

**MENEMUKAN KETENANGAN BATIN DALAM PENGHAYATAN
SPIRITUALITAS TAIZÉ**

**Suatu Kajian Kritis Terhadap Pengalaman Peziarah UKDW Melalui Doa dan Nyanyian
Taizè**



OLEH:

MARCHELIN PRISCA SARUBANG

50210120

TESIS

**UNTUK MEMENUHI SALAH SATU SYARAT DALAM MENCAPAI GELAR
MAGISTER PADA FAKULTAS TEOLOGI UNIVERSITAS KRISTEN DUTA
WACANA**

DUTA WACANA

YOGYAKARTA

AGUSTUS 2024

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI/ TESIS/
DISERTASI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Sebagai sivitas akademika Universitas Kristen Duta Wacana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Marchelin Prisca Sarubang
NIM : 50210120
Program Studi : Magister Filsafat Keilahian
Fakultas : Teologi
Jenis Karya : Tesis

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Kristen Duta Wacana **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*None-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**MENEMUKAN KETENANGAN BATIN DALAM PENGHAYATAN SPIRITUALITAS
TAIZÉ**
**Suatu Kajian Kritis Terhadap Pengalaman Peziarah UKDW Melalui Doa dan Nyanyian
Taizé**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti/ Noneksklusif ini Universitas Kristen Duta Wacana berhak menyimpan, mengalih media/ formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama kami sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta
Pada tanggal : 12 Agustus 2023

Yang menyatakan

(Marchelin Prisca Sarubang)

NIM.50210120

LEMBAR PENGESAHAN

Tesis dengan judul:

**MENEMUKAN KETENANGAN BATIN DALAM PENGHAYATAN SPIRITUALITAS
TAIZÉ**
Suatu Kajian Kritis Terhadap Pengalaman Peziarah UKDW Melalui Doa dan Nyanyian
Taizé

Telah diajukan dan dipertahankan oleh:

MARCHELIN PRISCA SARUBANG
50210120

Dalam ujian Tesis Program Studi Magister Filsafat Keilahian Fakultas Teologi Universitas
Kristen Duta Wacana pada tanggal 30 Juli 2024 dan dinyatakan LULUS.

Dosen Pembimbing I


Pdt. Stefanus C. Haryono, MACF, Ph.D

Dosen Pembimbing II


Pdt. Dr. Jozef M. N. Hehanussa, M.Th

Dewan Penguji:

1. Pdt. Handi Hadiwitanto, Ph.D
2. Pdt. Stefanus C. Haryono, MACF, Ph.D
3. Pdt. Dr. Jozef M. N. Hehanussa, M.Th

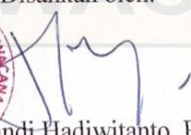
Tanda Tangan





Disahkan oleh:




Pdt. Handi Hadiwitanto, Ph.D
Kaprodi Filsafat Keilahian Program Magister

PERNYATAAN INTEGRITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa tesis ini adalah karya saya sendiri dan tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar magister di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam tesis ini dan disebutkan di dalam daftar Pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sejujurnya. Jika kemudian hari terdapat penyimpangan dari pernyataan ini, maka saya bersedia melepaskan gelar magister saya.

Yogyakarta, 13 Agustus 2024



Marchelin Prisca Sarubang

DUTA WACANA

KATA PENGANTAR

Soli Deo Gloria! Eksplorasi tentang pencarian diri sejati dengan melibatkan ketenangan batin bisa mencapai titik selesai dan dengan kesadaran penuh tulisan ini memiliki keunikan dan tantangan tersendiri. Setiap temuan yang tertuang dalam tulisan, konsep dan pengalaman yang dijabarkan seolah menjadi alarm dalam perjalanan batin penulis. Karena selama proses penulisan, mendalami spiritualitas Taizé membuka pintu-pintu pemahaman baru, tidak hanya secara intelektual tetapi juga secara eksperiensial. Sehingga setiap kekhawatiran yang dirasakan selama proses penulisan memberikan hasil yang baik, dan penulis juga bisa sampai pada ‘ketenangan batin’.

Terlepas dari semua itu, penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam tulisan ini masih terdapat kekurangan dari segi penyusunan kalimat, tata bahasa, maupun secara isi walaupun telah disusun dengan semaksimal mungkin. Tentunya dalam peziarahan ini penulis merasakan pertolongan Allah yang hadir melalui dukungan dan cinta dari orang-orang terdekat. Maka dengan hormat penulis haturkan terima kasih pada:

1. Kedua dosen pembimbing yakni Pdt. Stefanus C. Haryono, MACF, Ph.D (pembimbing 1) dan Pdt. Jozef M. N. Hehanussa, M.Th (pembimbing 2) yang dengan penuh kesabaran dan kemurahan hati membimbing layaknya seorang ‘ayah’. Tidak lupa juga Pdt. Handi Hadiwitanto, Ph.D sebagai penguji serta sebagai Kaprodi yang senantiasa berbaik hati untuk menjadi pendengar keluh kesah mahasiswa.
2. Dengan cinta yang sangat besar, kedua orang tua penulis yang dengan semangat mendorong penulis untuk melanjutkan studi serta donator pribadi terima kasih telah bersabar menunggu samapai di titik ini dan ketiga adik penulis sebagai suporter.
3. Para sahabat jauh maupun yang dekat, Pdt. Ananda, Risva, Soteria, Sherena, Sharon dan Advent walaupun terpisah ruang dan waktu, untuk setiap tawa dan sedih yang penulis bagi, setiap dukungan yang diberikan dan kebersamaan yang dilalui, terima kasih dari yang terdalam.
4. Kelima informan (peziarah UKDW) yang telah berbagi pengalaman selama melakukan perjalanan spiritualitas di Taizé dan kelompok DNTZ UKDW yang dengan kerendahan hati menerima penulis berdinamika dan berdiskusi bersama mengembangkan tulisan mengenai spiritualitas Taizé.
5. Mbak Marta dan bu Niken sebagai admin pasca sarjana yang dengan kebaikan hati telah membantu segala urusan administrasi dan teknis selama menempuh studi di UKDW.

6. *Last but not least*, sosok yang memiliki peran secara internal, teman diskusi, penyemangat selama proses penulisan, Gerry Nelwan, MAPS saya ucapkan terima kasih dengan penuh kesabaran menghadapi kondisi emosional penulis yang sulit ditebak (*moodswing*). Terima kasih telah menjadi partner terbaik dalam peziarahan hidup penulis.

Biarlah Kristus Sang Pemilik Kehidupan mengejawantahkan kasihNya kepada kita semua, terima kasih orang-orang baik.

Kaliurang, 13 Agustus 2024

Marchelin Prisca Sarubang



DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Lembar Pengesahan.....	ii
Pernyataan Integritas.....	iii
Kata Pengantar.....	iv
Daftar Isi.....	vi
Abstrak.....	viii

Bab 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Kerangka Teori.....	4
1.2.1 Pemikiran Thomas Merton.....	4
1.2.1.1 Doa Batin Menyatukan dengan Tuhan dan Sesama.....	6
1.2.2 Pemikiran Thomas Keating.....	8
1.2.2.1 Metode dan Tahapan Kontemplasi Dalam Ajaran Keating.....	9
1.2.2.2 Buah Kontemplasi: Transformasi Batin dan Penyatuan Mistik.....	11
1.3 Rumusan Masalah.....	13
1.4 Pertanyaan Penelitian.....	13
1.5 Tujuan Penelitian.....	13
1.6 Metode dan Metodologi	14
1.7 Sistematika Penulisan.....	14

Bab 2 KONSEP *TRUE SELF* DAN KONTEMPLASI

2.1 Pendahuluan.....	17
2.2 Thomas Merton.....	17
2.2.1 Tentang Diri (<i>The Self</i>).....	19
2.2.2 Kepalsuan Diri (<i>The False Self</i>).....	21
2.2.3 Diri Yang Sejati (<i>The True Self</i>).....	25
2.2.4 Doa Batin Sebagai Pemeriksaan Diri.....	29
2.2.5 Menelisik <i>True Self</i> Dalam Doa Kebatinan.....	33
2.3 Thomas Keating.....	35
2.2.1 Tradisi Kontemplatif Kristen.....	36
2.2.2 Intim Dalam Kontemplatif.....	39

2.2.3 Doa Keterpusatan Sebagai Terapi Ilahi.....	40
2.2.4 Visi Kontemplatif Dalam Konteks Masa Kini.....	42
2.3 Kesimpulan.....	43
Bab 3 PEZIARAHAN IMAN DALAM MENGHAYATI SPIRITUALITAS TAIZÉ	
3.1 Pengantar.....	45
3.2 Komunitas Taizé.....	46
3.2.1 Kehidupan Dalam Komunitas Taizé.....	48
3.2.2 Spiritualitas Taize.....	50
3.2.2.1 Sukacita (<i>Joy</i>).....	52
3.2.2.2 Kemurahan Hati (<i>Mercy</i>)	55
3.2.2.3 Kesederhanaan (<i>Simplicity</i>).....	57
3.3 Taizé Masuk di Indonesia.....	60
3.3.1 Pembentukan Kelompok Doa Meditatif (KDM) di UKDW.....	61
3.3.2 Kelompok Doa dan Nyanyian Taizé (DNTZ).....	63
3.4 Perjalanan Kontemplasi.....	64
3.5 <i>Parable of Community</i>	65
3.6 Menyingkap Jati Diri Dalam Keheningan.....	67
3.7 Mengejawantahkan Diri Sejati.....	70
3.8 Kesimpulan.....	73
Bab 4 MEMPERJUMPAKAN SPIRITUALITAS TAIZÉ DENGAN PERSPEKTIF MERTON DAN KEATING	
4.1 Pengantar.....	74
4.2 Analisis Konstruktif Teori dan Hasil Penelitian.....	74
4.2.1 Pendekatan Historis.....	76
4.2.2 Pendekatan Teologis.....	79
4.2.3 Pendekatan Antropologis.....	80
4.3 Resonansi Buah Kontemplasi: Menciptakan <i>Living Parable of Community</i>	83
4.4 Kontemplasi Sebagai Jalan Membangun Konsep Diri Yang Otentik.....	87
4.5 Kesimpulan.....	89
Bab 5 PENUTUP	
5.1 Kesimpulan.....	92
5.2 Saran.....	95
Daftar Pustaka.....	96
Lampiran I.....	102

ABSTRAK

MENEMUKAN KETENANGAN BATIN DALAM PENGHAYATAN SPIRITUALITAS

TAIZÉ: Suatu Kajian Kritis Terhadap Pengalaman Peziarah UKDW Melalui Doa dan

Nyanyian Taizé

Oleh: Marchelin Prisca Sarubang (50210120)

Penelitian ini mengeksplorasi perpaduan antara konsep *true self* Thomas Merton, pemikiran serta praktik kontemplasi Thomas Keating, dan spiritualitas komunitas Taizé sebagai jalan menuju perkembangan spiritual yang holistic dan otentik. Melalui lensa spiritualitas Taizé yang menekankan kesederhanaan, komunitas, dan doa kontemplatif, studi ini menyelidiki bagaimana pemahaman Merton tentang *true self* dapat diintegrasikan dengan metode Keating dalam doa keterpusatan. Fokus utama adalah pada bagaimana praktik-praktik kontemplatif Taizé, seperti pengulangan nyanyian meditatif dan periode keheningan yang panjang, dapat memfasilitasi perjalanan menuju *true self*, pendalaman hubungan dengan yang Ilahi, serta pendalaman kontemplasi pada konteks masa kini. Penelitian ini juga membahas bagaimana kunci dari spiritualitas Taizé – *joyful*, *mercy*, dan *simplicity* – mendeklarasikan nilai rekonsiliasi dan dapat memperkaya pemahaman tentang *true self* pada praktik kontemplasi. Dengan memadukan ketiga pendekatan Schniders, studi ini bertujuan untuk menawarkan perspektif baru tentang pertumbuhan spiritual dalam konteks komunitas yang beragam.

Kata kunci: *True self*, kontemplasi, spiritualitas Taizé, komunitas, rekonsiliasi

DUTA WACANA

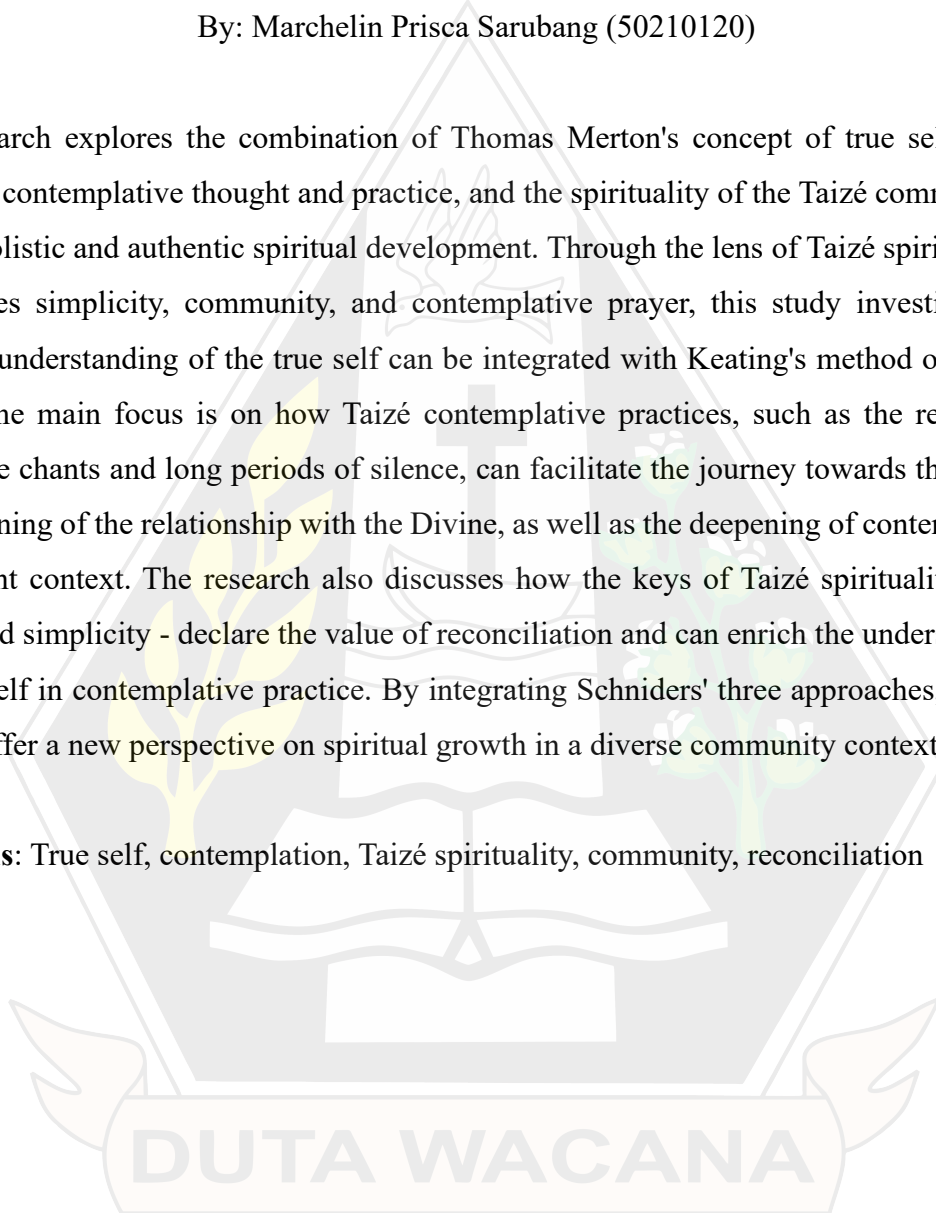
ABSTRACT

FINDING INNER PEACE IN THE APPRECIATION OF TAIZÉ SPIRITUALITY: A Critical Study of UKDW Pilgrims' Experiences Through Taizé Prayers and Chants

By: Marchelin Prisca Sarubang (50210120)

This research explores the combination of Thomas Merton's concept of true self, Thomas Keating's contemplative thought and practice, and the spirituality of the Taizé community as a path to holistic and authentic spiritual development. Through the lens of Taizé spirituality that emphasises simplicity, community, and contemplative prayer, this study investigates how Merton's understanding of the true self can be integrated with Keating's method of centering prayer. The main focus is on how Taizé contemplative practices, such as the repetition of meditative chants and long periods of silence, can facilitate the journey towards the true self, the deepening of the relationship with the Divine, as well as the deepening of contemplation in the present context. The research also discusses how the keys of Taizé spirituality - joyful, mercy, and simplicity - declare the value of reconciliation and can enrich the understanding of the true self in contemplative practice. By integrating Schniders' three approaches, this study aims to offer a new perspective on spiritual growth in a diverse community context.

Keywords: True self, contemplation, Taizé spirituality, community, reconciliation



DUTA WACANA

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Di Indonesia sendiri peran agama dalam dimensi religius sangat kuat pengaruhnya, apalagi berkaitan dengan kesejahteraan hidup masyarakat. Setiap agama di Indonesia memiliki kekhasannya masing-masing yang berorientasi pada pengembangan spiritualitas, dengan kesadaran bahwa aspek spiritualitas dapat menjadi sumber kekuatan bagi pribadi maupun komunitas dalam menghadapi permasalahan atau situasi sulit, penindasan, dan kegagalan yang mungkin dialami saat mengejar tujuan hidup¹. Contohnya dalam agama Buddha terkenal dengan istilah meditasi seperti Zazen yang melibatkan pengamatan pernapasan, kesadaran akan tubuh dan pikiran, tujuannya untuk mencapai pemahaman spiritual yang lebih dalam dan pengalaman kehadiran yang lebih penuh². Dari agama Islam melalui pelaksanaan shalat malam sebagai salah satu bentuk meditasi religius yang dipercaya dapat menyembuhkan secara jasmani-rohani³. Richard Foster mengungkapkan bahwa “Meditasi merupakan bagian utama dari ibadah Kristen”⁴, karena melalui meditasi dalam ibadah pribadi, seseorang diarahkan untuk memasuki kehadiran Tuhan yang hidup. Dalam momen bermeditasi selama ibadah, setiap pribadi akan memasuki suatu fase di mana mereka merasakan kehadiran Allah yang berbicara secara terus-menerus⁵.

Banyaknya cara untuk mendalami spiritual dengan ritus agama yang ada, ternyata tidak menentukan kondisi kehidupan manusia yang beragama selalu baik-baik saja. Realita yang terjadi seringkali muncul persoalan terkait krisis identitas dan kehilangan makna eksistensial bagi sebagian masyarakat. Fenomena ini diperparah oleh gaya hidup modern yang cenderung materialistis dan mengutamakan pencapaian prestise semata. Tidak sedikit orang yang hidup dalam kondisi *false self*⁶ atau diri yang palsu, tercerabut dari eksistensi otentik mereka yang

¹ J. B. Banawiratma, *Spiritualitas Transformatif: Suatu Pergumulan Ekumenis* (Yogyakarta: Kanisius, 1990), 57.

² Deborah Sprague, “Reclaiming the Integration of Body and Mind,” *University of Hawai’i Press on Behalf of Society for Buddhist-Christian Studies* 33 (2013): 101–13, <http://dx.doi.org/10.1353/bcs.2013.0023>.

³ Pebby Julian Saputra, M. Amin Sihabuddin, and Neni Noviza, “Terapi Shalat Tahajud Dalam Penyembuhan Berbagai Penyakit,” *Cons-Iedu* 3, no. 1 (June 2023): 37, <https://jurnal.iuqibogor.ac.id/index.php/cons-iedu/article/view/517/397>.

⁴ Richard Foster, *Tertib Rohani, Sudahkan Anda Menapakinya?*, terj. (Malang: Gandum Mas, 2005), 28.

⁵ Alfius Areng Mutak, “Disiplin Rohani Sebagai Praktek Ibadah Pribadi,” *Sola Gratia* 4, no. 1 (2016): 10, <https://doi.org/10.47596/solagratia.v4i1.45>.

⁶ Jerry Wagner, “The Real Self and The False Self – Psychological And Spiritual Perspectives” (The Enneagram Spectrum of Personality Styles, n.d.), https://enneagrampectrum-com.translate.google/1545/the-real-self-and-the-false-self-psychological-and-spiritual-perspectives/?_x_tr_sch=http&_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc.

sejati. Tulisan dari Dewi Nur Ambadra mengkaji “Gaya Hidup Hedonis Mahasiswa” dari perspektif psikologi, dari tulisan tersebut faktor kuat yang mempengaruhi kehidupan seseorang adalah lingkungan tempat dimana seseorang berada. Selain itu, dunia media sosial menjadi patron pada generasi muda sekarang ini. Il Bong Mun dan Hun Kim meneliti “Influence of False Self-Presentation on Mental Health and Deleting Behavior on Instagram”, dari tulisan ini menjelaskan bahwa pengguna sosial media (instagram) memiliki peluang untuk menampilkan keseharian, kepemilikan, bahkan setiap pencapaian untuk di *share* di ruang publik. Akibatnya tidak sedikit orang menampilkan *self-presentation* yang tidak sesuai dengan realitas kehidupannya dikarenakan ada kepuasan popularitas yang kemudian berdampak pada mental seseorang⁷.

Dunia modern yang semakin kompleks dan cepat berubah telah membawa berbagai tantangan baru bagi umat manusia. Kemajuan teknologi, globalisasi, dan tuntutan sosial-ekonomi yang semakin tinggi telah menciptakan lingkungan yang penuh tekanan dan kecemasan. Di tengah hiruk-pikuk kehidupan yang semakin berkembang, arus informasi yang dapat diakses dimana saja, dan tingginya ekspektasi masyarakat membuat banyak orang mengalami kesulitan dalam menemukan ketenangan batin. Di sisi lain, tradisi kontemplasi dan spiritualitas yang kaya terdapat di Indonesia di berbagai agama yang ada, namun seringkali kurang terapresiasi di tengah hiruk pikuk kehidupan masa kini. Praktik kontemplasi dipandang kuno dan kurang relevan bagi sebagian kalangan, apalagi dikalangan anak muda sekarang contoh konkretnya bagi pemuda kristen. Hampir setiap pemuda/i lebih cenderung menyukai bentuk ibadah yang kontemporer dibandingkan kontemplasi. Dalam hal ini penulis melihat bahwa menawarkan jalan untuk mengenyahkan *false self* dan menemukan *true self* melalui penyadaran diri akan kehadiran Yang Ilahi di dalam eksistensi kita⁸. Sehingga hipotesis penulis bahwa pengalaman para peziarah akan memberikan pencerahan tentang pentingnya kontemplasi dalam menemukan jati diri.

Universitas Kristen Duta Wacana (UKDW) salah satu lembaga perguruan tinggi yang memiliki perhatian terhadap kesehatan mental mahasiswa, dosen dan juga para staf pegawai. Hadirnya Lembaga Pelayanan Kerohanian, Konseling, dan Spiritualitas Kampus (LPKKSK) menjadi respon dalam lingkup universitas untuk terlibat dalam mewadahi kesehatan mental dan spiritual dengan mengelola pelayanan secara integral yang meliputi pelayanan kerohanian,

⁷ Il Bong Mun and Hun Kim, “Influence of False Self-Presentation on Mental Health and Deleting Behavior on Instagram: The Mediating Role of Perceived Popularity,” *Frontiers in Psychology* 12 (April 2021), <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2021.660484>.

⁸ Petrus Tunjung Kesuma, “Dinamika Relasi Manusia Dengan Allah Menurut Thomas Merton,” *Orientasi Baru* 20, no. 1 (April 2011): 5, <https://e-journal.usd.ac.id/index.php/job/article/view/1272>.

konseling-pastoral, serta pengembangan spiritualitas. Saat ini juga UKDW mengembangkan kelompok meditatif dengan model Taizé yang dikenal dengan kelompok DNTZ.

Para peziarah UKDW yang pernah menjadi volunteer ke Taizé akan menjadi subjek penelitian guna melihat keterlibatan di dalamnya sekaligus mengeksplorasi lebih dalam tentang bagaimana kehidupan mereka setelah kembali ke tempat asal sampai dengan hari ini dengan melihat dari kacamata spiritualitas Taizé apakah mempengaruhi perkembangan secara spiritual yang mengarah kepada penemuan jati diri. Dalam era yang dipenuhi dengan tantangan mental dan emosional, penelitian ini memiliki relevansi yang besar dalam memahami bagaimana spiritualitas kolektif dapat berperan dalam memperoleh ketenangan batin yang berdampak pada penemuan jati diri. Dengan meneliti apakah konsep *true self* terbangun dalam konteks komunitas Taizé, kita dapat mendapatkan wawasan yang lebih baik tentang bagaimana praktik-praktik spiritual seperti doa, musik meditatif, dan refleksi dapat membentuk identitas dan persepsi diri individu. Selain itu, penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan intervensi atau program-program kesehatan mental yang berbasis spiritual, diharapkan dapat digunakan membantu pribadi dalam pengembangan diri dan meningkatkan ketenangan batin secara keseluruhan. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memberikan wawasan yang berharga tentang pengalaman spiritual para peziarah UKDW, tetapi juga dapat memiliki dampak yang positif dalam konteks kesehatan mental dan kesejahteraan dalam konteks gereja.

Peribadatan yang bersifat kontemplasi seperti ini jarang ditemukan di lingkungan gereja-gereja bagian timur, salah satunya Gereja Kristen di Luwuk Banggai (GKLB). Ibadah Taizé menawarkan model ibadah berbeda dengan ibadah minggu atau ibadah pastoral yang kita kenal pada umumnya, adanya eufoni antara musik dan nyanyian jemaat dalam keheningan yang saling memperkuat satu sama lain dan menghasilkan nuansa meditatif. Penggunaan pola repetitif dalam menyanyikan nyanyian meditatif Taizé juga menjadi unsur krusial yang mendukung jemaat dalam proses meditasi dan doa untuk mendapatkan ketenangan batin⁹. Menarik untuk diteliti karena penulis melihat model ibadah ini menarik semua kalangan baik interkultural dan intergenerasi. Penulis mendorong Gereja sebagai lembaga yang sangat berperan dalam kekristenan agar memperhatikan pengembangan spiritual sehingga bagaimana umat mendapatkan ketenangan batin melalui jalan spiritual salah satunya dari model ibadah Taizé.

⁹ Christya Putri Adinda, "Musik Dan Nyanyian Meditatif Pada Ibadah Taizé Di Seminari Tinggi Santo Paulus Kentungan Yogyakarta" (Yogyakarta, Institut Seni Indonesia, 2016), 4. Perpustakaan Institut Seni Indonesia.

Sejauh penelusuran literatur terkait topik ibadah Taizé, penulis menemukan beberapa penelitian seperti, tulisan Martopo¹⁰ meneliti musik Taizé yang digunakan dalam ibadah adorasi dan kegiatan ekumenis serta memiliki nilai transendentalisme. Tulisan Bella, dkk¹¹ yang menekankan pentingnya sikap murah hati, kesederhanaan, dan ketangguhan dalam menghadapi persoalan dalam memaknai hidup dari nilai-nilai yang terkandung dalam spiritualitas ibadah Taizé. Kemudian tulisan Kristiantoro¹² menyoroti kegiatan spiritualitas Taizé yang hanya diseminarkan tetapi prakteknya sangat jarang dalam kehidupan. Dalam tulisan ini akan mencoba menggali spiritualitas Taizé yang dihidupi oleh sampel bertujuan dan melihat dimensi konsep tentang kontemplasi dengan corak ibadah Taizé yang meditatif, kemudian tulisan ini dapat memberikan kontribusi pada gereja bahwa selain bentuk ibadah yang protokoler ada juga ibadah-ibadah kontemporer yang perlu dipertimbangkan sebagai jalan spiritualitas salah satunya ibadah meditatif model Taizé.

1.2 Kerangka Teori

1.2.1 Pemikiran Thomas Merton

Dalam spiritualitas dan pemahaman kontemplatifnya, Thomas Merton membedakan antara *True Self* (Diri Sejati) dan *False Self* (Diri Palsu)¹³. Kedua konsep ini menjadi inti dari pemahaman Merton tentang eksistensi manusia (*the self*).

1. *True Self* (Diri Sejati)

Dalam pandangan Merton, *true self* adalah inti spiritual terdalam dari diri manusia yang merupakan cahaya kehadiran Tuhan itu sendiri¹⁴. *True self* ini bukanlah konstruksi buatan manusia, melainkan suatu anugerah ilahi yang hadir dalam setiap insan sejak awal penciptaannya. *True self* adalah pribadi otentik yang termanifestasi dalam kualitas kebijaksanaan, kerendahan hati, cinta kasih tak bersyarat, ketulusan, dan kesadaran akan kesatuan dengan seluruh ciptaan.

¹⁰ Hari Martopo, "Role of Taizé Music in Catholic Adoration and Protestant Ecumenical Community in Yogyakarta," *Journal of Urban Society's Arts* 8, no. 1 (April 2021).

¹¹ Victor Johannes Bella, Markus Wibowo, and Siguti A Sianipar, "Pendidikan Spiritual Melalui Peribadatan Taize di GMIM Sion Tomohon," *Clef: Jurnal Musik dan Pendidikan Musik* 2, no. 2 (Desember 2021): 97–107, <https://doi.org/10.51667/cjpm.v2i2.720>.

¹² Sony Kristiantoro, "Spiritualitas Doa Kontemplatif: Lebih Banyak Diseminarkan Daripada Dipraktikkan (Belajar Dari Praktik Spiritualitas Doa Kontemplatif Model Taize Di Gereja Kristen Indonesia Soka Salatiga)," *Veritas Lux Mea* 2, no. 2 (2022): 121–34, <http://dx.doi.org/10.59177/veritas.v2i2.87>.

¹³ Thomas Merton, *New Seeds of Contemplation* (New York: a New Directions Publishing, 2007), 8.

¹⁴ Merton, *New Seeds*, 8.

Menurut Merton, *true self* adalah identitas otentik dan hakiki dari manusia yang bersumber dari hubungannya dengan Tuhan sebagai Sang Pencipta¹⁵. *True self* ini merupakan esensi spiritual yang diberikan Tuhan kepada setiap individu sebagai anugerah. Ciri-ciri *true self* antara lain:

- Bersifat damai dan penuh cinta kasih kepada semua ciptaan
- Menyadari kesatuan dengan seluruh ciptaan dan Yang Ilahi
- Hidup dalam kerendahan hati dan kebijaksanaan
- Merefleksikan gambar dan rupa Allah dalam dirinya

Merton menegaskan bahwa *true self* adalah realitas terdalam dari manusia sebagai gambar dan rupa Allah¹⁶, yang kehadirannya di dunia merefleksikan kehendak dan karya kreatif Sang Pencipta. Menemukan dan menghidupi *true self* berarti mewujudkan panggilan ilahi terdalam untuk menjadi diri sejati sebagaimana dikehendaki Allah. Pencarian *true self* ini mengarah pada pencarian akan Allah, maka dari itu ketika kita menemukan Allah berarti kita telah menemukan diri sejati¹⁷. Dengan kata lain keberadaan dan esensi sejati manusia sebagai makhluk hidup hanya dapat ditemukan dan direalisasikan melalui hubungan dengan Kristus. Hanya dengan menjadi satu dengan Kristus, manusia dapat menemukan makna dan tujuan hidup yang sesungguhnya serta mencapai perwujudan diri yang utuh sebagai manusia seutuhnya. Jadi, identitas manusia yang sejati, yang membuat manusia menghidupi kodrat dan tujuan penciptaannya, hanya bisa diperoleh dalam persatuan dengan Kristus.

2. *False Self* (Diri Palsu)

False self adalah identitas semu yang diciptakan manusia untuk menutupi *true self*¹⁸. *False self* terbentuk dari ambisi, obsesi, dan ekspektasi duniawi seperti kebanggaan, keinginan akan status, kekayaan, kekuasaan, dll¹⁹. Di sisi lain, *false self* merupakan ilusi diri yang diciptakan manusia sendiri sebagai bentuk penolakan dan pelarian dari *true self*. *False self* adalah mengarah pada pribadi yang hidup dalam dusta dan khayalan demi memenuhi nafsu keakuan²⁰. Ciri-ciri *False Self* antara lain:

¹⁵ Merton, *New Seeds*, 8–9.

¹⁶ Merton, *New Seeds*, 40.

¹⁷ Merton, *New Seeds*, 33.

¹⁸ Kesuma, “Dinamika Relasi,” 38.

¹⁹ Merton, *New Seeds*, 9.

²⁰ Merton, *New Seeds*, 27.

- Bersifat egosentris dan mengandalkan diri sendiri
- Hidup dalam kepalsuan dan ilusi kehidupan semu
- Terjebak dalam ambisi dan hasrat duniawi belaka
- Terpuruk dalam kegelisahan dan kehampaan eksistensial

Merton mengkritik *false self* sebagai bentuk penipuan diri, kehidupan semu yang tercerabut dari realitas eksistensial sejati²¹. *False self* menampilkan topeng yang terus diperbarui demi mengikuti tren dan citra populer, namun tak pernah didasari kebenaran yang otentik²². Akibatnya, seseorang yang hidup dalam *false self* terbelenggu dalam kegelisahan, kehampaan batin, serta terpisah dari kesadaran spiritualnya sendiri.

Menurut Merton, manusia modern cenderung hidup dalam kondisi False Self yang membelenggu mereka²³. Untuk menemukan kembali *true self*, seseorang harus mengenyahkan *false self* melalui praktik kontemplasi, keheningan, dan pengosongan diri dari obsesi duniawi. Dengan menemukan dan mewujudkan *true self*, manusia akan mengalami kehidupan yang otentik, utuh, damai, dan bermakna sesuai kehendak Tuhan. Inilah tujuan perjalanan spiritual yang ditawarkan Merton kepada umat manusia. Dan tugas utama manusia, menurut Merton adalah melepaskan diri dari *false self* dan menemukan kembali kedalaman serta kemurnian *true self*. Melepas belenggu *false self* yang melekat pada diri mungkin tidak mudah seperti perjalanan yang dialami oleh Merton, namun ketika manusia sampai di tahap melepaskan dari keterasingan maka manusia dapat mengalami transformasi menuju eksistensi sejati, utuh, dan otentik sesuai rancangan ilahi Sang Pencipta²⁴.

1.2.1.1 Doa Batin Menyatukan dengan Tuhan dan Sesama

Dalam pandangan Merton, doa mental adalah suatu bentuk doa kontemplatif yang melibatkan penggunaan pikiran untuk fokus pada Tuhan dan untuk terlibat dalam dialog dengan-Nya²⁵. Dia percaya bahwa doa mental tidak terbatas pada waktu atau tempat tertentu, tetapi harus menjadi proses yang terus menerus untuk mencari kehadiran Tuhan dalam semua aspek kehidupan. Merton juga

²¹ Merton, *New Seeds*, 30.

²² Merton, *New Seeds*, 35.

²³ Merton, *New Seeds*, 35.

²⁴ Merton, *New Seeds*, 40.

²⁵ Merton, *New Seeds*, 149.

menekankan pentingnya melepaskan diri dari pikiran dan emosi, mendorong setiap pribadi untuk melepaskan keterikatan mereka dengan hal yang di luar diri dan fokus pada kehadiran Tuhan di dalam diri mereka.

Thomas Merton memandang doa batin sebagai jalan untuk mencapai kesatuan dengan Tuhan, alam semesta, dan sesama manusia. Melalui doa batin, seseorang melepaskan belenggu ego, ambisi duniawi, dan keterikatan pada hal-hal sementara "...by deepening our knowledge and love of God in meditation and active forms of prayer, as well as by setting our wills free from attachment to created things."²⁶ Untuk mencapai kedalaman doa batin, bagi umat yang belum memiliki pengalaman dengan keheningan perlu mengembangkan disiplin pikiran: "The best thing beginners in the spiritual life can do, after they have really acquired the discipline of mind that enables them to concentrate on a spiritual subject and get below the surface of its meaning and incorporate it into their own lives"²⁷. Artinya adalah ketika kita melakukan doa batin perlu memahami dengan benar tujuannya. Merton melihat bahwa beberapa orang melakukan doa batin agar mendapatkan inspirasi atau ide-ide terkait kehidupan, atau terkait dengan spiritualitas mendalami keyakinan pribadi. Melampaui dari pikiran manusia, doa batin ini berfokus untuk mengajarkan setiap pribadi memperhatikan diri sendiri²⁸.

Berhubungan dengan diri sendiri pandangan Merton ini berfokus dengan pencarian dan penemuan true self (diri sejati). Melalui doa batin, seseorang melepaskan diri palsu (false self) yang dibentuk oleh ego, ambisi, dan keterikatan duniawi. Sebaliknya, doa batin memungkinkan individu menemukan pusat keberadaannya yang paling dalam, yaitu diri sejati yang terhubung dengan Tuhan. Proses ini membawa transformasi batin yang mendalam, dimana seseorang mengalami kebebasan sejati dan kesatuan dengan Yang Ilahi. Tugas setiap pribadi adalah hidup untuk mewujudkan identitas diri, jati diri yang sesungguhnya dalam perjalanan hidup yang kontemplasi²⁹.

²⁶ Merton, *New Seeds*, 149.

²⁷ Merton, *New Seeds*, 150.

²⁸ Merton, *New Seeds*, 151.

²⁹ Jim Griffin, "The Engaged Contemplative Spirituality Of Thomas Merton," *Metaphysics & Spirituality* (blog), 2017, https://besharamagazine-org.translate.goog/metaphysics-spirituality/jim-griffin-the-engaged-contemplative-spirituality-of-thomas-merton/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc.

Tiga poin penting mengenai pandangan Thomas Merton tentang doa batin yang menyatukan dengan Tuhan dan sesama manusia:

1. Doa Batin sebagai Jalan Menuju Kesatuan dengan Tuhan

Merton melihat doa batin sebagai jalan untuk memasuki kedalaman relasi dengan Tuhan. Melalui doa batin, seseorang melepaskan diri dari belenggu ego, ambisi duniawi, dan keterikatan pada hal-hal sementara untuk mengalami penyatuan mistik dengan Sang Ilahi. Doa batin memungkinkan jiwa manusia bersatu dengan kehendak dan kehadiran Tuhan dalam keheningan dan kekosongan batin.

2. Penghayatan Kesatuan dengan Seluruh Ciptaan

Bagi Merton, menemukan kesatuan dengan Tuhan melalui doa batin berimplikasi pada penghayatan kesatuan dengan seluruh ciptaan Tuhan. Ketika seseorang terhubung dengan pusat keberadaannya yang sejati dalam Tuhan, ia juga akan mengalami persatuan dengan alam semesta dan seluruh makhluk hidup yang diciptakan oleh Tuhan. Doa batin membawa seseorang pada penghayatan kesatuan kosmik yang mendalam.

3. Solidaritas dan Persaudaraan dengan Sesama Manusia

Merton percaya bahwa doa batin yang menghantarkan pada kesatuan dengan Tuhan juga membawa dampak pada persaudaraan dan solidaritas dengan sesama manusia. Ketika seseorang mengalami penyatuan dengan sumber kehidupan, ia akan menyadari keterkaitan yang mendalam dengan seluruh umat manusia sebagai satu keluarga besar ciptaan Tuhan. Doa batin menumbuhkan rasa kasih dan kepedulian yang universal terhadap sesama, terutama kepada diri sendiri dan perwujudan jati diri sendiri.

1.2.2 Pemikiran Thomas Keating

Thomas Keating adalah seorang rahib Trappist dan tokoh spiritual kontemporer, memiliki pandangan yang mendalam tentang kontemplasi³⁰. Baginya, kontemplasi bukan sekedar aktivitas mental atau intelektual, melainkan sebuah pengalaman kesatuan dengan Tuhan yang melampaui konsep atau pemikiran³¹. Kontemplasi merupakan jalan menuju penyatuan mistik dengan Yang Ilahi dalam kedalaman hati

³⁰ 'Thomas Keating', Wikipedia, June 26, 2024

<https://docs.google.com/document/d/1uHWRwHBA8rsFiUuYT19Jp-8vbMoBGC6j9N0XTI7CgvI/edit>.

³¹ Thomas Keating, *Open Mind Open Heart - Dimensi Kontemplatif Injil*, terj. (Yogyakarta: Kanisius, 2004), 6.

manusia. Dalam buku *“Open Mind Open Heart”* Keating mengembangkan sebuah metode kontemplasi yang disebut *“Centering Prayer”* atau Doa Monologis. Metode ini melibatkan penyerahan diri secara total kepada Tuhan dengan mengosongkan pikiran dari kata-kata, gambaran, dan konsep³². Dengan membuka diri sepenuhnya kepada kehadiran Ilahi dalam keheningan batin, seseorang dapat memasuki pengalaman kontemplasi yang sejati.

Salah satu aspek penting dalam kontemplasi menurut Keating adalah transformasi batin dan penyembuhan luka-luka batin³³. Melalui praktik kontemplasi, seseorang dapat melepaskan keterikatan pada ego, kecemasan, dan pola-pola pikiran negatif yang menghambat pertumbuhan spiritual. Ini memungkinkan individu untuk mengalami kebebasan dan kedamaian batin yang sejati. Keating menekankan bahwa kontemplasi bukanlah sebuah tujuan akhir, melainkan sebuah perjalanan yang membutuhkan kesabaran dan ketekunan³⁴. Ia menyerukan agar orang-orang tidak hanya berhenti pada tahap intelektual atau emosional, tetapi terus menerus mengarahkan diri menuju pengalaman kesatuan dengan Tuhan dalam kedalaman hati.

Bagi Keating, kontemplasi adalah jalan menuju kehidupan yang dipenuhi kasih dan belas kasihan. Ketika seseorang mengalami penyatuan dengan Tuhan melalui kontemplasi, ia juga akan mengalami persatuan dengan seluruh ciptaan dan sesama manusia. Kontemplasi membawa transformasi batin yang memungkinkan seseorang untuk hidup dalam kasih dan kesatuan universal dengan segala sesuatu.

1.2.2.1 Metode dan Tahapan Kontemplasi Dalam Ajaran Keating

Berangkat dari pertanyaan yang diutarakan oleh Thomas Keating mengenai kontemplasi yaitu ‘apakah ada yang bisa dilakukan untuk menyiapkan diri kita bagi karunia kontemplasi selain menunggu Allah untuk melakukan segalanya?’³⁵, karena seringkali kita sulit untuk memfokuskan pikiran sehingga terkadang menjadi hilang fokus. Doa keterpusatan inilah yang dimaksudkan untuk menarik perhatian kita dari arus pemikiran sehari-hari³⁶. Dengan kata lain, doa keterpusatan adalah sarana untuk membersihkan setiap indera agar kita dapat memahami Firman Tuhan yang disampaikan kepada kita dengan cara

³² Keating, *Kontemplatif Injil*, 33.

³³ Keating, *Kontemplatif Injil*, 13.

³⁴ Keating, *Kontemplatif Injil*, 14.

³⁵ Keating, *Kontemplatif Injil*, 45.

³⁶ Keating, *Kontemplatif Injil*, 51.

yang lebih sederhana, mendalam, baik kepada roh kita maupun pada batin terdalam³⁷.

Centering Prayer atau Doa Keterpusatan yang dikembangkan oleh Keating adalah metode doa yang bersifat kontemplasi dalam kekristenan³⁸ yang mengandung kata-kata sederhana dan mudah diingat oleh umat, seperti “Haleluya”, “Amin”, “Tuhan” dsb menurut Sudrijanta³⁹. Keating memperjelas bahwa dalam berefleksi ada tahapannya, berawal meditasi (*meditatio*) adalah bagian dari merenungkan Firman dalam Kitab Suci, selanjutnya menanggapi refleksi (tindakan) disebut doa afektif (*oratio*), kemudian berlanjut kepada situasi merasakan kehadiran Allah yang disebut kontemplasi (*contemplatio*)⁴⁰. Tradisi kontemplasi Kristen akan mencakup praktik spiritual dan metode batin⁴¹. Singkatnya doa keterpusatan ini membantu untuk memusatkan pikiran dan pernapasan sebagai salah satu cara untuk mengurangi hambatan dalam doa kontemplatif. Salah satu model doa meditasi yang cukup dikenal belakangan ini yaitu ibadah Taizé sebagai konteks dalam tulisan ini.

Pemikiran Keating, khususnya melalui praktik doa Keterpusatan memiliki relevansi yang signifikan ketika diterapkan untuk memahami dimensi spiritualitas dalam ibadah Taizé, terutama dalam konteks repetitif yang khas dari nyanyian-nyanyian Taizé. Doa Keterpusatan dengan fokus pada repetisi sederhana dari frase pendek, menciptakan pengalaman meditatif yang mendalam. Keating menekankan pada pengulangan sebagai sarana untuk membimbing pikiran ke dalam keheningan dan mendekatkan hati kepada Tuhan⁴². Dalam konteks ibadah Taizé, repetisi yang mendalam dalam nyanyian-nyanyian sederhana bukan hanya menciptakan atmosfer kontemplatif, tetapi juga memberikan kesempatan bagi para umat untuk menyelami dimensi rohani mereka melalui pengalaman yang berulang-ulang. Repetisi ini, yang menjadi ciri khas ibadah Taizé, dapat dilihat sebagai bentuk meditasi kolektif yang memperdalam pengalaman kontemplatif dan penyerahan diri. Dengan demikian

³⁷ Thomas Keating, *Intim Bersama Allah*, terj. (Yogyakarta: Kanisius, 2006), 52.

³⁸ J. Sudrijanta, *Titik Hening - Meditasi Tanpa Objek* (Yogyakarta: Kanisius, 2012), 22.

³⁹ Sudrijanta, *Titik Hening*, 22.

⁴⁰ Keating, *Kontemplatif Injil*, 33.

⁴¹ Thomas Keating et al., *Spirituality, Contemplation & Transformation - Writings on Centering Prayer* (New York: Lantern Books, 2008), 49.

⁴² Keating, *Kontemplatif Injil*, 63.

melalui pendekatan repetitif, pemikiran Keating dapat membuka pintu untuk pemahaman yang lebih mendalam terhadap spiritualitas yang terkandung dalam ibadah Taizé, menciptakan ruang untuk penyerahan diri dan pertumbuhan rohaniah yang bersama-sama dialami oleh jemaat.

1.2.2.2 Buah Kontemplasi: Transformasi Batin dan Penyatuan Mistik

Keating memperdalam yang bukan bagian dari kontemplasi; **Pertama** kontemplasi bukan seperti latihan relaksasi, bagi Keating mendapatkan relaksasi memang menjadi dinamika dalam kontemplasi tapi bukan itu tujuan utamanya. Justru ini berbicara tentang hubungan yang intensionalitas. Relaksasi berbeda dengan doa, dan kontemplasi adalah bagian dari doa⁴³. Kata ‘marilah berdoa’ merupakan bentuk ajakan untuk ‘memasuki hubungan dengan Allah’, ‘marilah memperdalam hubungan kita’ atau ‘marilah melakukan hubungan dengan Allah’, dan Keating menggunakan *centering prayer* atau yang dikenal dengan doa keterpusatan inilah yang akan membawa perkembangan hubungan kita dengan Allah dan memperoleh iman yang murni, iman yang bergerak melampaui meditasi diskursif dan tindakan-tindakan yang masih pada tingkat egoisme manusia menuju kontemplasi⁴⁴.

Kedua bukan merupakan karunia karismatik⁴⁵, karisma dalam bahasa yang diperbarui pada masa sekarang bertujuan pada bahasa Roh atau bahasa lidah. Tidak keliru ketika orang dapat mengucapkan karunia tersebut, tetapi hal itu mungkin berkaitan dengan orang yang telah mendalami spiritualnya. Keating berbicara tentang kontemplasi sebagai suatu realitas yang bukan hanya terbatas pada pengalaman karismatis atau pengalaman ekstasis yang dapat diterima sebagai suatu karunia rohani. Keating menegaskan untuk mencapai kontemplasi merupakan kondisi atau keadaan yang dapat diakses oleh setiap orang tanpa tergantung pada pengalaman luar biasa atau karunia tertentu. Maksudnya ini bukan semata-mata tentang pengalaman luar biasa, tetapi lebih kepada suatu perjalanan batiniah yang melibatkan penyucian, kedalaman, dan pemurnian batin. Dengan demikian, pandangan Keating mengenai kontemplasi menegaskan bahwa ini bukan semata-mata bergantung pada pengalaman luar

⁴³ Keating, *Kontemplatif Injil*, 11.

⁴⁴ Keating, *Kontemplatif Injil*, 11.

⁴⁵ Keating, *Kontemplatif Injil*, 12.

biasa yang dapat diberikan sebagai karunia, melainkan sebagai suatu jalan spiritual yang dapat diakses oleh siapa saja yang berkomitmen untuk memperdalam hubungan rohaniah mereka dengan Tuhan melalui praktik kontemplatif, terutama melalui metode *centering prayer* yang diajarkannya.

Ketiga bukan merupakan fenomena parapsikologi seperti kewaskitaan (dalam hal ini mengetahui hal-hal yang belum terjadi)⁴⁶, Keating ingin menegaskan perbedaan antara praktik spiritualitas kontemplatif dengan fenomena psikologis atau kejadian paranormal. Dalam konteks ini, "kewaskitaan" mungkin merujuk pada fenomena-fenomena seperti kejadian telepati, prekognisi, atau penglihatan eksternal yang terkait dengan kemampuan psikologis atau parapsikologis. Keating ingin menghindari pembingungan antara pengalaman kontemplatif yang merupakan suatu bentuk doa dan pertumbuhan rohaniah dengan fenomena-fenomena psikologis atau kejadian paranormal yang bisa terjadi secara alamiah dalam kehidupan sehari-hari. Ditegaskan juga bahwa tujuan kontemplasi adalah untuk menyadari dan mendekatkan diri pada kehadiran Ilahi melalui doa, bukan untuk mencari pengalaman ajaib atau fenomena psikologis yang mungkin dapat diartikan sebagai karunia rohani. Dengan demikian, pernyataannya menegaskan bahwa kontemplasi bukanlah suatu upaya untuk mencapai kewaskitaan atau fenomena parapsikologis, tetapi lebih kepada suatu bentuk komunikasi yang dalam dengan Tuhan dalam keheningan dan kerendahan hati.

Keempat bukan fenomena mistik, dalam artian fenomena ekstase tubuh melalui penglihatan indrawi dan penglihatan batin⁴⁷. Dalam hal ini Keating mencoba untuk mencerahkan perbedaan antara kontemplasi kristen dan beberapa bentuk pengalaman mistik ekstasis yang dapat terjadi dalam beberapa tradisi spiritual. Meskipun banyak orang di dalam sejarah spiritualitas Kristen yang telah mengalami pengalaman mistik, Keating mengingatkan bahwa kontemplasi, khususnya dalam konteks praktik *centering prayer* yang diajarkannya, tidak selalu menghasilkan fenomena mistik semacam itu. Dia membedakan kontemplasi dari pencarian pengalaman mistik ekstasis yang dapat menarik perhatian pada fenomena psikologis. Jadi, pernyataan Keating mencerminkan

⁴⁶ Keating, *Kontemplatif Injil*, 14.

⁴⁷ Keating, *Kontemplatif Injil*, 16.

pandangannya bahwa kontemplasi, terutama dalam konteks Centering Prayer, tidak selalu melibatkan fenomena mistik ekstasis tertentu, dan bahwa fokusnya lebih kepada pertumbuhan rohani, ketenangan batin, dan penyatuan dengan Tuhan melalui keheningan dan kesederhanaan.

Melalui konsep-konsep kontemplatif yang diuraikan menurut Thomas Merton dan Thomas Keating, hal ini bertujuan dapat mencerahkan bagaimana kedua teori ini dapat menjembatani dimensi konsep tentang kontemplasi dengan corak ibadah Taizé yang meditatif saling memperkaya dan melengkapi pengalaman spiritual. Kajian ini merupakan upaya lebih lanjut dalam menyajikan model ibadah kontemplasi dengan format yang dikembangkan pada pelayanan pengembangan spiritualitas.

1.3 Rumusan Masalah

Sebagaimana latar belakang yang telah diuraikan, penulis tertarik melihat keunikan dan juga spiritualitas yang telah disalurkan melalui ibadah meditatif bercorak Taizé kemudian diperjumpakan dengan pandangan Thomas Keating dan Thomas Merton dari **kajian kontemplasi (revisi)**. Oleh karena itu untuk menindaklanjuti latar belakang tersebut, penulis merancang rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a) Memahami konsep pemikiran Merton tentang *true self* dan kontemplasi menurut Keating.
- b) Melihat perjalanan para peziarah UKDW dalam menghayati spiritualitas Taizé secara komunitas maupun pribadi.
- c) Mencermati penghayatan para peziarah UKDW berimplikasi terhadap pembaharuan batin dengan menemukan *true self* dalam perjalanan kontemplasi.

1.4 Pertanyaan Penelitian

- 1) Bagaimana konsep *true self* menurut Merton dan kontemplasi menurut Keating?
- 2) Bagaimana pengalaman para peziarah UKDW menghidupi spiritualitas Taizé?
- 3) Bagaimana para peziarah UKDW menemukan diri yang sejati melalui peziarahan kontemplasi mereka dengan menghayati spiritualitas Taizé dan transformasi spiritual yang dirasakan?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini untuk menyelidiki dimensi konsep kontemplatif dalam konteks spiritualitas Taizé. Melalui analisis ini penulis akan menggali makna konsep kontemplasi

dalam konteks ibadah Taizé yang kontemplatif, serta pengalaman terhadap pembentukan spiritual pribadi dan kehidupan komunitas. Melalui kesadaran ini, diharapkan gereja dapat memulai untuk memahami dan menyadari realitas yang tengah dihadapi oleh umat untuk merasakan ketenangan batin melalui salah satu model ibadah kontemplatif. Selain itu, tulisan ini diharapkan dapat menjadi sumbangsih perkembangan penghayatan yang mendalam terhadap kelompok DNTZ dalam pengembangan spiritualitas Taizé. Kemudian diharapkan dapat mendorong dan membangun kepedulian gereja mewujudkan pelayanan dalam pengembangan spiritual di tengah kesibukan manusia.

1.6 Metode dan Metodologi

Penelitian dalam tesis ini akan menggunakan pendekatan kualitatif dan kepustakaan yang mendukung penulisan. Ketiga pertanyaan penelitian akan menjawab permasalahan yang telah dipaparkan sebelumnya pada latar belakang, dengan keresahan yang bermuara pada permasalahan pada zaman sekarang. Dua teori utama yaitu Thomas Merton dengan pemikirannya mengenai konsep *True Self* (diri sejati) dan Thomas Keating mengenai kontemplasi akan dipakai sebagai landasan pemikiran penulis untuk melihat spiritualitas Taizé melalui pendekatan fenomenologi. Mempertajam hal itu, Schneiders dengan tiga pendekatannya yaitu historis, teologis dan antropologis menolong mempertajam penelitian yang akan dilakukan. Data akan diperoleh melalui studi literatur, data-data primer dan sekunder, audio visual, video dokumenter, dan narasi-narasi terkait⁴⁸ tetapi juga akan dilakukan wawancara kepada informan berdasarkan sampel bertujuan (*purposive sampling*). Informan yang akan mendukung penulisan ini terdapat lima orang dengan berlatar belakang sebagai mantan peziarah Taizé. Titik berangkat dari penelitian ini merupakan upaya untuk melihat dalam praktik doa kontemplatif komunitas Taizé adanya proses yang membawa seseorang mengalami penemuan diri sejati. Selain itu, penelitian ini juga merupakan kajian yang menitik beratkan pada analisis atau interpretasi data berdasarkan fenomena yang ada⁴⁹.

1.7 Sistematika Penulisan

BAB I PENDAHULUAN

Pada bagian ini akan menguraikan latar belakang penulisan yang disertai kerangka teori sebagai dasar pijakan dalam tulisan ini. Uraian tersebut

⁴⁸ John W. Creswell, *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*, terj. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016), 248.

⁴⁹ Creswell, *Research Design*, 245.

akan disusun dengan pertanyaan penelitian, tujuan penelitian serta metode penelitian sebagai alat penelitian.

BAB II *TRUE SELF* DAN KONTEMPLASI

Bagian ini akan mengulas konsep pembaharuan batin dari dua teori utama, mengidentifikasi perbedaan dan persamaan antara pendekatan tersebut. Analisis mendalam akan dipresentasikan untuk memberikan pemahaman yang komprehensif tentang *true self* dari pemikiran Merton dan kontemplasi dari Keating. Selain itu, pembahasan akan ditekankan pada penghayatan spiritualitas yang membawa pembaharuan dalam mengenal jati diri dengan jalan kontemplasi.

BAB III PEZIARAHAN IMAN DALAM MENGHAYATI SPIRITUALITAS TAIZÉ

Bagian ini akan membahas secara terperinci mengenai pemaknaan kontemplasi yang dihidupi oleh para mantan peziarah mengenai spiritualitas Taizé, gambaran penemuan jati diri dan konsep yang mendasarinya. Diawali dengan bagaimana komunitas Taizé ini berkembang dan ketika dikenal oleh banyak orang, dan kemudian bagaimana komunitas itu berproses di dalamnya, serta nilai-nilai dari komunitas sehingga memiliki kesan bahkan dampak pada kehidupan para peziarah. Dengan menggunakan tiga pendekatan dari Schneiders yaitu historis, teologis dan antropologis akan membantu alur penelitian dalam tulisan ini..

BAB IV PERJUMPAAN SPIRITUALITAS TAIZÉ DENGAN PERSPEKTIF *TRUE SELF* DARI THOMAS MERTON DAN KONTEMPLASI DARI THOMAS KEATING

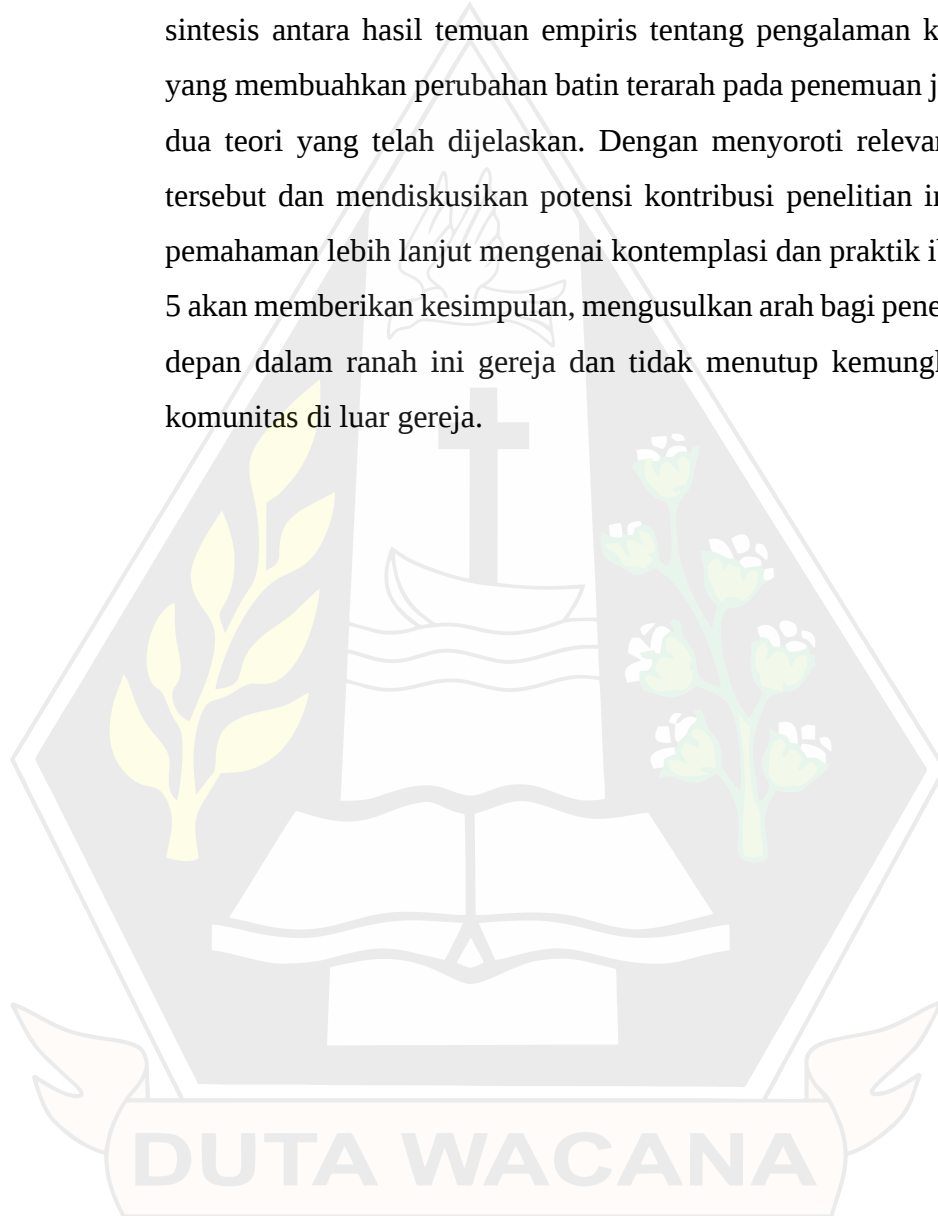
Bab 4 bertujuan untuk menyajikan analisis mendalam terhadap hasil temuan yang diungkapkan dalam Bab 2 dan 3. Dalam bab ini, hasil temuan mengenai praktik ibadah Taizé di Yogyakarta akan dikaitkan dan dianalisis bersama dengan kerangka teoritis dari dua pendekatan tentang kontemplasi yang telah dijelaskan sebelumnya. Analisis ini akan menyoroti sejauh mana praktek ibadah Taizé di Yogyakarta mencerminkan dan menggambarkan konsep kontemplatif. Dengan demikian, Bab 4 akan memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana praktik kontemplatif dalam ibadah Taizé di

Yogyakarta dapat dianalisis dan diinterpretasikan dengan memanfaatkan kerangka teoritis yang relevan.

BAB V

PENUTUP

Bagian penutup, akan mengakhiri perjalanan penelitian ini dengan merangkum temuan utama yang telah diungkapkan dalam Bab 3 dan dianalisis secara mendalam dalam Bab 4. Penutup ini akan memberikan sintesis antara hasil temuan empiris tentang pengalaman kontemplasi yang membuahkan perubahan batin terarah pada penemuan jati diri dari dua teori yang telah dijelaskan. Dengan menyoroti relevansi temuan tersebut dan mendiskusikan potensi kontribusi penelitian ini terhadap pemahaman lebih lanjut mengenai kontemplasi dan praktik ibadah, Bab 5 akan memberikan kesimpulan, mengusulkan arah bagi penelitian masa depan dalam ranah ini gereja dan tidak menutup kemungkinan pada komunitas di luar gereja.



BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Di bagian awal tulisan ini, penulis telah mengungkapkan keresahan melihat fenomena pencarian ketenangan batin di tengah hiruk-pikuk kehidupan modern. Kegelisahan ini muncul dari kesadaran akan pentingnya menemukan kedamaian dalam diri di tengah tuntutan dan tekanan eksternal yang terus berjalan. Penulis menggambarkan bagaimana rutinitas sehari-hari, ekspektasi sosial, dan perkembangan teknologi yang pesat seringkali membuat setiap orang merasa terasing dari diri sendiri dan kehilangan koneksi dengan aspek spiritual kehidupan. Keresahan ini mendorong penulis untuk mencari cara-cara praktis dan bermakna untuk mengkultivasi ketenangan batin yang tidak hanya bersifat sementara tetapi dapat menjadi landasan kokoh dalam menghadapi berbagai tantangan hidup. Pencarian ini akhirnya mengarahkan penulis pada eksplorasi spiritualitas Taizé, pemikiran Thomas Merton tentang *true self*, dan praktik kontemplasi Thomas Keating yang kemudian menjadi fokus pembahasan dalam tulisan ini. Sehingga pada bab ini penulis sampai pada kesimpulan dengan menjawab pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana konsep *true self* menurut Merton dan kontemplasi menurut Keating?

Kontemplasi sebagaimana dikembangkan oleh Thomas Keating memberikan pencerahan melalui jalan transformatif menuju kesatuan dengan Yang Ilahi, melalui praktik yang melibatkan keheningan, pengosongan diri, dan keterbukaan hati, kontemplasi membimbing pribadi melampaui batasan intelektual dan ego menuju pengalaman langsung akan kehadiran Tuhan dengan mengembangkan metode Doa Keterpusatan untuk mencapai keterpusatan pada Ilahi. Dalam hal ini penulis menggunakan metode yang digunakan oleh Keating dalam mengembangkan Doa Keterpusatan sebagai kacamata penulis untuk melihat metode kontemplatif yang dipakai oleh Taizé²⁶⁸, dan keduanya memiliki kesamaan untuk menemukan titik diri sejati yang di sana ada Allah yang berdiam. Perbedaannya terletak pada media pemusatan, Doa Keterpusatan menggunakan kata-kata suci sedangkan Taizé terletak pada nyanyiannya yang repetitif.

Kemudian pada Thomas Merton dengan fokus *true self* pemikiran yang luas mengenai pencarian diri sejati menekankan pada pencapaian "ketenangan batin" dan penyatuan mistik melalui kontemplasi. Penemuan dari pemikiran Merton bahwa untuk mencapai

²⁶⁸ Lihat halaman 75.

ketenangan batin tidak ditemukan secara instan namun bertahap secara bertahap, dilakukan secara intens dengan kurun waktu yang tidak ditentukan dan komitmen dalam kontemplasi. Klimaks ini bukan akhir perjalanan, melainkan awal dari cara hidup baru yang terus-menerus memperdalam hubungan dengan diri, sesama, dan Allah. Individu kembali ke dunia dengan perspektif baru, membawa kedamaian dan kasih yang telah ditemukannya ke dalam setiap aspek kehidupannya sehari-hari. Sebagai pusat utama dalam kehidupan pribadi, jati diri menjadi kompas internal yang mengarahkan pilihan, tindakan, dan respons kita terhadap berbagai situasi kehidupan. Pemahaman yang mendalam tentang jati diri memungkinkan seseorang untuk menjalani hidup dengan otentisitas, membuat keputusan yang sejalan dengan nilai-nilai personal, dan menghadapi tantangan dengan keteguhan. Jati diri bukan sesuatu yang statis, melainkan entitas yang dinamis, terus berkembang seiring dengan pengalaman dan refleksi diri. Memahami dan menghargai jati diri sendiri juga membuka pintu untuk menghargai keunikan orang lain, menciptakan dasar bagi hubungan yang lebih bermakna dan masyarakat yang lebih inklusif. Dengan demikian, jati diri tidak hanya penting bagi perkembangan pribadi, tetapi juga memiliki implikasi luas dalam dinamika sosial dan spiritual kehidupan manusia²⁶⁹.

2. Bagaimana pengalaman para peziarah UKDW menghidupi spiritualitas Taizé?

Pengalaman para peziarah selama kurang lebih 2-3 bulan menjadi pengalaman yang bermakna dalam spiritualitas mereka. Ada banyak hal yang mereka temui selama berdinamika di Taizé, mulai dari penyambutan oleh para bruder, perjumpaan dengan berbagai denominasi gereja, bahkan hidup dan tinggal dengan mereka tanpa mengetahui latar belakang masing-masing yang mungkin jarang ditemukan pada lingkungan kehidupan mereka. Ditandai dengan penekanan spiritualitas Taizé yaitu *Joy*, *Mercy* dan *Simplicity* serta yang tidak disebutkan oleh komunitas Taizé tapi dirasakan oleh para peziarah yaitu *Trust* serta nilai utama dari komunitas ini yaitu rekonsiliasi. Bagi para peziarah Taizé, komunitas tersebut sebagai *parable of community* komunitas yang mengajarkan tentang menelisik ke dalam diri melalui kontemplasi sehingga dampak yang dirasakan dan jati diri yang ditemukan bukan hanya pada diri sendiri melainkan melalui perjumpaan dengan orang lain. Dengan perjumpaan

²⁶⁹ Lihat halaman 24.

itu mereka juga dapat merasakan perjumpaan dengan Allah pada penghayatan mereka pribadi²⁷⁰.

Sejalan dengan hal itu, Merton dan Keating dalam ajaran kontemplasi dan penemuan jati diri digambarkan secara nyata pada pengalaman para mantan peziarah. Bahwa kontemplasi bagaikan nafas kehidupan untuk melihat kebatinan dalam diri, menerima adanya kepalsuan diri, dan menjalani buah dari kontemplasi sebagai jati diri yang sebenarnya. Selain itu perjalanan menuju jati diri dapat menjadi kekuatan untuk mewujudkan rekonsiliasi antar denominasi maupun antar agama. Hal ini mendorong kepada spiritual terhadap kesatuan Kristen yang didasari pada pengalaman bersama akan Tuhan tanpa mendahulukan doktrin dan tanpa penilaian. Melalui lensa diri sejati, perbedaan yang terlihat menjadi suatu ekspresi beragam dari iman yang sama, mendorong dialog, pemahaman bersama dan terwujudnya rekonsiliasi yang tulus.

3. Bagaimana para peziarah UKDW menemukan diri yang sejati melalui peziarahan kontemplasi mereka dengan menghayati spiritualitas Taizé dan transformasi spiritual yang dirasakan?

Berdasarkan analisis konstruktif teori dan penelitian tentang penghayatan para mantan peziarah ditemukan tiga corak yang terlihat: pengenalan, penerimaan, perubahan (transformasi). Sebagaimana *living parable of community* dari pengalaman para peziarah membentuk jalan spirit seperti tiga poin sebelumnya. Pada akhirnya penemuan diri yang sejati yang dilakukan dalam bentuk kontemplasi memberikan dampak perjumpaan dengan diri, orang lain dan juga Allah. Penerimaan adalah kunci setiap aspek kehidupan dan berkontemplasi, dan dari penerimaan selanjutnya memunculkan pemikiran yang membangun kesadaran “what will you do? and what will you share?”. *Being* (keberadaan) dan *doing* (tindakan) menjadi dua sisi mata uang yang tidak terpisahkan dalam perjalanan spiritual ini. *Being* berarti dengan kesadaran tentang keberadaan dalam diri, baik diri palsu dan diri sejati dalam hal ini keadaan batin melalui pengenalan dan penerimaan diri, sementara *doing* artinya tindakan atau manifestasi diri secara eksternal dari internal tersebut. Keseimbangan antara keduanya menciptakan kehidupan yang otentik dan bermakna, di mana tindakan seseorang mencerminkan keberadaan batin yang ditemukan²⁷¹. Kemudian penulis sampai pada pemahaman bahwa kelompok atau komunitas yang dimaksud lebih luas, tidak terbatas dengan

²⁷⁰ Lihat halaman 51.

²⁷¹ Lihat halaman 89.

adanya struktur kepengurusan, tetapi komunitas di mana individu tinggal, lingkungan yang mendukung individu untuk berkembang. Sehingga kontemplasi adalah jalan spiritual yang masih relevan hingga saat ini untuk menemukan diri yang sejati (*true self*), seperti yang dilakukan oleh komunitas Taizé untuk mendorong pribadi berjumpa dengan diri sendiri, Allah dan orang-orang disekitar, dalam kesunyian ataupun dalam keramaian.

5.2 Saran

Tulisan ini terbuka untuk dikembangkan lebih lanjut melalui penelitian mendalam dari berbagai aspek. Konsep "living parable of community" atau "living laboratory" yang terkait dengan spiritualitas Taizé menawarkan peluang menarik untuk eksplorasi lebih lanjut. Berikutnya dari aspek sosiologis dan psikologis kehidupan komunal Taizé juga bisa diteliti untuk memahami dinamika yang membentuk spiritualitasnya. Aspek liturgi dan musik gereja yang menarik dilihat dari konsep musikal Taizé. Selain itu, penerapan prinsip-prinsip Taizé dalam konteks modern dan berbagai budaya bisa menjadi fokus yang berharga. Pengembangan ini berpotensi memberikan wawasan baru tentang bagaimana spiritualitas komunal dapat berkontribusi pada pembaruan rohani dan sosial di era kontemporer.

Bagi individu yang tertarik untuk mendalami kontemplasi melalui kelompok-kelompok kontemplasi seperti DNTZ, mulailah dengan menghadiri pertemuan kelompok secara rutin untuk merasakan suasana dan praktik kontemplatifnya. Tidak semua orang dengan mudah dapat menerima dinamika yang ada dalam peribadatan Taizé, apalagi terkait liturgi dan visualisasi yang jarang ditemukan dari gereja asal. Mengesampingkan penilaian yang dilihat dari dogma atau tradisi sebagai kepercayaan sendiri. Yang terpenting dalam ibadah kontemplasi adalah kesabaran dalam proses ini dan jangan terlalu menekan diri sendiri. Karena kontemplasi adalah perjalanan menuju kedekatan dengan Tuhan dan penemuan diri sejati, bukan sekadar pencapaian teknik tertentu. Dan perlu dipahami bahwa dinamika perjalanan spiritual menemukan jati diri tidak akan pernah selesai, jelas melihat keberlangsungan hidup yang terus berjalan. Jika umat merasa ada hal yang perlu *sharing* dengan sesama yang mengikuti ibadah tersebut, anggota dari komunitas seperti DNTZ cukup terbuka dengan hal itu. Saling berbagi pengalaman adalah kunci dalam mengembangkan spiritualitas pribadi.

“Tentu foto adalah saksi dokumentasi yang menyimpan kenangan dan memori, namun lama-kelamaan hal itu akan termakan usia. Tapi ada satu hal yang paling abadi sebetulnya lebih daripada dokumentasi ini yang bisa hilang adalah **dokumentasi batin**, jadi perjumpaan yang kamu patuhi dalam hati itu tidak akan lenyap.” - Bruder Gislain

DAFTAR PUSTAKA

- Adinda, Christya Putri. "Musik Dan Nyanyian Meditatif Pada Ibadah Taizé Di Seminari Tinggi Santo Paulus Kentungan Yogyakarta." Institut Seni Indonesia, 2016.
- Archer, Rick. "Buddha as the GAS PUMP," Ferbruary 2013. <https://batgap.com/thomas-keating/?gclid=CJqA5tnvocwCFeYK0wod-1UC5w>.
- Balado, José Luis González. *The Story of Taizé*. London: Continuum International Publishing Group, 1981.
- Banawiratma, J. B. *Spiritualitas Transformatif: Suatu Pergumulan Ekumenis*. Yogyakarta: Kanisius, 1990.
- Barker, Kenneth L., and John R. Kohlenberger III. *The Expositor's Bible Commentary*. English: Zondervan, 2017.
- Bella, Victor Johannes, Markus Wibowo, and Siguti A Sianipar. "Pendidikan Spiritual Melalui Peribadatan Taize di GMIM Sion Tomohon." *Clef: Jurnal Musik dan Pendidikan Musik* 2, no. 2 (Desember 2021): 97–107. <https://doi.org/10.51667/cjmpm.v2i2.720>.
- Bourgeault, Cynthia. *Centering Prayer and Inner Awakening*. Cambridge: Cowley Publications, 2004.
- Center of Action and Contemplation. "Divine Therapy," Desember 2019. https://cac-org.translate.goog/daily-meditations/divine-therapy-2019-12-15/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc.
- Clément, Olivier. *Taizé: Mencari Makna Hidup*. Yogyakarta: Kanisius, 2003.
- Contemplative Outreach. "Who Is Thomas Keating?," n.d. https://www-contemplativeoutreach-org.translate.goog/fr-thomas-keating/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc.
- Delio, Ilia. "Discovering the True Self in God with Merton's Guidance." *National Catholic Reporter* (blog), January 2017. <https://www.ncronline.org/blogs/ncr-today/discovering-true-self-god-mertons-guidance>.
- Dreher, John D. "The Danger of Centering Prayer." *Catholic Answers, Inc.* 8, no. 11 (November 1997). <https://www.catholicculture.org/culture/library/view.cfm?recnum=234>.
- Ferguson, Jane K., Eleanor W. Willemsen, and MayLynn V. Castañeto. "Centering Prayer as a Healing Response to Everyday Stress: A Psychological and Spiritual Process." *Pastoral Psychol* 59 (June 9, 2009): 305–29. <https://doi.org/10.1007/s11089-009-0225-7>.
- Foster, Richard. *Tertib Rohani, Sudahkah Anda Menapakinya?*. Terjemahan. Malang: Gandum Mas, 2005.

- Gower, Nancy Sanders. "Reformed and Ecumenical: The Foundations of the Community of Taizé." Fuller Theological Seminary, 2010. <https://www.proquest.com/openview/32fde78751c17f015d6abb2a66773654/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750>.
- Griffin, Jim. "The Engaged Contemplative Spirituality Of Thomas Merton." *Metaphysics & Spirituality* (blog), 2017. https://besharamagazine-org.translate.goog/metaphysics-spirituality/jim-griffin-the-engaged-contemplative-spirituality-of-thomas-merton/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc.
- Gunawan, Esther. "Tinjauan Terhadap Spiritualitas Taize Dan Telaah Atas Kemungkinan Mengadopsinya Sebagai Pendorong Bagi Spiritualitas Injili." *Veritas* 14, no. 1 (April 2013). <https://doi.org/10.36421/veritas.v14i1.277>.
- Haynes, Carter. "Identity, Transcendence and the True Self: Insights from Psychology and Contemplative Spirituality." *AOSIS*, 2016. <http://dx.doi.org/10.4102/hts.v72i4.3455>.
- Horan, Daniel P. "Striving toward Authenticity: Merton's 'True Self' and the Millennial Generation's Search for Identity". *The Merton Annual* 23 (2010): 80–90, <https://merton.org/itms/annual/23/Horan80-89.pdf>.
- Jennings, Susanne Caroline. "Face to Face: The Growth of The Self in Thomas Merton." *Polskia Akademia Nauk - Komitet Nauk Teologicznych* 15 (2020). [https://doi.org/10.24425/snt ; \(do 2022 - 10.31743/snt\)](https://doi.org/10.24425/snt ; (do 2022 - 10.31743/snt)).
- Johnston, William. *The Cloud of Unknowing and The Book of Privy Counseling*. New York: Doubleday, 1973.
- Johnston, William. *The Still Point, Reflections on Zen and Christian Mysticism*. New York: Fordham University Press, 1970.
- Jung, Carl G. *The Archetypes and Collective Unconscious*. New York: Pantheon Books.
- Keating, Thomas. *Intim Bersama Allah*. Terjemahan. Yogyakarta: Kanisius, 2006.
- Keating, Thomas. *Invitation to Love: The Way of Christian Contemplation*. Rockpot: Element Books, 1992.
- Keating, Thomas. *Open Mind Open Heart - Dimensi Kontemplatif Injil*. Terjemahan. Yogyakarta: Kanisius, 2004.
- Keating, Thomas et al. *Spirituality, Contemplation & Transformation - Writings on Centering Prayer*. New York: Lantern Books, 2008.
- Kesuma, Petrus Tunjung. "Dinamika Relasi Manusia Dengan Allah Menurut Thomas Merton." *Orientasi Baru* 20, no. 1 (April 2011). <https://e-journal.usd.ac.id/index.php/job/article/view/1272>.

- Kristiantoro, Sony. "Spiritualitas Doa Kontemplatif: Lebih Banyak Diseminarkan Daripada Dipraktikkan (Belajar Dari Praktik Spiritualitas Doa Kontemplatif Model Taizé Di Gereja Kristen Indonesia Soka Salatiga)." *Veritas Lux Mea* 2, no. 2 (2022): 121–34. <http://dx.doi.org/10.59177/veritas.v2i2.87>.
- Lane, Belden C. "[The Whole World Singing: A Journey to Iona and Taizé](https://www.religion-online.org/article/the-whole-world-singing-a-journey-to-iona-and-taiz/)," *Religion Online* (blog), n.d., <https://www.religion-online.org/article/the-whole-world-singing-a-journey-to-iona-and-taiz/>.
- Larasati, Anastasia Jessica Putri. "Rumah Komunitas Taizé Di Bali." Universitas Atma Jaya, 2013. <http://e-journal.uajy.ac.id/3876/3/2TA13014.pdf>.
- Lazarus, Richard S. *Stress and Emotion: A New Synthesis*. New York: Springer Publishing, 1999.
- Lindholm, Jeffrey. "[The Simplicity of Taizé Prayer](https://bctorch.com/2016/12/06/the-simplicity-of-taize-prayer/)," *The TORCH* (blog), Desember 2016, <https://bctorch.com/2016/12/06/the-simplicity-of-taize-prayer/>.
- MacDonald, William. *Believer's Bible Commentary*. Art Farstad. Nashville: Hardcover, 2016.
- Martopo, Hari. "Role of Taizé Music in Catholic Adoration and Protestant Ecumenical Community in Yogyakarta." *Journal of Urban Society's Arts* 8, no. 1 (April 2021).
- McGee, Martin. "The Wonder of Taizé." *The Furrow* 32, no. 3 (2004). https://www.jstor.org/stable/27661329?searchText=&searchUri=%2Faction%2FdoBasicSearch%3FQuery%3Dstory%2Bof%2Btaize%26so%3Drel&ab_segments=0%2Fbasic_search_gsv2%2Fcontrol&searchKey=&refreqid=fastly-default%3A36d02ff890493775771fc326d51e75a3&seq=1.
- Merton, Thomas. *Conjectures of a Guilty Bystander*. Doubleday: Garden City, 1966.
- Merton, Thomas. *Contemplative Prayer*. New York: Herder and Herder, 1969.
- Merton, Thomas. *New Seeds of Contemplation*. New York: a New Directions Publishing, 2007.
- Merton, Thomas. *The New Man*. New York: Bantam Books, 1981.
- Merton, Thomas. *The Wisdom of The Desert*. New York: New Directions, 1960.
- Merton, Thomas. *Thoughts in Solitude*. New York: Farrar, Straus and Cudahy, 1956.
- Merton, Thomas, and William H. Shannon. *The Inner Experience: Notes On Contemplation*. New York: HarperCollins, 2004.
- Muda, Simeon Bera. "Dei Verbum 'Alkitab Buku Yang Terbuka,'" *Jurnal Ledalero* 12, no. 2 (2017): 249–70. <https://doi.org/doi.org/10.31385/jl.v12i2.91.249-270>.
- Mun, II Bong, and Hun Kim. "Influence of False Self-Presentation on Mental Health and Deleting Behavior on Instagram: The Mediating Role of Perceived Popularity."

- Mutak, Alfius Areng. "Disiplin Rohani Sebagai Praktek Ibadah Pribadi." *Sola Gratia* 4, no. 1 (2016). <https://doi.org/10.47596/solagratia.v4i1.45>.
- Ó Madagáin, M. *Centering Prayer and the Healing of the Unconscious*. New York: Lantern, 2007.
- Pembroke, Neil. "Merton's True Self and the Psychology of the Dialogical Self." *Religious Studies and Theology* 25, no. 2 (February 14, 2006): 191–210. <https://doi.org/10.1558/rsth.2006.25.2.191>.
- Powaski, Ronal E. *Thomas Merton: On Nuclear Weapons*. Illinois: Loyola University Press, 1988.
- Rakozy, Susan. "Thomas Merton: The True Self and the Quest for Justice." *AOSIS* 72, no. 4 (Desember 2016). <https://doi.org/doi.org/10.4102/hts.v72i4.3447>.
- Santos, Jason Brian. *A Community Called Taizé; A Story of Prayer, Worship and Reconciliation*. Downers Grove: IVP Books, 2008.
- Saputra, Pebby Julian, M. Amin Sihabuddin, and Neni Noviza. "Terapi Shalat Tahajud Dalam Penyembuhan Berbagai Penyakit." *Cons-Iedu* 3, no. 1 (June 2023). <https://jurnal.iuqibogor.ac.id/index.php/cons-iedu/article/view/517/397>.
- Satria, Adham Khrisna. ""SUMARAH" AND "TRUST" A Cross-Cultural Study towards Contextual Indonesian Christian Spirituality from a Javanese Perspective." Tesis, Protestantse Theologische Universiteit, Broederkerk, 2012.
- Schneiders, Sandra M. *Approaches to the Study of Christian Spirituality*. Hoboken: Blackwell Publishing, 2005.
- Schutz, Roger. *A Path of Hope: Last Writing of Brother Roger*. New York: Bloomsbury, 2006.
- Sears, Robert T. "Healing and Family Spiritual/Emotional Systems." *Familytreehealing.Com* 5, no. 1 (1983): 10–23.
- Shannon, William H. *Thomas Merton's Paradise Journey, Writings on Contemplation*. London: Burns & Oates, 2000.
- Sihotang, Evi Fitriana. "Kajian Musik Liturgi Dalam Ibadah Persekutuan Doa Meditatif Kelompok Doa Nyanyian Taizé Di Sarasvita Faithful Companions of Jesus (FJC) Centre Yogyakarta." Skripsi, Institut Seni Indonesia, Yogyakarta, 2019. Perpustakaan Institut Seni Indonesia.
- Sudrijanta, J. *Titik Hening - Meditasi Tanpa Objek*. Yogyakarta: Kanisius, 2012.

Spink, Kathryn. *A Universal Heart: The Life and Vision of Brother Roger of Taizé*. Great Britain: GIA Publication, 2005.

Sprague, Deborah. "Reclaiming the Integration of Body and Mind." *University of Hawai'i Press on Behalf of Society for Buddhist-Christian Studies* 33 (2013): 101–13. <http://dx.doi.org/10.1353/bcs.2013.0023>.

Taizé. *Br. Roger: What is a heartfelt trust?*. Taizé: 2011.

Taizé. *The Relevance of a Monastic or Religious Vocation: Acts of The International Colloquium Taizé, 5-12 July 2015*. Taizé: Les Presses de Taizé, 2016.

Vaden, Matthew Brett. "The False Self and True Self: A Christian Perspective." The Southern Baptist Theological Seminary, 2015. https://repository.sbts.edu/bitstream/handle/10392/5064/Vaden_sbts_0207D_10307.pdf?isAllowed=y&sequence=1.

Wagner, Jerry. "The Real Self and The False Self – Psychological And Spiritual Perspectives." The Enneagram Spectrum of Personality Styles, n.d. https://enneagramspectrum-com.translate.goog/1545/the-real-self-and-the-false-self-psychological-and-spiritual-perspectives/?_x_tr_sch=http&_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc.

Waldron, Robert G. *Thomas Merton: The Exquisite Risk of Love : The Chronicle of a Monastic Romance*. London: Darton Longman & Todd, 2012.

Winnicott, Donald. *Ego Distortion In Terms of True and False Self*. New York: International Universities Press, Inc., 1960. https://www.sas.upenn.edu/~cavitch/pdf-library/Winnicott_EgoDistortion.pdf.

"Divine Therapy," *Center of Action and Contemplation* (blog), Desember 2019, https://cac-org.translate.goog/daily-meditations/divine-therapy-2019-12-15/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc.

["Frère Roger's Murderess Is Murdered?,"](https://taizeinformation-blogspot-com.translate.goog/2011/04/frere-rogers-murderess-is-murdered.html?_x_tr_sch=http&_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc) *A Blog About Taizé* (blog), 1 April 2011, https://taizeinformation-blogspot-com.translate.goog/2011/04/frere-rogers-murderess-is-murdered.html?_x_tr_sch=http&_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc.

["Prayer Live From Taizé,"](https://www.taize.fr/en_article28227.html) *Taizé Community* (blog), n.d., https://www.taize.fr/en_article28227.html.

["Saudara Alois,"](https://en-m-wikipedia-org.translate.goog/wiki/Brother_Alois?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc) *Wikipedia* (blog), n.d., https://en-m-wikipedia-org.translate.goog/wiki/Brother_Alois?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc.

"Simplicity of Taize Worship Broadens Appeal," *Tampa Bay Times* (blog), 10 April 2004, <https://www.tampabay.com/archive/2004/04/10/simplicity-of-taize-worship-broadens-appeal/>.

“The Christian Contemplative Tradition”. *The Christian Contemplative Tradition* (blog), 16 September 2018.

Holiday, Ryan. *Stillness Is the Key*. London: Profile Books Limited, 2002.

“Thomas Keating”, Wikipedia, June 26, 2024
<https://docs.google.com/document/d/1uHWRwHBA8rsFiUuYT19Jp-8vbMoBGC6j9N0XTI7CgvI/edit>.

“Who Is Thomas Keating?,” *Contemplative Outreach* (blog), n.d., https://www-contemplativeoutreach-org.translate.goog/fr-thomas-keating/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc.

