

WARTA

# Advent

6 Mei 2005

Online

Harta Yang Memiliki  
Nilai Yang Kekal



untuk kalangan sendiri :

[www.wartaadvent.org](http://www.wartaadvent.org)

Salam dalam nama Yesus!

Adalah merupakan kebahagiaan tersendiri untuk dapat menuliskan sesuatu menyapa Anda sekalian melalui WAO edisi 6 Mei 2005 ini, setelah enam hari lamanya kita disibukkan dengan berbagai kegiatan kita dan kita dapat mensyukuri betapa besar kasih Tuhan yang sudah menyertai kita semua.

Kami panjatkan puji dan syukur kepada Tuhan atas kesempatan melayani melalui media yang sederhana ini, di mana kami melihat dukungan yang luar biasa dari Anda sekalian. Hampir setiap hari kami menerima *automated email notification*, yaitu email yang secara otomatis kami terima bilamana ada pelanggan baru yang mendaftarkan namanya untuk menjadi pelanggan WAO. Kami sangat menyadari bahwa hal ini terjadi bukan oleh karena kemampuan kami, tetapi sungguh oleh karena berkat Tuhan dan kerinduan kita semua untuk mempelajari akan firman Tuhan.

Puji Tuhan, oleh karena Dia telah menjamah hati para kontributor WAO di berbagai belahan dunia ini untuk bersedia membagikan berkat dan talenta khusus yang mereka miliki bahkan waktu mereka untuk menambah wawasan para umat Advent khususnya, yang kiranya juga dapat digunakan untuk menjangkau saudara/i kita di kandang lain.

Renungan kali ini ditulis oleh Bpk. Benny Sampouw, dari Jemaat Girian, Bitung, SULUT yang mengingatkan kita kembali untuk mengejar harta yang kekal yang tidak binasa, bukannya seperti harta (materi) di dunia ini. Topik editorial yang mengangkat isu hangat sekitar kejadian penting baru-baru ini membuka paradigma akan apa sesungguhnya yang dunia butuhkan di zaman ini. Di samping itu kami masih menyajikan lanjutan tulisan CELEBRATIONS oleh Dr. Kathleen Kuntaraf yang pada kali ini membahas BELIEF (Kepercayaan) dan sebuah artikel kesehatan yang diterjemahkan oleh Bpk. F.J. Wantah dari USA tentang bahayanya merokok.

Nantikan selalu WAO dan beritahukan kepada sahabat atau keluarga anda untuk berlangganan WAO secara rutin dengan mengirimkan email kosong ke: [advent-subscribe@yahogroups.com](mailto:advent-subscribe@yahogroups.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](mailto: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.

Harapan dan doa kami, kiranya sajian WAO kali ini dapat menjadi bacaan yang menolong membawa kerohanian kita lebih dekat kepada Tuhan dan kiranya Tuhan senantiasa menolong kita dalam setiap tugas dan pelayanan dan tetap setia sampai Maranatha! Amin!

**Salam WAO!**

## GAMBAR SAMPUL

Gedung-gedung akan binasa tetapi anak-anak dalam setiap rumah tangga adalah salah satu harta yang bernilai kekal yang diberikan Tuhan bagi kita.

## RENUNGAN

4 Harta Yang Memiliki Nilai Yang Kekal

## EDITORIAL

6 Kebutuhan Terbesar Dunia

## REDAKSI

2 Pengantar Edisi ini

## KOLOM TETAP

5 Jadwal Buka/Tutup Sabat (Sunset)

7 Terjemahan BC & RN

## ARTIKEL KESEHATAN

8 Celebrations

11 Mengisap Rokok dan Penyakit Cardiovascular

## 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.



# WARTA Advent On-line

**:: Media Penyujuk & Penjernih ::**

**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

Jopy Wauran

Dr. Tommy Wuysang

**Kirim berita ke:**

[redaksi@wartaadvent.org](mailto:redaksi@wartaadvent.org)

**Website:**

<http://www.wartaadvent.org>

**Berlangganan gratis:**

[advent-subscribe@yahoogleroups.com](mailto:advent-subscribe@yahoogleroups.com)

## redaksi yang terhormat

Buat para team WAO,  
Salam kenal buat para team WAO.  
Bahan WAO ini sangat menolong  
saya dalam mencari bahan-bahan  
khotbah. Thanks ya!

[uny\\_ratag@yahoo.com](mailto:uny_ratag@yahoo.com)

### COVER EDISI MINGGU LALU



# Harta Yang Memiliki Nilai Yang Kekal

Oleh Benny Sampouw

Berbicara tentang harta, semua orang pasti tertarik. Mengapa? Sebab harta itu identik dengan kemakmuran dan kebahagiaan (prosperous & happiness). Selama ada peluang, umumnya setiap orang kalau bisa, ingin menyandang predikat sebagai hartawan; memiliki segala-galanya, apa saja yang diinginkan saat itu juga dapat terpenuhi. Tetapi, kali ini harta yang dimaksud bukanlah harta (wealthy) yang umumnya orang-orang sekarang ini berusaha mendapatkannya, melainkan "Harta Sorga" menyangkut keselamatan pribadi dan nasib yang kekal.

Yesus berkata dalam Lukas 12:32, 33. *"Janganlah takut, hai kamu kawanan kecil! Karena Bapamu telah berkenan memberikan kamu kerajaan itu. Juallah segala milikmu dan berikanlah sedekah. Buatlah bagimu pundi-pundi yang tidak dapat menjadi tua, suatu harta di surga yang tidak akan habis, yang tidak dapat didekati pencuri dan yang tidak dirusakkan ngengat."*

Catatan dalam buku Lukas ini jelas sekali menunjukkan bahwa yang Yesus maksudkan adalah bahwa kerajaan itu adalah pemberian (*granted*). Ia mengatakan bahwa harta yang dimaksudkan adalah tabiat dan perbuatan baik yang memiliki nilai yang kekal.

Di kalangan penganut agama yang legalisme baik Yahudi ataupun umumnya dunia Kristen dewasa ini berpendapat perbuatan baik yang dilakukan seseorang di dunia ini menjadi harta di surga (pahala). Yang penting kata mereka: "Berbuat baik kepada sesama manusia selama hidup" itu sudah menjadi jaminan selamat. Prinsip kebaikan ini merupakan dasar dari pelayanan gereja Kristen mula-mula. Menolong orang miskin dan juga orang sakit adalah ciri khas jemaat mula-mula.

Implementasi perbuatan baik terlihat dari bermunculannya panti-panti sosial dengan tujuan untuk menolong orang yang tidak dipedulikan orang lain. Sebuah cerita mengatakan bahwa selama masa penganiayaan yang kejam dari Deceius dari Roma, para penguasa memasuki sebuah gereja Kristen. Mereka mencari harta yang dimiliki gereja. "Tunjukkan kekayaanmu," pemimpin Roma itu berkata. "Inilah

kekayaan gereja," kata beberapa diaken sambil menunjuk kepada para janda, yatim piatu, maupun orang-orang sakit yang mereka pelihara.

Kebaikan memiliki nilai yang kekal. Gereja selalu mempercayai bahwa "apa yang kita pegang akan hilang dan apa yang kita bagikan akan tetap kita miliki." Hasil dari kebaikan tidak pernah berakhir. Itulah kekayaan kekal dari Kerajaan Allah, harta yang Yesus minta agar kita menyimpannya. Perbuatan baik sangat dekat dengan Tabiat. Kita membentuk tabiat di bumi ini. Karakter inilah yang menyatakan siapa kita sebenarnya. Hanya mereka yang memiliki tabiat seperti Yesus yang pantas dan layak tinggal dalam kerajaan Surga.

"Pembangunan tabiat adalah tujuan terpenting yang pernah dipercayakan kepada manusia" (Pendidikan hlm. 225). Membangun tabiat seperti Yesus berarti mengumpulkan "harta di surga di mana ngengat dan karat tidak pernah merusakkannya, dan pencuri tidak membongkar serta mencurinya" (Matius 6:20).

Selain perbuatan baik, tabiat yang menyerupai Yesus, apalagi harta yang bernilai kekal? Itu adalah jiwa yang diselamatkan bagi kerajaan Surga. Kita membaca dalam Filipi 4:1 dan Daniel 12:3 bahwa jiwa-jiwa yang ditobatkan adalah mahkota, upah, bintang yang bersinar kekal selamanya.

Ny. White dalam bukunya "Khotbah Di Atas Bukit" halaman 103 menulis: *"Dan pada hari terakhir, ketika kekayaan dunia akan binasa, orang yang telah mengumpulkan harta di surga akan melihat yang diperoleh dari kehidupannya. Jika kita telah memberikan perhatian kepada kata-kata Kristus, apabila kita berkumpul di sekitar takhta putih itu, lalu kita akan melihat jiwa-jiwa yang telah diselamatkan melalui perantaraan kita, dan akan mengenal orang yang telah menyelamatkan orang-orang lain. Rombongan besar dibawa masuk ke tempat teduh sebagai hasil pekerjaan kita, di situlah mereka meletakkan mahkota mereka di kaki Yesus dan memuji-Nya sepanjang zaman yang tidak berkesudahan. Betapa sukacitanya pekerja Kristus melihat orang-orang yang ditebus ini, yang turut menerima kemuliaan Penebus itu."*

Betapa berharganya Surga kepada mereka yang setia dalam pekerjaan penyelamatan jiwa." Mulailah sekarang mencari jiwa-jiwa yang hidup untuk dimenangkan bagi Kristus maka kita akan menyimpan harta yang memiliki nilai yang kekal.

Selain ketiga harta yang bernilai kekal di atas, masih ada lagi satu harta yang bernilai kekal, yaitu anak-anak kita. Sebagai orang tua dan guru, kita boleh mendapat kekuatan dalam mendidik anak-anak yang dipercayakan TUHAN kepada kita yaitu kekuatan yang berasal dari Surga. Lebih jauh Ny. Ellen G. White menulis, "Semua yang membentuk Roh yang tidak mementingkan diri akan menyaksikan akibat pekerjaannya yang benar dan mulia. Segala hal yang berhubungan dengan ini akan ditunjukkan. Sesuatu dari padanya kita lihat di sini. Tetapi betapa sedikit hasil perbuatan mulia di dunia, dalam hidup ini nyata pelakunya. Betapa banyak usaha yang tidak mementingkan diri dan tidak mengenal lelah yang telah dilakukan di luar jangkauan dan pengetahuan mereka! Para orang tua dan guru berbaring di tempat peristirahatan mereka; usaha hidup mereka nampaknya dibentuk dalam kesia-siaan; manusia tidak menyadari bahwa pekerjaan atau usaha mereka itu telah membuka sumber-sumber berkat yang terus mengalir dan hanya dengan iman melihat anak-anak yang telah mereka didik menjadi berkat dan inspirasi kepada sesamanya. Manusia menabur benih di atas puseranya, yang lain menuai panen yang berlimpah-limpah. Mereka menanam pohon supaya orang lain memakan buah. Mereka puas mengetahui bahwa mereka telah menjadi wali kebajikan. Di akhirat, aksi dan reaksi semua akan kelihatan." *Pendidikan* hal. 235-236.

Ada 4 harta yang bernilai kekal yang kita usahakan untuk memperolehnya agar pengharapan keselamatan kita pasti, yaitu:

1. Perbuatan baik
2. Tabiat seperti Yesus
3. Jiwa-jiwa yang ditobatkan
4. Anak-anak pemberian Allah

Tugas yang mulia dan agung di pundak kita semua adalah memenangkan jiwa bagi Kristus oleh melayani dengan sungguh-sungguh anak-anak kita, maupun anak-anak orang lain yang kita didik serta menampilkan tabiat yang menyerupai Yesus, sambil berbuat baik kepada sesama kita. Maka dengan melakukan yang demikian, kita telah memperoleh harta yang memiliki nilai yang kekal di Kerajaan Surga yang kekal. Amin

Bitung, SULUT



**BENNY SAMPOUW**

Ketua Jemaat GMAHK Perumnas - Girian, Bitung, SULUT

## Waktu Terbenamnya Matahari

Diolah oleh P.C. Wattimena

LOKASI	JUMAT	SABAT			Day Length
	6-May	7-May-2005			
	2005	MATAHARI			
	TER-BENAM	TERBIT	BEREM-BANG	TER-BENAM	
Sabang	18:45	6:24	12:35	18:45	12:21
Medan	18:29	6:14	12:21	18:29	12:15
Pematangsiantar	18:27	6:13	12:20	18:27	12:14
Pekanbaru	18:15	6:06	12:10	18:14	12:08
Padang	18:17	6:12	12:15	18:17	12:04
Jambi	18:03	6:00	12:02	18:03	12:03
Palembang	17:57	5:57	11:57	17:57	11:59
Bndr. Lampung	17:52	5:58	11:55	17:52	11:53
Anyer-Carita	17:49	5:57	11:53	17:49	11:52
Jakarta	17:45	5:53	11:49	17:45	11:51
Puncak	17:43	5:53	11:48	17:43	11:50
U N A I	17:41	5:51	11:46	17:41	11:50
Bandung	17:41	5:51	11:46	17:41	11:50
Cirebon	17:37	5:46	11:42	17:37	11:50
Cilacap	17:34	5:46	11:40	17:34	11:48
Semarang	17:30	5:39	11:34	17:29	11:49
Solo	17:27	5:39	11:33	17:27	11:48
Surabaya	17:20	5:31	11:25	17:20	11:49
Jember	17:15	5:28	11:21	17:15	11:47
Denpasar	18:08	6:22	12:15	18:08	11:45
Mataram	18:05	6:19	12:12	18:05	11:46
Ende	17:42	5:57	11:49	17:42	11:45
Kupang	17:33	5:51	11:42	17:33	11:42
Pontianak	17:42	5:35	11:39	17:42	12:06
Pangkalan Bun	17:30	5:29	11:30	17:30	12:00
Palangkaraya	17:21	5:20	11:20	17:21	12:01
Banjarmasin	18:17	6:18	12:18	18:17	11:58
Balikpapan	18:11	6:07	12:09	18:11	12:03
Tarakan	18:13	5:58	12:06	18:13	12:14
Makassar	17:56	6:01	11:58	17:56	11:54
Kendari	17:45	5:47	11:46	17:44	11:57
Palu	17:59	5:54	11:57	17:59	12:04
Gorontalo	17:48	5:40	11:44	17:48	12:08
Manado	17:42	5:31	11:37	17:42	12:10
U N K L A B	17:41	5:31	11:36	17:41	12:10
Ternate	18:31	6:22	12:27	18:31	12:08
Ambon	18:23	6:24	12:23	18:22	11:57
Sorong	18:13	6:09	12:11	18:13	12:04
Tembagapura	17:47	5:50	11:48	17:46	11:56
Biak	17:54	5:50	11:52	17:54	12:04
Jayapura	17:34	5:33	11:33	17:34	12:00
Merauke	17:28	5:41	11:34	17:28	11:46
Kuala Lumpur	19:17	7:02	13:09	19:17	12:14
Singapore	19:06	6:56	13:01	19:06	12:10
Manila	18:14	5:31	11:52	18:14	12:43
A I I A S	18:13	5:31	11:52	18:13	12:42
Andrews Univ.*	19:49	5:33	12:41	19:50	14:17
GC*	19:05	5:03	12:04	19:06	14:03
Loma Linda*	18:36	4:53	11:45	18:37	13:43
Seattle*	19:28	4:42	12:05	19:29	14:47
Delft*	20:15	5:01	12:39	20:17	15:15
Edison, NJ*	18:58	4:49	11:54	18:59	14:10

**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.



# Kebutuhan Terbesar Dunia

Lima puluh tahun silam, Bandung menjadi pusat berlangsungnya Konferensi Tingkat Tinggi (KTT) Asia Afrika pertama. Di Jakarta, Sabtu (23/04) para kepala negara Asia Afrika mewakili tiga perempat populasi dunia mengakhiri pertemuan mereka yang pertama, sejak KTT tahun 1955 dengan mengukuhkan kemitraan strategis untuk memperluas hubungan ekonomi dan politik. Presiden Susilo Bambang Yudhoyono menyebut persetujuan dimaksud sebagai tonggak sejarah yang penting. Persetujuan tersebut menyerukan adanya peningkatan kerja sama dalam usaha membasmi kemiskinan, korupsi, dan terorisme. Para peserta KTT juga berjanji selain memajukan hak azasi manusia dan demokrasi, juga berusaha mengurangi besarnya dampak bencana alam di kedua benua. Gedung Merdeka yang terletak di Jalan Asia Afrika, Bandung yang kini telah dipugar, Minggu (24/04) kembali menjamu para utusan sebagai tempat peringatan 50 tahun Konferensi Asia Afrika.

Sekalipun KTT Asia Afrika telah mengangkat kembali semangat Dasa Sila Bandung sesuai dengan konteks negara-negara Asia Afrika saat ini, namun masih dipertanyakan baik dalam menghadapi berbagai persoalan Asia Afrika secara bersama maupun menjadi kekuatan baru dalam komunitas diplomasi internasional. Kenyataannya bahwa negara-negara di Asia Afrika sebagian besar terdiri dari negara-negara yang sedang berkembang yang umumnya rentan dengan tawaran bantuan, sehingga belum mampu memperjuangkan kepentingan bersama secara utuh. Di lain pihak potensi kerja sama dan peluang menjadi kekuatan baru dalam komunitas internasional juga sangat besar, namun adanya kecurigaan antar negara Asia Afrika juga masih kuat, seperti terjadi pada Cina, Jepang, India, serta negara-negara lainnya.

Tak dapat disangkal bahwa sebetulnya negara-negara Asia Afrika dinilai mempunyai potensi kekuatan yang besar untuk mereformasi lembaga dunia seperti Perserikatan Bangsa Bangsa. Indonesia yang kini berpenduduk keempat terbesar di dunia dan merupakan negara yang berpenduduk muslim terbesar di dunia secara politik memiliki kekuatan dalam tingkat diplomasi internasional. Olehnya perlu mengimplementasikan dalam tindakan yang konkrit semangat kebersamaan dan tujuan yang telah diikrarkan dalam KTT baru-baru ini demi terwujudnya sasaran dan misi yang telah dicanangkan, bukan hanya sekedar menyelenggarakan suatu event yang cukup menarik perhatian dunia.

Indonesia, yang menurut sejarah, nenek moyangnya berasal dari Cina, disebut Nusantara dengan julukan "*the largest archipelago in the world.*" Sungguh indah negeri yang memiliki lebih dari 17.000 pulau ini, terletak secara strategis di garis khatulistiwa, diapit oleh dua benua, Australia dan Asia dan dua lautan, Hindia dan Pasifik. Indonesia yang tempo doeloe menjadi incaran para pedagang baik dari Portugis, Spanyol, India, Pakistan dan negara Timur Tengah lainnya telah mempengaruhi budaya dan agama penduduknya walaupun pernah dijajah oleh Belanda dan Jepang. Di alam kemerdekaan dan demokrasi ini, apakah Panca Sila yang merupakan falsafah negara Indonesia sudah benar-benar dijabarkan, guna terwujudnya masyarakat yang adil dan makmur?

Mengapa dalam memperingati hari buruh internasional atau juga dikenal dengan istilah *May Day* yang jatuh pada Minggu (01/05) ribuan buruh melakukan aksi dari Bundaran Hotel Indonesia menuju Istana Merdeka, Jakarta? Begitu pula dengan sekitar 2000 anggota Serikat Pekerja PT Kereta Api Indonesia berunjuk rasa di depan Departemen Perhubungan, Jakarta pada Selasa (03/05) menuntut dikembalikannya status mereka sebagai pegawai negeri sipil. Pemerintah selain dituntut untuk memperhatikan nasib pekerja dan upah buruh, juga sedang dibayangi dengan hembusan angin yang menyuarakan bahwa pemerintah harus segera mewujudkan pendidikan gratis bagi masyarakat, terutama bagi masyarakat miskin dari tingkat sekolah dasar sampai perguruan tinggi. Tidak heran sekitar seratus mahasiswa yang menamakan diri mereka Forum Mahasiswa Nasional berdemonstrasi di depan Istana Negara, Senin (02/05) terhadap Presiden SBY, bertepatan dengan hari Pendidikan Nasional, menuntut agar pemerintah merealisasikan anggaran pendidikan sebesar 20% dari APBN.

Guna memberantas kemiskinan, korupsi dan terorisme pemerintah perlu meningkatkan pembangunan masyarakat seutuhnya yang tidak bisa terpisahkan dengan pendidikan badani, pikiran dan rohani. Dilema yang dihadapi oleh Presiden SBY juga dialami oleh para pemimpin dunia lainnya, apalagi di zaman demokrasi dewasa ini. Seperti mantan Presiden Mikhail Gorbachev, seorang pelopor *glasnost* dan *perestroika* dari Uni Soviet malah tergusur dari jabatannya karena negara tersebut bubar akibat gelombang demokratisasi. Kita membutuhkan pemimpin bangsa selain yang memiliki pendirian yang kokoh, jujur dan berjiwa besar, juga memiliki hikmat, arif dan bijaksana dalam menghadapi gelombang tsunami masyarakat, sehingga dengan demikian Indonesia bakal keluar dari kemelutnya dan berganti menjadi "*big dragon*" yang disegani bukan saja di Asia Afrika bahkan di seantero dunia.

Falsafah pendidikan Kristen dari GMAHK menekankan pentingnya pendidikan baik dari segi badani, segi pikiran, dan segi rohani (dasar utama) ditambah segi sosial (sempurna). Landasan alkitabiahnya terdapat dalam Lukas 2:52 berbunyi demikian: "Dan Yesus makin bertambah besar dan bertambah hikmat-Nya (pikiran) dan besar-Nya (badani), dan makin dikasihi oleh Allah (rohani) dan manusia (sosial)." Ellen G. White dalam buku *Pendidikan*, hal. 57 mengatakan, "Kebutuhan terbesar dunia ialah kebutuhan akan manusia yang tidak dapat diperjual belikan, manusia yang dalam hatinya setia dan jujur, manusia yang tidak takut menyebut dosa sebagai dosa, manusia yang kata hatinya setia kepada tugas seperti jarum kompas menunjuk ke kutub, manusia yang mau berdiri untuk kebenaran walau langit runtuh sekalipun." Yesus bukan saja dijuluki "Guru Yang Agung" (pakar pendidikan) yang menjadi teladan buat kita, tetapi Dia adalah Sang Mesias atau Anak Allah, yang sedang mengendalikan dunia ini selaku Pemimpin Besar, Dia adalah Alfa dan Omega.

**Tim Redaksi WAO**



Dia mengatakan pada mereka akan penderitaan yang menanti-Nya. Tetapi pertama-tama Dia pergi sendiri dan berdoa semoga hati mereka dipersiapkan untuk menerima perkataan-Nya.

Pada saat bergabung dengan mereka, Dia tidak menyampaikan segera yang Dia ingin tanamkan. Sebelum melakukan ini Dia memberi mereka kesempatan akan pengakuan iman mereka pada-Nya supaya mereka bisa dikuatkan untuk percobaan yang akan datang. Dia bertanya: "Whom do men say that I the son of man am?"

Setelah pengakuan Petrus, Yesus perintahkan murid-murid untuk

tidak mengatakan pada orang-orang bahwa Dia adalah Kristus. Perintah ini diberikan disebabkan oleh karena pertentangan orang Farisi dan ahli taurat. Lebih dari pada ini, orang-orang, dan bahkan murid-murid mempunyai konsep yang salah akan Mesias yang mana pemberitahuan umum tentang Dia akan memberi mereka ide yang tidak benar akan karakter dan pekerjaan-Nya. Tetapi, hari demi hari Dia sedang mengungkapkan Diri-Nya pada mereka sebagai Juruslamat, dan dengan demikian Dia ingin memberikan pada mereka satu konsep yang benar tentang diri-Nya sebagai Mesias. Para murid-murid masih mengharapkan Kristus untuk memerintah sebagai putera mahkota sementara.

Meski Dia telah begitu lama menyembunyikan maksud-Nya, mereka percaya bahwa Dia tidak akan selalu tinggal di dalam kemiskinan dan tidak dikenal; waktunya telah dekat di saat Dia akan mendirikan kerajaan-Nya. Kebencian para imam dan guru tidak akan pernah teratasi bahwa Kristus akan ditolak oleh bangsa-Nya, dituduh sebagai penipu, dan disalibkan sebagai seorang "male factor", pemikiran sedemikian ini tidak pernah diurus oleh murid-murid-Nya.

Tetapi jam kekuasaan kegelapan sedang mendekat, dan Yesus harus membukakan pada murid-murid-Nya pertentangan yang ada di hadapan mereka. Dia begitu sedih di saat Dia menghadapi percobaan itu.



PDT. SAMUEL SIMORANGKIR  
Dewan Redaksi WAO, Philipina

**TERJEMAHAN BEBAS SDA BIBLE COMMENTARY**  
**MARKUS 38:31, 32, 34**

8:31 Kemudian mulailah Yesus mengajarkan kepada mereka, bahwa Anak Manusia harus menanggung banyak penderitaan dan ditolak oleh tua-tua, imam-imam kepala dan ahli-ahli Taurat, lalu dibunuh dan bangkit sesudah tiga hari.

8:32 Hal ini dikatakan-Nya dengan terus terang. Tetapi Petrus menarik Yesus ke samping dan menegor Dia.

8:34 Lalu Yesus memanggil orang banyak dan murid-murid-Nya dan berkata kepada mereka: "Setiap orang yang mau mengikut Aku, ia harus menyangkal dirinya, memikul salibnya dan mengikut Aku. ...

**Dia mulai mengajar.** Dari saat itu dan selanjutnya Yesus menunjukkan pada murid-murid-Nya betapa Dia harus pergi ke Jerusalem, dan menderita banyak dari para tua-tua dan imam-imam ahli taurat, akan terbunuh, dan akan bangkit lagi di hari ke 3.

**Terbuka.** Yaitu, "dengan terus terang" atau "tanpa syarat." Markus tidaklah bermaksud bahwa Yesus mempublikasikan akan pelajaran yang sekarang Dia berikan pada murid-murid-Nya, tetapi malahan Dia membahasnya dengan mereka dengan bahasa yang benar-benar sederhana.

**Orang banyak** Secara harfiah "orang banyak" dengan jelas, ada rupanya orang lain bersama Yesus selain murid-murid-Nya, kemungkinan penduduk Jahudi di daerah tersebut yang telah mendengarkan akan Dia.

**Terjemahan Bebas Tulisan Roh Nubuat – Ny. E.G White**  
**DESIRE OF AGES, 411 & 415**

Selama tinggal di daerah ini, Dia (Jesus) berusaha mengundurkan diri dari mengajar orang banyak, dan mengabdikan diri-Nya secara penuh bagi murid-murid-Nya.



# celebrations

## ARTIKEL KESEHATAN

# belief

Dr. Kathleen H. Liwidjaja Kuntaraf, M.P.H

### **BELIEF (KEPERCAYAAN)**

Suatu pengalaman unik telah terjadi pada seorang dokter di Durban di mana pada suatu hari sewaktu tempat prakteknya tidak begitu banyak pasien, ia mengambil keputusan untuk mengadakan suatu “permainan” dengan pasiennya. Kebetulan seorang pasien datang ke tempat prakteknya dengan keluhan beraneka ragam, yang sama sekali tidak ada hubungan dengan penyakit yang diketahui dalam dunia kedokteran. Pasien ini mengaku bahwa ia merasa *Tokoloshe* (sebutan untuk iblis) yang telah membuatnya sakit. Dokter langsung mulai memeriksanya. Ia mengambil dua tabung-tabung gelas yang kecil, yang satu diisi dengan hidrogen peroksida, sedangkan tabung yang satu lagi diisi dengan air biasa. Pasien sama sekali tidak mengetahui bahwa kedua cairan dalam tabung tersebut adalah cairan yang berbeda sebab sama-sama kelihatan cairan yang jernih. Kemudian ia mengambil beberapa cc darah dari pasien ini dan meneteskan sebagian dari darah tersebut ke dalam tabung yang berisikan hidrogen peroksida. Jelaslah dalam sekejap waktu saja tampak campuran tersebut menjadi berbuih-buih. Dokter langsung mengatakan “Ah, ha.. kamu akan mendapat manfaat dari reaksi ini.” Kemudian dokter ini menyuntikkan garam fisiologis kepada pasien tersebut dan menyuruhnya untuk menunggu di ruang tunggu. Setelah beberapa waktu, pasien tersebut dipanggil masuk ke dalam ruang periksa dan sekali lagi diambil darahnya dan diteteskan sebagian dari darah tersebut ke dalam tabung kedua yang berisikan air biasa. Darah tersebut bercampur dengan air tanpa ada reaksi berbuih-buih. Ia merasa telah mati *Tokoloshe* yang menyebabkan penyakitnya. Pasien keluar dari ruangan praktek dokter itu dengan perasaan yang ia telah benar-benar sembuh. Sungguh suatu contoh klasik dari dampak placebo!

Setelah pasien ini merasa dan meyakini yang ia telah benar-benar sembuh, ia menceritakan pengalamannya kepada banyak teman-temannya. Hari berikutnya, sewaktu sang dokter menyeting mobil ke tempat prakteknya, ia melihat banyak pasien yang berkunjung ke tempat prakteknya. Segera dokter ini pulang ke rumahnya dan menelpon kepada pegawainya yang menerima pasien-pasiennya dan menanyakan kepadanya: “Ada apa di tempat praktek sampai begitu banyak orang di sana?” Pegawai yang menerima pasien-pasiennya itu menjawab: “Wah, mereka ini semua telah mendengar bagaimana dokter dapat membunuh *Tokoloshe* dan ingin mendapatkan pengobatan yang sama!”

Pengalaman ini menunjukkan kuasa hebat dari kepercayaan seseorang yang dapat menyembuhkan keluhan-keluhan penyakitnya. Kepercayaan maupun keyakinan akan penyembuhan seseorang inilah yang digunakan si penjual obat “koyok” sebagai sumber pendapat yang besar bagi dirinya sendiri. Banyak sekali penjual obat-obat “koyok” yang menimbulkan suatu kebutuhan yang palsu di dalam pikiran dari para pendengar. Berbagai macam “obat-obatan” seperti minyak ular, segala macam campuran ramuan tumbuh-tumbuhan, non essential mineral supplements, diet khusus, pengobatan magnet dan sebagainya dipromosikan di masyarakat. Semua transaksi ini diadakan berdasarkan *G-factor* (the gullibility factor ataupun faktor penipuan). Sehingga dengan kerinduan para pendengar untuk menjadi lebih sehat terpaksa dikeluarkan uang yang sebenarnya tidak diperlukan untuk membeli “obat-obatan” ini. Namun dalam

keadaan di mana seseorang yang menderita penyakit kanker misalnya, keterlambatan dalam membeli obat yang tepat disebabkan karena pembelian “obat-obatan” yang tidak berguna ini merupakan penghamburan keuangan yang mengakibatkan keadaan yang lebih fatal. Sungguh

**“Kepercayaan keagamaan telah ditunjukkan secara statistik memberikan keuntungan yang berarti jauh lebih besar daripada dampak suatu placebo.”**

penting untuk meletakkan kepercayaan kita kepada sesuatu yang dapat dipercayai.

Kepercayaan keagamaan telah ditunjukkan secara statistik memberikan keuntungan yang berarti jauh lebih besar daripada dampak suatu placebo. Satu studi yang mempesonakan terjadi pada penelitian orang Amerika yang berada pada usia di atas 100 tahun. Para ahli riset tersebut mendapatkan bahwa ketaatan beragama meningkatkan kesehatan mereka. Hasil penemuan-penemuan ini secara konsisten didapatkan juga pada penelitian berbagai kelompok-kelompok bangsa yang lain di mana semua menunjukkan bahwa kerohanian yang mendalam memperbaiki kualitas hidup. Ahli riset di Duke University menemukan bahwa keuntungan-keuntungan yang berarti dalam kualitas hidup diperoleh bilamana seorang itu mempunyai kepercayaan yang teguh yang dinyatakan dengan kehadiran secara rutin dalam acara kebaktian maupun dalam melakukan ketaatan pribadi yang teratur serta memiliki sistem keagamaan yang kuat dan penuh kepastian. Lebih lanjut dilaporkan bahwa seseorang dengan iman keagamaan yang kuat dapat menyebabkan kepuasan hidup yang lebih tinggi, kebahagiaan perorangan



yang lebih besar, dan berkurangnya sikap negatif bilamana menghadapi kejadian-kejadian hidup yang traumatis.

Percaya akan Allah sungguh merupakan suatu hal yang positif dan menyebabkan keadaan pikiran kita sedemikian rupa, sehingga mempromosikan kesehatan yang baik bagi tubuh kita. Keadaan ini bukan saja menyehatkan kita, tetapi juga memberikan kebahagiaan dan arti dalam kehidupan ini.



Percaya kepada Allah diasosiasikan dengan menurunnya stres, depresi dan perasaan kesepian. Tidak ada yang lebih hebat yang dapat menjamin kehidupan seseorang daripada adanya perasaan damai dan kepuasan yang diperoleh akibat meletakkan hidupnya dalam tangan

Allah yang mahakasih dan penyayang. Ilmu kedokteran menemukan bahwa bilamana seseorang merasa stres menghadapi masalah kehidupan, akibat emosi yang negatif ini akan merangsang keluarnya hormon-hormon tertentu, yang mengstimulasi susunan saraf sedemikian rupa, sehingga berbagai organ-organ dalam tubuh mendapat tekanan berat. Bilamana organ-organ dalam tubuh tertekan dalam waktu yang lama, maka lambat laun organ ini akan menjadi lemah dan lebih cenderung untuk menderita penyakit, apakah karena serangan yang datang dari luar maupun dari dalam tubuh. Yang menentukan organ-organ mana yang akan dipengaruhi tekanan ini adalah faktor keturunannya seseorang, konstitusinya, lingkungannya, dan gaya hidupnya. Sebagai contoh:

- (1) Stres atau ketegangan dapat mengeluarkan *adrenalin*, sehingga jantung berdenyut dengan lebih kuat dan cepat. Akibatnya stres ini dapat menyebabkan seseorang untuk menderita jantung yang berdebar-debar.
- (2) Bilamana hormon stres yang menyebabkan pembuluh darah untuk menciut, maka kemungkinan untuk mendapat tekanan darah tinggi itu besar diikuti dengan penyakit-penyakit *cardiovascular* dan *cerebrovascular*. Akibat penciutan pembuluh darah ini,

peredaraan darah di perifer tubuh akan berkurang dan penderita mengeluh tangan dan kakinya selalu dingin.

- (3) Stres dapat menyebabkan seseorang untuk bernafas secara dangkal dan cepat dengan dibatasi saluran pernafasannya yang menimbulkan *hyperventilation* dan *tetany*.
- (4) Stres dapat menyebabkan menurunnya suplai darah ke saluran pencernaan, sehingga proses pencernaan akan terganggu.
- (5) Stres dapat menyebabkan darah menggumpal dengan lebih cepat yang umumnya bersifat melindungi tubuh kita bilamana misalnya terjadi pendarahan karena sesuatu cedera, tetapi bilamana keadaan ini terjadi berlarut-larut, maka akan menimbulkan dampak yang negatif.
- (6) Stres dapat menyebabkan pengeluaran keringat yang berlebihan, sehingga tubuh menjadi lembab, suatu suasana yang tidak menyenangkan.
- (7) Stres menyebabkan kadar gula darah meninggi, suatu sumber energi di mana tenaga dapat diperoleh dengan cepat, namun pada individu yang sudah ada predisposisi untuk penyakit kencing manis, justru keadaan stres yang berlarut ini akan mempercepat timbulnya atau kambuhnya penyakit kencing manis tersebut.
- (8) Stres dapat mengubah fungsi saluran pencernaan makanan dan air seni, sehingga timbul keinginan untuk senantiasa buang air kecil maupun buang air besar yang dikenal dengan *irritable bowel syndrome*.
- (9) Seorang penderita stres dapat mengunjungi dokter dengan berbagai ragam keluhan seperti kecemasan, depresi, perasaan takut yang berlebihan, dan gangguan pikiran termasuk gangguan ingatan dan gangguan tidur.

John Marks dalam artikelnya "Time Out" di *U.S. News & World Report* mengatakan "Somewhere between 75-90% of all doctor visits stem from stress." Sungguh telah dikukuhkan tulisan Ny. White dalam *Testimonies*, Jilid V hal. 444 demikian, "Penyakit pikiran terdapat di mana-mana. Sembilan per sepuluh dari penyakit-penyakit yang diderita



manusia berasal dari pikiran.”

Pertanyaan yang perlu dipertimbangkan adalah: “Bagaimanakah caranya mengatasi persoalan ini?” Jawabannya hanya melalui Yesus Kristus! Matius 11:28 mengatakan, “Marilah kepada-Ku, semua yang letih lesu dan berbeban berat, Aku akan memberi kelegaan kepadamu.”

Menurut penyelidikan di Ohio mengenai dampak doa terhadap kesehatan seseorang yang dilaporkan dalam *Journal of Psychology and Theology*, ternyata dengan memakai faktor analisa, mereka dapat mengidentifikasi empat jenis doa: 1) *Petitional prayer* (berdoa kepada Tuhan untuk mendapatkan materi yang dibutuhkan), 2) *Ritual prayer* (berdoa kepada Tuhan dengan membaca buku doa), 3) *Meditative prayer* (berdoa kepada Tuhan dengan “merasakan” seolah-olah berada dalam kehadiran-Nya, 4) *Colloquial prayer* (berdoa kepada Tuhan seolah-olah berbicara kepada seorang teman dan meminta pimpinan-Nya dalam mengambil keputusan). Dari keempat macam doa ini, penyelidikan menemukan bahwa *colloquial prayer* atau doa percakapan yang memberikan kebahagiaan dan kepuasan keagamaan terbesar, sedangkan *ritual prayer*, diasosiasikan dengan dampak yang negatif di mana timbul perasaan sedih, kesepian dan kecemasan disertai kehidupan yang penuh dengan ketakutan. Berbicara kepada Tuhan sebagaimana kita berbicara kepada seorang teman, dengan memberitahukan kesenangan maupun kesusahan yang kita alami, dapat memberikan kebahagiaan, penyembuhan bagi hati yang berduka dan suatu kepuasan keagamaan. Begitu penting doa dalam penyembuhan, sehingga Dr. Larry Dossey mengatakan, “I decided that not to employ prayer with my patients was the equivalent of withholding a potent drug or surgical procedure.” Oleh sebab itu marilah kita berdoa kepada Allah, mencurahkan segala problema kita kepada-Nya. Ambillah waktu untuk membaca firman-Nya setiap hari. Rasul Paulus mengatakan dalam Roma 8:28 “Kita tahu sekarang, bahwa Allah turut bekerja dalam segala sesuatu untuk mendatangkan kebaikan bagi mereka yang terpenggil sesuai dengan rencana Allah.” Percayalah bahwa segala sesuatu yang terjadi pada kita telah diizinkan Tuhan demi kebaikan kita, sehingga kita tidak perlu stres dalam menghadapi tantangan hidup.

Para ahli riset Inggris dalam studi mereka terhadap hormon-hormon stres baik sebelum dan sesudah dua hari menjalani prosedur pembedahan, mendapatkan, bahwa bilamana pasien mengikuti latihan relaksasi secara formal justru hormon stresnya meninggi. Ini melemahkan daya tahan tubuh mereka, sedangkan, bagi mereka yang berdoa, tidak didapatkan peninggian hormon stres, sehingga daya tahan tubuh mereka tidak memburuk. Hanyalah bila kita memiliki hubungan yang erat dengan Tuhan, maka kita dapat senantiasa merasakan damai dalam pikiran. Yesaya 26:3 menyatakan “Yang hatinya teguh Kaujagai dengan damai sejahtera, sebab kepada-Mulah ia percaya.”

Saya senang dengan puisi dari Power yang mengatakan:

*“Trust in yourself, and you are doomed to disappointment.*

*Trust in your friends, and they will die and leave you.*

*Trust in money, and you may have it taken from you.*

*Trust in reputation, and some slanderous tongue may blast it.*

*But – Trust in God, and you are never to be confounded in time or eternity.*

Marilah kita menghidupkan seluruh prinsip-prinsip CELEBRATIONS sebagai satu paket resep kesehatan, termasuk percaya kepada Allah, 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.



# Mengisap Rokok dan Penyakit Cardiovascular

Diterjemahkan bebas oleh Frederik J. Wantah

## Posisi AHA (American Heart Association) Secara Ilmiah

Mengisap rokok adalah penyebab kematian dini yang paling utama dapat dicegah di Amerika Serikat. Diperkirakan lebih dari 440.000 dari 2,4 juta lebih kematian tahunan. Para perokok memiliki resiko yang tinggi terjadinya sejumlah penyakit kronis. Hal ini mencakup penyempitan pada pembuluh darah, beberapa jenis kanker dan penyakit gangguan paru-paru kronis (masalah paru-paru). *Atherosclerosis* merupakan kontribusi utama terhadap tingginya angka kematian karena merokok. Banyak hasil studi secara cermat menyatakan bahwa mengisap rokok adalah penyebab utama penyakit jantung koroner yang menuntun serangan jantung.

## Bagaimanakah merokok mempengaruhi resiko penyakit jantung koroner?

Mengisap rokok dan tembakau, kolesterol darah tinggi, tekanan darah tinggi, kurang bergerak badan, obesitas dan kencing manis merupakan enam faktor resiko mandiri utama terhadap penyakit jantung koroner yang anda dapat kendalikan dan modifikasi. Mengisap rokok sudah sangat tersebar luas dan erat hubungannya sebagai suatu faktor resiko di mana Dinas Kesehatan Amerika Serikat menyebutkannya, "*the leading preventable cause of disease and deaths in the United States.*" Mengisap rokok menambah resiko penyakit jantung koroner dengan sendirinya. Bilamana ini dilakukan bersama faktor yang lain, tentu sangat beresiko tinggi. Merokok selain meningkatkan tekanan darah, menurunkan toleransi berolahraga dan cenderung terjadinya penggumpalan darah. Merokok juga menambah resiko terjadinya kembali penyakit jantung koroner setelah menjalani operasi jantung *bypass*. Mengisap rokok merupakan faktor resiko yang sangat penting bagi orang muda dan wanita. Hal ini menghasilkan resiko yang relatif

lebih besar terhadap orang yang berumur di bawah 50 daripada yang berumur di atas 50. Wanita yang menggunakan pil kontrasepsi dan merokok meningkat lebih besar resiko mereka terhadap penyakit jantung koroner dan *stroke* dibandingkan dengan wanita yang menggunakan pil kontrasepsi dan tidak merokok. Merokok menurunkan *HDL* kolesterol yang baik. Mengisap rokok digabungkan dengan faktor keturunan juga cenderung sangat beresiko tinggi.

## Bagaimana dengan mengisap rokok dan *stroke* serta sekitar penyakit pembuluh darah?

Hasil studi menunjukkan bahwa mengisap rokok adalah suatu faktor resiko utama terhadap *stroke*. Menghirup asap rokok menimbulkan beberapa efek yang merusak sistem pembuluh darah otak. Wanita yang menggunakan pil kontrasepsi dan merokok banyak kali menambah resiko mereka terhadap *stroke*. Merokok juga menciptakan suatu resiko yang tinggi terhadap sekitar penyakit pembuluh darah dan *aortic aneurysm*.

## Bagaimana dengan yang mengisap cerutu dan pipa?

Orang yang mengisap cerutu atau pipa cenderung memperoleh suatu resiko yang tinggi terhadap kematian karena penyakit jantung koroner (dan kemungkinan *stroke*), tetapi resiko mereka tidak sebesar seperti para pengisap rokok. Hal ini kemungkinan disebabkan karena mereka lebih sedikit menghirup asap rokok. Dewasa ini, hanya sedikit informasi ilmiah mengenai mengisap cerutu dan pipa serta penyakit *cardiovascular*, teristimewa terhadap orang muda yang mewakili mayoritas luas para pemakai cerutu.

## Bagaimana dengan perokok pasif atau *secondhand smoke*?

Hubungan antara *secondhand smoke* (juga disebut *environmental tobacco smoke*) dengan penyakit sudah dikenal,



sedang bila dihubungkan dengan cacat karena penyakit yang berkaitan dengan *cardiovascular* dan kematian sudah jelas pula. Setiap tahunnya terdapat sekitar 37.000 sampai 40.000 orang meninggal dunia karena penyakit jantung dan pembuluh darah disebabkan oleh asap rokok orang lain. Dari jumlah ini, sekitar 35.000 orang yang tidak merokok meninggal dunia karena penyakit jantung koroner, termasuk serangan jantung.

(Sumber: American Heart Association 2004, judul asli: "*Cigarette Smoking and Cardiovascular Diseases*")



**FREDERIK J. WANTAH**  
Dewan Redaksi WAO, USA