

29 April 2005

WARTA

Advent

On-line



The Children
Of
The Heavenly
God

Salam dalam nama Yesus!

Beberapa jam lagi akan kita lewati akhir dari hari kerja dalam minggu ini dan kita akan memasuki hari Sabat terakhir bulan keempat dalam tahun ini. Begitu besar kasih Allah kepada kita sehingga melalui WAO edisi 29 April 2005 ini kita dapat berjumpa lagi untuk kesekian kalinya. Betapa senang rasanya dapat menyapa anda sekalian di dalam iman dan pengharapan untuk menantikan kedatangan-Nya yang tidak lama lagi.

Sejalan dengan bergulirnya waktu, kita melihat bahwa di dunia di mana kita berada sekarang ini, penuh dengan beragam gejala yang semakin tidak menentu. Berbagai konflik dan perseteruan terjadi di berbagai penjuru dunia. Jepang dan Cina adalah dua dari sekian banyak negara-negara yang sedang terlibat perselisihan. Demikian editorial minggu ini yang menganalisa mengapa hal itu harus terjadi dan apa saja sepak terjang dan maksud dari berbagai jurus yang dilontarkan oleh masing-masing kubu yang sedang bertikai, dengan saling memaparkan kelemahan masing-masing lawan dan saling menyerang secara politis. Umat Tuhan tidak perlu khawatir karena dalam berbagai konflik yang terjadi di segala penjuru dunia ini, ada hikmah yang dapat dipetik guna lebih mempersiapkan mereka menjadi warga negara kerajaan surga.

Sebagai umat Allah kita tidak boleh hanyut dalam kesalahan yang diperbuat pada masa lalu dan menggunakan berbagai 'kekuatan' untuk membenarkannya, tetapi hendaklah kita membentangkan segala perkara kita, apa pun itu, di hadapan Tuhan dan bertindaklah sesuai dengan cara-cara yang dikehendaki-Nya. Demikian sebagian makna renungan yang disampaikan oleh Pdt. B. Samosir.

Artikel Kesehatan kali ini mengangkat topik Environment (Lingkungan), yang menekankan pentingnya sinar matahari untuk kelangsungan hidup manusia dan makhluk hidup lainnya. Ikuti terus serial kesehatan yang ditulis oleh Dr. Kathleen Liwidjaja Kuntaraf ini, karena sangat bermanfaat sebagai tuntunan kesehatan bagi masing-masing kita.

Pada halaman 10 edisi ini kami mengajak anda untuk melihat secara jelas peta posisi matahari pada tanggal 30 April 2005 di mana terlihat bagian bumi mana saja yang gelap dan di sisi lain mana saja yang terang pada waktu tertentu. Anda juga dapat melihat jadwal matahari terbenam di berbagai kota-kota pilihan dan kiranya anda dapat mengetahui waktu yang sesuai untuk buka dan tutup sabat di daerah tempat anda berada.

Nantikan selalu WAO dan beritahukan kepada sahabat atau keluarga anda untuk berlangganan WAO secara rutin dengan mengirimkan email kosong ke: advent_subscribe@yahoo.com maka setelah me-reply permintaan konfirmasi dari Yahoogroups secara otomatis alamat email mereka akan terdaftar sebagai pelanggan dan akan menerima WAO secara periodik selama e-mail mereka tidak bouncing. Masukan dapat dikirimkan kepada redaksi WAO dengan alamat redaksi@wartaadvent.org atau kunjungi website kami di <http://www.wartaadvent.org>. dan mengisi buku tamu yang tersedia. Edisi-edisi sebelumnya (pertama hingga terakhir) dapat juga di-download dari situs kami tersebut dan tersedia dalam dua format file yaitu MS_Word dan Adobe_PDF.

Kiranya apa yang kami sajikan pada penerbitan ini boleh menambah wawasan anda dan membawa berkat bagi kita semua. Kiranya Tuhan senantiasa menolong kita dalam setiap tugas dan pelayanan dan tetap setia sampai Maranatha! Amin!

Salam WAO!



GAMBAR SAMPUL

Pada Saatnya Nanti Akan Banyak Umat Allah Yang Meminta Untuk Diselamatkan, Namun Pintu Surga hampir Tertutup...!

RENUNGAN

4 Bentangkan Perkaramu Di hadapan Allah

EDITORIAL

6 Dikejar Bayang-Bayang Sejarah

REDAKSI

2 Pengantar Edisi ini

KOLOM TETAP

11 Jadwal Buka/Tutup Sabat (Sunset)

8 Terjemahan BC & RN

ARTIKEL KESEHATAN

9 Celebrations

KOLOM PEMBACA

3 Surat dari Pembaca

PENTING!

- Redaksi berhak menentukan tulisan dan/atau berita untuk dimuat atau tidak dengan/tanpa pemberitahuan kepada sumber/pengirim berita.
- Redaksi berhak memeriksa keaslian dari tulisan/sumber tulisan/berita.
- Redaksi berhak mengedit kata atau kalimat dalam berita untuk tujuan mempertegas makna, kesantunan bahasa dan tujuan positif lainnya.
- Photo/gambar yang masuk menjadi hak WAO.

Penasehat

Pdt. Berlin Samosir

Penanggung Jawab

Philip C. Wattimena

Pemimpin Redaksi

Bonar Panjaitan

Dewan Redaksi

Pdt. Berlin Samosir

Philip C. Wattimena

Bonar Panjaitan

Wilhon Silitonga

Jeffrey E.R. Kiroyan

Frederik J. Wantah

Pdt. Richard A. Sabuin

Samuel Pandiangan

Pdt. Samuel Simorangkir

Yusran Tarihoran

Albert Panjaitan

Ramlan Sormin

Pdt. Heince Rusli

Pdt. Sweneys Tandidio

Willy Wuisan

Tata Letak:

Wilhon Silitonga

Samuel Pandiangan

Webmasters:

Yusran Tarihoran

Albert Panjaitan

Tapson Manik

Kontributor Khusus:

Dr. Albert Hutapea

Dr. Ronny Kountur

Dr. Jonathan Kuntaraf

Dr. Kathleen Kuntaraf-Liwidjaja

Max W. Langi

Dr. Herbert A. Legoh

Hans Mandalas

Joice Manurung

Dr. R.A. Nainggolan

Edy Nurhan

Pieter Ramschie

Dr. Rudolf Sagala

Dave Sampouw

Dr. Praban Saputro

Dr. H.S.P. Silitonga

Andrey Sitanggang

Dirjon Sitohang

Dr. E.H. Tambunan

Joppy Wauran

Dr. Tommy Wuysang

Kirim berita ke:

redaksi@wartaadvent.org

Website:

<http://www.wartaadvent.org>

Berlangganan gratis:

advent-subscribe@yahooogroups.com

redaksi yang terhormat

Thx & GBU kpd redaktur WAO.
Semua Artikel sangat BERMUTU
dan BERNILAI untuk
meningkatkan iman dan
pengetahuan akan kebenaran firman
Tuhan. Simple dan padat berisi.
Teruskan.

EDDY KARUNDENG

Hallo....., Salam kenal buat
semuanya melalui website WAO ini
yang sangat bagus dan bermanfaat.
Gefeliciteerd.... buat semua team
website ini.

MELYANA NAIBAHO

Selamat melayani

JACK M. RANTUNG

Salam sejahtera dan selamat
berjumpa dengan Team WAO.
Pertama saya perkenalkan identitas
saya. Nama saya Herold Somba dari
Timika. Saya mendapat WAO dari
kakak saya, dan saya sangat senang
membaca isi berita dan renungan
yang membuat iman saya lebih
terangkat lebih dekat dengan Tuhan.
Selanjutnya renungan yang saya
dapatkan itu saya ambil menjadi
bahan renungan di Siaran Radio
Suara Nubuatan FM Timika, Radio
Gereja Advent Jemaat Timika. Bisa
yah saya berikan usulan! Bisa tidak,
WAO ini memuat kolom info
keluarga, yang isinya berita
pernikahan, selamat ulang tahun,
dan berita keluarga yang lain. Dan
juga informasi orang muda. Terima
kasih yah sudah menerima usulan
saya. Tetap jaya terus WAO.....

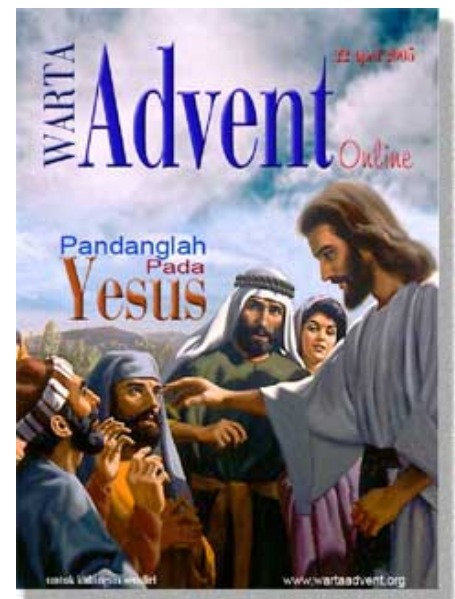
HAROL SOMBA

*Dear Bro. Harol,
Terima kasih untuk usulannya, dan
senang mendengar bahwa WAO telah
membawa berkat tersendiri bagi Bro.*

*Harol dan para pendengar siaran
Radio Suara Nubuatan di Timika.
Mengenai usulannya, walaupun tidak
rutin memuat hal-hal tersebut, namun
WAO tidak "alergi" dalam
mengakomodasinya, tetapi secara
selektif memuat juga berbagai hal
tersebut terutama yang dapat
menambah wawasan umat dan berita
tersebut tidak dikirimkan juga ke media
lain yang para subscribers-nya hampir
sama dengan pelanggan WAO. Hal ini
untuk menghindari pengulangan berita
dan penghematan dalam mencetak,
walaupun kadang terlewatkan juga.*

Salam, Redaksi WAO

COVER EDISI MINGGU LALU



Sanherib Raja Asyur

adalah sosok yang sangat Ditakuti

R E N U N G A N

Bentangkan Perkaramu Di Hadapan Allah

Pdt. Berlin Samosir, M.Min

kemudian timbunan yang terdiri atas mayat-mayat ini menjadi satu tugu yang dapat ditonton. Banyak lagi kebrutalan lain yang menjadi kondisi kerajaan Asyur sehingga nama Sanherib benar-benar sebagai sosok yang sangat ditakuti ketika itu.

Maka secara manusia kita dapat membayangkan bagaimana kegelisahan dalam diri raja Hizkia ketika mendapat surat ancaman dari raja tersebut.

Dengan mengetahui sebaik-baiknya nasib yang menunggu dia dan rakyatnya, Hizkia menerima surat itu. Lalu apa yang dia perbuat? Jawaban pertanyaan inilah yang dituliskan pada ayat inti di atas.

Surat itu dibawanya ke hadapan Tuhan lalu membentangkannya supaya dibaca. Abdi Allah Yesaya yang menjadi nabi ketika itu di Yehuda lebih jauh menyaksikan melalui tulisannya, "Hizkia berdoa di hadapan Tuhan, katanya: "Ya TUHAN semesta alam, Allah Israel, yang bertakhta di atas kerubium!" Sedengkanlah telinga-Mu, ya Tuhan, dan dengarlah, bukalah mata-Mu, ya Tuhan, dan lihatlah; dengarlah segala perkataan Sanherib yang telah dikirimnya untuk mencela Allah yang hidup. Ya Tuhan, memang raja-raja Asyur telah memusnahkan semua bangsa dan negeri-negeri mereka dan menaruh para allah mereka ke dalam api, sebab mereka bukanlah Allah, hanya buatan tangan manusia, kayu dan batu; sebab itu dapat dibinasakan orang. Maka sekarang, ya Tuhan, Allah kami, selamatkanlah kami dari tanganya, supaya segala kerajaan di bumi mengetahui, bahwa hanya engkau sendirilah Tuhan." Yesaya 37:15-20

Sebagai jawaban berfirmanlah Tuhan melalui nabi-Nya Yesaya, "Sebab itu beginilah Firman Tuhan mengenai raja Asyur: Ia tidak akan masuk ke kota ini dan tidak akan menembakkan panah ke sana; juga ia tidak akan mendatangnya dengan perisai dan tidak akan menimbun tanah menjadi tembok untuk mengepungnya. Melalui jalan, dari mana ia datang, ia akan pulang, tetapi ke kota ini ia tidak akan masuk, demikianlah firman Tuhan, (ayat 33-35).

*Hizkia menerima surat itu dari tangan para utusan, lalu membacanya; kemudian pergilah ia ke rumah Tuhan dan membentangkan surat itu di hadapan Tuhan.
II Raja 19:14*

Ayat renungan kita pekan ini diangkat dari cuplikan satu kisah peristiwa di zaman perjanjian lama.

Untuk mengetahui jalan cerita yang lengkap dari latar belakang ayat ini ditulis, kita harus membaca dari II Raja 18; atau Yesaya 36; yang mengungkap sekelumit sejarah, ketika Sanherib mengepung kota Yerusalem pada masa pemerintahan raja Hizkia. Sanherib raja Asyur dikenal sebagai seorang raja lalim dan dengan keberingasan sedang giat mengadakan invasi besar-besaran dengan maksud mencaplok kerajaan-kerajaan sekitar, termasuk Kerajaan Yehuda.

Sejarah menyaksikan lebih jauh bahwa serdadu bangsa Asyur adalah yang paling ganas pada zaman dahulu, dan mungkin untuk sepanjang masa. Penduduk kota-kota yang menolak tuntutan mereka supaya menyerah dapat saja dimusnahkan tanpa memandang usia atau jenis kelamin. Untuk menambah penghinaan supaya lebih menyakitkan, kadang-kadang orang Asyur menimbun mayat musuh mereka menjadi satu timbunan besar, lalu

Benar saudara-saudara, uraian selanjutnya menyatakan bahwa pembalasan Ilahi datang begitu cepat. Pada malam itu keluarlah Malaikat Tuhan, lalu dibunuhnyalah seratus delapan puluh lima ribu orang di dalam perkemahan Asyur. Keesokan harinya pagi-pagi, tampaklah, semuanya bangkai-bangkai orang mati belaka! Sebab itu berangkatlah Sanherib, raja Asyur dan pulang, lalu tinggallah ia di Niniwe. Pada suatu kali ketika ia sujud menyembah di dalam kuil Nisrokh, allahnya, maka Adramelekh dan Sarezer, anak-anaknya, membunuh dia dengan pedang.

Sahabatku, para pembaca WAO yang budiman di mana saja berada! Dari sudut pandang manusia, kemelut yang dihadapi oleh Raja Hizkia (Yehuda) pada kisah ini sudah berada pada tahap dilematis. Namun apa yang dia buat untuk mengatasi kesulitan tersebut sesungguhnya menjadi perkara yang amat significant untuk kita renungkan terlebih disikapi. Persoalan yang dihadapi oleh manusia sekarang ini baik secara individu, keluarga, kelompok masyarakat, maupun gereja, bisa saja bersamaan bobotnya dengan kemelut Raja Hizkia dan rakyatnya, mungkin hanya bentuknya saja yang berbeda. Tidak dapat lagi dipungkiri bahwa ancaman kesulitan kini sedang melanda dunia di mana kita tinggal. Bukan saja hanya bencana alam ataupun gempa bumi, namun krisis ekonomi, sosial, politik dan kemerosotan akhlak akan menjadi momok yang menakutkan bagi setiap orang. Belum lagi peristiwa-peristiwa tindak kriminal yang semakin merajalela, akibat dari semakin meningkatnya kejahatan manusia. Semuanya ini akan cenderung semakin mengerikan sebab Iblis telah turun dengan geramnya yang dahsyat, karena ia tahu bahwa waktunya sudah singkat. Why. 12:12

Kembali pertanyaan penting untuk direnungkan, “Akankah kita meneladani cara-cara Hizkia untuk menangani setiap masalah dalam hidup ini?” Sekalipun pertanyaan ini sangat gampang dijawab secara kata-kata, akan tetapi mari kita lihat sejenak fakta-fakta. Apakah itu secara pribadi, keluarga, kelompok organisasi, termasuk organisasi gereja, bilamana berhadapan dengan masalah selalu cenderung mengandalkan kekuatan sendiri untuk mengatasinya. Jika selalu cara ini yang dipilih akan menghasilkan dua konsekuensi. Di satu pihak akan dapat mendatangkan kecemasan dan ketakutan, kemudian di pihak lain apabila berhasil akan menimbulkan kesombongan yang sering dikenal dengan “ke-Aku-an”

Namun saudara-saudara, sekecil apa pun persoalan kita sebesar apa pun kemelut yang dihadapi, bentangkan itu di hadapan Tuhan, sehingga hasilnya akan maksimal seperti yang telah dinikmati oleh Raja Hizkia bersama rakyatnya.

Lord Byron, dalam sajaknya perihal “kebinasaan Sanherib” berkata: “Dan kehebatan orang kafir, tak dapat diserang dengan pedang, namun meleleh bagaikan salju pada pemandangan Tuhan.”

Anda dapat membayangkan kesukaan dan rasa syukur Hizkia bersama rakyatnya, ketika mereka melihat bagaimana Allah menjawab doa mereka.

Pernahkah kesulitan mengancam untuk menyelubungi anda? Catatan yang diilhamkan berkata: “Apa pun kegelisahan dan kesukaranmu, bentangkanlah perkaramu di hadapan Tuhan. Semangatmu akan bangkit untuk bertahan. Jalan akan terbuka bagimu untuk membebaskan diri dari perasaan malu dan kesulitan. Semakin menyadari dirimu lemah dan tak berdaya, akan semakin teguhlah engkau di dalam kekuatan-Nya. Semakin berat bebanmu, semakin membahagiakan kelegaan dengan menyerahkan semua itu kepada Pemikul Bebanmu. *The Ministry of Healing, 72*



PDT. BERLIN SAMOSIR, M.Min

Dewan Redaksi WAO
Gembala Jemaat Menteng, Jakarta



Dikejar Bayang-Bayang Sejarah

Generasi demi generasi berganti sejalan dengan zaman yang berubah. Semuanya tinggal di belakang menjadi bagian dari sejarah. Demi kegunaan generasi mendatang, semuanya itu kemudian dirangkai menjadi catatan sejarah. Kalau sejarah adalah fakta atas apa yang pernah terjadi, dalam pencatatannya banyak unsur teorinya. Karena sejarah sebagai catatan yang dibaca ternyata tidak selalu identik dengan peristiwa yang terjadi. Terutama jika peristiwa itu merupakan sesuatu yang tidak indah untuk dikenang. Dalam bahasa kebudayaan hal itu sering disebut sebagai 'lembaran hitam' yang mengisi perjalanan waktu.

Ada banyak lembaran hitam di dalam sejarah umat manusia. Bahkan terlalu banyak, karena peradaban manusia hampir tidak pernah lepas dari perselisihan, pertentangan dan peperangan di antara sesamanya. Di dalam setiap peristiwa, biasanya ada pihak yang dominan. Dan yang sering terjadi justru pihak yang dominan inilah yang kemudian menjadi penyebab terjadinya lembaran hitam di dalam sejarah. Sifat dominan ini juga biasanya berlanjut pada keinginan untuk mencatat peristiwa yang terjadi sesuai dengan keinginannya. Dan itulah yang terjadi belum lama ini ketika Jepang mengeluarkan buku pelajaran sejarah untuk sekolah-sekolah di Jepang. Tindakan Jepang tersebut ternyata telah menimbulkan reaksi yang sangat keras dari Cina dan Korea. Di dalam buku tersebut, keganasan dan kebrutalan tentara 'saudara tua' ini selama Perang Dunia II terhadap negara-negara yang didudukinya dianggapnya sebagai tindakan disiplin yang diambil terhadap aksi pembangkangan yang dilakukan oleh penduduk yang dijajahnya. Jelas hal ini berbeda dengan bagaimana peristiwa itu dilihat dan dialami oleh Cina dan Korea.

Peristiwa di atas ada persamaannya dengan apa yang pernah dilakukan oleh Belanda terhadap Indonesia. Bukankah Belanda menyebut apa yang oleh Indonesia disebut sebagai Agresi I tahun 1947 dan Agresi II tahun 1948 sebagai aksi polisionil? Indonesia telah merdeka pada tahun 1945 dan menganggap serangan Belanda terhadap Indonesia sebagai intervensi atas kedaulatannya – sebuah agresi. Sementara Belanda yang merasa masih sebagai penguasa,

menganggap bahwa apa yang mereka lakukan adalah melaksanakan tugas kepolisiannya untuk menegakkan ketertiban.

Menarik untuk melihat apakah baru saat ini Jepang mengeluarkan buku pelajaran tersebut. Secara logika tentunya Jepang sudah pernah mengeluarkan buku sejenis sebelumnya. Yang menjadi pertanyaan adalah mengapa pada saat ini penerbitan buku itu menimbulkan reaksi yang sangat keras? Apakah ada isi buku yang diubah? Apakah masalah ini berdiri sendiri ataukah merupakan bagian dari satu agenda yang lebih besar? Yang tahu persis tentulah Jepang. Mungkin juga Cina dan Korea. Tetapi

berdasarkan apa yang menguak di permukaan ada beberapa hal yang perlu mendapat perhatian kita.

Seiring dengan bangkitnya pengaruh dan perekonomian bangsa-bangsa Asia, dunia menyebut bahwa abad ke-21 adalah "Abad Asia." Lalu siapa di Asia yang pantas untuk diberi gelar sebagai "The King of Asia"? Kalau Abraham Maslow mengatakan bahwa manusia mempunyai tingkat kebutuhan (*hierarchy of needs*) sejalan dengan peningkatan kemampuan, ternyata negara juga dapat merasakan adanya kebutuhan seperti itu, karena memang negara dijalankan oleh manusia.

Lalu persaingan pun tidak terhindarkan antara Cina, yang merupakan satu-satunya wakil Asia di DK PBB yang mempunyai hak veto dan Jepang, yang merupakan kekuatan ekonomi kedua terbesar di dunia setelah AS. Bisa dibayangkan bagaimana Cina begitu bangga ketika Letkol Yang Liwei menjadi astronot Cina pertama yang mengitari angkasa dan mendarat di bumi pada tanggal 15 Oktober 2003 yang lalu. Peristiwa ini sekaligus menempatkan Cina menjadi negara ke-3 di dunia, setelah Rusia dan AS, yang berhasil mengirimkan astronotnya ke angkasa luar. Dengan penduduk yang mencapai lebih dari 20% penduduk dunia dan pertumbuhan ekonomi yang luar biasa dalam 15 tahun terakhir, Cina merasakan dirinya tidak lagi bisa dipandang sebelah mata. Keberhasilan secara ekonomi dirasakan perlu dibarengi dengan penghormatan secara politik.

Akan halnya Jepang, tentu tidak ingin orang lupa bahwa Jepang dulu sangat perkasa dan satu-satunya negara yang pernah berperang secara militer dengan Rusia dan mengalahkannya pada tahun 1905. Jepang yang juga merupakan penyumbang kedua terbesar kepada PBB tentu tidak ingin dianggap sebagai macan ompong sekaligus sapi perah. Bahkan baru-baru ini Parlemen Jepang memutuskan untuk meninjau kembali konstitusi 'anti perang' negaranya pasca PD II yang disusun oleh sekutu. Mulai terdengar suara bahwa mereka tidak ingin dikekang oleh konstitusi tersebut dan ingin diberi hak untuk membela diri. Akankah ini pertanda bahwa militerisme Jepang akan kembali? Apakah 'insiden' di atas sengaja direkayasa untuk membenarkan keinginan Jepang mempersenjatai dirinya? Segala sesuatu mungkin di dalam dunia yang semakin tua ini. Tinggal mencari alasannya di kemudian hari. Dengan pengaruh ekonominya yang mendunia, Jepang menginginkan status sebagai anggota tetap DK PBB, sejalan dengan reformasi yang sedang bergulir di badan dunia tersebut. Salahkah Jepang? Tentu saja tidak, karena semua orang berhak mengharapkan yang terbaik bagi negaranya. Termasuk Indonesia yang konon mengincar kursi tetap DK PBB dengan membawa bendera sebagai negara berpenduduk muslim terbesar di dunia.

Baiklah, kita sudah melihat argumentasi di balik keinginan masing-masing. Semua itu ada benarnya. Kalaupun ada yang salah biasanya lebih dilihat oleh saingannya. Cina berusaha untuk menghalangi Jepang dengan membesar-besarkan kekejaman yang dilakukannya di masa lalu? Mengapa baru sekarang bereaksi keras? Apakah Cina telah mencium keinginan Jepang untuk (kalau memang memungkinkan) kembali ke militerisme? Sementara itu Jepang yang selama ini dilindungi oleh payung nuklir AS dapat saja khawatir bahwa geliat ekonomi tetangga raksasanya dapat saja membuat hubungan mesranya dengan AS dimadu oleh partner baru yang lebih tambun. Jepang perlu mempertahankan dirinya sendiri baik secara politik di PBB maupun secara militer dengan merubah konstitusinya.

Lalu pelajaran apa yang dapat diambil dari gejolak di atas? Pertama, dengan kemajuan ekonomi yang ditunjang oleh kemajuan teknologi, semuanya berjalan dengan begitu cepat, termasuk krisis yang dapat timbul sewaktu-waktu. Emosi manusia maupun negara begitu cepat meningkat dan keinginan untuk membalas sangat terasa, jika kepentingannya terganggu. Kedua, pepatah mengatakan apa yang ditabur orang itu yang akan dituainya. Benar, Jepang telah meminta maaf atas perbuatannya, tetapi pihak lain selalu dapat mengungkit-ungkit peristiwa masa lalu untuk kepentingan politiknya. Bukankah Setan sangat ahli dalam hal ini terhadap umat Tuhan? Untungnya Tuhan dapat membaca motif sementara manusia tidak. Ketiga, apakah ada 'aktor intelektual' di balik krisis yang sedang berkembang? Siapakah yang diuntungkan? Apakah ada pihak yang diuntungkan? Seorang politikus pernah berkata: "*confuse them and conquer.*" Mengapa AS seakan berdiam diri?

Perkembangan politik di akhir zaman sulit ditebak tetapi kita tidak perlu khawatir. Asal saja kita tidak terjebak dalam kepentingan diri di dalam hubungan antar sesama dan bersedia mengakui kesalahan kita jika ada dan tidak mengulanginya. Bukankah itu merupakan langkah kepada pertobatan? Dan apakah yang menjadi kebutuhan kita? Meminta kuasa Roh Suci untuk mempersiapkan kita bukan untuk menjadi The King of Asia atau The Prince of the World tetapi untuk menjadi The Children of the Heavenly God.

Tim Redaksi WAO

TERJEMAHAN BEBAS SDA BIBLE COMMENTARY

MARKUS 6:2-4:

6:2 Pada hari Sabat Ia mulai mengajar di rumah ibadat. Ada banyak orang di situ. Waktu orang-orang itu mendengar pengajaran Yesus, mereka heran sekali. Mereka berkata, "Dari mana orang ini mendapat semuanya itu? Kebijaksanaan macam apakah ini yang ada pada-Nya? Bagaimanakah Ia dapat mengadakan keajaiban?"

6:3 Bukankah Ia ini tukang kayu, anak Maria, dan saudara dari Yakobus, Yoses, Yudas dan Simon? Ya, saudara-saudara perempuan-Nya pun ada tinggal di sini juga." Karena itu mereka menolak Dia.

6:4 Lalu Yesus berkata kepada mereka, "Seorang nabi dihormati di mana-mana, kecuali di kampung halamannya, dan di antara sanak saudaranya dan keluarganya."

Hari Sabat

Seperti kunjungan sebelumnya (Lukas 4:16).

Di rumah ibadat

Seperti peristiwa sebelumnya (lihat Lukas 4:16). Untuk mendapatkan gambaran rumah ibadat Yahudi dan juga melihat acara pelayanan, lihat di halaman 56, 57

Terheran

Akhirnya banyak orang di Nazaret terheran-heran melihat Yesus yang berasal dari kampung mereka mengaku menjadi Anak Allah.

Orang ini

Secara literal, "orang ini," pernyataan ekspresi yang sering diungkapkan sebagai tanda kurang suka.

Kebijaksanaan apa ini?

Lihat Yesaya 11:2, 3; 50:4.

Baik pemimpin Yahudi juga masyarakat kota Nazaret muncul untuk menunjukkan rasa tidak suka dan menolak kemampuan pikiran, budi pekerti dan kebijaksanaan Yesus. Dan ini kelihatan secara jelas; kenyataan inilah penyebab dari kesukaran mereka.

Bahkan kuasa dari pekerjaan tersebut

Lihat hal. 208.

Orang Nazaret tidak dapat menolak mujizat yang dilakukan oleh Yesus dan juga akan kebijaksanaan-Nya. Apakah ketika Dia mengajar atau melakukan mujizat, mereka dipaksa untuk mengakui bahwasanya "Dia telah melakukannya dengan baik" (pasal 7:37).

3. Tukang kayu.

Matius menuliskan, "anak tukang kayu" (ps. 13:55).

Walaupun dalam penggunaan bahasa Aramik dan Ibrani, ungkapan "anak tukang kayu" mungkin tidaklah lebih daripada suatu pemakaian kata-kata yang berlebihan untuk tukang kayu.

Kelihatannya, tidak ada alasan untuk meragukan bahwa Yusuf adalah seorang tukang kayu dan pedagang, dan pada saat dia melakukan pekerjaannya, Yesus mengikuti perdagangan tersebut.

Anak Mariam.

Kenyataannya, Yesus disebut "anak Mariam" bukan disebut "anak Yusuf" ini sebagai bukti kuat bahwasanya Yusuf telah mati (ps. DA 109). Sehubungan dengan Yusuf sebagai "ayah" dari Yesus silahkan lihat Matius 1:21; Lukas 2:33.

Saudara dari Yakobus

Untuk melihat saudara Yesus, lihat di Matius 1:18, 25; 12:46.

Banyak yang dibingungkan dengan 2 nama yang sama, Yakobus dengan Yakobus anak dari Alphaeus, ini disebabkan catatan yang

cacat dari gereja mula-mula, atau mungkin kesimpulan yang berdasarkan Galatia 1:19 dan 2:9.

Satu-satunya hal yang disebut nama Yakobus setelah pertobatan saudara Yesus (Kis 1:44; cv. Yohanes 7:5) terdapat di dalam Galatia 1:19, kemungkinannya juga terdapat di Yudas 1. Yakobus saudara Yesus tidak akan dibingungkan dengan Yakobus anak Alphaeus (lihat Markus 3:18).

Yudas

Kemungkinannya orang yang sama di dalam menulis buku Yudas, dia diidentifikasi sebagai "saudara" dari "Yakobus", satu-satunya nama pribadi dalam perjanjian lama yang dinamakan "Jude" atau Yudas (lihat di Yudas 1; Mark 3:18).

Saudari-Nya

Kata ini menunjukkan paling sedikit dua, dan berpeluang sebagai pernyataan lebih.

Mereka menolak

Bahasa Greeka. *Skandalizo*, yang arti literalnya "were triped up" (lihat di Matius 5:29)

4. Seorang nabi

Lihat di Kejadian 20:7; Ulangan 18:15.

Tidak dihargai

Pernyataan Kristus yang sepertinya sudah menjadi pernyataan umum. Jika saudara Yesus sendiri tidak percaya bahwasanya Dia adalah Mesias (Yohanes 7:5), bagaimana mungkin bekas tetangga-Nya dapat diharapkan untuk percaya?

Di kampungnya

Orang di Nazaret mengetahui Dia dengan baik (lihat Lukas 2:52). Semua yang pernah bertemu dengan Yesus memberikan kesaksian yang baik tentang tabiat-Nya.

Saudaranya sendiri

Bahkan setelah satu tahun berlalu, saudaranya sendiri tidak percaya (lihat Yohanes 7:5), hingga mereka bertobat setelah kematian dan kebangkitan-Nya (Lihat Kisah 1:14)



PDT. SAMUEL SIMORANGKIR

Dewan Redaksi WAO, Philipina

celebrations

ENVIRONMENT (LINGKUNGAN)

Menurut Webster Dictionary, definisi dari *environment* ialah: "Any conditions or circumstances that affect the development of an organism or group organism." Kondisi atau lingkungan ini termasuk alam sekitar kita seperti iklim, atmosfer, air, tanah, tumbuh-tumbuhan dan sinar matahari. Bilamana kita ingin menikmati kesehatan yang optimal, maka kita selayaknya memelihara lingkungan kita sehingga tidak dikotori dengan segala macam kotoran, apakah itu asap rokok, sisa-sisa bahan bakaran industri, asap dari mobil ataupun pembakaran sampah, pembuangan sampah di tempat terbuka maupun di sungai ataupun laut. Sikap pemeliharaan lingkungan ini tentunya dimulai dari individu masing-masing. Tanpa lingkungan yang baik apakah itu udara yang bersih, air yang bersih ataupun sinar matahari, kesehatan kita akan menderita dampak yang negatif.

Semua unsur kehidupan di bumi bergantung kepada tenaga matahari. Termasuk tumbuh-tumbuhan, binatang, dan manusia. Sinar matahari diperlukan untuk (i) fotosintesis tumbuh-tumbuhan (ii) mengubah zat arang (karbon) dioksida menjadi zat asam (oksigen), (iii) mengubah air dan mineral anorganik (inorganic) menjadi zat organik, vitamin, protein, karbohidrat, dan lemak. Dengan kata lain, kehidupan akan berhenti tanpa adanya sinar matahari.

Sebagai contoh pentingnya matahari bagi kehidupan kita, marilah kita lihat pengalaman Merrill May, Ketua Jurusan Ilmu Jiwa dari Weber State University. Dia melukiskan musim dingin di mana siang hari lebih pendek dari malam hari di Ogden Utah, bagaikan suatu pengalaman yang suram. Setiap musim dingin ia merasakan seleryanya terhadap makanan karbohidrat meningkat, sehingga rasanya ia ingin makan saja sepanjang hari. Di samping itu ia merasakan kesanggupannya untuk menyelesaikan pekerjaannya jauh menurun dan keinginannya hanya bermalasan-malasan saja. Suasana hatinya juga berubah menjadi sangat kelam. Ia merasa bilamana mahasiswanya mengadakan sedikit provokasi, dia mempunyai reaksi marah yang berlebih-lebihan, seolah-olah emosinya tidak dapat dikendalikan sama sekali. Bilamana musim dingin sudah berlanjut sampai bulan Pebruari, mahasiswa-mahasiswinya jelas-jelas mengatakan kepadanya bahwa mereka tidak suka dekat dengannya sebab sikapnya yang suka pemarkah itu.

Dalam keadaan putus asa, Merrill pergi meninggalkan sekolahnya dan menuju ke pegunungan untuk main ski di atas pegunungan yang tinggi tanpa ada awan-awan yang menghalangi penyinaran sinar matahari kepadanya. Ia mendapatkan bahwa kalau ia telah bermain ski untuk 1 atau 2 jam saja, perasaan mau marah dalam dirinya sendiri itu langsung menghilang. Dia merasa segar kembali. Semula dia berpikir, bahwa mungkin perubahan sikapnya ini adalah disebabkan karena adanya perubahan panorama. Namun sekitar 20 tahun yang lalu, Merrill menemukan bahwa pengobatan terhadapnya itu sesungguhnya bukanlah disebabkan adanya perubahan panorama, tetapi karena berkat pengaruh sinar matahari dalam tubuhnya. Merrill menderita suatu diagnosa kondisi baru yang disebut dengan "Seasonal Affective Disorder." Pada tahun

1984, Dr. Norman Rosenthal, seorang neuropsychiatrist dari National Institute of Mental Health, menemukan untuk pertama kalinya tentang Seasonal Affective Disorder (SAD). Gangguan ini dianggap sebagai suatu depresi utama akibat perubahan musim yang memiliki gejala yang sama sebagaimana pada depresi klinis (clinical) misalnya: (i) kehilangan tenaga, (ii) perubahan selera makan, (iii) cenderung untuk tidur berlebihan, (iv) sulit berkonsentrasi, dan (v) mudah tersinggung. Bilamana seorang menunjukkan gejala-gejala ini untuk dua musim dingin secara berurutan, tetapi tidak menunjukkan gejala depresi pada masa musim semi atau musim panas, maka kemungkinan orang ini menderita SAD.

Dr. Mark Levy, Direktur dari San Francisco Foundation of Psychoanalysis menyatakan, "For those with mild cases, thirty minutes of exercise out in the morning sun may be all that is needed to keep the winter blues at bay." Sungguh besar pengaruh sinar matahari kepada kesehatan kita, dengan 30 menit bergerak badan di bawah sinar matahari pagi, gejala SAD tersebut akan hilang.

Di samping mengobati Seasonal Affective Disorder, sinar matahari juga mempunyai banyak manfaat lainnya seperti:

- 1) Menghasilkan vitamin D. Sejumlah kolesterol didepositkan di bawah kulit. Sewaktu gelombang sinar ultraviolet mengadakan filtrasi melalui kulit, maka deposito kolesterol ini diubah menjadi vitamin D.
- 2) Mengurangi kadar gula darah. Sinar matahari bertindak sebagai insulin di mana penyerapan gula oleh sel-sel tubuh dipercepat. Jadi tubuh dirangsang untuk mengubah gula darah (glukosa) menjadi bentuk gula yang disetor dalam hati dan otot (glikogen), sehingga kadar gula darah menurun.
- 3) Membunuh bakteri. Sinar matahari mempunyai kemampuan untuk membasmi kuman seperti bakteri, virus dan jamur. Bahkan H.G. Ainsleigh menyatakan dalam *Preventive Medicine*, bahwa sinar matahari dapat menekan pertumbuhan abnormal dari berbagai kanker termasuk leukemia, lymphoma, kanker payudara dan kanker usus besar. Seorang peneliti membuat suatu percobaan dengan memakai piring petri yang telah membiakkan pertumbuhan bakteri di dalamnya. Setengah dari piring petri tersebut ditutup dan setengah lainnya dijemur langsung di bawah sinar matahari. Ternyata ½ piring petri yang ditutup itu menunjukkan kumannya yang bertumbuh dengan lebih pesat sedangkan ½ bagian yang lain yang disinari sinar matahari sama sekali tidak ada pertumbuhan kuman lagi. Semua kuman yang di bagian yang terkena sinar matahari langsung dimusnahkan oleh sinar matahari. Percobaan ini sungguh mempunyai implikasi yang luar biasa untuk diterapkan di setiap rumah. Adalah merupakan suatu kebiasaan yang sehat bilamana Anda membuka lebar jendela di rumah Anda dan membiarkan sinar matahari masuk ke dalam kamar-kamar Anda. Dalam waktu yang tertentu, sinar matahari ini akan memusnahkan kuman-kuman yang berada di dalam debu-debu baik di jendela maupun di lantai kamar Anda.
- 4) Menolong membangun dan memperbaiki tulang-tulang. Dengan meningginya kadar vitamin D dalam tubuh Anda akibat penyinaran matahari, maka akan lebih banyak kalsium yang diserap. Ini akan menolong membangun dan memperbaiki tulang dan mencegah penyakit seperti rickets dan osteomalacia.

Semua Unsur Kehidupan

di
Bumi
Bergantung
Kepada

Tenaga Matahari

melatonin yang dihasilkan sehari sebelumnya untuk kebutuhan hari ini. Oleh sebab itu kita perlu senantiasa berolahraga di bawah sinar matahari sebaiknya setiap hari sesuai dengan rekomendasi The Center for Disease Control dan The American College of Sports Medicine. Penemuan ini mengukuhkan nasehat yang ditulis Ny. White

dalam *Ministry of Healing* hal. 275, "Kekuatan menurun saat umur kita makin berlanjut, sehingga vitalitas tubuh menurun untuk melawan pengaruh hidup yang tidak sehat; oleh sebab itu orang tua justru lebih memerlukan banyak sinar matahari dan udara yang segar."

Untuk mereka yang hidup di tempat yang memiliki empat musim, waktu yang terbaik untuk berjemur di bawah sinar matahari adalah sebagai berikut, pada musim dingin (winter) sebelum jam 11:00 pagi atau sesudah jam 1:00 petang, sedangkan pada musim panas (summer) sebelum jam 9:00 pagi atau sesudah jam 4:00 petang. Sedangkan bagi mereka yang hidup di Indonesia, dengan sendirinya berjemur yang terbaik adalah sebelum jam 9:00 pagi dan setelah jam 4:00 petang. Bila Anda lupa akan petunjuk ini, ingatlah bahwa waktu yang terbaik adalah segera setelah fajar menyingsing ataupun sewaktu matahari akan terbenam. Sebabnya adalah pada waktu matahari terbit dan mulai naik terus, maka sinarnya menjadi lebih pekat sebab berkurangnya atmosfer yang ditembus dan lebih banyak sinar ultraviolet. Lebih tinggi matahari itu terhadap satu titik tertentu, lebih langsung penyinaran sinar matahari itu terhadap titik tersebut. Itulah sebabnya lebih baik untuk mendapat penyinaran matahari saat gelombang penyinarannya masih panjang dan bukan pendek. Sebab bila matahari persis di atas kepala kita, kemungkinan untuk mendapat kanker kulit lebih besar. Perlu pula diketahui, bahwa bagi yang berkulit terang 5 menit per hari berjemur sudah cukup untuk mendapatkan 400 unit vitamin D (US RDA adalah 400 units per hari), sedang yang berkulit gelap memerlukan 6 kali sebanyak itu untuk menghasilkan vitamin D dalam jumlah yang sama.

Marilah kita menghidupkan seluruh prinsip-prinsip CELEBRATIONS sebagai satu paket resep kesehatan, termasuk berolahraga secara teratur di bawah sinar matahari, sehingga dengan demikian kita dapat mengatakan, "Ia akan memenuhi kehidupan kita dengan pesta perayaan, CELEBRATIONS!" *(Bersambung)*



KATHLEEN H. LIWIDJAJA KUNTARAF, M.D., M.P.H.

ASSOCIATE DIRECTOR FOR PREVENTION,
HEALTH MINISTRIES DEPARTMENT,
GENERAL CONFERENCE OF SDAs, SILVER SPRING, MARYLAND, U.S.A.

5) Menambah fungsi sel-sel kekebalan. Penyinaran matahari meningkatkan limfosit, gamma globulin, dan pengaruh kenaikan sel kekebalan ini bisa sampai 3 minggu lamanya. Bilamana Anda mendapatkan penyinaran ultraviolet selama 10 menit sebanyak 1-2 kali per minggu kemungkinan mendapat pilek dapat diturunkan sebanyak 30-40%. Kuman di udara dalam jarak 2,5 meter dari sinar ultraviolet, dapat dimusnahkan dalam waktu 10 menit. Namun penyinaran dengan ultraviolet memakan biaya sedangkan penyinaran dengan sinar matahari adalah cuma-cuma. Sungguh mahabesar kebaikan Tuhan kepada kita, bukan?

6) Menaikan *aerobic fitness*. Sinar matahari menaikkan kapasitas darah untuk membawa oksigen ke jaringan tubuh. Dengan demikian akan lebih banyak oksigen yang dapat diantarkan ke otot-otot saat Anda berolahraga. Faktor tambahan lain yang memberikan kontribusi akan kenaikan *aerobic fitness* adalah adanya glikogen yang meninggi di hati dan otot setelah kena penyinaran matahari. Sungguh berguna untuk bergerak badan di bawah sinar matahari.

7) Mempengaruhi produksi *serotonin*. Bilamana Anda berolahraga di bawah sinar matahari maka kelenjar pineal akan dirangsang untuk menghasilkan *serotonin* yang akan menaikkan *mood* Anda. Rao & Muller menyebutkan bahwa *serotonin* mencegah depresi dan perasaan letih.

8) Menaikkan tingkatan *melatonin* pada malam hari. Para ahli riset di Finlandia menemukan bahwa tikus-tikus yang 'berolahraga' di bawah sinar matahari memiliki hampir 4 ½ kali lipat kadar *melatonin* pada malam hari dibandingkan dengan tikus-tikus yang 'berolahraga' di bawah cahaya lampu buatan. Kekuatan cahaya alam terbuka pada hari yang cerah bisa mencapai sekitar 3000 *lux*, sedang dalam suasana terang benderang di dalam ruangan tertutup hanya mencapai 400 *lux*. Jelaslah untuk menjadi sehat tidak perlu harus berolahraga di ruangan gymnasium (kecuali Anda perlu teman untuk berolahraga sama-sama). Bukan saja biayanya yang mahal, tetapi juga dari segi keuntungannya, lebih berkurang dari berolahraga di bawah sinar matahari. Sungguh amat besar kemurahan dan kebaikan Tuhan kepada kita.

Hormon *melatonin* adalah hormon malam hari yang diproduksi oleh kelenjar pineal. Fungsinya antara lain adalah untuk menahan fungsi *gonadal*, aktivitas listrik otak dan fungsi *thyroid*, sehingga Anda dapat tidur dengan nyenyak. Khasiat lain dari *melatonin* merupakan *free radical scavenger* yang ampuh malah lima kali lipat lebih ampuh dari *glutathione*. Di samping itu *melatonin* dapat memperlambat proses penuaan. Perlu diketahui bahwa kadar *melatonin* dalam plasma pada malam hari berubah sesuai dengan umur seseorang. Pada (i) anak-anak berumur 1-3 tahun (250 pg/ml), (ii) remaja berumur 8-15 tahun (120pg/ml), (iii) dewasa berumur 20-27 tahun (70pg/ml), (iv) orang tua berumur 67-84 tahun (30pg/ml). Jelas kita dapat lihat bahwa produksi *melatonin* semakin menurun saat usia makin lanjut. Apalagi *melatonin* ini meninggalkan kelenjar melalui *osmosis* yang sederhana, sehingga kita tidak dapat bergantung pada

Celebrations



WAKTU TERBENAMNYA MATAHARI

bagian bumi
siang & malam
pada tanggal
30 April 2005
jam 17:46 wib

Posisi Matahari di atas 14,9 derajat Lintang Utara 17,8 derajat Bujur Timur

Diolah oleh P.C. Wattimena, Dewan Redaksi WAO - Jakarta

LOKASI	JUMAT	SABAT			Day Length
	29-Apr	30-Apr-2005			
	2005	MATAHARI			
TER-BENAM	TERBIT	BEREM-BANG	TER-BENAM		
Sabang	18:45	6:26	12:35	18:45	12:19
Medan	18:29	6:15	12:22	18:29	12:14
Pematangsiantar	18:27	6:14	12:21	18:27	12:13
Pekanbaru	18:15	6:07	12:11	18:15	12:07
Padang	18:18	6:13	12:15	18:18	12:04
Jambi	18:04	6:01	12:02	18:04	12:03
Palembang	17:58	5:57	11:58	17:58	12:00
Bndr. Lampung	17:54	5:58	11:56	17:53	11:55
Anyer-Carita	17:50	5:56	11:53	17:50	11:53
Jakarta	17:47	5:53	11:50	17:46	11:53
Puncak	17:45	5:52	11:49	17:45	11:52
U N A I	17:43	5:50	11:47	17:43	11:52
Bandung	17:43	5:50	11:46	17:42	11:52
Cirebon	17:39	5:46	11:43	17:39	11:52
Cilacap	17:36	5:45	11:41	17:36	11:50
Semarang	17:31	5:39	11:35	17:31	11:52
Solo	17:29	5:38	11:34	17:29	11:50
Surabaya	17:22	5:30	11:26	17:22	11:51
Jember	17:17	5:27	11:22	17:17	11:49
Denpasar	18:10	6:22	12:16	18:10	11:48
Mataram	18:07	6:18	12:12	18:07	11:48
Ende	17:44	5:56	11:50	17:44	11:48
Kupang	17:35	5:50	11:42	17:35	11:45
Pontianak	17:43	5:36	11:40	17:43	12:06
Pangkalan Bun	17:31	5:30	11:30	17:31	12:01
Palangkaraya	17:22	5:20	11:21	17:22	12:02
Banjarmasin	18:19	6:18	12:18	18:18	11:59
Balikpapan	18:12	6:07	12:09	18:12	12:04
Tarakan	18:13	5:59	12:06	18:13	12:13
Makassar	17:57	6:01	11:59	17:57	11:55

LOKASI	JUMAT	SABAT			Day Length
	29-Apr	30-Apr-2005			
	2005	MATAHARI			
TER-BENAM	TERBIT	BEREM-BANG	TER-BENAM		
Kendari	17:46	5:47	11:46	17:46	11:58
Palu	18:00	5:55	11:57	18:00	12:04
Gorontalo	17:49	5:41	11:45	17:49	12:07
Manado	17:43	5:32	11:37	17:42	12:09
U N K L A B	17:42	5:32	11:37	17:42	12:09
Ternate	18:32	6:23	12:27	18:32	12:08
Ambon	18:24	6:25	12:24	18:24	11:59
Sorong	18:14	6:09	12:12	18:14	12:04
Tembagapura	17:48	5:50	11:49	17:48	11:57
Biak	17:55	5:50	11:53	17:55	12:04
Jayapura	17:35	5:33	11:34	17:35	12:01
Merauke	17:30	5:41	11:35	17:30	11:48
Kuala Lumpur	19:17	7:03	13:10	19:17	12:13
Singapore	19:06	6:57	13:01	19:06	12:09
Manila	18:12	5:34	11:53	18:12	12:38
A I I A S	18:12	5:34	11:53	18:12	12:37
Andrews Univ.*	19:42	5:42	12:42	19:43	14:00
GC*	18:59	5:11	12:05	19:00	13:48
Loma Linda*	18:31	5:00	11:46	18:32	13:31
Seattle*	19:18	4:53	12:06	19:20	14:27
Delft*	20:04	5:14	12:39	20:05	14:51
Edison, NJ*	18:51	4:57	11:54	18:52	13:54

PENTING: Daftar waktu terbit, berembang, dan terbenamnya matahari ini diolah berdasarkan daerah waktu tunggal. Untuk kota-kota yang menerapkan *daylight savings time* pada musim tertentu (*), diingatkan untuk merubah waktu terbit, berembang, dan terbenamnya matahari sesuai dengan perubahan yang dilakukan.

