

¹⁷Tetapi apabila engkau berpuasa, minyakilah kepalamu dan cucilah mukamu, ¹⁸supaya jangan dilihat oleh orang bahwa engkau sedang berpuasa, melainkan hanya oleh Bapamu yang ada di tempat tersembunyi. **Maka Bapamu yang melihat yang tersembunyi akan membalasnya kepadamu.**

- Matius 6:17-18 -

Keluarga Allah
SPIRITUAL UPGRADE #3

gbika.org

The Force OF FASTING

• KEKUATAN PUASA •

SPIRITUAL UPGRADE #3
PENINGKATAN ROHANI #3
THE FORCE OF FASTING
KEKUATAN PUASA

PEMBUKAAN:

- Minggu lalu kita sudah belajar tentang puasa. Puasa adalah salah satu disiplin rohani yang sangat penting untuk kita yang rindu mengalami spiritual upgrade. No fasting, no upgrading! Tetapi dengan berpuasa, kita sedang mengupgrade banyak hal dalam diri kita: kita mengupgrade komitmen kita, kita mengupgrade pengendalian diri kita, kita mengupgrade diri kita untuk selalu berpikir positif, dst.
- Itu sebabnya saya mendorong untuk setiap kita bisa ikut masuk dalam kegerakan doa puasa massal 40 hari ini. Memang buat daging rasanya tidak enak, tetapi ketidakenakan sesaat kita akan mengerjakan pembaharuan besar dalam hidup kita! Saya berdoa lewat doa puasa ini, Tuhan mengupgrade roh anda, karakter anda, bahkan komsel saudara, bahkan saya berdoa Tuhan mengupgrade gereja kita dengan lebih dahsyat.
- Hari ini kita akan menggali lebih dalam tentang doa puasa. Judul firman Tuhan hari ini adalah **The Force of Fasting** atau **Kekuatan Puasa**.

- I. **SADARILAH BAHWA BERPUASA ITU MENYENANGKAN.**
 - a. **PUASA BUKANLAH SESUATU YANG HARUS KITA HINDARI APALAGI TAKUTI.**
 - Kita bisa melihat banyak sekali contoh tokoh-tokoh hebat dalam Alkitab yang berpuasa.
 - **TERNYATA BERPUASA TIDAK MENAKUTKAN, SEBALIKNYA MENGUATKAN; ITU SEBABNYA ORANG-ORANG YANG KOMIT BERPUASA JADI ORANG-ORANG HEBAT.**
 - Gara-gara tidak menyadari kebenaran yang luarbiasa dalam Doa Puasa, banyak orang Kristen tidak tertarik untuk Berpuasa.
 - b. **PUASA MENJADI SESUATU YANG MENYENANGKAN, JIKA KITA SADAR ADA KUASA BESAR DI BALIKNYA.**
 - Ada kisah nyata yang mungkin lucu dan menarik di sebuah gereja kecil di Texas.
 - Kalau kita tidak percaya akan kuasa doa puasa, maka tidak heran puasa jadi beban dan kita hindari.
 - **Matius 6:17-18. 17 Tetapi apabila engkau berpuasa, minyakilah kepalamu dan cucilah mukamu, 18 supaya jangan dilihat oleh orang bahwa engkau sedang berpuasa, melainkan hanya oleh Bapamu yang ada di tempat tersembunyi. Maka Bapamu yang melihat yang tersembunyi akan membalasnya kepadamu."**

- **Kesaksian: Ps EA Adeboye berkata bahwa kalau puasa membuat kita jadi sakit, maka seharusnya dia sudah sakit sejak lama. Akan tetapi sebaliknya, berpuasa membuat dia tambah Sehat, tambah Panjang umur, tambah bahagia, tambah penuh urapan dan Kuasa, tambah besar terobosan yang dialami, dan tambah heran dipakai Tuhan melakukan perkara-perkara yang ajaib. Ayo Puasa!**

II. KUASA DI BALIK PUASA.

1. BERPUASA AKAN MEMBUAT PEMBEDAAN YANG AJAIB DARI TUHAN.

- 1 Raja-raja 17:10-16 10 Sesudah itu ia bersiap, lalu pergi ke Sarfat. Setelah ia sampai ke pintu gerbang kota itu, tampaklah di sana seorang janda sedang mengumpulkan kayu api. Ia berseru kepada perempuan itu, katanya: "Cobalah ambil bagiku sedikit air dalam kendi, supaya aku minum." 11 Ketika perempuan itu pergi mengambilnya, ia berseru lagi: "Cobalah ambil juga bagiku sepotong roti." 12 Perempuan itu menjawab: "Demi TUHAN, Allahmu, yang hidup, sesungguhnya tidak ada roti padaku sedikit pun, kecuali segenggam tepung dalam tempayan dan sedikit minyak dalam buli-buli. Dan sekarang aku sedang mengumpulkan dua tiga potong kayu api, kemudian aku mau pulang dan mengolahnya bagiku dan bagi anakku, dan setelah

kami memakannya, maka kami akan mati." 13 Tetapi Elia berkata kepadanya: "Janganlah takut, pulanglah, buatlah seperti yang kaukatakan, tetapi buatlah lebih dahulu bagiku sepotong roti bundar kecil dari padanya, dan bawalah kepadaku, kemudian barulah kaubuat bagimu dan bagi anakmu. 14 Sebab beginilah firman TUHAN, Allah Israel: Tepung dalam tempayan itu tidak akan habis dan minyak dalam buli-buli itu pun tidak akan berkurang sampai pada waktu TUHAN memberi hujan ke atas muka bumi." 15 Lalu pergilah perempuan itu dan berbuat seperti yang dikatakan Elia; maka perempuan itu dan dia serta anak perempuan itu mendapat makan beberapa waktu lamanya. 16 Tepung dalam tempayan itu tidak habis dan minyak dalam buli-buli itu tidak berkurang seperti firman TUHAN yang diucapkannya dengan perantaraan Elia.

- **Memang rasanya yang dilakukan janda sarfat ini konyol bahkan terlihat bodoh. Tetapi yang terjadi kemudian begitu ajaib: Bukan hanya janda itu bisa makan kembali, tetapi tepung dan minyak yang dia miliki tidak bisa berkurang secara ajaib sampai masa kekeringan berakhir!**
- **Kesaksian: Dalam gereja kita, saya perhatikan kalau jemaat dan pelayan Tuhan sedikit doa puasa, maka sedikit juga kesaksian keajaiban yang terjadi. Akan tetapi Ketika kita mulai**

meningkatkan Doa Puasa kita dengan drastis, demikian pula mujizat dan tanda ajaib akan meningkat dengan drastis. Ada Pembedaan yang Ajiab! Gereja yang berhenti doa puasa, akan berhenti mendengarkan mujizat dan kesembuhan ilahi. Itu sebabnya saya tantang seluruh jemaat Keluarga Allah untuk komit Doa Puasa 40 Hari. Kalau anda mau lebih dari itu, anda bisa terus lanjutkan doa puasa. Kalau anda terlambat memulai, no problem segera mulai saja, dan anda hitung sendiri 40 hari doa puasa.

2. BERPUASA AKAN MEMBUAT HIDUP KITA SANGAT PRODUKTIF.

- **Sebagian orang yang berpikir kalau seseorang puasa, maka pasti aktivitasnya menjadi tidak produktif.**
- **Ulangan 9:9-10. 9 Setelah aku mendaki gunung untuk menerima loh-loh batu, loh-loh perjanjian yang diikat TUHAN dengan kamu, maka **aku tinggal empat puluh hari empat puluh malam lamanya di gunung itu; roti tidak kumakan dan air tidak kuminum.** 10 TUHAN memberikan kepadaku kedua loh batu, yang ditulisi jari Allah, di mana ada segala firman yang diucapkan TUHAN kepadamu di gunung itu dari tengah-tengah api, pada hari perkumpulan.**
- **Kenapa waktu puasa kita bisa semakin produktif? Waktu kita berpuasa, kita sedang merendahkan**

diri dan berserah penuh pada Tuhan, itu sebabnya Tuhan turut bekerja bersama kita. Inilah yang membuat hidup kita Super Produktif!

- **Masih ingat kisah Daniel dan teman-temannya yang memilih untuk berpuasa hanya makan sayur dan tidak menyantap makanan raja?**
- **Kesaksian: Dulu saya khawatir kalau saya Doa Puasa pada Hari Minggu dan masih harus khotbah 5x, apakah saya kuat. Akan tetapi yang luarbiasa, justru saya dapat kekuatan ekstra dari Tuhan, khotbah penuh urapan, tidak merasa lapar, dan ada kekuatan yang sangat besar yang menopang saya, sehingga Kuasa Allah dimanifestasikan dengan lebih dahsyat.**

3. BERPUASA SANGGUP MEMBALIKKAN KEADAAN.

- **Ester 4:15-16. 15 Maka Ester menyuruh menyampaikan jawab ini kepada Mordekhai: 16 "Pergilah, kumpulkanlah semua orang Yahudi yang terdapat di Susan dan berpuasalah untuk aku; janganlah makan dan janganlah minum tiga hari lamanya, baik waktu malam, baik waktu siang. Aku serta dayang-dayangku pun akan berpuasa demikian, dan kemudian aku akan masuk menghadap raja, sungguhpun berlawanan dengan undang-undang; kalau terpaksa aku mati, biarlah aku mati."**

- Ketika kita berpuasa dengan benar di hadapan Tuhan, maka favor Tuhan akan turun dengan sangat nyata.
 - **Ester 9:1** Dalam bulan yang kedua belas — yakni bulan Adar —, pada hari yang ketiga belas, ketika titah serta undang-undang raja akan dilaksanakan, pada hari musuh-musuh orang Yahudi berharap mengalahkan orang Yahudi, **terjadilah yang sebaliknya: orang Yahudi mengalahkan pembenci-pembenci mereka.**
 - Kalau anda ingin membalikkan kegagalan menjadi keberhasilan, maka Doa Puasa!
- iii. **PUASA AKAN TERASA SANGAT MENYENANGKAN KALAU KITA MELAKUKAN SECARA BERSAMA-SAMA.**
- a. Segala sesuatu akan terasa lebih ringan dan menyenangkan jika dikerjakan bersama-sama; Termasuk dalam hal puasa.
 - Ada saatnya kita **berpuasa sendirian** tanpa sepengetahuan orang di sekeliling kita seperti kata firman Tuhan. Tetapi ada saatnya kita **berpuasa bersama-sama** dan menjadikan itu sebuah kegerakan yang masif.
 - **Bukan hanya menyenangkan, tetapi kegerakan doa puasa bersama akan membawa dampak yang sangat besar!**

- b. **Imamat 26:8** Lima orang dari antaramu akan mengejar seratus, dan seratus orang dari antaramu akan mengejar selaksa dan semua musuhmu akan tewas di hadapanmu oleh pedang.
- **Lima orang mengalahkan 100 (1:20). Harusnya 100 orang mengalahkan 2000. Tetapi 100 nyatanya bisa mengalahkan 10.000. Itulah kuasa kesatuan!**

PENUTUP:

Puasa bukanlah hal yang menakutkan. Puasa ada hal yang menyenangkan karena penuh dengan berkat Tuhan.