

SURAT GEMBALA PRAPASKAH 2026

USKUP AGUNG SEMARANG

Dibacakan/ ditayangkan pada Sabtu-Minggu, 14–15 Februari 2026

Minggu Biasa VI Tahun A

Sirakh 15:15–20; 1Korintus 2:6–10; Matius 5:17–37



“Menghadirkan Masyarakat Yang Bahagia dan Sejahtera”

Saudara-saudari, umat Keuskupan Agung Semarang yang saya kasihi. Berkah Dalem.

Dalam beberapa hari ke depan, kita akan memasuki Masa Prapaskah, yang dimulai pada Rabu Abu, tanggal 18 Februari 2026. Prapaskah adalah masa penuh rahmat yang mengajak kita menepi sejenak untuk menata hati dan memperbarui arah hidup. Prapaskah bukan sekadar kebiasaan melakukan puasa dan pantang, melainkan kesempatan untuk *ngresiki ati*, membersihkan hati, agar hidup kita semakin selaras dengan kehendak Allah dan semakin peka terhadap sesama.

Sabda Tuhan pada Minggu Biasa VI ini memberi terang yang sangat kuat bagi langkah kita memasuki Prapaskah. Dalam Kitab Sirakh (15:15–20), kita diingatkan bahwa Tuhan telah menempatkan manusia di hadapan dua pilihan: hidup atau mati, setia atau tidak setia. Kesetiaan pada kehendak Allah akan mendatangkan kehidupan; sebaliknya, ketidaksetiaan akan mendatangkan kematian. Allah tidak memaksa kita, tetapi mengajak kita untuk memilih “hidup” dan bertanggung jawab atas pilihan ini.

Dalam bacaan kedua (1Korintus 2:6–10), Santo Paulus mengingatkan bahwa kebijaksanaan Allah bukan kebijaksanaan dunia. Kebijaksanaan Allah hanya dapat dipahami oleh mereka yang mau membuka hati dan dibimbing oleh Roh Kudus.

Sedangkan dalam Injil (Matius 5:17–37), Yesus menegaskan bahwa Ia datang bukan untuk meniadakan hukum Taurat, melainkan untuk menggenapinya. Yesus mengajak kita tidak berhenti pada ketaatan lahiriah, tetapi sampai pada ketaatan yang lahir dari hati: bukan hanya tidak membunuh, tetapi juga menyingkirkan kemarahan; bukan hanya tidak berbuat dosa, tetapi juga menjaga kemurnian hati; bukan hanya berkata benar, tetapi hidup dalam kejujuran. Ketaatan pada aturan (taat asas) mesti dibarengi

sikap batin yang murni dan tulus untuk melakukan yang baik sesuai dengan kehendak Allah.

Saudara-saudari terkasih,

Sabda Tuhan ini sejalan dengan tema Aksi Puasa Pembangunan (APP) 2026, yakni: “Gereja Berjuang Menghadirkan Masyarakat yang Bahagia dan Sejahtera.” Tema ini sekaligus menjadi bagian dari pelaksanaan Arah Dasar IX Keuskupan Agung Semarang (Ardas IX KAS, 2026–2030): “menjadi Gereja yang bahagia, menginspirasi, dan menyejahterakan”.

- **Bahagia** bukan hanya karena cukup secara materi, tetapi karena hidup kita utuh, baik dari sisi manusiawi, spiritual, emosional, dan sosial. Bahagia karena Allah sungguh mencintai kita seutuhnya dan tidak membiarkan kita berjalan sendirian.
- **Menginspirasi** berarti berani melangkah lebih dahulu dengan memberi teladan nyata yang mampu menggerakkan orang lain berbuat kebaikan. Tidak hanya berbicara saja, tetapi juga melakukannya.
- **Menyejahterakan** berarti menghadirkan kehidupan yang layak dan bermartabat, terutama bagi mereka yang kecil, lemah, miskin, tersingkir, dan difabel [KLMTD].

Saudara-saudari yang terkasih,

Melalui APP, Gereja mengajak kita menjalani pertobatan yang nyata lewat puasa, doa, dan derma. Pertobatan yang dikehendaki Tuhan bukan hanya tampak di luar, tetapi sungguh mengubah hati dan cara hidup kita. Perubahan dan pembaruan diri ini nampak nyata ketika kita mempunyai perhatian dan kepedulian kepada saudara-saudari kita yang sedang mengalami kesesakan hidup, antara lain karena sakit dan lemah fisik, kesulitan pekerjaan dan ekonomi, tekanan dan penindasan sosial, kesepian dan kesendirian di usia senja, penelantaran dan kekerasan dalam rumah tangga, serta kehilangan anggota keluarga dan tempat tinggal akibat bencana alam.

Di sinilah **puasa** menemukan maknanya. Puasa mengajak kita hidup lebih sederhana agar dapat memberikan perhatian lebih kepada sesama yang berkesesakan hidup. Puasa mengarahkan kita semakin solider dan peduli kepada orang lain yang membutuhkan kehadiran dan uluran tangan kita. Karena itu, puasa bukan hanya sekedar menahan lapar, tetapi juga menahan keinginan berlebihan dan sikap tidak peduli pada orang lain.

Selain lewat puasa, pertobatan juga kita jalani **melalui doa**. Doa akan mampu menajamkan kepekaan hati. Dalam doa, kita belajar melihat segala sesuatu dengan

mata Allah, hingga hati kita tidak menjadi keras, melainkan menjadi lebih lembut dan penuh *welas asih*.

Sedangkan **melalui derma**, iman mendapatkan wujudnya yang nyata. Derma bukan sekedar memberi dari kelebihan, tetapi berbagi dengan tulus demi memulihkan martabat sesama. *Sanajan sethithik, yen tulus bakal migunani* (meskipun hanya sedikit, namun bila diberikan dengan tulus ikhlas akan berdaya guna). Karena itu, dana sosial Gereja – berupa dana APP, dana papa miskin, dana bencana, dana pendidikan, dana kesehatan, dan dana kematian – perlu dikelola secara bertanggung jawab dan optimal.

Dalam rangka ini, saya mengajak paroki, lingkungan, dan kelompok kategorial untuk menghidupi ARDAS IX secara konkret dengan mendata umat yang sungguh membutuhkan dan menyalurkan dana sosial yang ada kepada mereka, mendampingi keluarga dan pribadi yang rapuh dan mengalami kesendirian, membantu pendidikan anak-anak dari keluarga pra-sejahtera, meningkatkan solidaritas khususnya di saat terjadi bencana, serta merawat lingkungan hidup. Semua dilakukan dalam semangat sinodal, yakni dalam kebersamaan dan semangat gotong royong.

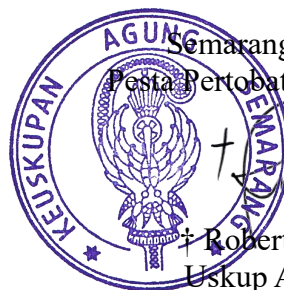
Saudara-saudari terkasih,

Yesus dalam Injil hari ini mengingatkan kita bahwa ketaatan sejati lahir dari hati yang diperbarui. Memasuki Masa Prapaskah ini, marilah kita perbarui diri kita dengan memilih hidup yang setia pada kehendak Allah, bukan hanya dalam kata-kata saja, melainkan juga dalam sikap dan perbuatan. Kita jadikan Prapaskah dan APP ini jalan pertobatan pribadi dan bersama, sekaligus langkah nyata menghadirkan Gereja yang bahagia, menginspirasi, dan menyejahterakan di tengah masyarakat.

Semoga Masa Prapaskah ini menolong kita semakin bertumbuh dalam iman, semakin teguh dalam pengharapan, dan semakin kaya dalam kasih.

Atas perhatian dan kesediaan Saudara-saudari untuk berjalan bersama menghadirkan masyarakat yang bahagia dan sejahtera, saya mengucapkan terima kasih.

Berkah Dalem. Tuhan memberkati kita semua.



Semarang, 25 Januari 2026

Pesta Pertobatan Santo Paulus Rasul

Robertus Rubiyatmoko
Uskup Agung Semarang

KETENTUAN PUASA DAN PANTANG TAHUN 2026

Mengacu pada Ketentuan Pastoral Keuskupan Regio Jawa (KPKRJ) Tahun 2016 pasal 138 no 2.b. dalam kaitannya dengan kanon 1249-1253 Kitab Hukum Kanonik 1983 tentang hari tobat, peraturan puasa dan pantang, ditetapkan sebagai berikut:

1. Hari Puasa tahun 2026 ini ditetapkan hari Rabu Abu tanggal 18 Februari dan Jumat Agung tanggal 03 April.

Hari Pantang tahun 2026 ini ditentukan hari Rabu Abu dan tujuh hari Jumat selama masa Prapaskah sampai dengan Jumat Agung.

Namun apabila dikehendaki, sesuai dengan tradisi Gereja, waktu untuk berpantang dapat dilakukan pada semua hari Jumat sepanjang tahun, kecuali hari Jumat tersebut bertepatan dengan hari raya menurut kalender liturgi.

2. Yang dimaksud dengan berpuasa adalah makan hanya satu kali saja dalam sehari.

Umat beriman yang wajib berpuasa adalah yang berumur antara delapan belas tahun sampai dengan awal tahun keenampuluh (18 – 60 tahun).

3. Yang dimaksud dengan berpantang adalah tidak makan daging atau makanan lain yang biasa dikonsumsi dan/atau disukai.

Umat beriman yang wajib berpantang adalah yang sudah genap berumur empat belas tahun.

Apabila menghendaki bentuk puasa dan pantang yang lebih berat, maka masing-masing pribadi atau keluarga dan komunitas dapat memanfaatkan 40 hari masa Prapaskah sebagai kesempatan istimewa untuk membina pertobatan dengan laku tobat dan matiraga yang lebih berat. Hal ini dapat diwujudkan, antara lain dengan melakukan karya amal kasih bagi mereka yang membutuhkan; serta melatih diri lebih serius dalam olah rohani melalui ketekunan membaca dan merenungkan Kitab Suci, mengikuti renungan APP, rekoleksi/retret, latihan rohani, ibadat jalan salib, pengakuan dosa, meditasi, dan adorasi.