

“BERTOBATLAH, SELAMATKAN MANUSIA DAN BUMI DARI SAMPAH PLASTIK”

Saudara-saudariku terkasih! Tahun ini Tuhan memberikan kita sekali lagi waktu yang indah mulai Rabu Abu hingga Sabtu Suci sebagai persiapan merayakan dengan hati yang telah diperbarui misteri agung Kematian dan Kebangkitan Yesus, batu penjuru dari hidup kristiani setiap pribadi maupun sebagai suatu persekutuan. Selama masa Puasa ini, terus menerus setiap hari, kita mesti kembali mengkontemplasikan misteri ini dalam pikiran dan hati, sehingga kita terbuka untuk memperoleh daya rohani peristiwa kebangkitan Kristus dan menanggapinya dengan kehendak bebas dan kesiap-sediaan kita.

Sukacita Kristiani mesti mengalir terus menerus dalam lubuk hati kita. Sukacita itu berasal dari kerelaan hati untuk mendengarkan dan menerima Kabar Baik tentang Kematian dan Kebangkitan Yesus. Puncak Karya Penyelamatan Yesus Kristus itu menyingkapkan secara tepat misteri kasih yang begitu nyata, benar, konkret, yang mengundang kita untuk masuk dalam relasi keterbukaan dan dialog yang berbuah” (Christus Vivit 117). Barangsiapa percaya akan pemberitaan ini berarti menolak atau menentang tawaran si penipu (Iblis) bahwa hidup kita adalah milik kita dan tergantung pada kehendak kita semata-mata; kita menjadi penguasa atas hidup kita. Pada hal yang benar ialah hidup kita lahir dari kasih Allah Bapa, dari kehendakNya yang menganugerahkan kehidupan dalam kelimpahan kepada kita (Lih 10:10). Bila kita sebaliknya mendengarkan suara godaan dari “bapa segala kebohongan” (Yoh 8:44), kita pasti berada dalam bahaya tenggelam kedalam jurang kegelapan (absurditas) dan kita mengalami neraka di sini di atas dunia ini. Ada banyak peristiwa tragis dalam pengalaman pribadi maupun pengalaman bersama disebabkan oleh karena manusia mengikuti godaan si pembohong.

Paus Fransiskus menyampaikan bahwa dalam masa Prapaskah 2020, Beliau ingin mendorong setiap orang Kristen dengan sebuah seruan yang pernah disampaikannya kepada orang muda dalam Surat Apostolik Christus Vivit: *“Arabkanlah pandanganmu pada Kristus yang tersalib, berikanlah dirimu diselamatkan terus menerus olehNya. Ketika engkau mengakui dosa-dosamu, percayalah teguh akan belas kasih yang membebaskan engkau dari kesalahanmu. Pandanglah darahnya yang tercurah keluar karena kasih yang sedemikian besar dan berilah dirimu dibersihkan olehNya. Dengan demikian, engkau akan dilahirkan secara baru lagi”* (Christus Vivit 123). Paskah Yesus bukanlah suatu peristiwa masa lalu; namun, melalui kuasa karya Roh Kudus, peristiwa Kematian dan Kebangkitan Yesus merupakan peristiwa pada saat sekarang, yang memampukan kita untuk melihat dan merasakan kemanusiaan Kristus dalam penderitaanNya.

Umat Keuskupan Bogor terkasih, sejak Rabu Abu seruan dan ajakan untuk bertobat, membarui diri, berbaliklah kepada Tuhan Allahmu begitu kuat dan lantang disampaikan. Pertobatan diri dan bersama menjadi tiang penunjang utama untuk melaksanakan misi keselamatan bagi orang lain dan diri kita. Bertobat berarti hidup kita tidak lagi berpusatkan pada kehendak sendiri; kita mau bekerja bersama Allah mengembangkan hidup. Allah menjadi pusat seluruh kehidupan kita. Selain itu, hanya dalam semangat pertobatan, gerakan misi menyelamatkan sesama manusia dan ibu bumi menjadi gerakan bersama kita yang selaras dengan rencana dan kehendak Allah. Kematian dan Kebangkitan Yesus Kristus berdampak nyata pada karya menyelamatkan manusia dan bumi ini.

Kami mengajak seluruh umat keuskupan Bogor agar selama 40 hari masa puasa atau prapaskah ini, kita bersatu dan melakukan Aksi Puasa Pembangunan dengan tema: “Bertobatlah, selamatkan manusia dan bumi ini dari sampah plastik”. Kita semua, anak kecil, orang remaja, orang muda, keluarga-keluarga, kakek nenek, pastor, suster, bruder, frater, perlu mengadakan gerakan dan aksi yang bercorak:

(a) Gerakan pembaruan rohani: kita mengarahkan perhatian kita pada peristiwa sengsara, wafat dan kebangkitan Kristus. Adakanlah devosi Jalan Salib di gereja-gereja, di tengah alam

terbuka sambil menjaga kelestariannya, seperti di tempat ziarah Gua Maria Rangkas Bitung; Taman Doa Kahuripan di Cibadak; Taman doa di Megamendung; Taman Doa Jalan salib di Ciluar ataupun di Parung serta Cibinong. Selain devosi Jalan Salib, penerimaan sakramen Tobat serta Ekaristi diperbanyak.

(b) Gerakan menciptakan suasana selamat, shalom, damai sejahtera dengan sesamamu, dalam keluargamu, anak-anak dengan orang tua. Berusaha mengurangi pertengkaran hingga perselisihan berkepanjangan; perlu ugahari dalam bertindak dan berkata-kata. Bangunlah suatu corak kehidupan yang ditandai oleh persaudaraan insani.

(c) Gerakan untuk menyelamatkan ibu bumi ini dengan membersihkannya dari segala bentuk sampah plastik. Bersihkanlah lingkungan sekolah, gedung gereja-gereja, rumah-rumah keluarga, maupun tempat usaha dari plastik-plastik; tindakan preventif berupa puasa pemakaian plastik, kemasan-kemasan minuman dari plastik serta pemakaian sedotan-sedotan dan sendok-sendok plastik berusaha dihindari. Membangun network dengan pemerintah dalam mengadakan bank-sampah ataupun mengelola sampah menjadi pupuk organik, seperti sedang diperjuangkan oleh beberapa paroki, a.l. paroki Ciluar, paroki Cibinong, paroki Mateus dan paroki Markus di Depok.

(d) Gerakan para guru sekolah-sekolah Katolik untuk mengadakan aksi bersih sampah bersama anak-anak sekolah dari lingkungan sekolah, kelas secara berkala dan terus menerus. Taman-taman sekolah menjadi demikian asri, indah dipenuhi tanaman hijau dan bunga warna warni serta bebas dari plastik yang biasanya bertebaran.

Demikianlah beberapa Aksi Puasa Pembangunan kita sebagai bentuk implementasi perwujudan dari peristiwa Kematian dan Kebangkitan Tuhan Yesus, yang diyakini mendatangkan keselamatan. Mari kita saling mendoakan, berpuasa dan bersedekah agar karya keselamatan menjadi nyata, konkret pada manusia dan alam semesta termasuk ibu bumi kita. Bunda Maria, bunda Pelindung kita menjadi teladan kesediaan dan kesetiaan untuk merenungkan Perjalanan Salib Yesus Kristus dan KebangkitanNya. Selamat memasuki masa retret agung ini. Tuhan menyertai kita.

KETENTUAN PUASA DAN PANTANG

1. Ketentuan

Kitab Hukum Kanonik Kanon 1249 menetapkan bahwa semua umat beriman kristiani wajib menurut cara masing-masing melakukan tobat demi hukum ilahi; tetapi agar mereka semua bersatu dalam suatu pelaksanaan tobat bersama, ditentukan hari-hari tobat, dimana:

- a. Umat beriman Kristiani secara khusus meluangkan waktu untuk berdoa.
- b. Menjalankan karya kesalehan dan amal kasih,
- c. Menyangkal diri sendiri dengan melaksanakan kewajiban-kewajibannya secara lebih setia.
- d. Berpuasa dan berpantang menurut norma kanon-kanon berikut:

Kanon 1250 – Hari dan waktu tobat dalam seluruh Gereja ialah setiap hari Jumat sepanjang tahun, dan juga masa 40 hari atau prapaskah.

Kanon 1251 – Pantang makan daging atau makan lain menurut ketentuan Konferensi Para Uskup hendaknya dilakukan setiap hari Jumat sepanjang tahun, kecuali hari Jumat itu kebetulan jatuh pada salah satu hari yang terhitung hari raya; sedangkan pantang dan puasa hendaknya dilakukan pada hari Rabu Abu dan Jumat Agung, memperingati sengsara dan wafat Tuhan kita Yesus Kristus.

Kanon 1252 – Peraturan pantang mengikat mereka yang telah berumur genap empat belas tahun; sedangkan peraturan puasa mengikat semua yang berusia dewasa sampai awal tahun ke enampuluh; namun para gembala jiwa dan orang tua hendaknya berusaha

agar juga mereka, yang karena usianya tidak terikat wajib puasa dan pantang, dibina ke arah cita rasa tobat yang sejati.

2. Petunjuk

- a. Masa Prapaskah tahun 2020 sebagai hari tobat berlangsung mulai hari Rabu Abu, tanggal 26 Februari 2020 sampai dengan Jumat Agung, tanggal 10 April 2020.
- b. Pantang berarti tidak makan makanan tertentu yang menjadi kesukaannya dan juga tidak melakukan kebiasaan buruk, misalnya: marah, benci, berbelanja demi nafsu berbelanja, boros, tidak memaafkan, menghindari penerimaan kantong-kantong plastik bila berbelanja di pasar, warung makan atau supermarket, mall. Tetapi berusaha lebih mengutamakan dan menggandakan perbuatan, tutur kata baik kepada sesama.
- c. Puasa berarti makan satu kali dalam sehari.

3. Cara mewujudkan Pertobatan

- a. Doa: Masa prapaskah hendaknya menjadi hari-hari istimewa untuk meningkatkan semangat berdoa, mendekatkan diri kepada Tuhan dengan tekun mendengarkan dan merenungkan sabda Tuhan serta melaksanakannya dengan setia.
 - b. Karya amal kasih: Pantang dan puasa selayaknya dilanjutkan dengan perbuatan amal kasih yakni membantu sesama yang menderita dan berkekurangan. Kami mengajak Anda sekalian untuk melakukan aksi nyata amal kasih baik pribadi maupun bersama-sama di lingkungan maupun wilayah.
 - c. Penyangkalan diri: Dengan berpantang dan berpuasa, kita meneladan Kristus yang rela menderita demi keselamatan kita. Kita mengatur kembali pola hidup dan tingkah laku sehari-hari agar semakin menyerupai Kristus.
4. **Himbauan:** Selama masa Prapaskah, apabila akan melangsungkan perayaan perkawinan hendaknya memperhatikan corak masa tobat. Dalam keadaan terpaksa seyogyanya pesta dan keramaian ditunda.

Bogor, 21 Februari 2020

Mgr. Paskalis Bruno Syukur,
Uskup Keuskupan Bogor