

**Bagaimana Anda
Dapat Memiliki**

SAAT TEDUH

yang Efektif Bersama Tuhan

SETIAP HARI

Dag Heward-Mills

Kecuali disebutkan lain, semua ayat Alkitab diambil dari
Alkitab Terjemahan Baru terbitan Lembaga Alkitab Indonesia.
Judul Asli: How You Can Have an Effective Quiet Time with God Every Day
Pertama kali diterbitkan pada 2014 oleh Parchment House

Kutipan diambil dari:

*“Bukti yang Menuntut Keputusan” Volume I oleh Josh McDowell Diterbitkan oleh Here’s Life
Publishers, Inc. P.O. Box 1576 San Bernadino, California 92402*

Alkitab Referensi Penjelasan oleh Dake

Kuasa Iman, Artikel Reader’s Digest edisi bulan Oktober 1999, penulis Phyllis McIntosh

Seluruh Kutipan Digunakan Sesuai Ijin

Hak Cipta ©2015 Dag Heward-Mills

Versi Bahasa Indonesia diterbitkan pertama kali tahun 2015 oleh Parchment House

Diterjemahkan oleh: Daniel Benjamin Saragih

Temukan informasi lebih lanjut mengenai Dag Heward-Mills di:

Healing Jesus Campaign

Kontak email: evangelist@daghewardmills.org

Website: www.daghewardmills.org

Facebook: Dag Heward-Mills

Twitter: @EvangelistDag

Kepada Ibu **Betty Donkor**,

ibu rohani saya. Terima kasih telah mengajar saya bagaimana memiliki saat teduh.

EBOOK ISBN : 978-1-64135-140-9

Hak cipta dilindungi undang-undang hak cipta internasional. Harus ada izin tertulis dari penerbit
untuk menggunakan atau mereproduksi bagian mana pun dari buku ini, kecuali untuk kutipan singkat
pada ulasan kritis atau artikel.

Daftar Isi

Bab 1: Saat Teduh – Kebiasaan yang Paling Penting di Dalam Hidup Anda

Bab 2: Saat Teduh – Rahasia Banyak Orang Besar

Bab 3: Saat Teduh – Saat Anda Bersama Tuhan

Bab 4: Saat Teduh – Kesempatan bagi Anda untuk Menjalin Hubungan Pribadi dengan Tuhan

Bab 5: Saat Teduh – Kesempatan bagi Anda untuk Menghindari Kedangkalan

Bab 6: Saat Teduh – Pengaruh yang Kuat dari Saat Teduh

Bab 7: Saat Teduh – Kesempatan bagi Anda untuk Mendapatkan Hikmat

Bab 8: Saat Teduh – Kesempatan bagi Anda untuk Berdoa Setiap Hari

Bab 9: Saat Teduh – Kesempatan bagi Anda untuk Membaca Alkitab dan Merenungkan Firman Setiap Hari

Bab 10: Strategi Utama untuk Mendapatkan Saat Teduh yang Berhasil

Bab 11: Tujuh Langkah Menuju Saat Teduh yang Efektif

Bab 12: Perlengkapan untuk Saat Teduh yang Efektif

Bab 1

Saat Teduh – Kebiasaan yang Paling Penting di Dalam Hidup Anda

“Paruh kedua dari hidup orang terbentuk dari kebiasaan-kebiasaan yang dilakukannya pada paruh pertama hidupnya.

Dostoyevsky

“Kekuatan dari kebajikan orang terbentuk dari kebiasaannya”

Pascal

Kebiasaan adalah sesuatu yang Anda lakukan tanpa berpikir lagi atau tanpa bermaksud untuk melakukannya. Setiap orang Kristen yang baik mempunyai banyak kebiasaan yang baik. Kebiasaan-kebiasaan baik inilah yang menjadikan dirinya seperti apa adanya dia saat ini.

Semua orang besar mempunyai kebiasaan yang menjadikan mereka besar. Tuhan Yesus mempunyai kebiasaan yang menjadikan-Nya besar.

Yesus Kristus

1. Pergi ke gereja secara teratur

Apakah Anda tahu bahwa Yesus mempunyai kebiasaan yang baik? Alkitab mengajarkan bahwa Ia mempunyai kebiasaan pergi ke rumah ibadah di hari Sabat.

Ia datang ke Nazaret tempat ia dibesarkan, dan MENURUT KEBIASAAN-Nya pada hari Sabat Ia masuk ke rumah ibadat, lalu berdiri hendak membaca dari Alkitab.

Lukas 4:16

2. Mengikuti retreat doa

Yesus juga memiliki kebiasaan pergi ke sebuah taman untuk melakukan retreat. Taman itu merupakan tempat yang sering didatangi-Nya. Dan semua orang mengetahui kebiasaan-Nya berdoa di dalam taman.

Setelah Yesus mengatakan semuanya itu keluarlah Ia dari situ bersama-sama dengan murid-murid-Nya dan mereka pergi ke seberang sungai Kidron. Di situ ada suatu taman dan Ia masuk ke

taman itu bersama-sama dengan murid-murid-Nya.

Yudas, yang mengkhianati Yesus, tahu juga tempat itu, karena YESUS SERING BERKUMPUL DI SITU DENGAN MURID-MURID-NYA.

Yohanes 18:1, 2

Daniel

Daniel berdoa pada waktu-waktu tertentu di sepanjang hari. Itu adalah hal yang biasa dilakukannya. Itu adalah salah satu rahasia besar di dalam hidupnya.

Demi didengar Daniel, bahwa surat perintah itu telah dibuat, pergilah ia ke rumahnya. Dalam kamar atasnya ada tingkap-tingkap yang terbuka ke arah Yerusalem; tiga kali sehari ia berlutut, berdoa serta memuji Allahnya SEPERTI YANG BIASA DILAKUKANNYA.

Daniel 6:10

Sepuluh Hal yang Harus Diketahui Orang Kristen tentang Kebiasaan

1. Kebiasaan adalah suatu **TINDAKAN YANG DIULANG DENGAN MUDAH** tanpa memikirkan atau merencanakannya.
2. Kebiasaan adalah **TINDAKAN YANG MENJADI KEBIASAAN ANDA** entah Anda menyadarinya atau tidak.
3. Kebiasaan sering kali adalah **TINDAKAN TIDAK PENTING YANG SEPERTINYA TIDAK MEMPUNYAI KUASA** untuk memengaruhi masa depan. Ini sebabnya mengapa banyak orang tidak mengetahui konsep dari memiliki kebiasaan yang baik sebagai perangkat yang penuh kuasa untuk pencapaian di masa depan.
4. Kebiasaan bisa **BAIK ATAU BURUK, NATURAL ATAU ROHANI**. Kebiasaan rohani adalah tindakan seperti doa pagi dan saat teduh setiap hari. Kebiasaan natural adalah tindakan seperti menggosok gigi dan mandi setiap hari.

5. KEBIASAAN BAIK DAPAT DIULANGI SAMA MUDAHNYA SEPERTI KEBIASAAN BURUK.
6. KEBIASAAN BURUK MENGAKIBATKAN KEGAGALAN DAN KEKALAHAN TERUS-MENERUS tanpa pelakunya menyadari apa yang sedang terjadi.
7. KEBIASAAN BAIK MEMBAWA KEPADA KESUKSESAN DAN KEMENANGAN TERUS-MENERUS tanpa pelakunya menyadari apa yang sedang dilakukannya.
8. Kebiasaan buruk mudah terbentuk tetapi sulit untuk dijalani. KEBIASAAN BAIK SULIT DIBENTUK TETAPI MUDAH DIJALANI.
9. SETIAP ORANG KRISTEN YANG SUKSES MEMPUNYAI SEJUMLAH KEBIASAAN BAIK YANG membawanya kepada kesuksesan. Bertahun-tahun yang lalu, seorang teman saya mengajari saya tentang bagaimana bisa mendapatkan saat teduh bersama Tuhan setiap pagi. Saya membangun kebiasaan ini sebagai kebiasaan pribadi dan ini menjadi rahasia terbesar sebagai seorang Kristen dan kemudian sebagai seorang hamba Tuhan. Hampir semua yang pernah saya khotbahkan berasal dari kebiasaan baik ini.
10. KEBIASAAN ADALAH PROSEDUR KESELAMATAN BAGI ORANG KRISTEN. Ini karena bahkan ketika seorang pemimpin sedang berada di bawah tekanan, ia akan melakukan hal-hal baik tertentu sesuai kebiasaan, secara natural dan dengan mudah. Ketika sedang berada di bawah tekanan, pemimpin mungkin tidak akan mempunyai waktu untuk berpikir tentang apa yang harus dilakukan atau bagaimana harus melakukan suatu tindakan. Kebiasaan baik berdoa atau melakukan saat teduhlah yang akan memimpinnya keluar dari kesulitan. Persis seperti Yesus, saya juga mempunyai tempat di mana saya sering berdoa di sana. Saya juga sering pergi ke sana bersama dengan gembala-gembala saya. Kebiasaan ini membuat saya terlindungi secara spiritual bahkan ketika saya tidak menyadari adanya bahaya.

Bab 2

Saat Teduh – Rahasia Banyak Orang Besar

Musa Melakukan Saat Teduh Bersama Tuhan

Berfirmanlah TUHAN kepada Musa: “Pahatlah dua loh batu sama dengan yang mula-mula, maka Aku akan menulis pada loh itu segala firman yang ada pada loh yang mula-mula, yang telah kaupecahkan. BERSIAPLAH MENJELANG PAGI DAN NAIKLAH PADA WAKTU PAGI KE ATAS GUNUNG SINAI, BERDIRILAH DI SANA MENGHADAP AKU DI PUNCAK GUNUNG ITU. TETAPI JANGANLAH ADA SEORANG PUN YANG NAIK BERSAMA-SAMA DENGAN ENKKAU DAN JUGA SEORANG PUN TIDAK BOLEH KELIHATAN DI SELURUH GUNUNG ITU, BAHKAN KAMBING DOMBA DAN LEMBU SAPI PUN TIDAK BOLEH MAKAN RUMPUT DI SEKITAR GUNUNG ITU.”

Lalu Musa memahat dua loh batu sama dengan yang mula-mula; bangunlah ia pagi-pagi dan naiklah ia ke atas gunung Sinai, seperti yang diperintahkan TUHAN kepadanya, dan membawa kedua loh batu itu di tangannya. Turunlah TUHAN dalam awan, lalu berdiri di sana dekat Musa serta menyerukan nama TUHAN. Berjalanlah TUHAN lewat dari depannya dan berseru: “TUHAN, TUHAN, Allah penyayang dan pengasih, panjang sabar, berlimpah kasih-Nya dan setia-Nya, yang meneguhkan kasih setia-Nya kepada beribu-ribu orang, yang mengampuni kesalahan, pelanggaran dan dosa; tetapi tidaklah sekali-kali membebaskan orang yang bersalah dari hukuman, yang membalaskan kesalahan bapa kepada anak-anaknya dan cucunya, kepada keturunan yang ketiga dan keempat.”

Segeralah Musa berlutut ke tanah, lalu sujud menyembah serta berkata: “Jika aku telah mendapat kasih karunia di hadapan-Mu, ya Tuhan, berjalanlah kiranya Tuhan di tengah-tengah kami; sekalipun bangsa ini suatu bangsa yang tegar tengkuk, tetapi ampunilah kesalahan dan dosa kami; ambillah kami menjadi milik-Mu.” Firman-Nya: “Sungguh, Aku mengadakan suatu perjanjian. Di depan seluruh bangsamu ini akan

Kulakukan perbuatan-perbuatan yang ajaib, seperti yang belum pernah dijadikan di seluruh bumi di antara segala bangsa; seluruh bangsa, yang di tengah-tengahnya engkau diam, akan melihat perbuatan TUHAN, sebab apa yang akan Kulakukan dengan engkau, sungguh-sungguh dahsyat.”

Keluaran 34:1-10

Tuhan Memerintahkan Yosua Agar Memiliki Saat Teduh Setiap Hari

Janganlah engkau lupa memperkatakan kitab Taurat ini, tetapi RENUNGGANLAH ITU SIANG DAN MALAM, supaya engkau bertindak hati-hati sesuai dengan segala yang tertulis di dalamnya, sebab dengan demikian perjalananmu akan berhasil dan engkau akan beruntung.

Yosua 1:8

Adam Mempunyai Saat Teduh sampai Ia Melakukan Kesalahan

Ketika mereka mendengar bunyi langkah TUHAN Allah, yang berjalan-jalan dalam taman itu pada waktu hari sejuk, bersembunyilah manusia dan isterinya itu terhadap TUHAN Allah di antara pohon-pohonan dalam taman. Tetapi TUHAN Allah memanggil manusia itu dan berfirman kepadanya: “Di manakah engkau?”

Ia menjawab: “Ketika aku mendengar, bahwa Engkau ada dalam taman ini, aku menjadi takut, karena aku telanjang; sebab itu aku bersembunyi.”

Kejadian 3:8-10

Nabi Mikha Mengenal Kebiasaan Saat Teduh

Sesudah itu tampillah Zedekia bin Kenaana, ditamparnya pipi Mikha serta berkata: “Mana boleh Roh TUHAN pindah dari padaku untuk berbicara kepadamu?” Tetapi Mikha menjawab: “Sesungguhnya engkau akan melihatnya pada hari engkau lari ke kamar dalam untuk

menyembunyikan diri.”

1 Raja-raja 22:24-25 [terjemahan bebas dari KJV]

Yesus Juga Mempunyai Saat Teduh

Pagi-pagi benar, WAKTU HARI MASIH GELAP, Ia bangun dan pergi ke luar. Ia pergi ke tempat yang SUNYI dan berdoa di sana.

Markus 1:35

Yesus melakukan saat teduh secara pribadi “waktu hari masih gelap”. Ia juga mengajar murid-murid-Nya untuk memisahkan diri dari semua orang dan meluangkan waktu sendirian bersama Tuhan.

Tetapi jika engkau berdoa, MASUKLAH KE DALAM KAMARMU, tutuplah pintu dan BERDOALAH KEPADA BAPAMU YANG ADA DI TEMPAT TERSEMBUNYI. Maka Bapamu yang melihat yang tersembunyi akan membalasnya kepadamu.

Matius 6:6

Daud Mempunyai Saat Teduh Bersama Tuhan

Ya Allah, Engkaulah Allahku, pagi-pagi aku mencari Engkau, jiwaku haus kepada-Mu, tubuhku rindu kepada-Mu,... Apabila aku ingat kepada-Mu di tempat tidurku, merenungkan Engkau sepanjang kawal malam.

Mazmur 63:1,6 [terjemahan bebas dari KJV]

Bab 3

Saat Teduh – Saat Anda Bersama Tuhan

Saat teduh adalah saat yang Anda luangkan bersama Tuhan sendirian. Jika ada orang bertanya kepada saya rahasia apa yang terbesar dalam hubungan saya dengan Tuhan, saya akan menjawab tanpa ragu-ragu: kuasa saat teduh yang saya miliki bersama Tuhan setiap hari. Saya sangat berterima kasih kepada seorang wanita yang telah mengajarkan kepada saya bagaimana memiliki saat teduh bersama Tuhan setiap pagi. Apa yang diajarkannya sangat memengaruhi hidup saya sampai sekarang ini, dan itu sebabnya saya memutuskan untuk menulis buku ini supaya Anda juga bisa mendapatkan manfaat dari kuasa saat teduh.

Tujuh Hal yang Terjadi di Dalam Saat Teduh

- 1. Selama saat teduh, Anda membangun hubungan yang paling penting di dalam hidup Anda.**

Hubungan natural terbentuk di antara dua orang yang bersama-sama meluangkan waktu yang berkualitas. Luangkanlah waktu yang berkualitas bersama Tuhan; banyak orang Kristen tidak tahu pentingnya saat-saat seperti ini bersama Tuhan.

- 2. Memiliki saat teduh akan membuat Anda membangun kebiasaan yang paling penting sepanjang masa: waktu yang teratur bersama Sang Pencipta.**

Saya mempunyai saat teduh setiap hari dan saya meluangkan waktu yang berkualitas bersama Tuhan.

- 3. Selama saat teduh Anda tertarik mendekat kepada Tuhan dan Ia tertarik mendekat kepada Anda.**

“Mendekatlah kepada Allah, dan Ia akan mendekat kepadamu. Tahirkanlah tanganmu, hai kamu orang-orang berdosa! dan sucikanlah hatimu, hai kamu yang mendua hati!”

Yakobus 4:8

- 4. Saat teduh membuat Anda membaca buku yang paling penting di**

dunia.

Alkitab adalah buku yang paling penting di dunia. Ini merupakan buku yang paling menonjol yang dikenal umat manusia.

Profesor M. Montiero-Williams, di dalam memperbandingkan buku-buku religi lain dengan Alkitab, mengatakan,

“Tumpuklah buku-buku itu, kalau Anda mau, di sisi sebelah kiri meja kerja Anda; dan letakkan Kitab Suci Anda di sebelah kanan – sendirian, hanya Alkitab saja – dan dengan jarak yang lebar di antara keduanya. Karena, ...ada celah di antara keduanya dan buku-buku dari Timur yang disebut keramat yang sama sekali memutus hubungan satu sama lain, tak ada harapan lagi, dan untuk selamanya... benar-benar merupakan kesenjangan yang tidak dapat dijembatani baik oleh pemikiran ilmiah maupun religius.”

5. Saat teduh adalah Sekolah Firman Anda pribadi.

Selama saat teduh, Anda duduk dan belajar di kaki Sang Guru Besar, Roh Kudus yang diberikan Yesus kepada kita. Ia akan mengajarkan kepada Anda banyak hal dan memperlihatkan kepada Anda banyak pewahyuan ajaib di dalam firman Tuhan.

Masih banyak hal yang harus Kukatakan kepadamu, tetapi sekarang kamu belum dapat menanggungnya. Tetapi apabila Ia datang, yaitu Roh Kebenaran, Ia akan memimpin kamu ke dalam seluruh kebenaran;... dan Ia akan memberitakan kepadamu hal-hal yang akan datang.

Yohanes 16:12, 13

6. Selama saat teduh, Anda menambah pengetahuan Anda tentang Alkitab secara pribadi.

...menambahkan kepada imanmu kebajikan, dan kepada kebajikan pengetahuan.

2 Petrus 1:5

Tetapi bertumbuhlah dalam kasih karunia dan dalam pengenalan akan Tuhan dan Juruselamat kita, Yesus Kristus.

2 Petrus 3:18

Saat teduh Anda akan memberi kesempatan kepada Anda untuk menambah pengetahuan kepada iman Anda.

7. Selama saat teduh Anda mengalami hadirat Allah.

Adam mengalami hadirat Tuhan di Taman Eden sampai ia melakukan kesalahan.

Ketika mereka mendengar bunyi langkah TUHAN Allah, yang berjalan-jalan dalam taman itu pada waktu hari sejuk, bersembunyilah manusia dan isterinya itu terhadap TUHAN Allah...

Kejadian 3:8

Ada kehausan di dalam diri setiap orang. Ada pencarian akan Tuhan di dalam diri setiap manusia. Kita semua rindu akan hadirat Yehovah. Tidak ada apa pun yang bisa dibandingkan dengan hadirat Allah. Setiap pengkhotbah rindu merasakan hadirat Allah ketika ia melakukan pelayanan. Ibadah gereja tidak pernah sama tanpa hadirat Allah. Hidup Anda akan penuh dengan sukacita ketika Anda mengalami hadirat Tuhan di saat teduh!

Engkau memberitahukan kepadaku jalan kehidupan; di hadapan-Mu ada sukacita berlimpah-limpah, di tangan kanan-Mu ada nikmat senantiasa.

Mazmur 16:11

Bab 4

Saat Teduh – Kesempatan bagi Anda untuk Menjalinkan Hubungan Pribadi dengan Tuhan

“Bukan setiap orang yang berseru kepada-Ku: Tuhan, Tuhan! akan masuk ke dalam Kerajaan Sorga, melainkan dia yang melakukan kehendak Bapa-Ku yang di sorga. Pada hari terakhir banyak orang akan berseru kepada-Ku: Tuhan, Tuhan, bukankah kami bernubuat demi nama-Mu, dan mengusir setan demi nama-Mu, dan mengadakan banyak mujizat demi nama-Mu juga? Pada waktu itulah Aku akan berterus terang kepada mereka dan berkata: Aku tidak pernah mengenal kamu! Enyahlah dari pada-Ku, kamu sekalian pembuat kejahatan!”

Matius 7:21-23

Salah satu perkataan Yesus yang kurang dimengerti adalah, “Aku tidak pernah mengenal kamu!” Orang-orang itu bernubuat di dalam nama-Nya. Mereka melakukan banyak karya ajaib di dalam nama-Nya, tetapi Yesus berkata, “Aku tidak pernah mengenal kamu!” Saya selalu bertanya-tanya bagaimana mungkin melakukan karya-karya itu tanpa mengenal Tuhan. Saudara-saudara, Anda harus memercayai apa yang Yesus katakan.

Orang memang bisa menjadi anggota jemaat atau melakukan karya-karya besar tetapi tidak mengenal Tuhan. Saat teduh setiap hari akan membuat Anda memiliki hubungan pribadi dengan Tuhan. Tak ada hal lain yang bisa membuat Anda memiliki hubungan pribadi dengan Tuhan. Datang ke gereja ribuan kali berbeda dari memiliki hubungan pribadi dan interaksi satu-satu dengan Tuhan. Interaksi pribadi dengan Tuhan inilah yang kurang pada kebanyakan orang Kristen.

Tampaknya Tuhan lebih tertarik pada hubungan pribadi daripada karya besar di depan publik yang kita lakukan di dalam nama-Nya. Saat teduh akan membuat Anda memiliki pengetahuan akan Tuhan. Saat teduh akan menghalangi Anda masuk ke neraka. Saat teduh akan menyelamatkan Anda dari tipuan bahwa bekerja bagi Tuhan adalah sama dengan mengenal Dia.

Ada orang-orang yang bekerja untuk saya tetapi tidak mengenal saya secara pribadi. Saya mempunyai karyawan yang hampir-hampir tidak mengenal saya. Mereka mengenali saya ketika saya ada di sekitar mereka, tetapi mereka tidak mempunyai hubungan pribadi dengan saya.

Ada banyak gembala dan pendeta yang bekerja dengan saya di gereja. Tetapi saya tidak mempunyai hubungan pribadi dengan mereka semua. Jelas, ada perbedaan antara mereka yang sekadar bekerja untuk saya dan mereka yang mempunyai hubungan pribadi dengan saya.

Bagaimana saya bisa mempunyai hubungan pribadi dengan beberapa orang pendeta dan gembala di dalam gereja saya? Jawabannya sederhana. Beberapa pendeta dan gembala ini berusaha dekat dengan saya dan berinteraksi dengan saya secara pribadi. Sekarang saya mengenal mereka secara pribadi dan bahkan bisa menyebut mereka sahabat. Ada orang-orang di dalam gereja saya yang melakukan karya-karya yang menakjubkan di dalam nama gereja atas nama saya. Tetapi di dalam realitasnya, saya tidak mengenal mereka secara pribadi.

Dahulu, bila ada orang bertanya kepada saya tentang bagaimana caranya supaya mereka bisa melakukan pelayanan dengan lebih baik, saya akan memberikan kepada mereka dua puluh prinsip pertumbuhan gereja dan kemudian saya akan menunjukkan delapan belas strategi untuk melakukan penginjilan yang efektif. Saya akan menunjukkan kepada mereka tujuh langkah menuju kepada pelayanan yang unggul. Tetapi sekarang, jika Anda mengajukan pertanyaan yang sama kepada saya, saya hanya akan mengatakan agar Anda mendekat lebih dekat lagi kepada Tuhan dan mengenal-Nya secara pribadi. Anda lihat, tidak ada gunanya berputar-putar atas nama Dia jika Anda tidak mengenal-Nya secara pribadi.

Sekarang waktunya untuk mengenal-Nya secara pribadi. Dikatakan bahwa para pendeta di dunia ini rata-rata berdoa tujuh menit sehari. Kalau pendeta saja meluangkan waktu hanya kurang dari sepuluh menit dengan Bapa surgawi, barangkali anggota-anggota jemaat biasa hanya menggunakan waktu beberapa detik saja setiap minggunya dengan Tuhan. Tidak heran jika keadaan Gereja adalah seperti sekarang ini.

Sekarang waktunya untuk mengenal-Nya secara pribadi. Satu-satunya jalan adalah dengan memiliki saat teduh yang teratur setiap hari. Apakah

Anda berharap Tuhan akan datang kepada Anda untuk membangun hubungan dengan Anda? Tentu saja tidak! Terserah pada Anda dan saya sendiri untuk datang mendekat kepada-Nya setiap hari.

Mendekatlah kepada Allah, dan Ia akan mendekat kepadamu.

Yakobus 4:8

Dalam hal ini, saat teduh bisa benar-benar menjadi paspor Anda untuk masuk ke surga.

Jika Anda berjumpa dengan seseorang di tempat umum lalu bersalaman dengannya, mungkin Anda tidak bisa mengatakan bahwa Anda mengenalnya. Di rumah saya ada sebuah foto yang menunjukkan ibu mertua saya berfoto dengan Presiden Clinton. Ketika ia memperlihatkannya kepada kami, kami bertanya, “Wow, kapan Ibu bertemu dengannya? Bagaimana Ibu mengenalnya?”

Ia tersenyum lalu menceritakan kepada kami bagaimana ia sempat berinteraksi sebentar dengannya dan berfoto di sebuah acara konferensi. Foto itu memberikan kesan bahwa beliau mengenal ibu saya. Padahal kenyataannya, beliau sama sekali tidak mengenal ibu saya, dan ibu saya pun tidak mengenalnya secara pribadi. Berjumpa dengan seseorang di tempat umum sama sekali bukan berarti bahwa Anda mengenal orang itu.

Mengetahui tentang seseorang tidak sama dengan mengenal orang tersebut. Ada banyak orang yang tahu tentang saya tetapi tidak mengenal saya. Orang-orang yang melihat saya dari jauh mungkin menangkap kesan bahwa saya sombong. Sebagian orang yang mendengar saya berbicara mungkin akan berpikir bahwa saya adalah orang yang sulit bekerja sama. Semoga Tuhan mengampuni dosa-dosa saya. Namun, orang-orang tertentu yang mengenal saya secara pribadi mungkin mempunyai kesan yang berbeda.

Mengenal Allah dari jauh sangat berbeda dari mengenal Dia secara pribadi. Kesan yang Anda peroleh dari jauh hanya akan berubah ketika Anda bergerak mendekat kepada-Nya. Cara Anda membangun hubungan pribadi dengan Tuhan bukanlah di tempat umum di dalam ibadah gereja. Anda tidak akan membangun hubungan pribadi dengan Tuhan dengan menghadiri acara-acara konvensi dan kebaktian kebangunan rohani. Anda

tidak dapat membangun hubungan pribadi dengan siapa saja dengan berinteraksi di tempat umum. Harus ada komunikasi pada tingkat pribadi. Harus ada interaksi pribadi! Harus ada saat teduh. Anda bisa mengenal Allah secara pribadi dengan meluangkan waktu bersama-Nya selama saat teduh.

Bab 5

Saat Teduh – Kesempatan bagi Anda untuk Menghindari Kedangkalan

Demikian juga yang ditaburkan di tanah yang berbatu-batu, ialah orang-orang yang mendengar firman itu dan segera menerimanya dengan gembira, tetapi mereka tidak berakar dan tahan sebentar saja. Apabila kemudian datang penindasan atau penganiayaan karena firman itu, mereka segera murtad.

Markus 4:16, 17

Kedangkalan adalah penyakit orang Kristen karismatik. Banyak bicara tetapi tidak ada kedalamannya. Bahkan gereja kita dangkal dan tidak mempunyai kedalaman. Bagian yang dangkal dan tanpa kedalaman. Saya pernah mengunjungi sebuah tempat di dekat gurun pasir Sahara. Saya heran karena hanya ada beberapa gereja karismatik atau Pentakosta di sana. Anda lihat, di tengah hingar-bingar kita, kita sebagai gereja karismatik dan Pentakosta tidak melakukan penjangkauan nyata ke tempat-tempat yang sangat membutuhkan. Demikianlah orang Kristen. Kita orang-orang yang bersuara keras, berisik, “suka memuji” dengan banyak pengakuan yang positif; namun hanya ada sedikit kedalaman pada sebagian besar dari kita. Sekarang waktunya untuk keluar dari kedangkalan.

Tujuh Gejala Kedangkalan pada Orang Kristen

1. Kurangnya pengetahuan tentang Alkitab.

Orang-orang Kristen tidak tahu apa yang dikatakan Alkitab tentang banyak hal. Kami pernah mengadakan tes pada salah satu gereja kami. Di situ ada seorang pria yang mengatakan bahwa dia adalah gembala atau pemimpin. Saya serahkan sebuah Alkitab kepadanya sambil berkata, “Tunjukkan kepada saya di mana di dalam Alkitab ini yang menyebutkan tentang kebangkitan.” Pria ini tidak bisa menemukan bagian di dalam Alkitab yang menyebutkan tentang kebangkitan. Ini jelas merupakan gejala kedangkalan. Orang-orang berteriak dan bernyanyi di gereja tetapi tidak mempunyai kedalaman. Tidak heran bila orang-orang Kristen karismatik mudah diombang-ambingkan oleh gelombang sensasi.

2. Ketidakmampuan untuk mengutip Alkitab.

Bisa mengutip ayat berbeda dari mengetahui di mana letak berbagai hal di dalam Alkitab. Orang Kristen yang memiliki kedalaman akan bisa mengutip ayat-ayat Alkitab. Setiap orang Kristen harus mempunyai Alkitab yang bisa dikutipnya secara akurat.

Belum lama ini saya berkhotbah di sebuah gereja karismatik yang sangat besar dan saya mengajukan pertanyaan-pertanyaan. Saya berkata kepada satu orang, “Tolong sebutkan Yohanes 1:12.” Saya berkata kepada yang lain, “Tolong sebutkan 2 Korintus 5:17.” Dan kepada yang lain lagi saya berkata, “Bagaimana bunyi Roma 6:23?”

Yang mengherankan, sebagian besar orang Kristen yang memenuhi gereja-gereja karismatik tidak dapat menyebutkan ayat-ayat ini. Padahal, ayat-ayat ini merupakan ayat-ayat dasar bagi fondasi setiap orang percaya. Bisa saja tidak terjadi kemajuan apabila kita tidak memiliki kedalaman. Menghafal ayat-ayat Alkitab adalah hal yang esensial. Yesus Kristus pun menghafal ayat-ayat Kitab Suci.

Di dalam Matius 4 ketika iblis menggoda-Nya, secara akurat Yesus menyebutkan ayat-ayat dari Kitab Ulangan dan berhasil melumpuhkan iblis dengan ayat-ayat itu.

3. Ketidakmampuan untuk berdoa selama setidaknya satu jam sehari.

Kedangkalan disebabkan oleh kegagalan untuk berinteraksi dengan Tuhan. Siapa pun yang memiliki kedalaman bersama Tuhan pasti meluangkan waktu paling tidak satu jam setiap hari di hadirat Tuhan. Jika Anda sudah mengenal Allah, satu jam akan terlalu pendek bagi Anda. Lakukan survei di gereja karismatik besar mana pun. Tanyakan berapa banyak orang Kristen yang telah meluangkan waktu setidaknya satu jam saja di dalam doa dan membaca Alkitab pada hari itu. Anda akan menemukan bahwa sangat sedikit orang yang meluangkan waktu lebih dari beberapa detik bersama Tuhan. Tidak mengherankan bahwa kebanyakan dari mereka dangkal dan tidak mengenal Allah.

4. Ketidakmampuan untuk memimpin dan mengajar setelah menjadi orang Kristen selama dua tahun.

Sebab sekalipun kamu, ditinjau dari sudut waktu, sudah

seharusnya menjadi pengajar, kamu masih perlu lagi diajarkan asas-asas pokok dari pernyataan Allah, dan kamu masih memerlukan susu, bukan makanan keras.

Ibrani 5:12

Setelah seseorang menjadi seorang percaya untuk beberapa lama, ia diharapkan juga membagikan apa yang telah diterimanya. Dengan jelas Paulus mengatakan bahwa ada waktunya ketika seorang percaya diharapkan menjadi pengajar. “Sebab sekalipun kamu, ditinjau dari sudut waktu, sudah seharusnya menjadi pengajar...” (Ibrani 5:12).

Tidak berhasilnya mayoritas orang percaya untuk naik menjadi pemimpin-pemimpin Kristen jelas adalah tanda kedangkalan di dalam jemaat.

5. Kurangnya minat terhadap buku-buku rohani dan CD Kristen.

Orang-orang Kristen yang dangkal jarang membaca buku-buku rohani Kristen. Buku rohani akan dapat membawa Anda lebih dalam daripada Anda sendiri. Buku rohani akan membawa Anda lebih tinggi di dalam Tuhan. Tunjukkan kepada saya orang yang membaca buku-buku rohani dan mendengarkan rekaman-rekaman khotbah, maka saya akan menunjukkan kepada Anda orang yang melangkah lebih dalam dengan Tuhan.

6. Ketidakmampuan untuk menyembah Tuhan.

Saya akan memberikan tugas kepada Anda. Jika nanti Anda pergi ke gereja, pandanglah ke sekeliling dan lihat berapa banyak orang yang menyanyi. Banyak orang Kristen yang bahkan tidak mengenal lagu-lagu Kristen. Mereka bergumam dan terhuyung-huyung ketika pemimpin penyembahan memimpin jemaat. Realitasnya adalah mereka tidak mengenal Tuhan dan tidak memiliki hasrat pribadi untuk menyembah Dia. Itu hanya sekedar bagian dari ibadah yang harus berlangsung. Mereka menantikan hiburan yang akan datang dari lelucon-lelucon pendeta. Tanyakan kepada diri Anda sendiri, “Apakah saya seorang penyembah?” Apakah Anda bisa menyanyikan lagu-lagu sendiri di rumah?

7. Ketidakmampuan untuk melakukan persekutuan secara teratur.

Kedangkalan banyak orang Kristen sekali lagi terwujud di dalam

ketidakmampuan mereka untuk secara teratur melakukan persekutuan dengan Tuhan dan orang lain.

Tetapi jika kita hidup di dalam terang sama seperti Dia ada di dalam terang, maka kita peroleh persekutuan seorang dengan yang lain, dan darah Yesus, Anak-Nya itu, menyucikan kita dari pada segala dosa.

1 Yohanes 1:7

Mereka bergumul untuk bisa mengikuti ibadah setiap hari Minggu dan sering kali datang terlambat. Sepertinya nyaris bahwa mereka mempunyai tugas-tugas penting yang harus dikerjakan di rumah. Izinkan saya bertanya. Ketika seorang laki-laki sedang membangun hubungan pribadi dengan seorang perempuan, apakah laki-laki itu tidak melakukan interaksi dengan perempuan itu? Apakah ia tidak rindu untuk melihat perempuan itu lagi? Semakin dalam hubungan, semakin besar interaksinya.

Kita akan memiliki hubungan yang mendalam dengan Tuhan ketika kita memiliki saat teduh setiap hari. Kedangkalan akan disingkirkan dari dalam gereja dan kekristenan akan memiliki makna yang lebih bagi kita semua.

Bab 6

Saat Teduh – Pengaruh yang Kuat dari Saat Teduh

Alasan mengapa banyak orang tidak memiliki saat teduh adalah karena mereka tidak tahu pengaruh dari saat teduh itu bagi mereka.

Lima Belas Pengaruh Kuat dari Saat Teduh

1. Saat teduh setiap hari akan mencegah luka-luka dan mengurangi rasa sakit di dalam hidup ini.

Banyak dari rasa sakit dan luka-luka di dalam hidup ini sebenarnya bisa dihindari apabila kita mempunyai terang hidup.

Maka Yesus berkata pula kepada orang banyak, kata-Nya: “Akulah terang dunia; barangsiapa mengikut Aku, ia tidak akan berjalan dalam kegelapan, melainkan ia akan mempunyai terang hidup.”

Yohanes 8:12

Ketika seseorang meraba-raba di dalam kegelapan, sering kali ia bisa menyakiti dirinya sendiri dengan membentur barang-barang yang tidak diinginkan atau tidak terlihat. Sungguh menyakitkan bila tulang kering kita sampai terbentur pada meja. Rasa sakit dan luka-luka yang kita alami di dalam hidup kita terjadi karena kita belum mempunyai pelita Allah.

Firman-Mu itu pelita bagi kakiku dan terang bagi jalanku.

Mazmur 119:105

Di sanalah Aku akan menumbuhkan sebuah tanduk bagi Daud, Aku akan menyediakan sebuah pelita bagi orang yang Kuurapi.

Mazmur 132:17

Pelita apakah ini, yang sudah disiapkan Allah secara khusus bagi orang yang diurapi-Nya? Itu adalah firman Allah!

Dukacita yang dialami orang-orang di dalam pernikahan muncul karena mereka tidak menggunakan pelita Allah untuk menuntun mereka di dalam pernikahan. Banyak orang mengambil pelita Allah setelah mereka mengalami cedera parah dari pengalaman hidup. Pelita tidak dimaksudkan

untuk meredakan rasa sakit tetapi untuk mencegah Anda agar tidak sampai terluka. Alangkah jauh lebih baiknya hidup ini bila kita mengambil pelita ini setiap hari. Pelita ini akan menjauhkan kita dari rasa sakit dan cedera.

Hanya saat teduh saja yang dapat memberi Anda penerangan terus-menerus. Jika Anda hidup dalam kegelapan dari hari Senin sampai Sabtu dan kemudian hanya menerima sedikit terang di hari Minggu, tentu saja hidup Anda tidak akan sama dengan orang lain yang hidup dalam penerangan yang terus-menerus. Apakah Anda menginginkan penerangan yang terus-menerus di dalam hidup Anda? Mulailah dengan memiliki saat teduh yang teratur! Anda akan bisa mengurangi kesedihan di dalam hidup Anda dengan menggunakan terang sejati yang sudah Tuhan tetapkan bagi Anda. Ini adalah satu-satunya terang yang dapat menerangi jalan bagi setiap orang di bumi ini.

Terang yang sesungguhnya, yang menerangi setiap orang, sedang datang ke dalam dunia.

Yohanes 1:9

2. Saat teduh setiap hari akan menjamin tuaian yang baik atas hal-hal baik.

Ini karena saat teduh setiap hari merupakan penaburan benih-benih rohani ke dalam roh Anda. Firman Allah adalah benih luar biasa yang Anda tanamkan di dalam hati Anda ketika Anda bersaat teduh.

Inilah arti perumpamaan itu: Benih itu ialah firman Allah.

Lukas 8:11

Karena kamu telah dilahirkan kembali bukan dari benih yang fana, tetapi dari benih yang tidak fana, oleh firman Allah, yang hidup dan yang kekal.

1 Petrus 1:23

Setiap kali Anda melakukan saat teduh, Anda membuat investasi ke dalam hidup Anda. Anda menabur firman Allah dan firman itu akan menghasilkan buah kasih, damai sejahtera dan sukacita di dalam Roh Kudus. Pernahkah Anda bertanya-tanya mengapa hanya ada sedikit atau bahkan tidak ada sama sekali kasih, damai sejahtera dan sukacita di dalam

hidup Anda? Buah-buah ini hanya bisa ada ketika Anda menabur benih rohani ke dalam hidup Anda.

Sebab barangsiapa menabur dalam dagingnya, ia akan menuai kebinasaan dari dagingnya, tetapi barangsiapa menabur dalam Roh, ia akan menuai hidup yang kekal dari Roh itu.

Galatia 6:8

Kebanyakan orang Kristen menabur ke dalam daging. Mereka melakukan investasi ke dalam daging mereka. Mereka menginvestasikan waktu, uang untuk mengembangkan kedagingan mereka dan eksistensi duniawi mereka. Orang lain lagi menginvestasikan benih televisi, kesenangan, seks, alkohol dan narkoba ke dalam kedagingan mereka. Tuaian yang terjadi dari benih-benih seperti ini sungguh-sungguh mengerikan.

Kebanyakan pendeta menggembalakan domba-domba yang hidup di bawah pengaruh yang menghancurkan dari tuaian besar-besaran dari sifat-sifat kedagingan. Sebagai pendeta, kita mempunyai kewajiban untuk memimpin domba-domba untuk berinvestasi ke dalam roh mereka setiap hari.

3. Saat teduh setiap hari akan membakar hal-hal yang tidak dikehendaki.

Ketika api ini diterima setiap hari, tidak ada kejahatan yang bisa tetap tinggal sebagai bagian dari karakter Anda.

Sebab itu beginilah firman TUHAN, Allah semesta alam: “Oleh karena mereka berkata seperti itu, maka beginilah akan terjadi kepada mereka: Sesungguhnya Aku akan membuat perkataan-perkataan-Ku menjadi api di dalam mulutmu, dan bangsa ini menjadi kayu bakar, maka api akan memakan habis mereka.”

Yeremia 5:14

Hal-hal tertentu hanya bisa dihilangkan dengan api. Firman Allah adalah api. Dosis harian api itu akan mengatasi unsur-unsur yang tidak diinginkan di dalam kepribadian atau karakter Anda.

4. Saat teduh setiap hari akan menghancurkan benteng pertahanan si jahat.

Karena saat teduh dapat menuntun kepada kemampuan menghancurkan dan membakar hal-hal yang jahat di dalam hidup kita, maka orang Kristen yang tidak mempunyai saat teduh sering kali memiliki karakter buruk. Benteng pertahanan di dalam diri kebanyakan orang Kristen tidak dapat dihancurkan dengan satu khotbah yang penuh kuasa saja. Siapa saja yang tidak mempunyai saat teduh yang teratur menyimpan banyak hal yang perlu dibakar dan dihancurkan.

Bukankah firman-Ku seperti api, demikianlah firman TUHAN dan seperti palu yang menghancurkan bukit batu?

Yeremia 23:29

5. Saat teduh setiap hari akan menuntun kepada pengeratan aspek-aspek yang tidak diinginkan dari hidup dan karakter kita.

Sekali lagi Anda akan melihat bahwa orang Kristen yang hanya mendengarkan khotbah di hari Minggu saja dan tidak mengalami pengeratan yang teratur terhadap kecenderungan-kecenderungan jahat sangat berbeda dari orang yang memiliki saat teduh yang teratur.

Sebab firman Allah hidup dan kuat dan lebih tajam daripada pedang bermata dua mana pun; ia menusuk amat dalam sampai memisahkan jiwa dan roh, sendi-sendi dan sumsum; ia sanggup membedakan pertimbangan dan pikiran hati kita.

Ibrani 4:12

6. Saat teduh yang teratur akan membuat terangkatnya senjata di tangan orang percaya.

Setan tertawa terbahak-bahak kepada orang-orang Kristen yang tidak bersenjata dan terpapar. Tindakan sehari-hari yang dibenci dan ditakuti Setan adalah ketika Anda mempersenjatai diri sendiri setiap hari dengan pedang dan Roh. Doa itu baik. Puasa itu baik. Pergi ke gereja itu baik. Tetapi tidak satu pun dari ini semua dapat menggantikan diperlengkapinya tentara Allah dengan senjata setiap hari.

Firman Allah bisa terlepas dari tangan kita. Hal ini karena tekanan dunia di mana kita hidup. Kata-kata dari orang yang tidak percaya, para pendosa, atau orang-orang Kristen duniawi dapat mengikis pengaruh dari firman Tuhan di dalam hidup kita. Itu sebabnya, penting untuk secara teratur

menaruh pedang di tangan supaya kita siap terhadap setiap tipuan dari si jahat.

Dan terimalah ketopong keselamatan dan pedang Roh, yaitu firman Allah.

Efesus 6:17

7. Saat teduh akan melepaskan orang-orang Kristen dan para pendeta dari tipuan tentang siapa mereka.

Ini menunjukkan kepada kita apa yang harus kita lakukan untuk menyenangkan Tuhan.

Tetapi hendaklah kamu menjadi pelaku firman dan bukan hanya pendengar saja; sebab jika tidak demikian kamu menipu diri sendiri.

Yakobus 1:22

Nabi Yesaya berpikir bahwa ia cukup bagus. Pesan-pesan yang disampaikannya di dalam lima pasal pertama Kitab Yesaya sangat kuat menentang orang-orang. Sering kali ia berkata, "Celakalah mereka."

Celakalah mereka yang bangun pagi-pagi dan terus mencari minuman keras, dan duduk-duduk sampai malam hari, sedang badannya dihangatkan anggur!

Yesaya 5:11

Celakalah mereka yang memancing kesalahan dengan tali kedustaan dan dosa seperti dengan tali gerobak,

Yesaya 5:18

Celakalah mereka yang menyebutkan kejahatan itu baik dan kebaikan itu jahat, yang mengubah kegelapan menjadi terang dan terang menjadi kegelapan, yang mengubah pahit menjadi manis, dan manis menjadi pahit.

Yesaya 5:20

Celakalah mereka yang memandang dirinya bijaksana, yang menganggap dirinya pintar!

Yesaya 5:21

Celakalah mereka yang menjadi jago minum dan juara dalam mencampur minuman keras.

Yesaya 5:22

Suatu hari, Allah menyatakan diri kepada Yesaya. Yesaya terkejut ketika keadaannya yang sesungguhnya disingkapkan oleh Allah. Yang terjadi adalah satu pandangan sekilas tentang Allah di dalam kemuliaan-Nya. Dengan segera, Yesaya dilepaskan dari pikiran angan-angannya. Ia mengubah pesan yang disampaikan seketika itu juga. Ia berkata, “Celakalah aku!” Ia tidak lagi berkata, “Celakalah mereka.”

Lalu kataku: “Celakalah aku! aku binasa! Sebab aku ini seorang yang najis bibir, dan aku tinggal di tengah-tengah bangsa yang najis bibir, namun mataku telah melihat Sang Raja, yakni TUHAN semesta alam.”

Yesaya 6:5

Ketika kita mengoreksi orang lain dan terus-menerus melihat kesalahan orang lain, semoga Tuhan menolong kita melihat kegagalan kita sendiri. Semoga kita melihat diri kita sendiri seperti Allah melihat kita. Janganlah terkesan dengan apa yang dikatakan orang kepada Anda. Janganlah menerima pujian dari manusia. Apa yang dikagumi manusia sering kali adalah kenajisan di dalam pandangan Allah.

Lalu Ia berkata kepada mereka: “Kamu membenarkan diri di hadapan orang, tetapi Allah mengetahui hatimu. Sebab apa yang dikagumi manusia, dibenci oleh Allah.”

Lukas 16:15

Saya pernah berpikir bahwa saya telah melakukan pelayanan yang baik. Tuhan menyingkapkan diri-Nya sendiri kepada saya dalam sebuah penglihatan dan menunjukkan kepada saya sebuah gambaran tinja yang berminyak. Kemudian Ia berkata kepada saya, bahwa seperti itulah saya di dalam pandangan-Nya. Saya sangat berduka atas kondisi saya yang memprihatinkan dan saya menangis di hadapan Tuhan. Saya bertanya apa yang akan Tuhan lakukan kepada saya. Anda lihat, kebanyakan orang, termasuk saya sendiri, berpikir bahwa saya sudah melakukan yang baik. Saudara, waktu yang teratur bersama Tuhan akan menyelamatkan Anda dari

angan-angan yang menipu.

Firman Tuhan seperti itu. Allah menunjukkan diri-Nya kepada Anda. Setiap kali Anda membaca firman Tuhan, Anda memandang Allah. Ketika Yesaya melihat Tuhan, ia tidak tertipu akan siapa dia. Berdoalah agar Tuhan menyingkapkan kepada Anda ketika Anda membaca Alkitab setiap hari. Banyak anggota gereja tidak akan sombong, arogan dan angkuh seperti adanya mereka sekarang apabila mereka tahu seperti apa mereka di hadapan Tuhan. Banyak orang Kristen tidak akan menuduh pemimpin mereka jika mereka mengetahui barang sekilas seperti apa mereka sebenarnya di hadapan mata Tuhan.

Firman Tuhan itu cermin. Firman itu akan menunjukkan kepada kita gambaran yang sesungguhnya. Saat teduh akan menyingkapkan kebenaran kepada Anda setiap saat.

Kita begitu mudah tertipu sehingga kita memerlukan masukan firman Tuhan yang terus-menerus ke dalam hidup kita. Saya tidak bisa terlalu menekankan perlunya keteraturan dalam merenungkan firman Tuhan di dalam hidup kita. Hanya saat teduh saja yang dapat memberikan masukan yang teratur kepada Anda, yaitu yang diperlukan untuk mendapatkan kelepasan dari penipuan.

8. Saat teduh setiap hari akan memberikan pertumbuhan rohani yang besar.

Saat teduh setiap hari akan memberikan makanan rohani yang teratur kepada Anda. Firman Tuhan adalah susu bagi jiwa Anda (1 Petrus 2:2). Firman itu adalah roti bagi yang lapar (Matius 4:4) dan itu adalah daging bagi orang-orang dewasa (Ibrani 5:12) dan madu yang manis bagi mereka yang ada di padang gurun.

Gereja-gereja karismatik penuh dengan ribuan bayi rohani yang belum bertumbuh. Para pendeta di gereja-gereja karismatik sekarang ini dipandang oleh anggota jemaat mereka sebagai superstar atau bintang hebat yang memiliki jawaban atas segala sesuatu. Bukan ini inti persoalannya. Barangkali kita para pendeta menikmati keadaan bahwa orang-orang tergantung kepada kita. Mereka memandang kita seolah-olah kita ini setengah tuhan yang memiliki penangkal untuk segala masalah.

Ketika saya tumbuh sebagai seorang Kristen, saya menjadi anggota persekutuan Scripture Union. Saya tidak berjemaat di sebuah gereja karismatik yang besar. Tidak ada sosok pendeta superstar TV di dalam persekutuan Scripture Union. Kami diarahkan kepada firman Tuhan sebagai sumber segala sesuatu. Saya sangat bersyukur karena hal pertama yang saya pelajari di Scripture Union adalah untuk memiliki saat teduh setiap hari. Saya ingat hari ketika saya diajar untuk memiliki saat teduh setiap hari. Sedikit sekali yang saya ketahui bahwa ternyata saya sedang diarahkan kepada hal yang paling penting di dalam kekristenan, yaitu firman Tuhan. Kepada saya ditunjukkan bagaimana caranya untuk mendapatkan susu setiap hari. Daging dan roti untuk kebutuhan utama, dan madu ketika saya menginginkan yang manis-manis.

Foto sinar X terhadap sebuah gereja karismatik besar akan memperlihatkan orang-orang Kristen yang kerdil dan belum berkembang yang meneriakkan slogan-slogan Kristen dan ungkapan-ungkapan klise dan memuja-muja pendeta mereka seolah-olah mereka adalah bintang pop atau atlet pahlawan yang hebat. Apakah perlu dipertanyakan lagi bahwa kekristenan masa kini sangat jauh dari yang sebelumnya? Hanya ada pengorbanan yang kecil sekali. Hanya ada kemajuan kerajaan yang sangat kecil. Sebaliknya, ada begitu banyak hal kedagingan. Kedagingan adalah tanda ketidakdewasaan. Mengapa ada begitu banyak bagian dari tubuh Kristus yang tidak dewasa? Karena sebagian besar orang Kristen tidak memiliki saat teduh.

Orang-orang Kristen zaman sekarang tergantung pada snack cepat saji dari Alkitab pendeta mereka di hari Minggu pagi. Apakah ada hal yang bisa diperbandingkan antara seorang anak yang mempunyai pola makan yang seimbang setiap hari dengan seseorang yang mendapat snack khotbah cepat saji selama tiga puluh lima menit setiap minggu? Sekaranglah waktunya untuk bertumbuh. Sekaranglah waktunya untuk mendapatkan manfaat dari susu, roti, daging dan madu yang ada di dalam Alkitab. Menikmati saat teduh setiap hari merupakan kebiasaan terbaik yang saya pelajari sebagai seorang Kristen.

9. Saat teduh setiap hari akan membawa kesembuhan batin.

Disampaikan-Nya firman-Nya dan disembuhkan-Nya mereka,

diluputkan-Nya mereka dari kehancuran.

Mazmur 107:20 [terjemahan bebas dari KJV]

Firman Tuhan dapat menyembuhkan kita dari rasa sakit dan luka-luka yang kita alami. Allah akan menjamah Anda di tempat di mana terasa sakit jika Anda memperkenankan-Nya. Dan Ia akan menyembuhkan Anda dari setiap situasi yang terjadi di dalam hidup Anda.

Masalah-masalah rohani, emosi dan psikologi merupakan masalah-masalah yang paling sulit diselesaikan. Dokter sering kali harus berjuang dengan permasalahan seperti ini dengan sia-sia. Diagnosa dan perlakuan terhadap masalah rohani, emosi dan psikologi adalah tindakan yang sulit bagi bidang medis. Tetapi Allah mempunyai solusinya. Solusinya ada di dalam firman-Nya. Dosis harian firman Tuhan yang penuh kuasa akan membawa kesembuhan kepada setiap luka. Apa yang Yesus katakan? “Roh Tuhan ada di dalam-Ku karena Ia telah mengurapi-Ku untuk menyampaikan Injil dan untuk menyembuhkan orang-orang yang hancur hatinya.” Bagaimana Yesus akan menyembuhkan mereka yang hancur hatinya? Melalui firman Allah!

10. Saat teduh setiap hari akan membawa kesembuhan pada tubuh.

Hai anakku, perhatikanlah perkataanku, arahkanlah telingamu kepada ucapanku; janganlah semuanya itu menjauh dari matamu, simpanlah itu di lubuk hatimu. Karena itulah yang menjadi kehidupan bagi mereka yang mendapatkannya dan kesembuhan [obat] bagi seluruh tubuh mereka.

Amsal 4:20-22

Kata dalam bahasa Ibrani untuk kesehatan adalah “*marpe*” yang artinya “obat”.

Barangkali kedengarannya sulit untuk percaya namun firman Tuhan benar-benar membawa kesembuhan kepada tubuh jasmani kita. Alkitab mengatakan bahwa firman itu adalah hidup dan kesehatan bagi daging; daging artinya tubuh jasmani.

Saya ingin memberikan kutipan sebuah artikel yang sangat menarik dari majalah Reader’s Digest:

²Pendapat yang mengatakan bahwa iman terhadap agama dapat membangkitkan kesehatan jasmani bukanlah hal baru. Kebanyakan dari kita pernah mendengar kasus-kasus di mana seseorang yang sepertinya dengan iman dan kehendak, telah disembuhkan secara ajaib dari penyakit mematikan atau mampu bertahan hidup lebih lama daripada yang diperkirakan dokter. Hal yang baru adalah keuntungan semacam itu dari agama sudah mulai menjadi bahan ilmu pengetahuan.

“Kita tidak dapat membuktikan secara ilmiah bahwa Tuhan menyembuhkan, tetapi saya percaya kami bisa membuktikan bahwa percaya kepada Tuhan ada efeknya yang menguntungkan,” ungkap Dale A. Matthew, M.D., seorang dosen di fakultas kedokteran, Georgetown University Medical Center di Washington, D.C. “Hampir tidak ada keraguan sama sekali bahwa iman yang sehat dan praktik-praktik keagamaan dapat membantu orang-orang menjadi lebih sehat.”

Bukti yang Sangat Kuat

Seberapa berkuasanyakah bukti itu mengaitkan iman dan kesehatan? Lebih dari 30 penelitian telah menemukan adanya koneksi antara komitmen rohani atau religius dan umur panjang. Yang paling kuat di antaranya:

Sebuah survei terhadap 5.286 orang California menemukan bahwa angka kematian anggota jemaat gereja lebih rendah daripada yang bukan anggota jemaat gereja, dengan mengabaikan faktor risiko seperti merokok, minum minuman keras, obesitas dan tidak beraktivitas.

Orang-orang yang memiliki komitmen agama lebih sedikit mengalami gejala penyakit atau memiliki kesehatan yang lebih baik dalam tujuh dari delapan studi tentang kanker, dalam empat dari lima studi tentang tekanan darah, dalam empat dari enam studi tentang penyakit jantung, dan dalam empat dari lima studi tentang kesehatan umum.

Orang-orang yang memiliki komitmen agama yang kuat lebih kebal terhadap depresi, bunuh diri, kecanduan alkohol, dan kecanduan-kecanduan lainnya, menurut sebuah analisis riset.

Salah satu penelaahan yang sangat luas memperlihatkan bahwa koneksi antara agama dan kesehatan berlaku dalam segala usia, jenis kelamin, budaya, dan batas-batas geografi. Penelaahan ini mencakup lebih dari

200 studi di mana agama didapati menjadi faktor di dalam kasus penyakit, jelas Jeffrey S. Levin, mantan dosen di fakultas kedokteran di Eastern Virginia Medical School di Norfolk. Levin menemukan adanya keterkaitan antara kesehatan yang baik dan agama di dalam studi-studi yang melibatkan anak-anak dan orang dewasa, orang-orang Protestan di Amerika Serikat, orang-orang Katolik di Eropa, orang-orang Buddha di Jepang dan orang-orang Yahudi di Israel, orang-orang yang hidup di tahun 1930-an dan 1980-an, dan pasien-pasien yang mengalami penyakit akut dan kronis.

Bagaimana Doa Bisa Menyembuhkan

Mengapa iman terlihat seperti memiliki efek pelindung yang penuh kuasa? Para ahli memberikan beberapa penjelasan yang bisa disampaikan.

Datang pada ibadah-ibadah akan menjamin adanya kontak dengan orang lain. Dukungan sosial merupakan kunci yang sudah dikenal baik untuk kesehatan dan panjang umur.

Iman memberikan perasaan berharap dan pengendalian yang melawan stres. “Komitmen kepada suatu sistem kepercayaan akan memungkinkan orang untuk dapat menangani penyakit-penyakit traumatis, kesakitan, dan kehilangan dengan lebih baik,” kata Harold G. Koenig, M.D., direktur pusat studi agama, spiritualitas, dan kesehatan di Duke University Medical Center, AS.

Doa akan membangkitkan perubahan-perubahan yang menguntungkan di dalam tubuh. Ketika orang berdoa, akan terjadi penurunan tekanan darah, metabolisme, detak jantung dan tarikan napas sebagaimana yang diuraikan di dalam “respons relaksasi” yang terkenal oleh Herbert Benson, M.D. dari Harvard Medical School (Sekolah Kedokteran Harvard). Mengucapkan doa dengan rosario, misalnya, menggunakan langkah-langkah yang sama dengan respons relaksasi, yaitu mengulang kata, doa, frasa, atau suara, dan kembali mengulang ketika pikiran-pikiran lain muncul. Meskipun respons relaksasi berfungsi dengan baik tidak peduli kata-kata yang digunakan, Benson mengatakan, orang-orang yang menggunakan kata-kata atau ungkapan-ungkapan agama cenderung lebih mendapat manfaat jika mereka

percaya kepada Tuhan.

Bisakah Doa Orang Lain Menyembuhkan?

Para peneliti melakukan penyelidikan untuk mengetahui apakah doa orang lain dapat menyembuhkan. Benson dan rekan-rekan kerjanya yang mempelajari pasien-pasien yang menjalani operasi bypass koroner, dan Matthews yang mempelajari orang-orang yang mengalami rematik arthritis berusaha mengkonfirmasi penemuan dari studi yang dilakukan di tahun 1988 oleh seorang kardiolog bernama Randolph Byrd, M.D.

Dr. Byrd membagi 393 pasien jantung di Rumah Sakit San Francisco General Hospital Medical Center ke dalam dua kelompok. Satu kelompok didoakan oleh orang-orang Kristen yang tersebar di seluruh negeri, sedangkan kelompok yang lain tidak didoakan oleh partisipan studi ini. Para pasien tidak mengetahui, mereka masuk ke dalam kelompok yang mana. Kelompok yang didoakan mengalami lebih sedikit komplikasi, lebih sedikit kasus radang paru-paru, lebih sedikit serangan jantung, lebih sedikit kasus gagal jantung, dan memerlukan lebih sedikit antibiotik.

*Bahkan hal yang lebih luar biasa lagi adalah studi-studi kontroversial yang mengatakan bahwa doa dapat memengaruhi segala sesuatu mulai dari pertumbuhan bakteri di dalam laboratorium hingga ke penyembuhan luka pada tikus. “Studi-studi terhadap organisme tingkat rendah ini bisa dilakukan dengan presisi ilmiah yang tinggi, dan hasilnya tidak bisa dijelaskan oleh, misalnya, efek plasebo,” ungkap Larry Dossey, M.D., pengarang *Prayer Is Good Medicine (Doa Itu Obat yang Manjur)*.*

Dokter sebagai Orang Percaya

Dr. Dossey menjadi begitu yakin akan kuasa doa sehingga ia mulai mendoakan pasien-pasiennya secara pribadi. Bagaimanapun juga, ia dan ahli-ahli lainnya bertindak dengan hati-hati dalam hal ini. “Tentu saja kami tidak ingin berjualan agama atas nama ilmu pengetahuan,” katanya. “Orang harus membuat pilihan mereka sendiri.”

Namun, lembaga-lembaga perawatan kesehatan mulai memperhatikan koneksi antara iman dan kesehatan. Banyak konferensi spiritualitas dan

kesehatan disponsori oleh Harvard Medical School dan Mayo Clinic. Hampir setengah dari fakultas kedokteran di AS sekarang ini memberikan mata kuliah dengan topik ini. Dalam sebuah survei terhadap 269 orang dokter dalam acara pertemuan American Academy of Family Physicians yang diadakan pada tahun 1996, 99% mengatakan bahwa mereka berpikir bahwa keyakinan agama dapat memberikan kontribusi terhadap proses kesembuhan. Ketika ditanya tentang pengalaman pribadi mereka, 63% dokter mengatakan bahwa Tuhan ikut campur tangan meningkatkan kondisi kesehatan mereka sendiri.

Jelas, pasien-pasien mereka setuju bahwa doa merupakan sarana yang penuh kuasa untuk menyembuhkan. Pemungutan suara oleh Time/CNN dan USA Weekend memperlihatkan bahwa sekitar 80% orang Amerika percaya bahwa iman atau doa dapat membantu orang untuk pulih dari penyakit atau cedera, dan lebih dari 60% berpikir bahwa para dokter harus berbicara kepada pasiennya tentang iman dan bahkan berdoa dengan pasien yang memintanya.

Kerinduan akan adanya koneksi antara agama dan pengobatan ini sebagian merupakan reaksi terhadap sistem perawatan kesehatan yang telah sangat meningkat dengan pesat dan menjadi kurang memperhatikan orang secara pribadi. “Di dunia medis, pendulum telah terayun begitu jauh ke arah fisik sehingga nyaris benar-benar mengabaikan segala sesuatu yang bersifat spiritual,” ucap Dr. Dossey. “Hal ini terasa tidak benar bagi pasien dan banyak dokter, sementara pendulum itu sudah terayun kembali ke belakang.”

Bagaimana Iman Mengambil Bagian

Jadi, apa artinya ini bagi rata-rata orang? Ini bukan berarti menambahkan penyembuhan ke dalam daftar hal-hal sehat yang bisa kita lakukan. Anda tidak dapat mengadopsi iman ketika Anda menginginkan diet rendah lemak.

Hal yang bisa Anda lakukan adalah berbicara jika Anda menghadapi penyakit atau tindakan operasi dan menginginkan agar kepercayaan Anda menjadi bagian dari perawatan kesehatan bagi Anda. Itu bukan berarti Anda harus mengharapkan dokter Anda untuk berdoa bersama Anda atau bagi Anda. Tetapi masuk akal untuk tetap mengharapkan dia

mendengarkan kebutuhan Anda, mengatur kunjungan dari pendeta rumah sakit, atau meluangkan waktu untuk berdoa sebelum Anda didorong masuk ke kamar operasi.

“Iman” ujar Koenig, “akan memberikan pengendalian diri pada orang-orang atas hidup mereka daripada sekadar bergantung pada profesi medis yang semakin hari semakin menjadi berjarak dan mekanis.”²

11. Saat teduh setiap hari akan menghasilkan pembersihan.

Kamu memang sudah bersih karena firman yang telah Kukatakan kepadamu.

Yohanes 15:3

Kuduskanlah mereka dalam kebenaran; firman-Mu adalah kebenaran.

Yohanes 17:17

Yesaya mengatakan, “Kita memiliki bibir najis dan kita berdiam di tengah-tengah kaum yang najis.” Bersyukurlah kepada Tuhan karena saat teduh setiap hari dapat membersihkan. Pernahkah Anda bertanya mengapa hanya ada sangat sedikit kuasa Allah di dalam gereja sekarang ini? Hal itu karena adanya dosa dan kenajisan di dalam gereja.

Karena ingatlah ini baik-baik: tidak ada orang sundal, orang cemar atau orang serakah, artinya penyembah berhala, yang mendapat bagian di dalam Kerajaan Kristus dan Allah. Janganlah kamu disesatkan orang dengan kata-kata yang hampa, karena hal-hal yang demikian mendatangkan murka Allah atas orang-orang durhaka.

Efesus 5:5, 6

12. Saat teduh setiap hari akan menghasilkan iman di dalam diri rata-rata orang Kristen.

Jadi, iman timbul dari pendengaran, dan pendengaran oleh firman Kristus.

Roma 10:17

Iman timbul dari pendengaran, dan pendengaran oleh firman Kristus.

Semakin banyak Anda membaca Alkitab, semakin Anda percaya kepada kuasa Allah untuk menyelamatkan. Alkitab ditebari dengan ratusan cerita pelepasan oleh Allah. Anda bisa melihat orang yang berada di ambang kematian yang diselamatkan oleh Tuhan. Anda bisa membaca tentang orang-orang yang berada dalam situasi sulit dan rumit yang diselamatkan oleh kuasa Allah. Pengakuan-pengakuan semacam ini memberikan inspirasi bagi iman. Jangan meremehkan hal ini. Jangan berpikir bahwa Anda tahu segalanya tentang Allah. Porsi setiap hari firman Tuhan akan meningkatkan iman Anda.

13. Saat teduh setiap hari akan menyingkirkan keletihan, kekesalan dan depresi.

Sebab seperti hujan dan salju turun dari langit dan tidak kembali ke situ, melainkan mengairi bumi, membuatnya subur dan menumbuhkan tumbuh-tumbuhan, memberikan benih kepada penabur dan roti kepada orang yang mau makan.

Yesaya 55:10

Firman Allah itu seperti hujan dan salju yang membuat dingin dan menyegarkan. Anda akan diberkati oleh efek mendinginkan dan menyegarkan dari saat teduh setiap hari. Jika saya sedang bepergian ke luar kota, saya sering menjadi lelah dan akan menjadi kurang senang jika saya belum mendapatkan waktu bersama Tuhan. Saya tidak bisa menjelaskannya. Anda harus mengalaminya sendiri. Efek yang menyegarkan dan menenangkan yang ditimbulkan oleh hadirat Tuhan di dalam saat teduh tidak dapat dibandingkan dengan apa pun.

14. Saat teduh setiap hari akan membangkitkan kuasa pada orang Kristen biasa.

Sebab aku mempunyai keyakinan yang kokoh dalam Injil, karena Injil adalah kekuatan Allah yang menyelamatkan setiap orang yang percaya, pertama-tama orang Yahudi, tetapi juga orang Yunani.

Roma 1:16

Injil Yesus Kristus (yang merupakan firman Allah) adalah kuasa Allah untuk keselamatan. Ada kuasa di dalam firman Allah. Ada kesembuhan di dalam firman Allah. Ketika Anda memaparkan diri pada firman Allah,

Anda memaparkan diri pada kuasa supranatural. Allah benar-benar ada di dalam firman-Nya. Dia adalah Firman. “Pada mulanya adalah Firman; Firman itu bersama-sama dengan Allah dan Firman itu adalah Allah.” Allah adalah Firman atau Firman itu adalah Allah. Paparkan diri Anda pada firman, maka Anda memaparkan diri Anda sendiri kepada Allah. Kuasa Allah akan nyata bagi Anda.

Kuasa apakah yang mampu mengubah kehidupan ribuan orang muda yang suka menikmati kehidupan malam dengan menari-nari, minum minuman keras, merokok dan bahkan saling menulari satu sama lain dengan HIV? Saya bukan sedang membicarakan tentang orang-orang yang lebih tua yang tidak mempunyai hidup atau kekuatan. Saya membicarakan tentang orang-orang muda yang diubahkan oleh kuasa firman Allah.

Suatu kali seseorang berkata tentang gereja saya, “Gereja Anda seperti sekelompok besar anak-anak muda.” Anda lihat, gereja saya memang terbentuk dari sebagian besar orang-orang muda. Ada ribuan orang muda yang melayani Tuhan dengan sepenuh hati, daya dan kekuatan. Apa yang sudah mengubah jalan hidup mereka? Apakah karena penumpangan tangan? Apakah karena puasa? Bukan! Tetapi karena firman Allah. Firman Allah adalah kuasa Allah dengan kemampuan untuk menyelamatkan dan mengubah.

15. Saat teduh setiap hari dapat menjadikan Anda lebih bijaksana daripada musuh Anda, guru Anda maupun penatua Anda.

Perintah-Mu membuat aku lebih bijaksana daripada musuh-musuhku, sebab selama-lamanya itu ada padaku. Aku lebih berakal budi daripada semua pengajarku, sebab peringatan-peringatan-Mu kurenungkan. Aku lebih mengerti daripada orang-orang tua, sebab aku memegang titah-titah-Mu.

Mazmur 119:98-100

Saat teduh setiap hari akan memberi Anda perspektif hidup yang benar. Anda akan dilepaskan dari tipuan tentang apa yang dapat diberikan hidup ini. Saat teduh akan menuntun Anda dan mengubahkan jiwa Anda. Anda akan melihat hidup dari perspektif yang berbeda. Saat teduh setiap hari akan membuat Anda lebih bijaksana daripada rata-rata orang di sekitar

Anda.

Belum lama ini, saya berjalan di sebuah lapangan golf yang besar sekali milik seorang pria Jepang. Ketika saya melihat tanah yang sangat luas yang menjadi kepunyaan satu orang ini, saya berharap bahwa orang ini mengenal Tuhan. Anda tahu, suatu hari kelak ia akan meninggalkan bumi dan meninggalkan tanah yang sangat luas yang dimilikinya itu.

Firman Tuhan menjadikan Anda menghargai apa yang benar-benar berharga. Firman Tuhan menjadikan Anda melihat kekayaan dunia ini dengan perspektif yang benar. Yesus berkata, “Kumpulkanlah bagimu harta di surga.” Ketika firman Tuhan ada di dalam Anda, Anda akan berkata kepada diri Anda sendiri, “Aku akan mengumpulkan bagiku harta di surga”; inilah hikmat sejati.

Bab 7

Saat Teduh – Kesempatan bagi Anda untuk Mendapatkan Hikmat

1. Saat teduh merupakan kunci untuk mendapatkan hikmat Tuhan dan dengan demikian, promosi bagi Anda juga.

Permulaan hikmat ialah: perolehlah hikmat dan dengan segala yang kauperoleh perolehlah pengertian.

Amsal 4:7

2. Dengan memiliki saat teduh, Anda menjunjung hikmat di dalam hidup Anda dan oleh karenanya membawa diri Anda sendiri kepada kehormatan.

Junjunglah dia, maka engkau akan ditinggikannya; engkau akan dijadikan terhormat, apabila engkau memeluknya.

Amsal 4:8

3. Saat teduh adalah kunci kepada hikmat dan oleh karenanya merupakan kunci menuju kemenangan.

Hikmat lebih baik daripada alat-alat perang, tetapi satu orang yang keliru dapat merusakkan banyak hal yang baik.

Pengkhotbah 9:18

Tetapi mereka tidak sanggup melawan hikmatnya dan Roh yang mendorong dia berbicara.

Kisah Para Rasul 6:10

Pada waktu itu orang lumpuh akan melompat seperti rusa, dan mulut orang bisu akan bersorak-sorai; sebab mata air memancar di padang gurun, dan sungai di padang belantara;

Yesaya 35:6

Janganlah engkau lupa memperkatakan kitab Taurat ini, tetapi renungkanlah itu siang dan malam, supaya engkau bertindak hati-hati sesuai dengan segala yang tertulis di dalamnya, sebab dengan demikian perjalananmu akan berhasil dan engkau akan beruntung.

Yosua 1:8

4. Saat teduh adalah kunci menuju kepada hikmat dan oleh karenanya kunci untuk menjadi kaya.

Kekayaan dan kehormatan ada padaku, juga harta yang tetap dan keadilan... supaya kuwariskan harta kepada yang mengasihi aku, dan kuisi penuh perbendaharaan mereka.

Amsal 8:18, 21

Umur panjang ada di tangan kanannya, di tangan kirinya kekayaan dan kehormatan.

Amsal 3:16

Mahkota orang bijak adalah kekayaannya;...

Amsal 14:24 [terjemahan bebas dari KJV]

5. Saat teduh adalah kunci kepada hikmat Allah yang melindungi Anda dari kepintaran manusia yang bisa menjadi pengganti yang berbahaya atas hikmat Allah.

Di manakah orang yang berhikmat? Di manakah ahli Taurat? Di manakah pembantah dari dunia ini? Bukankah Allah telah membuat hikmat dunia ini menjadi kebodohan? Oleh karena dunia, dalam hikmat Allah, tidak mengenal Allah oleh hikmatnya, maka Allah berkenan menyelamatkan mereka yang percaya oleh kebodohan pemberitaan Injil. Orang-orang Yahudi menghendaki tanda dan orang-orang Yunani mencari hikmat, tetapi kami memberitakan Kristus yang disalibkan: untuk orang-orang Yahudi suatu batu sandungan dan untuk orang-orang bukan Yahudi suatu kebodohan, tetapi untuk mereka yang dipanggil, baik orang Yahudi, maupun orang bukan Yahudi, Kristus adalah kekuatan Allah dan hikmat Allah. Sebab yang bodoh dari Allah lebih besar hikmatnya daripada manusia dan yang lemah dari Allah lebih kuat daripada manusia.

1 Korintus 1:20-25

6. Saat teduh membantu Anda bergerak secara progresif menjauh dari kepintaran manusia, dan sebaliknya menuju ke arah hikmat Allah.

Janganlah ada orang yang menipu dirinya sendiri. Jika ada di antara kamu yang menyangka dirinya berhikmat menurut dunia ini, biarlah ia menjadi bodoh, supaya ia berhikmat. Karena hikmat dunia ini adalah kebodohan bagi Allah. Sebab ada tertulis: “Ia yang menangkap orang berhikmat dalam kecerdikannya.”

1 Korintus 3:18,19

Pada waktu itu pergilah Yesus ke bukit untuk berdoa dan semalam-malaman Ia berdoa kepada Allah. Ketika hari siang, Ia memanggil murid-murid-Nya kepada-Nya, lalu memilih dari antara mereka dua belas orang, yang disebut-Nya rasul: Simon yang juga diberi-Nya nama Petrus, dan Andreas saudara Simon, Yakobus dan Yohanes, Filipus dan Bartolomeus, Matius dan Tomas, Yakobus anak Alfeus, dan Simon yang disebut orang Zelot, Yudas anak Yakobus, dan Yudas Iskariot yang kemudian menjadi pengkhianat.

Lukas 6:12-16

7. Saat teduh akan membawa Anda kepada hikmat sesungguhnya yang menjadikan Anda takut, hormat dan taat kepada Allah.

Permulaan hikmat adalah takut akan TUHAN, dan mengenal Yang Mahakudus adalah pengertian.

Amsal 9:10

Permulaan hikmat adalah takut akan TUHAN, semua orang yang melakukannya berakal budi yang baik. Puji-pujian kepada-Nya tetap untuk selamanya.

Mazmur 111:10

Tetapi kepada manusia Ia berfirman: “Sesungguhnya, takut akan Tuhan, itulah hikmat, dan menjauhi kejahatan itulah akal budi.”

Ayub 28:28

Bab 8

Saat Teduh – Kesempatan bagi Anda untuk Berdoa Setiap Hari

Saat teduh bukan hanya waktu untuk membaca Alkitab dan belajar, tetapi juga waktu untuk berdoa setiap hari. Tidak peduli seberapa pentingnya Anda, Anda perlu berkomunikasi setiap hari dengan Tuhan. Ada orang-orang Kristen yang hanya berdoa tetapi tidak belajar firman Tuhan. Orang-orang seperti ini tidak dapat membangun hubungan yang menyeluruh dengan Tuhan. Hanya gabungan antara firman Tuhan dan doa saja yang dapat membangun saat teduh setiap hari.

Sebelas Alasan untuk Doa Setiap Hari

1. Doa sangat penting.

Ada orang yang pernah berkata bahwa lebih penting mengetahui bagaimana berdoa daripada memiliki gelar dari universitas.

Ada banyak hal yang penting di dalam hidup ini. Pendidikan yang baik itu penting. Uang itu penting. Pernikahan yang baik itu penting. Tetapi, kehidupan doa yang baik adalah yang paling penting.

Hendaklah hal ini masuk ke dalam roh Anda – di dalam segala hal yang Anda lakukan, berdoalah! Di dalam seluruh aktivitas Anda, sediakan waktu untuk berdoa!

2. Orang besar seperti Daud berdoa di saat teduh mereka.

Demi didengar Daniel, bahwa surat perintah itu telah dibuat, pergilah ia ke rumahnya. Dalam kamar atasnya ada tingkap-tingkap yang terbuka ke arah Yerusalem; tiga kali sehari ia berlutut, berdoa serta memuji Allahnya, seperti yang biasa dilakukannya.

Daniel 6:10

Anda akan melihat dari Kitab Suci bahwa Daniel berdoa tiga kali sehari. Perkataan penting yang digunakan di dalam ayat ini adalah “seperti yang biasa dilakukannya”. Itu berarti Daniel sudah menaikkan doa ini secara

teratur. Daniel berdoa bukan hanya karena ia berada dalam kesulitan, tetapi karena ia mempunyai kebiasaan berdoa.

Sangat sering terjadi bahwa ketika orang menjadi kaya, mereka berhenti mengikuti ibadah-ibadah doa dan akhirnya murtad. Tidak demikian halnya dengan Daniel! Ia adalah perdana menteri di negerinya, pemegang otoritas kedua setelah raja. Ia adalah orang yang sukses yang bangkit dari perbudakan hingga ke posisi yang tinggi sebagai perdana menteri. Ia adalah orang yang sangat dihormati dan ditakuti di tengah bangsanya. Ia adalah politisi yang unggul di zamannya. Ia seorang pegawai pemerintahan. Walaupun demikian, ia berdoa tiga kali sehari, setiap hari!

3. Tidak seorang pun terlalu sibuk, terlalu diberkati atau terlalu sukses untuk berdoa.

Boleh saja Anda mempunyai gaya hidup yang sibuk dan mungkin Anda orang yang sangat penting, tetapi saya kira Anda tidak lebih sibuk daripada Daniel. Daniel adalah perdana menteri, pemimpin bangsanya. Banyak orang berpikir bahwa kepala negara atau pegawai pemerintahan menjalani hidup yang rileks dan menyenangkan, bisa terbang ke seluruh dunia. Itu tidak benar!

Saya sendiri pemimpin sebuah organisasi besar, dan saya tahu bahwa orang-orang yang berada pada posisi tinggi tidak mempunyai hidup yang mudah. Semakin tinggi kedudukan Anda, semakin besar tanggung jawab yang Anda pikul.

Ada begitu banyak kerja keras yang harus dilakukan ketika menjalani hidup dan pelayanan yang memimpin. Tahukah Anda bahwa eksekutif-eksekutif sukses seperti Daniel begitu tertekan sehingga mereka mudah terserang penyakit seperti tukak lambung atau serangan jantung? Kondisi ini lebih umum terjadi pada orang-orang yang sangat sibuk karena kerja keras yang mereka lakukan.

Daniel adalah orang seperti itu. Ia perdana menteri, namun ia merasa ia tidak terlalu sibuk untuk bisa berdoa tiga kali sehari. Jika Anda berpikir Anda terlalu sibuk sehingga tidak bisa berdoa, Anda menipu diri sendiri. Jika Anda tidak berdoa, itu karena Anda tidak mau berdoa. Itu karena Anda berpikir bahwa doa tidak penting sekarang ini! Daniel sukses, tetapi ia

berdoa. Mengapa ia bisa berdoa tiga kali sehari?

Saya sudah melihat orang-orang di gereja meroket dari kemiskinan masuk ke dalam berkat yang sangat melimpah. Ketika mereka miskin, mereka mempunyai banyak waktu untuk mengikuti ibadah-ibadah doa. Tetapi ketika mereka diberkati melimpah, mereka merasa bahwa segalanya baik-baik saja. Tidak! Segala sesuatu tidak baik-baik saja! Kondisi Anda yang diberkati bukan tanda bahwa Anda bisa berhenti berdoa!

4. Doa setiap hari adalah sumber kuasa dan perlindungan.

Anda harus menyadari bahwa doalah yang melepaskan kuasa Allah atas nama Anda. Yesus tahu kuasa doa. Itu sebabnya ia meluangkan waktu yang lama untuk berdoa.

Mungkin Anda seorang pengusaha sukses, dan Anda tidak berpikir bahwa Anda membutuhkan hal-hal rohani. Mungkin Anda seorang politisi dan Anda berpikir bahwa perlindungan bagi Anda harus datang dari benda-benda keramat atau kuasa-kuasa jahat. Izinkan saya mengatakan kepada Anda sekarang, ada kuasa di dalam doa. Kita tidak membutuhkan kuasa lain apa pun karena kita mempunyai kuasa doa. Ada perlindungan bagi kita ketika kita berdoa. Bagian terakhir dari perlengkapan senjata Allah adalah doa (Efesus 6:18). Dengan kata lain, doa adalah bagian penting dari pertahanan rohani Anda.

Di negara saya, Ghana, banyak orang menjadi takut ketika mereka kaya. Mereka merasa bahwa ada seseorang yang menggunakan kuasa supranatural untuk berusaha membunuh mereka. Anda tidak perlu merasa takut jika Anda adalah orang yang suka berdoa seperti Daniel. Banyak orang ingin membunuh Daniel. Orang-orang itu bukan sekadar berpikir untuk membunuh Daniel, mereka benar-benar menyusun rencana untuk membinasakannya. Tetapi melalui kuasa doa, Daniel dilindungi dari singa. Saya melihat singa-singa di dalam hidup Anda melarikan diri ketakutan! Saya melihat kuasa doa Anda meningkat! Saya melihat Anda bergerak maju karena kehidupan doa yang baru ditemukan!

...dan ketika Yesus juga dibaptis dan sedang berdoa, terbukalah langit.

Lukas 3:21

Saya melihat langit terbuka atas hidup Anda! Jangan lupa hal ini! Langit terbuka ketika Yesus berdoa. Baik berkat jasmani maupun rohani akan tercurah ke atas Anda ketika Anda menjadi orang yang berdoa.

5. Doa setiap hari penting untuk mendapatkan dan mempertahankan berkat-berkat Tuhan.

Apakah Anda memiliki sesuatu yang membanggakan bagi Anda? Apakah Anda sudah meraih suatu pencapaian di dalam hidup Anda? Izinkan saya mengatakan kepada Anda bahwa itu adalah karena kasih karunia Allah. Dengan kuasa doa, Anda akan mampu meraih banyak hal besar. Melalui doa Anda akan dapat mempertahankan apa yang sudah Allah taruh di tangan Anda.

Saya kenal orang-orang yang mendapat ribuan dolar sebagai pemberian. Sekarang, uang itu sudah menguap ke udara. Allah bisa saja memberi sesuatu kepada Anda tetapi diperlukan kasih karunia-Nya juga untuk mempertahankan berkat itu. Apakah Anda pendeta dari sebuah pelayanan besar? Izinkan saya berkata, diperlukan doa untuk mempertahankan Anda di dalam pelayanan itu. Menurut Anda, mengapa Yesus terus-menerus menyingkir untuk bisa berdoa?

Ada hukum degenerasi yang bekerja di dunia ini. Segala sesuatu sedang membusuk. Bisnis Anda sedang membusuk. Gereja Anda sedang membusuk. Hidup Anda pun sedang membusuk.

Diperlukan kuasa Allah, melalui doa, untuk mempertahankan segala sesuatu yang sudah diberikan Tuhan kepada Anda.

6. Doa saat teduh setiap hari adalah yang paling efektif karena bersifat kebiasaan.

Seorang pria bernama Dostoyevsky pernah berkata, “Separuh kedua dari hidup manusia terbentuk dari kebiasaan-kebiasaan yang dilakukan dalam separuh pertama hidupnya.”

Pascal berkata, “Kekuatan dari kebajikan manusia terbentuk dari kebiasaan-kebiasaannya.”

Jika Anda ingin menjadi orang besar di dalam hidup ini, Anda harus mempunyai kebiasaan-kebiasaan yang baik. Sebuah tindakan akan menjadi

kebiasaan ketika diulang berkali-kali; terkadang disadari, terkadang tanpa disadari. Itu menjadi kebiasaan Anda!

Kebiasaan bisa baik maupun buruk. Ingat bahwa kebiasaan baik bisa diulang dengan sama mudahnya dengan kebiasaan buruk.

Kebiasaan baik akan membawa terobosan-terobosan yang konsisten bahkan tanpa dikehendaki. Kebiasaan buruk juga akan membawa kegagalan yang konsisten. Jika Anda memutuskan untuk membangun kebiasaan doa, berarti Anda membangun kebiasaan untuk sukses.

Yesus pergi ke rumah ibadah di hari Sabat karena itu kebiasaan-Nya. Alkitab mengatakan bahwa Yesus mempunyai kebiasaan atau gaya hidup.

...dan menurut kebiasaan-Nya pada hari Sabat Ia masuk ke rumah ibadat,...

Lukas 4:16

Daniel memiliki kebiasaan berdoa tiga kali sehari.

...tiga kali sehari ia [Daniel] berlutut, berdoa...

Daniel 6:10

Hidup di dunia sekuler tidak dirancang untuk meliputi waktu berdoa. Pekerjaan dimulai pada pagi dini hari dan terus berlanjut hingga larut malam. Minggu-minggu sudah berlalu sebelum Anda sempat berpikir tentang doa. Bagi banyak orang, mengingatkan akan perlunya berdoa adalah situasi yang mustahil. Saudara, melibatkan doa ke dalam hidup Anda sangatlah penting.

Tuhan itu bukan ban cadangan! Ban cadangan adalah sesuatu yang tidak akan dipakai kecuali dalam keadaan darurat. Tuhan tidak bodoh. Apa pun yang ditabur orang, ia akan menuainya. Jika Anda mempunyai waktu untuk Tuhan secara teratur, Ia pun akan mempunyai waktu untuk memberkati Anda secara teratur. Hanya belas kasih Tuhan sendiri yang membuat-Nya mendengarkan doa-doa Anda.

Bangunlah kehidupan doa sampai itu terjadi secara spontan. Bangunlah kehidupan doa sampai Anda berdoa sebagai kebiasaan bahkan tanpa berpikir tentang apa yang sedang Anda kerjakan.

Saya Meluangkan Waktu untuk Berdoa

Ketika saya menjadi mahasiswa kedokteran, saya sangat sibuk dengan tugas-tugas kuliah. Sama sekali tidak ada waktu untuk berdoa. Tetapi karena saya sudah menjadikan doa sebagai bagian dari kehidupan Kristen saya, maka tidak mungkin saya tidak berdoa! Bagaimanapun juga saya harus memasukkannya ke dalam jadwal saya. Saya putuskan untuk berdoa larut malam. Biasanya saya sudah sangat mengantuk, sehingga saya harus berdoa sambil berjalan-jalan agar saya tetap terjaga. Doa begitu penting bagi saya sehingga saya tidak bisa meninggalkannya di dalam hidup saya.

Suatu malam, ketika saya berjalan menuju ke kamar saya setelah berdoa, saya benar-benar tertidur sambil berjalan! Hanya setelah saya terbentur tembok gedung Jurusan Bahasa Spanyol di universitas itu, barulah saya terbangun dari tidur! Saya percaya bahwa Tuhan melihat hasrat saya yang menggebu-gebu untuk tetap bisa berdoa sekalipun jadwal kuliah di fakultas kedokteran tidak memungkinkan untuk itu.

7. Doa saat teduh akan menopang Anda di saat-saat ada masalah.

Mengapa kita harus menunggu sampai ada masalah baru kita berdoa? Apakah Anda akan mengambil seseorang sebagai sahabat baik Anda jika ia menelepon Anda hanya ketika ia sedang berada dalam masalah serius? Di saat tenang, ia tidak punya waktu untuk Anda. Tuhan mencari orang yang mau bersekutu dengan-Nya baik di saat senang maupun susah.

Semakin banyak saya berkhotbah, semakin baik pula khotbah-khotbah saya. Semakin banyak Anda berdoa, Anda akan semakin baik dalam berdoa. Di saat terjadi krisis, Anda akan mendapati diri Anda naik mengatasi situasi itu dan menaikkan doa-doa yang penuh kuasa yang membuahkan hasil.

8. Doa saat teduh diperlukan bagi pemimpin-pemimpin bangsa.

Tak diragukan lagi bahwa dunia ini diperintah oleh roh-roh jahat di udara. Bumi dipenuhi oleh umat manusia yang saling berperang satu sama lain setiap hari. Bencana kelaparan, peperangan, wabah penyakit dan bencana alam banyak terjadi! Anda hanya perlu mengarahkan mata Anda ke berita-berita internasional, maka Anda akan mendengar tentang bencana besar lainnya.

Segala jenis diktator ada di banyak negara. Seperti ular yang berganti kulit, banyak diktator masa lalu memiliki “penampilan demokratis” yang baru namun tetap saja merupakan tirani dan lalim di hatinya. Banyak pemimpin negara benar-benar berada di bawah pengaruh roh-roh jahat, dan itu menjadikan mereka melakukan apa yang telah mereka lakukan. Mereka melekat pada kekuasaan dan bukannya secara terhormat memperkenankan orang lain untuk mendapat kesempatan menjadi pemimpin. Seperti vampir, mereka minum darah kekayaan bangsa dan menimbunnya di tempat-tempat tersembunyi.

Pemimpin-pemimpin yang berkarisma seperti Hitler memimpin bangsa-bangsa untuk masuk ke dalam kemakmuran awal, tetapi kemudian ke dalam kehancuran melalui perang. Saya selalu ingat bagaimana banyak hal berubah di Afrika Selatan setelah Presiden De Klerk menggantikan Presiden Botha. Seorang pemimpin baru memimpin kepada pembebasan Nelson Mandela dan berakhirnya apartheid. Penting bagi kita untuk mendoakan pemimpin-pemimpin bangsa kita masing-masing supaya bangsa kita makmur. Orang yang tepat yang mengendalikan berbagai urusan akan membuat banyak perbedaan bagi bangsa kita masing-masing. Saya percaya bahwa hadirnya orang yang penuh doa seperti Daniel akan membuat banyak perbedaan bagi bangsanya.

9. Doa saat teduh akan membantu Anda membangun kebiasaan berdoa yang lama.

Bertahun-tahun yang lalu, doa yang saya kenal hanyalah doa-doa yang dibacakan oleh para pendeta kami di gereja. Waktu yang paling lama bagi saya berdoa adalah tiga puluh sampai empat puluh detik dan itu adalah ketika saya mengucapkan Doa Bapa Kami. Ada tiga buah doa yang saya tahu bagaimana mengucapkannya, yaitu Doa Bapa Kami, Bunda Maria dan Doa kepada Malaikat Allah! Tetapi, ketika saya bertumbuh di dalam Tuhan, saya belajar bagaimana menaikkan doa saya sendiri. Sekarang saya bisa berdoa beberapa jam sekaligus.

Saya selalu ingat pertama kali saya berdoa selama tiga jam.

Waktu itu saya masih menjadi mahasiswa di Achimota School (Prince of Wales College) di Ghana. Saya sedang berada di tengah krisis dan saya membutuhkan campur tangan Tuhan. Saya juga ingat ketika saya pertama

kali berdoa selama tujuh jam. Ketika itu saya ada di kelas anak-anak unggulan di Achimota School itu. Saya berdoa dari pukul 10 pagi sampai 5 sore. Saya menikmati berdoa berjam-jam.

Berdoa selama tiga puluh menit hampir seperti tidak berdoa bagi saya. Tolong jangan salah mengerti, saya tidak mengatakan bahwa Tuhan tidak mendengar doa yang singkat. Saya katakan bahwa saya telah membangun seni berdoa selama berjam-jam seperti yang dilakukan Yesus. Yesus berdoa selama tiga jam di taman Getsemani.

Maka Ia maju sedikit, lalu sujud dan berdoa,... Setelah itu Ia kembali kepada murid-murid-Nya itu dan mendapati mereka sedang tidur. Dan Ia berkata kepada Petrus: “TIDAKKAH KAMU SANGGUP BERJAGA-JAGA SATU JAM DENGAN AKU?” Lalu Ia pergi untuk kedua kalinya dan berdoa,... Dan ketika Ia kembali pula, Ia mendapati mereka sedang tidur, sebab mata mereka sudah berat. Ia membiarkan mereka di situ lalu pergi dan berdoa untuk ketiga kalinya dan mengucapkan doa yang itu juga.

Matius 26:39, 40, 42-44

Di dalam ayat ini ditunjukkan bahwa Yesus terkejut karena murid-murid-Nya tidak dapat berdoa untuk satu jam saja.

Setelah itu Ia kembali kepada murid-murid-Nya itu dan mendapati mereka sedang tidur. Dan Ia berkata kepada Petrus: “Tidakkah kamu sanggup berjaga-jaga satu jam dengan Aku?”

Matius 26:40

Yesus berdoa sepanjang malam sebelum Ia memilih murid-murid-Nya.

Pada waktu itu pergilah Yesus ke bukit untuk berdoa dan semalam-malaman Ia berdoa kepada Allah. Ketika hari siang, Ia memanggil murid-murid-Nya kepada-Nya, lalu memilih dari antara mereka dua belas orang, yang disebut-Nya rasul.

Lukas 6:12, 13

Barangkali doa yang panjang bukanlah instruksi yang eksplisit atau terang-terangan di dalam Alkitab, tetapi hal ini tersirat di sepanjang firman Tuhan. Di dalam bab-bab selanjutnya, saya akan mengajarkan kepada Anda

tentang apa yang harus didoakan ketika Anda ingin berdoa berjam-jam.

10. Doa saat teduh akan menolong Anda untuk membangun hubungan yang sangat pribadi dengan Tuhan.

Banyak orang Kristen hanya bisa berdoa ketika mereka berada dalam kelompok. Mereka tidak bisa tinggal di dalam kamar sendirian untuk berdoa selama satu jam. Ini kekurangan besar. Ada perbedaan antara berdoa sendirian dan berdoa dengan sekelompok orang. Kedua bentuk doa ini sama-sama penting.

Jika Anda bisa berdoa selama tiga jam sendirian, maka Anda akan bisa berdoa selama enam jam bersama dengan orang lain. Lebih mudah berdoa di dalam kelompok. Setiap kali Anda mengembangkan kemampuan Anda untuk berdoa sendirian, Anda mengembangkan kemampuan Anda sendiri untuk meraih pencapaian besar dalam berdoa.

11. Doa saat teduh akan menolong Anda untuk meniru kehidupan doa Yesus.

Ada empat waktu penting untuk berdoa, yaitu pagi, siang, malam, dan sepanjang waktu.

Yesus berdoa di pagi hari dan saya pun demikian.

Pagi-pagi benar, waktu hari masih gelap, Ia bangun dan pergi ke luar. Ia pergi ke tempat yang sunyi dan berdoa di sana.

Markus 1:35

Apa pentingnya Doa Pagi? Berdoa di pagi hari sangat baik karena Anda berjumpa dengan Tuhan sebelum Anda berjumpa dengan iblis. Anda berjumpa dengan Tuhan sebelum Anda berjumpa dengan suasana hidup. Allah mengurapi Anda untuk menaklukkan setiap gunung yang akan Anda jumpai di dalam hidup Anda.

Doa di siang hari menandai doa di tengah aktivitas. Ketika Anda berdoa di siang hari, itu menandakan bahwa di tengah panasnya hari dan di tengah sengitnya pertempuran, Anda menyadari Allah sebagai kekuatan yang paling penting di dalam hidup Anda. Allah akan memberkati Anda karena doa siang. Saya melihat Anda berdoa di siang hari!

Setelah Ia berpisah dari mereka, Ia pergi ke bukit untuk berdoa.

Markus 6:46

Anda bisa mengambil sedikit waktu makan siang Anda untuk berdoa. Doa itu akan lebih memberi manfaat bagi Anda daripada sepiring nasi!

Penting juga untuk berdoa di malam hari. Ketika Alkitab mengatakan, “berdoa dan berjaga-jagalah”, itu bukan berarti Anda harus membuka mata Anda selama Anda berdoa. Apa yang sebenarnya dimaksud adalah, tetaplah terjaga selama berdoa.

Pada waktu itu pergilah Yesus ke bukit untuk berdoa dan semalam-malaman Ia berdoa kepada Allah.

Lukas 6:12

Ada sesuatu di dalam doa pada malam hari yang berbeda dari berdoa di siang hari. Ini pengalaman yang sangat berbeda. Saya pernah mendengar sebuah cerita bahwa tukang-tukang sihir sangat aktif pada sekitar pukul 2 dini hari. Barangkali ketika Anda berdoa di malam hari, Anda menjegal pasukan kegelapan dengan cara yang berbeda. Karena mereka memang disebut pasukan kegelapan (malam).

Waktu penting yang keempat untuk berdoa adalah “sepanjang waktu”.

Berdoalah tanpa henti.

1 Tesalonika 5:17 [terjemahan bebas dari KJV]

Doa dimaksudkan untuk menjadi aliran komunikasi yang tidak ada hentinya dengan Bapa di surga. Ia sudah memberi kita baptisan Roh Kudus dan karunia berkata-kata dalam bahasa roh. Saya berdoa sepanjang waktu. Istri saya memberi tahu saya bahwa kadang-kadang saya berdoa dalam tidur!

Berdoalah tanpa henti.

1 Tesalonika 5:17 [terjemahan bebas dari KJV]

Anda bisa berdoa di dalam bus ketika Anda sedang dalam perjalanan ke tempat kerja. Anda bisa berdoa dengan lembut kepada diri Anda sendiri ketika Anda sedang di kantor. Anda bisa berdoa sambil mandi. Allah senang jika anak-anak-Nya terus-menerus berhubungan dengan-Nya.

Saya mempunyai teman yang istrinya akan menelepon ke telepon

genggamnya paling tidak tujuh kali dalam sehari. Suatu kali saya mengadakan rapat dengannya, dan ia harus menerima tidak kurang dari empat kali telepon dari istrinya selama rapat berlangsung. Tidak ada hal yang penting, istrinya hanya ingin tetap terus berhubungan! Saya pikir, ini tindakan yang baik. Istrinya tetap menelepon, tanpa henti!

Saya melihat Anda tetap berdoa, tanpa henti! Saya melihat Anda berdoa di pagi hari dan di malam hari. Allah sedang mengubah hidup Anda karena kehidupan doa yang baru Anda temukan! Pernikahan Anda, bisnis Anda dan pelayanan Anda tidak akan sama lagi setelah Anda selesai membaca buku ini!

Seperti Daniel, ketika Anda memutuskan untuk berdoa lama, Anda akan mendapati bahwa Anda membutuhkan suatu pola atau formula untuk doa. Anda membutuhkan sesuatu untuk membimbing Anda dalam kehidupan doa Anda.

Bab 9

Saat Teduh – Kesempatan bagi Anda untuk Membaca Alkitab dan Merenungkan Firman Setiap Hari

Belajarliah untuk menunjukkan dirimu sendiri supaya diakui oleh Allah, sebagai seorang pekerja yang tidak perlu merasa malu, yang membagi firman kebenaran dengan benar.

2 Timotius 2:15 [terjemahan bebas dari KJV]

Orang-orang Yahudi di kota itu lebih baik hatinya daripada orang-orang Yahudi di Tesalonika, karena mereka menerima firman itu dengan segala kerelaan hati dan setiap hari mereka menyelidiki Kitab Suci untuk mengetahui, apakah semuanya itu benar demikian.

Kisah Para Rasul 17:11

Sebab segala sesuatu yang ditulis dahulu, telah ditulis untuk menjadi pelajaran bagi kita, supaya kita teguh berpegang pada pengharapan oleh ketekunan dan penghiburan dari Kitab Suci.

Roma 15:4

Oh, seni yang hilang dari pemahaman Alkitab! Sungguh memprihatinkan melihat banyak orang Kristen tidak membaca Alkitab. Karena banyak orang tidak membaca Alkitab, jelas mereka tidak mempelajarinya. Di dalam bab ini, saya akan menunjukkan kepada Anda bagaimana Anda dapat mempelajari Alkitab secara efektif.

Tiga Tipe Pemahaman Alkitab

1. **Pemahaman Alkitab Mikroskopik** – membaca perikop yang sangat pendek, merenungkan ayat dan kata-kata satu per satu, memeriksa arti ayat-ayat dan kata-kata dengan menggunakan kamus dan konkordansi bahasa Inggris, Yunani dan Ibrani.
2. **Pemahaman Alkitab Topikal** – ini dilakukan dengan mempelajari topik-topik secara tersendiri, seperti iman, kasih, kesabaran dan kesetiaan.

3. **Pemahaman Alkitab Teleskopik** – ini mempelajari Alkitab dari perspektif yang lebih lebar.

Bagaimana Melakukan Pemahaman Alkitab Mikroskopik

1. Lakukan analisa pada setiap kata di dalam ayat yang Anda pelajari.
2. Carilah arti setiap kata di dalam ayat dengan menggunakan kamus.
3. Periksa di dalam Alkitab untuk melihat ayat-ayat lain yang terkait. Lakukan analisa pada ayat-ayat ini juga.
4. Carilah kata-kata Yunani atau Ibrani yang berkaitan dan temukan artinya yang mendalam.
5. Ajukan pertanyaan-pertanyaan berikut ini kepada diri Anda sendiri:
 - i. Apa arti ayat ini?
 - ii. Apa arti ayat ini bagi saya di dalam keadaan saya yang spesifik?
 - iii. Apa yang dikatakan Tuhan kepada saya secara pribadi?
 - iv. Apa yang dikatakan ayat ini?
 - v. Apa yang tidak dikatakan ayat ini?
 - vi. Bagaimana saya bisa menerapkannya di dalam hidup saya?
 - vii. Apakah ada perintah bagi saya yang harus saya taati?
 - viii. Apakah ada peringatan di dalam ayat ini yang harus saya perhatikan?
 - ix. Apakah ada teladan baik yang harus diikuti dan contoh buruk yang harus dihindari?
 - x. Apakah ada alegori (cerita, perumpamaan) untuk saya tafsirkan?
 - xi. Apakah ada janji bagi saya yang harus saya percayai?
 - xii. Apakah ada sesuatu bagi saya yang harus saya doakan?
 - xiii. Kepada siapa saya bisa membagikan perenungan ini?
6. Perhatikan semua tanda baca dan tanda petik.
7. Jangan sekali-kali menelaah ayat di luar konteksnya.

Bagaimana Melakukan Pemahaman Alkitab Topikal

1. Rumuskan topik dengan menggunakan kamus yang baik, misalnya kamus Oxford atau Webster. Topik apa pun bisa dipilih, misalnya kesabaran, semangat atau kasih.
2. Cari semua ayat yang mengacu kepada topik dan baca ayat-ayat itu dengan suara keras.
3. Pelajari semua ayat itu secara mikroskopik.
4. Carilah hal-hal berikut ini:
 - i. Mengapa dan Mengapa tidak tentang topik itu. Misalnya, “Mengapa harus mempunyai kesabaran?” atau “Mengapa tidak mempunyai kesabaran?”
 - ii. Bagaimana dan Bagaimana tidak tentang topik itu. Misalnya, “Bagaimana Anda bisa mempunyai kesabaran?”
 - iii. Di mana dan Di mana tidak tentang topik itu. Misalnya, “Di mana Anda menjalankan kasih?” atau “Di mana Anda tidak menjalankan kasih?”
 - iv. Kapan dan Kapan tidak tentang topik itu. Misalnya, “Kapan Anda harus bersemangat?” atau “Kapan Anda harus tidak bersemangat?”
 - v. Apa dan Apa tidak tentang topik itu. Misalnya, “Apa kasih itu?” atau “Apa sajakah yang bukan kasih itu?”, misalnya, kasih itu bukan hubungan seks, hubungan seks bukan kasih.
 - vi. Siapa dan Siapa tidak tentang topik itu. Misalnya, “Kepada siapakah Anda harus sabar?” atau “Kepada siapakah Anda tidak harus sabar?”
5. Carilah berbagai jenis topik. Misalnya, “Apa sajakah jenis-jenis kasih itu?” - phileo, agape dan eros.
6. Carilah contoh-contoh topik. Carilah contoh-contoh kesabaran di dalam Alkitab. Carilah contoh-contoh semangat, misalnya Yesus.
7. Carilah persoalan/kesalahan yang berhubungan dengan topik. Persoalan apakah yang muncul ketika Anda tidak berjalan dalam kasih? Persoalan

apakah yang dialami orang ketika mereka tidak sabar?

Bagaimana Melakukan Pemahaman Alkitab Teleskopik

1. Bacalah buku secara keseluruhan sekaligus, lebih baik dalam sekali baca. Karena Anda membaca banyak bagian sekaligus, akan lebih mudah jika Anda membaca Alkitab dengan versi bahasa yang mudah dipahami.
2. Bangunlah gambaran yang lengkap.
3. Temukan tema sentral, ayat-ayat kunci atau perikop utama.
4. Lakukan pemahaman Alkitab mikroskopik pada kata-kata kunci yang Anda temukan.

Bab 10

Strategi Utama untuk Mendapatkan Saat Teduh yang Berhasil

Tiga Strategi untuk Saat Teduh yang Berhasil

Strategi # 1 – Tetapkan Waktu yang Praktis, Tidak Berubah-ubah dan Teratur untuk Saat Teduh Anda

Tetapkan waktu yang teratur kapan Anda bertemu Tuhan. Sangatlah penting bagi Anda untuk menetapkan waktu yang teratur untuk saat teduh. Hidup itu sedemikian rupa sehingga hal-hal penting sering kali terabaikan. Jika Anda tidak menjadwalkan waktu yang konstan untuk saat teduh, saya jamin Anda tidak akan melakukannya lagi. Waktu terbaik untuk saat teduh adalah hal pertama di pagi hari.

Perhatikan bahwa Musa memiliki saat teduh di pagi hari.

“Bersiaplah menjelang PAGI dan NAIKLAH PADA WAKTU PAGI ke atas gunung Sinai; berdirilah di sana menghadap Aku di puncak gunung itu. Tetapi janganlah ada seorang pun yang naik bersama-sama dengan engkau dan juga seorang pun tidak boleh kelihatan di seluruh gunung itu, bahkan kambing domba dan lembu sapi pun tidak boleh makan rumput di sekitar gunung itu.”

Keluaran 34:2, 3

Strategi # 2 – Menyingkirlah dari Keberadaan Orang Lain

Tetapi janganlah ada seorang pun yang naik bersama-sama dengan engkau...

Keluaran 34:3

Saat teduh bukan ibadah doa yang melibatkan semua anggota rumah tangga Anda. Saat teduh bukan ibadah gereja yang lain atau acara persekutuan lainnya. Saat teduh adalah saat intim antara Anda dengan Tuhan. Itu adalah momen pribadi yang harus Anda utamakan. Anda akan melihat bahwa Musa tidak dapat menikmati saat teduh jika ada orang lain di dekatnya. Saat teduh adalah saat di mana Anda sendirian saja bersama Allah. Anda tidak dapat membangun hubungan pribadi dengan seseorang

kecuali Anda berada sendirian bersama orang tersebut. Anda harus bisa menarik diri dari orang lain supaya Anda bisa sendirian bersama Tuhan.

Jika Anda bisa mendapatkan waktu itu, Anda harus membuat sebuah tempat pribadi di rumah Anda untuk Anda sendiri di mana Anda bisa berdoa di sana dan berjumpa dengan Tuhan.

Strategi # 3 – Ciptakan Suasana yang Kondusif untuk Persekutuan dengan Tuhan

Anda bisa melakukannya dengan memutar musik penyembahan sebagai latar belakang. Jika Anda tidak mempunyai musik semacam itu, Anda bisa menyembah Tuhan sendiri secara langsung. Ketika Anda menyembah Tuhan, hadirat Tuhan akan memenuhi ruangan Anda. Allah tinggal di dalam pujian. Ada suasana di mana hadirat Tuhan bertakhta. Bagi saya, saya lebih mudah berdoa jika saya memutar musik penyembahan atau rekaman khotbah.

Tidak perlu bergumul di tengah lingkungan yang keras. Hidupkan musik dan sembahlah Tuhan!

Bab 11

Tujuh Langkah Menuju Saat Teduh yang Efektif

Langkah #1 – Berdoalah untuk Memulai Saat Teduh

Sekarang waktunya untuk memuji dan menyembah Tuhan atas kebaikan-Nya. Berdoalah mengucapkan syukur atas hari baru yang diberikan-Nya. Bersyukurlah atas siapa adanya Dia, apa yang sudah dilakukan-Nya, apa yang dapat dan akan dilakukan-Nya. Sekarang mintalah Tuhan untuk berbicara kepada Anda.

Berjalanlah TUHAN lewat dari depannya dan berseru: “TUHAN, TUHAN, Allah penyayang dan pengasih, panjang sabar, berlimpah kasih-Nya dan setia-Nya, yang meneguhkan kasih setia-Nya kepada beribu-ribu orang, yang mengampuni kesalahan, pelanggaran dan dosa; tetapi tidaklah sekali-kali membebaskan orang yang bersalah dari hukuman, yang membalaskan kesalahan bapa kepada anak-anaknya dan cucunya, kepada keturunan yang ketiga dan keempat.” Segeralah Musa berlutut ke tanah, lalu sujud menyembah.

Keluaran 34:6-8

Singkapkanlah mataku, supaya aku memandang keajaiban-keajaiban dari Taurat-Mu.

Mazmur 119:18

Langkah #2 – Bacalah Suatu Perikop dari Dalam Alkitab Sambil Berharap Tuhan Akan Berbicara kepada Anda

Bacalah perikop untuk hari ini sambil berharap Tuhan akan berbicara kepada Anda dari perikop itu. Ada beberapa cara untuk memilih perikop bacaan Alkitab harian.

Bagaimana Memilih Perikop Bacaan Alkitab Harian

- 1. Pilih salah satu kitab dari dalam Alkitab dan baca beberapa ayat dari kitab itu setiap hari.**

Anda harus selalu ingat di mana Anda mengakhiri bacaan supaya Anda

dapat melanjutkan dari bagian yang sama di hari berikutnya. Untuk Perjanjian Baru, saya mendapatkan saat teduh yang luar biasa ketika saya membaca Injil Lukas dan Kitab Efesus. Untuk Perjanjian Lama, saya juga mendapat saat teduh yang luar biasa ketika saya membaca Kitab Kejadian dan 1 Samuel dan 2 Samuel.

2. Pilih satu kepribadian dari dalam Alkitab yang kisah hidupnya Anda ikuti.

Beberapa ayat dari perikop-perikop tentang Musa akan memberikan banyak pewayhuan kepada hidup Anda. Anda harus selalu ingat di mana Anda mengakhiri bacaan Anda supaya bisa memulainya lagi dari bagian tersebut di hari berikutnya.

3. Ambil perikop yang disarankan di dalam pedoman bacaan harian.

Ketika saya pertama kali menjadi orang Kristen, saya bergantung pada Santapan Harian untuk melakukan saat teduh.

Langkah #3 – Lakukan Perenungan (Pikirkan dan Lakukan Refleksi atas Apa yang Sudah Anda Baca)

Apabila Anda tidak memikirkan tentang apa yang Anda baca, Anda akan kehilangan berkat besar dari firman Tuhan tersebut. Paulus menyuruh Timotius untuk merenungkan firman Tuhan.

Perhatikanlah apa yang kukatakan; Tuhan akan memberi kepadamu pengertian dalam segala sesuatu.

2 Timotius 2:7

Tujuh Kunci Menuju kepada Perenungan yang Efektif

- 1. Baca perikop dengan perlahan.**
- 2. Jangan membaca perikop yang sangat panjang kecuali memang perlu.**
- 3. Berhentilah pada ayat mana saja yang menyentuh Anda, lalu renungkan ayat itu.**

Firman Tuhan itu begitu kuat sehingga hanya satu kata saja dalam sebuah ayat sudah cukup untuk mengubah hidup Anda. Tiap saat

teduh harus merupakan pencarian terhadap satu kata yang dapat mengubah hidup Anda.

4. Renungkan arti kata-kata yang Anda baca.

5. Renungkan bagaimana ayat-ayat Alkitab dapat diterapkan dalam kehidupan di tengah generasi Anda.

6. Berbisiklah kepada Roh Kudus.

Katakan, “Tolonglah aku, Roh Kudus, supaya aku mengerti firman-Mu. Bapa, berikan aku Roh Hikmat dan Pewahyuan.” Saya sudah bertahun-tahun berdoa agar Tuhan memberikan kepada saya Roh Hikmat dan Pewahyuan dari firman-Nya.

Dan meminta kepada Allah Tuhan kita Yesus Kristus, yaitu Bapa yang mulia itu, supaya Ia memberikan kepadamu Roh hikmat dan wahyu untuk mengenal Dia dengan benar.

Efesus 1:17

7. Tetapkan cara praktis untuk menjalankan ayat-ayat Alkitab yang sudah Anda pelajari.

Tanpa memikirkan cara untuk menerapkan ayat itu secara langsung, sering kali Anda tidak akan dapat mengambil manfaat dari saat teduh Anda.

Langkah #4 – Bergeraklah ke Dalam Pemahaman Alkitab yang Lebih Dalam dan Buatlah Referensi Lebih Jauh terhadap Hal-hal yang Menyentuh Anda Dalam Saat Teduh

Ada waktunya di mana Anda membutuhkan saat teduh yang lebih lama. Mungkin Tuhan melawat Anda tentang sesuatu hal. Anda harus siap untuk belajar lebih jauh. Itu sebabnya penting untuk memiliki Alkitab yang baik versinya.

Perhatikan lagi perikop yang diambil untuk hal-hal berikut ini:

1. Apa yang diajarkan perikop ini tentang sifat Allah: Bapa, Anak, atau Roh Kudus?
2. Apakah ada janji bagi saya untuk percaya, dan untuk mengklaim, sambil memperhatikan syarat-syarat yang melekat?

3. Apakah ada perintah bagi saya untuk taat, atau contoh yang baik untuk saya ikuti?
4. Apakah ada peringatan yang harus saya dengarkan atau contoh buruk yang harus saya hindari?
5. Apakah ada doa untuk saya panjatkan atau saya ingat?

Langkah #5 – Gunakan Pedoman Membaca Alkitab Anda

Anda bisa melihat pedoman membaca Alkitab harian. Pedoman membaca Alkitab ini sangat membantu untuk membangun kebiasaan saat teduh yang teratur. Anda akan mendapat manfaat dari pengajar-pengajar yang diurapi yang pelayanannya akan menolong Anda bertumbuh.

Langkah #6 – Tuliskan Apa Saja yang Diberitahukan Tuhan kepada Anda

Penting untuk membangun kebiasaan menuliskan hal-hal yang Tuhan katakan kepada Anda.

Jika Anda sudah memegang buku catatan, itu menunjukkan bahwa Anda mempunyai iman kepada Allah yang tidak kelihatan. Anda percaya bahwa Ia sudah berbicara kepada Anda dan Anda sudah menuliskan kata-kata-Nya. Anda sudah mengambil langkah iman yang besar. Tanpa iman tidaklah mungkin untuk menyenangkan Tuhan.

Langkah #7 – Sekarang Luangkan Waktu untuk Tuhan. Dengarkan Suara Roh Kudus

Langkah terakhir dalam saat teduh adalah berdoa. Ada kalanya Anda akan berdoa dalam waktu yang pendek, tetapi di saat lain Anda akan berdoa dalam waktu yang lama. Setelah Anda mendapatkan waktu untuk saat teduh secara teratur, maka waktu doa ini akan semakin panjang dan semakin panjang. Segera Anda akan menyukai waktu yang lebih lama bersama dengan Tuhan.

Selama waktu doa, Tuhan akan berbicara kepada Anda melalui Roh-Nya. Ada hal-hal yang perlu Tuhan katakan kepada Anda secara langsung melalui Roh-Nya. Roh Kudus itu nyata dan Anda harus percaya kepada-Nya.

Bab 12

Perlengkapan untuk Saat Teduh yang Efektif

1. Alkitab

Anda memerlukan beberapa Alkitab supaya bisa melakukan saat teduh yang efektif. Alkitab yang baik dalam bahasa Inggris antara lain: Dake's Annotated Reference Bible (King James Version), Thompson's Chain Reference Bible (King James Version), New International Version, The Amplified Bible dan the New American Standard Bible.

Alkitab adalah buku Allah untuk kita sekarang ini. Ketika Anda membacanya, Anda akan mendengar suara Tuhan berbicara kepada Anda. Ketika Anda mempelajari firman Tuhan, Anda akan mendapatkan pewahyuan-pewahyuan baru yang akan memengaruhi hidup Anda.

2. Buku Catatan

Berfirmanlah TUHAN kepada Musa: “Pahatlah dua loh batu sama dengan yang mula-mula, maka Aku akan menulis pada loh itu segala firman yang ada pada loh yang mula-mula, yang telah kaupecahkan.”

Keluaran 34:1

Anda perlu mencatat hal-hal yang Tuhan katakan kepada Anda. Saya menyediakan sebuah buku yang saya gunakan untuk menuliskan berbagai hal yang Tuhan tunjukkan kepada saya. Terkadang saya terkejut atas banyaknya pewahyuan dan instruksi yang Tuhan berikan kepada saya. Saya tuliskan mimpi-mimpi, penglihatan dan perkataan yang Tuhan berikan kepada saya.

3. Kamus

Kamus Oxford dan Webster's adalah kamus-kamus bahasa Inggris yang baik. Anda akan selalu terkejut mempelajari arti kata-kata yang sering kali kita anggap kita sudah mengetahuinya.

4. Konkordansi

Setiap orang Kristen perlu memiliki Konkordansi Strong karena ini sangat kaya.

5. Sikap yang Baik

Kenali Allah sebagai sang pengarang.

Setelah pada zaman dahulu Allah berulang kali dan dalam pelbagai cara berbicara kepada nenek moyang kita dengan perantaraan nabi-nabi, maka pada zaman akhir ini Ia telah berbicara kepada kita dengan perantaraan Anak-Nya, yang telah Ia tetapkan sebagai yang berhak menerima segala yang ada. Oleh Dia Allah telah menjadikan alam semesta.

Ibrani 1:1, 2

Berfokuslah pada Yesus sebagai tokoh sentral di dalam Alkitab.

“Bukankah Mesias harus menderita semuanya itu untuk masuk ke dalam kemuliaan-Nya?” Lalu Ia menjelaskan kepada mereka apa yang tertulis tentang Dia dalam seluruh Kitab Suci, mulai dari kitab-kitab Musa dan segala kitab nabi-nabi.

Lukas 24:26, 27

Bersedialah untuk menerima instruksi dari Tuhan.

Segala tulisan yang diilhamkan Allah memang bermanfaat untuk mengajar, untuk menyatakan kesalahan, untuk memperbaiki kelakuan dan untuk mendidik orang dalam kebenaran.

2 Timotius 3:16

Izinkan Tuhan mengubah Anda.

Dan kita semua mencerminkan kemuliaan Tuhan dengan muka yang tidak berselubung. Dan karena kemuliaan itu datangnya dari Tuhan yang adalah Roh, maka kita diubah menjadi serupa dengan gambar-Nya, dalam kemuliaan yang semakin besar.

2 Korintus 3:18