



SUARA CHARITAS

Belarasa-yang-tak-terbagi

Edisi Juli – September 2022

Tahun
Kegembiraan



**Membantu Sesama Manusia
dengan Gembira & Penuh
Rasa Syukur**



REGISTER NOW

KONGREGASI SUSTER ST. FRANSISKUS CHARITAS (FCh)

SYARAT DAN KETENTUAN

- Perempuan minimal usia 17 tahun dan maksimal 35 tahun
- Lulus pendidikan minimal SLTA atau sederajat
- Sekurang-kurangnya sudah 3 tahun dipemandikan



**Ingat subacita
Ingat cinta kasih
Ingat Suster
Ingat Charitas!**



- Januari - Maret Pendaftaran
- April - Mei Tes Kesehatan dan Psikologi
- Juni Wawancara dan Masuk aspiran



   [suster_charitas](https://www.youtube.com/channel/UCsuster_charitas)

CALL US
0812 7194 9343
[susterfch.or.id](https://www.susterfch.or.id)

Redaksi

Alamat : Jl. Jend. Sudirman No. 1054
Telepon : (0711) - 353375
E-Mail : suaracharitas@gmail.com



Penanggung Jawab : Sr. M. Henrika, FCh

Pimpinan Redaksi: Sr.M. Dominica, FCh

Redaksi : Sr. M.Michelle, FCh
 Sr. M. Redempta, FCh

Editor Sr. M. Paula, FCh

Sr. M. Fransita, FCh

Sr. M. Xaveriani, FCh

Sr.M. Dominica, FCh

Kontributor Tim Suara Charitas

Distributor Sr.M. Isedora, FCh



Desain Cover:

Sr.M. Valensia, FCh

Redaksi Menerima
 Kiriman Naskah dari Para
 Pembaca

DAFTAR ISI

SALAM REDAKSI	4
UNTAIAN KASIH Melayani Tuhan dan Sesama dengan Sukacita.....	5
SPIRITUAL Panggilan Kerasulan Para Suster FCh “Membantu Sesama Manusia dengan ‘Spirit’ Gembira”.....	8
KESEHATAN Kesehatan Mental dan Upaya Untuk Menjaganya...	13
BERITA Kasih Pesona Charitas.....	17
BERITA Harta Warisan Rohani Yang Sangat Berharga.....	22
PENDIDIKAN A Cup of Coffee for Secondary English Teachers, Cheers!.....	27
BERITA Melatih Kepekaan Rohani	31
MISI Kasih Tuhan Yang Luar Biasa.....	37
BERITA Meneladan Sang Santo.....	40
SHARING Sudahkah Aku Bahagia?.....	43
BERITA Selalu Menyerahkan Diri Kepada Tuhan.....	45
BERITA Kaul Sebagai Persembahan Diri.....	49
BERITA Jangan Katakan Aku ini Masih Muda.....	52
PANGGILAN Menurut Bersama Yesus.....	56

Salam Suara Charitas

Sr. M. Dominica FCh

Setiap orang pasti memiliki misi dalam hidupnya. Salah satu misi itu adalah berbagi sesuatu yang dimilikinya. Tetapi apa alasan setiap orang mau berbagi dan melayani sesamanya? Tentu saja ada alasannya. Hal yang paling mendasar alasannya adalah karena kasih. Setiap orang ingin melihat orang lain bahagia dan gembira seperti dirinya. Maka kasih dan kegembiraan yang ia alami, ia bagikan dalam bentuk perhatian, cinta, kasih, bantuan materi dan lain sebagainya. Semua itu bisa disalurkan dan dikembangkan melalui pelayanan. Baik secara pribadi, kelompok maupun komunitas kepada mereka yang sangat membutuhkan.

Sebagai pribadi-pribadi yang tumbuh di tengah dunia modern yang sarat dengan budaya instan kita perlu menghidupi nilai melayani dengan gembira. Karena melayani dengan gembira adalah suatu tatanan kehidupan yang selalu ada kapan dan di mana pun manusia berada.

Yesus adalah kasih dan Dia merupakan contoh atau inspirasi bagi semua orang dalam melayani. Dia selalu menghadirkan kegembiraan dan kasih pada setiap orang yang bertemu serta yang dilayani-Nya. Kita bisa belajar dari Yesus. Dia selalu mengutamakan kepentingan manusia demi kebaikan dan kebahagiaan mereka. Selain itu sosok Muder Theresia Saelmaekers pendiri Kongregasi Sus-

ter Santo Fransiskus Charitas juga merupakan seorang pribadi yang patut diteladani dalam melayani. Muder Theresia Saelmaekers memiliki semangat kegembiraan dalam melayani. Dan semangat itu juga yang dihidupi dan selau dikembangkan oleh para Suster Charitas dalam pelayanan. Kegembiraan yang dimiliki Muder Theresia Saelmaekers tidak pernah pudar meski begitu banyak menghadapi kesulitan dan tantangan dalam pelayannya. Satu resep yang selalu tidak pernah ditinggalkannya adalah doa.

Dengan kekuatan doa itulah ia semakin terdorong untuk membagikan kasih Tuhan kepada semua orang. Pelayanan yang dilakukannya dengan penuh kegembiraan itu mampu memberikan kekuatan dan semangat hidup bagi semua orang yang dilayaninya.

Melayani dengan gembira adalah suatu perbuatan yang bukan hanya sebatas melayani dalam bentuk fisik ataupun materi tetapi juga cinta kasih sebagai suatu keutamaan pribadi yang berguna bagi setiap pribadi yang melakukan dan bagi orang yang dilayani. Semakin kita memiliki dan hidup dalam kegembiraan, kedamaian, dan kasih, hidup kita semakin lebih kuat untuk berbagi dan melayani orang lain. Hidup yang penuh kasih adalah hidup yang penuh dengan kebaikan.**



Melayani Tuhan dan Sesama dengan Sukacita

Sr. M. Henrika FCh



Sukacita dan kerelaan hati menjadi aspek yang senantiasa harus dibangun dalam melayani Tuhan dan sesama. Oleh karena dengan sukacita dan kerelaan hati dalam melayani, maka ada dampak besar yang timbul karena Tuhan berkenan akan pelayanan kita.

Rasul Paulus dalam suratnya kepada jemaat Efesus yang secara

husus ditujukan kepada para hamba dan tuan, mengingatkan bahwa apapun yang mereka lakukan sejatinya hanya tertuju untuk Tuhan yang ada di surga.

Ada empat karakteristik yang Paulus sampaikan kepada mereka. Pertama, seorang hamba harus menaati dan melayani tuannya dengan hormat dan tulus hati



Sr. Dominica, FC

(lih. Ef. 6:5). Kedua, pelayanan yang mereka lakukan haruslah dilakukan dengan segenap hati dan bersungguh-sungguh (Ef. 6:6a).

Ketiga, melakukannya dengan teliti, dalam arti mereka tidak boleh bertindak hanya untuk menyenangkan hati manusia dan seolah-olah tidak peduli untuk menyenangkan hati Allah (Ef. 6:6b). Keempat, apa yang mereka kerjakan haruslah dilakukan dengan perasaan senang hati, dalam arti melayani seperti apa yang Allah kehendaki untuk mereka lakukan, tidak dengan enggan dan terpaksa, melainkan dengan penuh kerelaan dan senang hati.

Melalui 4 karakteristik ini marilah kita sebagai suster Charitas, bersama-sama belajar untuk menjadi anak-anak Tuhan yang melayani-Nya dan melayani sesama dengan hormat,

tulus hati, bersungguh-sungguh, teliti dan sukacita. Dengan demikian, kita akan memuliakan Tuhan kita yang ada di surga.

Dalam Konstitusi kita No. 504, kita juga diajak untuk melayani dengan sukacita sesuai dengan karisma pendiri yang dirumuskan sebagai berikut, “Membantu sesama dengan gembira, sederhana, dan terutama dalam cinta kasih, merupakan sikap utama kita dalam bekerja dan berkarya. Selain itu, membantu sesama manusia yang dijiwai semangat doa dan berkorban, serta menampakkan sukacita hidup kita di tengah orang sakit dan orang miskin ...”.

Pelayanan yang dikerjakan dengan tulus dan dilengkapi dengan keutamaan-keutamaan sebagaimana tertulis pada alinea di atas akan sungguh membuahkan sukacita baik



bagi orang yang melayani maupun yang dilayani. Dengan demikian, serta merta kita memuliakan Tuhan yang kita layani dalam diri sesama kita, terutama mereka yang miskin dan membutuhkan pertolongan.

Tentu saja hal tersebut tidaklah mudah untuk dilakukan, namun kita percaya bahwa Tuhan yang telah memanggil kita akan memampukan kita untuk melayani-Nya dalam diri sesama kita. Kita terus dengan tekun dan setia belajar daripada-Nya. Dia datang bukan untuk dilayani melainkan untuk melayani (lih. Mat 20:28) dan Dia terus membantu kita pada saat kita letih dan berbeban berat, “Marilah kepada-Ku, semua yang letih lesu dan berbeban berat, Aku akan memberi kelegaan kepadamu” (lih Mat 11:28). Oleh karena itu, marilah kita senantiasa bersukacita dalam tugas dan pelayanan, agar sukacita kita menjadi penuh dalam Dia. Kita mesti menyada-

ri bahwa melayani bukanlah suatu kebetulan, melainkan panggilan. Bukan karena hebat, tetapi karena taat dan hormat akan martabat setiap manusia sebagai maha karya yang ilahi.

Sangatlah wajar apabila kita lelah, namun jangan menyerah, tetap beresah pada Dia yang mahamurah dan senantiasa rela menyerahkan Diri-Nya bagi kepentingan umat Allah.**



Panggilan Kerasulan Para Suster FCh “Membantu Sesama Manusia dengan ‘Spirit’ Gembira”

Sr. M. Carolisa FCh



”Membantu sesama manusia terutama yang sakit dan miskin dengan ‘spirit’ gembira” adalah panggilan khas kerasulan Para Suster FCh. Panggilan kerasulan ini meneruskan karisma Muder Theresia Saelmaekers yang merupakan wujud nyata kecintaannya pada Yesus Kristus yang berbelarasa dan penuh belas kasih pada sesama terutama bagi mereka yang sakit dan miskin.

Mengasihi atau membantu sesama manusia adalah panggilan umum bagi setiap umat beriman. Yang membedakan ‘cara bertindak’ dari para penghayat spiritualitas FCh dan umat beriman pada umumnya

adalah bahwa cara kita mengasihi, melayani dan membantu sesama manusia, didorong dan dilakukan dengan ‘spirit’ gembira. Maka ‘cara bertindak’ seperti ini menjadi wujud konkret yang mengembirakan serta membahagiakan liyan yang ada di sekitar kita.

Lalu bagaimana cara mewujudkan ‘spirit’ gembira ini? Ada dua poin penting yang harus kita sadari yakni *pertama*, kegembiraan yang kita usahakan adalah kebiasaan tetap yang konsisten sehingga menjadi habitus atau kebiasaan yang melekat dan menjadi milik kita. Habitus atau



budaya atau kebiasaan ini diusahakan oleh masing-masing atau oleh setiap pribadi. *Kedua*, kegembiraan yang kita timba dari komunitas di mana kita tinggal. Semua dari kita harus belajar dan berjuang bersama untuk menciptakan, mengusahakan dan mewujudkan kegembiraan dengan cara kita masing-masing, sehingga anggota komunitas di mana kita tinggal mengalami kegembiraan ketika berjumpa satu sama lain. Dengan demikian kita menimba kegembiraan dari komunitas di mana kita tinggal.

Pada *bagian pertama* kita akan memulai membangun habitus atau budaya yang mendasari tindakan membantu sesama dengan 'spirit' gembira dengan wujud nyata, yakni: 1) menampilkan habitus keceriaan, 2) mewujudkan habitus keramah-tamahan, 3) menumbuhkembangkan budaya antusiasme dan 4) membangun budaya optimisme.

Menampilkan habitus keceriaan menjadi kebiasaan yang harus kita usahakan setiap waktu. Kegembiraan yang dimaksudkan adalah kegembiraan yang terpancar dari kedalaman hati atau *inner beauty* yang mengakar pada rasa syukur dan kepercayaan kita akan Penyelenggaraan Ilahi. Kita dapat mewujudkan spirit "gembira" dalam tindakan nyata dengan mencintai Allah, sesama, dan alam ciptaan-Nya dengan hati tulus serta berani memercayai diri pada kuasa-Nya. Wajah ceria kita lahir dari ketulusan hati mencintai Allah, sesama dan alam semesta serta kemampuan kita memercayai Allah. *Mewujudkan habitus keramah-tamahan* dengan konsisten berperilaku baik, berbudi bahasa yang menarik dan santun, serta menyenangkan dalam pergaulan. Keramah-tamahan mengandung unsur *baik hati yang disertai dengan tutur kata, sikap yang manis serta menyenangkan dalam pergaulan.*



“Kebaikan hati” ditampakkan melalui sikap *rendah hati, saling mengampuni, tidak menyimpan dendam atau tidak menyimpan kemarahan berlarut-larut dan tulus*. “Tutur kata yang baik” diwujudkan dengan *tidak ada perkataan kotor atau jahat keluar dari mulut kita dan memilih perkataan yang baik untuk membangun*. Sedangkan “sikap yang manis dan menyenangkan dalam pergaulan” diwujudkan dalam *cara kita berelasi dengan penuh kasih*.

Menumbuhkembangkan budaya antusiasme dapat kita wujudkan dengan menghayati dan menjalani hidup sebagai “sesuatu yang baru,” tidak mudah dipengaruhi namun fleksibel, memiliki minat besar, bergairah dan bersemangat, sehingga menjalani kehidupan yang berkelimpahan. *Menghayati dan menjalani hidup sebagai “sesuatu yang baru”*, diwujudkan dengan menumbuhkan kesadaran bahwa: setiap hari adalah “hari baru”, hidup bertumbuh dengan dibagikan, bersemangat dengan perutusan - mengomunikasikan hidup pada

sesama; memberikan “hidup” untuk sesama terutama yang sangat membutuhkan bantuan. Tidak mudah dipengaruhi namun fleksibel diwujudkan dengan menjadi diri sendiri yang memiliki prinsip dan konsisten pada nilai-nilai luhur dan ketamaan Kristiani maupun sebagai suster FCh, sehingga tidak dikuasai oleh rasa benci, marah dan lesu. *Memiliki minat besar* dilaksanakan dengan terus menerus membangun kesadaran; apa pun yang akan kita lakukan, menjadi cara kita berbakti dan mengabdikan Tuhan serta sebagai persembahan yang nyata kepada Allah. *Bergairah dan bersemangat* dapat kita wujudkan dengan menjalani rutinitas dan hidup serta pelayanan kita setiap hari, didorong dan dijiwai oleh Roh yang bersumber pada hati Kristus yang bangkit.

Membangun budaya optimisme dapat diusahakan dengan terus menerus memiliki pengharapan dan motivasi yang kuat, landasan yang kokoh dalam bertindak, perjuangan yang tak pernah padam dan tidak



Sr. Lidwina, FCh

mudah menyerah dan mengeluh, serta berpikir-berimajinasi-berpraktika bersama sesama yang lain demi kemuliaan Allah dan kesejahteraan sesama manusia (*bonum commune*). Seorang yang memiliki optimisme selalu berpengharapan (berpandangan) baik dalam menghadapi segala hal.

Bagian kedua yakni kegembiraan

yang kita timba dari komunitas di mana kita tinggal. Santo Yohanes Paulus II melalui Instruksi Hidup Persaudaraan dalam Komunitas, *Congregavit Nos in Unum Christi Amor* (2 Februari 1994), 28, menuliskan: “Pada akhirnya, hendaklah kita tidak lupa bahwa kedamaian dan kenyamanan tinggal



Sr. Natalia, FCh



Sr. Flora, FCh

bersama merupakan tanda-tanda Kerajaan Allah. *Kegembiraan dalam hidup* walau di tengah kesulitan-kesulitan sepanjang perjalanan manusiawi dan spiritual serta kebosanan-kebosanan harian, merupakan bagian dari Kerajaan Allah. Sukacita itu adalah buah Roh dan merangkul kesederhanaan eksistensi dan rangkaian monoton hidup sehari-hari.

Suatu persaudaraan tanpa sukacita adalah persaudaraan yang akan mati. Segera para anggota akan dicobai untuk mencari di tempat lain apa yang tidak bisa mereka temukan di rumah mereka. [...].”

Konstitusi kita (Konst. FCh, 705, 707 & 801) juga menegaskan bahwa betapa perlunya kita memiliki komunitas yang sehat, di mana di dalamnya masing-masing pribadi berjuang menjadi pribadi yang memiliki jiwa “Charitas,” yang sa-

ling mendoakan, mendukung, menopang satu sama lain, berbagi kegembiraan dan sukacita dalam keseharian. Dengan demikian, dari dalam komunitas, kita menimba kekuatan, kegembiraan dan sukacita untuk bersaksi di tengah persaudaraan, karya, Gereja dan masyarakat dunia. Semoga Allah yang baik dan penuh kasih, dikenal dan dialami oleh semakin banyak orang melalui kehadiran dan kesaksian hidup kita. **



Kesehatan Mental dan Upaya untuk Menjaganya

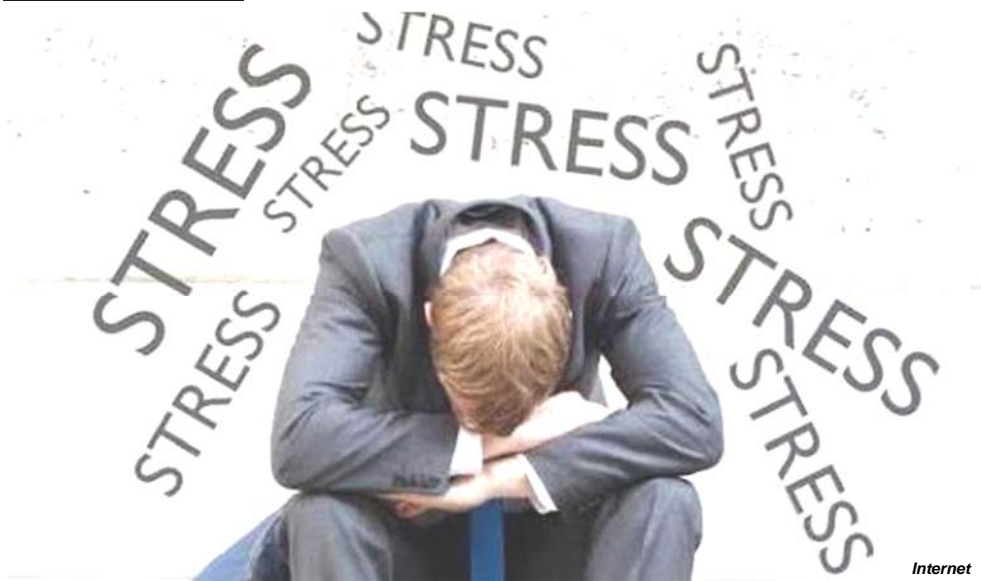
Sr. M. Stella. FCh



Sr. Hironima, FCh

Berbicara tentang kesehatan, mengarahkan kita pada pemahaman akan sebuah keadaan atau kondisi fisik yang sehat, dicirikan dengan fungsi tubuh yang normal dan tidak ada penyakit. Pemahaman tentang kesehatan, umumnya masih berfokus pada masalah ada atau tidaknya penyakit dalam diri seseorang. (Homby, 1989), dan pada hakekatnya manusia cenderung berusaha untuk membebaskan diri dari segala bentuk penyakit fisik, karena penyakit fisik sangat jelas pengaruhnya terhadap kualitas kehidupan dibandingkan dengan hal-hal yang bersifat psikologis (Siswanto, 2007). Hal ini tentunya mereduksi pengertian kesehatan yang sesungguhnya, karena pemahaman kesehatan belum mencakup keseluruhan aspek dalam diri manusia.

Seiring berjalannya waktu pemahaman tentang kesehatan mengalami perubahan ke arah yang lebih kompleks dan luas. Smet (1994), mengatakan bahwa kesehatan sebagai suatu keadaan (status) sehat utuh secara fisik, mental dan sosial, dan bukan hanya suatu keadaan yang bebas dari penyakit atau kelemahan. Dengan demikian maka antara fisik dan mental, merupakan dua sisi yang saling bersinergis untuk membangun kesehatan yang utuh bagi manusia. Upaya untuk meningkatkan kesehatan fisik, boleh dikatakan bahwa capaiannya akan jauh lebih mudah, karena berkaitan dengan kondisi yang dapat dilihat dan ditindaklanjuti dengan cepat, namun tidak mudah bagi seseorang untuk menciptakan dan mempertahankan kondisi mental yang sehat ketika ia berada dalam



Internet

situasi dan tantangan hidup yang menekan.

Bertolak dari realitas hidup manusia, tidak ada seorangpun yang bebas atau luput dari tantangan, karena tantangan hidup itu datang, ketika tidak adanya sinkronisasi antara realitas dan idealisme diri

atau antara harapan dan kenyataan. Siswanto (2007), mengatakan bahwa, manusia selalu dipenuhi oleh kebutuhan dan keinginan, tetapi seringkali kebutuhan dan keinginan tersebut tidak dipenuhi. Selain itu, seringkali manusia juga dihadapkan pada dua pilihan bahkan lebih



Internet



Sr. Dominica, FCh

dengan kesempatan yang berbeda, tetapi datang pada saat bersamaan. Kondisi ini kemudian memunculkan permasalahan dan persoalan dalam diri manusia. Persoalan demi persoalan akan terus berdatangan, namun tidak sedikit orang yang mampu menyelesaikan persoalan dengan baik, dan apabila kondisi ini terus berlanjut maka akan mengganggu kesehatan mental seseorang, misalnya orang bisa menjadi stress dan frustrasi, perubahan suasana hati, perubahan perilaku, *self esteem* rendah, menarik diri dari lingkungan, pola tidur dan pola makan terganggu. Seperti yang telah dikatakan bahwa mental dan fisik adalah dua sisi yang bersinergis untuk menumbuhkan kesehatan yang utuh dalam diri seseorang, maka dari sini dapat kita lihat, bahwa ketika seseorang

dalam kondisi mental yang kurang sehat, dampak fisiologisnya akan tampak kurang sehat, misalnya ketika seorang dalam keadaan stress, maka orang menjadi mudah gelisah, mudah merasa lelah, tubuh berkeringat, denyut jantung dan tekanan darah cenderung naik, dan respon fisik lainnya yang mengganggu. Menyikapi kondisi ini, maka muncul pertanyaan, apa yang harus saya lakukan, supaya kondisi mental saya tetap sehat. Tentunya untuk menentukan cara yang tepat merupakan pilihan bebas dari setiap individu, akan tetapi ada tuntunan atau cara yang mungkin lebih membantu seseorang untuk mempertahankan atau meningkatkan kesehatan mentalnya. Ada beberapa koping yang bersifat konstruktif, yang bisa membantu seseorang mempertahankan kondisi



si kesehatan mentalnya, di tengah situasi dan permasalahan hidup yang dihadapi, dengan harapan, ketika mental seseorang sehat, maka ia dapat melakukan aktifitas sehari-hari dengan baik, menjalin hubungan yang sehat dengan orang lain, serta lebih produktif dalam belajar dan bekerja.

Ada beberapa koping yang konstruktif atau membangun antara lain, *reasoning* yaitu penggunaan kemampuan kognitif untuk mengeksplorasi berbagai macam alternatif pemecahan masalah, dan kemudian memilih alternatif yang dianggap paling menguntungkan.

Objektifitas, yakni kemampuan untuk membedakan antara komponen-komponen emosional dan logis dalam pemikiran, penalaran maupun tingkah laku. **Konsentrasi**, yakni kemampuan untuk memusatkan perhatian secara penuh pada persoalan yang sedang dihadapi. **Meningkatkan rasa humor**, dengan cara melihat sisi yang lucu dari persoalan yang dihadapi. Membangun rasa

empati, yakni kemampuan untuk melihat sesuatu dari pandangan orang lain, empati juga mencakup kemampuan untuk menghayati apa yang dirasakan atau dihayati oleh orang lain serta meningkatkan **afili-asi** dengan membangun persahabatan yang baik, dengan orang lain.

Pada kesempatan yang lain, upaya menjaga kesehatan mental, dapat dilakukan dengan menumbuhkan energi positif dalam diri melalui doa dan meditasi, mengembangkan potensi diri, dengan mencoba hal-hal baru yang belum pernah dilakukan, membangun relasi interpersonal yang baik dengan orang lain, bersyukur akan hal-hal yang dimiliki, dan lain-lain. Cara-cara ini tampaknya sederhana, tetapi apabila hal ini dilakukan dengan konsisten, maka kesehatan mental seseorang akan bisa terjaga, dengan demikian maka seorang dapat menjalankan aktivitasnya dengan baik, dan lebih produktif dalam berpikir dan bekerja.**

Kasih Pesona Charitas

Marcelino Budi Kurnia



Charitas Group menyelenggarakan Hari ulang tahun ke-5 (9/11) di Auditorium Charitas Hospital Palembang. Acara ulang tahun kali ini berbeda dari tahun sebelumnya dengan hadirnya Pater Norbert yang sekaligus merayakan Hidup Imam ke 27. Pater Norbert adalah salah satu orang yang memiliki pengaruh besar atas karya kesehatan Suster-Suster Kongregasi FCh.

Perayaan ulang tahun dengan tema “Kasih Pesona Charitas” ini dibuka dengan misa kudus yang dipimpin langsung oleh Romo Dr. C. B. Kusmaryanto SCJ didampingi para konselebaran yaitu Romo Suwanto SCJ, Pater Norbert.M Schnell dan RD Joko Susanto . Dalam Homili romo, yang juga sekaligus kepala Governing Board (GB) ini

mengajak anak muda yang ada di Charitas Group untuk maju lebih baik dari pada yang tua. “*Yang muda harus lebih baik dari pada yang tua,*” pesan beliau. Dengan pesan ini beliau menginginkan sebuah kemajuan dan perkembangan dari setiap tahunnya dari Charitas Group.

Selain itu, romo yang berasal dari Kongregasi Imam Hati Kudus Yesus ini juga bercerita bagaimana dulu Charitas Group berdiri. Bagaimana awalnya Pendiri Charitas Group melakukan rapat dari pagi hingga malam bahkan hingga sampai 12-15 jam dalam sehari. Diakhir homili romo yang akrab dipanggil Romo Kus ini mengajak semua pimpinan dan pegawai Charitas Group untuk bersyukur bersama atas kemajuan yang lebih baik dalam 5 tahun ini dan juga tentu karena adanya



karunia dari Allah. “Kinerja selama 5 tahun ini sudah membaik, dan karena Allah ikut bekerja. Maka kita harus bersyukur,” ujar beliau.

dibentuk untuk tiga tujuan dasar, yaitu pertama meningkatkan kinerja. Kedua, memaksimalkan sumber daya manusia (SDM) terkhusus



Sr. M Paskalia, FCh selaku Ketua Yayasan Charitas ikut memberi sambutan dalam acara ini. Beliau menjelaskan bagaimana Charitas Group

SDM suster dan ketiga meningkatkan kerjasama yang baik. Terakhir suster yang bergabung dalam Kongregasi Suster Charitas ini,



mengajak semuanya bersama untuk meneruskan cita-cita dari pendahulu yang telah berjuang mengembangkan pelayanan kesehatan.

“Mari kita sevisi, sehati, sepikir

dengan penuh kasih,” pesannya.

Sama halnya dengan Sr. M. Paskalia, Pembina Yayasan Charitas yakni Sr. M. Henrika sekaligus Pimpinan Kongregasi Suster-Suster Fran-



untuk boleh mengembangkan karya yang sudah dipercayakan kepada kita saat ini. Kita maju terus untuk mencapai yang diidam-idamkan oleh pendahulu kita yaitu tetap melayani

siskus Charitas, juga mengajak untuk bersama bersyukur dengan apa yang sudah dilalui bersama terutama bersyukur karena berkat rahmat Tuhan. “Kita bersyukur karena karya Tuhan



yang agung dari waktu ke waktu. Karya suster selalu dikenal bukan karena hebatnya suster, tetapi karena kasih-Nya yang besar. Saya sangat terkesan dengan tema “Kasih adalah Pesona Charitas” kita semua yang

Menurutnya kasih adalah Kasih adalah satu-satunya nya jalan untuk merengkuh semua orang dan mendekatkan pribadi antar pribadi.

Sejalan dengan itu Pater Nobert yang juga memberikan sambutan



dipanggil dihimpun di tempat ini bukan karena yang lain tapi karena Charitas dan kasih,” ajaknya.

Terakhir Suster Henrika mengingatkan pentingnya Kasih.

juga menegaskan bagaimana Cinta dan Charitas adalah pusat dari Injil sendiri. *“And the center of the Gospel, there is love, charitas. And that’s what I’ve learned in the last*



years. *To be a sign of God's love* – pusat dari Injil adalah cinta, Charitas. Dan ini yang saya belajar selama beberapa tahun lalu. Menjadi tanda dari kasih Allah,” ujarnya.

Tidak habis sampai di situ, Imam yang berasal dari Negeri Belanda ini juga menceritakan kondisi Gereja saat ini di Belanda, yang hampir 70% dari umatnya sudah tidak lagi percaya akan Allah. Bahkan kebanyakan dari mereka adalah orang muda. Imam yang sudah memasuki 27 tahun imamatnya ini juga mengatakan bahwa ketika melihat ke belakang dengan jujur dan secara nyata Gereja di Belanda tidak dapat membangun Gereja.

Namun, dengan tegas Imam yang sangat memiliki pengaruh dengan karya-karya Suster Charitas ini mengajak bersama untuk mendengarkan ajakan dari Paus Fransiskus untuk membudayakan kelembutan, kebaikan, dan kasih. Acara ini tidak berakhir pada sambutan para pimpinan Yayasan Charitas, tetapi juga masih dime-riahkan oleh beberapa acara hiburan,

seperti Charitas Hospital Belitang yang mempersembahkan Tari Kreasi Nusantara dan juga Tari Tepak khas Palembang. Beberapa direksi dan karyawan Charitas Group pun ikut memeriahkan dengan menyumbangkan beberapa lagu yang membuat suasana semakin meriah dan penuh dengan kebersamaan.

Acara ini pun ditutup dengan adanya pembagian hadiah yang telah diadakan oleh Charitas group sebelum acara puncak ulang tahun pada tanggal 9 Juli 2022 yang lalu. Perlombaan yang diadakan adalah Green Hospital dan 5R, Layanan Kasih, Fotografi Layanan Kasih, Kaizen, The Best Leader dan juga The Best Frontliner. Perlombaan ini sendiri diperlombakan untuk antar unit karya yang ada di dalam Charitas Group. Tujuannya sendiri untuk bersama meningkatkan pelayanan dan kemajuan semua karyawan-karyawati yang ada di Charitas Group.**

Harta Warisan Rohani Yang Sangat Berharga

Sr. M. Paula, FCh



Perayaan wafat Muder Theresia Saelmaekers Pendiri Kongregasi Charitas, disambut dengan penuh semangat kegembiraan oleh para Suster Charitas di semua komunitas baik di Indonesia maupun yang di luar negeri. Perayaan mengenang wafat Muder Theresia Saelmaekers dirayakan secara beragam sesuai kreativitas komunitas. Untuk para Suster Charitas di Wilayah Belitang yang terdiri dari empat komunitas, perayaan dipusatkan di Komunitas Dona Pika BK 4 dan dirayakan secara sederhana dalam kebersamaan dan suasana penuh persaudaraan. Perayaan menjadi sangat meriah karena sekaligus digabung dengan pesta pelindung Asrama Theresia Saelmaekers dan pesta nama pelindung para suster.

Perayaan ini dihadiri oleh umat lingkungan sekitar Biara Dona Pika, para suster dan seluruh anak asrama

putera dan puteri. Perayaan Ekaristi dipimpin oleh Romo Susilo, SCJ dan Romo Hengky, SCJ. Dalam khotbahnya Romo Susilo bercerita mengenai harta warisan. Kita semua yang ada di sini mendapat harta warisan bukan berupa emas, bukan berupa perak, bukan sawah ladang tetapi harta warisan rohani yang akan mengantarkan kita menuju kepada Allah sang pemilik segala harta warisan yakni kerajaan surga. Kalau kita berbicara mengenai harta warisan, ada begitu banyak cerita dan kisah yang tak terhitung jumlahnya. Contohnya ada kakak beradik tidak akur satu sama lain karena rebutan warisan, ada keluarga retak juga bisa diakibatkan oleh karena harta warisan, bahkan ada yang saling membunuh karena menginginkan harta warisan.

Berbeda sekali dengan warisan yang kita bicarakan dalam perayaan



ekaristi ini, yaitu *Harta warisan rohani yang sangat berharga*, warisan spiritualitas yang ditinggalkan oleh Muder Theresia Saelmaekers dan tertulis di dalam konstitusi yang harus didalami dan dihayati setiap hari bahkan dihayati sepanjang hidup oleh para Suster Charitas dan dituliskan di dalam hati dan dituangkan dalam pelayanan sehari-hari.

Kedalaman penghayatan warisan rohani yang ditinggalkan oleh Muder Theresia Saelmaekers ini berbeda-beda satu sama lain, meskipun didalami secara bersama, karena setiap pribadi memiliki latar belakang hidup yang berbeda-beda, maka cara menangkapnya pun berbeda-beda pula, ada yang sungguh mendalam, dan ada yang menangkap sedikit.

Karena iman yang mendalam dan keyakinan yang teguh kepada Allah, Muder Theresia Saelmaekers berani meninggalkan segalanya untuk mengikuti kehendak Tuhan dan

mengandalkan Allah sebagai satu-satunya pegangan hidupnya. Muder Theresia juga siap melakukan apa yang dikehendaki oleh Tuhan lewat kongregasi dan berani menanggung segala konsekuensi yang terjadi dalam peziarahan hidupnya. Muder Theresia selalu gembira, rendah hati, jarang mengeluh dan terus menerus berserah kepada Allah, semua yang dilakukan hanya untuk memuliakan Tuhan, untuk melayani Tuhan Yesus sendiri. Maka untuk anak-anak asrama Theresia Saelmaekers mesti meneladan cara hidup Muder Theresia Saelmaekers agar menjadi orang-orang yang rendah hati, gembira, peka dan peduli terhadap lingkungan dan memanfaatkan kesempatan untuk belajar banyak hal sehingga tercapai apa yang dicita-citakan, siapa tahu nantinya juga ada di antara kalian terpanggil menjadi suster dan romo, tegas Rm Susilo, SCJ.

Kemudian romo melanjutkan khotbahnya; saat ini banyak orang



Sr. Paula, FCh

menjaga jarak dalam kehidupan sehari-hari bukan karena pandemi covid, tetapi karena merasa bahwa dirinya paling hebat dan menganggap orang lain lebih rendah, orang demikian tidak memahami bahwa semua orang yang terlahir di dunia ini semartabat, secitra, sehingga sulit untuk didekati dan mendekati orang lain, namun berbeda dengan orang-orang yang terpanggil akan selalu berusaha untuk mendekati orang lain, terutama orang yang merasa diri kecil, orang sakit dan menderita. Orang-orang yang terpanggil selalu mengandalkan Tuhan, tak ada waktu untuk menyombongkan diri, maka Tuhan selalu memberi cara dan kemudahan dalam pelayanan bila orang-orang terpanggil melakukannya dengan penuh kerendahan hati, meski ada kesulitan tetap merasa sukacita karena menggendong Gusti Yesus dan menyadari bahwa yang dilayani adalah Tuhan Yesus

sendiri. Akhir dari khotbahnya, Romo Susilo menyampaikan harapannya: semoga dengan peringatan wafat muder Theresia Saelmaekers ini, para Suster Charitas semakin bercahaya dan dimampukan untuk menjangkau pelayanannya lebih luas lagi tentu juga anak-anak asrama, semoga semakin bersemangat dalam belajar untuk mencapai cita-citanya.

Pada kesempatan yang lain “Asrama Puteri Santa Clara” juga merayakan pesta nama pelindung asrama. Perayaan ini sangat istimewa karena merupakan perayaan pelindung asrama yang perdana, tetapi juga dimeriahkan dengan pesta nama para suster komunitas Ricci-erri. Nama asrama sebelumnya adalah Asrama Puteri Maria Goretti, mulai dari tahun 2021, nama pelindung asrama puteri berganti menjadi Santa Clara, Perayaan ini dihadiri oleh para Suster Charitas wilayah Belitang, anak-anak asrama putera



Sr. Paula, FCh

Santo Fransiskus Assisi dan anak-anak asrama puteri Santa Clara.

Perayaan ekaristi dipimpin oleh Rm Indra, SCJ. Pada saat khotbah, Romo Indra menyampaikan bahwa perayaan ini tidak hanya sekedar pesta-pesta saja tetapi anak-anak diajak untuk menghayati dan menghidupi keutamaan Santa Clara.

Clara. Mereka berdua adalah sahabat sejati. Mereka saling mendukung, menguatkan dan mendoakan. Besti antara antara Fransiskus dan Clara, besti juga antara asrama putera dan asrama puteri.

Selanjutnya Romo Indra menjelaskan arti nama Clara yang adalah cahaya atau terang. Kita dapat



Sr. Paula, FCh

Ini pasti bukanlah suatu kebetulan bahwa pelindung asrama putera adalah Santo Fransiskus Assisi dan pelindung asrama puteri adalah Santa

mengibaratkan Clara adalah lilin yang berarti Santa Clara rela habis terbakar untuk mempersembahkan dirinya kepada Kristus. Dan inilah



Sr. Paula, FCh

keutamaan Santa Clara. Cahaya atau terang yang dibawa Santa Clara dalam kehidupannya adalah Yesus Kristus, dan ia tak dapat membawa terang itu sendiri jika tidak berpusat pada terang Kristus. Untuk anak-anak asrama Puteri Santa Clara, terang apa yang dibawa selama ini? Tentu banyak keutamaan yang dibawa dan dihidupi, antara lain: sukacita, rajin belajar, disiplin, energi positif, jujur, bertanggung jawab, keramahan, sopan santun, rasa bersaudara dan masih banyak lagi yang lain. Semoga dengan perayaan pelindung asrama santa Clara anak-anak asrama membangun komitmen untuk belajar lebih bersemangat lagi dan bertekad untuk memancarkan cahaya positif dalam keseharian dan hidup semakin baik dan tentu ini tidak hanya berlaku untuk anak-anak asrama puteri tetapi juga anak-anak asrama putera, sehingga semua anak asrama baik putera dan puteri dapat berkembang dan

akhirnya memiliki kecerdasan intelektual, kecerdasan emosi, kecerdasan spiritual/rohani, karakter yang baik dan iman yang kuat.

Di akhir khotbahnya romo mengucapkan selamat dan proficiat kepada anak-anak asrama puteri yang merayakan syukur pesta nama pelindung asrama Santa Clara dengan harapan semoga semua menjadi cahaya dan terang dan rela berkorban bagi orang lain.

Usai perayaan ekaristi semua yang hadir dalam perayaan ekaristi ikut menyaksikan berbagai atraksi seni yang sangat meriah yang ditampilkan anak-anak baik anak asrama putera maupun anak asrama puteri berupa tarian, nyanyian, drama, puisi dan juga permainan-permainan yang menarik sambil menikmati hidangan santap malam.**

A Cup of Coffee for Secondary English Teachers, Cheers!

Ms. Fransiska Kesaum Rotua, S.Pd



Good morning, English teachers for Secondary!

Happy to see you and everyone here again in this lovely Education Corner. What's the menu this morning?

Let's have our cup of coffee while having a small talk and share about our Secondary English classroom experiences.

Well, it is a challenge to teach English to teenagers of Secondary levels, isn't it? It is as challenging as teaching the young learners in Kindergarten, too. Yet, I think we all agree that being an English teacher is a rewarding career choice above all of the challenges.

During my one year time in SMP Charitas, Batam, I think I could say and share to you here that I am so proud of being able to have the chances to be the English teacher of

those of so many brilliant and talented students. It is true that above all of the challenges such as the learning loss from the students' side since the pandemic to endemic of Covid-19 period that happened globally especially in Indonesia, every teacher and class in schools keep struggling and fighting to serve and deliver the teaching-learning process in such a creative meaningful way to hit the best learning outcomes. No matter what and we did it. Trial and errors, ups and down. We all teachers and students keep trying to cope with all learning situation and condition, both online and offline classroom to go through until the end of the academic year, and here we are, stand as the winner!

What I want to share in this corner from the English classroom is

PENDIDIKAN

that *sometimes in a difficult learning situation we just find the best learning outcome*. Furthermore, it makes both teachers and students proud of what they achieve. So here, in brief, because of the limited time of PTM (Pertemuan Tatap Muka) or offline classes last academic year, I assigned 2 chapters of the learning topics as an individual and group English project. The projects are within the same learning topics and yet assigned in a differentiated instruction method,

explored from these projects given.

So, one of some great works of the students I want to share here is from Aline Anabel (7th grader). In which to my surprise, this brainy quiet and shy student worked on her stunning English project that we could see on Youtube Channel of Charitas Batam Junior High School; via this link: <https://www.youtube.com/watch?v=FEhVyKLhSfs>. She could explore and show her hidden talents in doing this project to its best. She shows her



meaning each student is given the freedom to choose the learning product they want to produce (video recording, speech, small talk, presentation in power point or other media, podcast, mini collaboration, etc) according to what language skills they are best at or what hobbies or what abilities that they could show and ex-

passion and creativity as a very young learner of cinematography, and also as a producer of her own video clip, as her masterpiece. So, take your time now to click the link, watch the video, like and subscribe. Please enjoy and kindly drop your comments, too. Thank you!

In this special occasion, I would

like to address a sincere thank you to Pak Markus Wilmar Fau as well, as the Principal of SMP Charitas, Batam who has eagerly published this English learning project in the school's youtube channel. Thanks



for your support and appreciation, pak Markus.

To end our sharing about English learning experience from Secondary classroom and coffee time at this moment, let me share few tips to teach English effectively:



1. Explore technology and other teaching tools

Many interesting tools for teaching have been developed with the advancement in technology. Just explore the use of technology in the

classroom (Grammar Up, Sentence Builder, Kahoot, Classdojo, Quizizz, TED Talks, Zoom, Google Meet, Canva, Google Slides, Youtube, etc), and find new ways of teaching English to your students (flipped classroom, differentiated instruction, etc). We can give chances to students to explore this technology and teaching tools for doing their projects or having their learning process in class.

2. Use English as the medium for communication

Students should use English in their daily communication at school especially in their English class. Students learn English at their best when they use it in their daily communication. That's why English language should be the students' medium for communication.

3. Reading and Literature

We need to encourage our students to read various reading materials that relate to real life, besides from the prescribed text-materials from the English textbook used. This reading activity will develop their literacy skills as well.

4. Writing

Many ways we could do to inspire



method to engage students in interactive English learning. We could ask our students to perform a play based on any story from any prescribed text-book, or just choose randomly from any sources

students to write or having their writing practice inside or outside the classroom. They could start writing about themselves and their personal life, or people whom they live with. Encourage them also to write a summary of the book they read as a post reading activity.

5. Dramas to engage and inspires

Dramas and plays are another

where they can learn how to make a script, how to act it out and how to organize the play. I am sure this will help them improve their English language skills.

I am still working with the dramas and plays. What about you? Do you find the above tips useful? Or find any surprising moments from the classroom to share?*

Tema Majalah Suara Charitas Tahun 2022

Januari– Maret 2022

Pengalaman Dikasihi Allah Secara Personal Sumber Kegembiraan Hidup.

April– Juni 2022

Mengembangkan Budaya Pengharapan dan Keramahan Sebagai Wujud Kegembiraan

Juli– September 2022

Membantu Sesama Manusia Dengan Gembira dan Penuh Rasa Syukur

Oktober– Desember 2022

Mengandung Kristus, Melahir Pertobatan Dalam Belarasa Yang Tak Terbagi

Melatih Kepekaan Rohani

Sr.M. Dominica FCh



Kongregasi Suster Santo Fransiskus Charitas (FCh) Palembang, Jumat, 15 sampai 17 Juli 2022 mengadakan lokakarya *discernment*, bertempat di Rumah Retret Giri Nugraha KM 7 Palembang. Lokarya ini diikuti sebanyak empat puluh dua orang Suster Charitas. Sebagai pembicara pada lokarya saat itu adalah Romo Darminta SJ. Tujuan lokakarya *discernment* ini diadakan agar para suster semakin memiliki kepekaan hati dan mencoba melatih, dalam suasana doa, kemampuan memilah-milah dan membedakan gerak roh dalam batin, sehingga dapat memilih mengikuti dorongan roh baik, atau memilih jalan terang Kristus dan menghindari jalan gelap roh jahat.

“*Discernment* sangat perlu dilakukan dalam hidup ini. Baik itu di dalam berkomunitas, di tempat kerja dan dimanapun kita berada. Karena selalu dihadapkan dengan pengambilan

keputusan. Untuk itu perlu setiap suster selalu mendekatkan diri pada Tuhan,” ungkap Romo Darminta.

Discernment of spirits, atau membedakan gerak roh, pertama adalah kegiatan dalam suasana doa (keheningan hati serta kejernihan pikiran) untuk memilah-milah dan membedakan gerak batin dalam hati seseorang: manakah gerakan dalam batin yang berasal dari Roh Kudus/Tuhan dan mana yang berasal dari roh jahat/musuh kodrat manusia. Dalam batin dan hidup seseorang sebagai manusia, dapat dibedakan adanya dua macam gerak roh atau dua dorongan pengaruh yang saling bertentangan, sehingga menimbulkan konflik batin. Pengaruh itu adalah pengaruh dari roh baik (Roh Kudus) yang mendorong seseorang untuk berbuat baik, dan pengaruh roh jahat (setan) yang menggerakkan orang tersebut untuk



melakukan kejahatan atau menjauhi Tuhan.

“Dalam *discernment* ini, kita bisa belajar dari pengalaman St. Ignatius Loyola. Dari pengalaman St. Ignatius Loyola dapat ditarik kesimpulan bahwa proses pembedaan roh melibatkan, baik unsur kognitif (memikir-mikirkan), maupun unsur afektif (merasa-rasakan). Ada dua unsur yang dibutuhkan yaitu unsur menyadari (*awareness*) dan memahami (*understanding*) apa yang disadari, serta sikap dan tindakan menerima/menolak dorongan yang disadari sebagai kehendak Allah untuk dirinya. Selain itu dibutuhkan juga kesediaan dan keberanian untuk menjadi sadar secara rohani apa yang terjadi dan bergejolak dalam pikiran dan hati. Ketika afektivitas spontan yang berbeda dan pikiran yang menyertainya membawa kita menjauh dari Tuhan, maka gerakan batin tersebut oleh Ignatius dinilai sebagai suatu

gerakan batin yang secara spiritual buruk. Gerakan batin yang baik memperkuat hidup iman, harapan, dan kasih kita. Sebaliknya gerakan batin yang buruk memperlemah iman, harapan, dan kasih kita. Adanya perang atau konflik antara kuasa kebaikan dan kuasa kejahatan, dalam Latihan Rohani St. Ignatius digambarkan sebagai perang antara Kristus dan Lucifer dalam meditasi. Panji Lucifer menggoda orang dengan iming-iming kekayaan, kehormatan, dan kesombong.

Sedangkan panji Kristus menawarkan kemiskinan (kebebasan batin sebagai anak-anak Allah), kesederhanaan hidup/semangat mati raga, dan kerendahan hati,” ungkap Romo Darminta. Ada beberapa faktor yang dapat memengaruhi pilihan tindakan seseorang yaitu pengalaman traumatik masa lalu, perangai, watak dan kepribadian kita masing-masing serta pengaruh kuasa roh jahat atau musuh



Sr. Dominica, FCh

kodrat manusia. Sikap yang diperlukan untuk *discernment* adalah keterbukaan, kemurahan hati/jiwa besar serta hati rela berkorban, keberanian, kebebasan batin, kebiasaan merefleksikan pengalaman hidup dalam suasana doa dan memiliki kerangka prioritas yang jelas.

Sedangkan hiburan rohani dapat juga berupa air mata sesal dan tobat seseorang atas dosa dan kelalaiannya. Rasa sesal yang mendalam karena ia telah melukai hati Tuhan yang sudah lebih dulu dan begitu besar mencintainya. Ia juga menyesali dosanya karena telah membuat orang lain menderita dan ia bermaksud untuk memberi pemulih dengan berbuat baik. Ia ingin berbalik kepada Tuhan dan lebih banyak lagi berbuat baik. Hiburan rohani dapat juga berupa bertambahnya iman, harapan, dan cinta kepada Tuhan," katanya. Dari hiburan rohani seseorang juga mengalami kese-

pian rohani. Kesepian rohani adalah keadaan batin atau kondisi jiwa dalam hidup seseorang yang cenderung menjauh dari Allah, yang ditandai oleh "kegelapan jiwa, kekacauan batin, dan gerak hati ke arah yang serba hina dan duniawi, bingung menghadapi berbagai bujuk dan godaan yang menyeret orang ke arah hilangnya iman, harapan, dan kasih; jiwa dalam keadaan lesu, kendor, sedih, seakan-akan terpisah dari Pencipta dan Tuhannya." Hidup terasa berat dan kering; hati tidak tenang atau kurang damai. Kesepian rohani juga menggejala dalam kegelapan jiwa yang mendorong seseorang berpikir dan bertindak ke arah hal-hal yang hina dan duniawi. Timbul kebiasaan yang kurang baik.

Beberapa penyebab timbulnya kesepian rohani adalah karena kesalahan orang itu sendiri. Kesepian rohani juga dapat dialami sebagai suatu medan pembelajaran untuk



Sr. Dominica, FCh

menjadi rendah hati, dan semakin sadar bahwa hiburan rohani itu suatu rahmat pemberian Tuhan yang perlu disyukuri, bukan hasil jerih payah kita sendiri. Beberapa sikap yang diperlukan dalam menghadapi kesepian rohani adalah tidak mengubah keputusan penting (fundamental), tetapi tetap teguh dalam keputusan sebelumnya, *Agere contra* atau melawan kecenderungan diri, lebih tekun berdoa, bermeditasi, matiraga, lakutapa, disiplin diri, tidak kalut dalam perasaan, tetapi mencoba lebih tenang menimbang perkaranya dengan akal budi dan pikiran serta merenungkan betapa kita tanpa Tuhan tidak dapat berbuat apa-apa.

“Dalam melatih kepekaan rohani dibutuhkan kemampuan melakukan *discernment of spirits* atau membedakan gerak roh dalam batin kita, mengembangkan kepekaan rohani dengan terus-

menerus melakukan latihan rohani dan bimbingan rohani. Yang bisa dilakukan adalah bertekun dalam hidup doa dan merawat hidup rohani tiap hari serta melakukan pemeriksaan batin. Untuk mengenali godaan roh jahat adalah lemah bila dilawan dan kuat bila didiamkan. Roh jahat cenderung selalu ingin menyembunyikan godaannya (1r 326). Roh jahat menyerang di titik lemah kita dan roh jahat menggoda dengan membesar-besarkan. Lalu bagaimana menghadapi godaan? Yang bisa kita lakukan adalah belajar dari Tuhan Yesus dalam menghadapi godaan, bersikap tegas dan tidak tawar-menawar/berkompromi, mengenal diri dengan baik, membuka kedok roh jahat dengan memberitahukan godaan yang kita alami dan mengakui dosa kita,” ujar Romo Darminta.

Romo Darminta mengatakan



Sr. Dominica, FCh

pedoman pembedaan roh II yang oleh St. Ignatius Loyola dimaksudkan sebagai pegangan bagi semua orang yang sudah memasuki Minggu Kedua dalam dinamika Latihan Rohani Sebulan, adalah pedoman yang dimaksudkan bagi orang yang sudah mengalami pertobatan dan mau semakin mendekatkan dirinya kepada Tuhan. Orang tersebut adalah orang yang sudah menjalani proses pertobatan pada dinamika Minggu I dalam Latihan Rohani; retretan sudah hidup dalam jalan Tuhan dan mau memperbaiki diri agar pilihannya semakin dapat diselaraskan dengan apa yang menjadi kehendak Tuhan untuk dirinya.

Dalam hidup orang tersebut,

relasi dengan Tuhan selalu diperhitungkan dan diberi tempat dalam pilihan tindakan. Ia berusaha selalu memperbaiki hidupnya dan ingin maju dalam mengabdikan dan memuliakan Tuhan. Sedangkan cara kerja roh jahat memengaruhi ketika seorang sudah berada pada situasi sedang maju dalam upayanya untuk semakin dekat dengan Tuhan, roh jahat menyerang secara frontal, menyesakkan, dan memakai tipu muslihat agar orang itu terjebak. Taktik roh jahat dalam menggoda orang pada tahap ini; 1) Menyerang bagian sensitif seseorang, penalaran-penalarannya, dan mekanisme defensif orang tersebut dengan alasan-alasan semu. 2) Mencoba melumpuhkan semangat orang tersebut

BERITA

agar menyerah kalah pada godaan roh jahat, menjadikannya penuh keraguan terhadap rencana-rencana tindakan baiknya dan tidak jadi melakukan tindakan tersebut.³⁾ Kekuatan dan kelemahan kodrati orang tersebut juga kadang dapat digunakan oleh roh jahat untuk menjatuhkannya dengan membuat orang tersebut menyalahgunakan kekuatannya, atau menjadi kecil hati dan bahkan putus asa dengan kelemahannya.

Cara roh baik memengaruhi orang yang ingin maju dalam hidup rohani berkembang ke arah yang lebih baik. Roh baik menggunakan cara yang berlawanan dengan taktik roh jahat. Roh baik memberikan dorongan, semangat, dan kekuatan pada orang untuk berani melawan hambatan-hambatan yang dialami. Roh baik dalam banyak hal juga menyadarkan orang yang bertumbuh dalam hidup rohaninya akan arti iman, harapan, dan kasih sebagai kekuatan Ilahi dalam menghadapi tantangan dan kesulitan hidup. Roh baik memberikan kekuatan, semangat, hiburan, inspirasi, air mata kegembiraan, kedamaian batin, orang lebih rendah hati mengakui kelemahan, menjadi tabah dalam penderitaan hidup, dan bersedia mengampuni kesalahan orang lain, berjiwa besar serta hati rela berkorban; ia rela-sedia melayani orang lain. Roh baik juga memurnikan motivasi orang dalam bertindak dan menghilangkan berbagai rasa lekat tak teratur yang meng-

hambat dirinya untuk terus maju secara rohani dan semakin dekat dengan Kristus sebagai teladan hidupnya.

“Beberapa buah pengaruh roh jahat pada orang yang ingin maju dalam hidup rohani; kesedihan, keraguan yang tidak tepat, menunjukkan berbagai hambatan, kekacauan, alasan semu, dan ketakutan. Pedoman pembedaan roh adalah ciri roh baik dan roh jahat pada orang yang sudah lebih maju dalam hidup rohani, hiburan tanpa sebab sebelumnya, hiburan dengan sebab sebelumnya, roh jahat yang menyamar dan kita perlu belajar dari pengalaman jatuh ke dalam dosa,” ungkap Romo Darminta mengakhiri materinya.

Selama lokarya ini para peserta diberikan waktu untuk merefleksikan setiap materi yang ada untuk melihat kembali pengalaman para suster dalam pengambilan keputusan. Selain itu juga ada sharing dan juga diskusi tanya jawab selama lokakarya berlangsung. Lokakarya ditutup dengan perayaan Ekaristi dan makan siang bersama.**



Kasih Tuhan yang Luar Biasa

Sr. M. Hieronima FCh



Jumat, 08 Juli 2022 tepat pukul 10.00 Waktu Belanda, suasana gembira dan sukacitapun memenuhi ruangan rekreasi di biara Charitas Roosendaal. Pita-pita dan balon-balon tampak menghiasi ruangan. Di papan yang berdiri di sudut ruangan ini bertuliskan **“Syukur atas 60 tahun imamat”**. Ya hari ini pater kita tercinta Pater Pierre Spanjers MHM merayakan syukur 60 tahun imamatnya.

Pada 08 Juli 1962 beliau di tahbiskan bersama dua puluh tiga angkatannya di London. Dan setelah itu beliau diutus bermisi ke Kongo,

Afrika. Meski tugas awal dirasakan berat karena medan yang tidak mudah, namun semangat bermisi ini terus dipertahankan hingga dua puluh sembilan tahun bertugas di Kongo.

Setelah itu beliau dipindah tugas di Uganda selama dua tahun dan tiga tahun di India. Sebagai imam muda yang energik dan cerdas, kongregasinya pun mengutus Pater Spanjers untuk studi lanjut di Roma. Selama lima tahun beliau tinggal di sana.

Selesai studi, pater pun di utus untuk memulai lagi tugas misi yang baru di Oosterbeek, Belanda selama



Sr.Hieronima FCh

enam tahun. Pengalaman bermisi ini membuatnya tetap bersemangat dan selalu bergembira.

Tahun keenam di Oosterbeek, pater yang lahir 31 Agustus 1937

tinggal bersama para Suster Charitas di Waterstraat, Roosendaal. Saat inipun beliau sudah 12 tahun sebagai rektor bagi para suster.



Sr.Hieronima FCh

inipun diminta untuk menjadi rektor bagi para Suster Charitas Roosendaal. Saat beliau ditunjuk sebagai rektor, maka beliau pun

Sebagai ungkapan syukur ini, maka beliau mengundang keluarga dan beberapa umat serta sahabat kenalan untuk merayakan ekaristi



Sr. Hieronima FCh

bersama. Perayaan Ekaristi dimulai pukul 11.00 dan dipimpin oleh beliau sendiri serta dua konselebran yakni Pater Taddy de Dekker MHM dan Pater Ben MHM. Dalam homilinya, beliau tak henti-hentinya mengucap syukur karena berkat kasih Tuhan beliau masih tetap setia

dalam imamatnya. “Saya bersyukur bahwa saya masih diberi umur panjang dan kesehatan yang baik, sehingga saya masih bisa merayakan 60 tahun imamat saya ini. Ini semua berkat campur tangan Tuhan dan anda sekalian yang terlibat dalam hidup saya. Tuhan sungguh luar biasa,” ungkap Pater Pierre. Pater Pierre Spanjers yang mempunyai hobi naik sepeda dan jalan kaki ini, kini tinggal di rumah lansia St Elisabeth yang mana Zuster Michael juga tinggal di sana.

Setelah perayaan Ekaristi, acara dilanjutkan ramah tamah dan makan siang bersama. Suasana gembira pun dilanjutkan di ruang rekreasi. Semoga rektor Spanjers tetap sehat dan bahagia.**



Sr. Hieronima FCh

Meneladan Sang Santo

Sr. M.Teresa FCh/Sr. M. Anggi FCh



Sr. Skolastika, FCh

Jumat, 15 Juli 2022 menjadi momen berahmat dan penuh syukur bagi keluarga besar Postulat-Novisiat Kongregasi Suster Santo Fransiskus Charitas. Di mana pada hari tersebut merupakan Pesta Santo Bonaventura, pelindung rumah Postulat-Novisiat. Setelah kurang lebih dua tahun pestanya dirayakan secara intern akibat pandemi Covid-19. Tahun ini, berbeda dengan tahun sebelumnya. Pesta Santo Bonaventura kembali dirayakan di komunitas Santo Bonaventura, jalan Kolonel Haji Burlian Km.7 Palembang. Acara tersebut dihadiri oleh para suster dari beberapa komunitas, romo

serta para pelayan persaudaraan.

Adapun kegiatan untuk menyambut Pesta Santo Bonaventura diadakan renungan malam vigili yang dibawakan oleh Sr. M. Christa FCh. Dalam permenungannya, keluarga Postulat-Novisiat, kembali diajak untuk mengingat dan merenungkan siapa Santo Bonaventura. Yohanes Fidenza lahir pada tahun 1221 di Bagnoreggio, dekat Viterbo, Italia Tengah. Waktu kecil ia pernah sakit berat dan digendong ibunya menemui Fransiskus dari Asisi. Pada pertemuan itu, Fransiskus meramalkan terjadinya hal-hal besar pada anak itu lalu



Sr. Skolastika, FCh

memberkatinya dan berseru, “O, Bonaventura,” artinya, “betapa baik kejadian ini!” Ungkapan ini kemudian diabadikan sebagai nama anak itu. Bonaventura kemudian bergabung dengan Ordo Saudara-Saudara Dina Fransiskan dan dikirim ke Paris untuk belajar filsafat dan teologi. Kepandaiannya yang luar biasa dan jiwa kepemimpinannya yang sangat berwibawa tidak membuat Bonaventura menjadi sombong. Ketika ditanya dari mana ia mendapatkan kepandaian, Bonaventura menunjuk Salib Yesus.

Sebagai wujud keteladanan terhadap sikap kerendahan hati dalam mempersembahkan diri bagi Tuhan, para Postulan dan Novis diajak untuk mempersembahkan hasil karya tangan, berupa rosario, gantungan kunci, dan *souvenir* lainnya di depan altar sebagai simbolisasi. Kemudian, pada hari peringatannya dirayakan dalam misa syukur yang dipimpin oleh Pater Petrus Beto, OFM. Dalam

intensi misa, keluarga Postulat-Novisiat memohon doa bagi para Postulan dan Novis yang sedang belajar berproses menanggapi panggilan Tuhan, agar dapat meneladani sikap kerendahan hati, kecemerlangan, penghayatan, pematangan nilai injil serta memiliki jiwa yang berapi-api dari Santo Bonaventura.

Dalam khotbahnya, Pater Petrus, kembali menegaskan mengenai keutamaan Santo Bonaventura yakni, kepandaian yang luar biasa dan jiwa kepemimpinan yang sangat berwibawa tidak membuatnya menjadi pribadi yang sombong. Keutamaan itulah yang perlu diteladan oleh para Postulan-Novis yang sedang belajar mencari kehendak Tuhan.

Dalam rangka memeriahkan pesta Santo Bonaventura, setiap anggota diberikan kesempatan untuk berekspresi, menyalurkan bakat dan talenta. Seperti, menggambar, membuat kerajinan tangan dan *snack-snack* yang diolah



Sr. Skolastika, FCh

dari bahan yang merupakan hasil panen dari kebun sendiri. Hasil karya tersebut kemudian menjadi pajangan dan pameran yang disediakan bagi siapa saja yang hadir. Mereka bebas memilih dan mengambil apapun yang tersedia. Bagi para Postulan-Novis, pemberian yang sederhana tersebut merupakan salah satu wadah untuk dapat belajar meneladani sikap pemberian diri yang rendah hati dari Santo Bonaventura. Hasil karya itulah wujud rasa cinta dan sukacita serta keikutsertaan dalam mewujudkan cinta sebagai bagian dari Keluarga besar Komunitas Santo Bonaventura. Kebersamaan dan persaudaraan begitu nampak dalam acara ramah tamah di Rafter Postulat -Novisiat. Wajah-wajah manis para suster dan antusiasme yang memancarkan sukacita.

Terlebih kehadiran para suster pelayan persaudaraan dan suster sepuh. Salah satunya Sr. M. Zita, FCh, kehadirannya memberikan semangat bagi para tunas muda Charitas untuk tetap memiliki jiwa semangat serta setia dan bertekun

dalam menapaki hidup panggilan. Di tengah usia dan tenaganya yang mulai renta, tidak menyurutkan semangatnya untuk ikut serta dalam acara tersebut. Selain itu, melalui dialog singkatnya ia menyampaikan mengenai keutamaan Santo Bonaventura yang hebat. “Santo Bonaventura itu orang yang hebat, kalian mesti belajar mengenalinya lalu belajar untuk meneladaninya,” kata Sr. Zita

Sebagai wujud meneladani sang santo di era milenial ini para postulan dan novis diberikan ruang untuk mengolah diri serta mengembangkan kemampuan menulis, menggambar, bermain musik, memasak, membuat kerajinan tangan, dan menari.**



Sudahkah Aku Bahagia?

Sr. M. Hieronima FCh



Sr. Hieronima FCh

Suatu hari, ada seorang ibu yang bertanya kepada saya, “Suster, pernahkah anda menangis?” Lalu saya tercengang mendengar pertanyaan ibu tersebut. Dan saya balik bertanya “mengapa anda bertanya demikian?” Lalu ibu itu dengan sangat antusias mengatakan bahwa ia tidak pernah melihat saya tidak tersenyum dan tertawa. Setiap hari, setiap saat bertemu, selalu tertawa bahagia. Saya pun menjawab pertanyaan ibu tersebut dengan antusias pula. Dan tak lupa dengan canda tawa yang akhirnya membuat ibu tersebut juga tertawa.

Dari kisah di atas, sayapun mencoba untuk bertanya kepada diri saya sendiri, apakah saya sudah benar-benar bahagia? Atas dasar apa saya bahagia? Kebahagiaan memiliki banyak definisi yang berbeda dan mengalami perdebatan dalam makna dan penggunaannya. Kata ini banyak digunakan

kaitannya dengan dua faktor yaitu : perasaan dan emosi yang memengaruhi, seperti kesenangan atau kegembiraan, dan penilaian terhadap kualitas hidup.

Dalam penggunaannya dapat mencakup kedua faktor tersebut. Penilaian terhadap kesejahteraan dapat mencakup apa yang sedang dirasakan saat ini (emosi, suasana hati dan perasaan).

Seorang profesor perempuan bernama Sonja Lyubomirsky telah menggambarkan kebahagiaan sebagai pengalaman, kegembiraan, kepuasan, atau keadaan positif, yang dikombinasikan dengan perasaan bahwa hidup seseorang itu baik, bermakna dan berharga. Eudaimonia adalah sebuah istilah Yunani yang telah diterjemahkan secara beragam sebagai sebuah kebahagiaan, kesejahteraan, kemakmuran, dan berkat.

Kebahagiaan tidak memerlukan

SHARING



hal-hal yang sempurna, juga tidak membutuhkan hal-hal yang besar atau hebat. Bahkan mengejar kesempurnaan dalam hidup, justru bisa membuat manusia merasa kurang bahagia.

Sayangnya, jika manusia terlalu fokus mengejar sesuatu yang

belum yakin atas kebahagiaan kita sendiri, cobalah sejenak untuk menarik diri, mencoba masuk ke lubuk hati kita yang paling dalam, bertanya apakah aku sudah bahagia lahir dan batin, luar dan dalam, mari kita berbicara dan menulis secara positif tentang diri kita



bersifat eksternal, manfaat jangka panjang terhadap kebahagiaan tidak dapat diperoleh. "Kita sebenarnya dapat melukai rasa bahagia kita, karena kita akan selalu menginginkan lebih dan tidak pernah benar-benar puas," tambahnya. Maka bagi kita yang mungkin sampai saat ini masih

sendiri. Dan kita mensyukuri setiap anugrah hidup yang kita terima setiap hari. Apabila kita sudah memiliki kebahagiaan dan sukacita, maka tak perlu diragukan lagi bahwa pelayanan kita kepada orang lain akan terberkati dan sungguh berguna.**

Selalu Menyerahkan Diri Kepada Tuhan

Sr. M. Paula FCh



Saat acara pensiunan, 27 Agustus 2022, Ibu Indiyani Guru Kelompok Bermain Charitas Tegalsari yang mengajar sejak tahun 1994 mengisahkan tentang perjalanan pelayanannya sebagai Guru Charitas.

“Pada awal mula mengajar di kelompok bermain Charitas Tegalsari, sarana prasarana untuk mengajar belum tersedia, meja kursi hanya seadanya, buku-buku pelajaran juga tidak tersedia, saya hanya menemukan satu buku yang sudah sangat lawas sebagai buku pegangan dan satu tape recorder kuno. Dengan berpedoman satu buku dan tape rekorder itulah saya mencoba untuk

berkreasi mengembangkan sesuai kemampuan saya, sehingga dalam kesederhanaan kegiatan dapat berjalan.

Kalau saya bekerja di KB Charitas semata-mata untuk mendapatkan penghasilan yang besar, tentu saya tidak akan setia, karena penghasilan yang saya peroleh benar-benar tidak dapat mencukupi atau menopang kehidupan harian keluarga, tetapi hati saya sungguh tergerak untuk bisa menolong anak-anak yang dikirim Tuhan ke sekolah KB Charitas, maka saya hanya bisa mempersembahkan kepada Tuhan segala kekurangan saya dan apa yang dapat



saya lakukan. Dan saya merasakan pertolongan Tuhan sungguh nyata melalui Sr. Bernarda FCh yang sangat baik dan memahami kondisi keluarga saya. Pada waktu itu Sr. Bernarda, FCh sebagai kepala sekolah. Ketika saya sedang mengalami kesulitan mengenai biaya hidup harian, saya memberanikan diri untuk berbicara kepada Sr Bernarda dan menceritakan keberadaan di rumah, bahwa saya tidak mempunyai uang untuk belanja kebutuhan di rumah, maka Sr Bernarda memberikan pinjaman uang meskipun hanya sedikit, karena saya mengetahui bahwa Sr Bernarda juga tidak

mempunyai banyak uang, namun Sr. Bernarda selalu mengusahakan untuk membantu orang lain yang membutuhkan bantuan dan sangat mengerti orang lain, bahkan kalau musim panen padi kadang anak-anak diliburkan oleh Sr Bernarda, sehingga saya bisa pergi ke sawah untuk memanen padi.

Saya juga bersyukur selama saya bekerja bersama para Suster Charitas di KB Charitas, saya merasakan lebih banyak senangnya. Bila saya sedang suntuk di rumah, kalau sampai di sekolah dan bertemu dengan anak-anak yang lucu dan polos hati saya terhibur dan hilanglah

rasa suntuk itu. Suami dan keluarga besar juga mendukung pemberian diri saya sebagai guru di KB Charitas Tegalsari. Maka saya menjalankan tugas dengan gembira dan selama di Charitas saya banyak belajar dari Sr Bernarda yang tidak kenal lelah bekerja keras dan tetap gembira mengupayakan agar pelayanan semakin baik dan terus berkembang.”

Di akhir ceritanya Ibu Indiyani mengatakan: “rasanya waktu terus melaju dan tibalah



saatnya bagi saya untuk undur diri dari KB Charitas dan akan digantikan oleh guru-guru yang masih muda, energik dan memiliki semangat milenial. Maka saya mohon pamit dan terima kasih banyak atas kerjasamanya selama ini dan mohon maaf bila ada hal-hal yang tidak berkenan di hati. Harapan saya ke depan semoga KB Charitas semakin diminati banyak orang dan maju sesuai perkembangan zaman”.

Selanjutnya Ibu Sri Wahyuni guru SD Charitas 03 BK 4 yang menjadi guru Charitas sejak tahun 1985 yang juga akan pensiun mengungkapkan rasa terima kasih karena telah menjadi bagian dari Charitas dalam mencerdaskan anak-anak bangsa. Ia merasa kerasan dan nyaman bersama keluarga besar Yayasan Pendidikan Charitas. Sela-

ma 30 tahun pelayanannya di Charitas dijalani dengan penuh kegembiraan karena merasakan kekeluargaan dan persaudaraan Charitas yang sangat erat, maka kesulitan-kesulitan yang terjadi dapat diatasi.

Pengalaman yang dirasakan paling menyedihkan adalah ketika mendengar bahwa sekolah SD Charitas 03 akan ditutup, dengan alasan karena jumlah murid yang masuk tidak memadai lagi. Syukur kepada Allah karena segala upaya para Suster, Pastor Paroki, umat yang peduli terhadap pendidikan dan gerak bersama para guru dan karyawan dan terutama atas berkat Allah, akhirnya sekolah SD Charitas 03 masih terus beroperasi hingga saat ini.

Di hari yang sama pada acara pensiunan, Pak Andang juga menceritakan pengalamannya sela-

BERITA

ma mengabdikan diri sebagai pendidik di Yayasan Pendidikan Charitas sejak tahun 1985: “Saya merasa bersyukur atas pekerjaan yang diberikan oleh Tuhan melalui Yayasan



Pendidikan Charitas, karena dari situ-lah Tuhan memelihara hidup keluarga saya. Saya mengalami saat sekolah Charitas sungguh tidak ada apa-apanya sampai ada banyak kemajuan. Berbagai kegiatan yang diadakan oleh yayasan menambah pengalaman bagi para guru dan karyawan dan mendukung untuk dapat melayani dan mendidik anak-anak menjadi lebih baik.

Selama saya mengabdikan diri di Charitas, saya sudah mengalami berkali-kali dipindah dari unit yang satu ke unit yang lain dalam satu yayasan. Hal itu saya jalani dengan penuh semangat kegembiraan apalagi dukungan dari keluarga saya rasakan sangat baik dan keluarga juga ikut mensyukuri segala karya dan pengabdian saya di Charitas, sehing-

ga saya tetap setia sampai saat ini.

Saya kadang bertanya-tanya sekaligus merasa bersyukur karena sejak awal mula saya bergabung menjadi bagian Sekolah Charitas.

Saya mendengar bahwa Yayasan Charitas minus untuk memenuhi keperluan operasional sekolah. Tetapi tetap ada berkat dan rahmat Tuhan, sehingga yayasan selalu dapat memberikan gaji guru dan karyawan setiap bulannya, artinya mujizat Tuhan selalu ada. Di akhir ceritanya, Bapak Andang mengungkapkan: ”saya merasa belum banyak memberikan sesuatu

kepada Yayasan Pendidikan Charitas, tetapi Yayasan Pendidikan Charitas telah memberikan banyak hal kepada saya. Saya hanya bisa mensyukuri semua anugerah Tuhan itu dan terus mencoba untuk memberikan yang terbaik di sisa waktu yang ada. Terima kasih untuk semua berkat Tuhan lewat Yayasan Pendidikan Charitas, harapan saya semoga Sekolah Charitas semakin berkembang, berkualitas dan menjadi pilihan masyarakat”. **



Kaul Sebagai Persembahan Diri

Sr.M. Vianney FCh



Pada hari Kamis, 08 September 2022 bertepatan dengan pesta kelahiran Santa Maria, merupakan momen bahagia dan penuh syukur bagi para pestawati yang akan mengikrarkan profesi pertama. Derap langkah kelima suster dengan diiringi lagu pembuka, menuju ke depan altar dengan mantap dan penuh haru (Sr. M. Avelina FCh, Sr. M. Eveline FCh, Sr. M. Filomena FCh, Sr. M. Franzeina FCh, dan Sr. M. Genoveva FCh), menandakan kesiapan untuk mengikrarkan profesi pertama.

Perayaan Ekaristi ini dipersembahkan oleh Mgr. Yohanes Harun Yuwono, Uskup Keuskupan Agung Palembang, dan didampingi oleh para konselebran, yaitu: Pastor Paroki St. Yosep, RD. Silvester Joko Susanto, dan RP. Petrus Sugiarto SCJ. Perayaan Ekaristi diselenggarakan di Novisiat Charitas St. Bonaventura

Palembang dan dihadiri oleh orang tua, keluarga, dan tamu undangan. Meski dengan protokol kesehatan, tidak mengurangi rasa khushuk dan penuh syukur kami dalam merayakan dan menghayati perayaan Ekaristi ini. Perayaan Ekaristi juga dilangsungkan secara *live streaming* di channel youtube Suster Charitas dan Komsos KAPal.

“Maria merupakan seorang perempuan biasa, dalam usia remaja bertunangan dengan Yosep. Ia taat pada orang tua, hukum taurat dan dalam keseharian yang sederhana. Kesiapsediaan Maria dalam menerima Kabar dari Malaikat Gabriel, yakni “Aku ini hamba Tuhan terjadilah padaku menurut perkataan-Mu” merupakan tanda ketaatan dalam hidup Maria. Maria adalah contoh bagaimana seorang manusia biasa dapat berjuang untuk tetap bisa



menjadi hamba Allah dan menjadi saleh, yang selalu menjaga kesuciannya. Setiap manusia siapapun bisa, yang diperlukan hanyalah selalu bersedia mendengarkan dan merenungkan sabda Allah, memeditasikannya dan melakukan *discernment*.

Kita juga belajar dari Maria apa artinya ketaatan penuh dengan rendah hati dan harus rela mengorbankan kehendak sendiri, betapa pun tampaknya kehendak itu begitu bagus, rasional dan masuk akal. Kalaupun kita berhasil, kepada Allah jualah kita serahkan kembali kemuliaannya.

Kalau kita gagal dalam bertugas, dari Allah-lah kita mengharapkan peneguhan dan penghiburan. Itulah kualitas Maria, wanita sederhana, terbuka, rendah hati, beriman, dan setia pada janji yang diucapkan. Semoga para saudari kita ini juga akan demikian, setia pada janji yang akan diucapkannya”, ungkap Mgr Yohanes Yuwono dalam kotbahnya.

Sedangkan Sr.M.Franzeina FCh mewakili para pestawati dalam kata sambutannya mengatakan kaul sebagai persembahan diri, kaul sebagai janji, kaul sebagai pilihan secara bebas, pribadi, tahu dan tanggung jawab. Kaul sebagai sarana untuk mengungkapkan sebuah komitmen.

Pesan singkat dari Bapak Kirji perwakilan dari keluarga Sr.M. Genoveva FCh berharap kepada pestawati agar terus bertumbuh dalam iman, tekun dan setia dalam panggilan hidup untuk melayani Tuhan dan sesama.

Sr. M. Henrika FCh sebagai Pemimpin Umum Kongregasi FCh, juga menegaskan “bahwa pada hari ini 08 September 2022, patutlah kita semua bersyukur dan berbahagia karena dianugerahi saudari-saudari muda yang dengan berani mengikrarkan prasetyanya untuk mengikuti jalan panggilan Tuhan. Para suster berjanji selama 3 tahun.



Sr. Vianney FCh

Jadi untuk 3 tahun pertama akan diuji kesetiaannya, tentang apa yang telah diikrarkan. Tiga tahun pertama merupakan tahun perjuangan untuk mulai membuktikan diri bahwa para suster ini akan mengikuti Tuhan untuk selama-lamanya. Kita diajak selalu bersyukur atas pilihan hidup yang telah dikuduskan oleh Tuhan, dan bertekun. Apa yang sudah dijanjikan untuk terus diusahakan, ditekuni dan dilaksanakan.

Menjadi suster adalah sebuah komitmen dan berani memberikan diri untuk Tuhan dalam pelayanan dan tidak akan pernah menikah untuk selamanya. Ini suatu tantangan yang luar biasa untuk kita terutama bagi para suster-suster muda ini. Kita yang mempersembahkan diri itu memang sudah dipilih oleh Allah. Oleh karena itu, kita harus terus membangunkan semangat, membangunkan keyakinan bahwa kita adalah orang-orang pilihan. Bukan untuk sebuah kesombongan tetapi untuk semakin

rendah hati seperti Bunda Maria, tetap sederhana dan rendah hati agar kita dibimbing oleh Roh Tuhan sendiri dalam perjalanan hidup dan persembahkan diri yang total”, ungkap Sr. M. Henrika FCh. Setelah perayaan Ekaristi dilanjutkan dengan acara berfoto keluarga, pestawati bersama Pimpinan Umum dan Dewannya. Selesai acara berfoto bersama keluarga dan pestawati menuju ke rumah retreat untuk melanjutkan ramah-tamah bersama tamu undangan lainnya.

Senyum bahagia terpancar dari kelima suster yang baru saja mengikrarkan profesi pertamanya. Sadar akan hidup yang dipilih ini adalah hidup yang disucikan bagi Allah sebagai persembahkan diri untuk menjadi satu tubuh dalam Kongregasi dan hidup dalam persaudaraan. Tanda bahwa mereka siap untuk memulai hidup di tengah persaudaraan dalam komunitas. Proficiat.**

Jangan Katakan Aku ini Masih Muda

Sr.M. Redempta,FCh



Jangan katakan aku ini masih muda sebab ketika Tuhan telah menentukanmu menjadi pilihannya, Tuhan tak akan membiarkanmu terlepas dari genggaman tangan kasih-Nya. Pesta St Yoyakim dan St Anna menjadi istimewa bagi ke-8 saudari muda yang telah memberanikan diri menjawab panggilan Tuhan dengan menggabungkan diri dalam Kongregasi Suster Santo Fransiskus Charitas.

Para saudari muda ini berasal dari berbagai tempat yakni: Perawang, Cinta Manis, Belitang, Papua, Manggarai dan Larantuka. Jarak yang jauh tak membuat mereka patah arang seperti saudari Merlin, Uci dan Ichen yang harus menempuh perjalanan berhari-hari menggunakan kapal laut sebelum akhirnya tiba di

Jakarta. Setelah itu juga masih harus menempuh perjalanan darat dengan menggunakan bus hingga akhirnya tiba di Palembang. Tepat pada pukul 16.00 WIB ibadat penerimaan Aspiran dipimpin oleh Sr Christa dengan mengenakan pakaian putih dan rok hitam. Mereka tampak sangat anggun bak malaikat yang begitu polos mengingatkan beberapa tahun yang lalu ketika saya juga memutuskan untuk bergabung menjadi bagian dalam persaudaraan Charitas, ada rasa kagum dan haru melihat ketangguhan delapan saudari muda ini.

Tuntutan jaman dan kenyamanan dunia saat ini ternyata tak mengaburkan kasih Tuhan. Mereka berani mengambil keputusan yang bagi sebagian orang itu keputusan



Sr. Redempta, FCh

yang berat. Dalam renungan singkat yang diberikan Sr Christa FCh, beliau menegaskan “bahwa bukan kita yang memilih untuk menjawab panggilan Allah, tetapi Allah yang pertama sejak kita dalam kandungan. Dia yang telah memilih kita untuk menjadi bagian dari karya keselamatan-Nya.

Sebelum mereka diterima secara resmi menjadi aspiran, mereka telah melakukan beberapa persiapan seperti; tes kepribadian, tes kesehatan. Dan pada tanggal 26 Juli 2022 mereka melakukan rekoleksi yang di dampingi oleh Sr. Ambrosia FCh dan Sr Christa FCh. Dalam rekoleksi ini mereka dihantar untuk semakin menyadari panggilan Allah yang diterima sebagai

anugerah.

Saat yang paling dinanti akhirnya tiba, satu persatu para saudari ini di kenakan kalung “Tau “ oleh Sr Silviana FCh sebagai koordinator utama yang didampingi oleh Sr Ambrosia. Kalung “ Tau” dipakai selama masa Aspirat. Aspirat merupakan masa untuk membantu dan menumbuhkan keinginan bagi calon agar tergerak untuk menjawab panggilan sebagai seorang religius. Setelah penerimaan ini mereka akan berproses selama kurang lebih 3 bulan di bawah pendampingan para formator yang telah ditunjuk oleh kongregasi. Belajar dan melihat secara nyata bagaimana kehidupan membiara. Masa Aspirat menjadi masa awal untuk mengenal para pendiri dan nilai-nilai Spiritualitas Kongregasi FCh. Selain itu mereka juga belajar mengerjakan hal sederhana seperti membersihkan rumah, menyapu, menyeterika baju. Di sinilah mereka dilatih untuk bisa bekerja sama.

Sharing Panggilan

Pada saat itu diberi kesempatan kepada salah seorang aspiran untuk bersharing mengenai perjalanan panggilannya. Uci begitulah aku biasa dipanggil. Anak dari pasangan Paulus Rupa Kolin dan Helena Henedal yang mencoba menjawab panggilan Tuhan yang terus bergema di lubuk hatiku yang terdalam. Panggilan itu ada sejak aku duduk di Sekolah Dasar. Namun seiring berjalannya waktu, panggilan atau niat itu mulai menghilang.



Sr. Redempta, FCh

Tetapi pada saat lulus SD niat itu muncul lagi. Saya berpikir jika saya masuk biara pasti saya akan meninggalkan mereka. Akhirnya saya memutuskan untuk istirahat satu tahun dan membantu mereka.

Saat di kampung saya sering mengikuti kegiatan OMK di paroki. Entah mengapa waktu itu saya bertemu dengan guru SD saya yang sudah lama sekali tidak bertemu. Lalu guru SD saya bertanya kepada saya “Uci cita-cita kamu mau jadi apa?” Saya dengan spontan langsung menjawab “saya mau jadi suster Bu.” Saya juga kaget dengan jawaban saya kenapa bisa saya menjawab seperti itu. Tetapi itu yang direncanakan Tuhan. Ketika pulang kegiatan OMK, saya menyampaikan niat saya kepada

orangtua untuk masuk biara. Orang tua saya mengatakan “Ya, kalau itu niat kamu, kami juga setuju sekali.” Saya sangat senang karena diizinkan. Tetapi ada perasaan sedih juga karena saya harus meninggalkan mereka.

Setelah meminta izin dari orangtua, saya membuka *handphone* dan melihat *story* kakak saya. Kakak saya memosting Sr. Mariana FCh. Saya langsung membalas *story*-nya “Kak, saya juga mau masuk biara.” Lalu kakak saya menjawab “wah, boleh banget adik. Kakak kasih nomor kamu kesuster Mariana ya”. Beberapa menit kemudian saya di WhatsApp oleh Sr Mariana dan ditanya dengan beberapa pertanyaan. Dan selanjutnya saya juga dikenalkan dengan Sr. Ambrosia FCh, Sr. Silviana FCh dan Sr. Christa FCh.

Saya sangat semangat karena didukung dari semua keluarga saya. Mereka sangat senang dan turut mempersiapkan semuanya. Dengan persiapan yang sangat singkat karena pada saat proses pengiriman bahan tes, ada sedikit kesalahan yang membuat bahan tesnya terlambat sampai ke tempat saya. Padahal informasi dari suster tanggal 15 Juli semua calon Aspiran sudah sampai di Charitas Palembang. Akhirnya suster mengatakan bahwa saya ikut tes kesehatan saja dulu.

Setelah tes kesehatan, syukur hasilnya baik dan saya langsung dilakukan wawancara. Tes kesehatan dan wawancara itu dilakukan satu hari pada hari dan tanggal yang sama yaitu tanggal 05 Juli 2022.



Sr. Redempta, FCh

Sedangkan untuk tes tertulisnya akan dilakukan di Palembang. Setelah dilakukan tes wawancara, saya langsung beli tiket kapal.

Mendengar itu saya dan orangtua saya juga langsung setuju. Padahal jika tes tertulisnya ini tidak lulus berarti saya tidak bisa diterima. Tapi karena semua semangat dan yakin bahwa saya bisa, dan saya sendiri pun sangat yakin kalau saya bisa. Pada tanggal 06-07 Juli 2022, merupakan hari yang sangat singkat untuk mempersiapkan diri saya melakukan perjalanan ke Palembang.

Pada tanggal 08 Juli 2022 saya berangkat menuju ke Palembang. Puji Tuhan semua berjalan dengan lancar. Semuanya karena dukungan dari keluarga yang membantu semua persiapan itu. Saya gembira juga karena dalam perjalanan bertemu dengan teman yang mempunyai tujuan yang sama ke Palembang. Namanya Liana dan Merlin.

Perjalanan ini terasa sangat seru,

meskipun perjalanannya ditempuh selama lima hari. Dalam perjalanan, yang saya pikirkan adalah tes yang belum saya laksanakan. Tetapi saya sangat yakin tes yang akan saya lakukan akan lulus. Sesampainya di Palembang, kami diterima baik oleh Para Suster Charitas. Beberapa hari kemudian saya mengikuti tes tertulis. Dan puji Tuhan saya lulus tes. Setelah diberi tahu saya lulus tes, saya langsung menangis bahagia. Ternyata tidak sia-sia perjalanan jauh yang saya tempuh. Lalu pada tanggal 26 Juli 2022 kami diresmikan sebagai Aspiran Charitas. Semoga tetap diteguhkan, tetap semangat dan setia dalam menjalankan panggilan ini. Semangat.**



Menutur Bersama Yesus

Sr. M Redempta, FCh



Pada tanggal 28 Agustus 2022, Para Suster Kongregasi Charitas di bawah koordinator promosi panggilan dan bekerja sama dengan Paroki St Stefanus Talang Betutu serta Rm Elis Handoko SCJ, mengadakan kegiatan untuk mewujudkan tahun gembira. Kegiatan tersebut adalah mengadakan Pelatihan Guru Sekolah Minggu. Tema yang diangkat dalam pelatihan adalah “Menutur bersama Yesus”.

Dalam sambutan singkatnya Rm Ansel mengatakan bersyukur dengan kegiatan yang dilakukan dan ini merupakan kesempatan yang luar biasa. Apalagi melihat antusias para peserta yang berasal dari beberapa utusan paroki dan stasi-stasi yang ada di Paroki St Stefanus sendiri yang berkenan hadir meski jarak yang ditempuh jauh.

Kegiatan ini dipandu oleh Rm Elis Handoko. Sebelum memulai sesinya beliau memberi pengantar. Romo Elis mengatakan “bahwa kevakuman

selama pandemi pasti menjadi tantangan bagi para pendamping sekolah minggu karena anak-anak kurang merespon, kurang mau terlibat dan terbuka. Mereka saat ini lebih menyukai dunianya sendiri dengan asyik bermain Hp. Maka kita sebagai pendamping diharapkan mampu mengatasi situasi anak saat ini. Perlu diingat bahwa ini bukan maunya anak-anak. Mereka terbentuk karena situasi beberapa tahun ini. “Kamulah yang dipercayai Allah untuk menjadi pendamping mereka” merupakan materi pelatihan yang pertama. Jangan lupa bahwa kekuasaan yang sesungguhnya adalah melayani. Hanya mereka yang melayani dengan kasih mampu melindungi. Kalau konteks kita melayani, maka kita harus mencoba untuk menikmati karena kita pendamping tidak berkerja sendiri tetapi bersama. Untuk itu dibutuhkan kerja tim, sehingga membawa dampak positif terhadap anak-anak yang



dibimbing. Dasar proses kita bersama anak-anak adalah proses komunikasi tentang iman. Maka yang utama adalah Allah, Allah di sini sebagai Injil yang diwartakan dan kita adalah tetap sebagai pelayan,” kata Rm. Elis.

Setelah diberi pengarahan, para peserta diajak untuk langsung melakukan praktik.

Namun sebelumnya mereka diminta mempersiapkan bahan-bahan untuk praktik mendampingi Sekolah Minggu. Rm Elis menjelaskan “cara mendampingi anak-anak, yang harus diperhatikan adalah pada setiap pertemuan atau kegiatan harus ada “pembuka” yang memuat tentang pengantar.

Kemudian bisa dilanjutkan dengan doa pembuka atau lagu pembuka. Lalu dilanjutkan dengan *sharing* misioner dari pertemuan sebelumnya. Fungsinya agar anak lebih aktif. Maka tugas misioner di akhir sesi harus selalu ada. Yang perlu diingat adalah bahwa bahan yang akan diberikan kepada anak-anak disesuaikan dengan

tahun Liturgi. Sedangkan untuk pendalaman materi para pendamping sudah mempersiapkan bahan-bahan yang berisi penjelasan, ilustrasi atau peragaan serta permainan yang dapat membantu mempermudah anak untuk memahami materi pendalaman.

Menjadi perhatian bagi para pendamping agar selalu melibatkan anak agar terlibat aktif sehingga anak dapat mengembangkan imajinasinya dan dengan mudah memahami isi dari warta yang kita sampaikan. Selain itu anak-anak diajak untuk memilih ayat emas untuk didengarkan terus-menerus atau membuat tugas bukan untuk diri sendiri tetapi untuk orang lain, yang membawa dampak bagi orang di sekitarnya,” ujar Rm Elis.

Rm Elis juga memberikan beberapa teknik bercerita agar sebagai pendamping lebih menarik dan didengarkan anak-anak yang didampingi. Hal yang menjadi utama adalah mengenali terlebih dahulu situasi yang dihadapi oleh anak. Dalam hal ini diharapkan pendamping



Sr. Redempta, FCh

agar aktif dan sungguh mengenal latar belakang anak yang sedang didampingi. “Saat bercerita jangan hanya mengandalkan satu objek atau alat peraga saja tetapi menggunakan semua yang ada di sekitarmu termasuk tubuh, sebab tubuh bisa menjadi sarana untuk menyampaikan pesan itu sendiri. Maka bahasa yang digunakan baik bahasa verbal dan non verbal sangat penting untuk diperhatikan seperti ekspresi wajah, kontak mata, pengucapan vokal yang meliputi intonasi, artikulasi juga sangat mempengaruhi saat kita bertutur kepada anak-anak,” kata Rm. Elis mengakhiri materinya.

Lalu dilanjutkan dengan pemberian materi oleh Sr M. Crista FCh. Sr Christa mengangkat tema mengenai “Dunia Anak”. Sr. Christa menjelaskan “dunia anak pada umumnya yang memiliki rasa ingin tahu yang besar. Anak selalu ingin mencoba dan menemukan sesuatu yang dilihat serta yang diinginkannya. Kita belajar memahami bahwa itu sebagai bentuk antusias, artinya anak itu menunjukkan keaktifannya. Maka ketika anak banyak bertanya kita

sebagai seorang pendamping harus bisa mengendalikan situasi yang ada.

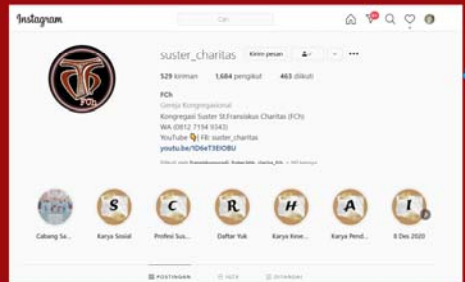
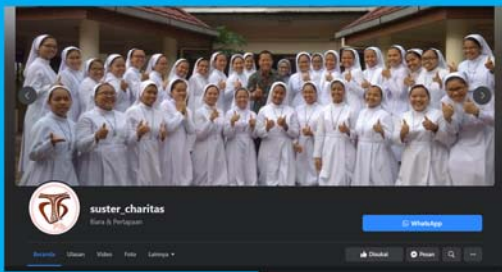
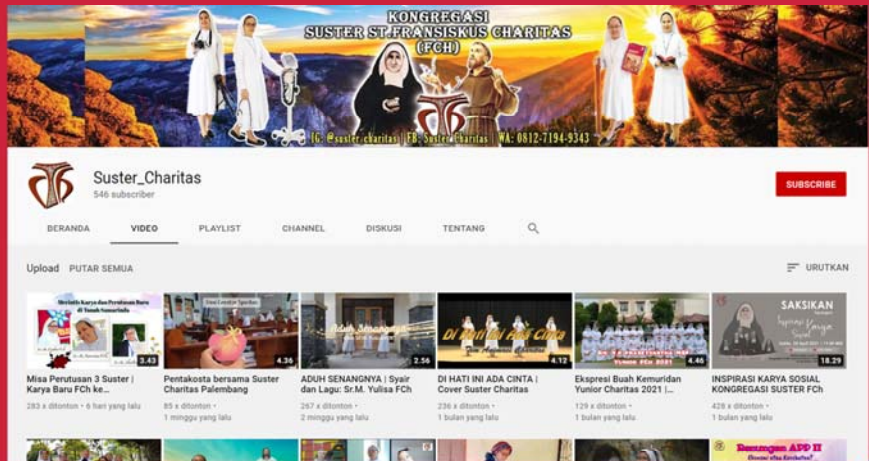
Ada dua jenis tipe anak. Ada anak yang perhatian dan ada anak yang kurang respon. Maka tugas pendamping yang harus lebih aktif agar anak mau memperhatikan kita. Carilah sela dan carinya solusi yang tepat. Maka kerja tim sangat penting sekali agar dalam pewartaan bisa semakin maksimal. Untuk mampu menarik perhatian hati anak-anak perlu beberapa hal yang harus diperhatikan yaitu; kenali latar belakang anak, bahasa antara satu anak dengan anak yang lain, tempatnya serta sarana yang lain seperti musik dan alat peraga. Selain itu jangan lupa memberikan pujian,” pesan Sr. Christa.

Pada penghujung acara Rm. Ansel sebagai Rm paroki, sangat mengapresiasi kegiatan ini. Harapannya kegiatan seperti bisa diadakan lagi untuk membantu para pendamping Sekolah Minggu, terlebih membantu anak-anak untuk semakin mengenal siapa Yesus.**

Media Sosial

Kongregasi Suster St. Fransiskus Charitas

YouTube



Hubungi e-mail: medsoscharitas@gmail.com

Bila mana ada konten yang ingin dipublikasikan melalui media sosial Suster Charitas.

Konten berupa: foto, poster, atau video (terkait kegiatan sehari-hari suster, momen khusus, kegiatan karya, dll.)



Karya Sosial

**Rumah Lansia:
Panti Werdha
Dharma Bhakti**
Jl. Kol. H. Burlian
No.228, Sukarami,
Kec. Sukarami,
Kota Palembang,
Sumatera Selatan
30151.



Kopdit: Bina Danarta
Jl. Kol. H. Burlian KM 7, No. 7154A, Sukasenang, Kec. Sukarami,
Kota Palembang, Sumatera Selatan 30151.



**Taman Penitipan Anak dan Pendidikan Baby
Sitter Theresia Saelmaekers**
Kompleks RS Myria, Jl. Kol. H. Burlian KM 7, Palembang.



**Asrama Putri
St. Maria
Goretti**
Bedilan, Belitang,
Kabupaten Ogan
Komerang Ulu
Timur, Sumatera
Selatan 32382