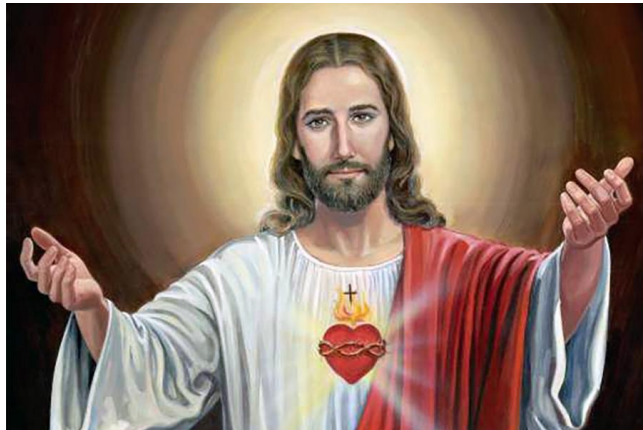


**IBADAT SABDA JUMAT PERTAMA**  
**JUMAT, 4 Februari 2022**

***“Marilah kepada-Ku, semua yang letih lesu dan berbeban berat,  
Aku akan memberi kelegaan kepadamu”***  
***(Mat 11: 28)***



***UNIKA WIDYA MANDALA SURABAYA***  
***KAMPUS KOTA MADIUN***  
***2022***

## Doa Malaikat Tuhan

Maria menerima kabar gembira dari Malaikat Tuhan,  
Maka ia mengandung dari Roh Kudus  
Salam Maria.....

Aku ini hamba Tuhan,  
Terjadilah padaku menurut kehendak-Mu  
Salam Maria.....

Sabda sudah menjadi manusia,  
Dan tinggal diantara kita  
Salam Maria .....

Doakanlah kami ya Santa Bunda Allah,  
Supaya kami menikmati janji Kristus

Marilah berdoa,  
Ya Allah, karena kabar Malaikat kami mengatehui bahwa Yesus Kristus  
Putra-Mu menjadi manusia, curahkanlah rahmat-Mu ke dalam hati kami,  
supaya karena sengsara dan salib-Nya kami dibawa kepada kebangkitan  
yang mulia. Sebab Dialah Tuhan pengantara kami. Amin

### Lagu Pembukaan: “Ya hati Yesus Raja Cinta” (MB. 508)

1. Ya hati Yesus Raja cinta  
Ditembusi tombak bengis  
Yang rela menanggung  
sengsara  
Demi selamat dunia  
Aduhai cinta yang abadi  
Betapa Kau dihina  
Ampunilah kami ya Tuhan  
Sebab besarlah kasihMu
2. Ya hati Yesus raja cinta  
Sumber kasih yang abadi  
Dengan darahMu yang  
terindah  
Kau pulihkan dosa kami  
Oh alangkah kejamnya kami  
Terus menyakitiMu  
Ampunilah kami ya Tuhan  
Sebab besarlah kasihMu

## TANDA SALIB DAN SALAM

**P** : Dalam nama Bapa dan Putera dan Roh Kudus.

**U** : Amin

**P** : Kasih karunia dan damai sejahtera dari Allah Bapa dan Tuhan kita Yesus Kristus selalu beserta kita.

**U** : Sekarang dan selama-lamanya.

## PENGANTAR

**P** : Bapa-ibu, saudara –saudari dan teman-teman mahasiswa yang terkasih dalam Kristus. Hari ini, kita menghadap Tuhan Yesus untuk merenungkan kasih-Nya yang tak terhingga yang terpancar dari Hati-Nya yang Mahakudus. Kita harus menerima dan mengakui kebenaran iman akan Hati Yesus yang Mahakudus. Mari, kita serahkan seluruh beban hidup kita dan kita satukan dalam hati-Nya yang mahakudus. Mari, kita siapkan hati serta mohon pengampunan Tuhan atas segala dosa-dosa yang telah kita lakukan selama ini, kiranya Tuhan mengampuni dan menerima doa-doa kita.

Intensi doa kita hari ini: Mohon berkat dari Hati Kudus Yesus untuk Kampus kita ini, kira-Nya Tuhan menjauhkan kita dari segala mara bahaya dan kesesatan, serta mohon berkat bagi proses pembagunan yang sedang berjalan dan juga mohon pertolongan Tuhan untuk proses penerimaan mahasiswa baru tahun akademik 2022/2023.

*(hening sejenak)*

## Pendarasan MAZMUR 91: 1-16: Dalam lindungan Tuhan

• **Antifon: Tuhanlah tempat perlindunganku dan kubu pertahananku, Allahku, yang kupercayai**

1     1 2 3 3 3 3 3 3 3 3 3 2 3 1

Orang yang duduk dalam lindungan Yang Mahating-gi \*

3 3 3 3 3 3 3 3 3 1 2 3 2 1

dan bermalam dalam naungan Yang Mahaku – a - sa;

2 akan berkata kepada TUHAN: "Tempat perlindunganku dan kubu pertahananku, \*

Allahku, yang kupercayai."

3 Sungguh, Dialah yang akan melepaskan engkau dari jerat penangkap burung,\*

dari penyakit sampar yang busuk.

- 4 Dengan kepak-Nya Ia akan menudungi engkau, +  
di bawah sayap-Nya engkau akan berlindung, \*  
kesetiaan-Nya ialah perisai dan pagar tembok.
- 5 Engkau tak usah takut terhadap kedahsyatan malam, \*  
terhadap panah yang terbang di waktu siang;
- 6 terhadap penyakit sampar yang berjalan di dalam gelap, \*  
terhadap penyakit menular yang mengamuk di waktu petang.
- 7 Walau seribu orang rebah di sisimu, +  
dan sepuluh ribu di sebelah kananmu, \*  
tetapi itu tidak akan menimpamu.
- 8 Engkau hanya menontonnya dengan matamu sendiri \*  
dan melihat pembalasan terhadap orang-orang fasik.
- 9 Sebab TUHAN ialah tempat perlindunganmu, \*  
Yang Mahatinggi telah kaubuat tempat perteduhanmu;
- 10 malapetaka tidak akan menimpa kamu, \*  
dan tulah tidak akan mendekat kepada kemahmu;
- 11 sebab malaikat-malaikat-Nya akan diperintahkan-Nya kepadamu \*  
untuk menjaga engkau di segala jalanmu.
- 12 Mereka akan menatang engkau di atas tangannya, \*  
supaya kakimu jangan terantuk kepada batu.
- 13 Singa dan ular tedung akan kaulangkahi, \*  
engkau akan menginjak anak singa dan ular naga.
- 14 "Sungguh, hatinya melekat kepada-Ku, +  
maka Aku akan meluputkannya, \*  
aku akan membentenginya, sebab ia mengenal nama-Ku.
- 15 Bila ia berseru kepada-Ku, Aku akan menjawab, +  
aku akan menyertai dia dalam kesesakan, \*  
aku akan meluputkannya dan memuliakannya.
- 16 Dengan panjang umur akan Kukenyangkan dia, \*  
dan akan Kuperlihatkan kepadanya keselamatan dari pada-Ku."  
**Kemuliaan kepada Bapa dan Putera dan Roh Kudus, \***  
**Seperti pada permulaan, sekarang, selalu.**

- **Antifon: Tuhanlah tempat perlindunganku dan kubu pertahananku,  
Allahku, yang kupercayai**

## **DOA PEMBUKA** *(didoakan bersama)*

**P** : Marilah kita berdoa, Ya Tuhan, kami bersyukur dan berterima kasih kepada-Mu atas kasih yang begitu besar bagi kami. Engkau selalu membuka hati-Mu bagi kami yang penuh dosa ini. Engkau selalu mengampuni kami. Semoga kami mampu mengampuni sesama kami. Semoga karena kesaksian hidup dan pengabdian kami, banyak mahasiswa mau belajar di kampus kami yang tercinta ini (Prodi Bimbingan Konseling, Bahasa Indonesia, Pendidikan Matematika, Manajemen, Akuntansi, Biologi, Bahasa Inggris, Psikologi, Farmasi, dan Rekayasa Industri ). Demi Kristus, Tuhan kami. Amin.

## **BACAAN INJIL**

**P** : Semoga Tuhan beserta kita.

**U** : Sekarang dan selama-lamanya.

**P** : Marilah kita mendengarkan Injil Yesus Kristus menurut Matius

**U** : Dimuliakanlah Tuhan

### ***Ajakan Juruselamat***

<sup>25</sup> Pada waktu itu berkatalah Yesus: "Aku bersyukur kepada-Mu, Bapa, Tuhan langit dan bumi, karena semuanya itu Engkau sembunyikan bagi orang bijak dan orang pandai, tetapi Engkau nyatakan kepada orang kecil. <sup>26</sup> Ya Bapa, itulah yang berkenan kepada-Mu. <sup>27</sup> Semua telah diserahkan kepada-Ku oleh Bapa-Ku dan tidak seorangpun mengenal Anak selain Bapa, dan tidak seorangpun mengenal Bapa selain Anak dan orang yang kepadanya Anak itu berkenan menyatakannya. <sup>28</sup> Marilah kepada-Ku, semua yang letih lesu dan berbeban berat, Aku akan memberi kelegaan kepadamu. <sup>29</sup> Pikullah kuk yang Kupasang dan belajarlah pada-Ku, karena Aku lemah lembut dan rendah hati dan jiwamu akan mendapat ketenangan. <sup>30</sup> Sebab kuk yang Kupasang itu enak dan beban-Kupun ringan." Demikianlah sabda Tuhan

**U** :Terpujilah Kristus.

## **RENUNGAN**

Bapa-ibu, saudara dan saudari, serta teman-teman mahasiswa yang terkasih dalam Kristus. Hari ini adalah Jumat Pertama yang oleh Gereja dikhususkan untuk menghormati dan menyembah Hati Kudus Yesus. Kita tahu bahwa hati adalah pusat hidup manusia. Dan jika kita padukan dengan jantung, maka menjadi jantung hati, sesuatu yang sungguh penting dalam kehidupan kita. Bagaimana jantung dan hati kita? Apakah terawat dengan baik? Menu macam apa yang kita konsumsi untuk menyehatkan jantung dan hati kita? Hari ini, kita mendengar Tuhan Yesus menawarkan menu rohani bagi kita demikian:

***“Marilah kepada-Ku, semua yang letih lesu dan berbeban berat, Aku akan memberi kelegaan kepadamu.<sup>29</sup> Pikullah kuk yang Kupasang dan belajarlah pada-Ku, karena Aku lemah lembut dan rendah hati dan jiwamu akan mendapat ketenangan.<sup>30</sup> Sebab kuk yang Kupasang itu enak dan beban-Kupun ringan.”***

Dalam hidup sehari-hari yang dipenuhi dengan berbagai kesibukan, kadang-kadang beban kehidupan tak habis-habisnya menindih kita. Misalnya: kita harus menyediakan sandang, pangan, papan untuk diri kita dan keluarga, tuntutan tugas baik sebagai dosen, tenaga kependidikan, karyawan, maupun mahasiswa yang sangat banyak, dan berbagai masalah lainnya yang harus kita selesaikan. Akan tetapi, di tengah-tengah begitu banyak tantangan, Yesus dengan hati-Nya yang Mahakudus mengundang kita untuk memikul kuk yang dipasang-Nya agar dengan demikian, Ia dapat memberikan ketenangan kepada jiwa kita (Mat 11:29).

Mengikuti Kristus berarti kita memperkenankan Dia untuk memancarkan cahaya terang-Nya ke dalam hati kita. Hal ini berarti bahwa kita memperkenankan Roh Kudus-Nya untuk memberikan terang dan kekuatan yang kita perlukan agar dapat mentaati perintah-perintah-Nya. Hendaknya kita cukup rendah hati untuk membiarkan Yesus menyatakan kasih-Nya kepada kita dan menawarkan penyembuhan-Nya. Berjumpa dengan kasih yang begitu mendalam dan indah membuat beban hidup kita menjadi ringan karena Dia telah memikulnya bersama kita. Bila kita mengalami situasi-situasi yang sulit menjadi kesempatan-kesempatan bagi rahmat Allah untuk bergerak dalam diri kita dan melalui kerja sama kita dengan Dia, melalui diri kita kepada orang-orang yang kita jumpai dalam hidup dan pelayanan kita.

Yesus mengundang setiap orang yang letih lesu dan berbeban berat, tidak hanya yang suci atau mereka yang memiliki kecenderungan untuk terlibat secara aktif dalam hal keagamaan. Apakah kita selalu siap menerima undangan Yesus itu? Melalui Yesus, Allah telah membebaskan kita dari beban kehidupan. Yesus senantiasa siap untuk memikul beban-beban kita. Yesus selalu setia memenuhi semua janji-Nya kepada kita. Kita dapat beristirahat dan mendapat ketenangan di hadapan hadirat Allah dengan mengheningkan hati dan pikiran kita. Kita dapat merenungkan karunia besar yang kita terima dalam Ekaristi. Kita juga dapat mencari Hati Kudus Yesus dalam diri orang-orang di sekeliling kita, melihat dalam diri mereka kebesaran Allah. Marilah kita memperkenankan Yesus memenuhi diri kita dengan kehadiran-Nya. Yesus sungguh rindu untuk mencurahkan kasih-Nya, menganugerahkan rahmat serta karunia-Nya kepada kita. Tuhan memberkati kita semua. Amin.

## DOA UMAT

**P** : Tuhan Yesus Kristus, Engkau selalu mengasihi dan mengampuni orang yang berdosa ini. Namun kami sering kali tidak membuka hati bagi-Mu. Tambahkan iman kami untuk menyerahkan segala kesulitan kami kepada-Mu dalam doa permohonan ini:

**L** : **Bagi Mgr. Vincentius Soetikno Wisaksono:**

Ya Tuhan, kami mohon kesembuhan bagi Mgr. Vincentius Soetikno Wisaksono yang saat ini sedang sakit. Tidak ada yang mustahil bagi-Mu. Dalam iman, kami sungguh mohon rahmat kesembuhan bagi bapa uskup kami ini. Semoga bapa Uskup sehat kembali seperti sediakala sehingga dapat menunaikan tugas kegemalaan yang dipercayakan oleh Kristus, Sang Gembala Agung kepada beliau. Marilah kita mohon .....

**U** : *Kabulkanlah doa kami ya Tuhan*

**L** : **Bagi Pimpinan, Dosen, Tenaga Kependidikan, dan Karyawan UNIKA Widya Mandala Surabaya Kampus Kota Madiun.**

Ya Tuhan, kami mohon terang Roh Kudus-Mu bagi pimpinan, para dosen, tenaga kependidikan, dan karyawan dalam komitmen untuk membangun karier sesuai dengan tuntutan universitas ini. Anugerahkanlah kesehatan kepada kami semua agar selalu berjuang untuk membangun lembaga kami yang tercita ini. Marilah kita mohon ...

**U** : *Kabulkanlah doa kami ya Tuhan*

**L** : **Bagi Keluarga Kita**

Ya Tuhan, kami mohon berkat-Mu secara khusus bagi seluruh keluarga kami di mana pun mereka berada. Jauhkan berbagai penyakit dari keluarga kami. Kami mohon, cukupkan juga rejeki bagi keluarga kami. Berkatilah semua usaha anggota keluarga kami dalam berbagai bidang yang mereka tekuni. Marilah kita mohon .....

**U** : *Kabulkanlah doa kami ya Tuhan*

**L** : **Bagi Para Mahasiswa UNIKA Widya Mandala**

Ya Tuhan, utuslah Roh Kudus-Mu bagi seluruh mahasiswa kami baik yang ada di kampus ini maupun di tempat asal mereka dengan mengikuti kuliah secara online. Semoga semua mahasiswa kami selalu sehat dan penuh semangat dalam kuliah serta tekun dan jujur dalam setiap tugas mereka. Marilah kita mohon .....

**U** : *Kabulkanlah doa kami ya Tuhan*

**L** : **Bagi Penerimaan Mahasiswa Baru**

Ya Tuhan, berkatilah semua usaha Panitia Penerimaan Mahasiswa Baru. Semoga usaha Panitia untuk melakukan promosi ke berbagai sekolah yang dikunjungi dapat menggerakkan hati para siswa agar bersedia

melanjutkan studinya di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Kota Madiun. Berkatilah orang tua calon mahasiswa kami agar dicukupkan rejekinya sehingga mampu membiayai anak-anaknya. Marilah kita mohon .....

**U** : *Kabulkanlah doa kami ya Tuhan*

**L** : **Untuk intensi kita masing-masing....(hening sejenak)**

**P** : Allah Bapa di Surga, kami bersyukur atas berkat-Mu yang dianugerahkan kepada kami melalui Putera-Mu Yesus Kristus. Engkau tahu semua yang kami butuhkan dalam hidup kami. Hanya kami kurang rendah hati memohon kepada-Mu. Semoga kami memiliki kepekaan hati seperti Bunda Maria yang selalu menolong kami yang mengalami kesulitan dalam hidup dan karya kami. Doa ini kami haturkan kepada-Mu dengan perantaraan Kristus, Tuhan, dan Juruselamat kami. Amin.

### **LITANI HATI KUDUS YESUS ( PS NO. 209 )**

Tuhan, kasihanilah kami.

Tuhan, kasihanilah kami.

Kristus, kasihanilah kami.

Kristus, kasihanilah kami.

Tuhan, kasihanilah kami, Kristus, dengarkanlah kami

Kristus, kabulkanlah doa kami

Allah Bapa di surga, \*

**U: kasihanilah kami \*)**

Allah Putra Penebus Dunia, \*

Allah Roh Kudus, \*

Allah Tritunggal Kudus Tuhan Yang Maha Esa, \*

Hati Yesus yang mahakudus, \*

Hati Yesus, Putra Bapa Kekal, \*

Hati Yesus yang diwujudkan oleh Roh Kudus dalam rupa Bunda Perawan, \*

Hati Yesus yang dipersatukan dengan Sabda Allah dalam satu wujud, \*

Hati Yesus yang mahamulia, \*

Hati Yesus, bait kudus Allah, \*

Hati Yesus, kemah Allah yang mahatinggi, \*

Hati Yesus, rumah Allah dan pintu surga, \*

Hati Yesus, perapian cinta abadi yang bernyala-nyala, \*

Hati Yesus, perbendaharaan keadilan dan cinta kasih, \*

Hati Yesus, penuh kebaikan dan cinta kasih, \*

Hati Yesus, lubuk penuh keutamaan, \*

Hati Yesus, yang amat patut dipuji, \*

Hati Yesus, raja dan pusat segala hati, \*

Hati Yesus, tempat semua harta kebijaksanaan dan pengetahuan, \*



Hati Yesus, tempat ke-Allah-an seluruhnya, \*  
 Hati Yesus, yang berkenan kepada Bapa, \*  
 Hati Yesus, yang kaya raya dan murah hati kepada kami, \*  
 Hati Yesus, kerinduan bukit-bukit yang kekal, \*  
 Hati Yesus, yang sabar dan maha belas kasih, \*  
 Hati Yesus, yang murah hati kepada semua orang yang berseru kepada-Mu, \*  
 Hati Yesus, sumber kehidupan dan kesucian, \*  
 Hati Yesus, kurban pelunas dosa kami, \*  
 Hati Yesus, yang ditimpa penghinaan, \*  
 Hati Yesus, yang hancur karena kejahatan kami, \*  
 Hati Yesus, yang taat sampai mati, \*  
 Hati Yesus, yang tertusuk dengan tombak, \*  
 Hati Yesus, sumber segala hiburan, \*  
 Hati Yesus, kehidupan dan kebangkitan kami, \*  
 Hati Yesus, pokok damai dan pemulihan kami, \*  
 Hati Yesus, kurban untuk orang berdosa, \*  
 Hati Yesus, keselamatan bagi orang yang berharap kepada-Mu, \*  
 Hati Yesus, pengharapan orang yang meninggal dalam Engkau, \*  
 Hati Yesus, kesukaan semua orang kudus, \*  
 Anak domba Allah yang menghapus dosa-dosa dunia  
 Sayangilah kami,  
 Anak domba Allah, yang menghapus dosa-dosa dunia,  
 Kabulkanlah doa kami,  
 Anak domba Allah, yang menghapus dosa-dosa dunia,  
 Kasihanilah kami,  
 Yesus yang lembut dan rendah hati.  
 Jadikanlah hati kami seperti hati-Mu  
 Marilah kita berdoa. **(Hening)**  
 Allah yang mahakuasa dan kekal, terimalah segala pujian dan penghapusan dosa  
 yang dipersembahkan Hati Yesus kepada-Mu atas nama semua orang berdosa.  
 Sudilah Engkau mengampuni dosa-dosa umat-Mu ini, yang memohon belas kasih-  
 Mu dengan pengantaraan Yesus Kristus, Tuhan kami, yang bersatu dengan Dikau  
 dalam Roh Kudus, hidup dan berkuasa, kini dan sepanjang masa. Amin

## **BAPA KAMI**

- P** : Marilah kita menyatukan seluruh doa dan permohonan kita dalam doa yang Tuhan Yesus ajarkan kepada kita: Bapa Kami .....
- P** : Marilah kita juga mohon doa dari Ibu Maria bagi intensi dan doa-doa kita kiranya Ibu Maria berkenan menolong kita.....
- Salam Maria** ..... 3x

## **DOA PENUTUP** *(didoakan bersama)*

**P** : Marilah kita berdoa bersama-sama:

Yesusku, Tuhan jiwaku, Engkau berjanji bahwa Hati Kudus-Mu akan menjadi lautan kerahiman bagi orang-orang yang berharap kepada-Mu. Aku sungguh percaya bahwa Engkau akan mengabulkan apa yang aku minta, walaupun itu memerlukan mukjizat. Kepada siapakah aku akan mengetuk kalau bukan Hati-Mu. Dalam nama-Mu yang kudus, kami mohon keselamatan atas dosa-dosa kami.

**U** : **Amin**

## **BERKAT**

**P** : Marilah kita hening sejenak untuk mohon berkat Tuhan. ....  
Semoga Tuhan beserta kita.

**U** : Sekarang dan selama-lamanya

**P** : Semoga Allah Bapa memberkati hidup dan karya pelayanan kita dalam pendidikan di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Kota Madiun.

**U** : Amin

**P** : Semoga Allah Putera menganugerahkan berkat dan kekuatan-Nya bagi Panitia Penerimaan Mahasiswa Baru dan kita semua yang berusaha untuk mengembangkan lembaga kita yang tercinta ini.

**U** : Amin

**P** : Semoga Allah Roh Kudus selalu membangkitkan api semangat yang bernyala di dalam karya dan segala usaha kita.

**U** : Amin

**P** : Dan semoga kita sekalian dan keluarga kita senantiasa diberkati oleh Allah yang Mahakuasa, dalam nama Bapa dan Putera dan Roh Kudus.

**U** : Amin

## **LAGU PENUTUP : HATIKU**

Reff: ***Hatiku kusembahkan pada-Mu***

***Kasih abadi Kaulimpahkan kepadaku.***

- |   |  |
|---|--|
| 1. Hati-Mu slalu murah dan penyayang,<br>hatiku slalu cenderung berdosa.<br>Namun cintaMu mengiring langkahku<br>Yesus penebusku---Reff | 2. Jalan-MU slalu mengarah ke Bapa,<br>jalanku sering diliput gulita.<br>Tapi cinta-Mu mengiring langkahku<br>Yesus penebusku---Reff |
| 3. KuasaMu slalu memeluk diriku,<br>kuasaku slalu menentang hokum-Mu.<br>Tapi cinta-Mu mengiring langkahku<br>Yesus penebusku---Reff    |  |

# Februari 2022

## Ujud Universal

### *Perempuan korban kekerasan.*

Kita berdoa bagi kaum perempuan korban kekerasan, agar mendapat perlindungan dan penderitaan mereka benar-benar dirasakan dan diperhatikan oleh masyarakat.

## Ujud Gereja Indonesia

### *Kasih sayang keluarga.*

Semoga keluarga-keluarga katolik makin berani belajar menghayati spiritualitas tinggal di rumah yang menuntut anggota-anggota keluarga untuk saling memahami kelemahan dan saling menguatkan dalam menghadapi setiap masalah.