

PERTOBATAN DI DALAM PHILOKALIA

Hendi Wijaya ^{1)*}

¹⁾Dosen STT Soteria Seminari Purwokerto

^{*)}Penulis korespondensi: hendirina@gmail.com

Abstrak

Artikel ini ditulis untuk memberikan pengajaran tentang perjalanan kehidupan spiritual ketika seseorang sudah dilahirkan baru oleh Roh Kudus dalam baptisan. Pertobatan sehari-hari menjadi kunci untuk mencapai *Theosis* ini. Pandangan para Bapa Gereja dalam tradisi Timur yang terhimpun dalam buku *Philokalia* menjadi inti pembahasan untuk mengenal lebih dalam tentang konsep pertobatan mereka dan bagaimana relevansinya dalam kehidupan spritual kita sehari-hari sehingga kehidupan spiritual kita bisa bertumbuh.

Kata-kata kunci: *pertobatan, philokalia, spiritual, air mata, Nous, Roh Kudus, Bapa Gereja, dosa*

Pendahuluan

Kehidupan spiritual dimulai ketika seseorang sudah dilahirkan baru oleh Roh Kudus dalam baptisan (Yoh 3:5). Roh Kudus menyalurkan karya keselamatan yang telah dikerjakan oleh Yesus Kristus dua ribu tahun yang lalu (karya penebusan Kristus yakni penyaliban, kematian, kebangkitan, dan kenaikan-Nya ke Surga) yakni hidup kekal pelepasan dari kuasa Iblis, dosa, kelapukan tubuh, kefanaan hidup, dan kematian serta dimanunggalan dengan Tubuh Kebangkitan Kristus dan dengan demikian manunggal dengan hidup ilahi, menyatu dalam kemuliaan Allah (*Theosis*). Penyatuan atau kemanunggalan kita dengan Tubuh Kemuliaan Kristus yang oleh kebangkitan telah menghancurkan maut, kelapukan, kefanaan, dosa, dan Iblis, serta sekaligus menyatakan kehidupan kekal, kemuliaan, dan kodrat ilahi itu sendiri.

Roh Kudus menyalurkan hidup baru (Rom 5:5; Yoh 3:5; Kis 2:33). Roh Kudus menyalurkan anugerah atau rahmat atau kasih karunia Allah yakni kuasa penebusan Kristus melalui penyaliban, kematian, dan kebangkitan Kristus yang mengubah hidup, menguduskan, memuliakan, mengilahkan manusia yang percaya kepada Yesus Kristus. Daya kuasa dari Energi Ilahi disebut sebagai anugerah atau rahmat atau kasih karunia dan disalurkan oleh Roh Kudus. Roh Kudus itulah yang menyalurkan karya penebusan

Kristus dengan memberikan kepada kita hidup baru yakni hidup kebangkitan Kristus kepada kita sehingga kita "dilahirkan baru" atau "dilahirkan kembali" yakni diberi kehidupan baru (kehidupan kebangkitan Kristus) yang berbeda dengan kehidupan lama yang berasal dari Adam (1 Pet 1:3-4; Yoh 3:5). Di mana Roh Kudus hadir, maka Kristus dengan segala dampak karya keselamatan-Nya itu juga hadir di dalam Roh Kudus itu. Dengan demikian Roh Kudus memang Sang Pemberi Hidup Baru, Hidup Kebangkitan, Hidup Kekal, yang tak lain adalah Hidup Ilahi itu sendiri. Melalui cara yang demikian Roh Kudus bersemayam dalam hati orang percaya (1 Kor 3:16). Orang beriman itu hidup oleh Roh (Gal 5:25) sehingga dipimpin oleh Roh Kudus (Rom 8:16). Jadi, Roh Kudus akan terus menerus menyalurkan rahmat penebusan Kristus itu bagi mereka yang taat dan memiliki iman sungguh-sungguh.

Kehidupan spiritual itu seperti hubungan seorang anak dengan ibunya. Di saat luka, ibunya membalut. Di saat menangis, ibunya menghibur. Di saat melawan dan tidak taat, ibunya memberi pengampunan dan harapan. Seorang ibu selalu merawat dan mengajar dengan penuh kasih dan dedikasi. Begitu juga hidup kita sebagai manusia rohani bersama Roh Kudus. Dia yang melahirkan baru roh kita menjadi Ibu rohani yang sangat baik, penuh kasih dan sabar. Dia mengajar, mengingatkan, merawat, menghibur, dan mengampuni setiap pelanggaran kita. Dia adalah penolong kita yang sejati.

Dalam perjalanannya, kehidupan spiritual kita harus berjuang menghadapi Iblis dan dosa karena roh dan tubuh ini masih dalam perjuangan atau perjalanan menuju *Theosis* yakni mengerjakan keselamatan itu sampai kita dibangkitkan dengan mendapat tubuh kebangkitan yang mulia dan menyatu dengan roh yang telah dewasa menyerupai Kristus. Apa yang terjadi pada tubuh kita sebelum kita menerima tubuh kebangkitan? Rasul Paulus menjelaskan bahwa tubuh kita memang dikuasai hukum dosa dan menjadi tawanannya (Rom 7:23). Sebab itu, kita harus melatih tubuh dan menguasainya (1 Kor 9:27) dengan menyerahkan anggota-anggota tubuh kita kepada Allah (Rom 6:11-13) melalui penyaliban keinginan daging dan segala hawa nafsunya (Gal 5:24). Roh kita yang telah lahir baru harus bertumbuh dewasa sehingga NOUS (inti roh manusia)¹ dan produk-produk NOUS (seperti pikiran dan kehendak dan ego yang merupakan

¹ Di dalam roh manusia yang merupakan gambar dan rupa Allah itu terdapat NOUS yang merupakan gambar Allah Bapa sebagai inti dari roh itu sendiri; LOGOS yang merupakan gambar Allah Anak sebagai yang menyatakan atau memanifestasikan NOUS itu sendiri dalam bentuk pikiran-pikiran, kehendak, dan ego; dan roh itu sendiri sebagai gambar dari Roh Kudus. Penulis sengaja tidak menterjemahkan istilah NOUS ini demi ketepatan makna saja.

manifestasi dari NOUS) itu melatih tubuh kita dan menguasainya² dan sekaligus menjadi *guardian* atau penjaga tubuh kita dari perbuatan-perbuatan dosa. Sehingga tubuh ini diserahkan kepada Allah sebagai persembahan yang hidup, kudus, dan berkenan kepada Allah (Rom 12:1). Tubuh kita bekerja seperti biasa memuliakan Allah namun roh kita tidak boleh berhenti berdoa kepada Allah. Pertobatan sehari-hari dengan tangisan air mata atau *daily repentance with tears* akan membersihkan akal budi dan hati kita dari kekotoran dosa sehingga tubuh ini kembali suci. Anggaplah kelemahan dan dosa itu seperti awan gelap yang akan turun menjadi hujan lalu segera berlalu dan terbit menjadi terang hari yang disinari matahari. Hujan air mata di dalam hati akan membersihkan kegelapan awan hati kita sehingga menjadi terang kembali.

Perjuangan melawan dosa dengan doa-doa merupakan poin penting di dalam *Philokalia*. Bapa Gereja Evagrios the Solitary, juga dikenal Evagrios Pontikos, menuliskan tentang doa melawan dosa sebagai berikut,

Prayer is communion of the intellect with God. What state, then, does the intellect (NOUS) need so that it can reach out to its Lord without deflection and commune with Him without intermediary? When Moses tried to draw near to the burning bush he was forbidden to approach until he had loosed his sandals from his feet (cf. Exod. 3:5/ If, then, you wish to behold and commune with Him who is beyond sense-perception and beyond concept, you must free yourself from every impassioned thought. First pray for the gift of tears, so that through sorrowing you may tame what is savage in your soul. And having confessed your transgressions to the Lord, you will obtain forgiveness from Him. Pray with tears and all you ask will be heard. For the Lord rejoices greatly when you pray with tears.³

Pertobatan dan air mata merupakan satu kesatuan di dalam doa-doa. Evagrios menuliskan sebagai berikut,

If you do shed tears during your prayer, do not exalt yourself, thinking you are better than others. For your prayer has received help so that you can confess your sins readily and make your peace with the Lord through your tears. Therefore, do not turn the remedy for passions into a passion, and so again provoke to anger Him who has given you this grace. Many people, shedding tears for their sins, forget what tears are for, and so in their folly go astray. Persevere with patience in your prayer and repulse the cares and doubts that arise within you. They disturb and trouble you, and so slacken the intensity of your prayer. When the demons see you truly eager to pray, they suggest an imaginary need for various things, and then stir up your remembrance of these things, inciting the intellect to go after them: and when it fails to find them, it becomes very depressed and

² Tuhan Yesus menyebut dengan istilah menyangkal diri atau ego (lihat Mat 16:24).

³ Evagrios the Solitary, *The Philokalia*, Volume 1, comp. St. Nikodimos of the Holy Mountain dan St. Makarios of Corinth, terj. G.E.H. Palamer, Philip Sherrard, dan Kalistos Ware (London: Faber & Faber, 1979), On Prayer: sec. 3-6.

miserable. And when the intellect is at prayer, the demons keep filling it with the thought of these things, so that it tries to discover more about them and thus loses the fruitfulness of its prayer. Try to make your intellect deaf and dumb during prayer: you will then be able to pray. Whenever a temptation or a feeling of contentiousness comes over you, immediately arousing you to anger or to some senseless word, remember your prayer and how you will be judged about it, and at once the disorderly movement within you will subside.⁴

Sebab itu, artikel ini ditulis untuk menemukan konsep pertobatan itu di dalam *Philokalia*. Penulis akan memaparkan bagaimana pandangan para Bapa Gereja *Philokalia*⁵ tentang pertobatan sehari-hari dan memformulasikan berbagai pandangan tersebut ke dalam sebuah konsep. Sebelumnya, penulis akan menjelaskan secara singkat tentang *Philokalia* kepada pembaca.

Philokalia

Philokalia adalah kumpulan teks yang ditulis antara abad keempat sampai kelima belas oleh para rahib atau biarawan dari tradisi Kristen Ortodoks.⁶ *Philokalia* disusun pada abad kedelapan belas oleh dua biarawan Yunani, St. Nikodimos dari Gunung Suci Athos (1749-1809) dan St. Makarios dari Korintus (1731-1805), dan pertama kali diterbitkan menjadi buku di Venesia pada tahun 1782. Edisi kedua diterbitkan di Athena pada tahun 1893, dan ada penambahan teks tentang doa oleh Patriark Kallistos yang tidak ditemukan di edisi 1782. Edisi ketiga, dalam lima jilid, juga diterbitkan di Athena selama tahun 1957-1963 oleh Astir Publishing Company. Semua teks dalam *Philokalia* ditulis dalam bahasa Yunani, kecuali dua jilid yang pertama ditulis dalam bahasa Latin dan diterjemahkan ke bahasa Yunani pada zaman

⁴ Evagrius the Solitary, *The Philokalia*, Volume 1, On Prayer: sec. 7-12.

⁵ Yakni para biarawan yang menguduskan hidup mereka dalam tradisi biara Ortodoks dan para penulis spiritual Timur (Orhtodoks) yang dikumpulkan dalam 5 jilid buku *Philokalia*.

⁶ Ortodoks berasal dari dua kata Yunani: Orthos (ορθος), artinya benar/lurus dan Doxa (δόξα), artinya adalah kepercayaan/ajaran. Jadi, makna kata Orthodox adalah "kepercayaan/ajaran yang benar/lurus". Gereja Orthodox didirikan oleh para Rasul Yesus Kristus sendiri. Pada zaman para Rasul ada 5 Kota Pusat Kristen yang disebut sebagai *Pentarkhi*, antara lain:

- a) Gereja Antiokhia (Syria, sekarang Turki), oleh Rasul Petrus tahun 37 AD.
- b) Gereja Konstantinopel (sekarang Turki), oleh Rasul Andreas tahun 38 AD.
- c) Gereja Roma (Itali), oleh Rasul Petrus & Paulus tahun 42 AD.
- d) Gereja Alexandria (Mesir), oleh Ev. Markus tahun 43 AD.
- e) Gereja Yerusalem (Israel), oleh Rasul Yakobus tahun 49 AD.

Juga terdapat gereja-gereja para rasul lainnya yang tidak menjadi Kota Pusat Kristen, misalnya Gereja Kristen India didirikan oleh Rasul Thomas, Gereja Kristen Assyria (Persia) dan Armenia didirikan oleh Rasul Bartholomeus dan Rasul Yudas Thadeus, dan Gereja Kristen Ethiopia didirikan oleh Sang Penginjil Filipus. Pada perkembangan selanjutnya, wilayah-wilayah Gereja tersebut disebut sebagai Yuridiksi. Sebagian besar Gereja-Gereja tersebut tetap dalam kesatuan dan lestari hingga kini menggunakan nama Gereja Orthodox.

Bizantium. Dalam tulisan ini, penulis menggunakan terjemahan bahasa Inggris yang diterjemahkan oleh G. E. H. Palmer, Philip Sherrard, dan Kallistos Ware berdasarkan edisi yang ketiga.

Philokalia itu sendiri berarti cinta akan yang cantik, agung, sangat bagus, indah, dan dimengerti sebagai sumber kehidupan rohani dan wahyu kebenaran. Teks-teks *Philokalia* dikumpulkan dengan maksud untuk kesempurnaan spiritualitas orang beriman. *Philokalia* menunjukkan jalan untuk membangun dan mengembangkan perhatian dan kesadaran demi mencapai kewaspadaan dan kesempurnaan spiritualitas yang merupakan tanda kesucian. G. E. H. Palmer, Philip Sherrard, dan Kallistos Ware menuliskan bahwa *Philokalia* merupakan,

The *Philokalia* describes the conditions most effective for learning what their authors call the art of arts and the science of sciences, a learning which is not a matter of information or agility of mind but of a radical change of will and heart leading man towards the highest possibilities open to him, shaping and nourishing the unseen part of his being, and helping him to spiritual fulfillment and union with God. The *Philokalia* is an itinerary through the labyrinth of time, a silent way of love and gnosis through the deserts and emptinesses of life, especially of modern life, a vivifying and fadeless presence. It is an active force revealing a spiritual path and inducing man to follow it. It is a summons to him to overcome his ignorance, to uncover the knowledge that lies within, to rid himself of illusion, and to be receptive to the grace of the Holy Spirit who teaches all things and brings all things to remembrance. The texts of the *Philokalia* are, then, guides to the practice of the contemplative life. They constitute, as St Nikodimos puts it in his introduction, 'a mystical school of inward prayer' where those who study may cultivate the divine seed implanted in their hearts at baptism and so grow in spirit that they become 'sons of God' (John 1: 12), attaining through such deification 'the measure of the stature of the fullness of Christ' (Eph. 4: 13). The emphasis is therefore on inner work, on the cleansing of 'the inside of the cup and plate, so that their outside may also be clean' (Matt. 23:26).⁷

Philokalia adalah perjalanan melewati jalan *labyrinth* waktu, suatu jalan cinta kasih dan hikmat dalam keheningan, melewati padang gurun dan kekosongan kehidupan khususnya kehidupan modern sekarang, suatu kehadiran yang menghidupkan dan tak akan pudar. Ini adalah daya kekuatan aktif manusia dalam perjalanan rohani yang mendorong manusia untuk mengikutinya. Ini adalah panggilan bagi manusia untuk mengatasi kebodohan/ketidak-tahuan, untuk menyingkap pengetahuan yang terdapat di dalam batin, untuk melepaskan dirinya dari ilusi atau khayalan palsu, dan menjadi

⁷ *The Philokalia*, Volume 1, 13-14.

terbuka terhadap Roh Kudus yang mengajar segala sesuatu dan yang mengingatkan segala sesuatu.⁸

Sumbangsih *Philokalia* yang paling penting adalah doa, nepsis atau berjaga-jaga atau kewaspadaan, perhatian batin, pertobatan sehari-hari, menjaga hati dan pikiran. Topik tentang pertobatan sehari-hari menjadi fokus utama artikel ini.

Pertobatan Di dalam *Philokalia*

Salah satu penulis *Philokalia*, St. Isaiah the Solitary, menjelaskan bahwa pertobatan adalah, "Be attentive to yourself, so that nothing destructive can separate you from the love of God. Guard your heart, and do not grow listless and say: "How shall I guard it, since I am a sinner?" For when a man abandons his sins and returns to God, his repentance regenerates him and renews him entirely."⁹ St. Isaiah the Solitary menjelaskan hal yang sama seperti Rasul Paulus di dalam Roma 8:38-39 bahwa, "Sebab aku yakin, bahwa baik maut, maupun hidup, baik malaikat-malaikat, maupun pemerintah-pemerintah, baik yang ada sekarang, maupun yang akan datang, atau kuasa-kuasa, baik yang di atas, maupun yang di bawah, ataupun sesuatu makhluk lain, tidak akan dapat memisahkan kita dari kasih Allah, yang ada dalam Kristus Yesus, Tuhan kita." Semua itu membutuhkan pertobatan yakni berbalik kepada Allah untuk memperoleh hidup yang baru.

Bapa Gereja Evagrius menyebutkan bahwa pertobatan berarti, "Until is completely changed by repentance, he will be wise always to remember his sins with sorrow and to recall the eternal fire that they justly deserve."¹⁰ Pertobatan mengingatkan kesedihan terhadap dosa dan api keadilan yang menhanguskan dosa-dosa. Allah berbelas kasihan kepada manusia berdosa namun bukan kepada dosa-dosa manusia.

Melawan Dosa

Ada dosa yang mendatangkan maut. Menurut Bapa Gereja Mark the Ascetic, "There is a sin that is always "unto death": the sin for which we do not repent. For this sin even a saint's prayers will not be heard."¹¹ Mark the Ascetic mengutip 1 Yoh 5:16. Dosa yang kita tidak pernah tobat adalah dosa yang mendatangkan maut. Dan hanya

⁸ Lihat *The Philokalia*, Volume 1, 14.

⁹ St. Isaiah the Solitary, *The Philokalia*, Vol. 1, On Guarding the Intellect, sec. 22.

¹⁰ Evagrius the Solitary, *The Philokalia*, Vol. 1, On Prayer, sec. 144.

¹¹ St. Mark the Ascetic, *The Philokalia*, Vol. 1, On Those Who Think that They Are Made Righteous by Works, sec. 41.

sinergi dengan Allah dosa itu dapat diampuni dan maut disingkirkan. Sehingga St. Mark the Ascetic melanjutkan, "He who repents rightly does not imagine that it is his own effort that cancels his former sins; but through this effort he makes his peace with God."¹²

Setelah pertobatan dalam baptisan (Yoh 3:5), kehidupan spiritual melawan Iblis dan dosa (Efe 6:12) dimulai bersama Roh Kudus dan pertobatan setiap hari akan membersihkan hati dan menerangi NOUS kita. Bapa Gereja Hesychios the Priest menuliskan,

Each hour of the day we should note and weigh our actions and in the evening, we should do what we can to free ourselves of the burden of them by means of repentance—if, that is, we wish, with God’s help, to overcome wickedness. We should also make sure that we perform all our outward tasks in a manner that accords with God’s will, before God and for God alone, so that we are not mindlessly seduced by the senses.¹³

Pertobatan setiap hari adalah pembaruan manusia baru terus menerus (Kol 3:10) melalui pembaruan NOUS (Rom 12:2) menuju kedewasaan seperti Kristus (Efe 4:13) sehingga NOUS atau *the intellect* kita tidak takluk pada tubuh atau keinginan daging. Pertobatan bukan hanya perasaan emosional bersalah terhadap dosa tetapi pembaruan NOUS tadi. Perjuangan melawan dosa tidak membuat NOUS semakin terpuruk melainkan semakin bersinar walaupun masih bisa berdosa. Bapa Gereja John of Karpathos menjelaskan,

The moon as it waxes and wanes illustrates the condition of man: sometimes he does what is right, sometimes he sins and then through repentance returns to a holy life. The intellect of one who sins is not destroyed (as some of you think), just as the physical size of the moon does not diminish, but only its light. Through repentance a man regains his true splendor, just as the moon after the period of waning clothes itself once more in its full light. If a man believes in Christ, "Even though he dies, he shall live" (John 11:25); he shall know that "I the Lord have spoken, and will do it" (Ezekiel 17:24, LXX).¹⁴

Begitu juga Bapa Gereja Maximos the Confessor menyatakan dosa manusia berkaitan dengan NOUS (yang dia sebut sebagai *the Intellect*) yakni aspek dari roh manusia yang bisa bersekutu dengan Allah. St. Maximos the Confessor menuliskan,

Observe, with reference to this passage from Jonah (3:1–9), how the king represents the natural law. The throne is an impassioned disposition in alliance

¹² St. Mark the Ascetic, *The Philokalia*, Vol. 1, On Those Who Think that They Are Made Righteous by Works, sec. 42.

¹³ St. Hesychios the Priest, *The Philokalia*, Vol. 1, On Watchfulness and Holiness, sec. 124.

¹⁴ St. John of Karpathos, *The Philokalia*, Vol. 1, For the Encouragement of the Monks in India Who Had Written to Him, sec. 4.

with the senses. The robe is the display of self-esteem. Sackcloth is the grief of repentance. Ashes are humility. Men are those who sin in relation to intelligence; beasts those who sin in relation to desire; cattle those who sin in relation to their incensive power; and sheep those who sin in relation to the contemplation of visible things.¹⁵

Allah membenci dosa dan kejahatan- kejahatan yang timbul dari dosa namun Allah mengasihi mereka yang bertobat sebab Dia adalah kasih. *The intellect* manusia yang berdosa membuat relasi dengan Allah menjadi terputus. Dan hanya dengan pertobatan, persekutuan dengan Allah dapat tersambung. Bapa Gereja Theonogtos menuliskan,

We will not be punished or condemned in the age to be because we have sinned, since we were given a mutable and unstable nature. But we will be punished if, after sinning, we did not repent and turn from our evil ways to the Lord; for we have been given the power to repent, as well as the time in which to do so. Only through repentance shall we receive God's mercy, and not its opposite, his passionate anger. Not that God is angry with us: he is angry with evil. Indeed, the Divine is beyond passion and vengefulness, though we speak of it as reflecting, like a mirror, our actions actions and dispositions, giving to each of us whatever we deserve.¹⁶

Bahkan Theognostos lebih lanjut menyatakan bahwa tanpa pertobatan maka dosa akan berkembang terus sampai mendatangkan hukuman karena relasi yang terputus dengan Allah. Relasi yang terputus dengan Allah karena dosa mendatangkan hukuman sebab itu cepatlah berbalik kepada Allah dalam tangisan. Theonogtos menuliskan,

When you fall from a higher state, do not become panic-stricken, but through remorse, grief, rigorous self-reproach, and, above all, through copious tears shed in a contrite spirit, correct yourself and return quickly to your former condition. Rising up again after your fall, you will enter the joyous valley of salvation, taking care so far as possible not to anger your Judge again, so as not to need atoning tears and sorrow in the future. But if you show no such repentance in this present life, you will certainly be punished in the age to be.¹⁷

Kasih Karunia Kedua

Pertobatan setelah kelahiran baru merupakan kasih karunia Allah kedua setelah baptisan. Sebab itu kita harus bersyukur seperti yang diungkapkan oleh Bapa Gereja Peter of Damaskos,

If from the start we had wanted to keep the commandments and to remain as we were when baptized, we would not have fallen into so many sins or have needed the trials and tribulations of repentance. If we so wish, however, God's second gift of grace—repentance—can lead us back to our former beauty.¹¹ But if we fail to repent, inevitably we will depart with the unrepentant demons into

¹⁵ St. Maximos the Confessor, *The Philokalia*, Vol. 2, Fourth Century of Various Texts, sec. 95.

¹⁶ St. Theognostos, *The Philokalia*, Vol. 2, On the Practice of the Virtues, sec. 47.

¹⁷ St. Theognostos, *The Philokalia*, Vol. 2, On the Practice of the Virtues, sec. 48.

agelong punishment, more by our own free choice than against our will. Yet God did not create us for wrath but for salvation (cf. 1 Thessalonians 5:9), so that we might enjoy his blessings; and we should therefore be thankful and grateful toward our Benefactor. But our failure to get to know his gifts has made us indolent, and indolence has made us forgetful, with the result that ignorance lords it over us. We have to make strenuous efforts when we first try to return to where we fell from.¹⁸

Sebagai kasih karunia Allah, maka kita tidak kehilangan harapan ketika kita berdosa sebab Allah mengasihi mereka yang bertobat. Pertobatan merupakan harapan manusia diselamatkan dari dosa. Pertobatan yang disertai kerendahan hati adalah kesukaan Allah. Hal ini ditegaskan oleh St. Peter of Damaskos,

Even if you are not what you should be, you should not despair. It is bad enough that you have sinned; why in addition do you wrong God by regarding him in your ignorance as powerless? Is he, who for your sake created the great universe that you behold, incapable of saving your soul? And if you say that this fact, as well as his incarnation, only makes your condemnation worse, then repent; and he will receive your repentance, as he accepted that of the prodigal son (Luke 15:20) and the prostitute (Luke 7:37–50). But if repentance is too much for you, and you sin out of habit even when you do not want to, show humility like the publican (Luke 18:13): this is enough to ensure your salvation. For he who sins without repenting, yet does not despair, must of necessity regard himself as the lowest of creatures, and will not dare to judge or censure anyone. Rather, he will marvel at God's compassion.¹⁹

Belas kasihan Allah diberikan kepada mereka yang bertobat dengan kerendahan hati dan itu telah cukup menyelamatkan mereka. Hal ini memberikan kita pengenalan bahwa Allah adalah tabib yang menyembuhkan bukan seorang hakim yang mengadili mereka yang datang kepada-Nya dengan kerendahan hati dalam pertobatan. St. Peter of Damaskos menjelaskan,

It is always possible to make a new start by means of repentance. "You fell," it is written, "now arise" (Proverbs 24:16). And if you fall again, then rise again, without despairing at all of your salvation, no matter what happens. As long as you do not surrender yourself willingly to the enemy, your patient endurance, combined with self-reproach, will suffice for your salvation. "For at one time we ourselves went astray in our folly and disobedience," says St. Paul. "... Yet he saved us, not because of any good things we had done, but in his mercy" (Titus 3:5). So do not despair in any way, ignoring God's help, for he can do whatever he wishes. On the contrary, place your hope in him and he will do one of these things: either through trials and temptations, or in some other way which he alone knows, he will bring about your restoration; or he will accept your patient

¹⁸ St. Peter of Damaskos, *The Philokalia*, Vol. 3, A Treasury of Divine Knowledge, Introduction.

¹⁹ St. Peter of Damaskos, *The Philokalia*, Vol. 3, A Treasury of Divine Knowledge, That We Should Not Despair Even if We Sin Many Times.

endurance and humility in the place of works; or because of your hope he will act lovingly toward you in some other way of which you are not aware, and so will save your shackled soul. Only do not abandon your Physician.²⁰

Allah merupakan harapan kita sebab Dia adalah tabib yang ajaib yang menyembuhkan jiwa kita yang terluka yakni memperbarui baptisan kita melalui pertobatan. St. Peter of Damaskos dengan tepat menuliskan, "For these good things we ought all of us always to give thanks to him, especially those who have received from him the power to renew their holy baptism through repentance, because without repentance no one can be saved. For the Lord has said, "Why do you call me, Lord, Lord, yet fail to do the things I tell you?" (Luke 6:46)."²¹

Air Mata

Allah menunggu pertobatan kita dengan sabar sebab Dia adalah kasih. Namun Dia juga mengingatkan kita untuk tidak menganggap pengampunan-Nya adalah murahan, bukan karena Allah tidak akan mengampuni lagi melainkan kita bisa semakin jauh dari Allah sehingga kita merasa tidak perlu pertobatan lagi. Bapa Gereja Makarios of Egypt dengan tepat menuliskan,

Being bountiful and full of love, God awaits with great patience the repentance of every sinner, and he celebrates the return of the sinner with celestial rejoicing; as he himself says, "There is joy in heaven over one sinner who repents" (Luke 15:7, 10). But when someone sees this generosity and patience, and how God awaits repentance and so does not punish sins one by one, he may neglect the commandment and make such generosity an excuse for indifference, adding sin to sin, offense to offense, laziness to laziness. In this way he will reach the furthest limits of sin, and fall into such transgression that he is not able to recover himself.²²

Sebab itu, pertobatan yang sejati adalah lahir dari hati yang menangis dan meratapi dosa-dosanya. Bapa Gereja Symeon the New Theologian menyatakan,

Let no one deceive you with vain words" (Ephesians 5:6), and let us not deceive ourselves: before we have experienced inward grief and tears there is no true repentance or change of mind in us, nor is there any fear of God in our hearts, nor have we passed sentence on ourselves, ourselves, nor has our soul become conscious of the coming judgment and eternal torments. Had we accused ourselves and realized these things in ourselves, we would have immediately shed tears; for without tears our hardened hearts cannot be mollified, our souls cannot acquire spiritual humility, and we cannot be humble. If we do not attain such a state, we cannot be united with the Holy Spirit. And if we have not been

²⁰ St. Peter of Damaskos, *The Philokalia*, Vol. 3, The Great Benefit of True Repentance.

²¹ St. Peter of Damaskos, *The Philokalia*, Vol. 3, How It Is Impossible to Be Saved without Humility.

²² St. Makarios of Egypt, *The Philokalia*, Vol. 3, The Raising of the Intellect, sec. 71.

united with the Holy Spirit through purification, we cannot have either vision or knowledge of God, or be initiated into the hidden virtues of humility.²³

Anthony M. Coniaris mengutip St. Symeon the New Theologian dengan menuliskan bahwa, "Tears, "the baptism of the Holy Spirit." He considers that sins committed after baptism cannot be forgiven without tears."²⁴ St. Symeon the New Theologian menuliskan,

No one will ever prove from the divine Scriptures that any person was ever cleansed without tears and constant compunction. No one ever became holy or received the Holy Spirit, or had the vision of God or experienced His dwelling within himself, or ever had Him dwelling in his heart, without previous repentance and compunction and constant tears ever flowing as from a fountain. Such tears flood and wash out the house of the soul; they moisten and refresh the soul that has been possessed and inflamed by the unapproachable fire (cf. I Timothy 6:16).²⁵

Baptisan air mata ini juga dijelaskan oleh St. Gregory of Nazianzen, "They (tears) are the deluge falling on sins, the purification of the world... Weep, sinner, weep; you have no recourse but this."²⁶ Pertobatan dengan kerendahan hati menyukakan hati Allah jika itu dilakukan dalam takut akan Allah dan air mata hati yang menyesali semua dosa. Roh Kudus sebagai *Parakletos* akan menuntun kita kepada pengampunan dan pemulihan jiwa kita.

Pertobatan dengan air mata membersihkan batin atau hati yang kotor karena dosa-dosa. Bapa Gereja Nikita Stithatos menuliskan,

Sometimes the flow of tears produces an acrid and painful feeling in the heart's organ of spiritual perception; sometimes it induces delight and a sense of jubilation. Thus, when through repentance we are in the process of cleansing ourselves from the poison and stain of sin and, enkindled by divine fire, hot tears of repentance flow from us, and when our conscience is, as it were, smitten by the heart's anguish, then we experience this acrid feeling and painfulness both spiritually and perceptibly. But when we have been largely cleansed by such tears and have attained freedom from the passions, then—refreshed by the Divine Spirit, our heart pure and tranquil—we are filled with inexpressible tenderness and delight by the joyous tears provoked by compunction.²⁷

²³ St. Symeon the New Theologian, *The Philokalia*, Vol. 4, Practical and Theological Texts, sec. 69.

²⁴ Anthony M. Coniaris, *The Philokalia: The Bible of Orthodox Spirituality* (Minneapolis: Light & Life Publishing Company, 1998), Chapter 13, What the Church Fathers Say About Tears.

²⁵ Coniaris, *The Philokalia: The Bible of Orthodox Spirituality*, Chapter 13, What the Church Fathers Say About Tears.

²⁶ Coniaris, *The Philokalia: The Bible of Orthodox Spirituality*, Chapter 13, What the Church Fathers Say About Tears.

²⁷ Nikitas Stithatos, *The Philokalia*, Vol. 4, *On the Practice of the Virtues: One Hundred Texts*, sec. 69.

Nikita Stithatos juga menjelaskan, "Tears of repentance are one thing, tears that flow because of divine compunction another. The first are like a river in spate that sweeps away all the bastions of sin; the second are to the soul like rain or snow to a field, making it yield a bountiful crop of spiritual knowledge."²⁸ John Chrysostom menuliskan,

Think of his (St. Paul's) face streaming with tears. Day and night for three years he never ceased his weeping. Imitate his weeping. Make your face bright with tears. Weep for your sins: your anger, your loss of self-control, your love of revelry. Imitate Paul's tears, and you will laugh to scorn the vanities of this passing life. Christ blessed these tears, when He said, "Blessed are you that weep now, for you shall laugh." Nothing is sweeter than these tears; they are more to be desired than any laughter. Pray earnestly for these tears, so that when others sin, your heart may be broken for them. Raise your sons and daughters in the same way; weep for them when you see them led astray. Remember the psalmist's words: "The Lord has heard the sound of my weeping; the Lord accepts my prayer."²⁹

Pertobatan yang demikian menghadirkan Kerajaan Surga. Nikita Stithatos menjelaskan, I have heard people say that one cannot achieve a persistent state of virtue without retreating far into the desert, and I was amazed that they should think the unconfined could be confined to a particular locality.... Such a state is not achieved adventitiously, by external influences; it is implanted within us at our creation by virtue of our endemic divine and spiritual consciousness. And when we are impelled by this inner consciousness in accordance with our true nature we are led into the kingdom of heaven, which in our Lord's words, is "within us" (Luke 17:21). Thus the desert is in fact superfluous, since we can enter the kingdom simply through repentance and the strict keeping of God's commandments. Entry into the kingdom can occur, as David states, "in all places of His dominion"; for he says, "In all places of His dominion bless the Lord, O my soul" (Psalm 103:22).³⁰

Pentingnya Pertobatan

Pentingnya pertobatan setelah baptisan kelahiran baru dijelaskan oleh St. Symeon the New Theologian,

Through holy baptism we are granted remission of our sins, are freed from the ancient curse, and are sanctified by the presence of the Holy Spirit. But we do not as yet receive the perfection of grace ... for that is true only of those who are steadfast in faith and have demonstrated this through what they do. If after we have been baptized we gravitate toward evil and foul actions, we lose the

²⁸ Nikitas Stithatos, *The Philokalia*, Vol. 4, *On the Practice of the Virtues: One Hundred Texts*, sec.70.

²⁹ Coniaris, *The Philokalia: The Bible of Orthodox Spirituality*, Chapter 13, What the Church Fathers Say About Tears.

³⁰ Nikitas Stithatos, *The Philokalia*, Vol. 4, *On the Practice of the Virtues: One Hundred Texts*, sec.72.

sanctification of baptism completely. But through repentance, confession, and tears we receive a corresponding remission of our former sins and, in this way, sanctification accompanied by the grace of God.³¹

Pertobatan itu menguduskan baptisan kita sehingga baptisan itu harus diikuti oleh pertobatan sehari-hari supaya keselamatan itu tetap terjaga dalam anugerah Allah. Sebab itu, pertobatan berlangsung sampai kita menerima keselamatan yang sepenuhnya nanti. St. Symeon the New Theologian juga menambahkan bahwa,

Through repentance the filth of our foul actions is washed away. After this, we participate in the Holy Spirit, not automatically, but according to the faith, humility, and inner disposition of the repentance in which our soul is engaged. In addition, we must also have received complete remission of our sins from our spiritual father. For this reason it is good to repent each day, in accordance with the commandment that tells us to do this; for the words, "Repent, for the kingdom of heaven has drawn near" (Matthew 3:2), indicate that the act of repentance is unending.³²

Bahkan pertobatan menjadi syarat utama sebelum kita menghampiri altar Allah dalam perjamuan suci (Mat 5:23-24). St. Symeon the New Theologian menuliskan, "Take care never to receive communion while you have anything against anyone, even if this is only a hostile thought. Not until you have brought about reconciliation through repentance should you communicate. But you will learn this, too, through prayer."³³

Bapa Gereja Gregory of Sinai juga menjelaskan bahwa pertobatan membawa kita masuk ke dalam hadirat atau persekutuan dengan Allah sehingga menghindarkan kita pada *Gehenna* atau ketiadaan Allah dalam hidup ini. Dia menjelaskan,

Here we should specify the toils and hardships of the ascetic life and explain clearly how we should embark on each task. We must do this lest someone who coasts along without exerting himself, simply relying on what he has heard, and who consequently remains barren, should blame us or other writers, alleging that things are not as we have said. For it is only through travail of heart and bodily toil that the work can be properly carried out. Through them the grace of the Holy Spirit is revealed. This is the grace with which we and all Christians are endowed at baptism but which through neglect of the commandments has been stifled by the passions. Now through God's ineffable mercy it awaits our repentance, so that at the end of our life we may not because of our barrenness hear the words "Take the talent from him" (Matthew 25:28-29), and may not be sent to hell to suffer endlessly in Gehenna. No activity, whether bodily or

74. ³¹ St. Symeon the New Theologian, *The Philokalia*, Vol. 4, Practical and Theological Texts, sec.

75. ³² St. Symeon the New Theologian, *The Philokalia*, Vol. 4, Practical and Theological Texts, sec.

³³ St. Symeon the New Theologian, *The Philokalia*, Vol. 4, *Practical and Theological Texts*, sec. 132.

spiritual, unaccompanied by toil and hardship bears fruit; "for the kingdom of heaven is entered forcibly," says the Lord, "and those who force themselves take possession of it" (Matthew 11:12), where *forcibly* and *force* relate to the body's awareness of exertion in all things.³⁴

Sebab itu, pertobatan setiap hari semakin membersihkan NOUS atau *the intellect* dan perbuatan kita sehingga kita menjadi layak berjalan menuju pengadilan Allah kelak. Nikita Stithatos menjelaskan,

When the unbridled water of the intellect's passion-charged thoughts has been bridled through the abiding presence of the Holy Spirit, and the brine-bitter abyss of indecent images and desires has been brought into subjection through self-control and meditation on death, then the divine spirit of repentance begins to blow and the waters of compunction pour forth, and our God and Master, channeling them into the basin of repentance, washes our spiritual feet, making them worthy to walk in the courts of his kingdom.³⁵

Kondisi Pertobatan

Seperti apa kondisi pertobatan itu? Pertobatan membawa kita masuk ke dalam level spiritualitas yang disebut dengan *purgative*³⁶ yakni penolakan terhadap segala keinginan daging, Iblis, dan diperbarui oleh Roh Kudus. Nikita Stithatos menjelaskan,

The purgative stage pertains to those newly engaged in spiritual warfare. It is characterized by the rejection of the materialistic self, liberation from material evil, and investiture with the regenerate self, renewed by the Holy Spirit (Colossians 3:10). It involves hatred of materiality, the attenuation of the flesh, the avoidance of whatever incites the mind to passion, repentance for sins committed, the dissolving with tears of the bitter sediment left by sin, the regulation of our life according to the generosity of the Spirit, and the cleansing through compunction of the inside of the cup (Matthew 23:26)—the intellect—from every defilement of flesh and spirit (2 Corinthians 7:1), so that it can then be filled with the wine of the Logos that gladdens the heart of the purified (Psalm 104:15), and can be brought to the King of the celestial powers for him to taste. Its final goal is that we should be forged in the fire of ascetic struggle, scouring off the rust of sin, and steeled and tempered in the water of compunction, so that swordlike we may effectively cut off the passions and the demons. Reaching this point through long ascetic struggle, we quench the fire within us, muzzle the brutelike passions, become strong in the Spirit instead of weak (Hebrews 11:33–34), and like another Job conquer the tempter through our patient endurance.³⁷

St. Hesychios the Priest juga menjelaskan level *purgative*, "Because every thought enters the heart in the form of a mental image of some sensible object, the blessed light

³⁴ St. Gregory of Sinai, *The Philokalia*, Vol. 4, *On Stillness*, sec. 14.

³⁵ Nikitas Stithatos, *The Philokalia*, Vol. 4, *On the Inner Nature of Things and on the Purification of the Intellect*, sec. 92.

³⁶ Ada tiga level atau tahap dalam perjalanan rohani atau spiritualitas yang dikenal dalam tradisi Philokalia yakni Purgative, Illuminative, dan Unitive.

³⁷ Nikitas Stithatos, *The Philokalia*, Vol. 4, *On Spiritual Knowledge*, sec. 42.

of the Divinity will illumine the heart only when the heart is completely empty of everything and so free from all form. Indeed, this light reveals itself to the pure intellect in the measure to which the intellect is purged of all concepts.”³⁸ Dengan pertobatan maka *the intellect* akan menjadi terang karena hati ini telah diterangi oleh terang pertobatan kita yang berasal dari Allah. Setelah *the intellect* menjadi terang maka jiwa ini sanggup menolak segala keinginan daging dan godaan dosa yang datang menyerang sehingga tidak diubah menjadi nafsu yang jika dibuahi akan melahirkan perbuatan dosa.³⁹

Dengan pertobatan kita menjadi manusia rohani (*a spiritual man*) yang terus bertumbuh dalam Kristus (1 Kor 3:1-3; Efe 4:13,15; Ibr 5:11-14; 1 Pet 2:2; 2 Pet 3:18). Dan hasil pertumbuhan ini adalah “Kita semua mencerminkan kemuliaan Tuhan dengan muka yang tidak berselubung. Dan karena kemuliaan itu datangnya dari Tuhan yang adalah Roh, maka kita diubah menjadi serupa dengan gambar-Nya, dalam kemuliaan yang semakin besar” (2 Kor 3:18). Bertumbuh ke arah Kristus atau menjadi serupa Kristus merupakan peperangan rohani karena ada manusia duniawi yang masih hidup di dalam diri kita. Rasul Paulus menuliskan, “Jadi jika aku perbuat apa yang tidak aku kehendaki, aku menyetujui, bahwa hukum Taurat itu baik. Kalau demikian bukan aku lagi yang memperbuatnya, tetapi dosa yang ada di dalam aku” (Rom 7:16-17). Ada hukum dosa yang melawan hukum akal budi (NOUS) dan kita menjadi tawanannya di dalam anggota-anggota tubuhku (Rom 7:23). Sebab itu Rasul Paulus menyerukan kepada kita,

Demikianlah hendaknya kamu memandangnya: bahwa kamu telah mati bagi dosa, tetapi kamu hidup bagi Allah dalam Kristus Yesus. Sebab itu hendaklah dosa jangan berkuasa lagi di dalam tubuhmu yang fana, supaya kamu jangan lagi menuruti keinginannya. Dan janganlah kamu menyerahkan anggota-anggota tubuhmu kepada dosa untuk dipakai sebagai senjata kelaliman, tetapi serahkanlah

³⁸ St. Hesychios the Priest, *The Philokalia*, Vol. 1, *On Watchfulness and Holiness*, sec. 89.

³⁹ Proses lahirnya dosa dapat dijelaskan sebagai berikut: 1. Selalu ada serangan atau godaan (PEIRASMOS) dari Iblis yang menyerang NOUS kita, 2. NOUS dan PEIRASMOS berdialog dan jika kalah, 3. godaan Iblis ini akan menguasai hati (KARDIA) kita (Kis 5:3; 1 Pet 5:8; Efe 6:11), 4. sehingga dari hati yang dikuasai Iblis timbul segala pikiran (DIALOGISMOI) jahat (Mar 7:21; Mat 15:19). DIALOGISMOI ini merupakan bagian dari NOUS tadi. 5. Pikiran yang jahat ini akan memunculkan keinginan atau nafsu (lust; passion; EPITHUMIA) yang jahat dan jika keinginan itu dibuahi maka akan melahirkan dosa (Yak 1:14-15) artinya jika keinginan itu dilakukan oleh aku yang sadar maka makhorka dosa. Sebab itu kata Rasul Paulus, kita harus mematikan atau menyalibkan keinginan atau hawa nafsu itu. Lihat juga penjelasan Coniaris, Coniaris, *The Philokalia: The Bible of Orthodox Spirituality* (Minneapolis: Light & Life Publishing Company, 1998), Chapter 12, *The Passions: What are They? How Can We Overcome Them?*

dirimu kepada Allah sebagai orang-orang, yang dahulu mati, tetapi yang sekarang hidup. Dan serahkanlah anggota-anggota tubuhmu kepada Allah untuk menjadi senjata-senjata kebenaran (Rom 6:11-13).

Menyerahkan anggota-anggota tubuh kita kepada Allah berarti kita menyalibkan daging dengan segala hawa nafsu dan keinginannya (Gal 5:24). Bapa Gereja St. Gregory Palamas menjelaskan,

First the soul has to surmount afflictions embraced willingly, thereby learning to spurn sensual pleasure and self-glory; and this in its turn will permit us readily to bear the afflictions that come unsought. If for the sake of poverty of spirit you spurn each pleasure and self-glory, and also regard yourself as deserving the more drastic remedy of repentance, you will be ready to bear any affliction and will accept any temptation as your due, and you will rejoice when it comes, for you will see it as a cleansing agent for your soul.⁴⁰

Pertobatan ini membersihkan jiwa dari godaan dosa dan mendatangkan sukacita sehingga kita tidak lagi berkomitmen pada dosa. St. Gregory Palamas menjelaskan,

But if you are unable to bridle your temper, censure yourself whenever you lose it, and repent before God and before anyone to whom you have spoken or acted evilly. If you repent at the inception of sin you will not commit the sin itself; but if you feel no pang in committing minor offenses you will through them fall into major transgressions.⁴¹

Dan hasil atau buah dari pertobatan itu adalah kesucian hidup di dalam kebenaran seperti yang dijelaskan oleh St. Gregory Palamas sebagai berikut,

Since the Logos of God through his descent to us has brought the kingdom of heaven close to us, let us not distance ourselves from it by leading an unrepentant life.... Let us acquire the fruits of repentance: a humble disposition, compunction and spiritual grief, a gentle and merciful heart that loves righteousness and pursues purity, peaceful, peacemaking, patient in toil, glad to endure persecution, loss, outrage, slander, and suffering for the sake of truth and righteousness. For the kingdom of heaven or, rather, the king of heaven—ineffable in his generosity—is within us (Luke 17:21); and to him we should cleave through acts of repentance and patient endurance, loving as much as we can him who so dearly has loved us.⁴²

Kesimpulan

Berdasarkan penjelasan di atas, penulis mendapatkan sebuah konsep pertobatan di dalam Philokalia yang dapat diformulasikan sebagai berikut:

Ide utama:

Pembaruan manusia batiniah dengan air mata sehingga manusia lahiriah kembali menjadi kudus di hadapan Allah menuju kedewasaan ke arah Kristus.

⁴⁰ St. Gregory Palamas, *Philokalia*, Vol 4, *To the Most Reverend Nun Xenia*, sec. 46.

⁴¹ St. Gregory Palamas, *Philokalia*, Vol 4, *A New Testament Decalogue*, sec. 7.

⁴² St. Gregory Palamas, *Philokalia*, Vol 4, *Topics of Natural and Theological Science*, sec. 57.

Ide-ide pendukung:

1. *Proses pertobatan merupakan pembaruan manusia batiniah:*
 - a. Perjuangan melawan dosa dengan doa-doa dan air mata.
 - b. Lahir dari hati yang menangis dan meratapi dosa-dosanya dan mengingat api keadilan yang menghancurkan dosa-dosa. Ini adalah air mata pertobatan.
 - c. Pembaruan manusia baru terus menerus melalui pembaruan NOUS menuju kedewasaan seperti Kristus sehingga NOUS atau *the intellect* kita tidak takluk pada tubuh atau keinginan daging.
 - d. Membersihkan NOUS, hati, dan jiwa dari kekotoran dosa sehingga kita menjadi layak berjalan menuju pengadilan Allah kelak. NOUS akan menjadi terang karena hati ini telah diterangi oleh terang pertobatan kita yang berasal dari Allah. Setelah NOUS menjadi terang maka jiwa ini sanggup menolak segala keinginan daging dan godaan dosa yang datang menyerang sehingga tidak diubah menjadi nafsu jahat yang jika dibuahi akan melahirkan perbuatan dosa.
2. *Hasil pertobatan merupakan pengudusan manusia lahiriah:*
 - a. Kesucian hidup di dalam kebenaran.
 - b. Pengampunan dosa dan perdamaian dengan Allah. Tanpa pertobatan maka dosa akan berkembang terus sampai mendatangkan hukuman karena relasi yang terputus dengan Allah.
 - c. Menguduskan baptisan sehingga baptisan itu harus diikuti oleh pertobatan sehari-hari supaya keselamatan itu tetap terjaga dalam anugerah Allah. Pertobatan berlangsung sampai kita menerima keselamatan yang sepenuhnya nanti.
 - d. Membawa kita masuk ke dalam hadirat atau persekutuan dengan Allah sehingga menghindarkan kita pada *Gehenna* atau ketiadaan Allah dalam hidup ini.
 - e. Masuk ke dalam level spiritualitas yang disebut dengan *purgative* yakni penolakan terhadap segala keinginan daging, godaan Iblis, dan diperbarui oleh Roh Kudus.
 - f. Mendatangkan sukacita sehingga kita tidak lagi berkomitmen pada dosa.

DAFTAR PUSTAKA

Coniaris, Anthony. M. *The Philokalia: The Bible of Orthodox Spirituality*. Minneapolis: Light & Life Publishing Company, 1998.

St. Nikodemos of The Holy Mountain dan St. Makarios of Corinth. *The Philokalia*. 4 Volumes. Diterjemahkan oleh G. E. H. Palmer, Philip Sherrard, dan Kallistos Ware. London: Faber and Faber, 1984.

Byantoro, Daniel Bambang. *Aku Percaya: Pengakuan Iman Nikea*. Gereja Orthodox Indonesia, 2016.

The Orthodox Study Bible. California: St. Athanasius Academy of Orthodox Theology, 2008.