LENTERA

*LEN*ggang penggalih nampi *TE*ntrem *RA*hayu

(Beristirahat sejenak menerima damai sejahtera)

Edisi November 2026

UNTUK KALANGAN SENDIRI

BAHAN PA GKJ Bejiharjo

Diterbitkan oleh:
Bidang PWG GKJ Bejiharjo

PENGANTAR MATERI PA BULAN NOVEMBER 2026

Puji syukur kita panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas kasih, penyertaan, dan pemeliharaan-Nya yang senantiasa hadir dalam kehidupan kita. Oleh karena anugerah-Nya, kita kembali diberikan kesempatan untuk memasuki bulan November 2026 dengan hati yang penuh syukur dan pengharapan.

Bahan Pemahaman Alkitab (PA) bulan ini disusun sebagai sarana bagi kita untuk semakin mengenal firman Tuhan, memahami kehendak-Nya, serta belajar menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Melalui setiap perenungan dan pembahasan firman Tuhan, kita diajak untuk tidak hanya menjadi pendengar firman, tetapi juga menjadi pelaku firman yang menghadirkan kasih, pengampunan, kepedulian, dan damai sejahtera bagi sesama.

Dalam perjalanan hidup, ada banyak pengalaman yang kita hadapi, baik sukacita maupun pergumulan. Namun, melalui firman-Nya, Tuhan senantiasa mengingatkan bahwa kita tidak pernah berjalan sendiri. Karena itu, marilah kita mengikuti setiap pertemuan PA dengan hati yang terbuka, kerendahan hati untuk belajar, serta kerinduan untuk terus bertumbuh dalam iman.

Kiranya bahan PA bulan November 2026 ini dapat menjadi berkat bagi setiap pribadi dan persekutuan. Biarlah melalui kebersamaan dalam menggali firman Tuhan, iman kita semakin diteguhkan, kehidupan kita semakin diperbarui, dan kasih Kristus semakin nyata melalui perkataan maupun perbuatan kita.

Selamat mengikuti Pemahaman Alkitab. Tuhan Yesus memberkati

BAHAN PA
02 – 07 November 2026
(*Bahan bisa disesuaikan dengan waktu pelaksanaan tiap wilayah*)

1. **Waktu Teduh**
2. **Nyanyian (Nyanyian ditata oleh penuntun PA)**
3. **Doa Pembuka & Firman**
4. **Pembacaan Alkitab: 1 Korintus 6 : 12–20**
5. **Uraian Pengantar PA**

TUBUH SEHAT & IMAN KUAT

Sering kali sebagai orang Kristen, kita sangat memperhatikan kesehatan rohani melalui doa, membaca Alkitab, beribadah, dan melayani Tuhan. Namun, terkadang kita lupa bahwa kesehatan fisik juga merupakan bagian penting dari kehidupan iman. Kita bisa rajin melayani, aktif dalam kegiatan gereja, dan memiliki banyak rencana pelayanan. Tetapi jika kita tidak menjaga kesehatan, tubuh kita bisa menjadi lemah dan aktivitas pelayanan pun terganggu.

Firman Tuhan dalam 1 Korintus 6:12–20 mengingatkan bahwa tubuh kita adalah bait Roh Kudus. Artinya, tubuh bukan sesuatu yang boleh kita perlakukan sembarangan. Kita memiliki tanggung jawab untuk merawat dan menjaganya.

Menjaga kesehatan adalah bentuk rasa syukur kepada Tuhan. Tuhan telah memberikan tubuh dan kehidupan kepada kita. Karena itu, kita perlu menghargainya dengan makan makanan bergizi, berolahraga, tidur cukup, dan menjaga kebersihan.

Tubuh yang sehat membantu kita menjalankan tanggung jawab dalam keluarga, pekerjaan, gereja, dan masyarakat. Menjaga kesehatan bukan berarti kita hanya memikirkan diri sendiri, tetapi juga supaya kita dapat terus menjadi berkat bagi orang lain.

Ada kalanya orang berpikir bahwa cukup berdoa saja tanpa perlu melakukan tindakan nyata untuk menjaga kesehatan. Seolah-olah jika kita

memiliki iman yang kuat, kita tidak perlu terlalu memperhatikan kondisi tubuh atau melakukan pemeriksaan kesehatan. Padahal, iman dan tindakan perlu berjalan bersama.

Kita memang berdoa memohon kesehatan dan perlindungan Tuhan, tetapi kita juga perlu melakukan bagian kita dengan menjaga pola makan, berolahraga, beristirahat cukup, memeriksakan diri ketika mengalami keluhan, dan mengikuti nasihat tenaga kesehatan. Kita tidak selalu dapat menghindari penyakit, tetapi kita dapat berusaha menjaga kesehatan dengan bijaksana.

BAHAN DISKUSI:

1. Kebiasaan apa yang selama ini tanpa sadar merugikan kesehatan kita? dan apakah kita pernah terlalu sibuk bekerja atau melayani sehingga mengabaikan kesehatan sendiri?

2. Apa satu perubahan sederhana yang bisa kita mulai minggu ini untuk menjaga kesehatan?

6. Nyanyian & Persembahan (Nyanyian ditata oleh penuntun PA)

7. Doa Syafaat & Penutup

09 – 14 November 2026

(*Bahan bisa disesuaikan dengan waktu pelaksanaan tiap wilayah*)

1. **Waktu Teduh**
2. **Nyanyian (Nyanyian ditata oleh penuntun PA)**
3. **Doa Pembuka & Firman**
4. **Pembacaan Alkitab: Yohanes 6:35-40**
5. **Uraian Pengantar PA**

DATANG DAN PERCAYA

Dalam kehidupan sehari hri sering kita mendengar beberapa ungkapan saya kekenyangan, saya haus, saya bahagia. Ungkapan-ungkapan tersebut merupakan contoh tolok ukur atau seberapa besar tingkat pemenuhan seseorang terhadap kebutuhan tubuh atau raga manusia.

Pada dasarnya manusia hidup memiliki kebutuhan untuk memenuhi kebutuhan tubuhnya untuk bertahan hidup. Namun apakah cukup hanya itu saja?

Berapa banyak orang yang segala kebutuhan tubuh dan raganya sangat tercukupi namun terasa ada yang kurang? Dalam PA kali ini kita akan bersama sama belajar ten hal ini.

Kebutuhan manusia secara umum dibagi menjadi 2 hal :

1. Kebutuhan jasmani : adalah kebutuhan manusia berkaitan dengan fisik raga/tubuh manusia, seperti saat lapar manusia butuh makan, saat haus kita butuh minum, saat ngantuk kita butuh istirahat tidur, dan biasanya kebutuhan ini berlangsung terus menerus selama manusia masih hidup dan bernafas tidak mungkin semasa hidup hanya butuh satu kali makan, satu kali minum.
   Belum lagi jika kita bicara kebutuhan sekunder rasanya manusia tidak akan pernah bisa merasa puas akan apa yang dimiliki saat ini (sudah punya sepeda pengen punya motor, sudah punya motor pengen punya mobil, sudah punya hp android pengen punya Iphone, dan masih banyak lagi)

2. Kebutuhan rohani/jiwa: adalah segala sesuatu yang diperlukan oleh jiwa,bathin atau mental seseorang (contoh rasa tenang, rasa bahagia, rasa damai, merasa sejahtera)

Idealnya manusia dalam hidup dapat memenuhi kebutuhan dangan baik, baik kebutuhan jasmani maupun kebutuhan rohani secara berimbang. Namun kenyataanya banyak orang hanya bisa memenuhi kebutuhan jasmani tetapi kebutuhan rohaninya tidak terpenuhi secara baik bahkan mungkin meskipun ber-KTP Kristen namun tidak merasakan terpenuhi kebutuhan Jiwa/rohaninya.

Firman Tuhan dalam Yohanes 6:35 menjawab pertanyaan bagaimana manusia bisa memenuhi kebutuhan rohaninya; *Kata Yesus kepada mereka: 'Akulah roti hidup; barangsiapa datang kepada-Ku, ia tidak akan lapar lagi, dan barangsiapa percaya kepada-Ku, ia tidak akan haus lagi. Dalam ayat ini menegaskan 2 hal:*

1. *Datang Kepada Yesus ; berarti ajakan kita untuk datang dan melihat kasih kuasa Tuhan yang nyata selalu hadir dalam hidup kita.*
2. *Percaya Kepada Yesus: dengan percaya Tuhan Yesus berarti kita mau menerima kasih dan kuasa Tuhan itu sendiri dan selanjtunya mau malakukan panggilan sebagai orang percaya untuk mengadirkan dan menyatakan kasih dan kuasa Tuhan bagi banyak orang*

Hanya dengan datang dan percaya kepada Tuhan Yesus saja maka cukuplah semua kebutuhan kerohanian kita, dimana kita bisa peroleh rasa damai, bahagia, dan sejahtera sehingga kita bisa memiliki rasa syukur.

Ironisnya Banyak orang yang mendengar, melihat dan merasakan kasih Tuhan namun tidak mau percaya (Yohanes 6:37) "Tetapi Aku telah berkata kepadamu: Sungguhpun kamu telah melihat Aku, kamu tidak percaya.". Seperti orang orang yahudi waktu itu mereka mendengar perkataan Tuhan Yesus langsung bahkan melihat pekerjaan pekerjaan Tuhan Yesus langsung namun mereka (tokoh yahudi) tidak mau percaya, merasa hidup lebih rohani dari orang lain namun tidak mau datang bahkan percaya kepada Tuhan. Dijaman sekarang hal ini pun masih terjadi.

Maka marilah kita orang yang percaya untuk selalu datang dan percaya kepada Tuhan yesus agar rohani kita tepenuhi selalu dan roh kudus senantiasa menuntun dalam kehidupan kita sehari-hari sehingga

sudah selayaknya kita senantiasa bersyukur kepada Tuhan, karena hanya dengan memiliki rasa syukur itulah kebutuhan jasmani kita dan rohani kita terpenuhi.

BAHAN DISKUSI:

1. Sudahkah kita benar benar datang dan percaya Kepada Tuhan Yesus? Jelaskan;

2. Bagaimana cara kita agar orang lain juga mau datang dan percaya Kepada Tuhan Yesus? sebutkan contoh kongkritnya!

6. Nyanyian & Persembahan (Nyanyian ditata oleh penuntun PA)

7. Doa Syafaat & Penutup

BAHAN PA
16 – 21 November 2026
(*Bahan bisa disesuaikan dengan waktu pelaksanaan tiap wilayah*)

1. **Waktu Teduh**
2. **Nyanyian (Nyanyian ditata oleh penuntun PA)**
3. **Doa Pembuka & Firman**
4. **Pembacaan Alkitab: Mazmur 46: 1-8**
5. **Uraian Pengantar PA**

JANGAN PANIK!!!

Kita hidup di zaman ketika dunia terasa semakin tidak pasti. Berbagai ancaman muncul di sekitar kita: bencana alam, perubahan iklim, konflik antar bangsa, krisis ekonomi, gangguan teknologi, hingga kemungkinan *blackout* atau pemadaman listrik dalam skala besar.

Bayangkan jika suatu malam listrik padam bukan hanya selama beberapa jam, melainkan berhari-hari. Internet terputus, telepon kehabisan daya, transaksi keuangan terganggu, air bersih sulit diperoleh, dan kita tidak bisa mendapatkan informasi dengan mudah. Dalam situasi seperti itu, banyak hal yang selama ini kita anggap biasa tiba-tiba menjadi sangat berharga. Kita mungkin terbiasa mengandalkan teknologi, pekerjaan, tabungan, fasilitas modern, dan kemampuan diri sendiri. Namun, ketika semua itu terganggu, kita mulai menyadari bahwa hidup manusia sesungguhnya sangat terbatas.

Mazmur 46 menggambarkan keadaan yang sangat mengerikan: bumi berubah, gunung-gunung berguncang, dan air bergelora. Namun, di tengah gambaran yang penuh ancaman itu, pemazmur tetap menyatakan bahwa Allah adalah tempat perlindungan dan kekuatan.

Ini bukan berarti orang percaya pasti terhindar dari bencana. Orang beriman pun dapat mengalami kehilangan, ketakutan, kesulitan ekonomi, dan penderitaan. Akan tetapi, iman mengingatkan kita bahwa penderitaan bukanlah akhir dari seluruh pengharapan kita.

Karena itu, menghadapi kemungkinan pemadaman listrik atau bencana bukan berarti kita harus panik atau langsung percaya pada setiap kabar yang menakutkan. Kita perlu mencari informasi dari sumber resmi, menyiapkan kebutuhan dasar, menjaga komunikasi dengan keluarga, dan mengetahui langkah keselamatan yang tepat.

Kesiapsiagaan bukan tanda kurang iman. Justru, mempersiapkan diri dengan bijaksana merupakan bagian dari tanggung jawab kita terhadap kehidupan yang Tuhan percayakan, karena Iman bukanlah hidup tanpa persiapan. Iman adalah bersandar kepada Tuhan sambil tetap melakukan bagian kita dengan bertanggung jawab.

BAHAN DISKUSI:

1. Ketika mendengar berita tentang ancaman *blackout*, bencana alam, konflik, atau krisis ekonomi, apa yang paling kita rasakan: takut, cemas, bingung, atau justru terdorong untuk lebih dekat kepada Tuhan? Mengapa?

2. Apakah keluarga dan gereja kita sudah memiliki rencana mitigasi yang jelas dalam menghadapi segalam ancaman bencana?

6. Nyanyian & Persembahan (Nyanyian ditata oleh penuntun PA)

7. Doa Syafaat & Penutup

BAHAN PA

23 – 28 November 2026

(*Bahan bisa disesuaikan dengan waktu pelaksanaan tiap wilayah*)

1. **Waktu Teduh**
2. **Nyanyian (Nyanyian ditata oleh penuntun PA)**
3. **Doa Pembuka & Firman**
4. **Pembacaan Alkitab: Matius 25: 1 - 13**
5. **Uraian Pengantar PA**

MENELADANKAN KASIH, MEWARISKAM IMAN

Dalam Matius 25:1–13, Yesus menceritakan perumpamaan tentang sepuluh gadis yang menantikan kedatangan mempelai laki-laki. Lima gadis bijaksana membawa persediaan minyak, sedangkan lima gadis bodoh tidak mempersiapkannya. Ketika mempelai datang, hanya mereka yang siap dapat masuk ke dalam perjamuan kawin. Perumpamaan ini mengajarkan bahwa kita harus senantiasa berjaga-jaga dan mempersiapkan diri untuk menyambut kedatangan Tuhan.

Tema *"Meneladankan Kasih, Mewariskan Iman"* mengajak kita memahami bahwa iman bukan hanya untuk diucapkan, tetapi juga harus diwujudkan melalui tindakan nyata dalam kehidupan sehari-hari.

1. Pertama, meneladankan kasih melalui perbuatan
   Kasih dapat kita tunjukkan melalui perhatian kepada keluarga, kesediaan mengampuni, kepedulian kepada sesama, dan kesetiaan dalam melayani Tuhan. Anak-anak dan orang-orang di sekitar kita akan lebih mudah mengenal kasih Tuhan ketika mereka melihat kasih itu nyata dalam kehidupan kita.

2. Kedua, mewariskan iman melalui keteladanan
   Iman tidak cukup diwariskan hanya melalui nasihat atau perkataan. Orang tua perlu menjadi teladan dalam berdoa, membaca firman Tuhan, beribadah, dan menghadapi pergumulan hidup dengan mengandalkan Tuhan. Seperti lima gadis bijaksana yang mempersiapkan minyak, kita juga perlu memelihara iman setiap hari

agar tetap teguh dalam segala keadaan.

3. Ketiga, senantiasa berjaga-jaga dan setia kepada Tuhan
   Ayat 13 mengingatkan kita untuk berjaga-jaga karena kita tidak mengetahui hari maupun saat kedatangan Tuhan. Oleh sebab itu, jangan menunda untuk mengasihi, mengampuni, melayani, dan melakukan kehendak Tuhan.

Marilah kita mulai dari keluarga sendiri. Jadilah orang tua yang mengajarkan kasih melalui perbuatan, pasangan yang saling menguatkan dalam iman, serta anggota keluarga yang menghadirkan damai dan pengampunan. Dengan demikian, warisan terbesar yang kita tinggalkan bukan hanya harta benda, tetapi juga iman yang hidup, kasih yang nyata, dan teladan yang membawa generasi berikutnya semakin dekat kepada Tuhan.

Saudara-saudara yang terkasih dalam Tuhan, melalui perumpamaan sepuluh gadis, kita diingatkan untuk memelihara iman dan senantiasa siap menyambut Tuhan. Mari kita meneladankan kasih dalam kehidupan sehari-hari dan mewariskan iman melalui perkataan, tindakan, serta keteladanan kita. Sebab kasih yang kita teladankan hari ini dapat menjadi benih iman yang bertumbuh dalam kehidupan generasi mendatang. Amin

BAHAN DISKUSI:

1. Bagaimana kita dapat meneladankan kasih Tuhan dalam kehidupan keluarga sehari-hari sehingga anak-anak dan anggota keluarga lainnya dapat melihat dan merasakan kasih Tuhan melalui tindakan kita?

2. Apa yang dapat kita lakukan sebagai keluarga untuk memelihara iman kepada Tuhan dan mewariskannya kepada generasi berikutnya, sesuai dengan pesan Yesus tentang lima gadis yang bijaksana dalam Matius 25:1–13?

6. Nyanyian & Persembahan (Nyanyian ditata oleh penuntun PA)

7. Doa Syafaat & Penutup

Catatan: