

Bahan Katekese
Masa Prapaskah 2026



AKSI PUASA PEMBANGUNAN:

Gerakan Misioner Gereja dalam Menghadirkan Pengharapan



BAHAN PERTEMUAN KATEKESE MASA PAPASKAH
UNTUK USIA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA
/REMAJA

AKSI PUASA PEMBANGUNAN:

GERAKAN MISIONER GEREJA DALAM

MENGHADIRKAN PENGHARAPAN

**BAHAN PERTEMUAN
KATEKESE MASA PRAPASKAH
UNTUK USIA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA/REMAJA**

**AKSI PUASA PEMBANGUNAN
KEUSKUPAN BANDUNG
2026**

PENGANTAR

Gerakan Aksi Puasa Pembangunan yang bersumber dari pengalaman iman dalam doa, pantang dan puasa serta diwujudkan dalam derma adalah gerakan pertobatan umat. Pertobatan ini tidak sekedar mengarah kepada perubahan individu namun juga berdampak pada perubahan masyarakat untuk mencapai kesejahteraan bersama. Sehingga buah-buah dari gerakan pantang dan puasa yang terkumpul dalam derma APP tidak hanya untuk keperluan umat namun juga dipergunakan untuk kesejahteraan masyarakat yang kecil, lemah, miskin, tersingkir dan difabel. Perhatian Gereja untuk mereka dengan mengupayakan kesejahteraan dengan aneka program merupakan panggilan misi dalam konteks zaman sekarang.

Gerakan APP dan pendalaman pada tahun 2026 ini mengambil tema: "Aksi Puasa Pembangunan: Gerakan Misioner Gereja dalam menghadirkan pengharapan". Tema ini dibuat untuk menterjemahkan dan mendaratkan Sidang Agung Gereja katolik Indonesia yang mengambil tema besar: "**BERJALAN BERSAMA SEBAGAI PEZIARAH PENGHARAPAN: Menjadi Gereja Sinodal yang Misioner untuk Perdamaian**". Untuk mendaratkan dengan baik maka dalam pendalaman APP 2026 yang berfokus pada gerakan APP sebagai wujud misa dibagi dalam 5 kali pertemuan dengan sub tema sebagai berikut:

Pertemuan 1: Doa Sumber Gerakan Aksi Puasa Pembangunan dalam Bermisi **Pertemuan 2:** Pantang dan Puasa Dasar Solidaritas Misioner. **Pertemuan 3:** Yang memiliki tidak merasa berkelebihan, yang tidak punya tidak merasa berkekurangan.

Pertemuan 4: APP menghadirkan harapan bagi jeritan bumi dan orang miskin. **Pertemuan 5:** Wujud misi dalam ber-APP Adalah melakukan perbuatan-perbuatan baik Allah.

Berkenaan dengan tema tersebut di atas Bidang Liturgi dan Kerygma menyusun panduan pertemuan APP 2026. Tim Bahan APP menyusun modul/panduan pendalaman baik untuk tingkat anak-anak, remaja, OMK serta dewasa. Diharapkan bahan-bahan semua jenjang tersebut dapat membantu peserta mendalami tema dan mewujudkannya dalam aksi nyata sebagai buah-buah dari retret agung selama masa prapaskah. Masa Prapaskah sebagai retret umat di komunitas masing-masing menjadikan pengalaman doa, pendalaman sabda, pantang dan puasa yang diwujudkan dalam derma/amal kasih menbangun pertobatan sejati. Itulah gerakan misi mewujudkan pengalaman iman dengan perbuatan-perbuatan baik untuk menghadirkan Kasih Allah sumber pengharapan. Selamat memasuki masa Prapaskah 2026, Tuhan memberkati.

Bandung, 12 Januari 2026

**Tim Penyusun Bahan Aksi Puasa Pembangunan
Keuskupan Bandung**

PERTEMUAN 1

DOA SEBAGAI SUMBER GERAKAN APP DALAM BERMISI

TUJUAN

Agar remaja semakin paham bahwa gerakan APP bersumber dari pengalaman doa yang berbuah pada pertobatan dan kepedulian kepada sesama, serta Remaja dapat berkumpul sebagai komunitas dalam mendengarkan Sabda, merenungkannya dan sharing iman (Pendalaman APP) sehingga semakin memaknai tugas gereja sebagai hal yang penting.

A. Pengantar

Halo adik-adik remaja yang terkasih hari ini kita melaksanakan pertemuan APP yang pertama dengan tema "Sumber gerakan aksi puasa pembangunan dalam bermisi". Pada pertemuan hari ini, kita akan bersama-sama sema memasuki masa puasa atau prapaskah yang dikatakan sebagai "retret agung". Kita diajak untuk melihat kembali perjalanan batin diri kita masing-masing. Melalui semangat pertobatan ini kita semakin mampu mewujudkan belas kasih Allah bagi sesama dan lingkungan kita. Puasa dan pantang yang kita lakukan nanti bukan hanya menahan diri dari makanan atau kesenangan, melainkan bentuk pertobatan yang tulus, penyesalan atas dosa dan kerinduan akan Tuhan, yang membuat doa-doa menjadi lebih efektif dan didengar. Dengan berdoa, gerakan pantang, puasa, dan derma bukan hanya sekadar tindakan menahan diri atau memberi, melainkan sebuah sarana untuk mendekatkan diri kepada Tuhan, mengalami penyucian diri, dan memperdalam kasih kepada sesama.

B. Lagu Pembuka

Kami anak-anak misioner

 KAMI ANAK-ANAK MISIONER  GERAK & LAGU
SEKAMI - PIA - PIR - ANAK KATOLIK - ANAK MISIONER

Kami anak-anak misioner (Oh yes)

Kami sobat-sobat Tuhan Yesus (Yes Yes Yes)

Berkurban, kesaksian so pasti

Ayolah kawan, kita bersama

Marilah membangun dunia baru

Kami anak-anak misioner (Oh yes)

Kami sobat-sobat Tuhan Yesus (Yes Yes Yes)

Berkurban, kesaksian so pasti

Ayolah kawan, kita bersama

Marilah membangun dunia baru

C. Doa Pembuka

Allah yang penuh kasih. Kami bersyukur atas rahmat yang boleh kami terima hari ini. Hadirlah di tengah-tengah kami dalam pertemuan APP hari ini. Terangi kami dengan roh kudus-Mu, sehingga kami dapat semakin mengenal Engkau melalui sharing iman ini. Ajari kami untuk mampu melakukan retret agung kami dalam bentuk doa, puasa, dan derma. Bantu kami untuk mampu mendekatkan diri kami kepada-Mu melalui kasih kepada sesama. Dengan pengantaraan Kristus, Tuhan dan Juruselamat kami. Amin

D. Bacaan Kitab Suci (Kis 12:24-13:3)

Barnabas dan Saulus Diutus

Maka firman Tuhan makin tersebar dan makin banyak didengar orang. Barnabas dan Saulus kembali dari Yerusalem, setelah mereka menyelesaikan tugas pelayanan mereka. Mereka

membawa Yohanes yang disebut juga Markus. Pada waktu itu dalam jemaat di Antiokhia ada beberapa nabi dan pengajar, yaitu: Barnabas dan Simeon yang disebut Niger, dan Lukius orang Kirene, dan Manahem yang diasuh bersama dengan raja wilayah Herodes, dan Saulus. Pada suatu hari ketika mereka beribadah kepada Tuhan dan berpuasa, berkatalah Roh Kudus: "Khususkanlah Barnabas dan Saulus bagi-Ku untuk tugas yang telah Kutentukan bagi mereka." Maka berpuasalah dan berdoalah mereka, dan setelah meletakkan tangan ke atas kedua orang itu, mereka membiarkan keduanya pergi.

E. Pertanyaan Refleksi

1. Apa yang dilakukan Barnabas dan Saulus ketika kembali dari Yerusalem?
2. Apa yang dikatakan Roh Kudus kepada para nabi dan pengajar tersebut?
3. Dalam kehidupan sehari-hari, apakah hidup doaku bertumbuh dan semakin peka akan kesulitan orang lain dan lingkungan di sekitarku?
4. Apa pesan yang kamu dapat melalui bacaan Kitab Kis 12:24-13:3?

F. Refleksi Kateketik

Berdasarkan **Kisah Para Rasul 12:24**, misi para Rasul itu dulu berkembang pesat banget! Di mana pun mereka *sharing* tentang Kabar Baik, orang-orang langsung antusias buat ikutan gabung jadi jemaat. Kuncinya bukan cuma jago ngomong, tapi karena pelayanan mereka **di-backup** banget sama doa dan puasa (**Kis 13:2**). Jadi, melayani sesama itu sebenarnya adalah cara kita melayani Kristus untuk menghadirkan "Vibe Kerajaan Allah" di dunia. Kalau sumbernya dari doa dan perjumpaan

sama Tuhan, kita bakal fokus terus sama Dia dan nggak bakal pusing mikirin imbalan dari manusia.

Emang sih, ada orang-orang yang dipanggil secara khusus oleh Roh Kudus buat jadi misionaris ke luar negeri, kayak mereka yang dikirim ke Ghana, Malawi, atau Peru. Tapi ingat ya, misi ini bukan cuma tugas "orang-orang hebat" itu doang. Karena kita sudah dibaptis sebagai anggota Gereja Katolik, **mewartakan Kabar Baik adalah tugas kita semua tanpa terkecuali!** Apapun peranmu sekarang, kamu adalah utusan Tuhan di sekolah, di rumah, atau di tongkrongan.

G. Doa Penutup

Ya Tuhan yang Maha Cinta. Kami bersyukur bahwa kami boleh menyelesaikan pertemuan ini. Semoga buah-buah perme-nungan yang telah kami dengarkan sungguh meneguhkan kami dan membantu kami untuk semakin mencintai lingkungan hidup yang kami tinggali. Ubahlah kebiasaan kami yang buruk dengan bantuan Roh KudusMu sehingga kebaikan-kebaikan yang kami usahakan dapat menjadi kurban yang hidup sebagaimana Engkau sendiri yang telah lebih dulu berkurban untuk kami. Ini semua kami mohon dalam nama Yesus Kristus, PutraMu, Tuhan dan pengantara kami. Amin.

H. Lagu Penutup “ Satu per satu diberkati Tuhan”

PERTEMUAN 2

DARI SILIH PRIBADI (PANTANG DAN PUASA)

MENUJU AKSI SOLIDARITAS

TUJUAN

Remaja semakin memahami bahwa dengan pantang dan puasa kita akan semakin memiliki empati dan kepedulian untuk mereka yang berkekurangan, sehingga dapat tumbuh kebiasaan berbagi dan kepedulian menjadi buah-buah pantang dan puasa.

A. Pengantar

Masa Prapaskah adalah “**training**” **besar** bagi kita, meniru teladan Yesus yang berpuasa 40 hari di padang gurun. Di sana, Yesus mengajarkan kita untuk mengalahkan tiga godaan utama dari Iblis: godaan **makanan** (kebutuhan dasar), godaan **status/kekuatan** (memanfaatkan keistimewaan diri), dan godaan **kekayaan duniawi** (kepemilikan). Dengan melakukan puasa dan pantang, kita sedang **melatih diri** dan **mengendalikan keinginan** agar kehendak Allah selalu menang dan kita tidak dikalahkan oleh hal-hal duniawi.

Setelah berhasil mengendalikan diri, kita dipanggil untuk beraksi dalam **Solidaritas Misioner**. Ini adalah kesadaran untuk ikut ambil bagian dalam pekerjaan Tuhan di dunia, yaitu dengan **peduli dan bertanggung jawab** terhadap sesama, terutama mereka yang menderita atau yang belum mengenal iman kita. Solidaritas ini adalah bukti nyata dari iman yang aktif, di mana kita membagikan kasih dan belas kasihan Kristus, serta berjuang untuk mewujudkan **keadilan dan kesejahteraan bersama** di tengah masyarakat global.

B. Lagu Pembuka “Dulu Yesus Berpuasa”

Dulu Yesus berpuasa empat puluh hari lamanya
Ia pun merasa lapar si penggoda datang katanya
Bila Kau Putra Ilahi batu ini jadikanlah roti
Jawab Yesus sabdaNya hidup tak hanya dengan roti

Kerajaan yang gemilang diperlihatkan kepadaNya
Diserahkan bagi Yesus asal Yesus mau menyembah
Kuberikan bagi Dikau asal Tuan mau menyembahku
Jawab Yesus sabdaNya hanya Allah boleh disembah

C. Doa Pembuka

Allah Bapa yang Maha Baik , kami sungguh bersyukur dan berterimakasih untuk seluruh rahmat dan penyertaan yang Engkau berikan dalam kehidupan kami. Pada hari ini, kami Remaja Katolik akan berkumpul kembali untuk bersama-sama mendalami tentang “Pantang dan Puasa dasar solider manusia”. Berkati dan terangilah akal pikiran kami supaya kami semakin mendalami firman-Mu dan mampu melaksanakan dalam kehidupan kami sehari-hari. Namamu yang kudus tetap kami puji kini dan sepanjang masa. Amin

D. Bacaan Kitab Suci

Pencobaan di padang gurun (Matius 4:1-11)

Maka Yesus dibawa oleh Roh ke padang gurun untuk dicobai Iblis. Dan setelah berpuasa empat puluh hari dan empat puluh malam, akhirnya laparlah Yesus. Lalu datanglah si pencoba itu dan berkata kepada-Nya: "Jika Engkau Anak Allah, perintahkanlah supaya batu-batu ini menjadi roti." Tetapi Yesus menjawab: "Ada tertulis: Manusia hidup bukan dari roti saja, tetapi dari setiap firman yang keluar dari mulut Allah."

Kemudian Iblis membawa-Nya ke Kota Suci dan menempatkan Dia di bumbungan Bait Allah, lalu berkata kepada-Nya: "Jika Engkau Anak Allah, jatuhkanlah diri-Mu ke bawah, sebab ada tertulis: Mengenai Engkau Ia akan memerintahkan malaikat-malaikat-Nya dan mereka akan menatang Engkau di atas tangannya, supaya kaki-Mu jangan terantuk kepada batu." Yesus berkata kepadanya: "Ada pula tertulis: Janganlah engkau mencobai Tuhan, Allahmu!" Dan Iblis membawa-Nya pula ke atas gunung yang sangat tinggi dan memperlihatkan kepada-Nya semua kerajaan dunia dengan kemegahannya, dan berkata kepada-Nya: "Semua itu akan kuberikan kepada-Mu, jika Engkau sujud menyembah aku." Maka berkatalah Yesus kepadanya: "Enyahlah, Iblis! Sebab ada tertulis: Engkau harus menyembah Tuhan, Allahmu, dan hanya kepada Dia sajalah engkau berbakti!" Lalu Iblis meninggalkan Dia, dan lihatlah, malaikat-malaikat datang melayani Yesus.

E. Refleksi Kitab Suci

1. Kapan Yesus dicobai?
2. Apa saja cobaan yang dialami oleh Yesus saat berada di Padang Gurun? Dan apa relevansinya dengan zaman sekarang?
3. Refleksikan dan sharingkanlah menyangkut pencobaan Iblis kepada Yesus dalam kehidupan sehari-hari!

F. Refleksi Kateketis

Teman-teman terkasih, setelah dibaptis oleh Yohanes dan penuh dengan Roh Kudus (bdk. Mat. 3:16-17) Yesus dibawa oleh Roh yang sama ke padang gurun untuk dicobai. Ini menegaskan bahwa dalam kondisi yang paling suci pun, Roh Kudus masih diperlukan untuk menyertai-Nya. Yesus sebagai Putera Allah yang kudus tidak bebas dari godaan, apalagi kita juga tidak

bebas dari godaan. Bahkan hak istimewa dan rahmat luar biasa, yaitu baptisan, tidak menjamin bahwa godaan akan lepas dari hidup kita. Bahkan sebaliknya ketika kita penuh berkat dan rahmat malah godaan akan semakin banyak. Persis seperti Santo Paulus ketika semakin sukses dan populer, ia dikecoh oleh utusan iblis dan ia diangkat ke langit ketiga dari surga agar Paulus menjadi sombong dan merasa sama dengan Allah (2Kor. 12:2-4; bdk. Kej. 3).

Yesus tampil tidak dimulai dari Yerusalem melainkan dari sebuah proses pemurnian dari gurun dengan mengalahkan aneka cobaan dan godaan yang terbagi menjadi 3 jenis godaan:

1. **Godaan Makanan dan Kelaparan**

Pencobaan pertama Iblis sangat licik, yaitu menyerang kebutuhan dasar manusia: **makanan**. Saat Yesus sedang sangat lapar setelah berpuasa 40 hari, Iblis memintanya mengubah batu menjadi roti. Tujuannya adalah meruntuhkan kepercayaan Yesus kepada pemeliharaan Bapa-Nya. Yesus tidak menuruti permintaan itu—bukan karena tidak bisa, tetapi karena Ia **tidak mau menyalahgunakan kuasa-Nya** demi kepentingan pribadi atau mengkhianati kesetiaan-Nya kepada Allah. Pelajaran bagi kita: kekurangan dan kemiskinan adalah godaan besar yang bisa membuat kita meragukan Tuhan, tetapi kita harus tetap setia dan tidak menggunakan cara curang demi kebutuhan dasar.

2. **Godaan Status, Kekuasaan, dan Kesombongan**

Pencobaan kedua adalah godaan **status sosial dan kenikmatan**. Iblis membawa Yesus ke puncak Bait Allah yang sangat tinggi di Yerusalem, tempat banyak orang bisa melihat-Nya. Iblis ingin Yesus **memamerkan kehebatan-Nya** atau membuat mukjizat yang menarik perhatian banyak orang. Bagi kita, godaan ini sering muncul saat kita punya

kelebihan atau menduduki posisi penting (punya *talenta* atau *reputasi*). Intinya, Iblis ingin kita sompong, ingin dilihat, dan memanfaatkan posisi itu demi diri sendiri. Yesus menolak hal ini karena kesombongan adalah jebakan Iblis

3. Godaan Harta Dunia dan Kemenangan Iman

Pencobaan terakhir dan terberat adalah godaan **harta dan kekuasaan duniawi**. Iblis menawarkan semua kerajaan dan kemegahan di dunia ini kepada Yesus, asalkan Ia mau menyembah Iblis. Iblis menggunakan *kebohongan besar* dengan memamerkan kesenangan duniawi yang memesona, tetapi menyembunyikan dosa dan penderitaan di baliknya. Yesus menolak mentah-mentah tawaran ini. Dengan meneladani kemenangan Kristus melawan tiga godaan (makanan, status, dan kekuasaan), **pantang dan puasa** kita menciptakan **solidaritas misioner**: kita belajar mengendalikan diri, merasakan penderitaan, dan didorong untuk **berbagi kasih** serta membantu mereka yang membutuhkan.

G. Membangun Niat (Aktivitas Kegiatan)

Tuliskan pantang dan puasa yang kamu jalankan selama masa Prapaskah tahun ini di canva. Kemudian Hiasi tulisan tersebut sekreatif mungkin lalu cetak dan tempelkan di diding kamarmu!

H. Doa Penutup

Allah Bapa yang penuh cinta kasih, kami bersyukur melalui pertemuan kami hari ini membuat iman kami semakin diteguhkan dan membantu kami semakin memahami setiap karya dan penyelenggaraan-Mu di dalam hidup kami. Kuatkanlah iman kami dalam menjalankan masa puasa dan pantang dan kiranya nanti akan menjadikan kami sebagai

Remaja Katolik yang semakin bijak dan bertanggung jawab serta mampu menahan setiap godaan-godaan yang kami alami. Nama-Mu yang kudus dan berkuasa kini dan sepanjang segala masa. Amin

I. Lagu Penutup

<https://www.youtube.com/watch?v=RySSYG72YIQ>

PERTEMUAN 3

ZERO GAP: CUKUP UNTUK AKU, CUKUP UNTUK KAMU, CUKUP UNTUK KITA

TUJUAN

Agar remaja mengetahui bahwa Derma APP harus dipahami bukan sekadar pengumpulan uang, melainkan sebagai kumpulan rupiah yang diambil dari nilai pantang dan puasa umat sebagai silih; dana yang terkumpul ini disatukan dalam kebersamaan Gereja dengan tujuan saling menolong agar tidak ada jemaat yang berkekurangan

A. Pengantar

Gerakan Aksi Puasa Pembangunan (APP) Gereja, yang berakar pada kebiasaan derma sejak Gereja Perdana, meneladani solidaritas luar biasa Jemaat Makedonia (2 Korintus 8:1-15); meskipun miskin dan menghadapi pencobaan berat, mereka memberikan dukungan finansial dengan tulus, murah hati, dan melebihi kemampuan mereka, sebagai bukti iman bahwa kedulian adalah perwujudan Kristus yang hidup. Derma APP, yang disebut "uang doa" karena berasal dari silih/pengorbanan umat, menegaskan bahwa kekuatan memberi adalah karena iman, bukan kemampuan materi, dan dana tersebut wajib disalurkan untuk pelayanan dan pemberdayaan KLMTD (Kecil, Lemah, Miskin, Terpinggirkan, dan Difabel), termasuk melalui alokasi terstruktur dana APP Nasional.

B. Lagu Pembuka "Jalan Serta Yesus"

C. Doa Pembuka

Allah Bapa Yang Maha Pemurah, Terimakasih karena Engkau mengumpulkan kami disini, di tengah aktivitas kami masing-masing, Engkau senantiasa menyatukan kami. Bapa, hari ini kami akan menyadari hal penting dalam ajaran-Mu, yaitu kerelaan untuk berderma kepada sesama. Bantulah kami untuk terbuka akan ajaran-Mu dan melaksanakannya dalam kehidupan kami sebagai orang muda katolik. Sertailah pertemuan kami hari ini dan hadirlah selalu bersama kami. Doa ini kami mohon dengan pengantaraan Yesus Kristus PutraMu yang hidup dan berkuasa, kini dan sepanjang segala masa. Amin.

D. Bacaan Kitab Suci (2 Korintus 8:1-15)

Saudara-saudara, kami hendak memberitahukan kepada kamu tentang kasih karunia yang dianugerahkan kepada jemaat-jemaat di Makedonia. Selagi dicobai dengan berat dalam pelbagai penderitaan, sukacita mereka meluap dan meskipun mereka sangat miskin, namun mereka kaya dalam kemurahan. Aku bersaksi, bahwa mereka telah memberikan menurut kemampuan mereka, bahkan melampaui kemampuan mereka. Dengan kerelaan sendiri mereka meminta dan mendesak kepada kami, supaya mereka juga beroleh kasih karunia untuk mengambil bagian dalam pelayanan kepada orang-orang kudus. Mereka memberikan lebih banyak dari pada yang kami harapkan. Mereka memberikan diri mereka, pertama-tama kepada Allah, kemudian oleh karena kehendak Allah juga kepada kami. Sebab itu kami mendesak kepada Titus, supaya ia mengunjungi kamu dan menyelesaikan pelayanan kasih itu sebagaimana ia telah memulainya. Maka sekarang, sama seperti kamu kaya dalam segala sesuatu, --dalam iman, dalam perkataan, dalam pengetahuan, dalam kesungguhan untuk

membantu, dan dalam kasihmu terhadap kami--demikianlah juga hendaknya kamu kaya dalam pelayanan kasih ini. Aku mengatakan hal itu bukan sebagai perintah, melainkan, dengan menunjukkan usaha orangorang lain untuk membantu, aku mau menguji keikhlasan kasih kamu. Karena kamu telah mengenal kasih karunia Tuhan kita Yesus Kristus, bahwa Ia, yang oleh karena kamu menjadi miskin, sekalipun Ia kaya, supaya kamu menjadi kaya oleh karena kemiskinan-Nya. Inilah pendapatku tentang hal itu, yang mungkin berfaedah bagimu. Memang sudah sejak tahun yang lalu kamu mulai melaksanakannya dan mengambil keputusan untuk menyelesaikannya juga. Maka sekarang, selesaikan jugalah pelaksanaannya itu! Hendaklah pelaksanaannya sepadan dengan kerelaanmu, dan lakukanlah itu dengan apa yang ada padamu. Sebab jika kamu rela untuk memberi, maka pemberianmu akan diterima, kalau pemberianmu itu berdasarkan apa yang ada padamu, bukan berdasarkan apa yang tidak ada padamu. Sebab kamu dibebani bukanlah supaya orangorang lain mendapat keringanan, tetapi supaya ada keseimbangan. Maka hendaklah sekarang ini kelebihan kamu mencukupkan kekurangan mereka, agar kelebihan mereka kemudian mencukupkan kekurangan kamu, supaya ada keseimbangan. Seperti ada tertulis: "Orang yang mengumpulkan banyak, tidak kelebihan dan orang yang mengumpulkan sedikit, tidak kekurangan."

E. Refleksi Kitab Suci

1. Apa yang menjadi dorongan dasar kemurahan hati jemaat makedonia dalam berbelas kasih, meski realita hidup mereka mengalami kemiskinan dan penderitaan berat?
2. Menurut Paulus, apa alasan paling utama (motivasi) kita harus berbuat baik atau memberi, dan mengapa memberi

itu harus dari hati yang rela, bukan karena dipaksa atau disuruh?

3. Paulus berbicara tentang "keseimbangan" dalam memberi. Maksudnya apa, dan bagaimana cara umat Katolik (yang kaya dan yang sederhana) bisa bekerja sama agar tidak ada teman atau saudara seiman yang kekurangan?

F. Refleksi Iman

1. Teladan Solidaritas dari Jemaat Makedonia

Rekan-rekan muda terkasih, Rasul Paulus menjadikan kemurahan hati Jemaat Makedonia sebagai teladan bagi Jemaat Korintus untuk menyelesaikan masalah perbedaan pandangan dan keterlibatan dalam bantuan sosial (2 Korintus 8:1-5). Apakah rekan-rekan muda tau, walaupun Jemaat Makedonia mengalami kemiskinan dan penderitaan berat, mereka memberi dengan sukacita, tulus, dan melebihi kemampuan mereka. Paulus menyebut sikap dermawan ini sebagai "kasih karunia Allah" karena menunjukkan bahwa dorongan mereka untuk berbelas kasih dan memberi tidak berasal dari kelimpahan materi, melainkan dari iman dan penyerahan diri yang mendalam kepada Kristus. Sikap inilah yang perlu kita teladani agar dorongan kita memberi didasarkan pada iman dan penyerahan diri yang mendalam kepada Kristus.

2. Motivasi Utama: Meneladani Kristus dan Kerelaan Hati

Rekan-rekan muda, kita perlu mengingat pesan Rasul Paulus, dimana untuk memotivasi Jemaat Korintus, Paulus mengutus Titus dan mengingatkan mereka bahwa memberi bukanlah perintah, melainkan **kesadaran akan anugerah yang telah diterima**. Dasar dan motivasi tertinggi untuk memberi adalah Kasih Karunia Tuhan Yesus Kristus, yang rela menjadi "miskin meskipun Ia kaya", agar manusia menjadi kaya melalui kemiskinan-Nya (Ayat 9). Paulus menekankan bahwa perbuatan

berbagi harus diusahakan dengan sukarela dan gembira (Ayat 8, 12). Pemberian harus diserahkan sesuai dengan apa yang dimiliki, bukan jumlah besar yang dipaksakan.

3. Mencapai Keseimbangan dan Kesatuan Komunal

Paulus mendorong Jemaat Korintus untuk menyelesaikan komitmen mereka demi kredibilitas dan keuntungan rohani. Ia menekankan bahwa kedermawanan harus berlaku untuk semua orang, menciptakan kesetaraan dan keseimbangan dalam Gereja: "Hendaklah sekarang ini kelebihan kamu mencukupkan kekurangan mereka, agar kelebihan mereka kemudian mencukupkan kekurangan kamu, supaya ada keseimbangan" (Ayat 14). Prinsip ini—mengacu pada kisah Manna—menekankan solidaritas sinodalitas, di mana Jemaat yang kaya dan miskin bersama-sama bertanggung jawab, memastikan tidak ada anggota Tubuh Kristus yang berkekurangan.

4. Simpulan

Secara keseluruhan, 2 Korintus 8:1-15 mengajarkan kepada kita rekan-rekan muda bahwa memberi bukanlah suatu kewajiban, **melandikan ekspresi kasih karunia Allah di dalam hati orang percaya**. Pemberian yang tulus harus didasari oleh teladan Kristus, dilakukan dengan sukarela dan sesuai kemampuan, serta bertujuan untuk menciptakan keseimbangan dan kesatuan dalam tubuh Kristus.

G. Membangun Niat (Aktivitas Kegiatan)

1. Coba tanyakan kepada anggota DPPH paroki kita masing-masing, penggunaan dana app setiap tahun dikumpulkan digunakan untuk apa saja
2. Rekan-rekan muda dapat merencanakan agenda atau kegiatan bantuan melalui penggalangan dana atau melalui dana paroki

H. Doa Penutup

Allah yang Mahabijaksana, kami bersyukur atas selesainya pertemuan APP ini. kami berterimakasih atas penyertaanmu dalam pertemuan App ini. Kami mohon ampunilah kalau kami masing-masing kurang atau belum terbuka menghargai bimbingan-Mu namun kami tetap bersyukur atas hadil pertemuan kali ini. Sudilah Engkau memberkati kami semua dalam mengamalkan hasil pertemuan ini. semoga hasil pertemuan ini sungguh membawa kesegaran dan pembaharuan bagi seluruh umat-Mu, sehingga kehendak kami semakin selaras dengan kehendak-Mu. Demi Kristus, pengantara kami. Amin.

I. Lagu Penutup (Aku Mau Bersyukur)

Referensi lagu :

<https://youtu.be/pMMRjiMeq64?si=LPTWot271mT-dZE3>)

PERTEMUAN 4

MENGHADIRKAN HARAPAN BAGI JERITAN BUMI DAN ORANG MISKIN

TUJUAN

Remaja Katolik semakin sadar bahwa menyisihkan derma lewat doa, puasa, dan pantang adalah misi nyata kita untuk menjawab 'jeritan' bumi dan menolong sesama yang miskin agar dunia punya harapan lagi.

A. Pengantar

Nggak terasa ya, hari ini kita sudah masuk ke pertemuan ke-4 dengan tema: "APP: Jadi Harapan buat Jeritan Bumi dan Sesama yang Miskin." Lewat pertemuan ini, kita diajak buat makin peka sama panggilan Gereja untuk dengerin curhatan bumi yang rusak dan jeritan teman-teman kita yang lagi berkekurangan.

Paus Fransiskus juga pernah ngingetin kita kalau rusaknya alam dan penderitaan orang miskin itu saling nyambung. Makanya, kita dipanggil buat lanjutin misi Yesus: yaitu kasih harapan buat mereka yang paling menderita. Lewat semangat APP ini, kita ditantang nggak cuma sekadar berbagi uang, tapi beneran peduli, terlibat, dan jadi bukti nyata kasih Tuhan di tengah dunia saat ini.

B. Lagu Pembuka

AKU BANGGA JADI ANAK KATOLIK

Aku bangga jadi anak katolik
Penuh kasih berdoa untuk teman
Penuh kasih berderma untuk teman
Kurban kesaksian akan kulakukan

Bangga bangga jadi anak katolik
Bangga bangga jadi anak katolik

C. Doa Pembuka

Allah Bapa yang Mahabaik, kami bersyukur karena pada hari ini Engkau mengumpulkan kami dalam pertemuan APP ini. Tuhan, ajarlah kami untuk peka terhadap jeritan bumi yang terluka dan jeritan saudara-saudari kami yang hidup dalam kemiskinan dan penderitaan. Bukalah hati dan pikiran kami, agar melalui doa, puasa, dan berbagi, kami tidak hanya memahami, tetapi juga berani bertindak sebagai remaja Katolik yang peduli dan mau menghadirkan harapan. Semua ini kami mohon melalui Kristus, Tuhan dan Juru Selamat kami. Amin.

D. Bacaan Kitab Suci (Matius 26:6-13)

Ketika Yesus berada di Betania, di rumah Simon si kusta, datanglah seorang perempuan kepada-Nya membawa sebuah buli-buli pualam berisi minyak wangi yang mahal. Minyak itu dicurahkannya ke atas kepala Yesus, yang sedang duduk makan. Melihat itu murid-murid gusar dan berkata: "Untuk apa pemborosan ini? 9 Sebab minyak itu dapat dijual dengan mahal dan uangnya dapat diberikan kepada orang-orang miskin." Tetapi Yesus mengetahui pikiran mereka lalu berkata: "Mengapa kamu menyusahkan perempuan ini? Sebab ia telah melakukan suatu perbuatan yang baik pada-Ku. Karena orang-orang miskin selalu ada padamu, tetapi Aku tidak akan selalu bersama-sama kamu. Sebab dengan mencurahkan minyak itu ke tubuh-Ku, ia membuat suatu persiapan untuk penguburan-Ku. Aku berkata kepadamu: Sesungguhnya di mana saja Injil ini diberitakan di seluruh dunia, apa yang dilakukannya ini akan disebut juga untuk mengingat dia."

E. Refleksi Kitab Suci

1. Apa yang dilakukan perempuan itu kepada Yesus?
2. Apa pesan yang ingin Yesus sampaikan melalui sikap perempuan tersebut?
3. Dalam kehidupan sehari-hari, sikap seperti para murid itu sering kita jumpai. Pernahkah kamu menilai orang lain hanya dari apa yang tampak luar? Sharingkanlah pengalamanmu!
4. Setelah merenungkan bacaan ini, sikap atau tindakan nyata apa yang ingin kamu lakukan sebagai remaja Katolik untuk menghadirkan harapan bagi sesama dan lingkungan?

F. Refleksi Kateketis

Kisah perempuan yang menuangkan minyak wangi mahal ke kepala Yesus (Mat. 26:6-13) mengajarkan kita bahwa kasih yang tulus sering kali terlihat "berlebihan" atau "nggak masuk akal" bagi orang lain. Saat para murid sibuk menghitung untung-rugi dan nyinyir, Yesus justru memuji tindakan itu sebagai persiapan penguburan-Nya. Pesannya jelas: jangan jadi "hakim" yang hobinya cuma kritik aksi baik orang lain; lebih baik kita belajar memberikan yang terbaik bagi Tuhan dan sesama dari hati yang murni.

Gerakan **APP adalah misi baru** bagi kita untuk nggak cuma berhenti di ritual doa saja, tapi terjun langsung menjawab "jeritan" bumi dan orang miskin. Paus Fransiskus mengingatkan bahwa kerusakan lingkungan paling berdampak buruk bagi mereka yang kekurangan. Melalui program pemberdayaan dan bantuan untuk kelompok **KLMTD** (Kecil, Lemah, Miskin, Tersingkir, Difabel), kita diundang untuk mengubah pertobatan pribadi menjadi aksi nyata yang membawa harapan baru bagi dunia.

Kamu bisa ikut ambil bagian lewat tiga pilar utama: **doa, puasa, dan derma**. Ingat, iman tanpa perbuatan itu mati! Dengan membangun empati dan rasa solidaritas, kita belajar merasakan penderitaan orang lain dan melakukan aksi nyata seperti gaya hidup ramah lingkungan atau menyisihkan uang jajan untuk derma. Yuk, jadikan masa Prapaskah ini sebagai momen buat kita jadi "influencer" kebaikan yang berani bertindak demi keadilan sosial dan kelestarian alam!

G. Membangun Niat (Aktivitas Kegiatan)

Menyisihkan uang jajan selama masa APP untuk mendukung program bantuan bagi orang miskin, anak-anak, atau korban bencana

H. Doa Penutup

Allah Bapa yang Mahabaik, kami bersyukur atas pertemuan ini dan atas rahmat-Mu yang telah meneguhkan iman serta membuka hati kamiuntuk semakin peduli kepada sesama dan ciptaan-Mu. Melalui gerakan Aksi Puasa Pembangunan, Engkau mengajak kami untuk bertobat, tidak hanya lewat doa dan puasa,tetapi juga melalui tindakan nyata penuh kasih. Bantulah kami agar mampu hidup dalam solidaritas, memiliki empati kepada mereka yang lemah, miskin, dan tersingkir,serta setia menjaga bumi sebagai rumah bersama. Semua ini kami mohon kepada-Mu, dengan pengantaraan Kristus, Tuhan kami. Amin.

I. Lagu Penutup

GIVE THANKS

Give thanks with a grateful heart
Give thanks to the Holy One

Give thanks because He's given
Jesus Christ, His Son
And now let the weak say, "I am strong"
Let the poor say, "I am rich"
Because of what the Lord has done for us
Give thanks
We give thanks (give thanks)
We give thanks

PERTEMUAN 5

MISI APP: TRANSFORMASI IMAN MENJADI INFLUENCER KEBAIKAN ALLAH!!

TUJUAN

Remaja menyadari bahwa dana APP yang kita kumpulkan digunakan untuk melakukan perbuatan-perbuatan baik melalui aneka pemberdayaan dan bantuan sosial sesuai dengan kondisi masing-masing paroki. Sehingga tidak ada lagi ceritera bahwa derma APP disimpan atau digunakan untuk tujuan yang lain.

A. Pengantar

Misi Gereja pada dasarnya adalah **pengutusan** (missio) dari Allah Tritunggal kepada seluruh umat yang telah dibaptis, bukan hanya tugas para pastor atau suster. Berdasarkan perintah Yesus setelah kebangkitan-Nya, kita semua diutus untuk menjadi "**terang dan garam**" dunia dengan cara melanjutkan karya kasih-Nya. Fokus utama dari misi ini adalah menyebarluaskan belas kasih dan mengembalikan martabat sesama yang tertindas atau terpinggirkan melalui kesaksian hidup yang jujur dan tindakan nyata di tengah masyarakat.

Di Indonesia, misi ini diwujudkan secara konkret melalui gerakan **Aksi Puasa Pembangunan (APP)**. APP mengajarkan bahwa doa dan puasa selama masa Prapaskah tidak boleh berhenti pada ritual spiritual saja, tetapi harus berbuah menjadi aksi nyata dalam bidang sosial, ekonomi, dan pelestarian lingkungan. Melalui program seperti HPS dan LKM, Gereja hadir untuk **memberdayakan kelompok yang lemah (KLMTD)** agar mereka dapat mandiri dan kembali merasakan martabatnya sebagai citra Allah. Hal ini membuktikan bahwa iman yang sejati

selalu menghasilkan solidaritas dan pertobatan yang membawa harapan bagi dunia.

B. Lagu Pembuka (*Sabda-Mu bagai air segar*)

(Referensi lagu :

https://youtu.be/w7wyc03pNps?si=iqgvEkjXZrR_ivYS

C. Doa Pembuka

Ya, Roh Kudus, hadirlah ditengah-tengah kami, tinggallah bersama kami dan terangilah hati kami, berilah kami cahaya dan kekuatan untuk mengenal kehendak-Mu dan menjadikan kehendak kami selaras dengan kehendak-Mu dan kami dapat mewujudkannya dalam hidup kami sehari-hari. bimbinglah kami dengan kebijaksanaan-Mu, topanglah kami dengan kekuatan-Mu. Dengan perantaraan Yesus Kristus, Tuhan dan Juruselamat kami. Amin

D. Bacaan Kitab (*Yakobus 2: 14-26*)

Apakah gunanya, saudara-saudaraku, jika seorang mengatakan, bahwa ia mempunyai iman, padahal ia tidak mempunyai perbuatan? Dapatkah iman itu menyelamatkan dia? Jika seorangsaudara atau saudari tidak mempunyai pakaian dan kekurangan makanan sehari-hari, dan seorang dari antara kamu berkata: "Selamat jalan, kenakanlah kain panas dan makanlah sampai kenyang!", tetapi ia tidak memberikan kepadanya apa yang perlu bagi tubuhnya, apakah gunanya itu? Demikian juga halnya dengan iman: Jika iman itu tidak disertai perbuatan, maka iman itu pada hakekatnya adalah mati. Tetapi mungkin ada orang berkata: "Padamu ada iman dan padaku ada perbuatan", aku akan menjawab dia: "Tunjukkanlah kepadaku imanmu itu tanpa perbuatan, dan aku akan menunjukkan kepadamu imanku dari perbuatan-perbuatanku." Engkau

percaya, bahwa hanya ada satu Allah saja? Itu baik! Tetapi setan-setanpun juga percaya akan hal itu dan mereka gemetar. Hai manusia yang bebal, maukah engkau mengakui sekarang, bahwa iman tanpa perbuatan adalah iman yang kosong? Bukankah Abraham, bapa kita, dibenarkan karena perbuatan-perbuatannya, ketika ia mempersesembahkan Ishak, anaknya, di atas mezbah? Kamu lihat, bahwa iman bekerjasama dengan perbuatan - perbuatan dan oleh perbuatan-perbuatan itu iman menjadi sempurna. Dengan jalan demikian genaplah nas yang mengatakan: "Lalu percayalah Abraham kepada Allah, maka Allah memperhitungkan hal itu kepadanya sebagai kebenaran." Karena itu Abraham disebut: "Sahabat Allah." Jadi kamu lihat, bahwa manusia dibenarkan karena perbuatan-perbuatannya dan bukan hanya karena iman. Dan bukankah demikian juga Rahab, pelacur itu, dibenarkan karena perbuatannya, ketika ia menyembunyikan orang-orang yang disuruh itu di dalam rumahnya, lalu menolong mereka lolos melalui jalan yang lain? Sebab seperti tubuh tanpa roh adalah mati, demikian jugalah iman tanpa perbuatan adalah mati.

E. Pertanyaan Refleksi Biblis

1. Menurut teman-teman sejauh mana dana dari gerakan APP dimanfaatkan untuk mewujudkan perbuatan-perbuatan baik di tingkat paroki? Kalau belum maksimal kemungkinan apa yang masih bisa diupayakan?
2. Apakah derma yang dikumpulkan juga dipakai untuk pendidikan dan pelatihan serta pemberdayaan? Adakah kelompok-kelompok pembedayaan yang dibiayai dan sampai sekarang masih terdampingi dengan baik? Kalau ada kelompok usaha apa?

3. Berkenaan dengan keadilan ekologis adakah program-program APP yang memperhatikan masalah ekologis dan kerusakan lingkungan? Kalau ada bentuk programnya apa?

F. Refleksi Kateketis

1. **Iman yang Mati dan Sia-sia (Ayat 14-17)**

Rasul Yakobus dengan tegas menyatakan bahwa **iman yang hanya berupa pengakuan verbal tanpa perbuatan nyata adalah iman yang mati dan tidak menyelamatkan**. Ia mempertanyakan gunanya seseorang mengaku beriman jika tidak ada tindakan kasih, memberikan contoh kemunafikan seseorang yang hanya berkata "Selamat jalan" kepada orang miskin tanpa memberi bantuan. Iman yang palsu, yang tidak membawa perbuatan baik (amal saleh dan belas kasihan), sama menjijikkannya dengan kasih yang palsu, dan hanya akan menambah penghukuman karena merupakan **khayalan** bahwa pengakuan iman belaka sudah cukup untuk mencapai surga.

2. **Tantangan dan Kebodohan Iman Tanpa Bukti (Ayat 18-20)**

Perbuatan adalah satu-satunya **bukti tak terbantahkan** atas iman yang hidup. Yakobus menantang, "Tunjukkanlah kepadaku imanmu itu tanpa perbuatan, dan aku akan menunjukkan kepadamu imanku dari perbuatan-perbuatanku" (Ay. 18). Ia melanjutkan dengan membandingkan iman kosong ini dengan **iman yang dimiliki setan**, yang juga percaya hanya ada satu Allah, tetapi keyakinan mereka hanya menghasilkan gemetar dan rasa takut, bukan ketaatan atau kasih. Oleh karena itu, orang yang menyombongkan iman tanpa perbuatan nyata disebut

"**manusia yang bebal**" karena bersandar pada pengakuan yang tidak memiliki kehidupan rohani.

3. **Pembenaran Melalui Perbuatan yang Bekerja (Ayat 21-26)**

Untuk membuktikan imannya harus disertai tindakan, Yakobus menggunakan dua contoh: **Abraham** yang dibenarkan ketika ia mempersembahkan Ishak (ketaatan yang menyangkal diri) dan **Rahab** (yang awalnya dikenal karena dosanya) yang dibenarkan ketika ia menyembunyikan para pengintai (tindakan iman yang berani). Kedua contoh ini menunjukkan bahwa **iman yang membenarkan dan menyelamatkan adalah iman yang bekerja** (*iman bekerjasama dengan perbuatan-perbuatan*), dan oleh perbuatan itulah iman menjadi sempurna. Kesimpulannya, **seperti tubuh tanpa roh adalah mati, demikian jugalah iman tanpa perbuatan-perbuatan adalah mati**, menegaskan bahwa keduanya harus dimiliki untuk mencapai keselamatan.

G. Membangun Niat (Aktivitas Kegiatan)

1. Amati keadaan parokimu dan apabila ditemukan suatu hal yg bisa diperbaiki atau ditingkatkan menggunakan dana paroki, kita dapat menyampaikannya kepada pastor atau anggota dpp paroki
2. Teman-teeman dan komunitasnya dapat mengadakan kegiatan nyata bersama (bansos atau kegiatan sosial lainnya)
3. Adakan kegiatan dengan komunitasnya ke alam sembari mengumpulkan sampah di sekitar tempat tersebut

H. Doa Penutup

Allah yang Mahakuasa, Engkau telah memberi kami teladan ketaatan yang kokoh dalam diri Yesus yang telah taat pada-Mu sampai mati, bahkan sampai mati di salib; demikian juga Engkau memberi kami seorang ibu, Maria, yang mentaati panggilan-Mu dengan menjawab, "Aku ini hamba Tuhan, terjadilah padaku menurut perkataan-Mu."

Tanamkanlah semangat ketaatan Yesus dan Maria dalam hati kami, supaya kami pun taat kepada kehendak-Mu, yang Kaunyatakan lewat para pemimpin jemaat dan pemimpin masyarakat; juga lewat panggilan-Mu, dan terlebih lewat suara hati yang adalah bisikan Roh-Mu sendiri. Semoga kami selalu taat mengikuti bimbingan Roh-Mu melalui bahan APP yg telah kami alami saat ini, sehingga kami dapat taat terlibat aktif dalam perbuatan-perbuatan baik yang Engkau rancangkan bagi hidup kami. Bapa, tuntunlah kami agar kami jangan jatuh ke dalam dosa, tetapi selamat sampai kepada-Mu meniti jalan hidup yang penuh tantangan dan cobaan. Ya bapa, berilah kami semangat ketaatan akan sejati akan kehendak baik-Mu. Amin

I. Lagu Penutup (Aku dengar bisikan suara-Mu (PS 695))

(Referensi lagu :

https://youtu.be/3aeq3oVloIs?si=RUivKy_hCNt3Tx7y

Catatan:



**TIM AKSI PUASA PEMBANGUNAN 2026
KEUSKUPAN BANDUNG**