

Doa Puasa vs Puasa Doa

Ditulis oleh Pancha W. Yahya
Rabu, 29 April 2009 14:11

Jujur saja, kita lebih sering “puasa doa” alias tidak berdoa daripada kita berdoa dengan berpuasa! Bahkan banyak di antara kita yang belum pernah berdoa puasa. Omong-omong tentang doa puasa, sebetulnya apa sih tujuan kita berdoa puasa? Apakah doa dengan puasa lebih afdol daripada doa sonder puasa? Apakah puasa menjadi alat bagi kita untuk membuat Tuhan kasihan pada kita dan akhirnya Ia “terpaksa” mengabulkan doa-doa kita?

Secara prinsip ada dua tujuan berdoa puasa. Yang pertama berdoa puasa tatkala kita menyesali dosa, bertobat dan minta ampun kepada Tuhan. Ketika itu raja Daud melakukan tri dosa yang membuat Tuhan marah, yaitu mengingini Batsyeba, yang notabene adalah istri Uria, berzinah dengan Batsyeba dan membunuh Uria. Setelah Tuhan menegur Daud melalui nabi Natan, ia menunjukkan penyesalan. Kemudian Daud berpuasa dengan berdoa dengan berbaring di tanah untuk meminta ampun kepada Tuhan dan Tuhan berkenan membatalkan hukuman-Nya yaitu kematian anaknya (2 Sam. 12:16).

Kedua, berdoa puasa untuk suatu permohonan tertentu, termasuk di saat kita mencari kehendak Tuhan yang khusus untuk diri kita. Contoh yang jelas dari tujuan yang kedua ini adalah kisah Ratu Ester. Ketika ada seorang yang sangat jahat bernama Haman yang telah mempengaruhi Raja Ahasyweros untuk mengadakan genocide terhadap bangsa Yahudi, Ester menyerukan agar bangsa Israel berdoa puasa untuk memohon kuasa Tuhan bekerja menyelamatkan mereka melalui diri Ester (Est. 4:16).

Seperti yang telah ditulis di atas bahwa doa plus puasa tidak membuat doa itu lebih didengar oleh Tuhan. Tetapi doa disertai puasa menunjukkan hati kita yang hancur di hadapan Tuhan. Doa puasa menunjukkan ketidakberdayaan kita di hadapan Allah yang berkuasa. Ketika kita tidak makan dan minum, otomatis fisik kita lemah dan itu menjadi suatu lambang bahwa kita tidak berdaya apa-apa. Sewaktu kita berpuasa kita menanggalkan semua keangkuhan dan kemampuan diri untuk bergantung sepenuhnya kepada Tuhan. Mana yang Anda pilih, doa puasa atau puasa doa?

Pancha Wiguna Yahya

Jakarta, 19 September 2003