PROGRAM NO: 300

NYEGAH DEMAN BERDARAH / ING PINGGIRIPUN SUMUR

Sedhèrèk kula, ing pundi kémawon panggenan panjenengan, kula, Lilis manggihi panjenengan wonten ing adicara Cahyaning Agesang. Mugi-mugi dinten menika panjenengan séhat lan bagya. Kita badhé wiwiti adicara menika kaliyan wawasan keséhatan ngéngingi nyegah Demam Berdarah utawi DB kanthi leres. Kita sumerep, sakben taun wonten kathah tiyang ingkang tilar ndonya karana DB. Lajeng ing pérangan kaping kalih, kita badhé dipun-sukani siraman rohani déning ibu Arin, supados iman kapitadosan kita dipun-kiyataken lan dipun-teguhaken. Inggih, sedhèrèk kula, sugeng midhangetaken adicara menika.

Sedhèrèk kula, ngantos ing sakmangké demam berdarah taksih minangka penyakit ingkang èwed dipun-brasta, lan taksih kathah tiyang ingkang dados kurban. Sakben mangsa jawah, penyakit demam berdarah ugi ndugi dados wabah wonten ing sakwetawis daérah. Wiwit saking lare-lare ngantos tiyang diwasa, saged kaserang penyakit demam berdarah. Kita sumerep, penyakit menika dipuntularkan lumantar cakotanipun nyamuk ingkang naminipun aédès aegypti. Dados, menawi demam berdarah wiwit njedhul, pramila sedaya tiyang sami ajrih, lan wiwit ngupados cara mbrasta nyamuk ingkang nularaken demam berdarah menika. Ing sakwetawis daérah, kala-kala saged dumados kedadosan ingkang ngéramaken, artosipun kathah sanget tiyang ingkang nandhang sakit demam berdarah, ngantos-ngantos girya sakit mboten cekap malih kanggé ngrawat tiyang-tiyang menika.

Émanipun mboten wonten vaksin ingkang saged dipun-ginakaken kanggé malangi dumadosipun demam berdarah. Awit saking menika, cara ingkang paling saé kanggé nyegah penyakit menika, inggih menika kanthi nyegah cakotanipun nyamuk ingkang ngandhut virus demam berdarah. Kanggé malangi demam berdarah kapérang dados kalih, inggih menika ngayomi dhiri piyambak lan ngupados cara kanggé mandhapaken gunggungipun nyamuk Aédès aégypti.

Kanggé ngayomi dhiri piyambak saking cakotanipun nyamuk, kita saged nindakaken sak-wetawis bab, kados ta, nebih saking panggènan-panggènan ingkang kotor lan ingkang kathah sanget pendhudhukipun. Kanggé nyegah nyamuk nyaked, kita saged ngginakaken losen utawi jat cuer kanggé nolak nyamuk menawi saweg wonten ing lebet griya. Saged ugi kita ngginakakan rasuk-an ingkang lengenipun panjang, lan clana panjang sarta ngginakaken kaos suku, supados nyamuk mboten nyakot badan kita. Menawi ing griya kita kathah cendhelanipun utawi bolongan anginipun, kita saged nutup mawi jaring nolak/anti nyamuk, supados nyamuk mboten mlebet ing griya kita. Menawi kita saweg nandhang nggreges, saénipun kedah énggal dhateng dhokter, supados virus demam berdarah ing badan kita énggal saged dipun-braasta. Menika kalawau sakwetawis bab ingkang saged kita

tindakaken kanggé ngayomi dhiri kita saking cakotanipun nyamuk ingkang mbekta virus demam berdarah.

Nah, sakmenika kados pundi saged mbrasta nyamuk demam berdarah? Wonten sakwetawis bab ingkang saged kita tindakaken, antawisipun inggih menika:

Nyingkiraken sedaya barang ingkang saged dipun-ginakaken déning nyamuk dados panggènan kanggé nigan; kados ta, ban tilas, blèg tilas, lan ugi pot sekar.

Lajeng, nggantos kanthi ajeg toya kanggé ngombé lan adusipun peksi ingah-ingah kita, mliginipun menawi peksi menika kasalap wonten ing njawi griya.

Lajeng ngimbah lan mbilas bak adus sacara ajeg, menawi prelu kita saged nyawuraken bubuk abaté wonten ing bak adus kita. Nutup wadhah larahan, ugi minangka pamarsudi kanggé ngirangi nyamuk wonten ing sak-kiwa-tengenipun griya kita.

Menawi ing daérah kita saweg dumados wabah demam berdarah sacara wiyar, pramila kita saged nyuwun petugas keséhatan supados nyemprot griya kita lan ing sak-kiwa-tengenipun, supados nyamuk ingkang mbekta virus demam berdarah pejah.

Kanggénipun kita ingkang mboten remen ngginakaken bahan kimia kangge mbrasta nyamuk; kadosdéné obat semprot lan losen nolak nyamuk, kita saged ngginakaken bahan-bahan ingkang alami kanggé ngusir nyamuk.

Taneman ingkang oyotipun ngedalaken ambet ingkang kas/séjé menika kanyata saged dipun-ginakaken kanggé ngusir lan ngendhalèkaken ngrembakanipun nyamuk. Ambet séjé saking oyot wangi ingkang nyegrak menika sanget dipun-benci déning nyamuk. Cara ngginakaken, inggih menika ndheplok utawi nyacah oyot kajeng wangi menika, lajeng dipun-lebetaken ing mangkok lan dipun-sèlèhaken ing cakedipun dhipan.

Sak-lintunipun menika kita saged ugi ngginakaken godhokan oyot kajeng wangi kanggé dipun-usapaken ing badan kita minangka tolak nyamuk. Caranipun gampil, kanthi nggodhok oyot kajeng wangi kaliyan toya. Toya godhokanipun ingkang sampun asrep saged kita ginakaken kanggé losen ngusir nyamuk.

Sekar lavèndher ugi saged kita ginakaken kanggé ngusir nyamuk. Sekar ingkang wangi menika kanyata kathah sanget kaginanipun. Sak-lintunipun saged nyukani ganda wangi ing kamar, kanyata ugi saged dipun-ginakaken ngusir sakwetawis jinis kéwan alit, kados ta nyamuk. Caranipun cekap kanthi nyacah alus ngantos ganda séjénipun langkung medal, lajeng sèlèhaken ing cakedipun dhipan.

Nah, menika kalawau sakwetawis cara kanggé ngusir nyamuk, ingkang minangka warisan saking para tiyang-tiyang sepuh kita, lan sanget migunani kanggé ngusir nyamuk. Sugeng nyobi, mugi-mugi panjenengan kak-éndhanaken saking penyakit demam berdarah.

Sedhèrèk kula, mugi-mugi kawruh ngéngingi nyegah penyakit demam berdarah menika kalawau migunani kanggé panjenengan lan kulawarga. Tetepa sesarengan kaliyan giyaran Cahyaning Agesang nggih, sekedhap malih ibu Arin badhé dumugi lan atur siraman rohani kanggé kita. Nanging sakdèrèngipun menika, kula ngajak panjenengan mirengaken satunggal lagu pepujèn menika, mugi-mugi kita kalipur lan iman kapitadosan kita dipun-kiyataken. Sugeng midhangetaken.

Ing Pinggiripun Sumur

Sedhèrèk kula, kita sumerep nalika Gusti Yésus ing ndonya menika, Panjenenganipun ngajar kathah tiyang ngéngingi kawilujengan lan kaleresan. Gusti Yésus saged ngajar ing pundi kémawon; kala-kala ing gumuk, wonten ing saknginggiling prau, wonten ing griya ibadah, wonten ing pategilan, lan sanès-sanèsipun. Dinten menika kula ngajak panjenengan mirengaken Gusti Yésus ngajar satunggalipun tiyang èstri ngéngingi toya gesang ing sakpinggiripun sumur. Mangga sami kita pidhangetaken cariyosipun:

4:1 Wong Farisi padha krungu yèn Gusti Yésus olèh murid lan mbaptisi wong luwih akèh ketimbang karo Nabi Yohanes.

4:2 Satemené Gusti Yésus dhéwé ora mbaptis; sing mbaptis para sekabat.)

4:3 Nalika pirsa yèn wong Farisi padha krungu bab kuwi, Gusti Yésus nuli tindak saka tanah Yudéa, menyang tanah Galiléa.

4:4 Tindaké mau ngersakaké miyos tanah Samaria.

4:5 Ing tanah Samaria kono Gusti Yésus rawuh ing kutha Sikhar, ora adoh saka palemahan, sing biyèn déning Yakub diparingaké marang putrané sing jeneng Yusuf.

4:6 Ing kono ana sumuré Rama Yakub. Sarèhné sayah banget, Gusti Yésus nuli lenggah ing pinggir sumur mau. Nalika semana kira-kira jam rolas awan.

4:7 Nuli ana wong wadon Samaria teka arep ngangsu. Gusti Yésus nuli ngandika marang wong mau: "Aku wènèhana ngombé."

4:8 Para sekabaté lagi padha lunga menyang kutha, tuku pangan.

4:9 Wong wadon Samaria mau mangsuli: "Panjenengan rak priyantun Yahudi lan kula menika tiyang Samaria. Kénging menapa Panjenengan mundhut ngunjuk dhateng kula?" (Awit wong Yahudi karo wong Samaria padha sesengitan.)

4:10 Pangandikané Gusti Yésus: "Yèn kowé ngerti bab ganjaran peparingé Gusti Allah lan ngerti sapa sing njaluk ngombé marang kowé, mesthi kowé dhéwé sing malah bakal njaluk ngombé marang wong mau lan wong kuwi bakal mènèhi kowé banyu sing marakaké urip."

4:11 Aturé wong wadon mau: "Panjenengan mboten kagungan timba, mangka sumur menika lebet sanget. Saking pundi enggèn Panjenengan saged maringi toyaning gesang?

4:12 Sumur menika tilaranipun leluhur kita, Rama Yakub. Rama Yakub piyambak ngunjuk saking toya sumur menika, mekaten ugi para putra lan raja-kayanipun. Menapa Panjenengan ngungkuli leluhur kita Yakub?"

4:13 Pangandikané Gusti Yésus: "Kabèh wong sing ngombé banyu iki bakal ngelak menèh,

4:14 nanging wong sing ngombé banyu sing Dakwènèhaké, selawasé ora bakal ngelak. Awit banyu sing Dakwènèhaké kuwi bakal dadi sumber sing mili terus, lan ndadèkaké wong mau lestari urip ing selawasé!" (Yohanes 4: 1-14)

Sedhèrèk kula, menika kalawau cariyos ngéngingi Gusti Yésus ingkang ngajar satunggalinpun tiyang èstri Samaria. Wonten ing cariyos menika, Gusti Yésus ngajar dhateng satunggalipun tiyang èstri ngéngingi toya gesang. Nalika Gusti Yésus ngendikan ngéngingi toya gesang, tamtu kémawon tiyang èstri menika mboten mangertos, ingkang piyambakipun mangertos inggih menika toya sumur. Lan menawi tiyang ngombé toya sumur menika, pramila raos ngelakipun badhé ical. Nanging Gusti Yésus ngendikan ngéngingi toya gesang. Gusti Yésus nyethakaken, menawi tiyang ngombé toya gesang ingkang dipunparingi déning Gusti Yésus, pramila tiyang menika mboten badhé ngelak salami-laminipun. Gusti Yésus ngendikan:

4:14 nanging wong sing ngombé banyu sing Dakwènèhaké, selawasé ora bakal ngelak. Awit banyu sing Dakwènèhaké kuwi bakal dadi sumber sing mili terus, lan ndadèkaké wong mau lestari urip ing selawasé!"

Sedhèrèk kula, kita sanget sumerep toya, inggih menika satunggal-satunggalipun ingkang saged ngicalaken raos ngelak kita. Menawi kita ngelak malih, kita ngombé toya malih, kados mekaten selajengipun. Mboten namung badan kita kémawon ingkang saged ngelak, nanging jiwa kita ugi saged ngelak, kados ingkang dipunngendikakaken déning Prabu Dawud.

42:2 Kados sangsam ingkang ngorong dhateng toyaning lèpèn, mekaten pangoronging nyawa kawula dhateng Paduka, dhuh Allah.

42:3 Nyawaku ngorong marang Allah kang gesang; mbésuk kapan bisaku sowan ing ngarsané? (Masmur 42:2-3)

Kados mekaten kalawau gegambaran jiwanipun Prabu Dawud. Jiwanipun ngelak, mboten tentrem, sedhih sanget, lan kapenet. Menapa jiwa panjenengan naté mboten tentrem, naté kapenet lan sedhih sanget? Tamtu kémawon panjenengan naté ngraos kados mekaten menika, karana sakben manungsa nggadhah jiwa. Lan sedangunipun manungsa wonten ing donya ingkang mboten langgeng menika, jiwa manungsa saged rumaos kapenet, mboten tentrem, lan sanès-sanèsipun. Nah, menawi jiwa kita kados mekaten menika, pramila toya mboten badhe saged ndadosaken jiwa kita tentrem lan lega, karana toya namung saged ngebaki raos ngelak jasmani kita. Jiwa kita saged tentrem, menawi purun sowan dhumateng Gusti Yésus, pitados dhumateng Panjenenganipun, karana namung Gusti Yésus

ingkang saged paring katentreman lan kasegeran tumrap jiwa kita. Gusti Yésus minangka toya gesang menika piyambak. Nampi lan pitados dhumateng Gusti Yésus sampun tamtu badhé nggadhahi toya gesang. Gusti Yésus ngendikan:

Padha mrénéa, kowé sing padha sayah merga mikul abot. Kowé bakal Dakparengaké ngaso. (Matius 11:28)

Gusti Yésus mboten namung badhé paring kalegan dhateng kita, Gusti Yésus ugi badhé milujengaken jiwa kita ingkang kesasar. Jiwa kita ingkang kebak kaliyan dosa lan kalepatan, dipun-apunten lan dipun-wilujenganaken. Ing tembé, menawi badan kita sampun ajur nyatunggil kaliyan siti, jiwa kita tetap gesang langgeng, karana kita pitados dhumateng Gusti Yésus tuk-ing toya gesang lan Juruwilujeng kita. Sanadyana ing sakmangké kita mboten saweg wonten ing sak-pinggiripun sumur, lan kita mboten ningali Gusti Yésus, kita saged penanggih Gusti Yésus wonten ing pandonga, pramila mangga sami kita panggihi Panjenenganipun.

Mangga kita ndedonga:

Dhuh Rama kawula wonten ing swargi, ing sakmangké jiwa kawula èstu ngorong. Jiwa kawula kraos garing, mboten tentrem lan kapenet. Kawula kepingin dipunsirami kaliyang toya gesang ingkang saking Paduka, supados jiwa kawula mboten ngelak malih, lan toya gesang menika badhé mancur terus-terusan. Kawula sowan dhumateng Paduka, dhuh Gusti, nyuwun batos kawula dipunsirami lan jiwa kawula dipun-tentremaken. Pinujia Asma Paduka, dhuh Gusti,