



Edisi 9  
16 September s/d 29 September  
2016

## **BULETIN HOLISTIK KEHIDUPAN**

Alamat Redaksi: IKIA An-Najm Jln. Kelapa Dua Wetan No. 42 , Ciracas  
Jakarta Timur.

Email: [holistikkehidupan@gmail.com](mailto:holistikkehidupan@gmail.com)

### **Redaksional**

---

## **RAHASIA DI BALIK IDUL ADHA**

“Labbaika Allahumma labbaik, labbaika laa syariika laka labbaik, innalhamda wan-ni'mata laka walmulka, laa syariikalak”. Kalimat talbiyah menggaung saat umat Islam menunaikan ibadah haji, Rukun Islam kelima. Sesungguhnya, perintah berhaji diserukan kepada seluruh umat manusia, sesuai QS Al Hajj 22:27 “Dan maklumkanlah kepada manusia untuk mengerjakan haji, niscaya mereka akan datang kepada engkau dengan berjalan kaki dan mengendarai unta, mereka datang dari segenap jalan yang jauh”. Juga sesuai QS Al Imran 3:97 “Allah mewajibkan kepada manusia menyengaja Rumah Suci (mengerjakan haji)”.

Mari kita renungkan bersama perintah ini dan sejauh mana kita melaksanakannya. Apa sesungguhnya rahasia di balik Idul Adha atau identik sering disebut dengan Idul Qurban? Idul Adha adalah hari raya umat Muslim setelah pelaksanaan wukuf di Arafah pada tanggal 9 Dzulhijah bagi umat muslim yang menunaikan ibadah haji. Berkurban merupakan rangkaian dari Idul Adha. Agar tidak dibelokkan maknanya, janganlah kita merasa bangga karena telah melaksanakan ibadah haji berkali-kali atau setiap tahun mampu menyembelih hewan kurban yang paling besar, tetapi kita harus yakin apakah haji dan kurban kita tersebut diterima atau tidak oleh Allah?

Kegiatan berhaji dan kurban seringkali dikaitkan dengan kemampuan materi dan kesehatan jasmani. Berbagai upaya dilakukan agar jamaah haji yang sedang sakit secara fisik bisa dibawa dan berada di padang Arafah saat wukuf. Apakah Allah hanya menerima yang berada di padang Arafah saat wukuf menjadi tamunya dan berhak merayakan kemenangan? Pertemuan dengan Allah adalah sesuatu yang batiniah. Firman Allah di atas secara jelas menyatakan bahwa Allah mewajibkan setiap manusia untuk mengerjakan haji, secara lintas agama dan universal. Berhaji secara substansi adalah menjadi tamu Allah. Apakah kita mengetahui tamu yang mana yang diterima dan disambut oleh Allah?

Jika manusia ingin menyibak rahasia dibalik Idul Adha dan kurban tentu banyak sekali hal yang ingin Allah sampaikan. Salah satu rahasianya adalah jika manusia ingin mendapatkan gizi dan disehatkan ruhaninya, maka harus melaksanakan haji dan kurban. Jika menjadi tamu Allah dan disambutNya dalam berhaji, tentu akan dipenuhi gizi ruhaninya dan mendapatkan suguhan yang istimewa dari Allah. Hal tersebut dapat berlaku bila kita memenuhi syarat dan maharNya, sehingga ruhani akan sehat. Dan jika manusia berkurban dan kurbannya diterima oleh Allah, tentu juga akan sehat ruhaninya. Ruhani yang sehat tentu akan memiliki pandangan hidup yang sehat, dan sebaliknya ruhani yang sakit akan memiliki pandangan hidup yang sakit. Orang berhaji dan berkurban jika tidak diterima oleh Allah tentu ruhaninya akan tetap sakit selamanya walaupun berulang kali melaksanakan haji dan kurban tersebut. Sesungguhnya sehat dan sakit merupakan ujian dan cobaan dari Allah, dan manusia harus dapat mengambil hikmahnya.

Di dunia ini ada beberapa kelompok manusia terkait dengan pelaksanaan haji dan kurban serta hasilnya, baik yang diterima maupun yang tidak diterima oleh Allah, yaitu:

1. Ruhannya sakit, jiwanya sakit, akal nya sakit, jasmaninya sakit
2. Ruhannya sakit, jiwanya sakit, akal nya sakit, jasmaninya sehat
3. Ruhannya sehat, jiwanya sehat, akal nya sehat, jasmaninya sakit
4. Ruhannya sehat, jiwanya sehat, akal nya sehat, jasmaninya sehat

Empat kelompok inilah yang mewarnai dunia yang menghasilkan keanekaragaman aspek kehidupan. Jika manusia tidak bisa melihatnya dengan jernih berdasarkan jazam 1, Makrifatullah (Mufakat pada Haq dengan Dalil) maka dampak dari kehidupan semakin tindih-bertindih dengan pandangan-pandangan yang menyesatkan.

Untuk itu sibak tirai di balik perintah haji dan kurban. Setiap diri manusia yang melaksanakannya haruslah berkesadaran, apakah diterima haji dan kurban tersebut? (Sandra RS)

## **PANDANGAN HIDUP TENTANG SAKIT DAN SEHAT**

Akhir-akhir ini sering terdengar berita tentang penyakit yang mendadak diderita atau bahkan kematian yang mendadak terjadi pada orang berusia muda atau di bawah 40 tahun. Data WHO (2010) melaporkan bahwa faktor risiko tertinggi (60%) penyebab kematian di semua umur karena Penyakit Tidak Menular (hypertensi, stroke, Diabetes Melitus, kanker) akibat pola hidup yang tidak sehat seperti kurang aktifitas fisik, kurang makan sayur dan buah-buahan, kebiasaan merokok dan minum alkohol, kurang istirahat dan stress.

Pandangan hidup tentang sehat dan sakit mempengaruhi pola berpikir dan pola hidup seseorang. Pandangan hidup yang sakit, membentuk pola berpikir yang jauh dari ketaatan kepada Allah dan Rasul, bahkan menduakan Tuhan. Yang terlihat, manusia secara fisik sehat, namun secara batin sakit. Semangat bekerja dengan tujuan mengejar materi bukan untuk ibadah kepada Allah. Saat sakit, semata berharap kesembuhan dari obat-obatan. Pola pikir yang sehat perlu disosialisasikan agar masyarakat bisa memiliki pandangan hidup tentang sehat dan sakit bukan hanya sebatas kesehatan fisik/jasmani tetapi juga kesehatan jiwa, akal dan ruhani.

Berdasarkan empat kelompok manusia yang disebutkan dalam redaksional, maka manusia yang berpandangan hidup sehat tentu akan dipengaruhi oleh ruhaninya yang sehat, jiwanya sehat, akalnya sehat. Sedangkan manusia yang berpandangan hidup sakit, tentu akan dipengaruhi oleh ruhaninya yang sakit, jiwanya yang sakit, akalnya pun sakit sehingga tidak bisa dijadikan teladan.

Bila ruhani sakit, pikiran tiada jernih, jiwanya akan galau. Stress yang berkepanjangan akan memperburuk kondisi fisik dan jiwanya. Kecenderungan mencari solusi dengan memperturutkan hawa nafsu, mengandalkan akal/ilmu dan obat-obatan tanpa menyandarkan diri kepada Allah yang menjadikan segala bentuk kejadian. Bila ruhani sehat, akan terbimbing CahayaNya, akan sabar, ikhlas menerima segala ketentuan, jauh dari rasa stress, jauh dari rasa khawatir dan duka cita. Yang sehat ruhaninya akan mengandalkan upaya pendekatan diri pada Allah, pemahaman Al Quran dan pengamalannya sebagai obat yang ampuh.(QS Al Isra 17:82)

Dalam pandangan seorang yang beriman, sakit dan sehat adalah skenarioNya. Keduanya adalah bagian dan bentuk cobaan buruk dan baik dari Allah SWT. (QS Al Anbia 21:35). Tiadalah manusia mampu menolak penyakit, bila hadir dalam kehidupannya, demikian pula tiadalah mampu menahan sehat bila sudah menjadi kehendakNya. Tetap sabar menerima segala ketentuanNya, itulah yang utama (QS Luqman 31:17). Sabar disini bukan diam, tetapi berupaya keras dapat mengendalikan hawa nafsu, tetap waspada dan bersungguh-sungguh untuk ruku, sujud, taat berserah diri saat sakit maupun sehat hanya pada Allah SWT. Dalam sabar ada istighfar, “Berlombalah kamu memohon ampun padaNya”. Dalam sabar ada syukur, “Berlomba-lombalah kamu berbuat kebaikan”. Dalam sabar ada tasbih, tahmid dan takbir. Kesembuhan datang dari Allah, obat hanyalah upaya/ikhtiar semata. Penulis mewawancarai Prof. Asdi SpPd (Bandung, Mei 2016), yang membuka pelayanan kesehatan dengan pendekatan secara spiritual. Pengalamannya, pasien yang mengandalkan obat-obatan, memang benar bisa sembuh tetapi berdampak pada kerusakan organ tubuh yang lain, sehingga timbul penyakit penyerta. Prof Asdi melakukan perubahan mindset dalam dunia pengobatan, dengan mengajak pasien yang sakit untuk kembali kepada Allah.

“Orang-orang yang apabila ditimpa cobaan diucapkannya Innalillahi wainnaillaihi rojiun” (QS 2:156). Akan turun rahmat, berkah dan petunjukNya. Ternyata hikmah sakit bila didalami secara spiritual, akan memberikan rasa tenang yang luar biasa. Prof.Asdi sendiri sudah 48 tahun “bersahabat” dengan Diabetes Melitus dalam tubuhnya. “Bila kita menyerahkan permasalahan pada Allah, sementara tetap berbuat kebaikan, seolah memegang buhul tali yang kokoh. Hanya kepada Allah dikembalikan semua persoalan” demikianlah ujar Prof.Asdi SpPd. (Murni Hayati)

## APAKAH KURBANKU DITERIMA?

Setiap bulan Dzulhijjah, umat Islam merayakan hari Raya Kurban, dimana jauh-jauh hari segala sesuatunya sudah dipersiapkan agar hewan yang dikurbankan memenuhi syarat yang telah ditetapkan, yaitu harus sehat agar tidak berdampak buruk terhadap kesehatan masyarakat yang mengkonsumsinya.

Semakin dekat hari Raya Idul Adha atau Idul Kurban, tampak semakin semarak penjualan hewan kurban yang menempati lahan kosong atau tanah lapang. Calon pembeli mulai melakukan survei dan memesan hewan kurban sesuai dana yang tersedia. Panitia kurban dan panitia sholat Idul Adha juga tak ketinggalan mempersiapkan segala sesuatunya untuk menyambut Hari Raya Kurban. Bagaimana dengan persiapan bathin? Apakah kita siap mengorbankan diri kita, mengorbankan hawa nafsu *hayyawaniah* yang selalu mengajak kita kepada kejahatan, mengorbankan keegoan kita, semata mata untuk mengharap keridhoan Allah?

Mari kita bertanya ke dalam diri, sudah berapa kalikah kita berkurban sampai usia kita saat ini? Lalu, kurban yang ke berapakah yang diterima oleh Allah sebagaimana disampaikan dalam QS Al Hajj 22 : 37 secara syariat dilakukan setiap tahun? Setelah diterima, apakah kita istiqomah? Jangan sampai merayakan Idul Adha karena sekedar ikut-ikutan ritual dan budaya menyembelih hewan kurban, menampakkan kesombongan dengan membeli hewan kurban yang paling besar dan mahal. Setelah perayaan usai tak ada yang membekas dan dapat diambil sebagai pelajaran, tetapi malah penyakit yang didapat karena makan daging secara berlebihan. Dalam riwayat Nabi Ibrahim A.S dan Nabi Ismail A.S, telah disampaikan bahwa mereka total menyerahkan dan mengorbankan diri mereka terlebih dahulu dengan ikhlas, sesuai QS Al An’am 6:162 dimana seluruh hidup dan mati mereka untuk Allah semata, dan diterima Allah yang kemudian menggantikan Nabi Ismail A.S dengan kibas. Sesungguhnya sangat sulit dan berat upaya yang harus kita lakukan agar kurban kita diterimaNya, karena pada dasarnya kita harus menyerahkan dan mengorbankan diri kita secara total kepada Allah terlebih dahulu tanpa pamrih apapun.

Semuanya dilakukan semata-mata karena patuh kepada perintah Allah, seperti yang telah dicontohkan oleh Nabi Ibrahim AS dan Nabi Ismail AS. Sekali mereka mengorbankan diri, langsung diterima oleh Allah dan kemudian mereka istiqomah dalam bertaqwa kepada Allah, bukan bolak balik menyembelih Nabi Ismail AS. Yang harus diteladani adalah Nabi Ismail AS dan Nabi Ibrahim AS, bukan membesar-besarkan kibas yang menjadi pengganti Nabi Ismail AS. Setelah meneladani Nabi Ibrahim dan Nabi Ismail, maka kita harus menggiring orang lain untuk meneladani mereka.

Apakah di sepanjang hidup yang kita lalui, kita sudah mengorbankan diri, ego dan hawa nafsu rendah yang selalu mengajak kita kepada kejahatan? Inilah hakikat berkorban, jangan terus-menerus menumbalkan hewan kurban tanpa keluar dari kampung nafsu yang diperintahkan (QS An Nisa 4:66). Secara hakikat, berkorban dapat dilakukan setiap saat, di sepanjang hidup kita, baik yang berharta maupun yang tidak berharta. Seluruh umat manusia hendaknya melakukan *jihad al akbar*, mengorbankan diri, memerangi dan menyembelih hawa nafsu rendah yang mengajak kepada kejahatan, semata-mata untuk meraih keridhoan Allah. Sesungguhnya kurban yang diterima oleh Allah adalah apabila manusia tidak belang hatinya, polos dan ikhlas dalam beramal saleh, semata-mata untuk mencari keridhoan Allah (Susilawati Susmono, Ihsan, 2012).

Apabila kita berjuang dengan sungguh-sungguh untuk meraih keridhoannya semata, maka kita tidak dapat mengabaikan nilai-nilai kemurnian di balik semua hal yang mendasari hukum syariat yang kita lakukan. Semoga amal sholeh yang kita lakukan diterima Allah SWT. (Titin K.)

## Dr. CIPTO MANGUNKUSUMO



“*Een begaafd leerling*” atau Murid Yang Berbakat. Itulah julukan yang diberikan oleh para gurunya semasa bersekolah di Stovia. Berbeda dengan teman-temannya yang lebih suka berpesta dan bermain, Cipto lebih suka menghadiri ceramah-ceramah, diskusi, membaca buku dan bermain catur. Penampilannya yang eksentrik dengan surjan berbahan lurik menjadi ciri khas kesehariannya. Selain bersekolah, Cipto juga mengasah ilmu politik, jurnalistik dan organisasinya semasa di Stovia.

Banyak pidato dan tulisannya yang mengkritisi budaya kolonial yang telah membuat bangsa Indonesia menjadi bodoh dan bermental lemah.

Lahir di desa Pecangaan, Jepara pada 4 Maret 1886 berayahkan Mangunkusumo, seorang guru yang kemudian menjadi kepala sekolah. Meskipun lahir dari keluarga priyayi rendah, Cipto dan adik-adiknya dapat menempuh pendidikan tinggi. Pendidikan syariat Islam didapat dari ayahnya secara disiplin. Keterbukaannya, membuat Cipto dapat diterima di semua kalangan, bukan hanya masyarakat pribumi, namun juga teman-teman Belanda. Sikapnya yang blak-blakan, tidak gentar untuk berbeda pendapat disertai dengan kecerdasan intelektual yang baik, Cipto tumbuh menjadi sosok yang berwibawa dan membawa pengaruh dalam masa awal kebangkitan perjuangan Indonesia.

Di sela-sela praktik dokternya, beliau tetap berkecimpung dalam politik. Ketika Budi Utomo terbentuk pada 1908, Cipto turut berperan serta. Pertemuannya dengan Suwardi Suryaningrat (Ki Hajar Dewantara) dan Douwes Dekker menelurkan Indische Partij yang banyak menentang perlakuan pemerintah Belanda kepada kaum bumi putera. Kehadiran Indische Partij membuat pemerintah Belanda menjadi gerah dan menganggap beliau sebagai tokoh yang berbahaya. Beliau diasingkan berkali-kali sampai akhirnya diisolir ke Bandung. Di kota ini, Cipto berkenalan dengan Sukarno, tokoh pemuda yang mendirikan PNI. Dalam sebuah wawancara di tahun 1959, Sukarno tanpa ragu-ragu menyebut bahwa Cipto Mangunkusumo adalah sosok yang banyak mempengaruhi pemikiran politiknya. Prestasi Cipto Mangunkusumo juga ditunjukkan dalam dunia kedokteran, di mana ia sukses memberantas penyakit pes di daerah Malang. Atas jasanya, pemerintah Belanda mengaktifkan kembali status beliau sebagai dokter pemerintah dan menganugerahkan Bintang Orde van Oranje. Namun Cipto memilih untuk mengembalikan bintang jasa tersebut, karena baginya, pengabdian di dunia kemanusiaan tidak dapat dibeli dengan apapun, apalagi oleh penjajah.

Perjuangan Cipto Mangunkusumo dalam membela hak-hak kaum bumi putera, tanpa keraguan sedikitpun berdampak pengasingan bagi dirinya. Berani menyampaikan kebenaran, meskipun hal tersebut terasa pahit. Dalam masa pembuangannya, penyakit asmanya kambuh. Pemerintah Belanda menawarkan Cipto untuk kembali ke Jawa asalkan mau melepaskan hak politiknya. Namun, Cipto tetap bersikukuh untuk terus berjuang meskipun harus meninggal di pengasingan. Atas jasa-jasanya, pemerintah Indonesia mengangkat beliau sebagai pahlawan Nasional dan mengabadikan nama Cipto Mangunkusumo sebagai Rumah Sakit Umum Pusat di Jakarta.

Sikap rela berkorban, cinta tanah air dan teguh memegang prinsip dari Cipto Mangunkusumo haruslah menjadi teladan bagi kita semua dalam mengisi kemerdekaan. Inilah contoh sosok yang ruhaninya sehat, akal nya sehat, jiwanya sehat walaupun fisiknya sakit di masa akhir hidupnya. Ini sunnatullah. (bima himawan)

# ARTI HIDUP SEORANG MUTTAQIIN

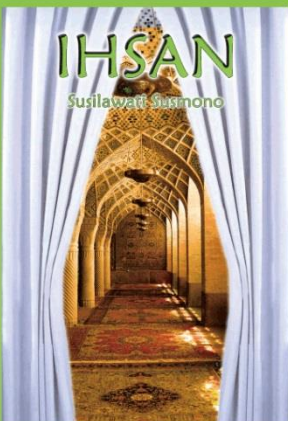
Hidup ini adalah ibadah dan sebuah pengabdian kepada Allah. Ibadah dan pengabdian itu harus dilakukan dengan penuh pengurbanan pula kepada Allah; shalatlah dan berkurbanlah, satu paket tidak dipisahkan.

Pengurbanan kepada Allah itu harus pula dilakukan semasa nyawa di kandung badan alias harus dengan jalan memberikan pinjaman kepada Allah dengan pinjaman yang baik yang hakikatnya harus berkorban dengan menyerahkan jiwa raga menjadi wadah cahaya berlapis cahaya mengalir ke 17 penjuru dalam diri manusia; seperti doa yang sudah diajarkan Rasulullah selalu diharapkan manusia dan tidak boleh lalai, nanti terlambat. Selama hidup di dunia jangan menyia-nyiakan waktu agar hidup menjadi penuh arti dan makna. Pernyataan hidupku kuserahkan kepada Allah, jangan di bibir saja.

Pengurbanan yang dilakukan semasa hidup di dunia akan menghasilkan kematian yang baik bagi kehidupan manusia atau untuk kehidupan di akhiratnya ataupun untuk matinya manusia. Pernyataan matiku kuserahkan pula kepada Allah, tiada dusta namun sebenar-benarnya. Penuh kesabaran untuk menyerahkan total diri kita kepada Allah.

Jadi, ikrar dalam shalat itu jangan lagi berdusta. Setiap diri wajib mengkoreksi diri masing-masing dan terus bergegas melihat sudah sejauh mana peran muamalah kita di dunia sudah baik dan benarkah atau masih berantakan tidak tahu “juntrungan”-nya atau bahkan belum mengenal diri sama sekali, dan lupa untuk mengkoreksi diri.

Jika kelalaian dan kelemahan diri sudah disadari dengan mendalam oleh masing-masing diri, maka barulah perubahan kaum bisa terjadi. Perubahan mendasar merupakan kumpulan kesadaran secara kumulatif dan secara kolektif pula dalam melakukannya. (Susilawati S)



## IHSAN

Diawali dengan Sekapur Sirih dan Dialog Ringan Yang Mengandung Hikmah dari Penulis, buku IHSAN terdiri dari beberapa bab yang menguraikan dengan jelas tentang Proses Pendakian Seorang Ihsan; bahwa Ihsan Adalah Sebuah Hasil Pendakian; Suka Duka Seorang Ihsan; Hikmah Perjalanan Para Nabi Sebagai Teladan dan pada dua bab terakhir dari buku ini terdapat Mutiara Hikmah yang sangat dalam terkait dengan Ilmu Laduni dan Kata Penutup.

## Lembaga Pendidikan Tinggi Ilmu Tauhid TUNAS SEJATI



Didirikan pada tanggal 23 April 2011 dan menerapkan METODOLOGI ISAQ – Sesuai Dengan Kunci Tauhid. Metodologi ini ditulis oleh Ibu Hj. Susilawati Susmono pada tahun 2004 dan telah diterapkan di lembaga pendidikan ketauhidan sejak tahun 2007. METODOLOGI ISAQ – Sesuai Dengan Kunci Tauhid telah mendapatkan perlindungan Hak Cipta sejak 30 Mei 2005 dan perlindungan Merek sejak 13 Pebruari 2006.

Lembaga Pendidikan Tinggi Ilmu Tauhid TUNAS SEJATI didirikan untuk: Mencetak sumber daya manusia yang memiliki banyak irisan diawali dengan Pribadi Sejati, Pimpinan Sejati sampai ke Guru Sejati.

## INSTITUT KAJIAN ILMU AL QUR'AN AN NAJM JAKARTA



IKI Al Qur'an An Najm Jakarta menyelenggarakan kelas kajian hakikat ayat-ayat suci Al Qur'an, Sifat 20, Asmaul Husna, dan buku-buku Ketauhidan.

## ISAQ EDUCATION CENTER



Metodologi ISAQ Sesuai Dengan Kunci Tauhid yang bersifat universal dan up to date dengan merujuk kepada 3 (tiga) kecerdasan: Intellectual Quotient (Kecerdasan Akal); Spiritual Quotient (Kecerdasan Spiritual) dan Action Quotient (Kecerdasan Tindakan).  
**Informasi: Gedung ISAQ Center, Jl. Letjend. Suprpto no. 60, Gedung Indra Sentral Blok AK, Cempaka Putih, Jakarta Pusat 10520. Telp/Fax : 021.426.5317/424.8582. Email : info@isaqcenter.com. www.isaqcenter.com**

### PENGURUS

Dewan Penasihat: Hj. Nuzulia Hasanah, Dr. rer. nat. Ir. Krisnani Setyowati, Dr.H. Sugijanto, Pemred: Yuni Budiastuti SE., MBA. Redaktur Pelaksana: Bima Himawan ST, MM; Heveati Hilman MBA; Ir. Sandra Rina Sahelangi MBA. Kontributor: Anggota IKIA An Najm Jakarta. Humas: Ayu Anjartika SKPm, Drg. Murni. Keuangan: Ryan Seftianto. Design Grafis: Saskia Tasnim Utami, Produksi: Tomi Tri Andianto.

Bagi yang ingin berlangganan hubungi: Ayu Anjartika SKPm (Humas) No Hp: 081297803943  
Harga: Rp 5.000/Bln (2x terbit)