

GIMNASIUM ROHANI  
(THE GYMNASIUM OF THE SOUL)  
Daniel 6: 11-17; I Timotius 4: 6-11; Matius 6: 31-34

Penulis terkenal Charles R. Swindoll dalam bukunya: “So, You Want to Be Like Christ?” mengatakan:”Yang membedakan kekristenan dengan kepercayaan lainnya ialah tujuannya yaitu menjadi serupa dengan Kristus. Sehingga kesalehan dalam konteks kristiani bukan sekedar moralis, bukan hanya ibadah secara lahiriah, bukan hanya konsep tentang Allah, bukan pula kebajikan ataupun idealisme melainkan hidup yang berakar pada Kristus.” Menjadi Kristen sejati berarti menjadi makin serupa dengan Kristus, dan untuk mencapai tujuan tersebut dibutuhkan adanya disiplin rohani Kristen yang harus dilakukan oleh setiap kita.

Sekarang ini berkembang banyak pengajaran yang menyebutkan bahwa untuk menjadi serupa dengan Kristus, kita tidak memerlukan usaha apapun juga (*effortless spirituality*). Kesatuan dan keserupaan kita dengan Kristus terjadi secara instan saat kita percaya kepada-Nya. Doa bisa dilakukan tanpa usaha, bahkan untuk hidup berserah pada Tuhan pun bisa dilakukan tanpa usaha. Kehidupan rohani kita di dalam Tuhan akan menjadi tanpa rintangan dan tanpa perlu upaya. Pandangan ini jelas salah. Sepanjang Alkitab, berulang kali kita diingatkan, ditegur, diperintahkan untuk menjauhi dosa dan semakin dekat dengan Allah. Ada bagian yang harus kita kerjakan; bukan *effortless* atau tanpa usaha. Untuk dapat bersatu dan makin serupa dengan Kristus dibutuhkan usaha atau disiplin gymnasium (latihan) rohani.

Sebagaimana John Wesley mengatakan “Ada ungkapan di kalangan orang Kristen mula-mula yang mengatakan jiwa dan tubuh membentuk seorang manusia, Roh dan kedisiplinan membentuk seorang Kristen. Tanpa penerapan disiplin rohani tidak ada orang yang bisa disebut sebagai orang Kristen sejati”.

Disiplin rohani membuat kita akan : 1) Memiliki tujuan yang jelas (1 kor 9:22); 2) Meningkatkan Penguasaan diri (Rm 12:3); 3) Menciptakan struktur kebiasaan rohani dalam hidup kita; 4) Mengalami pertumbuhan rohani; dan 5) mengalami perubahan hidup menuju keserupaan dengan Kristus.

Disiplin rohani merupakan bagian hidup yang tidak dapat dipisahkan dari seorang yang menjadi murid Kristus, yang membutuhkan investasi waktu dalam melakukannya. Disiplin rohani harus kita upayakan secara aktif, agar semakin menyerupai Kristus.