

APAKAH YANG HARUS DIKETAHUI OLEH SEORANG KRISTEN

Sedemikian jauh prinsip kesehatan ungkapan Ilahi ini berbicara dengan keras, bahwa mayoritas terbesar orang-orang Kristen yang selalu berdoa memohon kesehatan tetapi tidak pernah berbuat sesuatu untuk memperbaiki kebiasaan-kebiasaan mereka yang salah, adalah hanya sedang menyia-nyiaikan pernafasan mereka. Sungguhpun demikian, kini telah tiba saat kesempatan itu, saat yang berbabagia itu, bagi setiap orang untuk menyadari, bahwa adalah suatu ironi untuk mencoba meyakinkan Tuhan agar supaya tubuh manusia dapat disembuhkan, tetapi hukum-hukum kesehatan-Nya diremehkan atau disingkirkan.

Semua orang Kristen sekarang harus bangun menyadari, bahwa berdoa memohon kesehatan bukannya satu-satunya kewajiban mereka; bahwa kelalaian mereka berbuat sesuatu selain berdoa, dan selain dari pada mendengar saja kepada pengkotbah, adalah bukan saja membuat tubuh mereka sakit, melainkan juga tetap membuat pikiran mereka tidak berdaya dan memelihara jiwa-jiwa mereka tetap dalam kegelapan terhadap Kebenaran yang sedang berkembang. Setiap orang yang membebani dokter dengan seluruh masalah kesehatannya, dan membebani pendeta dengan seluruh masalah kebahagiaan rohaninya, tidak akan berhasil memperoleh kesehatan atau kebenaran apapun. Setiap orang harus memikul sendiri bebannya untuk berlaku adil terhadap dirinya sendiri.

Mengenai sarana berikutnya oleh mana anggota-anggota sidang sebagai sebuah badan dapat memperoleh kembali kesehatan fisik maupun kesehatan rohaninya, Tuhan mengemukakan pertanyaan dan kemudian dijawabNya sendiri sebagai berikut:

"Bukankah supaya memberi rotimu kepada orang yang lapar, dan supaya membawa ke rumahmu orang miskin yang terbuang, dan apabila engkau melihat orang telanjang supaya memberi dia baju; dan supaya tidak menyembunyikan dirimu dari saudaramu sendiri? Pada waktu itulah terangmu akan terbit bagaikan fajar pagi, dan kesehatanmu akan pulih dengan segera: maka kebenaranmu akan berjalan mendahuluimu; kemudian Tuhan akan menjadi penunjangmu. Kemudian engkau akan memanggil dan Tuhan akan menjawab; engkau akan berseru, dan ia akan mengatakan : Disinilah aku."

"Jika engkau membuang dari tengah-tengahmu penindasan, tidak lagi menunjuk-nunjuk dengan jari dan memfitnah; dan jika terharu jiwamu terhadap orang yang lapar, lalu menghiburkan orang yang susah, maka terangmu kelak akan bercahaya dalam kegelapan, dan kegelapanmu akan menjadi bagaikan siang tengah hari : maka Tuhan akan mengendalikan engkau selalu, dan memuaskan jiwamu dalam kekeringan, dan akan menggemukan semua tulangmu : maka engkau akan jadi bagaikan suatu taman yang diairi, dan seperti suatu mata air yang air-airnya tidak pernah berhenti." Yesaya 58 : 7 - 11.

Proyek pelayananmu yang sangat diperlukan bagi orang miskin dan orang sakit ini, yang diadakan oleh DIA yang menaruh perhatian terhadap kita semua, kami yakin, dapat diselenggarakan sekarang seperti halnya di zaman nabi-nabi dahulu : melalui suatu perpuluhan kedua yang setia yang dibayarkan oleh orang-orang yang sadar bahwa adalah lebih baik memberi daripada menerima, ... memang, lebih baik membantu orang lain daripada dibantu; bahwa orang-orang yang memberi adalah lebih berbahagia daripada orang yang menerima. Secara kiasan, setiap orang Kristen harus memutuskan untuk menjadi sebuah sebuah pipa air, yaitu suatu pipa yang senantiasa memberi tetapi tidak pernah kering, bukannya pipa pengisap, yaitu pipa yang senantiasa menerima tetapi tidak pernah penuh.

Tetapi bagaimana pun penyakit dan kematian di antara umat Allah yang setia tidak akan sama sekali lenyap sebelum waktu dan pengetahuan Kebenaran menghantarkan kegenapan Yesaya pasal 33 dan 35 sebagai berikut :

"Pandanglah akan Sion, kota pertemuan raya kita itu : matamu akan melihat Yerusalem suatu tempat kediaman yang tenang, suatu kemah tabernakel yang kelak tidak akan lagi ditutup; tidak satu pun patok-patoknya akan kelak dicabut, atau pun tali-talinya di potong.

"Tetapi di sanalah Tuhan yang gilang-gemilang akan menjadi bagi kita bagaikan suatu tempat sungai-sungai dan aliran-aliran sungai yang luas; perahu dayung tidak akan lagi melaluinya, dan kapal besar pun tidak akan lagi melewatinya. Karena Tuhan adalah HAKIM kita, Tuhan adalah Pemberi Hukum, Tuhan adalah Raja kita; Ia akan menyelamatkan kita. Tali-talimu sudah kendor, semuanya tidak dapat mengikat teguh tiang layarnya, mereka tidak dapat membentangkan layar: pada waktu itulah jarahan barang-barang rampasan dibagi-bagi; orang-orang yang lumpuh mengambil jarahan itu.

"Tidak seorang pun yang tinggal di sana akan mengatakan : Aku sakit: orang-orang yang diam di sana akan diampuni segala kesalahan mereka." "Kemudian mata orang-orang buta akan dicelekkkan, dan telinga orang-orang tuli akan dibuka. Pada waktu itulah orang lumpuh akan meloncat-loncat bagaikan seekor rusa, dan lidah orang yang bisu akan menyanyi; karena di padang belantara akan keluar air, dan sungai-sungai mengalir di gurun kering.

"Dan potongan tanah yang gersang akan menjadi kolam, dan tanah yang kering menjadi mata-mata air; di tempat serigala-serigala berdiam akan tumbuh tebu dan pandan. Maka suatu jalan raya akan terdapat di sana, dan sebuah jalan, maka ia itu akan disebut Jalan Kesucian; semua yang najis tidak akan berjalan melaluinya; tetapi ia itu akan tersedia bagi orang-orang bodoh, mereka tidak akan keliru di dalamnya.

"Tidak akan ada singa di sana, juga tidak akan ada binatang buas yang akan naik ke sana, ia itu tidak akan ditemukan di sana; tetapi orang-orang tebusan akan berjalan-jalan di sana: maka semua orang tebusan Tuhan akan kembali, lalu datang ke Sion dengan nyanyian-nyanyian dan kegembiraan kekal pada kepala mereka; mereka akan memperoleh sukacita dan kegembiraan, maka kesusahan dan keluh-kesah akan berlalu." Yesaya 33 : 20 – 24 ; 35 : 5-10.

IMAN PENTING BAGI KESEHATAN YANG BAIK

Sungguhpun demikian, sentuhan terakhir sesuatu kehidupan yang sempurna adalah iman ; iman yang sudah anda buktikan dan menemukan jalan-jalanmu sebagai jalan-jalan Allah, sehingga apa yang sedang anda lakukan pasti merupakan Keilahian yang terbaik yang ada, bahwa itulah perkara penting yang akan sangat membantu anda, bahwa ia itu sudah membantu anda, dan bahwa ia itu tidak pernah melalaikan anda; iman bahwa DIA cukup mampu untuk mendaratkan anda di pantai-pantai kesehatan, kebahagiaan, dan perdamaian, - memang, bahkan di pantai-pantai Negeri Mulia yang kekal itu. Mengenai hal ini anda akan yakin, sebab anda sedang berbuat segala-segalanya untuk mengetahui Kebenaran dan untuk menyesuaikan diri dengan semua tuntutananya, sekalipun menentang keinginan-keinginan alamiahmu, dan kehendak pribadimu.

Ingatlah, bahwa iman menyingkirkan gunung-gunung yang tinggi, sedangkan tidak percaya mendatangkan malapetaka-malapetaka besar. "Sebagaimana yang sudah engkau *percaya*, demikian itu pula terjadi bagimu." *Percayalah* bahwa engkau menerimanya, maka engkau akan memperolehnya." Matius 8 : 13 ; Markus 11 : 24. Jangan sekali membicarakan keragu raguan; jangan sekali membiasakan diri mengeluh atau membicarakan penyakitmu. Hendaklah pembicaraanmu terus membangun, jangan sekali menghancurkan.

PERCOBAAN LABORATORIUM DAN PENDAPAT DARI AHLI GIZI

Percobaan-percobaan dan pikiran-pikiran berikut ini adalah disesuaikan dan diceritakan kembali dari sumber-sumber di bawah ini: *The Modern Home Physician*, by Pac, Press Pub. Assn.; *Chicago School of Nursing; Clinical Dietetics*, by Sherman; *Intelligent Selection of Foods*, by Original H.E Store, New York City, N.Y.; *Our Babies*, by Dr. Herman N. Bundesen.

Air dan Kegunaannya

Tubuh manusia terdiri dari kira-kira 67 persen unsur pokok air. Seseorang dapat hidup berminggu-minggu lamanya tanpa makanan, tetapi ia tidak mungkin dapat hidup tanpa air lebih dari tiga sampai lima hari.

Air merupakan kendaraan yang mengangkut semua proses tubuh. Secara rata-rata orang membutuhkan kira-kira enam gelas air setiap hari. Kebanyakan orang minum sedikit sekali, dan tidak pada saat-saat yang tepat. Jangan sekali minum pada jam-jam makan atau mencoba menghanyutkan makananmu.

Air membentuk bagian terbesar dari sel-sel, membawa makanan ke jaringan-jaringan, dan menyingkirkan sisa-sisa buangan. Air adalah unsur pokok utama dari sari-sari cairan pencernaan, dan mengatur suhu tubuh.

Air yang cocok bagi konsumsi manusia harus jernih, berasal dari selera yang disukai, dan tidak terlalu keras. Ia itu harus bebas dari mineral-mineral yang beracun, bahan organik, dan bakteri.

Air mudah sekali tercemar, dan merupakan salah satu dari penyebar-penyebar biasa typhus, demam dan kholera. Sekiranya ada keragu-raguan terhadap kemurniannya, maka ia itu harus dibersihkan. Proses pembersihan yang paling sederhana dan terpercaya di rumah ialah memasaknya sampai mendidih. Apa yang disebut saringan-saringan yang dipasang pada keran-keran air hanya akan memberikan suatu jaminan yang semu. Sebuah saringan pasir yang besar menyingkirkan semua bakteri yang berbahaya.