

PEMAHAMAN DOA YESUS MENURUT KALLISTOS WARE: MAKNA, PRAKTIK, DAN PENGARUHNYA DALAM KEHIDUPAN SPIRITUAL

Heppy Agustina Harefa¹, Yaaro Harefa²

Sekolah Tinggi Teologi Soteria Purwokerto

Email: harefaheppy186@gmail.com¹, yaaro@sttsoteria.ac.id²

Abstract

*This article is a review of Kallistos Ware's views on the prayer of Jesus. The author applies a literature study method based on the book *The Prayer of Jesus* by Kallistos Ware which is supported by the views of other authors from several journals. From several views on prayer articles found by the author, Kallistos Ware's view is its perfection. Kallistos Ware emphasizes that prayer is not just expressing requests to God when in urgent circumstances. First, the prayer of Jesus is a prayer to communicate with God, every moment repeatedly with all humility before God. Second, the Prayer of Jesus is a prayer of repentance to God both individually and in groups or together, where our minds and thoughts have been filled with evil. Third, the Prayer of Jesus is a prayer that creates the presence of God so that we can see the divine light and achieve true inner prayer. These three things aim to fully explain the meaning of the prayer of Jesus from Kallistos Ware.*

Keywords: *Jesus Prayer; Humility; Community Fellowship; Silence*

Abstrak

Artikel ini adalah sebuah ulasan pandangan Kallistos Ware tentang doa puja Yesus. Penulis menerapkan metode study literatur dengan landasan buku *Doa Yesus* oleh Kallistos Ware yang didukung oleh pandangan penulis lain dari beberapa jurnal. Dari beberapa pandangan tentang arti doa yang ditemukan penulis, pandangan Kallistos Ware adalah kesempurnaannya. Kallistos Ware menegaskan bahwa doa bukan hanya sekedar menyatakan permohonan kepada Tuhan ketika dalam keadaan mendesak. Pertama, doa Yesus merupakan doa berkomunikasi kepada Tuhan, setiap saat secara berulang-ulang dengan seluruh kerendahan hati di hadapan Tuhan. Kedua, Doa Yesus merupakan doa pertobatan kepada Tuhan baik secara pribadi maupun kelompok atau bersama, dimana pikiran dan nous kita telah di penuhi dengan kejahatan. Ketiga, Doa Yesus merupakan doa yang menciptakan kehadiran Allah sehingga dapat melihat cahaya ilahi dan mencapai doa batin yang sesungguhnya. Ketiga hal ini bertujuan untuk menjelaskan secara lengkap arti doa Yesus dari Kallistos Ware.

Kata Kunci: Doa Yesus; Kerendahan hati; Persekutuan Komunitas; Keheningan

PENDAHULUAN

Doa sering kali dipandang hanya sebagai sarana untuk meminta keinginan, tanpa adanya rasa gemetar dan takut di hadapan Allah. Banyak orang berdoa hanya saat mereka membutuhkan pertolongan, ketika mereka dihadapkan pada persoalan, kekhawatiran, atau kepentingan yang mendesak.¹ Sikap seperti ini menyebabkan doa menjadi sekadar ritual yang terpisah dari kehidupan sehari-hari, dan akhirnya mengurangi makna serta kedalaman hubungan dengan Tuhan. Ketika doa hanya digunakan pada saat-saat tertentu, tanpa komunikasi yang berkesinambungan dengan Allah, koneksi batin dengan-Nya pun terputus. Ini adalah masalah yang cukup mendalam dalam kehidupan rohani umat Kristiani saat ini. Dalam ajaran kekristenan, doa adalah perihal yang sangat penting, bahkan diwajibkan bagi setiap orang percaya sebagai bagian dari kehidupan spiritual mereka. Heiler mengatakan bahwa doa adalah jantung dan pusat dari semua agama yang mengekspresikan kesalehan dasar dari kehidupan religius.² Doa bukan hanya sekedar permohonan atau pengungkapan kekhawatiran, tetapi juga merupakan bentuk persekutuan dengan Allah yang mengarah pada kedamaian batin. Dalam Filipin 4:6-7, doa disebut sebagai sarana untuk menyatakan permohonan, kekhawatiran, dan mengalihkan fokus hati serta pikiran pada Tuhan, yang membawa ketenangan. John Calvin mengajarkan bahwa doa adalah penghubung yang mendalam antara manusia dengan Allah, yang memungkinkan mereka untuk hidup dalam kesalehan dan menghormati hukum Tuhan.³

Namun, kenyataannya, banyak orang Kristen yang hanya berdoa ketika membutuhkan sesuatu atau saat berada dalam kesulitan. Padahal, doa seharusnya menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari yang terus-menerus, sebuah sarana memurnikan hati dan pikiran dari segala godaan dan kekuatiran duniawi. Di sinilah pentingnya doa Yesus, yang diajarkan oleh para Bapa Gereja, khususnya oleh Diadochos of Photike, yang pertama kali menekankan pentingnya doa terus-menerus dan kesunyian batin (*hesychia*). Menurut Diadochos, "siapa pun yang ingin menyucikan hatinya harus selalu mengingat Nama Yesus, dengan cara memberikan dirinya untuk berdoa setiap saat."⁴ Doa Yesus tidak hanya bertujuan untuk mengungkapkan permohonan, tetapi juga untuk mengundang kehadiran Allah dalam hidup kita. Kallistos Ware menjelaskan bahwa Doa Yesus dapat membawa kita kedalam keheningan batin, mengubah pikiran yang jahat dan duniawi menjadi fokus yang sepenuhnya kepada Allah. Dengan melibatkan Doa Yesus dalam kehidupan sehari-hari, kita dapat membebaskan pikiran dari gangguan dan menggantinya dengan pikiran Allah. sebagai hasilnya, doa ini tidak hanya mengubah pikiran, tetapi juga membawa pertobatan sejati, mendekatkan kita kepada Allah, dan menghidupkan doa batin yang sesungguhnya.

¹ Aprianus Lawolo, "Konsep Doa Puja Yesus Menurut Kallistos Ware," *ELEOS: Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 3, no. 16 (2023): 1-19.

² Jurnal Teologi, "Angelion" 3, no. 2 (2022): 137-147.

³ Ibid.

⁴ Lawolo, "Konsep Doa Puja Yesus Menurut Kallistos Ware."

Fenomena yang mendasari penelitian ini adalah kenyataan bahwa banyak orang Kristen saat ini mengalami kesulitan dalam menjaga kedamaian batin dan koneksi yang berkelanjutan dengan Tuhan, karena doa hanya dianggap sebagai ritual atau permohonan pada saat-saat tertentu. Oleh karena itu, penelitian ini berfokus pada pentingnya Doa Yesus sebagai sarana untuk mengembalikan komunikasi yang konstan dengan Allah, mengubah hati dan pikiran, serta membawa kedamaian batin yang sejati. Melalui doa ini, umat Kristen dapat menemukan kembali kedamaian dalam hidup mereka, menghidupkan iman mereka, dan menjaga fokus mereka pada Allah, bukan pada dunia yang sementara.

METODE PENELITIAN

Penulis menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi literatur. Studi literatur dalam penelitian kualitatif bertujuan memahami, mengkaji, dan menafsirkan fenomena tertentu berdasarkan berbagai sumber tertulis yang relevan.⁵ Metode ini dipilih untuk menggali pemahaman yang mendalam mengenai konsep Doa Yesus, terutama berdasarkan buku “Doa Yesus” karya Kallistos Ware dari Diokleia yang menjadi sumber utama dalam penelitian ini. Buku tersebut dipilih karena memberikan perspektif yang menarik dan relevan terhadap topik yang dibahas. Selain itu, untuk mendukung validitas hasil penelitian, penulis juga mengacu pada analisis data dalam penelitian kualitatif yang berfokus pada interpretasi mendalam dari data yang ada.⁶ Penulis melakukan pembacaan yang seksama terhadap buku tersebut, kemudian mengidentifikasi dan menganalisis berbagai poin penting yang dikemukakan dalam buku tersebut. Selain itu, penulis juga berkolaborasi dengan sumber-sumber sekunder lain, seperti tulisan dari para bapa gereja, ayat-ayat Alkitab, dan jurnal-jurnal akademik yang relevan, untuk memperkaya analisis dan memperdalam pemahaman mengenai Doa Yesus. Dalam proses analisis ini, penulis menyusun hasil temuan menjadi sub-sub poin yang terstruktur dengan jelas dan sistematis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Definisi doa Yesus

Doa Yesus merupakan sarana bagi umat Kristen untuk membangun hubungan pribadi dengan Allah melalui nama Yesus. Seperti yang dikatakan dalam Roma 10:13, “Sebab barangsiapa yang berseru kepada nama Tuhan, akan diselamatkan.” Ini berarti bahwa kuasa dan kehadiran Allah yang ada dalam nama Yesus, yang merupakan inti dari Doa Yesus, di mana umat percaya berseru kepada nama-Nya untuk pengampunan dan perjumpaan dengan Allah. Berdoa adalah satu bagian dari persekutuan manusia dengan

⁵ Frank C. Costigliola, “Library of Congress Cataloging in Publication Data,” *Awkward Dominion* (2019): 381–382.

⁶ Yvonna S. Lincoln Norman K. Denzin, *The SAGE Handbook of Qualitative Research Sage Handbook Of*, berilustrasi. (London: SAGE, 2011).

Heppy Agustina Harefa, Yaaro Harefa

Allah. Kallistos Ware mengatakan, Doa Yesus merupakan doa yang di ucapkan oleh bibir yang diajukan kepada Allah melalui perjumpaan pribadi dengan Allah yang merupakan penyatuan yang sejati antara pikiran dan hati manusia dengan Allah dan merupakan cara manusia masuk ke dalam rahasia doa yang hidup.⁷ C.H. Spurgeon berkata, “Doa sejati bukanlah semata-mata pelatihan mental, atau suatu olah vokal, tetapi jauh lebih mendalam daripada itu.⁸ Doa adalah persekutuan spiritual yang akrab dengan pencipta langit dan bumi. Doa pada intinya adalah persekutuan akrab dari dua hati. Doa Yesus dapat menjadikan manusia menjadi manusia sejati dan dapat melihat Allah dalam doa bahkan dapat bersatu dengan Allah. Doa adalah urusan spiritual dari awal hingga akhir, dan tujuan dan sasarannya tidaklah berakhir dengan manusia, tetapi mencapai kepada Allah. Jadi, bagi umat manusia yang mau bersatu dan berjumpa dengan Allah dapat dilakukan melalui doa Yesus yang di lakukan setiap saat.

Untaian Doa Yesus ada Empat. Ware mengatakan, Doa Yesus merupakan doa yang singkat dan padat yang dapat kita ucapkan yang didalamnya terdapat 4 untaian : seruan memohon belas kasihan yang penuh dengan cahaya dan harapan, di siplin pengulangan yang dapat membantu menyederhanakan pikiran, pencarian keheningan (*hesychia*), dan pemujaan terhadap Nama Kudus.⁹ Pemujaan atau berdoa dalam nama Kudus Yesus, bukan suatu yang formal doa, karena hal ini menunjukkan kepada suatu dasar doa. Dasar itu adalah pengetahuan tentang kehendak Tuhan.¹⁰ Dalam mengucapkan Doa Yesus manusia dapat memohon belas kasihan Allah baik dalam setiap pergumulan manusia maupun harapan, yang dapat disampaikan melalui doa Yesus dengan pikiran, hati dan jiwa yang fokus dan dalam keheningan. Tetapi sebelum memohon sesuatu kepada Tuhan, hendaklah kita menyelidiki apakah permohonan kita mempunyai dasar dalam Alkitab dan kehendak Tuhan. Misalnya Tuhan menghendaki supaya jiwa-jiwa yang tersesat diselamatkan. Sebab itu , kita dapat berdoa dengan tegas agar pribadi kita dan sesama dapat diselamatkan oleh Tuhan. Bagi manusia yang membutuhkan belas kasihan Allah, dapat menyebutkan doa Yesus secara rendah hati dan disiplin pengulangannya dan bukan asal-asalan.

Doa Yesus merupakan latihan batin untuk menjauhi pikiran jahat. Ware mengatakan, Doa Yesus merupakan doa yang dapat menyingkirkan pikiran jahat dan membiarkan nous berkonsentrasi dengan menyebut doa Yesus secara berulang-ulang. Mengucapkan nama kudus dapat membuat hati, pikiran dan jiwa manusia menjadi tenang yang dapat membawa manusia ke dalam doa keheningan batin.¹¹ Memperoleh doa keheningan batin, bukanlah hal mudah. Melainkan harus melalui doa Yesus dengan menyingkirkan segala hawa nafsu terlebih dahulu dan menyebut dengan sungguh-sungguh dan berkonsentrasi. Keheningan adalah sebuah sikap kewaspadaan yang penuh perhatian, keberjagaan, dan di

⁷ Hendi Wijaya, *DOA YESUS Kallistos Ware* (Purwokerto: STT SOTERIA PURWOKERTO, 2024).

⁸ Joseph M. Stowell, *Kemenangan Doa*, ed. Dr. Lyndon Saputra (Batam: Sammy Tippit, 2000).

⁹ Wijaya, *DOA YESUS Kallistos Ware*.

¹⁰ Nehemiah Mimery, *Rahasia Tentang Doa* (Mimery Presspene Penerbit Kristen Injil, 2000).

¹¹ Wijaya, *DOA YESUS Kallistos Ware*.

Heppy Agustina Harefa, Yaaro Harefa

atas segalanya adalah mendengarkan. Jadi, bagi manusia yang mau memperoleh doa batin harus mempersiapkan diri terlebih dahulu dengan sungguh-sungguh.

Doa Yesus merupakan tanda sebagai sosok kehadiran. Ware mengatakan, Doa Yesus merupakan doa yang menciptakan kehadiran Yesus di dalam kehidupan kita. Para bapa gereja mengatakan doa Yesus merupakan doa tanpa henti yang di ulang-ulang.¹² Merasakan kehadiran Yesus harus dibangun dengan menyebut doa Yesus, dengan menyebut nama kudus Yesus dengan hati yang sungguh-sungguh tanpa mendua hati dan menyebut doa Yesus tanpa henti. Merasakan kehadiran Yesus di dalam doa, harus dengan hati yang sungguh-sungguh dan dengan sikap rendah hati. Sikap yang tepat adalah sikap yang menggambarkan sifat atau keadaan hati kita. hati kitalah yang terpenting dalam doa. Keadaan hati seseorang yang sedang susah atau menderita, dengan sendirinya akan menggerakkan orang itu kepada sikap berlutut akan merendahkan diri dihadapan Tuhan dan memohon pertolongan daripada-Nya.¹³ Sebagai orang Kristen harus bisa membangun komunikasi dengan Allah dengan menyebut doa Yesus tanpa henti sehingga bisa merasakan sosok kehadiran Allah.

Menggunakan kebebasan dengan baik dan benar dalam pengucapan doa Yesus. Ware mengatakan, Doa Yesus merupakan doa yang memiliki kebebasan yang dapat di ucapkan dengan keras tetapi harus mencegah dari terlalu bersemangat yang membuat kita melupakan apa yang di ucapkan. Waktu dalam pengucapan doa Yesus tidak di tentukan karena tidak ada aturan yang baku dan memiliki kebebasan untuk mengulanginya. Doa Yesus dapat di ucapkan kapan saja, dan berapa lama pengucapannya tergantung kemampuan manusia, karena memiliki kebebasan. Yang terpenting dalam pengucapan doa Yesus itu adalah tanpa henti dan diulang-ulang. Doa Yesus merupakan doa tanpa henti yang di lakukan berulang-ulang. Sama seperti cerita seorang ibu yang menonton pertunjukkan anaknya di sebuah gedung konser yang hebat dalam lomba piano. Ibunya yang menjadi pengagum pianis besar itu telah rela membayar satu karcis dewasa untuk anak laki-laknya yang berumur tujuh tahun. Ia tahu anaknya akan bisa dan berani dalam perlombaan tersebut. Ketika anaknya tampil, mata ibu tersebut segera melayang ke piano di mana ia melihat anaknya yang berumur tujuh tahun sedang duduk di atas bangku piano yang disediakan untuk sang pianis. Permainan piano anak tersebut yang indah itu begitu mengharukan dan menggetarkan hati. Ketika permainannya sudah begitu lama, ibunya mendekat di panggung dan ia memberi semangat kepada anaknya. "Teruskan, nak. Jangan berhenti sekarang. Saya akan menolong dan mendukung kamu. Jangan berhenti sekarang. Teruskan!". Sama seperti kita manusia, seringkali kalau kita berdoa kita merasa bahwa kita sedang memainkan nada-nada piano. Tetapi Bapa kita yang di Sorga datang kepada kita, Ia mengetahui segala usaha manusiawi yang lemah, dan memberi semangat kepada kita, dengan berkata, "Teruskan, jangan berhenti memohon kepada-Ku. Aku akan mendengarkan

¹² Ibid.

¹³ Mimery, *Rahasia Tentang Doa*.

Heppy Agustina Harefa, Yaaro Harefa

seruanmu dan akan menolong kamu. Jangan berhenti! TERUSKAN!”¹⁴ Sebagai manusia yang sudah diberikan kebebasan, harus mempergunakannya secara baik dan benar, bukan malah meremehkan.

Doa Yesus merupakan doa pertobatan. Ware mengatakan, Doa Yesus merupakan doa yang mengarahkan kita dalam penyembahan “Tuhan Yesus Kristus, Anak Allah....” Dan pertobatan yang penuh syukur “....kasihanilah aku orang berdosa” yang berarti penuh dengan kesedihan dan juga sukacita, mengakui bahwa orang berdosa yang telah diampuni.¹⁵ Mengucapkan doa Yesus berarti mengakui dan sadar akan kesalahan yang telah di perbuat bahkan memilih untuk meninggalkan segala godaan hawa nafsu. Kehidupan seorang Kristen merupakan suatu perjuangan.¹⁶ Perjuangan melawan dosa, sifat kompromi dengan dosa, kesombongan, ketidaktaatan, hawa nafsu dan sebagainya. Apapun dosa itu, langkah pertama ialah pengakuan kepada Kristus. meminta pengampunan kepada-Nya terlebih dahulu (I Yohanes 1:9). Membuat pengakuan pribadi memerlukan kerendahan hati. Hal itu banyak resikonya, tetapi manfaatnya lebih besar. Bila kita sudah mengakui kesalahan dan dosa, kita sesungguhnya mulai bertumbuh secara rohani. sebagai manusia yang telah ditebus dosanya oleh Yesus Kristus di kayu salib, alangkah baiknya merendahkan diri di hadapan Kristus karena Dialah juruselamat dunia dan pencipta alam semesta.

Latihan Batin

Membuktikan kepercayaan kepada Allah dapat dilakukan dengan membersihkan nous (pikiran) dan mengucapkan Doa Yesus. Seperti yang dikatakan oleh Kallistos Ware, menyingkirkan gambaran dan pikiran yang mengganggu dengan mengucapkan Doa Yesus merupakan bukti kepercayaan dan menempatkan Yesus di latar depan, karena Dialah Sang Juruselamat yang agung dan tak terbatas.¹⁷ Gregory Palamas menegaskan bahwa doa puja Yesus adalah cara untuk menjaga hati dan pikiran dari godaan-godaan, sehingga dengan menyebut Doa Yesus dapat mendatangkan kehadiran Ilahi dan menempatkan Yesus sebagai pusat kehidupan.¹⁸ Doa Yesus dapat menjadi bukti kepercayaan manusia kepada Yesus karena di dalamnya terdapat nama kudus-Nya. Terdapat kuasa yang luar biasa dalam nama Yesus, sebagaimana tertulis dalam Roma 10:13, “Setiap orang yang berseru kepada nama Tuhan akan diselamatkan.” Kristus telah merendahkan diri-Nya bahkan sampai mati di kayu salib agar setiap manusia dapat memperoleh keselamatan melalui-Nya. Sebagai manusia yang telah ditebus oleh Yesus Kristus di kayu salib, sudah sepatutnya kita membuktikan rasa syukur dengan meletakkan kepercayaan hanya kepada Yesus serta menunjukkannya melalui kasih yang tulus, sebagaimana Yesus mengasihi manusia hingga rela mati demi mereka.

¹⁴ bobb Biehl & James W. Hagelanz, *Berdoa* (BandungKalam: Kalam Hidup, 1976).

¹⁵ Wijaya, *DOA YESUS Kallistos Ware*.

¹⁶ Hagelanz, *Berdoa*.

¹⁷ Wijaya, *DOA YESUS Kallistos Ware*.

¹⁸ Hisikia Gulo and Hendi Hendi, “Spiritualitas Doa Puja Yesus Menurut Bapa-Bapa Philokalia,” *Manna Rafflesia* 7, no. 2 (2021): 327–347.

Heppy Agustina Harefa, Yaaro Harefa

Mengucapkan doa Yesus dalam keheningan. Kallistos Ware mengatakan, dalam mengucapkan Doa Yesus sangat dibutuhkan keheningan. Dengan menciptakan keheningan kita akan menjadi manusia sejati.¹⁹ Keheningan (*hesychia*) bukan hanya sesuatu negatif juga merupakan sesuatu positif yang membawa sebagai sebuah sikap kewaspadaan yang penuh perhatian, keberjagaan, dan diatas segalanya adalah mendengarkan.²⁰ Menciptakan keheningan dalam berdoa akan membuat seseorang dapat fokus kepada satu nama yang kudus tanpa memikirkan hal duniawi yang mengganggu. Keheningan (*hesychia*) dianggap sebagai realisasi tertinggi dari kehidupan spiritual, di mana tubuh dan pikiran dibawa untuk perenungan yang menyadari kedamaian dimana merasakan kehadiran Allah.²¹ Keheningan bukanlah kondisi manusia hanya berdiam diri tanpa melakukan apa-apa melainkan sebagai manusia yang aktif mendengarkan serta terbuka kepada Allah. Mengucapkan doa Yesus akan membuat hati, jiwa, nous, dan pikiran manusia hening, dalam arti tidak memikirkan segala kejahatan bahkan dapat menolak hawa nafsu yang menggoda. Sebagai orang percaya harus bisa menciptakan yang namanya keheningan karena merupakan salah satu sumber utama kepribadian manusia.

Mengembara melalui doa Yesus. Kallistos Ware mengatakan, Doa Yesus dapat membawa kita untuk mengembara mengingat momen-momen terbaik kita dalam berdoa.²² Doa merupakan kekuatan mengagumkan yang ditempatkan oleh Tuhan yang Mahabesar di tangan orang-orang kudus-Nya, yang digunakan untuk mencapai tujuan besar, meraih bahkan mengingat moment-moment yang tak biasa.²³ Doa Yesus dapat menjangkau segalanya, menyentuh semua hal besar dan kecil baik dimasa depan maupun dimasa-masa moment terbaik manusia yang Tuhan sediakan bagi setiap manusia. Meskipun demikian kita harus bertahan dengan sungguh-sungguh dalam mengucapkan doa yesus dan mengembalikannya kepada pekerjaan doa. Dalam mengucapkan doa Yesus tentunya banyak godaan yang akan mengganggu, untuk itu manusia harus bisa mengendalikan nous, pikian, hati dan jiwa sehingga terhindar dari godaan hawa nafsu. Manusia harus bisa mengendalikan segala pikiran, nous, dan sebagainya sehingga bisa berdiam diri di hadirat Allah dengan hati yang sukacita.

Liturgi batin yang membawa kepada spiritual yang sempurna. Kallistos Ware mengatakan, para bapa gereja mengatakan melalui doa Yesus kita dapat melakukan liturgi batin yang membawa kita kembali kepada penciptaan, spiritual yang sempurna dan pembaharuan melalui rahmat yang diberikan kepada setiap orang.²⁴ Mengambil bagian dalam persekutuan dengan Allah sama dengan liturgi batin. Dengan bersekutu dengan Allah akan membawa manusia ke jalan yang benar dan meninggalkan dunia lama dan

¹⁹ Wijaya, *DOA YESUS Kallistos Ware*.

²⁰ Hendi Wijaya, *Inspirasi Kalbu 7* (Purwokerto: STT SOTERIA PURWOKERTO, 2023).

²¹ Gulo and Hendi, "Spiritualitas Doa Puja Yesus Menurut Bapa-Bapa Philokalia."

²² Wijaya, *DOA YESUS Kallistos Ware*.

²³ Sherly Mudak, "Makna Doa Bagi Orang Percaya," *Missio Ecclesiae* 6, no. 1 (2017): 97–111.

²⁴ Wijaya, *DOA YESUS Kallistos Ware*.

segala dosa hawa nafsu. Hati merupakan organ utama manusia yang paling dalam dan paling sejati. Menurut Boris Vysheslavtsev, hati adalah pusat kesadaran, dalam satu kata, itu adalah pusat mutlak.²⁵ Dengan hati dapat membuat seseorang menjadi peka untuk mengambil bagian dalam pekerjaan dalam melayani seperti liturgi batin yang membawa kepada spiritual yang sempurna. Dalam menyelesaikan sebuah pekerjaan batin/perjalanan batin, manusia dituntut untuk masuk kedalam pusat mutlak, yaitu turun dari akal ke dalam hati sehingga muncul kepekaan untuk ikut serta dalam setiap kegiatan rohanian. Sebagai orang percaya, marilah bersekutu dengan Allah, marilah memberikan diri di baptis supaya dapat mencapai spiritual yang sempurna.

Kedamaian Hati

Doa Yesus merupakan cara berdiam diri dan fokus kepada Yesus. Kallistos Ware mengatakan, Doa Yesus bukan sebuah meditasi pada kejadian-kejadian dalam kehidupan Kristus melainkan sebagai pintu menuju doa non-ikonik yang ketika manusia menggunakan doa Yesus manusia berusaha mendiamkan imajinasi, berdiam diri pada kehadiran-Nya, sehingga hanya fokus memikirkan Yesus sendiri.²⁶ Menuju doa non-ikonik dapat membuat pikiran, hati dan jiwa manusia hanya fokus kepada Allah dan melupakan segala pikiran-pikiran jahat dan hawa nafsu. Doa Yesus merupakan doa yang digunakan supaya mengubah si pendoa itu sendiri. Artinya doa puja Yesus mengubah orang percaya yang awalnya hidup di dalam pikiran yang jahat kini menguduskan dirinya dengan menaklukkan semua hawa nafsu di dalam hati dan menumbuhkan iman dengan berbagai kebajikan.²⁷ Hawa nafsu dan pikiran-pikiran jahat diibaratkan dengan monster yang selalu siap menerkam. Setiap manusia seharusnya harus bisa melalui pintu menuju doa non-ikonik supaya dapat menyelamatkan manusia dari setiap dosa hawa nafsu yang menggoda.

Merasakan rahmat dan kuasa Yesus melalui doa Yesus. Kallistos Ware mengatakan, nama Kudus Yesus merupakan hal yang mendasar bagi spiritual Doa Yesus yang dirasakan mengandung rahmat dan kuasa yang diberkahi dengan kekuatan sakramental.²⁸ “Tuhan Yesus Kristus Anak Allah, kasihanilah aku orang berdosa ini” merupakan isi doa puja Yesus.²⁹ Yang ketika mengucapkan nama Yesus sama artinya menghadirkan pribadi-Nya secara misteri ke dalam hati karena Roh Kudus bekerja sehingga doa tersebut menuju ke doa non-ikonik. Dengan menyebut nama kudus Yesus dapat membuat manusia merasakan kehadiran Yesus. Menyebut nama Yesus menghadirkan Kristus di dalam hati dan menguduskan sehingga menjadi hal yang sangat esensial bagi kehidupan orang percaya. Ketika menyebut nama Tuhan, bukan hanya kehadiran yang dapat dirasakan. Tetapi juga

²⁵ Lawolo, “Konsep Doa Puja Yesus Menurut Kallistos Ware.”

²⁶ Hendi Wijaya, *Doa Yesus Oleh Kallistos Ware* (Purwokerto: STT SOTERIA PURWOKERTO, 2023).

²⁷ Reinhard Florentino Sirait, Hanna Dewi Arintonang, and Iwan Setiawan Tarigan, “Kesalehan Ayub Dalam Kitab Ayub 2:1-13 Dan Refleksinya Bagi Orang Kristen Masa Kini,” *Jurnal Pendidikan Agama Katekese dan Pastoral (Lumen)* 2, no. 2 (2023): 34.

²⁸ Wijaya, *Doa Yesus Oleh Kallistos Ware*.

²⁹ Gulo and Hendi, “Spiritualitas Doa Puja Yesus Menurut Bapa-Bapa Philokalia.”

Heppy Agustina Harefa, Yaaro Harefa

akan mendapatkan keselamatan dari Tuhan. Seperti yang terdapat di dalam Roma 10:13 berkata, *"Sebab, barangsiapa yang berseru kepada nama Tuhan, akan diselamatkan."* Manusia tidak gampang untuk merasakan kehadiran Yesus, tetapi ada salah satu cara yang dapat dilakukan yaitu dengan menyebut nama kudus Yesus yang berupa doa Yesus bukan hanya asal-asalan tetapi harus dengan hati yang sungguh-sungguh dan menyebut doa Yesus berulang-ulang.

Doa Yesus merupakan kepenuhan di dalam Tuhan. Kallistos Ware mengatakan, mengucapkan doa Yesus dalam keheningan itu menandakan kepenuhan di dalam Tuhan. Keheningan tentang membuka hati hanya kepada Tuhan, mendorong setiap orang menyadari yang ilahi, dan menandakan kesadaran akan Allah.³⁰ Kepenuhan didalam Kristus akan membuat hati, pikiran, nous, dan jiwa manusia dapat merasakan kehadiran Allah. Hesychasm merupakan hal yang perlu dicapai melalui disiplin spiritual atau latihan doa dan berjaga-jaga secara terus-menerus tanpa henti,³¹ sehingga akan menciptakan kefokuskan terhadap doa tersebut dan tidak memikirkan lagi hal-hal duniawi yang mengganggu melainkan merasakan kehadiran Allah. latihan atau disiplin spiritual untuk menjaga hati, nous, pikiran dan jiwa manusia dari serangan atau provokasi si jahat. Keheningan juga mengajarkan manusia untuk bisa memohon belas kasihan yang dari pada Allah. Setiap orang percaya harus bisa membuka hati kepada Allah dengan menciptakan keheningan yang adalah mendorong manusia menyadari yang ilahi dan mengenal Allah lebih dalam lagi.

Melihat energi kekal Allah dari praktik doa Yesus. Kallistos Ware mengatakan, penglihatan akan cahaya yang adalah energi kekal dari Allah dapat kita lihat dalam praktik doa Yesus yang setia, karena doa Yesus dapat membawa kita menuju keabadian.³² Doa Yesus bukan hanya sekedar doa biasa melainkan doa yang membawa manusia kepada penyatuan kodrat manusia menjadi ilahi dengan Allah secara misterius sehingga mendapatkan keabadian. Doa puja Yesus, yang ditujukan kepada inkarnasi Firman adalah sarana untuk menyadari dalam diri sendiri misteri teosis, dimana pribadi manusia mencapai keserupaan sejati dengan Allah.³³ Doa Yesus dapat membuat manusia berkomunikasi dengan Allah bahkan dengan menyebut doa Yesus dengan hati yang sungguh-sungguh akan membuat manusia melihat Cahaya Rohani yang tidak diciptakan. Selain bisa dipakai saat doa juga Doa Yesus memiliki kuasa yang besar yaitu membawa manusia kepada kontemplasi³⁴ yang misterius terhadap Allah. Jadi, marilah menjadi manusia yang mempunyai hati yang sungguh-sungguh ketika berdoa karena doa bukanlah sekedar kata-kata yang dipergunakan, melainkan doa yang melibatkan hati dan pikiran.

³⁰ Wijaya, *Doa Yesus Oleh Kallistos Ware*.

³¹ Mega Dwi Yuniartika, "No Title הכינים לנגד שבאמת מה את לראות קשה הכינים", *דארץ* 4, no. 8.5.2017 (2022): 2003-2005.

³² Wijaya, *Doa Yesus Oleh Kallistos Ware*.

³³ Lawolo, "Konsep Doa Puja Yesus Menurut Kallistos Ware."

³⁴ Ibid.

Memperoleh kedamaian batin melalui Doa Yesus. Kallistos Ware mengatakan, manusia dapat memperoleh kedamaian batin melalui doa Yesus yang membuat kita menjadi alat perdamaian bagi orang lain, dan juga membuat perenungan kita menjadi aktif, dan tindakan kita menjadi kontemplatif.³⁵ Sebelum menjadi alat perdamaian bagi orang lain, temukan terlebih dahulu kedamaian tersebut dan periharalah. Kedamaian batin diperoleh dari Doa Yesus yang tanpa henti dan hidup doa dalam keheningan. Keheningan (*hesychia*) dianggap sebagai realisasi tertinggi dari kehidupan spiritual, sebuah kehidupan dimana tubuh dan pikiran dibawa ke perenungan dan kedamaian batin yang absolut untuk menyadari kedamaian dan keheningan yang luar biasa dimana dapat merasakan kehadiran Allah.³⁶ Sebagai manusia yang diciptakan serupa dengan Allah, marilah menemukan kedamaian batin tersebut, sehingga dapat juga mencapai keserupaan dengan Kristus. Karena gambar dan rupa manusia telah di blurkan oleh dosa, untuk itu marilah mencapai keserupaan dengan Kristus.

Doa Yesus merupakan cara untuk kembali kepada Allah. Kallistos Ware mengatakan, Doa Yesus dapat memampukan kita kembali kepada Allah, menjadi diri kita yang sebenarnya yaitu serupa dan segambar dengan Allah. Doa Yesus memang bukan jalan satu-satunya dan bukan jalan terbaik tetapi melalui doa Yesus dapat menolong banyak banyak orang, menolong dan mendorong manusia kejalan yang benar.³⁷ Allah memanggil manusia supaya dapat memberikan diri seluruhnya kepada Kristus, sehingga Allah berkehendak menyatukan manusia dengan diri-Nya dan berkarya di dalam diri orang percaya. Doa Yesus merupakan cara terbaik kembali kepada Allah, bertobat, berpaling, dan memutuskan untuk mengikut Kristus. Setiap manusia harus mengalami pertobatan dan purifikasi jiwa yang memusatkan hati manusia dalam kontemplasi di mana manusia bertobat kepada Kristus, kesucian hati dan doa puja Yesus, satu-satunya jalan untuk menyatu dengan Yesus Kristus.³⁸ Sebagai orang Kristen haruslah kembali kepada Allah, karena Allah yang telah menciptakan alam semesta. Kembali kepada Allah berarti meninggalkan kehidupan lama, dan memilih untuk memulai kehidupan baru.

Doa Milik Bersama

Doa Yesus merupakan doa yang simpel tetapi sangat memberkati. Di dalam doa Yesus mencakup kebenaran teologis yang mendalam sekaligus mengakui ketidaklayakan diri sendiri. St. Ignatius menganggap doa yang simpel dan singkat ini dapat dijadikan sebagai sarana untuk mengelabuhkan pikiran dan hati di hadirat Tuhan, memungkinkan persekutuan yang lebih dalam dengan-Nya.³⁹ Karena merupakan doa yang simpel dan singkat, maka orang yang mau belajar tentang doa ini akan mudah untuk menyebut. Kallistos Ware mengatakan, Doa Yesus dapat digunakan oleh semua orang karena tidak

³⁵ Wijaya, *Doa Yesus Oleh Kallistos Ware*.

³⁶ Gulo and Hendi, "Spiritualitas Doa Puja Yesus Menurut Bapa-Bapa Philokalia."

³⁷ Wijaya, *Doa Yesus Oleh Kallistos Ware*.

³⁸ Gulo and Hendi, "Spiritualitas Doa Puja Yesus Menurut Bapa-Bapa Philokalia."

³⁹ Refamati Gulo et al., "VIEWS : Jurnal Teologi & Biblilia" (n.d.).

memerlukan pengetahuan khusus dan persiapan dan dapat diucapkan bersama-sama dengan komunitas masing-masing mengucapkan dalam hati dan tidak dengan suara keras.

⁴⁰ Doa Yesus merupakan doa yang dapat diucapkan oleh semua orang, karena doa Yesus merupakan doa yang dapat diucapkan oleh semua orang bagi yang sungguh-sungguh mau belajar. Jadi, bagi setiap orang yang mau belajar dalam pengucapan doa Yesus tidak tertutup kemungkinan, baik itu yang kaya, miskin, berpendidikan, maupun tidak berpendidikan.

Doa Yesus juga merupakan doa bersama. Kallistos Ware mengatakan, Doa Yesus yang merupakan doa yang bersifat bersama karena kita selalu berdoa di dalam dan dengan keseluruhan komunitas “...kasihanilah kami”, bukan hanya berdoa untuk diri sendiri saja tetapi rasa peduli dan bukti cinta kepada sesama harus ada.⁴¹ Doa Yesus mengajarkan setiap orang yang mengucapkannya mempunyai hati yang peduli kepada sesama manusia, baik yang Kristen maupun yang non Kristen. Teruslah berkata dalam hati “Kristus adalah kasih”. Dengan cara ini, kamu akan mengasihi semua orang dan mengorbankan apa yang kamu anggap berharga, bahkan nyawa, demi kasih. St. Yohanes Krostadt mengatakan, hidupku di dalam Kristus.⁴² Hidup di dalam Kristus berarti hidup di dalam kasih, menyebarkan kasih seperti kasih Kristus kepada manusia. Sebagai orang Kristen, haruslah mempunyai hati yang peduli kepada komunitas. Sama seperti penulis yang hidup didalam dunia komunitas di STT soteria, yang mengajarkan penulis dari yang tidak peduli kepada sesama menjadi peduli. Begitu juga dengan doa Yesus, dapat mengubah yang tidak rendah hati dan peduli menjadi rendah hati.

Doa Yesus merupakan doa yang dapat menjadi sarana manusia memperdulikan orang lain dengan mendoakan. Kallistos Ware mengatakan, Mendoakan orang lain dalam menggunakan doa Yesus tidaklah harus menyebutkan nama satu persatu di hadapan Tuhan⁴³ tetapi bagaimana cara kita berfokus kepada Tuhan Yesus saja dan nama mereka yang tetap hadir di hati kita. Doa Yesus merupakan doa yang singkat namun juga merupakan doa yang dapat mendoakan sesama manusia “... Kasihanilah kami” tanpa menyebut nama, karena Tuhan tau isi hati setiap manusia. Yohanes Krisostomus berkata: “Seperti pohon akarnya kuat tidak dapat dicabut oleh badai, demikian doa yang berakar dan bersumber dari dasar hati naik ke langit dengan pasti dan tidak disesatkan oleh pikiran.”⁴⁴ Tuhan ada dimana-mana dan merupakan tuhan yang maha tau. Untuk itu, janganlah berbuat dosa. Berpalinglah dari dosa hawa nafsu dan biarkan Tuhan hadir di hati, pikiran, jiwa, dan nous.

Doa Yang Bebas (kebebasan)

Cara mempraktikkan Doa Yesus. Kallistos Ware mengatakan, Doa Yesus tidak hanya penggunaan tetap, melainkan ada juga doa bebas. Bebas berarti dimana saja, kapan saja,

⁴⁰ Wijaya, *DOA YESUS Kallistos Ware*.

⁴¹ Ibid.

⁴² Wijaya, *Inspirasi Kalbu 7*.

⁴³ Wijaya, *DOA YESUS Kallistos Ware*.

⁴⁴ Sihol Situmorang, “DOA Jalan Menuju Kontemplasi,” *Logos* 16, no. 1 (2019): 36–60.

dan berulang kali.⁴⁵ Dengan itu manusia diajarkan untuk terus mengingat Yesus dimana dan kapan saja. Doa Yesus tidak menuntun tempat dimana tempat pengucapannya. Tidak harus ditempat mewah, tempat ibadah, melainkan di mana saja, dan kapan saja. Baik itu ditempat tidur, tempat kerja, dan sebagainya. Berdoa dimana pun bisa tetapi harus dengan ketenangan hati dan benar fokus terhadap Kristus dan nous juga tidak kemana-mana melainkan tetapi fokus kepada Kristus. Berdoa tanpa henti dan dimana saja yang di kerjakan terus menerus dengan fokus akan mengendalikan perasaan, pikiran sehingga, setiap orang yang melakukan sesuatu pikirannya hanya terfokus kepada Tuhan bukan kepada duniawi. Js. Hesychios mengatakan, “Doronglah Nous anda terus menerus untuk berdoa dimana saja tanpa henti karena dengan itu anda akan menghancurkan pikiran jahat yang menimpa anda”.⁴⁶ Setiap orang yang percaya harus bisa menyebutkan doa Yesus secara berulang-ulang, karena dengan itu akan mengajarkan hati, pikiran, dan jiwa manusia hanya memikirkan Yesus saja.

Teknik dan Keperluan Dalam Doa Yesus

Berdoa dengan posisi yang sopan dan benar. Kallistos Ware mengatakan, Dalam mengucapkan doa Yesus haruslah dengan sopan, kaki tidak boleh disilangkan, tidak dengan emosi atau memaksakan, melainkan harus dengan rendah hati dan menempatkan diri pada kehendak-Nya.⁴⁷ Doa merupakan sebuah permohonan kepada Tuhan yang dilakukan dengan kerendahan hati tanpa menganggap diri hebat di hadapan Allah. Mareoli mengatakan bahwa doa adalah sebuah bentuk pernyataan dari ketergantungan manusia kepada Tuhan dalam segala hal, yang berarti setiap manusia yang berdoa kepada Allah tidak dapat memaksa kehendak Allah, tetapi melakukan apa yang Allah kehendakki. Afrahat mengatakan bahwa seseorang harus melakukan kehendak Allah di dalam doa.⁴⁸ Dalam melakukan kehendak Allah di dalam doa harus di sertai dengan kerendahan hati, merasa bahwa kita sangat membutuhkan kasih karunia Allah. Sehingga air mata yang sungguh-sungguh kepada Tuhan akan keluar dan mengalir secara alami yang dapat diterima sebagai anugerah dan berkat tambahan. Menerima anugerah bukan hal yang mudah. Bagaimana bisa manusia menerima anugerah padahal etika berdoa tidak ada? Untuk itu pribadi yang rendah hati sangat di butuhkan dan merupakan cara untuk menjadi anak-anak Allah sehingga bisa menerima anugerah yang dari Allah.

Teknik yang diperlukan dalam doa Yesus. Kallistos Ware mengatakan, Doa Yesus bukanlah pengulangan yang sia-sia tetapi jika diucapkan semestinya dengan teknik yang diperlukan yaitu, dengan rasa takut akan Allah, iman dan kasih yang menandakan bahwa kita hidup di dalam Yesus Kristus dan pribadi-Nya yang selalu hadir di dalam kehidupan

⁴⁵ Wijaya, *DOA YESUS Kallistos Ware*.

⁴⁶ Hisikia Gulo and Meiman Gulo, “Peranan Kekudusan Seorang Imam Menurut John Chrysostom Bagi Pendewasaan Iman Jemaat,” *ILLUMINATE: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristiani* 4, no. 2 (2022): 70–78.

⁴⁷ Wijaya, *DOA YESUS Kallistos Ware*.

⁴⁸ Teologi, “Angelion.”

kita.⁴⁹ Dalam menyebut doa Yesus yang sangat di perlukan adalah iman kepercayaan. Karena bagaimanapun kita menyebut doa Yesus tanpa iman, kasih, dan tanpa rasa takut itu sama saja kosong atau tidak ada gunanya. Kita dapat juga menggunakan doa puja Yesus sebagai doa pertobatan yang dilandasi dengan kerendahan hati menyukakan hati Allah jika itu dilakukan dalam takut akan Allah dan air mata yang menyesali semua dosa. Hendi menegaskan, bahwa Pertobatan yang dilandasi dengan iman, kasih, rasa takut akan Tuhan, dan kerendahan hati merupakan kunci pembaharuan spiritual seseorang untuk mencapai kesempurnaan dengan Kristus.⁵⁰ Sebagai orang Kristen, harus mempunyai iman yang setia sehingga menjadi manusia yang sejati dan bisa mencapai keserupaan dengan Kristus.

Sejarah Kemunculan Doa Yesus

Tokoh kunci dalam kemunculan Doa Yesus menurut para bapa gereja. Kallistos Ware mengatakan, Kemunculan Doa Yesus yang mengikat tiga dan empat untaian penyusunannya dari para bapa gereja ada yang memberikan penekanan frekuensi seruan khusus dalam doa Yesus dan ada juga yang tidak memberikan penekanan.⁵¹ Di mana seruan kepada Tuhan Yesus merupakan spiritual yang berpusat pada Yesus dan juga merupakan cara mengumpulkan perhatian yang terpencar dan memasukkannya kedalam keheningan. Gregory Palamas mengatakan, bahwa doa puja Yesus adalah doa yang menjaga hati dan pikiran terbebas dari hawa nafsu duniawi sehingga dengan menyebut nama Yesus, Roh Kudus bekerja di dalam hati manusia sehingga juga menciptakan keheningan. Mengucapkan doa Yesus dapat melatih dan membiasakan manusia untuk berkomunikasi bahkan berseru kepada-Nya dengan menyebut nama kudus yang berpusat kepada Yesus. Dalam menyebutkan doa puja Yesus secara fokus dan sungguh-sungguh, maka Allah akan bekerja di dalam diri manusia melalui energi ilahi yang masuk ke dalam hati untuk menerangi hati manusia sehingga manusia dipimpin oleh terang ilahi untuk menghasilkan perbuatan baik dalam mencapai keselamatan manusia atau penyatuan dengan Allah.⁵² Dengan munculnya doa Yesus dapat mempermudah orang-orang percaya dalam berseru dan memohon belas kasihan kepada Allah, karena merupakan doa yang singkat namun berpusat kepada Allah.

⁴⁹ Wijaya, *DOA YESUS Kallistos Ware*.

⁵⁰ Gulo and Gulo, "Peranan Kekudusan Seorang Imam Menurut John Chrysostom Bagi Pendewasaan Iman Jemaat."

⁵¹ Wijaya, *DOA YESUS Kallistos Ware*.

⁵² Yolin Ilo, "Konsep Iman Yang Benar: Iman Yang Hidup Di Dalam Roh Dan Bukan Hukum Taurat Menurut Galatia 3:1-5," *HARVESTER: Jurnal Teologi dan Kepemimpinan Kristen* 7, no. 2 (2022): 1-5.

KESIMPULAN

Doa merupakan suatu hal yang terus-menerus dilakukan, karena doa dapat membangun spiritual manusia. Berdoa bukan hanya ketika kita sedang dalam kesesakan atau kesulitan, melainkan setiap saat kita berdoa dan di manapun. Seperti Doa Yesus yang merupakan doa semua orang yang dapat dilakukan setiap saat secara berulang-ulang, membawa kita lebih dekat lagi kepada Tuhan di setiap perjalanan kehidupan kita. Doa Yesus dapat mengubah pikiran dan nous yang jahat menjadi pikiran Allah. Roh Kudus akan bekerja memulihkan pikiran dan nous kita ketika sungguh-sungguh mengucapkannya. Sehingga dengan pikiran dan nous yang bersih akan menciptakan kehadiran Allah di tengah-tengah kita dan kita memperoleh doa batin yang sesungguhnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Costigliola, Frank C. "Library of Congress Cataloging in Publication Data." *Awkward Dominion* (2019): 381–382.
- Gulo, Hisikia, and Meiman Gulo. "Peranan Kekudusan Seorang Imam Menurut John Chrysostom Bagi Pendewasaan Iman Jemaat." *ILLUMINATE: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristiani* 4, no. 2 (2022): 70–78.
- Gulo, Hisikia, and Hendi Hendi. "Spiritualitas Doa Puja Yesus Menurut Bapa-Bapa Philokalia." *Manna Rafflesia* 7, no. 2 (2021): 327–347.
- Gulo, Refamati, Sekolah Tinggi, Teologi Rajawali, Arastamar Indonesia, Hendarto Kusuma, Sekolah Tinggi, Teologi Rajawali, and Arastamar Indonesia. "VIEWS : Jurnal Teologi & Biblika" (n.d.).
- Hagelganz, bobb Biehl & James W. *Berdoa*. Bandung: Kalam Hidup, 1976.
- Ilo, Yolin. "Konsep Iman Yang Benar: Iman Yang Hidup Di Dalam Roh Dan Bukan Hukum Taurat Menurut Galatia 3:1-5." *HARVESTER: Jurnal Teologi dan Kepemimpinan Kristen* 7, no. 2 (2022): 1–5.
- Lawolo, Aprianus. "Konsep Doa Puja Yesus Menurut Kallistos Ware." *ELEOS: Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 3, no. 16 (2023): 1–19.
- Mimery, Nehemiah. *Rahasia Tentang Doa*. Mimery Presspene Penerbit Kristen Injil, 2000.
- Mudak, Sherly. "Makna Doa Bagi Orang Percaya." *Missio Ecclesiae* 6, no. 1 (2017): 97–111.
- Norman K. Denzin, Yvonna S. Lincoln. *The SAGE Handbook of Qualitative Research Sage Handbook Of*. Berilustra. London: SAGE, 2011.
- Sirait, Reinhard Florentino, Hanna Dewi Aritonang, and Iwan Setiawan Tarigan. "Kesalehan Ayub Dalam Kitab Ayub 2:1-13 Dan Refleksinya Bagi Orang Kristen Masa Kini." *Jurnal Pendidikan Agama Katekese dan Pastoral (Lumen)* 2, no. 2 (2023): 34.
- Situmorang, Sihol. "DOA Jalan Menuju Kontemplasi." *Logos* 16, no. 1 (2019): 36–60.
- Stowell, Joseph M. *Kemenangan Doa*. Edited by Dr. Lyndon Saputra. Batam: Sammy Tippet, 2000.
- Teologi, Jurnal. "Angelion" 3, no. 2 (2022): 137–147.

Wijaya, Hendi. *DOA YESUS Kallistos Ware*. Purwokerto: STT SOTERIA PURWOKERTO, 2024.

———. *Doa Yesus Oleh Kallistos Ware*. Purwokerto: STT SOTERIA PURWOKERTO, 2023.

———. *Inspirasi Kalbu 7*. Purwokerto: STT SOTERIA PURWOKERTO, 2023.

Yuniartika, Mega Dwi. "No Title הכי קשה לראות מה את לבאמת לנגד שבאמת מה את לבאמת מה את לבאמת." *קארן* 4, no. 8.5.2017 (2022): 2003–2005.