dengan memperhatikan konteks historis-teologis penulis, struktur batin teks, serta relevansinya bagi pembentukan iman pembaca pada masa kini. Dalam kerangka ini, pembacaan Minggu Pertama LR diarahkan untuk menangkap dinamika rohani Ignatius yang bergerak dari *attritio* (penyesalan karena takut hukuman) menuju *contritio* (penyesalan karena kasih kepada Allah).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Struktur *Latihan Rohani* Minggu Pertama[8]

Sejajar dengan pengalaman pertobatan Ignatius, LR juga dimaksudkan sebagai perjalanan transformasi dan pertobatan. Itulah yang akan dibahas pada subbagian ini. Pada

[6] Sebelum versi Darminta, ada versi terjemahan *Latihan Rohani* dalam bahasa Indonesia ejaan lama. Darminta merevisi sejumlah frasa dari terjemahan ejaan lama, menambah lampiran-lampiran penjelasan, terutama terkait dinamika keempat minggu. Sejak versi Darminta, belum ada revisi lain yang dibuat atas teks *LR.*

[7] J. Darminta, SJ (lahir: 1942) adalah doktor teologi spiritualitas, lulusan Universitas Gregoriana, Roma (lulus 1978). Beliau menghabiskan sebagian besar hidupnya sebagai Jesuit, sejak 1990, dengan berkarya di Pusat Spiritualitas Girisonta (Puspita), Ungaran, Semarang, Jawa Tengah, memberi retret dan kursus pembinaan hidup rohani untuk aneka tarekat religius. Beliau telah menulis banyak buku mengenai spiritualitas dan hidup rohani, dan menerjemahkan beberapa dokumen Serikat Jesus. Beliau pernah menjadi Provinsial (pemimpin umum) Serikat Jesus Provinsi Indonesia pada 1983-1989.

[8] Teks diambil dari St. Ignatius Loyola, *Latihan Rohani,* terj. J. Darminta (Yogyakarta: Kanisius, 1993), 57-66.

akarnya, LR adalah proses yang dimaksudkan untuk membawa retretan menuju kemerdekaan batin dan untuk mengikuti panggilan Allah dalam iman.

Bagi Ignatius, tujuan LR adalah agar seseorang bisa "menaklukkan diri dan mengatur hidupnya begitu rupa hingga tak ada keputusan(nya) diambil di bawah pengaruh rasa lekat tak teratur mana pun juga" (LR #21). Dengan banyak "ketidakbebasan" dalam diri, seseorang takkan bisa melakukan discernment yang serius dan dia hanya akan terus diperbudak oleh kelekatan-kelekatan. LR menggunakan aneka istilah untuk realitas "ketidakbebasan" ini (Bautista, 2009:100). Contohnya, "dosa, kekurangan" (LR #24); "kedunguan, kelemahan, kecurangan, kejahatan" (LR #59); "nafsu" (LR #87); "cinta kedagingan dan duniawi" (LR #97).

LR terbagi ke dalam 4 "Minggu". Ini bukan menunjuk pada periode tujuh hari. Yang dimaksud "Minggu" adalah tahap-tahap pertumbuhan dalam hubungan retretan dengan Allah. Tahapannya adalah (1) pengalaman dicintai oleh Allah tanpa syarat, (2) pengalaman diampuni, (3) pengalaman dipanggil untuk menjadi murid Yesus, dan (4) pengalaman masuk ke dalam misteri wafat dan kebangkitan Yesus (Fagin, 2013: 27).

Apa isi Minggu Pertama? Minggu Pertama terdiri dari 5 buah Latihan. Latihan Ketiga dan Keempat adalah ulangan (repetisi) Latihan Pertama dan Kedua. Sebelumnya, retretan ditatapkan pada apa yang disebut sebagai "Asas dan Dasar" (LR #23), yang menggariskan bahwa manusia diciptakan dengan tujuan untuk memuji, menghormati, dan mengabdi Allah, demi keselamatan jiwanya. Lantas, *The Official Directory* atau panduan resmi LR tahun 1599 merumuskan bahwa arah dan tujuan Minggu Pertama LR adalah untuk menyadari/mengenali bahwa kita telah menyimpang jauh dari tujuan kita diciptakan dan mengundang kita supaya kembali ke jati diri manusia tersebut, yaitu memuji dan mengabdi-Nya. (*Directorio* 1599, no. 141 dalam Palmer, 1996)

Latihan Pertama terdiri dari tiga pokok dan satu percakapan batin. Latihan Kedua terdiri dari lima Pokok dan satu percakapan batin. Ketiga pokok dalam Latihan Pertama lebih berfokus pada dosa-dosa orang lain. Dalam permenungan ini, tiga pokok utama menggugah batin retretan untuk semakin sadar akan beratnya dosa dan akibatnya yang kekal.

Pokok *pertama* mengajak untuk mengenangkan dosa pertama yang dilakukan oleh para malaikat, yang walau hanya sekali berdosa karena kesombongan, langsung dijatuhi hukuman kekal di neraka. Dengan menimbang hal ini dalam ingatan, pikiran, dan kehendak, seseorang diajak untuk merasa malu karena telah berkali-kali berdosa dan tetap menerima rahmat kehidupan (LR #50).

Pokok *kedua* berfokus pada dosa Adam dan Hawa, leluhur manusia, yang karena satu pelanggaran terhadap perintah Allah, kehilangan rahmat semula dan menyeret seluruh umat manusia ke dalam penderitaan dan kecenderungan dosa. Ini menambah kesadaran akan dampak dosa pribadi terhadap sesama dan sejarah keselamatan (LR #51).

Pokok *ketiga* melanjutkan permenungan dengan melihat bahwa banyak orang masuk neraka hanya karena satu dosa berat saja, sementara diri sendiri telah melakukan lebih banyak dosa namun belum menerima hukuman serupa. Hal ini menggugah hati untuk merenungkan keadilan Allah serta besarnya belas kasih-Nya yang masih memberi kesempatan untuk bertobat (LR #52).

Latihan Pertama ditutup dengan bahan doa terkenal tentang percakapan bersama Yesus yang tergantung di salib, "wafat untuk dosa-dosaku". Ignatius meminta retretan merefleksikan tiga pertanyaan ini, "Apa yang telah kuperbuat bagi Kristus, apa yang sedang kuperbuat bagi Kristus, dan apa yang harus kuperbuat bagi Kristus?" (LR #53). Bagi Ignatius, tidaklah cukup bagi dirinya dan retretan untuk sekadar memiliki pengalaman mistik yang luar biasa. Pertanyaannya adalah, apa yang harus dilakukan setelahnya? Spiritualitas Ignatian adalah spiritualitas tindakan, pergi keluar untuk melakukan sesuatu. Pertanyaan pada LR #53 ini akan tetap ada bersama retretan selama 30 hari: "Apa yang harus saya perbuat? Apa cita-cita saya? Apa panggilan saya? Apa yang Tuhan minta saya lakukan?"

Howard Gray, ahli spiritualitas Ignatian dari Chicago, melihat bahwa dosa bukanlah subjek utama Minggu Pertama, melain penebusan (*redemption*). Kristus adalah penyelamat dan penebus. Oleh karena itu, Minggu Pertama adalah rahmat sekaligus undangan untuk memahami secara mendalam bahwa pertobatan berpusat pada Kristus. Dialah fondasi utama ciptaan baru, dunia baru sedemikian rupa sehingga semakin mencintai-Nya karena Dia menyerahkan diri untuk saya (LR #53). Dalam konteks kehidupan dan cinta, Allah mengungkapkan apa itu dosa sedemikian rupa sehingga saya mampu membebaskan diri darinya supaya hidup dan bertindak berdasar cinta, serta lebih mencintai dan makin giat mengabdi Kristus sang Penyelamat (Gray, 1993).

Berikutnya, Latihan Kedua lebih berfokus pada dosa-dosa pribadi si retretan. Kelima pokok permenungan ini membimbing seseorang untuk merenungkan secara mendalam realitas dosa pribadinya dan besarnya belas kasih Allah. Pokok *pertama* mengajak untuk mengingat sejarah dosa-dosa pribadi dengan meninjau kembali tempat tinggal, relasi, dan pekerjaan yang pernah dilakukan (LR #56). Pokok kedua mengajak retretan menyadari betapa dalam dan beratnya setiap dosa, meskipun dosa itu tampak kecil atau seolah tak terlarang (LR #57). Pokok

ketiga mengarahkan retretan pada perendahan diri, dengan membandingkan diri sendiri dengan seluruh umat manusia, para malaikat, serta kebesaran Allah, hingga menyadari diri sebagai makhluk hina dan rusak oleh dosa (LR #58).

Pokok *keempat* memperdalam kesadaran retretan dengan menimbang-nimbang siapa Allah yang dilawannya dalam dosa, membandingkan keutamaan-Nya dengan kelemahan dan kejahatan diri sendiri (LR #59). Akhirnya, pokok kelima menimbulkan keheranan dan syukur mendalam atas kenyataan bahwa seluruh ciptaan, para malaikat, dan para kudus tetap menopang hidup orang berdosa, meskipun ia layak dihukum, bahkan ditelan bumi dan dimasukkan ke dalam neraka karena dosanya (LR #60).

Latihan Kedua juga diakhiri dengan percakapan, tetapi intinya berbeda dari LR #53. Percakapan di akhir Latihan Kedua lebih bernada syukur dan bukan dalam bentuk pertanyaan reflektif. Retretan diminta "menghaturkan terima kasih kepada-Nya karena telah sudi memberi hidup kepadaku sampai saat ini. Membuat niat untuk selanjutnya memperbaiki diri dengan pertolongan rahmat-Nya." (LR #61)

Setelah mengulang Latihan Pertama dan Kedua sebagai Latihan Ketiga dan Keempat, retretan menjalani Latihan Kelima. Latihan ini dikenal sebagai "Meditasi Neraka" dengan pengenaan pancaindra. Permenungan ini mengajak seseorang untuk secara mendalam merenungkan kenyataan neraka demi membangkitkan rasa takut akan hukuman sebagai jalan menuju pertobatan.

Ada lima pokok doa yang disusun berdasarkan kelima pancaindra batin: melihat api dan jiwa-jiwa yang menderita; mendengar ratapan dan hujatan; mencium bau busuk dari belerang dan lumpur; mengecap kepahitan penderitaan batin; serta meraba jilatan api yang membakar. Permenungan ditutup dengan percakapan pribadi dengan Kristus, sambil mengenangkan jiwa-jiwa yang binasa dalam tiga masa—sebelum, saat, dan sesudah kedatangan-Nya. Dalam doa itu, seseorang bersyukur karena tidak termasuk dalam golongan yang binasa, dan memuji kelembutan serta belas kasih Tuhan yang masih memberi kesempatan hidup (LR #65-71).

3.2. Makna Pertobatan dalam *Latihan Rohani*

Dari subbagian sebelumnya telah tampak semacam pedagogi yang disusun oleh Ignatius untuk membantu para retretan mendalami realitas dosa dan membuka disposisi mereka untuk mau bertobat. Agar tercipta suatu analisis yang lebih mendalam, subbagian ini akan berfokus untuk memberi pemaknaan akan teks Minggu Pertama LR, diracik dari pendapat beberapa

komentator LR. Pada dasarnya, menurut Penulis, LR mengajak retretan mengalami baik *attritio* maupun *contritio,* sembari mengupayakan suatu disposisi batin beralih dari *attritio* ke *contritio.*

Dalam *Katekismus Gereja Katolik* (*Catechism of the Catholic Church)* no 1451-1454, sebagaimana dikutip Kusmaryanto, dijelaskan dua macam pertobatan, yaitu *contritio* dan *attritio*. *Contritio* merupakan kepedihan jiwa yang mendalam dan perasaan jijik terhadap dosa yang telah dilakukan dan disertai keinginan untuk tidak berbuat dosa lagi. Pada *contritio,* motivasi utama yang menggerakkan orang untuk bertobat ialah kasih kepada Allah. Kalau yang menggerakkan itu bukan cinta tetapi yang lainnya, misalnya takut akan hukuman neraka, hal itu disebut *attritio*, suatu pertobatan yang tidak sempurna (Kusmaryanto, 2019). Menurut Penulis, dari rumusan rahmat yang dimohon dan isi Latihan, tampak bahwa Ignatius mengajak retretan mengalami *attritio.* Sementara itu, dari percakapan yang menutup setiap Latihan, tampak bahwa Ignatius mengajak retretan menumbuhkan *contritio.*

Tabel 1: Kosakata Pokok Penanda *Attritio* dan *Contritio*

Latihan Pertama	Latihan Kedua	Latihan Kelima
Rahmat: rasa malu dan aib, pantas disiksa atas dosa	Rahmat: dukacita memuncak, air mata	Rahmat: takut akan hukuman neraka
Pokok I (dosa malaikat): malu, aib, neraka, pantas dihukum	Pokok I: sejarah dosa	Pokok I: api, jiwa terkurung
Pokok II (dosa Adam-Hawa): kebinasaan, kehilangan rahmat	Pokok II: beratnya, jeleknya, jahatnya dosa-dosaku	Pokok II: rintihan, jeritan
Pokok III: layak dihukum	Pokok III: diriku kecil, membayangkan diri sebagai bisul	Pokok III: busuk
Percakapan: Kristus tersalib, Pencipta sampai berkenan menjadi manusia	Pokok IV: Allah yang Mahakuasa, Mahabijak, Mahaadil, Mahakasih	Pokok IV: pahit, sedih, cacing suara hati
	Pokok V: Aku dipelihara, dilindungi, tidak disiksa	Pokok V: jiwa ditelan api
	Percakapan: Kerahiman Ilahi, Allah sudi memberi hidup.	Percakapan dengan Kristus: Dia selalu sedemikian lembut dan berbelas kasih pada diriku

Keterangan: Warna latar abu-abu= *contritio.* Warna latar putih = *attritio.*

3.3. *Attritio* dalam *Latihan Rohani*

Dalam Minggu Pertama, ada tiga Latihan utama dengan pokok-pokok doa yang berbeda. Semangat *attritio* terindikasi lewat beberapa rahmat yang dimohon untuk tiap Latihan yang ada. Paling tidak ada dua rahmat yang menonjol, yakni rasa malu dan rasa bersalah.

3.3.1. Rasa Malu

Dalam Latihan Pertama, retretan memohon rahmat berupa "rasa malu dan aib" (LR #48), dan dalam pokok pertama—yaitu saat merenungkan dosa para malaikat—ia diajak untuk memohon agar rasa malu dan aib itu "semakin mendalam" (LR #50). Kata "aib" sebenarnya lebih tepat diterjemahkan sebagai "kebingungan" karena kata aslinya *confussion.* Morgalla mencermati bahwa permohonan rahmat "rasa malu" hanya ada dalam Minggu Pertama LR (Morgalla, 2024: 312).

Penekanan pada pengalaman rasa malu ini dikuatkan kembali dalam catatan tambahan kedua untuk retretan di Minggu Pertama. St. Ignatius menganjurkan agar setiap pagi, segera setelah bangun tidur, sang retretan membangkitkan imajinasi yang mendukung pengalaman rasa malu dan aib tersebut. Retretan diminta membangun citra diri (*self-image*), yakni dengan membayangkan diri menjadi seorang kesatria yang datang menghadap raja dan istananya. Kesatria ini penuh rasa malu dan aib karena telah mengkhianati atau membuat pelanggaran berat terhadap raja yang selama ini telah menganugerahkan banyak karunia dan anugerah kepadanya (LR #74). Dengan mengawali hari dengan pikiran seperti itu ditambah dengan bahan-bahan doa yang juga menekankan rasa malu, terciptalah intensitas pengalaman rasa malu. Inilah yang memberikan kedalaman pada gambaran-gambaran yang diimajinasikan ketika menjalani Latihan Pertama sampai Kelima (Morgalla, 2024).

Mengacu pada pendapat Callaghan, Morgalla mengatakan bahwa gambaran ini sejalan dengan pemahaman psikologi modern mengenai karakteristik utama dari rasa malu: "rasa terbuka [telanjang] di hadapan publik sebagai seseorang yang telah gagal" (Morgalla, 2024, p. 312). Callaghan, dalam upayanya menjelaskan maksud St. Ignatius, merujuk langsung pada pembedaan serupa yang digunakan oleh C. S. Lewis, yaitu perbedaan antara rasa bersalah (*guilt*) dan rasa malu (*shame*).

Menurut Morgalla, St. Ignatius menggunakan rasa malu karena pengalaman itu berkaitan langsung dengan perasaan dikutuk—kemungkinan dihukum selamanya. Dalam pengalaman rasa malu semacam ini, seluruh kekuatan emosional yang mendasar bisa muncul dengan kuat. Ada suatu dorongan ingin lenyap dari muka bumi, karena merasa tidak layak lagi untuk hidup,

tidak pantas untuk terus ada. Akan tetapi, justru seseorang yang mampu mengalami rasa malu sedalam ini (yakni rasa dikutuk) dapat jauh lebih mudah sampai pada kebenaran tentang keselamatan—bahwa keselamatan tidak dapat diusahakan atau layak diterima, tetapi hanya dapat diterima sebagai rahmat (Morgalla, 2024).

3.3.2. Rasa Bersalah

St. Ignatius juga menggunakan konsep rasa bersalah (*guilt*), meskipun bukan sebagai elemen yang paling sentral dalam logika Minggu Pertama. Sebagaimana telah dicatat oleh para komentator Latihan Rohani, rasa bersalah juga hanya muncul dalam Minggu Pertama Latihan Rohani, dan itu pun dalam meditasi yang berkaitan dengan permenungan atas dosa.

Pada LR #54, St. Ignatius menambahkan bahwa dalam konteks doa penutup setelah percakapan Latihan Pertama, "Ada kalanya mohon rahmat, ada kalanya mempersalahkan diri sendiri atas suatu perbuatan tidak baik." Permohonan semacam ini dimaksudkan untuk menutup setiap meditasi di Minggu Pertama. Jika dibaca dalam konteks doa di hadapan Yesus yang tergantung di salib, dapat ditegaskan bahwa tujuan utama ajakan untuk mempersalahkan diri bukanlah untuk membangkitkan emosi negatif terhadap diri (benci pada diri sendiri), tetapi justru sebaliknya: mengubahnya menjadi tindakan positif. Dalam komentarnya, Michael Ivens membedakan dengan jelas:

> Di sini, setidaknya dalam pertanyaan ketiga [apa yang harus kuperbuat bagi Kristus?], fokusnya bergeser dari masa lalu ke masa depan, dan dari 'rasa malu dan kebingungan' kepada keinginan untuk melayani. Perlu juga dicatat bahwa pertanyaan-pertanyaan ini mencerminkan gerakan khas respons Ignasian: dari yang afektif menuju yang efektif, dari respons hati menuju akhirnya respons tindakan (Ivens, 1998, p. 54).

Dengan demikian, Morgalla dengan tegas menyatakan bahwa rasa bersalah dalam kerangka Ignasian bukanlah beban psikologis, melainkan pintu menuju pengakuan akan kebutuhan akan rahmat—kesadaran bahwa kita tidak dapat menyelamatkan diri kita sendiri, dan bahwa kita memerlukan Allah sebagai Penyelamat (Morgalla, 2024).

Logika rasa bersalah ini juga mungkin dapat dikenali dalam latihan pemeriksaan batin (*examen conscientiae*), yang dianjurkan oleh St. Ignatius dalam Latihan Kedua Minggu Pertama, ketika ia meminta peserta retret untuk "mengingat kembali semua dosa dalam hidupnya, dengan melihatnya kembali dari tahun ke tahun atau dari satu masa ke masa lain… sambil merenungkan kejelekan dan kejahatan hakiki dari setiap dosa pokok" *(LR* #56-57).

Menurut Morgalla, pendekatan "kuantitatif" ini jelas bertujuan untuk memicu pengalaman pertobatan yang lebih mendalam dengan memperhatikan kualitasnya (Morgalla, 2024).

Mengapa kita perlu berbicara tentang rasa bersalah di era kiwari ini? Azpitarte memberikan semacam *caveat* bahwa hidup di dunia modern ini sedikit-banyak mempromosikan sebuah budaya yang ingin menghapus rasa bersalah dari muka bumi (adanya *indifference,* ketidakpedulian), sebagai reaksi berlanjut atas masa lalu Gereja yang terlalu mendikte keburukan moral manusia. Sekarang juga, banyak orang hidup di dalam masyarakat yang di dalamnya seseorang tidak boleh mengatakan bahwa dia tidak setuju dengan orang lain (alergi oposisi). Budaya yang juga mengikis kerendahan hati sehingga seseorang tidak bisa lagi mendaku bahwa ia salah—apalagi bahwa ia jahat. Dari politisi hingga kaum intelektual, orang-orang semua dibantu untuk menghindari penyesalan, rasa bersalah, tanggung jawab, dan kebutuhan untuk memperbaiki kesalahan. Tanpa rasa bersalah, sulit untuk mencapai pertobatan apa pun (Azpitarte, 2008).

3.4. *Contritio* dalam *Latihan Rohani*

Menurut Penulis, setelah mencermati dengan saksama teks Minggu Pertama, semangat *contritio* paling terasa pada pokok-pokok doa yang mengajak retretan mengingat "Allah" atau "Yesus Kristus". Hal ini paling kentara di Latihan Kedua pokok IV (LR #59)—ketika retretan diminta mengingat kembali siapa Allah (Mahabijak, Mahakuasa, Mahabaik)—dan pada Percakapan, ketika retretan diminta menghaturkan rasa syukur karena telah diberi hidup oleh Allah (LR #61). Akan tetapi, menurut Penulis, sebenarnya di akhir Latihan Pertama pun sudah ada indikasi bahwa Ignatius menghendaki para retretan mencapai *contritio.*

Membayangkan Kristus yang tergantung di salib sangatlah penting dalam Latihan Pertama sebagai papan loncat beralih dari *attritio* ke *contritio.* Yesus yang tergantung di kayu salib itu adalah Allah Pencipta—Allah yang sama seperti yang kita renungkan dalam "Asas dan Dasar" (LR #23), atau renungan pembuka retret 30 hari, sebagai Allah yang mencurahkan kasih dan anugerah yang berlimpah-limpah. Dialah juga Yesus yang akan direnungkan dalam Minggu Ketiga. Dengan ini, menurut Fleming, Ignatius tampaknya ingin agar retretan memahami kesinambungan antara Allah yang menciptakan, yang memberi, kini adalah Allah yang rela menderita dan wafat bagi kita (Fleming. 2004).

Patut diingat bahwa dalam Latihan Pertama ini retretan memohon rahmat "rasa malu dan aib" (*shame and confusion*). Menurut Fleming, rasa malu dan aib yang berasal dari Allah, sebagai buah dari menyaksikan penderitaan Kristus dan menyadari keberdosaan kita. Karena

disebut "rahmat", rasa malu dan aib bukanlah suatu emosi yang bisa diusahakan sendiri. Meskipun kita dapat memunculkan rasa malu karena dosa kita sendiri atau akibat tekanan sosial, tetapi yang kita doakan adalah rahmat Ilahi (Morgalla, 2024).

Dalam percakapan batin, retretan berbicara langsung dengan Yesus yang tergantung di salib. Menurut Fleming, tujuan pokok ini adalah supaya retretan ikut masuk dalam rasa malu dan kebingungan-Nya melihat kekerasan, kebencian, dan kejahatan manusia. Di tengah kebingungan-Nya, Yesus tidak menunjukkan kemarahan, tetapi justru memikul rasa malu dan kebingungan bersama manusia. Dalam wajah Yesus tersalib, retretan bisa melihat tanggapan Allah terhadap dosa dan kejahatan, suatu pilihan penderitaan yang penuh kasih (Fleming, 2004).

Permenungan ini meluas ke Latihan Kedua. Retretan memohon rahmat kesedihan dan bahkan air mata. Ini adalah perkembangan spiritual khas Ignatius: dari rahmat rasa malu dan bingung (yang membuat kita masuk ke dalam tanggapan Allah terhadap dosa), menuju rahmat kesedihan dan air mata (yang membuat kita menghayati tanggapan kita sendiri terhadap dosa pribadi). Sekaligus, para retretan semakin menyadari bahwa Allah tetap menopang dan menyertai mereka dalam keberdosaan, bahkan melalui ciptaan dan sesama. Kasih dan pemberian diri Allah tidak pernah berhenti atau batal karena dosa. Dalam pengenalan yang lebih dalam terhadap wajah Allah ini—Allah yang bisa merasa malu dan bingung bersama kita, tetapi tetap mengasihi dan mengampuni—rasa syukur retretan pun makin dalam (Fleming, 2004).

Lebih jauh Fleming menafsirkan bahwa wajah Allah yang penuh kasih dan pengampunan ini mencerminkan Allah dalam perumpamaan anak yang hilang (Luk. 15:11-32). Di sana, pencipta tidak hanya melihat Allah sebagai pencipta dan penyedia, tetapi sebagai Bapa yang "terlalu murah hati"—*prodigal*, dalam arti "boros" dalam memberi kasih dan pengampunan yang berlebihan. Dua anak dalam perumpamaan itu tidak memahami keadilan Bapa. Anak bungsu menuntut warisan sebagai hak, anak sulung menuntut keadilan karena jasanya. Tapi Sang Bapa, simbol dari Allah, menghidupi keadilan ilahi: bukan keadilan balasan, melainkan kesetiaan terhadap relasi kasih. Keadilan Allah berarti Ia selalu setia pada siapa diri-Nya—Pengasih, Penyayang, Setia, Pengampun. Dengan begitu, keadilan Allah adalah keadilan relasional, bukan legalistik (Fleming, 2004: 65-66).

Bagi Ignatius, dosa adalah kekacauan dalam hubungan kita dengan Tuhan dan dengan satu sama lain. Dosa berarti tidak mengikuti rencana Tuhan. Dosa membuat semuanya tidak sinkron dan tidak pada tempatnya. Dosa, bagi Ignatius, adalah rasa tidak bersyukur

(*ingratitude*). Setiap dosa berasal dari menyalahgunakan hadiah/anugerah yang kita terima, mulai dari membuangnya, merampasnya hingga tidak membagikannya. Orang yang berdosa adalah dia yang bergantung pada hal-hal yang memperbudak dirinya dan hal-hal yang menghalangi pelayanan dan kasihnya kepada Allah juga satu sama lain (Fagin, 2013). Dalam bahasa ilmu psikologi yang lebih modern, dosa dapat pula berarti luka. Pengalaman luka (pengalaman trauma) seseorang sangat mungkin menjadi penghalang baginya untuk menyadari cinta Tuhan yang begitu melimpah. Dengan dilukai, seseorang mampu melukai.

Minggu Pertama dalam *Latihan Rohani* tidak dimaksudkan untuk membuat retretan merasa bersalah secara berlebihan atas dosa-dosanya, melainkan untuk membangkitkan kebutuhan akan Allah sebagai penyelamat. Penekanan bukan pada perasaan negatif. Dari titik spiritual inilah muncul penghiburan sejati (*spiritual consolation*): rasa syukur dan terima kasih mendalam kepada Allah yang penuh kasih dan pengampunan (Fleming, 2004). Bahkan, dalam Meditasi Neraka (Latihan Kelima) pun syukur ini tampak lewat percakapan yang diakhir dengan retretan yang diminta oleh Ignatius untuk "berterima kasih" kepada Allah yang "selalu bersikap sedemikian lembut dan berbelas kasih terhadap diriku" (LR #71). Dengan begitu, dimensi cinta (*amor*) ilahi makin konkret dialami.

Dinamika peralihan dari *attritio* ke *contritio* ini amat krusial. Oleh karena itu, disposisi pembimbing retret juga perlu dipersiapkan. Misalnya, menurut Fleming, pembimbing retret perlu mendengarkan dengan penuh kepekaan bagaimana peserta mengalami percakapan dengan Yesus yang tersalib—Apakah rahmat "rasa malu dan bingung" benar-benar hadir sebagai anugerah? Apakah mereka mulai masuk dalam pengalaman Yesus yang tidak mengutuk, tetapi justru ikut merasa malu dan bingung oleh kejahatan manusia? Apakah pengalaman akan keadilan dan belas kasih Allah mulai membentuk citra Allah dalam diri mereka? (Fleming, 2004)

Harus diakui bahwa dalam dunia modern yang penuh ketidakadilan dan dosa struktural, teks LR tidak secara eksplisit menyebut istilah *keadilan sosial*. Namun, menurut Fleming, permenungan tentang dosa dan pertobatan *a la* Ignatius ini tetap relevan. Dalam Alkitab, keadilan ilahi bukan soal distribusi imbalan dan hukuman, melainkan soal kesetiaan Allah pada relasi perjanjian. Oleh karena itu, dalam wajah Yesus di kayu salib, kita melihat Allah yang tidak menghapus dosa dengan kekuasaan, tetapi memeluk umat manusia dalam cinta dan penderitaan—sebuah keadilan yang melampaui hukum dan memasuki misteri belas kasih. Melalui perjalanan rohani Minggu Pertama, kita diperkenalkan pada wajah Allah yang sejati—Allah yang murah hati, yang tidak kenal lelah mencari, mengampuni, dan mencintai. Allah

bukan hanya Allah pemberi seperti dalam "Asas dan Dasar", tetapi adalah Allah yang tergantung di kayu salib, yang tahu rasa malu dan bingung karena cinta-Nya kepada manusia. Ini adalah *Allah yang pemurah—The Prodigal God* (Fleming, 2004, p. 66).

Minggu Pertama LR menempatkan retretan berhubungan dengan kasih Allah dan karunia-karunia-Nya dalam hidup nyata. Retretan menjadi sadar akan hutang besar yang dia miliki kepada Allah untuk keberadaannya di dunia ini dan akan adanya undangan menuju kehidupan kekal dan keselamatan. Retretan diajak untuk menyadari bahwa tanggapannya terhadap hal-hal itu harus berupa pujian, hormat, syukur, dan kepercayaan yang besar kepada Allah.

3.5. Implikasi Temuan terhadap Praktik Pastoral Masa Kini

Implikasi praktis dari temuan ini cukup luas, terutama bagi teologi pastoral dan formasi rohani. Dinamika peralihan dari *attritio* ke *contritio* mengajarkan bahwa pelayanan pastoral hendaknya tidak berhenti pada pewartaan tentang rasa bersalah atau ketakutan akan hukuman, melainkan menuntun umat pada pengalaman syukur dan kasih yang membebaskan. Hal ini penting untuk menghadirkan gambaran akan wajah Allah (*God-image*) yang penuh belas kasih, bukan Allah yang menghukum. Dalam konteks pastoral paroki, penghayatan ini bisa menginspirasi katekese, homili, maupun sakramen tobat yang lebih menekankan pengalaman disapa dan dipeluk oleh Allah, bukan sekadar kewajiban hukum.

Pendekatan Ignatius sangat relevan karena banyak orang awam sering terjebak dalam rasa bersalah yang legalistik atau perfeksionistik. Dengan menekankan *contritio*, bimbingan rohani membantu umat menemukan bahwa pengampunan Allah lebih besar daripada dosa, dan bahwa dosa tidak pernah membatalkan kasih serta kesetiaan Allah. Ini memberi kekuatan untuk bangkit dari rasa bersalah yang melumpuhkan menuju hidup syukur dan pelayanan.

Pembimbing rohani dipanggil untuk mendampingi dengan kepekaan, agar pengalaman batin ini sungguh menjadi rahmat ilahi, bukan sekadar produk emosi atau tekanan moral. Dengan demikian, formasi rohani *a la* Ignatius dapat menumbuhkan pribadi-pribadi yang lebih rendah hati, terbuka, dan penuh kasih.

Relevansi pastoral dari Minggu Pertama *LR* juga menyentuh konteks sosial saat ini. Di tengah realitas dosa struktural, korupsi, ketidakadilan, dan luka sosial, wajah Allah yang ditampilkan Ignatius (Allah yang setia, penuh belas kasih, dan rela memikul aib bersama manusia) menjadi sumber inspirasi bagi Gereja untuk menghadirkan inisiatif pastoral yang solider. Bagi umat awam, pengalaman rohani ini bisa menjadi bekal nyata untuk menghidupi

iman dalam praksis sehari-hari—membangun relasi yang lebih adil, penuh kasih, dan mengampuni dalam keluarga, pekerjaan, dan masyarakat.

Pertobatan tidak cukup hanya selesai di ruang pengakuan dosa dan pertobatan pribadi, ini soal iman kita, iman yang berbuah. Maka arti pertobatan tidak sekedar kultis ritual, tetapi lebih luas dan dalam, melalui bentuk-bentuk pelayanan, berbagi kepada sesama, dunia/gereja dan alam semesta. Pertobatan itu berbagi.

4. KESIMPULAN

Jadi, dari teks Minggu Pertama LR, makna pertobatan seperti apa yang ditawarkan Ignatius Loyola? Dari pokok-pokok doa dan percakapan-percakapan batin dalam kelima Latihan yang ada di Minggu Pertama LR, retretan diajak untuk mengalami *attritio* dan *contritio.*

Pada awalnya, retretan diajak berdoa memohon rasa dukacita yang memuncak dan rasa malu ketika meneliti dosa-dosanya satu per satu. Seperti Ignatius di Manresa, ada kemungkinan bahwa retretan menjadi sangat keras terhadap dirinya sendiri. Retretan seakan berteriak-teriak bahwa dia tidak dicintai atau tidak pantas dicintai karena telah dihantam dosa bertubi-tubi. Retretan bisa dikuasai "rasa takut" akan Allah yang begitu menyiksanya. Namun, itu bukanlah yang dicita-citakan Ignatius.

Ignatius justru ingin retretan juga memusatkan perhatian pada belas kasih Allah, khususnya pada kasih yang mengampuni di dalam diri Yesus Kristus. Oleh karena itu, ada bahan-bahan doa berupa percakapan di hadapan Allah dan di hadapan Yesus (misal: LR #53). Retretan diajak melihat diri mereka sendiri dari sudut pandang Allah. Ignatius juga meminta retretan memohon rasa syukur yang mendalam atas belas kasih dan pengampunan Tuhan.

Dengan bahan-bahan doa dan percakapan seperti itu, retretan diberi kesempatan mengalami diri sebagai pendosa yang dicintai. Retretan adalah orang yang berdosa, rapuh, terluka, tidak tahu berterima kasih, dan egois. Akan tetapi, retretan tetap berharga di mata Allah, tetap diberkati, tetap dipelihara. Hal ini seperti yang dikatakan Paulus dalam surat kepada jemaat di Roma bahwa Tuhan mengasihi kita, bahkan ketika kita masih berdosa (bdk. Rom. 5:8). Dengan kesadaran akan kasih Allah, motif pertobatan tidak lagi berupa rasa takut dihukum (neraka), melainkan cinta pada Allah sendiri—Allah yang adalah *the Prodigal God*. Bukan lagi *atritio,* tetapi menjadi *contritio.*

Cakupan penelitian ini sangat terbatas pada Minggu Pertama LR. Sebagai usulan untuk penelitian lebih lanjut, kajian bisa diperluas untuk melihat implikasi spiritualitas pertobatan

a la Ignatius Loyola ini dengan teologi moral pada umumnya. Selain itu, bisa dilakukan eksplorasi makna pertobatan dalam Minggu Kedua, Ketiga, dan Keempat LR. Kemungkinan, dengan membaca LR secara utuh, misalnya dengan melihat Minggu Ketiga, akan tampak gradasi makna pertobatan yang lain, yakni sebagai "pilihan nyata" yang diteguhkan dan diperkuat dengan pengalaman Salib Tuhan. Dengan kata lain, retretan diajak untuk memohon agar diri mereka mampu merasakan dan memilih derita Salib supaya mendapat rahmat Kebangkitan dan Roh Kudus yang selalu menghibur, menuntut dan menguatkan kita dalam proses pertobatan yang makin baik dan baik (*Magis*). Pertobatan yang diskretif ini belum dijabarkan Penulis dengan gamblang.

KEPUSTAKAAN

Azpitarte, E. L. (2008). Ignatius' meditation on sin: From guilt to gratitude. *The Way, 47*(1–2), 97–113. https://www.theway.org.uk/back/4712azpitarte.pdf

Bautista, R. M. L. (2009). *Schooled by the Spirit: A prayer companion to Ignatian spirituality*. Jesuit Communications Foundations.

Catholic Church. (1994). *Catechism of the Catholic Church* (2nd ed.). Libreria Editrice Vaticana.

da Camara, L. G. (1996). *Wasiat dan petuah St. Ignatius*. Kanisius.

Fagin, G. M. (2013). *Discovering your dream: How Ignatian spirituality can guide your life*. Loyola Press.

Fleming, D. L. (2004). *Like the lightning: The dynamics of the Ignatian exercises*. Institute of Jesuit Sources.

Gray, Howard J. (1993). Christ and the First Week of the Spiritual Exercises. In *A new introduction to the Spiritual Exercises of St. Ignatius*. The Liturgical Press.

Ivens, M. (1998). *Understanding the spiritual exercises*. Gracewing.

Jou, A. (1991). *Lahir untuk berjuang*. Kanisius.

Kusmaryanto, C. B. (2019). *Nabi cinta kasih dan pelayan pendamaian*. Rumah Dehonian.

Loyola, St. Ignatius. (1993). *Latihan rohani* (J. Darminta, Trans.). Kanisius.

Modras, R. (2004). *Ignatian humanism: A dynamic spirituality for the 21st century*. Loyola Press.

Morgalla, S. (2024). Shame, guilt and exclamation of wonder: Integrating psychology, theology and Ignatian spirituality. *Ignaziana, 30*, 304–316. https://ignaziana.org/wp-content/uploads/2024/01/30-2020_04.pdf

Serikat Yesus. (1975). *Dokumen Kongregasi Jenderal ke-32*.

Serikat Yesus. (2016). *Dokumen Kongregasi Jenderal ke-36*.

Palmer, Martin E. (1996). *On giving the Spiritual Exercises, the early Jesuit manuscript directories and the official directory of 1599.* St. Louis: The Institute of Jesuit Sources.

Spadaro, A. (2013, September 30). *A big heart open to God: An interview with Pope Francis*. America: The Jesuit Review. https://www.americamagazine.org/faith/2013/09/30/big-heart-open-god-interview-pope-francis