



30 *Renungan
Inspiratif*

S P E S I A L R A M A D H A N

SYAMRIL

Special For :

Keluarga Besar



Dan seluruh umat muslim di dunia

*Karya ini sekaligus sebagai kado spesial Ulang Tahun
Yayasan Hadji Kalla
dan
Sekolah Islam Athirah yang ke- 36*

Daftar Isi

Kata Pengantar.....	1
Renungan Ke-1 : Memuliakan Ramadhan	1
Renungan Ke-2 : Syukur Nikmat Ramadhan	3
Renungan Ke-3 : Iman, Ilmu dan Amal	6
Renungan Ke-4 : Makrifatullah Inti Ibadah	8
Renungan Ke-5 : Nikmat Sejati.....	11
Renungan Ke-6 : Ramadhan di Afrika	13
Renungan Ke-7 : Amalan Hati	15
Renungan Ke-8 : Belajar Menjadi Manusia Utuh	17
Renungan Ke-9 : Jaminan Mutu Ramadhan	19
Renungan Ke-10 : Puasa dan Kesehatan	22
Renungan Ke-11 : Ramadhan Produktif	24
Renungan Ke-12 : Dampak Kesulitan	26
Renungan Ke-13 : Amalan Rahasia.....	28
Renungan Ke-14 : Amalan Raga dan Jiwa.....	30
Renungan Ke-15 : Sayang dan Kasihan.....	32
Renungan Ke-16 : Jagalah Hati	35
Renungan Ke-17 : Kesehatan dan Waktu Luang	37
Renungan Ke-18 : Agar Tidur Bernilai Ibadah	40
Renungan Ke-19 : Energi Sosial Positif Bangsa	43
Renungan Ke-20 : Husnul Khotimah	45
Renungan Ke-21 : Sepuluh Malam Terakhir	47
Renungan Ke-22 : Manfaatkan Sisa Ramadhan	49
Renungan Ke-23 : Perhatikan Kualitas Ibadah	51
Renungan Ke-24 : Finalis Ramadhan	53
Renungan Ke-25 : Do'a yang Lalai	55
Renungan Ke-26 : Do The Best	57
Renungan Ke-27 : Tanda-Tanda Orang yang Celaka	60
Renungan Ke-28 : Tes Kejujuran	62
Renungan Ke-29 : Pahala dan Tingkat Kesulitan	64
Renungan Ke-30 : Menggapai Husnul Khotimah.....	67

Kata Pengantar

Syukur Alhamdulillah kita masih diberi umur panjang dan dapat memasuki bulan suci Ramadhan 1441H.

Ramadhan datang untuk melatih diri kita menjadi manusia mulia yaitu orang yang bertakwa. Ramadhan datang untuk melatih menjadi manusia yang sabar dalam menghadapi musibah, menjalankan perintah dan menjauhi larangan. Juga jadi manusia yang bersyukur di tengah keterbatasan dan tantangan Covid-19.

Buku digital yang ada di tangan teman-teman sekalian adalah kumpulan tulisan renungan inspiratif yang pernah dimuat di berbagai media. Disarikan dari ceramah Ramadhan di masjid Al Ukhuwwah Bukit Baruga Makassar dan juga Mushalla Wisma Kalla.

Buku ini diharapkan menjadi sumber inspirasi bagi kita semua di bulan Ramadhan. Ada 30 tulisan yang bisa jadi bahan renungan. Bisa dibaca satu renungan tiap hari. Bisa juga dibaca berulang kali karena isinya sederhana dan mencerahkan. Ringkas, padat dan bermakna sebagai makanan jiwa di bulan suci Ramadhan.

Semoga Allah SWT membimbing kita semua mendekatkan diri kepada-Nya. Mari hadapi Ramadhan dengan tetap ceria dan bahagia meskipun sekarang ada corona. Tetap semangat dan produktif.

Makassar, 24 April 2020 / 1 Ramadhan 1441 H

Penulis,

Syamril

Renungan ke-1

Memuliakan Ramadhan

Saat menjelang Ramadhan status di medsos banyak tertulis "Marhaban Ramadhan Karim" selamat datang Ramadhan yang mulia. Bulan Ramadhan memang bulan yang mulia. Itu pasti karena Allah yang menentukannya demikian. Tidak akan berubah sampai hari kiamat.

Yang perlu kita renungi adalah apakah kedatangan Ramadhan dapat membuat kita menjadi manusia mulia. Tujuan Ramadhan yang di dalamnya ada perintah puasa yaitu memuliakan manusia. Bukankah tujuan puasa agar menjadi bertakwa? Bukankah takwa adalah manusia paling mulia? Allah berfirman

"... sesungguhnya yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah yaitu orang yang paling bertakwa ..." (Q.S.Al Hujurat : 13).

Syarat agar kita dapat meraih kemuliaan Ramadhan tergantung pada bagaimana kita memuliakan Ramadhan. Ibarat tamu istimewa yang datang ke rumah kita maka tentu kita akan memuliakannya. Pertama, kita sangat senang dengan kedatangannya. Kedua, kita melakukan perbuatan yang membuat tamu istimewa itu senang. Terlebih dahulu kita akan pelajari apa yang dapat membuatnya senang dan tidak senang.

Demikian pula dalam memuliakan Ramadhan. Kita senang dan gembira dengan kedatangannya. Lalu kita pelajari amalan utama yang Allah perintahkan melalui Rasulullah di bulan Ramadhan. Puasa, qiyamul lail, tilawah dan tadarus Al Qur'an, berdo'a, infak, zakat fitrah adalah beberapa amalan utama di bulan Ramadhan.

Apa fungsi amalan-amalan tersebut sehingga dapat memuliakan manusia? Mari kita cermati dari kata Ramadhan. Ramadhan artinya pembakaran. Maka dapat dimisalkan seperti pandai besi yang membakar besi dan membuatnya menjadi senjata tajam. Pada saat besi dibakar maka terjadi pemisahan antara zat besi murni dengan karat sebagai pengotor. Hasilnya diperoleh besi murni berkualitas tinggi.

Bagi manusia amaliah Ramadhan ibarat proses pembersihan hati dari noda hitam karena perbuatan dosa yang selama ini dilakukan. Hati yang kotor ibarat cermin yang banyak kotorannya sehingga pantulan bayangannya tidak jelas. Setelah kotoran di cermin dibersihkan maka bayangan kembali jelas.

Hati yang bersih itulah hati nurani atau hati yang bercahaya. Hati yang mudah menerima cahaya kebenaran dan mengamalkannya dalam kehidupan. Hati yang selamat (*qalbun salim*) karena senantiasa ingat kepada Allah. Maka jadilah ia manusia yang dekat dengan Allah (*al muqarrabun*). Jika sudah dekat dengan Allah maka seluruh perilakunya ada dalam ridha Allah. Itulah takwa manusia yang mulia.

Semoga kedatangan Ramadhan yang mulia pada tahun ini dapat membuat kita juga menjadi mulia. Manusia bertakwa. Mari jaga diri dengan melakukan perbuatan mulia. Perbuatan yang Allah ridhai. Perbuatan yang memberikan manfaat bagi sesama dan alam semesta.

Renungan ke-2

Syukur Nikmat Ramadhan

Bersyukur kepada Allah karena kita masih diberi kehidupan dan dapat memasuki bulan Ramadhan. Bulan istimewa. Bisa jadi ada saudara, keluarga, tetangga dan teman yang tahun lalu masih bersama kita di bulan Ramadhan. Sekarang sudah telah meninggal dunia.

Bersyukur kepada Allah karena kita masih diberi kesehatan. Ada banyak orang yang terbaring sakit di rumah sakit atau di rumahnya. Tak bisa berpuasa karena sakit. Kesehatan adalah nikmat yang sering dilupakan sehingga Rasulullah mengingatkan khusus dalam sabdanya "*ada dua nikmat yang sering dilupakan yaitu kesehatan dan waktu luang*".

Bersyukur kepada Allah karena kita masih diberi keimanan yang membuat kita memasuki Ramadhan dengan penuh kebahagiaan. Bahagia karena melaksanakan perintah puasa dan ibadah lainnya. Banyak orang yang masih hidup sehat di bulan Ramadhan tapi tidak menjalankan perintah puasa. Bukan karena tidak sanggup. Tapi karena tak ada iman di dalam hatinya.

Bersyukur kepada Allah karena Allah masih memberikan rezeki harta yang dapat mencukupi kebutuhan. Masih ada penghasilan tetap yang diterima di tiap awal bulan. Kita masih dapat memenuhi kebutuhan pokok bahkan dapat berbagi dengan orang lain. Banyak orang yang memasuki Ramadhan dalam keadaan di PHK tak punya lagi penghasilan tetap. Bersyukur kepada Allah karena kita hidup di Indonesia dalam

keadaan aman. Meskipun ada teror bom di Surabaya tapi tidak membuat kita merasa takut. Kita masih dapat bepergian 24 jam. Datang ke pusat keramaian seperti masjid yang penuh di bulan Ramadhan. Dapat beribadah bersama sama dengan aman dan nyaman.

Bandingkan dengan negeri yang dilanda konflik dan perang. Setiap saat nyawa terancam. Tidak bisa bebas bepergian. Bahkan harus mencari tempat perlindungan. Di Palestina ratusan warga meninggal dan ribuan yang cedera karena kebiadaban tentara Israel. Di Suriah setiap hari ada yang meninggal karena konflik perang saudara.

Apa yang diharapkan oleh Allah dari seluruh nikmat yang telah Allah anugerahkan tersebut? Pertama, kita diperintahkan untuk senantiasa ingat kepada-Nya. Allah berfirman :

"Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya Aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku" - (Q.S. Al Baqarah : 152)

Salah satu cara untuk mengingat Allah yaitu menjalankan shalat.

"... dan dirikanlah shalat untuk mengingat Aku" (Q.S. Thaha : 14).

Mari perbaiki kualitas dan kuantitas shalat kita sebagai jalan ingat kepada Allah wujud syukur kepada-Nya. Rasulullah yang telah dijamin masuk surga, diampuni seluruh dosanya masih tetap shalat tahajjud sampai kakinya bengkak. Ditanya oleh istrinya Aisyah mengapa seperti itu shalatnya padahal sudah dijamin masuk surga. Apa jawaban Rasulullah *"apakah aku tidak boleh menjadi hamba yang bersyukur?"*

Selanjutnya wujud syukur nikmat yaitu menjaga dan memanfaatkan

nikmat tersebut sesuai tujuannya. Mari gunakan waktu sebaik-baiknya untuk hal yang bermanfaat. Jaga kesehatan dengan makanan halalan thayyibah dan olahraga. Belanjakan harta untuk hal yang berguna. Bantu kaum dhuafa yang membutuhkan.

Bagi yang status karyawan, mari bekerja dengan baik sesuai tupoksi masing-masing. Berikan kinerja yang maksimal agar perusahaan terus maju dan berkembang. Jauhkan diri dari perilaku menyimpang yang dapat merugikan perusahaan.

Bagi kita semua warga Indonesia. Mari jaga perdamaian dan persatuan. Hindarkan diri dari perilaku saling fitnah. Jangan menyebarkan hoax di dunia maya. Biasakan tabayyun (*cross check*) dan budayakan prasangka positif. Jalin persaudaraan dan jauhi permusuhan.

Akhirnya sebagai wujud syukur nikmat Ramadhan maka mari bertekad jadikan Ramadhan tahun ini sebagai Ramadhan yang terbaik. Isi hari harinya dengan ibadah terbaik. Puasa, shalat, infak, zakat, menuntut ilmu, silaturahmi. Semuanya dengan kualitas yang terbaik. Sehingga kita keluar dari bulan Ramadhan menjadi manusia yang terbaik. Manusia yang bertakwa. Amin.

Renungan ke-3

Iman, Ilmu dan Amal

Ramadhan adalah bulan latihan meraih derajat takwa. Manusia bertakwa memiliki 3 hal yaitu iman, ilmu dan amal. Oleh karena itu mari gunakan momentum Ramadhan untuk meningkatkan kualitas dan kuantitas iman, ilmu dan amal kita dengan 3B yaitu beribadah, belajar dan berbagi.

Tingkatkan kualitas iman dengan melakukan ibadah wajib dan sunnah. Melaksanakan puasa sesuai tuntunan syariah yaitu tidak hanya meninggalkan makan, minum dan hal lain yang membatalkannya. Tapi juga menjaga mata, telinga, mulut, tangan dan kaki dari melakukan hal hal yang dilarang oleh Allah SWT. Bahkan menjaga pikiran dan hati dari hal hal negatif yang dapat mengurangi pahala puasa kita.

Lakukan amalan sunnah seperti shalat tarawih, tahajjud, dhuha, rawatib serta memperbanyak tadarus dan tadabur Al Qur'an. Cobalah membaca Al Qur'an 30 juz dan terjemahannya agar dapat hikmah yang terkandung di dalamnya. Semoga dengan amalan itu membuat hati kita jadi tenang karena senantiasa ingat atau zikir kepada Allah. Semoga dengan itu semua membuat kita merasa dekat kepada Allah dan merasakan kehadiran Allah dalam kehidupan sehari-hari. Dampaknya kita akan menjalani hidup dengan hati-hati.

Mari tingkatkan kualitas ilmu kita dengan belajar ilmu agama dan umum. Setiap malam ikuti ceramah tarawih. Setiap subuh ikuti kultum bada subuh dan setiap menjelang buka puasa ikuti kajian pengantar buka

puasa di berbagai media. Cari kajian tentang islam di youtube dan media daring lainnya dari para ulama terpercaya. Baca artikel dan buku buku yang berkualitas. Bukan hoax. Semoga dengan itu semua ilmu tersebut menjadi hidayah bagi hati kita. Dampaknya kita menjadi mudah mengerjakan amal saleh berupa ibadah ritual dan sosial.

Mari tingkatkan kualitas amal kita dengan banyak berbagi. Jika Allah memberi kelebihan harta maka infakkanlah kepada yang membutuhkan. Biasanya di bulan Ramadhan banyak tawaran sumbangan paket berbuka puasa. Berpartisipasilah. Semoga dengan itu semua membangun rasa empati dan jiwa sosial dalam diri kita. Lebih penting lagi membangun rasa syukur kita kepada Allah. Kita jadi sadar bahwa masih banyak orang yang kurang beruntung. Sungguh Allah telah memberi nikmat yang banyak.

Semoga dengan beribadah, belajar dan berbagi maka iman, ilmu dan amal kita semakin baik. Hati kita semakin tenang. Jiwa kita semakin tenteram dan hidup kita semakin bahagia. Itu balasan di dunia dan insya Allah di akhirat Allah siapkan surga bagi mereka yang bertakwa. Selamat menunaikan ibadah puasa dan amaliyah ibadah lainnya di bulan Ramadhan.

Makrifatullah Inti Ibadah

Keislaman kita dapat dilihat dari dua sisi yaitu fisik dan ruhaniah. Dari sisi fisik bisa tampak pada pakaian. Jika ada perempuan memakai hijab atau cadar maka dapat dipastikan dia adalah muslimah. Jika ada laki laki yang memakai gamis, peci atau sorban maka dapat dipastikan itu adalah muslimin.

Selain dari sisi fisik bisa juga tampak pada perilaku ritual ibadahnya. Jika ada orang yang pergi ke masjid shalat berjamaah, ikut pengajian, membaca Al Qur'an, melaksanakan umroh dan haji, membayar zakat dan infak maka dapat dipastikan dia adalah orang Islam.

Apakah keislaman hanya cukup sampai pada fisik dan perilaku ritual? Ternyata tidak cukup. Harus juga tampak pada perilaku sosial. Bagaimana perlakuan dia pada keluarga, teman, tetangga, anak yatim, fakir miskin bahkan pada hewan dan tumbuh-tumbuhan. Inilah aspek akhlakul karimah.

Pendusta agama bukan hanya yang menyekutukan Allah serta mendustakan Rasulullah. Tapi juga orang yang memiliki perilaku anti sosial seperti tergambar di dalam Al Qur'an surat Al Ma'un ayat 1-3 :

"Tahukah kamu (orang) yang mendustakan agama? Maka itulah orang yang menghardik anak yatim, dan tidak mendorong memberi makan orang miskin."

Jadi pakaian dan ritual belum cukup sebagai gambaran keislaman. Harus nampak pada perilaku sosial. Bahkan lebih lanjut lagi pada ayat 4 - 7 :

"Maka celakalah orang yang shalat. (yaitu) orang-orang yang lalai terhadap shalatnya, yang berbuat riya', dan enggan memberikan bantuan".

Orang yang shalat pun masih celaka karena lalai, riya' dan pelit. Pada ayat ini tampak ciri keislaman yang bersifat ruhaniah yaitu ikhlas sebagai lawan dari riya'. Ikhlas berbasis tauhid bahwa segala perbuatannya semata-mata karena Allah. Penampilan fisik islami, ritual ibadah yang dijalankan, perilaku sosial kedermawanan yang dilakukan semua ikhlas karena Allah. Bukan karena ingin dilihat (riya') dan dipuji oleh orang lain. Bukan karena pencitraan.

Dia lakukan itu semua karena pengenalannya kepada Allah (ma'rifatullah). Dia tahu bahwa menutup aurat, beribadah ritual dan menolong sesama adalah perintah Allah. Maka dijalankannya sebagai bentuk ketaatan kepada Allah. Dia tak peduli dengan komentar dan penilaian manusia. Yang dia kejar adalah penilaian dan keridhaan Allah.

Ma'rifatullahnya membuat dia tahu bahwa Allah Maha Pengasih dan Maha Penyayang. Maka dikasihi dan disayanginya makhluk Allah yang ada di bumi. Itu semua sebagai wujud cintanya kepada Allah. Semoga dengan itu dia berharap Allah pun juga Mencintainya.

Itulah esensi ibadah dan keberislaman. Tidak hanya aspek lahiriah dengan penampilan dan perbuatan fisik yang tampak. Tapi juga aspek batiniah perbuatan hati yang rahasia hamba dan Allah yaitu keikhlasan.

Seluruh amaliah ibadah di bulan Ramadhan yang banyak dilakukan seperti puasa, shalat dan tadarus Al Qur'an melatih kita mengenal Allah (ma'rifatullah). Puasa tanpa pengawasan manusia dan hanya Allah yang Maha Mengawasi. Shalat menghadap Allah dan berdialog dengan-Nya. Tadarus Al Qur'an membaca kalamullah (perkataan Allah). Semoga itu

semua membuat kita meyakini kehadiran Allah dan merasakan kedekatan dengan-Nya sebagaimana firman Allah di rangkaian ayat puasa Al Baqarah 186 :

“Dan apabila hamba-hambaKu bertanya kepadamu tentang Aku, maka sesungguhnya Aku dekat. ...”

Nikmat Sejati

Jika atasan Anda memberi uang 200 ribu tentu Anda gembira. Bagaimana kalau diberi lagi 500 ribu. Tentu juga gembira. Mana yang lebih gembira diberi 200 ribu atau 500 ribu?

Jika Anda menjawab lebih gembira yang 500 ribu, maka Anda telah terjebak pada angka, kuantitatif. Atau jangan-jangan Anda tidak gembira karena jumlahnya di bawah harapan Anda. Substansinya bukan pada jumlahnya tapi siapa pemberinya. Saat atasan yang memberi itu adalah sebuah kehormatan dan kebanggaan. Anda tidak peduli lagi pada jumlahnya.

Demikian pula pada saat kita mendapat nikmat dari Allah. Jika itu berupa materi berapapun jumlahnya mari syukuri. Mari tetap berterima kasih kepada-Nya. Saat Allah masih memberi berarti Allah masih sayang sama kita. Semoga seiring dengan rasa syukur itu disertai usaha yang semakin baik maka Allah berkenan menambah nikmat-Nya.

Itulah nikmat sejati, nikmat yang dirasakan oleh orang-orang yang hatinya senantiasa bersyukur kepada Allah. Nikmat yang dirasakan oleh orang-orang yang selalu ada Allah di hatinya. KH. Dr. Burhan berkata dalam sebuah kajiannya *"siapa yang mau tahu kedudukannya di akhirat, maka periksalah kedudukan Allah di dalam hatinya"*.

Salah satu nikmat yang dijanjikan bagi orang yang berpuasa selain nikmat saat berbuka yaitu saat kelak berjumpa dengan Allah di akhirat.

Apa syaratnya? Kembali Dr. Burhan mengingatkan *"kalau tidak menemukan Allah saat hidup di dunia, jangan harap ketemu Allah di akhirat"*.

Apa maksudnya? Dalam segala aktivitas kita sehari-hari hadirkanlah selalu Allah di dalamnya. Sebelum berbuat maka periksalah terlebih dahulu. Apakah Allah suka atau tidak suka. Jika dapat nikmat maka ingatlah itu semua karunia Allah untuk menguji apakah kita dapat bersyukur. Jika dapat musibah maka bersabarlah dan yakinlah semua milik Allah dan akan kembali kepada Allah. Jika melakukan kesalahan segera ingat kepada Allah dan bertaubat (taubatan nasuha) dan berjanji tidak mengulangi lagi.

Semoga bulan Ramadhan melatih kita untuk menemukan nikmat sejati. Nikmat yang lahir dari pengenalan kita kepada Allah (ma'rifatullah). Nikmat yang akan melahirkan ketenangan pada hati dan jiwa kita karena adanya kedekatan dengan Allah.

Nikmat yang lahir karena adanya keikhlasan dalam hati. Pasrah dan tawakkal kepada Allah. Tidak akan ada ketakutan dan keluhan dalam hidup karena yakin semua dari Allah dan akan kembali kepada Allah.

Nikmat yang lahir karena adanya kemerdekaan jiwa berbasis tauhid laa ilaha illa Allah. Dr. Burhan berkata *"orang yang merdeka adalah mereka yang tidak memiliki apa-apa, dan tidak ada apa-apa yang memilikinya kecuali hanya Allah"*. Itu membuatnya tidak terbelenggu oleh harta, tahta dan nikmat semu lainnya.

Ramadhan di Afrika

"Ustadz, apakah sah orang berbuka puasa hanya dengan niat?" Tanya seseorang di sebuah negara di Afrika. Sang ustadz balik bertanya "mengapa hanya dengan niat?" "Kami tidak punya makanan atau minuman yang dapat dimakan". Jawab sang penanya.

Itulah kondisi beberapa negara Afrika yang diceritakan Ust. Ikhwan Abdul Djalil dalam salah satu ceramahnya. Kondisi alamnya kering kerontang. Terkadang 3 tahun hanya sekali turun hujan. Negaranya sangat miskin. Apalagi jika negara itu dilanda perang saudara. Tentu lebih miskin lagi.

Coba bandingkan dengan negeri kita Indonesia. Kaya raya, hijau royo royo, makanan melimpah. Jika saat berbuka puasa makanan yang tersedia bisa 5-10 macam. Sampai akhirnya kekenyangan dan makanan masih tersisa. Maka bersyukurlah atas semua karunia ini. Tapi ingat firman Allah :

"makan dan minumlah tapi jangan berlebih-lebihan. Sungguh Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan".

Cerita lain dari Ust Ikhwan tentang suasana di Afrika khususnya di daerah kampung terpencil yaitu sulitnya mendapatkan mushaf Al Qur'an. Satu kampung yang punya mushaf Al Qur'an bisa jadi hanya satu orang. Maka mushafnya harus dibagi bagi. Anak-anak dan orang dewasa pun bergiliran membacanya.

Melihat kondisi itu mereka menjadi 'kreatif dan inovatif'. Daripada

harus bergiliran dan tidak bisa membaca Al Qur'an kapan saja maka mereka pun berusaha menghafal Al Qur'an. Harapannya mereka bisa membaca kapan saja dari hafalannya. Akhirnya lahirlah banyak penghafal Al Qur'an.

Bandingkan dengan kondisi di rumah kita. Bisa jadi ada yang punya lebih dari 1 jenis mushaf Al Qur'an. Tapi mushaf tersebut masih tersimpan rapih di lemari. Jarang disentuh apalagi dibuka. Akhirnya berdebu. Begitu pula di masjid dekat rumah kita. Juga tersedia banyak mushaf Al Qur'an. Namun jamaah yang mengambil dan membacanya tiap hari sangat sedikit.

Mari bertekad di bulan Ramadhan ini untuk banyak berinteraksi dengan Al Qur'an. Jangan biarkan Al Qur'an di rumah dan masjid kita berdebu karena tidak pernah dibuka dan dibaca. Bertekadlah minimal di Ramadhan ini khatam 30 juz dan lanjutkan lagi di bulan lain. Lebih bagus lagi mencoba membaca terjemahan dan merenungi maknanya. Lalu mencoba menghafalnya sehingga lepas Ramadhan ada tambahan hafalan.

Sungguh segala sesuatu yang terkait dengan Al Qur'an itu mulia. Bulan turunnya Al Qur'an yaitu Ramadhan jadi mulia. Malam turunnya juga mulia yaitu lailatul qadr. Malaikat Jibril yang membawanya juga jadi mulia dan Rasulullah yang menerimanya menjadi manusia paling mulia. Raihlah juga kemuliaan itu. Mari bersahabat dengan Al Qur'an.

Amalan Hati

Sahabat utama Rasulullah yaitu Abu Bakar. Rasulullah pernah bersabda *"jika iman seluruh orang beriman dihitung beratnya dengan diletakkan di satu tempat kemudian iman Abu Bakar pada tempat yang lain maka berat iman Abu Bakar masih lebih berat"*.

Apa yang membuat Abu Bakar demikian istimewa? Jika kita baca kehidupan Abu Bakar maka kita tidak akan menemukan penjelasan bahwa ibadah shalat atau puasa Abu Bakar lebih banyak daripada sahabat Nabi yang lain. Penjelasan yang ada yaitu infak Abu Bakar 100% dari seluruh hartanya. Saat ditanya oleh Rasulullah *"apa yang engkau tinggalkan untuk anak istrimu?"*. Abu Bakar menjawab *"Allah dan Rasul-Nya"*.

Kita juga menemukan cerita tentang suatu hari Rasulullah menanyakan 3 amalan dalam satu hari : menjenguk orang sakit, bersedekah dan mengantar orang yang meninggal ke pemakaman. Hampir semua mengerjakan satu atau dua amalan. Tapi hanya Abu Bakar yang melakukan ketiganya.

Ustadz Fakhurrazi Anshar di dalam satu ceramahnya menceritakan tentang seorang ulama kontemporer dari Timur Tengah menulis buku yang berjudul *"Amalan Hati"*. Pada buku tersebut diulas tentang Abu Bakar dan ditemukan jawaban keistimewaan Abu Bakar adalah karena amalan hatinya yang luar biasa.

Lebih lanjut Ustadz Fakhurrrazi menjelaskan bahwa tidak mungkin Abu Bakar mampu melakukan 3 amalan tersebut jika tidak memiliki hati yang bersih. Itu lahir dari amalan hati yang luar biasa. Empati, peduli, menolong adalah amalan hati. Lebih lanjut lagi keyakinan "cukuplah Allah dan Rasul-Nya" juga adalah amalan hati. Berangkat dari keimanan dan tawakkal yang luar biasa.

Oleh karena itu mari senantiasa jaga amalan hati. Jaga niat dalam segala aktivitas. *"Setiap kami menyetor hafalan ke Syaikh kami waktu di Sudan maka yang selalu diingatkan adalah memperbaiki amalan hati"*, Ust. Fakhurrrazi bercerita lebih lanjut.

Teringat sebuah hadist tentang 3 orang yaitu mujahid, 'penghafal Al-Qur'an, dan dermawan. Kelak di akhirat mereka bertiga menagih surga kepada Allah. Tapi ternyata yang diberikan adalah neraka. Mengapa? Sang mujahid mengaku berjihad karena Allah. Tapi ternyata hanya untuk dikenal dan dikenang oleh manusia sebagai pahlawan. Sang penghafal Al Qur'an pun juga niatnya bukan karena Allah tapi ingin dipuji sebagai muhaffizh. Juga si dermawan. Hanya ingin dipuji sebagai orang yang suka memberi.

Semoga Ramadhan dengan ibadah puasa yang sangat rahasia antara hamba dan Allah melatih kita menguatkan amalan hati berupa ikhlas kepada Allah. Juga melatih empati, peduli dan berbagi pada sesama. Berbekal amalan hati tersebut kita dapat meraih qolbun salim sebagai bekal menghadap Allah saat harta dan anak-anak tak lagi bisa menjadi penolong.

Belajar Menjadi Manusia Utuh

Seorang polisi sangat kaget melihat pencuri yang ditangkapnya shalat di dalam tahanan. Dia bertanya ke pencuri "*bapak kok shalat padahal pencuri?*" Apa jawaban pencuri "*shalat itu ibadah mencuri itu pekerjaan*".

Apa yang aneh dari jawaban pencuri itu? Dia merasa wajar saja karena dia memisahkan antara ibadah dan pekerjaan. Pekerjaan boleh apa saja baik halal atau haram yang penting jangan lupa shalat. Urusan pekerjaan tidak ada hubungan dengan Allah. Jadi kerja dan ibadah sesuatu yang terpisah.

Cerita di atas mungkin kita anggap hanya fiktif dan tidak mungkin terjadi. Anda salah. Ini banyak terjadi dalam kehidupan kita. Seorang teman bercerita saat temannya mengurus ijin usaha ke sebuah instansi terjadi negosiasi pembayaran sogokan dengan salah seorang pejabatnya. Tiba-tiba terdengar adzan. Si pejabat berkata "*kita shalat dulu pak. Setelah shalat kita lanjutkan*".

Mereka pun menuju masjid untuk shalat dan setelah selesai lanjut lagi negosiasinya. Si pengusaha ini bingung juga. Kok bisa ya orangnya rajin shalat tapi juga suka terima sogokan. Suka korupsi. Pemahaman si pejabat mirip dengan si pencuri. Bahwa shalat itu ibadah, negosiasi sogokan itu pekerjaan.

Seolah-olah ruang dan waktu kehidupan kita tersekat. Saat di ruang rapat secara terbuka kita membahas rencana manipulasi dan tindakan

yang tidak sesuai ajaran agama. Tidak masalah yang penting menguntungkan.

Saat di masjid tiba-tiba kita berubah menjadi sangat khusyu dalam zikir dan shalat, membaca Al Qur'an, menyimak ceramah. Apalagi di bulan ramadhan. Orang yang melihat kita di masjid tidak akan menyangka kalau di ruang rapat kita membahas rencana yang tidak sesuai ajaran agama.

Apa akar masalah dari berbagai perilaku seperti di atas? Itu karena kita belum secara utuh 'meletakkan' Allah dalam kehidupan kita. Allah hanya ada di masjid, atau tempat shalat, tidak ada di kantor. Padahal Allah ada di mana saja ruang dan waktu kehidupan kita. Di mana saja dan kapan saja Allah Maha Menyaksikan apa yang kita lakukan.

Selanjutnya itu terjadi karena kita memaknai ibadah hanya ibadah khusus seperti shalat. Sehingga di luar itu bukan ibadah. Padahal tujuan Allah menciptakan manusia adalah untuk beribadah. Jadi seluruh aktivitas kita baik shalat, bekerja, makan, tidur dan lainnya harus bernilai ibadah.

Bulan Ramadhan dengan ibadah puasa selama sekitar 13,5 jam melatih kita untuk merasakan keberadaan Allah di luar waktu shalat. Kita berada dalam keadaan beribadah puasa sambil melakukan pekerjaan sehari-hari.

Harapannya terjadi penyatuan antara pekerjaan dan ibadah. Tumbuh rasa takut untuk berbuat salah di aktivitas pekerjaan karena sedang beribadah puasa. Semoga itu terus terbawa di luar bulan Ramadhan.

Jaminan Mutu Ramadhan

Waktu kecil dulu tahun 80-an ada iklan baterai ABC yang masih saya ingat taglinenya sampai sekarang. "Baterai ABC Jaminan Mutu" diucapkan selalu di akhir iklan. Apa maksudnya? Baterai yang dijual dijamin mutunya bagus.

Lalu di era sekarang hampir semua produk seperti otomotif, telekomunikasi ada masa garansi. Itu juga dalam rangka jaminan mutu. Jika dalam masa garansi ada masalah maka bisa diperbaiki tanpa biaya. Bahkan jika sangat vital masalahnya barang bisa diganti dengan yang baru.

Di dunia pendidikan juga sudah dikenal istilah jaminan mutu atau *quality assurance*. Lembaga pendidikan memberikan indikator mutu lulusan yang dijamin akan diraih jika syarat, proses dan ketentuan yang berlaku diikuti dan dipenuhi. Contohnya Bimbingan Belajar berani memberi garansi uang kembali 100% jika tidak lulus di perguruan tinggi negeri. Tentu jika syarat sudah dipenuhi seperti kehadiran di kelas, mengerjakan tugas dan sebagainya.

Sekolah Islam Athirah berani memberi jaminan mutu lulusannya bisa membaca Al Qur'an dengan benar sesuai kaidah tajwid. Jika selama sekolah sampai lulus dan tidak bisa baca Al Qur'an maka itu kesalahan sekolah.

Bagaimana dengan Ramadhan? Apa juga ada garansi atau jaminan mutunya? Jika kita cermati Al Qur'an dan Hadist minimal ada 3 yang

dijamin akan diperoleh jika kita menjalankan puasa sesuai petunjuk Rasulullah.

Pertama, orang yang berpuasa dijamin akan sehat fisik. "Berpuasalah maka engkau akan sehat". Apakah orang yang berpuasa pasti sehat? Insya Allah jika puasanya sesuai sunnah. Saat berbuka mulai dengan yang manis seperti kurma atau makanan lainnya. Juga tidak berlebihan makannya, tidak balas dendam tapi maksimal 1/3 lambungnya untuk makanan, 1/3 untuk minuman dan 1/3 untuk udara. Jika berlebihan maka bukan sehat yang didapat, malah penyakit.

Jaminan kedua yaitu meraih ampunan. Sabda Rasulullah *"barang siapa yang berpuasa (hadis lain shalat malam) karena iman dan mengharap balasan dari Allah semata maka akan diampuni dosanya yang telah lalu"*. Ampunan akan diraih syarat utamanya iman dan ikhlas. Jadi puasa dan shalat malam bukan untuk dipuji atau riya'. Iman berarti dikerjakan karena keyakinan itu perintah dari Allah. Penuh kesadaran bukan keterpaksaan. Begitu pentingnya iman dan ikhlas ini sampai Rasulullah mengatakan *"sungguh celaka orang yang bulan Ramadhan berlalu tapi tidak juga diampuni dosanya"*.

Jaminan ketiga yaitu meraih derajat takwa. Allah berfirman di Q.S. Al Baqarah 183

"hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa".

Inilah jaminan yang paling tinggi derajatnya dan paling sulit untuk diraih. Tidak cukup hanya puasa fisik menahan makan minum dan hubungan suami istri tapi harus juga puasa panca indra dan hati yaitu

menghindarkan diri dari segala perbuatan maksiat seperti ghibah, fitnah, pikiran kotor, marah dan lain sebagainya.

Juga harus ada kepedulian kepada sesama dengan memberi bantuan dalam keadaan lapang maupun sulit. Mau memaafkan orang lain dan senantiasa berbuat kebaikan. Lalu suka bertobat jika berbuat salah, memohon ampun dan tidak mengulangi lagi kesalahannya.

Juga harus ada kecintaan kepada Al Qur'an dengan membaca, memahami, menghafal, mengamalkan dan mendakwahrkannya. Itu semua dapat dilihat di Al Qur'an surah Al Baqarah ayat 2-4 dan Q.S. Ali Imran : 134-135.

Semoga bulan Ramadhan tahun ini menjadi Ramadhan terbaik bagi kita semua karena mendapatkan jaminan mutu fisik, social dan spiritual yaitu sehat, ampunan dan takwa. Selamat berjuang dan semoga sukses.

Puasa dan Kesehatan

Prof. dr. Veni Hadju, Ph.D dalam salah satu ceramahnya menguraikan bahwa pada tahun 1930 ilmuwan melakukan penelitian pertama tentang puasa dengan objek dua ekor kera. Kera pertama diberi makan secara bebas. Kera kedua diatur makannya seperti orang berpuasa. Setelah waktu yang cukup lama diperoleh hasil kera yang berpuasa lebih sehat. Kera yang makan secara bebas sakit-sakitan dan lebih cepat mati.

Penelitian dilanjutkan ke tikus dengan perlakuan yang sama. Hasilnya sama. Tikus yang tidak berpuasa mati lebih cepat. Saat isi perutnya dibedah ditemukan banyak sel kanker.

Salah satu ilmuwan AS bernama Andrea 14 thn lalu juga meneliti orang yang berpuasa (muslim) dibandingkan dengan yang tidak berpuasa. Ia menemukan manfaat puasa bagi kesehatan. Dari hasil penelitian itu dia pun masuk Islam karena melihat perintah puasa yang sangat bermanfaat.

Apa saja manfaat puasa bagi kesehatan? Dari kompilasi berbagai sumber ditemukan manfaat puasa. Pertama, orang yang berpuasa maka organ pencernaan seperti lambung, usus, hati, ginjal dan lainnya lebih sehat karena dapat waktu istirahat. Jika dalam kondisi tidak berpuasa maka organ tersebut bekerja non stop memproses makanan yang masuk ke dalam tubuh.

Puasa juga berdampak ke jantung yang lebih sehat karena kadar kolesterol dalam darah turun. Tubuh juga melakukan peningkatan HDL dan penurunan LDL yang baik untuk kesehatan jantung dan pembuluh darah.

Kedua, mengeluarkan racun atau detoksifikasi di sistem pencernaan. Juga menggunakan cadangan protein glikogen yang membuat tubuh lebih sehat. Cadangan makanan ini biasanya dikurangi melalui olahraga sehingga menyehatkan. Jadi puasa dan olahraga sama sama menyehatkan.

Ketiga, puasa juga membantu tubuh memproduksi lebih banyak sel-sel otak. Juga menurunkan tingkat stres karena jumlah hormon kortisol menurun. Juga membuat pikiran lebih tajam dan kreatif karena pikiran lebih tenang dan melambat.

Keempat, mengurangi kebiasaan buruk yang tidak sehat seperti merokok dan pola makan tidak sehat yang mengandung gula berlebih. Dampaknya dapat menurunkan berat badan tanpa diet khusus.

Kelima, puasa juga dapat mencegah diabetes karena kadar gula dalam darah yang turun. Juga metabolisme menjadi lebih efisien dan tubuh menyerap banyak nutrisi. Selain itu juga meningkatkan sistem kekebalan tubuh yang dapat menjaga dari berbagai virus.

Itulah penjelasan ilmiah tentang puasa dan kesehatan. Ini sejalan dengan firman Allah dalam Al Qur'an Surah Al Baqarah 184

"..dan puasa itu lebih baik bagimu jika kamu mengetahui".

Selamat berpuasa. Semoga dapat pahala dan juga tubuh lebih sehat.

Ramadhan Produktif

Mohammad Faris muslim AS dalam bukunya Muslim Produktif (terjemahan) menyampaikan rumus produktivitas = energi x waktu x fokus. Jika disingkat jadi Ewafo mirip slogan PSM Ewako.

Syarat pertama agar produktif yaitu punya energi yang cukup. Ibarat kendaraan tidak akan bisa berjalan jauh jika kehabisan bensin atau bahan bakar. Meskipun mobilnya baru dan kelas atas tidak akan bisa bergerak jika tidak ada bahan bakar.

Dalam kehidupan energi ini sama dengan kesehatan. Meskipun masih muda dan gagah jika dalam keadaan sakit maka tidak bisa berbuat apa-apa karena badan lemah sebab energinya tidak cukup untuk beraktivitas. Oleh karena itu mari jaga kesehatan dengan olahraga, istirahat yang cukup dan gizi yang seimbang.

Di bulan Ramadhan di mana aktivitas sangat padat sejak bangun sahur, shalat subuh berjamaah, berangkat ke tempat kerja, lalu shalat tarawih di malam hari di tambah tadarus Al Qur'an dan ibadah lainnya. Mari jaga asupan energi yang cukup tapi tidak berlebihan.

Kurangi aktivitas yang tidak penting. Jauhi kegiatan yang tidak bermanfaat. Begadang sampai tengah malam tanpa tujuan, menonton TV yang terlalu lama atau aktivitas di dunia maya media sosial. Itu bisa menyita energi dan mengambil waktu istirahat.

Syarat kedua agar produktif yaitu waktu. Setiap manusia diberi waktu 24 jam. Dari waktu yang sama berbeda produktivitasnya. Ada yang

sangat tinggi. Tapi banyak juga yang waktunya sia-sia dan tidak menghasilkan apa-apa.

Agar dapat produktif menggunakan waktu maka harus mampu mengelola waktu dengan baik. Menyusun agenda kerja, menentukan prioritas dan dapat membedakan hal yang penting dan genting.

Selain itu juga harus hati-hati dengan para pencuri waktu seperti HP, TV, pasar dan dapur. Maksudnya alat seperti HP dapat menyita waktu kita untuk aktivitas yang sia-sia. Bermain game, browsing atau bermedsos yang tidak bermanfaat. Hanya untuk menhhabiskan waktu saja.

Syarat ketiga agar bisa produktif yaitu fokus. Melakukan satu pekerjaan dengan penuh konsentrasi sampai tuntas. Contoh fokus yaitu saat pekerjaan dekat deadline. Biasanya muncul the power of kepepet. Dalam waktu singkat bisa selesai karena fokus. Cuma kalau selalu kepepet bisa stress.

Agar bisa fokus harus mampu mengelola pikiran. Caranya jauhkan diri juga dari para pencuri konsentrasi. Kembali HP dengan akses medsos bisa menjadi alat yang mengganggu konsentrasi. Saat kerja penasaran membuka WA atau baca berita. Akhirnya hilang fokus dan mulai lagi dari nol.

Di bulan Ramadhan ini agar dapat produktif dalam bekerja, beribadah dan belajar maka mari kelola energi, waktu dan fokus. Bayangkan sebagai Ramadhan terakhir sehingga energi dapat digunakan secara efektif, waktu tidak terbuang sia-sia dan fokus terjaga kepada hal hal yang penting dan harus diselesaikan. Selamat mencoba.

Dampak Kesulitan

Suatu hari di acara sekolah sesi sambutan orang tua yang diwakili oleh seorang pengusaha sukses. *"Kita bersyukur anak-anak kita sekolah di tempat yang fasilitasnya lengkap. Jika pada masa kita dahulu dengan fasilitas seadanya bahkan mungkin serba kekurangan kita bisa sukses. Pasti dengan kondisi sekarang anak kita akan lebih sukses lagi"*.

Apakah pernyataan orang tua tersebut benar? Apakah fasilitas lengkap menjamin kesuksesan? Apakah berbagai kemudahan dalam menjalani proses pendidikan juga memudahkan anak berhasil dalam menjalani hidupnya kelak?

Mari kita lihat dalam kenyataan sehari-hari. Apakah keluarga yang mapan semua anaknya juga dijamin mapan? Ternyata tidak ada jaminan. Tidak ada kepastian, tapi tetap ada peluang.

Menurut penelitian faktor penyebab kesuksesan ada kecerdasan intelektual (IQ), kecerdasan emosional (EQ), kecerdasan spiritual (SQ) dan kecerdasan adversity (AQ). Tiga jenis kecerdasan IQ, EQ dan SQ sudah sering kita dengar. Saya ingin fokus ke kecerdasan AQ karena mungkin jarang didengar.

AQ ini secara sederhana bisa disebut daya juang, daya tahan menghadapi kesulitan, saat gagal dan jatuh siap untuk bangkit kembali. Dari mana AQ ini dibangun? Apa faktor dominan yang bisa menguatkan AQ.

AQ harus dilatih ibarat otot pada badan. Menu latihannya adalah

kesulitan dan masalah. Semakin sering menghadapi kesulitan maka AQ semakin kuat. Daya tahan, *agility*, kelenturan dan kebijaksanaan tumbuh karena banyak makan asam garam kehidupan.

Kembali ke cerita awal. Bapak yang waktu kecil hidupnya susah bisa sukses karena AQ nya terlatih. Kesulitan dan penderitaan membuatnya memiliki mental baja dan daya juang tinggi sehingga berhasil dalam hidup.

Hati-hati, anak-anak dari orang tua sukses yang banyak menikmati kemudahan dalam hidup bisa tumbuh menjadi anak yang lemah daya juangnya. Ingin serba instant dan tidak mau proses yang panjang.

Ramadhan datang dengan ibadah puasa melatih kesabaran dan daya juang. Menahan lapar dari subuh sampai magrib itu adalah ujian kesabaran khususnya bagi anak-anak. Semoga dengan berpuasa Adversity Qoutiont (AQ) anak anak kita akan meningkat sebagai modal mental dalam menghadapi masa depan yang semakin penuh tantangan.

Amalan Rahasia

Haji Umar menceritakan di mushalla Al Ukhuwah tiap jumat ada yang mengantar makanan kue untuk jamaah yang disajikan setelah shalat jumat. Setiap ditanyakan dari siapa, pengantarnya berucap "*rahasia, ini pesan dari bapak*".

Tak terasa sudah berjalan dua tahun. Akhirnya jumatan terakhir sebelum puasa siapa 'bapak' itu terkuak. Pengantar makanan mau membuka rahasia. Dia berucap "*karena bapak yang selama ini pesan kue untuk jamaah sudah meninggal maka saya mau sampaikan siapa namanya. Dia adalah Pak Suhel*".

Pak Umar kaget sekali. Ternyata donaturnya selama ini Pak Suhel yang hampir tiap hari datang shalat berjamaah dan duduk di shaf depan. Selepas magrib sambil menunggu isya atau selepas subuh sambil menunggu matahari terbit bersama sama mengaji tadarus Al Qur'an.

Pak Suhel Pulubuhu yang juga adik kandung Prof. Dwia Rektor Unhas sekarang telah wafat pada hari Selasa 5 hari sebelum bulan Ramadhan. Dia dikenal sebagai pribadi yang ramah, rajin beribadah. Ternyata juga dermawan tapi rahasia hingga dua tahun tak ketahuan oleh jamaah.

Amalan rahasia merupakan sunnah nabi Muhammad SAW dan para sahabat. Mereka punya beberapa amalan yang tidak ingin diketahui oleh orang lain. Tidak ingin publisitas karena amalannya. Bukankah Nabi pernah bersabda "*tangan kanan memberi tapi tangan kiri tidak tahu*".

Tentu tidak semuanya juga disembunyikan. Malah banyak amalan Nabi

yang harus ditampakkan karena menjadi contoh. Ditampakkan juga untuk memotivasi agar orang lain berbuat yang sama. Pernah Rasulullah membuka lelang sumbangan untuk membantu sahabatnya yang miskin.

Pernah juga dilakukan penggalangan dana untuk jihad fii sabilillah. Umar menginfakkan setengah hartanya. Tiba-tiba datang Abu Bakar menginfakkan seluruh hartanya. Saat ditanya oleh Rasulullah *"apa yang kau tinggalkan untuk keluargamu"*. Dengan penuh keyakinan Abu Bakar menjawab *"Allah dan Rasul Nya"*.

Bulan Ramadhan dengan ibadah puasa setiap hari adalah latihan harian amalan rahasia. Hanya diri sendiri dan Allah yang Tahu bahwa kita sedang berpuasa. Bisa saja kita berbohong kepada orang lain. Mengaku berpuasa padahal diam-diam makan dan minum di dalam kamar. Lalu ke luar pura pura lemas karena haus dan lapar.

Amalan rahasia puasa bertujuan untuk melatih kejujuran dan keikhlasan kepada Allah. Tidak peduli dengan penilaian manusia. Juga melatih muraqabatullah, merasakan Pengawasan Allah. Allah Maha Melihat segala yang kita lakukan. Jika ini sudah tumbuh dalam diri maka kita akan terhindar dari segala perbuatan keji dan mungkar.

Selamat berlatih amalan rahasia. Semoga menjadi manusia yang jujur, ikhlas dan jauh dari perbuatan dosa.

Amalan Raga dan Jiwa

Pernah lihat doger monyet? monyet yang dilatih untuk atraksi diiringi gendang dan musik. Beragam atraksi mulai bersepeda, jadi tentara dan juga shalat. Iya, monyet ini membuka sajadahnya dan melakukan gerakan shalat berdiri lalu sujud.

Lebih lanjut manusia dengan kecerdasannya bisa membuat robot yang bergerak sendiri. Bisa menari, mengangkat barang dan juga bisa shalat satu rakaat lengkap dari awal sampai akhir.

Apakah monyet dan robot dapat pahala karena shalat? Tentu saja tidak karena mereka hewan dan robot. Bukan manusia.

Bagaimana dengan anak-anak balita yang juga bisa shalat? Apa juga tidak dapat pahala? Ya, tidak dapat pahala karena apa yang dilakukannya hanya ikut-ikutan saja tanpa ada kesadaran.

Ibadah shalat agar dapat diterima selain memiliki amalan raga juga butuh amalan jiwa atau hati. Monyet, robot dan anak-anak melakukan shalat hanya amalan raga saja tanpa amalan jiwa. Jadi ia hanya gerakan yang tidak jauh beda dengan olahraga.

Hati-hati, seluruh ibadah jika ingin diterima harus punya amalan jiwa. Komponen pertama amalan jiwa adalah niat semata-mata karena Allah. Shalat, puasa, zakat, haji sebagai ibadah khusus semua harus niat lillahi ta'ala.

Komponen kedua dari amalan jiwa atau hati yaitu merasakan pengawasan atau keberadaan Allah. Shalat yang ihsan jika kita merasa

'melihat' Allah. Jika kita tidak dapat 'melihat'nya maka yakinlah bahwa Allah Melihat kita.

Puasa pun demikian. Tidak semata amalan raga dengan tidak makan dan tidak minum tapi juga harus ada amalan jiwa atau hati dengan merasakan Allah Maha Melihat sehingga tidak berani melanggar larangan puasa.

Juga ditambah membangun rasa empati dengan menghayati rasanya menjadi orang lapar. Harapannya muncul kepedulian kepada orang yang tidak mampu.

Zakat, infak dan shadaqah pun demikian. Punya amalan jiwa atau hati yaitu empati dan keinginan untuk memajukan orang lain. Juga amalan seperti zikir tidak semata ucapan kalimat thayyibah. Tapi juga harus ada rasa cinta, takut dan harap kepada Allah.

Demikianlah seluruh amalan ibadah baik yang khusus ataupun yang umum punya amalan raga dan jiwa. Bekerja setiap hari jangan hanya sebagai amalan raga datang ke kantor mengerjakan tugas. Tapi juga masukkan niat ibadah dengan maksud sebagai persembahan kepada Allah. Lakukanlah yang terbaik karena Allah Maha Baik dan suka dengan yang terbaik.

Sayang dan Kasihan

Anak yang sedang belajar berpuasa terasa sangat berat terutama di puasa pertama awal Ramadhan. Sampai jam 15 mungkin masih kuat. Masuk sore hari jam 17 sudah tidak kuat. Sudah menangis ingin makan dan minum. Sebagai orang tua ada dua pilihan. Apakah membiarkannya makan dan minum atau memotivasinya untuk bersabar 1 jam lagi sampai waktu buka puasa.

Menentukan pilihan tindakan bisa karena "sayang" atau "kasihan". Jika karena "kasihan" maka diperbolehkan makan dan minum. Kasihan membuat kita tidak tega melihat anak menderita atau merengek untuk makan. Berpikirnya cenderung jangka pendek.

Beda dengan cara pandang "sayang". Lebih berpikir jangka panjang. Tindakannya memotivasi anak untuk bersabar menunggu buka puasa. Sayang tinggal 1 jam lagi. Ini momentum pembelajaran untuk berjuang sampai akhir. Tidak menyerah di ujung perjalanan. Jika berhasil sampai akhir maka ada kenikmatan tersendiri dan menjadi pengalaman pertama bahwa dia bisa berpuasa. Jika hari pertama berhasil maka hari selanjutnya akan lebih mudah.

Hal ini juga yang sering terjadi dalam pola asuh anak. Ada dua pola yaitu "kasihan" dan "sayang". Jika aliran "kasihan" yang dipakai maka anak cenderung dimanjakan. Segala keinginannya dipenuhi meskipun belum masanya.

Masih balita sudah punya smartphone. Awalnya kelihatan positif

karena anak ada aktivitas. Tapi lama kelamaan dia kecanduan dan kurang bergerak yang berdampak negatif kepada fisik dan mental.

Bisa juga karena "kasihan" maka segala tindakannya ditolerir karena alasan masih kecil. Atau tidak ditugaskan untuk mengerjakan aktivitas pribadi tertentu secara mandiri. Segalanya dibantu apalagi jika anak memang punya asisten khusus. Beberapa tahun lalu ada kasus anak SMA belum bisa pakai baju, kaos kaki dan sepatu sendiri karena selama ini selalu dipakaikan. Akhirnya saat dia lulus SMA dan harus pindah kota untuk kuliah maka neneknya pun ikut pindah bersamanya agar ada yang membantunya.

Berbeda jika cara pandangnya karena "sayang". Sejak kecil anak-anak diajari untuk self help atau membantu dirinya sendiri. Belajar mandiri seperti makan sendiri, buang air kecil dan besar dan membersihkannya sendiri (toilet training). Pakai baju, kaos kaki dan sepatu sendiri.

Pada tahap awal itu sangat sulit dan butuh kesabaran. Jika tidak sabar maka akan muncul rasa kasihan akhirnya dibantu lagi semuanya. Maka gagallah proses belajar mandiri. Tapi jika orang tua berpikir jangka panjang dan ingin anaknya kelak mandiri maka tidak dibantu tapi dilatih. Hal yang biasa jika makannya masih belepotan dan makanan banyak yang tercecer. Tapi lama kelamaan dia akan bisa makan dengan bersih dan apik.

Demikian pula saat anak menghadapi masalah dengan temannya. Latih dia untuk secara ksatria menghadapinya. Jangan langsung dibela atau dibantu meskipun dia benar. Bantuan itu bisa dipersepsi lain. Merasa ada andalan dan pembela. Bisa jadi saat dia yang salah tidak mau minta maaf.

Akhirnya mendidik anak dengan paradigma "sayang" akan membantu

anak untuk memiliki keterampilan hidup (*life skill*). Mampu membantu (*self help*) dan mengelola dirinya sendiri (*personal skill*). Jika itu dia miliki maka dia akan mandiri, siap menghadapi kondisi yang tidak ideal, mampu membedakan keinginan dan kebutuhan dan bersabar terhadap berbagai keinginan yang tiada batasnya.

Bulan Ramadhan hadir dengan berbagai aktivitas ibadah di dalamnya. Mari manfaatkan untuk melatih anak-anak kita untuk mengelola dirinya. Semoga berhasil.

Jagalah Hati

Pada awal tahun 2000 an Aa Gym mempopulerkan lagu Jagalah Hati dengan program MQ atau Manajemen Qolbu. Ada buletin yang diterbitkan rutin dengan nama Qolbun Salim. Inti pesan Aa Gym dari lagu itu sebagaimana hadist nabi bahwa hati adalah raja bagi diri ini.

Jika ia baik maka baiklah diri ini. Jika buruk maka buruk pulalah diri ini. Oleh karena itu hati harus dijaga jangan dikotori karena ia adalah lentera hidup ini. Hati harus dijaga jangan dinodai karena ia adalah lentera Ilahi.

Bagaimana cara menjaga hati? Menurut Ust. dr. Faizal Abdillah ada 5 amalan agar hati jadi selamat. Apa saja? Pertama, senantiasa membaca dan tadabur Al Quran. Bulan Ramadhan sebagai bulan Al Qur'an merupakan waktu yang istimewa untuk tadarus bukan tidurus (tidur terus).

Kedua yaitu banyak istighfar memohon ampun kepada Allah. Hati ibarat cermin dan dosa adalah debu kotoran di cermin. Cara membersihkannya yaitu dengan memohon ampun kepada Allah. Melalui istighfar maka debu dosa akan hilang.

Ketiga yaitu banyak berdzikir memuji Allah dengan kalimah thayyibah. Dzikir artinya ingat bukan semata menyebut di bibir tapi juga menghadirkan di hati sehingga bersemayam rasa cinta, harap dan takut kepada Allah SWT.

Keempat yaitu menjaga lisan dari dosa dan ucapan yang sia-sia. Selain lisan juga panca indra lain seperti mata. Lisan dan mata ini bisa menjadi

pipa yang menyalurkan sesuatu ke hati. Jika yang masuk adalah perbuatan dosa maka hati akan kotor. Oleh karena itu jauhkan lisan dari perkataan yang dilarang seperti dusta, fitnah, ghibah, sumpah palsu serta ucapan yang sia-sia. Juga jaga mata dari memandangi yang dilarang oleh agama.

Kelima yaitu berpuasa di bulan kesabaran dan diluar ramadhan. Puasa dengan tujuan melatih pengendalian hawa nafsu juga dapat membersihkan hati jika dilaksanakan dengan ikhlas dan menghadirkan Allah dalam diri. Dengan puasa maka diri terhindar dari maksiat. Maka wajar saja hati menjadi hidup dan bersih.

Mari manfaatkan dengan baik bulan Ramadhan ini agar kita dapat memiliki hati yang selamat (qolbun salim). Jika hati kita sakit (qolbun marid) maka ia akan cepat sehat kembali dengan ketaatan dan ibadah. Jangan menunggu hati mati (qolbun mayyit) karena akan sulit untuk menghidupkannya lagi.

Dampak dari hati yang terjaga seperti syair Aa Gym yaitu berfikir pun selalu jernih, semangat hidupkan gigih, prestasi mudah di raih. Dalam pergaulan tak ada yang tersakiti, pribadi menawan hati.

Selamat berjuang menjaga hati.

Kesehatan dan Waktu Luang

Hal yang sangat berharga bagi orang sibuk yaitu waktu luang. Saat jam kerja beragam agenda rapat, acara, ketemu relasi, mengajar, ceramah dan sebagainya. Tak terasa dari pagi mulai, lanjut siang dan di sore hari belum selesai agenda harian. Terkadang masih berlanjut sampai malam. Jika tidak mungkin maka lanjut di esok hari.

Rasanya waktu 24 jam sehari tidak cukup karena banyak amanah dan urusan yang harus diselesaikan. Belum lagi jika harus berpindah tempat dari satu kantor ke kantor lain. Atau berpindah kota antar provinsi, bahkan antar negara. Kadang sahur di Makassar, buka puasa di Jakarta dan berlanjut sahur di kota lain.

Akibatnya badan menjadi lelah. Energi terkuras untuk perjalanan dan pikiran. Masalah yang banyak dan beragam menuntut solusi. Otak berpikir keras dan hal itu butuh energi yang besar. Tak terasa badan juga ada batas energinya. Akhirnya mulai lemas, letih dan lesu. Jika terus berlanjut dan tidak cukup istirahat maka sakit akan datang menerpa.

Tak ada pilihan, harus istirahat. Berhenti sejenak dari segala kesibukan dan aktivitas yang padat. Tidur yang banyak untuk memulihkan kondisi tubuh. Jika dirasakn ada virus atau bakteri yang mengganggu maka harus ke dokter untuk cek kesehatan. Diberilah obat-obatan yang harus dikonsumsi agar kondisi tubuh kembali pulih.

Saat tubuh terbaring lemah terasa sangat mahal dan istimewa yang namanya sehat. Maka wajar saja ungkapan yang mengatakan "*sehat itu*

ibarat mahkota di kepala raja yang terlihat indah oleh orang sakit". Bagi raja yang menggunakan mahkota tidak terlihat keindahan mahkotanya kecuali dia bercermin. Raja itu adalah orang sehat. Terkadang bagi orang sehat, kesehatan itu biasa saja, bukan barang yang istimewa dan berharga. Toh demikianlah tiap hari badan segar bugar. Baru terasa jika sakit mendera. Ibarat mahkota lepas dari kepala dan terlihat utuh di atas meja. Oh ternyata indah sekali mahkotaku. Oh ternyata sehat itu nikmat sekali.

Mencermati tulisan di atas teringat hadist Nabi yang diriwayatkan oleh Imam Al Bukhari Rasulullah bersabda "*dua nikmat, kebanyakan manusia tertipu dengan keduanya, yaitu kesehatan dan waktu luang*".

Terkadang kita alami karena kesibukan yang sangat padat jangankan untuk shalat berjamaah di masjid dan lengkap dengan shalat sunnah rawatib, shalat 5 waktu saja kita lakukan di akhir waktu. Untung masih sempat dikerjakan. Mungkin pernah malah terlewatkan satu atau dua waktu.

Namun terkadang saat sakit datang, kita punya waktu luang yang banyak. Cuma sering waktu itu tak bisa dimanfaatkan untuk hal yang bermanfaat dan berkualitas. Dengan alasan istirahat akhirnya waktu habis untuk tidur. Jika masih ada tersisa habis untuk aktivitas pasif seperti menonton televisi, media sosial atau acara hiburan lainnya.

Padahal sebenarnya waktu luang yang ada masih bisa digunakan untuk membaca buku atau tadarus Al Qur'an. Agar hal itu bisa berjalan usahakan berpisah dulu dengan smartphone. Saya pernah mencobanya dan Alhamdulillah berhasil. Waktu luang saat istirahat karena sakit hari itu dapat menyelesaikan tadarus 5 juz. Di waktu lain dapat menuntaskan satu

buku yang tebalnya hampir 300 halaman.

Namun pernah juga di hari yang lain karena terjebak sama smartphone akhirnya keasyikan di media sosial, menonton di youtube atau membaca berita di portal berita online. Waktu berjam-jam berlalu namun kurang bermakna dan tidak banyak manfaatnya.

Sebagai penutup, mari jaga kesehatan dengan makanan bergizi seimbang, istirahat yang cukup dan pikiran yang rileks. Hati-hati terhadap waktu luang anda. Jangan biarkan berlalu tanpa manfaat. Ingat, semua adalah titipan yang kelak akan diminta pertanggungjawaban. Apalagi di bulan Ramadhan saat amal dibalas pahala berlipat ganda. Jangan biarkan waktu berlalu tanpa aktivitas yang bernilai ibadah.

Agar Tidur Bernilai Ibadah

Manusia dalam hidupnya memiliki kebutuhan dasar yang harus dipenuhi. Bukan cuma makan, minum dan bernafas tapi juga tidur. Bahkan tidur bisa jadi lebih penting daripada makan dan minum. Buktinya saat mengantuk datang menyerang dan kondisi perut lapar maka biasanya tidur yang didahulukan. Minimal makan sambil tertidur.

Allah menciptakan tidur sebagai mekanisme alamiah agar manusia dapat istirahat. Saat tubuh lelah beraktivitas di siang hari maka Allah ciptakan malam hari untuk beristirahat. Lama waktu tidur juga diatur. Normalnya untuk orang dewasa antara 4-8 jam.

Pergantian malam dan siang jika kita amati juga penuh keajaiban. Ada waktu sekitar 1 jam antara sore hari menuju malam hari dan subuh hari menuju pagi hari. Waktu transisi ini Allah ciptakan agar manusia memiliki masa penyesuaian diri. Secara perlahan dari gelap ke terang atau dari terang ke gelap membuat manusia tidak kaget. Bayangkan jika seperti gelap dan terang di lampu kamar. Tentu saja tidak nyaman bagi manusia.

Tidur yang dapat memulihkan tubuh adalah tidur yang berkualitas. Itu terjadi saat kita dalam keadaan "*deep sleep*". Jadi bukan asal tidur atau asal tidur yang lama. Suasana pribadi dan lingkungan sangat menentukan kualitas tidur seseorang.

Jika aktivitas tidur seseorang tiap hari rata-rata 6 jam maka itu setara dengan 25% umurnya. Jika umurnya 40 tahun maka dia telah tidur selama 10 tahun. Bisa dipastikan tidur adalah aktivitas yang paling banyak

mengambil waktu kita.

Allah menciptakan jin dan manusia untuk beribadah kepada Nya. Artinya seluruh aktivitas manusia termasuk tidurnya harus bernilai ibadah. Apa syaratnya agar tidur bernilai ibadah?

Mari kita perhatikan hadist Nabi yang dapat jadi petunjuk. Tentu pertama secara umum adalah niat. Sebelum tidur, niatkan untuk ibadah. Makanya diajarkan do'a sebelum tidur yaitu bismika Allahumma ahyah wa bismika amut (dengan nama-Mu ya Allah aku hidup dan mati).

Jika ingin lebih lengkap maka dianjurkan membaca ayat Kursi, surat Al Ikhlas, Al Falaq dan An Nas lalu meniupkan ke tangan dan menyapukan ke seluruh badan yang dapat dijangkau. Hal itu untuk menjaga diri dari gangguan jin selama tidur.

Aktivitas pendahuluan sebelum do'a akan tidur yaitu berwudhu dan membersihkan tempat tidur. Berwudhu sebagaimana akan shalat agar saat tidur dalam keadaan suci lahir dan batin. Membersihkan tempat tidur dengan membaca bismillah selain menjaga kebersihan fisik tempat tidur juga membersihkannya dari jin yang dapat mengganggu.

Kemudian dianjurkan untuk tidur dengan badan menghadap ke kanan dan tangan di bawah pipi. Secara medis posisi ini sangat bagus untuk jantung dan lambung.

Saat bangun tidur diperintahkan untuk membaca do'a *alhamdulillahiladzi ahyana ba'da ma amatana wailaihinnusyur* (segala puji bagi Allah yang telah menghidupkan setelah mati di saat tidur). Bersyukur kepada Allah atas nikmat masih bisa bangun.

Demikianlah beberapa petunjuk agar aktivitas tidur kita bernilai ibadah

sehingga berpahala. Apalagi di bulan Ramadhan di mana segala pahala berlipat ganda. Tapi jangan juga tidur berlebihan dan bermalas-malasan dengan alasan sedang berpuasa. Mari tetap produktif di bulan Ramadhan.

Energi Sosial Positif Bangsa

Manusia dalam menjalani aktivitas hidupnya membutuhkan energi. Energi tersebut tidak hanya berwujud fisik yang diperoleh dari makanan dan minuman. Juga ada energi sosial dan spiritual. Energi sosial diperoleh dari pergaulan dengan orang lain. Energi spiritual diperoleh dari hubungan dengan Sang Pencipta.

Melalui pergaulan yang harmonis dengan orang lain maka tumbuh semangat kerja yang tinggi karena adanya spirit the corps. Lahirlah teamwork, kolaborasi atau kerja sama. Setiap anggota tim dapat saling membantu (sipatuo) dan saling menopang (sipatokkong). Muncul kolaborasi dan saling mengisi kekurangan masing-masing. Itulah synergy atau synchronize energy.

Tidak semua kumpulan orang disebut tim. Ada dua syarat yang harus dipenuhi yaitu kesamaan tujuan dan kepedulian pada sesama. Satunya tujuan membuat kita fokus untuk meraihnya. Terjadi kerja sama, bukan sama sama kerja.

Kerja sama tidak akan terwujud jika tidak ada kepedulian dan empati. Masalah yang dihadapi oleh orang lain juga masalah bersama karena dampaknya untuk semua.

Demikian pula dengan rakyat Indonesia yang berjumlah lebih dari 250 juta. Belum bisa dikatakan satu tim jika tidak satu tujuan dan tidak ada kepedulian.

Bagaimana agar energi sosial ini dapat berubah menjadi positif?

Dibutuhkan kesatuan tujuan bahwa kita berbangsa dan bernegara untuk membangun kehidupan masyarakat yang adil, makmur sejahtera lahir dan batin.

Kemudian dibutuhkan kepedulian pada keselamatan bersama. Ibarat naik perahu tidak boleh ada yang egois dan bertindak di luar prosedur. Sangat berbahaya tindakan di luar prosedur karena dapat menenggelamkan seluruh penumpang.

Tentu semuanya dibarengi dengan kesabaran dan pengendalian diri. Jika ada perbedaan dahulukan persaudaraan bukan permusuhan. Berpikir jangka panjang. Berpikir dua kali sebelum bertindak.

Akhirnya jangan lupa untuk memohon pertolongan kepada Allah yang menguasai hati semua manusia. Jika Allah berkehendak maka pikiran yang berbeda dapat menjadi satu hati yang sama.

Bulan Ramadhan adalah bulan latihan pengendalian diri dan kesabaran. Semoga berkah Ramadhan membangkitkan energi positif bangsa untuk bersatu.

Husnul Khotimah

Prof. dr. Budu Dekan Fakultas Kedokteran Unhas menceritakan pengalamannya saat masih dokter muda. Beliau beberapa kali mendampingi pasien di saat akhir hayatnya atau sakaratul maut. Ada beragam kejadian yang bisa jadi pelajaran.

Suatu saat ada pemuda korban kecelakaan yang kondisinya kritis. Saat akan diambil tindakan dalam keadaan tidak sadar pemuda itu masih bisa mengucapkan kata yang tidak sopan "sund*la" sambil mengacungkan jari telunjuk ke dokter.

Sampai akhirnya tiba bapak dari pemuda itu. "Ada apa ini pak, kok anak bapak seperti ini?" Prof. Budu bertanya kepada orang tua pemuda itu. "*Memang begitu kesehariannya. Kalau minta sesuatu dan tidak dipenuhi dia tunjuk kita dan teriak kata sund*la*". Jawab orang tuanya. "*Biarkan saja mati. Sudah pusing saya melihatnya*", lanjut bapaknya.

Kisah di atas adalah contoh akhir hayat yang buruk atau su'ul khotimah. Apa yang diucapkan di akhir hayatnya merupakan kebiasaan dia yang lama dan berulang. Masuk ke dalam otak dan jiwa sehingga di saat yang sangat menentukan kata-kata itu keluar secara otomatis.

Tentu kita tidak ingin mengalami hal seperti itu. Kita ingin akhir yang baik atau husnul khotimah. Kita ingin di akhir hayat kita bisa mengucapkan "laa ilaaha illallah" atau kalimah thayyibah lainnya. Jika itu bisa kita lakukan maka Allah menjamin akan masuk ke dalam surga.

Menurut Prof. dr. Budu ada 2 cara yang bisa dilakukan. Pertama membiasakan diri mengucapkan kalimah thayyibah dalam keseharian. Bisa dalam bentuk aktivitas dzikir rutin pagi dan petang atau di saat senggang maupun sibuk tetap dalam aktivitas berzikir. Sering kita lihat ada orang yang membawa tasbih atau counter digital. Tiap saat terus berzikir.

Apakah cukup dengan itu? Tentu tidak. Bisa jadi itu hanya di lisan saja belum masuk ke dalam hati. Oleh karena itu menurut Prof. Budu perlu langkah kedua yaitu menghadirkan hati dengan menghayati apa yang diucapkan. Zikir dengan memahami apa yang diucapkan lalu direnungi dan diresapi ke dalam jiwa.

Lebih lanjut juga harus dibarengi dengan kebersihan jiwa dan raga dalam kehidupan sehari-hari dengan penuh ketakwaan kepada Allah. Kalimah thayyibah diwujudkan dalam kehidupan sehari-hari. Memurnikan niat dalam segala aktivitas semata-mata karena Allah, senantiasa bersyukur dengan segala nikmat dari Allah, berusaha sungguh-sungguh melaksanakan perintah Allah dan menjauhi larangan-Nya, ridha dan sabar dengan segala ketetapan Allah.

Semoga dengan itu semua maka kalimah thayyibah itu mendarah daging dalam raga dan diresapi ke dalam jiwa dengan penuh rasa iman kepada Allah. Hadir dalam setiap nafas dan denyutan jantung kehidupan sehingga bisa hadir di alam bawah sadar.

Semoga bulan Ramadhan dengan puasa, shalat dan tilawah serta amal saleh lainnya melatih diri kita untuk senantiasa dzikrullah, ingat kepada Allah. Jika itu masuk ke dalam alam bawah sadar dan menjadi darah daging kehidupan, insyaallah kita bisa meraih husnul khotimah.

Sepuluh Malam Terakhir

Rasulullah adalah manusia yang dijamin oleh Allah masuk surga. Namun ada yang unik dari beliau. Adanya jaminan itu justru ibadahnya semakin banyak dan berkualitas.

Bayangkan jika kita yang dapat jaminan masuk surga. Mungkin ibadah kita biasa-biasa saja. Alasannya, buat apa lagi toh sudah dijamin masuk surga. Bukankah ibadah untuk dapat pahala sebagai bekal di akhirat agar dapat masuk ke dalam surga.

Suatu hari Aisyah istri Rasulullah menanyakan hal itu. Jawaban beliau sungguh luar biasa. *"Apakah aku tidak boleh menjadi hamba yang bersyukur"*. Jadi adanya jaminan itu beliau syukuri dengan ibadah yang semakin intensif.

Rasulullah telah melepaskan diri dari ibadah transaksional menjadi ibadah cinta. Transaksional karena imbalan dan hukuman. Cinta karena rasa syukur dan persembahan. Ini perlu kita renungi. Transaksional tidak masalah asalkan dilandasi oleh cinta.

Intensifikasi ibadah Rasulullah juga sangat luar biasa pada 10 malam terakhir bulan Ramadhan. Apa saja kebiasaan beliau? Pertama, menghidupkan malamnya sehingga tdk bisa dibedakan bangun dan tidurnya. Seolah-olah sepanjang malam beliau terjaga terus dalam aktivitas ibadah.

Rasulullah i'tikaf di masjid. Melepaskan diri dari segala urusan sehari-hari sebagai pemimpin masyarakat. Masuk dalam bilik khusus di masjid

melakukan shalat, zikir dan do'a. Keluar dari biliknya hanya saat urusan pribadi seperti bersuci dan merapihkan diri. Itu dilakukan selama 9 atau 10 hari penuh. Sejak masuk malam ke 21 sampai dapat dipastikan di sore hari terakhir Ramadhan sudah tampak hilal. Berarti besoknya sudah 1 Syawal.

Ibadah utama yang dilakukan di malam hari yaitu shalat malam. Khusus bagi Rasulullah shalat witir menjadi wajib hukumnya sehingga tdk pernah ditinggal oleh beliau baik dalam keadaan mukim ataupun safar atau perjalanan.

Kedua, Rasulullah membangunkan istri-istrinya. Juga anak dan menantunya untuk beribadah bersama. Jadi ada kebersamaan untuk mendekatkan diri kepada Allah. Rasulullah lakukan itu sampai beliau meninggal. Setelah itu istri-istrinya melanjutkan kebiasaan tersebut.

Ketiga yaitu banyak meminta atau berdoa agar diampuni segala dosa. Aisyah secara khusus minta agar diajarkan doa khusus di malam itu. Maka Rasulullah mengajarkannya untuk membaca doa "*Allahumma innaka afuwun tuhibbul afwa fa'fuanni*". Artinya wahai Allah yang Maha Pengampun, ampunilah aku.

Mulai tadi malam kita sudah memasuki 10 malam terakhir. Mari intensifkan ibadah. Jika tidak sanggup penuh 9 atau 10 hari x 24 jam karena masih harus masuk kerja maka bisa i'tikaf di malam hari.

Jika itu juga sulit maka bisa datang ke masjid untuk shalat tahajjud berjamaah. Biasanya mulai jam 2 pagi sampai subuh. Jadi sekalian sahur di masjid. Kemudian pagi harinya kembali ke rumah dan masuk kerja lagi.

Jika ingin mencoba penuh bisa saat nanti sudah cuti bersama. Bisa ada 5 hari x 24 jam. Selamat mencoba.

Manfaatkan Sisa Ramadhan

Dalam satu hari bisa sampai 4 kali cerita ini diputar di Radio An Nashihah 88.2 FM. Hadist yang diriwayatkan oleh Imam Ahmad. Dikisahkan oleh Thalhah bin Ubaidillah satu dari sepuluh sahabat nabi yang dijamin masuk surga.

Suatu hari ada dua orang dari pedalaman yang datang ke Medinah untuk masuk Islam. Mereka berdua pun tinggal beberapa lama di Medinah dan menumpang di rumah Thalhah. Selama di Medinah diamatinya perilaku keduanya. Orang pertama ibadahnya sangat rajin dan tekun. Orang kedua biasa biasa saja.

Beberapa hari kemudian mereka pun kembali ke kampungnya. Sampai suatu hari terjadi peperangan. Orang pertama ikut berjihad dan mati syahid. Orang kedua masih diberi kesempatan hidup setahun lagi dan meninggal bukan di medan perang.

Suatu malam Thalhah bermimpi tentang keduanya. Thalhah bersama keduanya berada di depan pintu surga. Beberapa saat kemudian dari dalam surga datang seseorang menjemput salah seorang dari mereka. Ternyata yang dijemput pertama kali yaitu orang kedua yang ibadahnya biasa saja dan meninggal bukan di medan jihad. Beberapa saat kemudian datang lagi dari dalam surga menjemput orang pertama yang mati syahid.

Thalhah merasa heran dengan peristiwa itu. Mengapa bukan orang yang mati syahid yang pertama masuk surga? Keesokan harinya

mimpinya itu diceritakan ke sahabat yang lain. Sampai akhirnya terdengar juga oleh Rasulullah.

Di suatu majelis Rasulullah pun membahas mimpi itu. *"Apa yang kalian herankan tentang kejadian itu?"* Tanya Rasulullah. Mengapa orang kedua yang pertama masuk surga? Bukankah orang kedua masih diberi umur satu tahun lagi dari orang pertama? Disebabkan umur satu tahun itu bukankah dia masih menikmati ibadah di bulan Ramadhan?

Ternyata kemuliaan orang kedua (yang ibadahnya biasa saja dan mati bukan di medan jihad) lebih dulu masuk surga dari orang pertama yang mati syahid dan rajin ibadah karena masih menikmati satu kali bulan Ramadhan dibandingkan orang yang pertama. Ramadhan tersebut dimanfaatkannya dengan baik untuk beribadah kepada Allah. Selama setahun itu juga masih sempat bersujud ribuan kali dalam shalat. Itulah yang membuatnya unggul. Rasulullah menutup penjelasannya *"sungguh perbedaan mereka berdua seperti bumi dengan langit"*.

Begitu luar biasanya nikmat bulan Ramadhan. Mari manfaatkan dengan baik. Jangan disia-siakan. Mari isi dengan beribadah (puasa, shalat), belajar, berbagi, tilawah Al Qur'an, zakat, zikir dan do'a serta amal shaleh lainnya. Tidak ada jaminan tahun depan kita masih bertemu Ramadhan. Perlakukan Ramadhan tahun ini sebagai Ramadhan terakhir sehingga menjadi Ramadhan yang terbaik.

Mari jaga semangat di paruh kedua Ramadhan. Sebentar lagi akan masuk 10 hari terakhir. Allah menyiapkan lailatul qadr di malam tersebut. Mari berusaha menjemputnya. Hidupkan malamnya dengan i'tikaf. Semoga kita meraih lailatur qadr yang lebih mulia dari 1000 bulan. Amin.

Perhatikan Kualitas Ibadah

Bulan Ramadhan sungguh sangat semarak dengan aktivitas ibadah. Ada tiga jenis ibadah yang sangat intens dilakukan yaitu shiyam (puasa), qiyam (shalat malam/tarawih) dan tadarusan (membaca Al Qur'an).

Fenomena yang umum terjadi kaum muslimin terjebak pada kuantitas bukan kualitas khususnya qiyam dan tadarusan. Seperti tarawih ada yg tidak hanya mengejar rakaat yang banyak tapi juga yang cepat. Sampai ada yang shalat tarawih 23 rakaat dalam 7 menit.

Demikian pula dengan tadarusan. Umumnya 1 juz sehari sehingga bisa 30 juz sebulan. Ada juga yang targetnya 5 juz sehari tapi cara baca yang tidak tepat (tartil). Mengejar kuantitas dan kecepatan. Akhirnya salah baca.

Hati-hati, jangan hanya mengejar kuantitas. Mohon perhatikan juga kualitas. Jangan sampai tidak dapat apa apa selain hanya letih dan lelah. Shalat tanpa tuma'ninah dan ketenangan hanya gerakan fisik seperti olahraga. Mengaji tanpa cara baca yang benar malah bisa salah arti.

Bagaimana caranya agar shalat berkualitas? Shalatlah dalam keadaan sadar. Hati-hati, karena sangat sering dilakukan jadi otomatis saja. Takbir sampai salam tanpa ada kehadiran pikiran dan hati pada aktivitas shalat yang sedang dilakukan.

Agar bisa khushyu maka hadirkan pikiran dan hati dalam shalat. Di dalam shalat ada pujian dan do'a selain gerakan. Maknai apa pujian yang diucapkan dan apa do'a yang dipanjatkan. Contohnya do'a antar dua

sujud. Ada tujuh permintaan. Saat duduk antar dua sujud coba maknai dan hayati apa yang diminta. Dengan cara itu semoga bisa khusyu dalam shalat.

Pada surat Al Fatihah ada pujian dan permintaan. Coba pahami dan hayati satu demi satu ayat yang dibaca. Akan terasa ketenangan dalam jiwa jika khusyu membacanya. Sangat berbeda jika membacanya secara otomatis.

Tarawih yang dilakukan di malam bulan Ramadhan harapannya ada bekas di jiwa. Ini sejalan dengan arti kata tarawih. Untuk meraih itu butuh khusyu dan tenang bukan banyak dan cepat.

Demikian pula tadarus yang 1 juz sehari. Membaca surat dari atasan saja bisa membekas di hati jika itu berupa pujian atau teguran. Apalagi suratnya dari Allah yang Maha Kuasa. Syaratnya tentu saja dipahami apa yang dibaca. Jika sulit karena tidak bisa bahasa Arab maka coba baca terjemahan tiap menjelang tidur sambil diresapi maknanya.

Puasa juga mari jaga kualitasnya. Bukan hanya menahan lapar dan haus tapi juga menjaga lisan, pandangan, pendengaran dari maksiat dan hal lain yang dilarang oleh Allah. Puasa yang mampu merasakan kehadiran Allah dalam kehidupan.

Semoga kita dapat mengoptimalkan Ramadhan tahun ini dengan kuantitas dan kualitas ibadah yang maksimal. Apalagi menjelang 10 hari terakhir di mana terdapat lailatul qadar yang lebih mulia daripada 1000 bulan. Selamat berjuang.

Finalis Ramadhan

Pada setiap perlombaan selalu ada yang disebut finalis. Disebut finalis karena bisa bertahan sampai akhir. Jika ada yang bertahan maka ada juga yang gugur atau tidak bertahan.

Di awal perlombaan banyak peserta itu biasa. Seiring waktu maka mulai berguguran dan yang bertahan itulah finalis. Demikian pula dengan Ramadhan. Finalis ramadhan adalah mereka yang mampu bertahan di 10 hari terakhir.

Finalis Ramadhan harus lebih baik lagi dibandingkan 20 hari awal. Jika di awal biasa saja maka di 10 terakhir harus maksimal. Lakukan ibadah yang terbaik. Sedekah terbaik. Baca Al Qur'an terbaik.

Rasulullah di 10 hari terakhir mengencangkan sarungnya. Tidak mendekati istrinya. Beliau iktikaf di masjid. Menghidupkan malamnya dengan shalat. Mengkhatamkan Al Quran dalam sekali shalat lail. Jadi semalam 30 juz.

Rasulullah bersabda "*amalan itu dinilai di akhirnya*". Jika pada awal Ramadhan tidak mampu menyambut dengan baik karena masih kurang ilmu dan waktu maka tutup atau akhiri dengan yang terbaik. Maksimalkan 10 hari terakhir. Jadilah finalis ramadhan yang tidak pernah menyerah kecuali jadi pemenang.

Pada pertandingan sepakbola saat injury time di babak final semua pemain akan habis-habisan. Bahkan penjaga gawang juga maju menyerang. Kemenangan yang diraih saat final dan injury time akan

menjadi kemenangan yang terindah. Bagi yang kalah itu juga menjadi kekalahan yang paling menyakitkan.

Ada perbedaan finalis Ramadhan dan sepakbola. Pada finalis Ramadhan semua bisa jadi juara. Lawannya bukan orang lain tapi diri sendiri. Siapa yang mampu menjaga semangat amalnya maka bisa jadi pemenang. Siapa yang malas maka itulah yang kalah.

Oleh karena itu di akhir Ramadhan mari perbanyak doa, istighfar, shalat dan tilawah. Hidupkan malamnya untuk meraih Lailatul Qadr yang lebih baik dari 1000 bulan. Siapa yang beribadah pada malam itu maka pahalanya lebih dari 83 tahun 4 bulan beribadah di bulan di luar Ramadhan.

Jangan sampai menyesal karena menjadi pecundang Ramadhan. Tidak ada jaminan masih ada umur sampai tahun depan. Mari isi tiap detik di akhir Ramadhan dengan ibadah.

Doa yang Lalai

Setiap manusia ingin rezekinya lancar. Tidak hanya harta tapi juga kesehatan, persahabatan, keluarga yang bahagia dan lainnya. Juga ingin setiap masalah dalam kehidupan ada solusinya karena ada ilmu yang memadai.

Lalu karir juga naik terus dan derajat dan kehormatan di masyarakat menanjak. Tentu tidak ada berita negatif tentang dirinya yang tersebar baik hoax apalagi benar. Harga dirinya terjaga meskipun sebagai manusia biasa tetap ada kekurangan.

Lalu hubungan dengan Allah juga baik. Mendapat ampunan dan kasih sayang dari Allah. Setiap hari pasti ada perbuatan salah baik dari panca indra, pikiran, perbuatan maupun hati. Pembersihannya dengan ampunan dan rahmat dari Allah.

Untuk meraih itu semua dibutuhkan usaha atau kerja keras dan do'a. Jangan hanya mengandalkan kerja keras karena itu kesombongan. Jangan lupakan do'a karena jika Allah menghendaki maka hal yang mustahil bisa terjadi. Do'a bisa menyempurnakan usaha.

Sebenarnya kita sudah berdoa minimal 17 kali dalam sehari untuk meminta itu semua. Raka'at shalat wajib yang kita kerjakan pada setiap satu raka'at ada do'a antara dua sujud. Jika membaca do'a yang diajarkan waktu di sekolah maka ada 8 permintaan yang dipanjatkan.

Arti dari do'a itu adalah *"Ya Allah ampuni aku, maafkan aku, tutupi aibku, angkat derajatku, beri aku rezeki, beri aku petunjuk, beri aku*

kesehatan dan maafkan aku". Kita memohon ampunan, kasih sayang, kekurangan ditutupi, derajat dinaikkan, diberi rezeki, diberi petunjuk, diberi kesehatan dan maaf.

Inilah do'a yang paling sering dipanjatkan sehari semalam. Melebihi do'a sapujagat kebaikan dunia akhirat yang dibaca selepas shalat. Shalat wajib ditambah sunnah rawatib, dhuha, tarawih dan tahiyatul masjid jumlahnya bisa mencapai 50 rakaat. Jadi 50 kali sehari permohonan itu dipanjatkan.

Namun mengapa rasanya belum juga dikabulkan oleh Allah. Boleh jadi karena tidak memenuhi syarat sebagai do'a yang akan dikabulkan. Rasulullah bersabda "*Allah tidak mengabulkan do'a dari hati yang lalai*".

Coba periksa hati dan pikiran kita saat shalat dan membaca do'a di antara dua sujud. Apakah pikiran dan hati kita tersambung dengan apa yang diucapkan oleh lisan kita? Bisa jadi sebagian besar tidak tersambung karena sudah otomatis maka mulut berbicara tapi pikiran dan hati entah ke mana. Itulah do'a dari hati yang lalai. Maka wajar saja tidak dikabulkan.

Mari coba perbaiki. Saat membaca do'a antara dua sujud, hadirkan hati dan pikiran sejalan dengan lisan. Tunjukkan bahwa kita sungguh-sungguh ingin ampunan, kasih sayang, ditutupi kekurangan, dinaikkan derajat, diberi rezeki, hidayah, kesehatan dan maaf. Berdo'alah dengan khusyu'. Sadarlah bahwa kita sedang berdo'a bukan hanya membaca do'a. Pahami, hayati dan resapi. Semoga Allah mengabulkan.

Do The Best

Ada dua orang karyawan di perusahaan pembuat rumah (developer) berminat pensiun dini setelah bekerja selama 20 tahun. Maka mereka berdua menghadap ke atasannya sambil membawa surat permohonan.

Setelah menyampaikan maksudnya maka atasannya mengatakan *"anda berdua boleh pensiun dini. Tapi mohon bantu saya untuk membangun dua rumah baru. Tolong masing-masing dari Anda menjadi mandor dari satu rumah. Semoga 3 bulan rumah itu selesai. Dan setelah itu Anda boleh pensiun"*.

Mereka berdua setuju. Cuma respon keduanya berbeda. Karyawan pertama berucap *"karena ini proyek terakhir saya maka saya akan bangun rumah yang terbaik. Semoga menjadi kenangan yang indah bagi atasan saya di akhir masa tugas saya"*. Karyawan kedua lain lagi ucapannya *"karena ini proyek terakhir saya maka saya akan bangun seadanya. Toh tidak ada lagi penilaian kinerja setelah ini. Saya sudah langsung pensiun"*.

Mulailah mereka membangun masing-masing satu rumah. Satu pekan, satu bulan dan akhirnya tiga bulan waktu kerja berlalu. Rumah pun selesai. Maka menghadaplah mereka berdua ke atasannya sambil membawa kunci rumah yang telah dibangun.

Alangkah kagetnya mereka saat atasannya berkata *"saya ingin memberikan hadiah kepada Anda atas kesetiaan Anda selama 20 tahun bekerja di sini. Hadiahnya adalah rumah yang telah Anda bangun."*

Ambillah kunci rumah itu dan rumah itu jadi milik Anda".

Karyawan pertama bersyukur sambil berucap "Alhamdulillah saya telah membangun rumah yang terbaik. Sekarang saya bisa menempatinnya bersama keluarga dan hidup nyaman di masa pensiun saya".

Karyawan kedua dengan penuh penyesalan berkata "saya menyesal membangun rumah asal jadi. Kualitasnya kurang bagus. Jika saya tinggal bisa membahayakan saya karena konstruksinya tidak sesuai standar. Coba kalau saya bangun dengan baik, saya akan punya rumah yang akan saya tinggal dengan tenang".

Cerita di atas adalah gambaran kehidupan dunia dan akhirat kita. Membangun rumah ibarat amal ibadah kita di dunia. Pensiun adalah kematian. Menempati rumah hasil kerja itulah kehidupan akhirat. Apa yang dilakukan di dunia ini akan mendapat balasan di akhirat. Jika melakukan yang terbaik balasannya pun juga terbaik. Allah berfirman :

"Maka barang siapa mengerjakan kebaikan seberat zarrah, niscaya dia akan melihat balasannya. Dan barang siapa mengerjakan kejahatan seberat zarrah, niscaya dia akan melihat (balasan)nya" (Q.S. Az-Zalzalah : 7-8).

Mari lakukan amal ibadah yang terbaik di sisa umur yang Allah masih berikan. Sungguh itu semua untuk kita juga. Bukan untuk kemuliaan Allah. Agar dapat melakukan yang terbaik maka bayangkanlah itu amal ibadah kita yang terakhir. Seperti seorang terpidana mati yang akan segera dieksekusi. Dia meminta waktu untuk shalat yang terakhir sebelum dibawa ke ruang eksekusi. Maka tentu dia akan shalat yang terbaik. Khusyu' dan berdo'a penuh linangan air mata agar shalatnya diterima dan dosanya

diampuni. Kita tidak pernah tahu akhir kehidupan kita. Kematian bisa datang kapan saja. Maka coba bayangkan setiap akan shalat itu adalah shalat yang terakhir. Semoga dapat membantu kita menjadi khusyu'. Kita juga tidak dapat menjamin kita masih ketemu Ramadhan tahun depan. Bisa jadi ajal telah datang menjemput.

Oleh karena itu mari bertekad Ramadhan tahun ini sebagai Ramadhan yang terbaik. Isi hari-harinya dengan amal ibadah yang terbaik. Puasa, shalat, tilawah Al Qur'an, infak, sedekah, zakat dan amal ibadah lainnya mari lakukan dengan sebaik-baiknya. Semoga kita menjadi manusia yang dirindukan oleh surga.

Tanda-Tanda Orang yang Celaka

Seorang ulama menulis dalam kitabnya tentang ciri-ciri orang yang celaka. Menurut beliau ada 4 ciri-cirinya. Pertama, tidak mengingat dosa dosa yg telah berlalu. Akibatnya tidak ada penyesalan. Tidak ada keinginan untuk bertobat dan mudah untuk mengulangi kembali.

Padahal ciri orang bertakwa bukanlah orang yang tidak punya dosa. Tapi jika melakukan salah segera ingat Allah, memohon ampun kepadanya dan berjanji tidak mengulangi. Jika punya salah pada manusia segera memohon maaf.

Ciri kedua orang yang celaka yaitu selalu menyebut nyebut kebaikan yang telah diperbuat. Akibatnya pahala kebaikannya dapat hilang karena riya. Padahal amalan yang baik yaitu seperti ungkapan Rasulullah "*tangan kanan memberi tangan kiri tidak tahu*". Selain itu suka menyebut kebaikan juga dapat menyakiti perasaan orang yang menerima kebaikannya.

Memperlihatkan kebaikan bisa saja dilakukan jika dimaksudkan untuk memotivasi orang lain. Misalnya ada penggalangan dana untuk pembangunan masjid. Niatnya untuk berlomba-lomba dalam kebaikan. Tentu dengan tetap menjaga keikhlasan hati.

Ciri ketiga orang yang celaka yaitu memandang harta orang lain lebih unggul. Akibatnya tumbuh iri hati dan susah bersyukur. Iri hati cirinya yaitu SOS. Sengsara melihat orang lain senang dan senang melihat orang lain sengsara.

'Iri hati' bisa saja positif jika jadi motivasi kebaikan. Jika orang lain bisa beli mobil dari harta yang halal mengapa saya tidak bisa. Lebih bagus lagi jika itu amal ibadah. Misalnya orang lain bisa baca Al Qur'an dengan benar maka saya juga bisa. Jika orang lain bisa khatam 30 juz di bulan Ramadhan maka saya juga bisa.

Ciri keempat orang yang celaka yaitu memandang remeh orang lain karena penampilannya biasa saja. Dia terjebak pada bungkus bukan isi. Banyak ulama dan orang saleh yang sangat tawadhu. Penampilan biasa saja tapi ternyata ilmunya luar biasa. Maka pandanglah manusia apa adanya. Kemuliaan bukan karena penampilan. Bukan karena harta dan tahta. Tapi kemuliaan karena ketakwaan.

Tes Kejujuran

Mari kita bahas dulu apa itu jujur. Jujur secara umum bisa dimaknai sesuai pernyataan dan perbuatan. Juga bisa diartikan apa yang tampak di ucapan dan perbuatan sama dengan yang di dalam hati. Dari dua definisi di atas yang sulit ujiannya yaitu sesuai yang tampak dan yang di dalam hati.

Mari kita tes kejujuran kategori dua. Saat kita berprestasi atau berhasil dan dipuji orang lain kita spontan mengatakan alhamdulillah yang artinya segala puji hanya untuk Allah.

Apakah sesuai ucapan dengan isi hati kita? Apakah benar tidak ada lagi keinginan kita untuk dipuji oleh orang lain? Jangan jangan malah kita lebih sering ingin dipuji dari pada memberi pujian kepada orang lain.

Kita juga sering ucapkan kalimat "*laa ilaaha illa Allah*". Tiada ilah selain Allah. Apakah benar hanya Allah yang mendominasi hidup kita. Hanya Allah yang menjadi tujuan kita. Jangan jangan kita masih menjadikan harta, tahta dan syahwat cinta sebagai tujuan hidup. Mendominasi pikiran, perasaan dan perbuatan sehingga sering menghalalkan segala cara meski melanggar syariah.

Kita juga sering mengucapkan kata Allaahu Akbar yang artinya Allah Maha Besar. Maknanya manusia sebagai makhluk itu kecil seberapa besar pun kekayaan, pangkat dan kekuasaannya. Untuk itu manusia tidak layak untuk sombong dan bangga diri.

Mari periksa diri kita apakah sudah tidak ada kesombongan di dalamnya. Jika masih ada artinya kita belum jujur karena lisan dan hati tidak sesuai.

Lalu kita juga ucapkan "*laa hawla wa laa quwwata illaa billaah*" yang artinya tiada daya dan kekuatan selain dari Allah. Jujurkah kita dengan pernyataan ini?

Jangan-jangan banyak kekuatan syetan dalam diri kita, bisa berupa jimat, jampi-jampi, perdukunan.

Jika ada masalah kita lebih mengandalkan kekuatan syaitan. Kita lupa pada Allah. Padahal kita berikrar bahwa tiada daya dan kekuatan selain hanya dari Allah.

Mari introspeksi diri dan melakukan penghayatan terhadap kalimat *thayyibah* yang sering kita ucapkan. Lalu bertekadlah mengamalkannya agar terjadi kesesuaian antara perkataan, perbuatan dan isi hati. Itulah manusia jujur. Golongan *shiddiqin* yang kelak di surga bersama para Nabi dan Rasul.

Pahala dan Tingkat Kesulitan

Dalam ilmu ekonomi bisnis dikenal istilah investasi. Ada modal (capital), resiko (risk) dan keuntungan (return). Untuk mendapatkan keuntungan dibutuhkan modal (capital). Tiap bisnis yang dijalankan pasti ada resikonya (risk). Interaksi modal dan resiko menghasilkan keuntungan. Berlaku hukum high capital, high risk, high return. Maksudnya bisnis yang modal dan resikonya besar biasanya keuntungannya juga besar. Demikian pula sebaliknya. Resiko ditentukan oleh tingkat kesulitan dari bisnis yang digeluti.

Dalam dunia ibadah juga berlaku demikian. Keuntungan atau return yaitu pahala. Besarnya pahala juga tergantung tingkat kesulitan.

Semakin sulit semakin besar pahalanya. Contohnya pahala shalat isya dan subuh berjamaah di masjid. Shalat subuh berjamaah pahalanya sama dengan shalat semalam penuh. Sedangkan shalat isya pahalanya sama dengan shalat 1/2 malam. Padahal rakaat shalat isya lebih banyak daripada shalat. Jadi pahala bukan karena jumlah rakaat tapi tergantung kesulitannya.

Mengapa shalat subuh berjamaah lebih sulit? Dalam kondisi tidur nyenyak kita harus bangun. Meninggalkan zona nyaman untuk menuju mesjid. Alamiah tubuh kita pada malam hari istirahat dan siang mencari nafkah. Saat istirahat ada panggilan shalat dan seruan "*shalat lebih baik daripada tidur*". Karena adanya keyakinan dan keimanan maka kita bangun menuju masjid dengan penuh perjuangan. Wajar saja jika

pahalanya besar. Khusus di bulan Ramadhan Allah memberikan pahala yang berlipat ganda dengan rentang 10 kali sampai 700 kali dari ibadah di luar ramadhan. Tiap orang bisa dapat pahala yang berbeda pada rentang di atas. Tergantung pada keikhlasan masing-masing.

Ibadah puasa punya keistimewaan. Kata Allah dalam hadist Qudai *"...Kecuali puasa. Itu untukKu dan Aku akan membalasnya"*. Jadi bukan di rentang 10-700 tapi tak terbatas. Mengapa? Puasa ibadah paling berat. Jika shalat satu waktu hanya 5 menit dan ada jeda setelah itu. Demikian pula haji hanya 5 hari selesai. Zakat juga hanya sekali setahun dengan syarat nishab dan haul.

Dari sisi psikologi juga dpt dijelaskan alasan puasa itu berat. Penggunaan kata dalam Al Qur'an dan Hadist. Perintah puasa tipenya meninggalkan perbuatan. Tidak boleh makan, minum dan berhubungan suami istri dari subuh sampai magrib. Berbeda dengan perintah shalat yang tipe kalimatnya melaksanakan perbuatan seperti "dirikanlah shalat". Teori framing mengatakan kalimat negatif dua kali lebih besar direspon daripada kalimat positif. Karena puasa menggunakan kalimat negatif maka itu membuat puasa jadi berat. Jadi sedikit ringan karena iman dan dilakukan berjamaah.

Kemudian semakin dekat syawal juga semakin berat. Ada gangguan dari aktivitas mudik dan persiapan lebaran. Oleh karena itu pada 10 hari terakhir Allah letakkan malam lailatul qadr dengan pahala yang luar biasa besar. Lebih mulia daripada 1000 bulan. Untuk merainya bukan ditunggu tapi dijemput dengan i'tikaf di masjid. Secara ilmu ekonomi return besar

butuh juga modal yang besar.

Menjelang tengah ramadhan mari kuatkan semangat dan motivasi. Allah siapkan return pahala yang semakin besar maka tentu resiko dan modal juga besar. Tingkat kesulitan semakin tinggi. Mari siapkan diri meraih pahala yang Allah janjikan. Kalau bukan ramadhan tahun ini, kapan lagi. Tidak ada jaminan masih hidup di ramadhan tahun depan.

Menggapai Husnul Khotimah

Hari Kamis 8 Ramadhan 1439 komunitas penghafal Al Qur'an di Makassar dikagetkan dengan berita wafatnya Ust. Usman Laba. Beliau adalah pimpinan pesantren tahfizhul Qur'an yang telah melahirkan banyak penghafal Al Qur'an. Beliau yang merintis tarawih 1 juz tiap malam yang kemudian dikembangkan oleh muridnya di berbagai tempat.

Rabu malam beliau masih memimpin shalat tarawih 1 juz. Kemudian Kamis subuh masih mengimami shalat dan memberi taushiah kepada jamaahnya. Setelah itu merasa kurang sehat. Lalu pulang ke rumahnya istirahat.

Istrinya memijitnya sampai tidur. Lalu istrinya pun pergi mengajar santri putri. Beberapa saat kemudian ada santri yang ingin mohon ijin karena ada keperluan penting. Beliau dibangunkan oleh santrinya. Saat dipegang ternyata badannya sudah kaku. Beliau telah meninggal dunia.

Kematian yang tidak disangka-sangka. Kematian yang indah. Menghadap Allah di bulan Ramadhan, sedang berpuasa, hari Kamis hari saat amalan dilaporkan. Amalan selama hidupnya seputar Al Qur'an. Muroja'ah hafalan 10 juz tiap hari, menerima setoran santri, mengajar ilmu Al Qur'an dan segala hal terkait Al Qur'an. Salah satu yang dahulu muridnya adalah Ust. Harman Tajang pendiri Markaz Imam Malik yang juga luar biasa hafalannya.

Beliau adalah sosok manusia yang istiqamah menjalankan ketaatan. Maka Allah wafatkan beliau di atas kebiasaannya.

Sebagaimana Rasulullah bersabda : *"Siapa yg hidup di atas sesuatu maka dia akan diwafatkan di atas sesuatu"*.

Hadist di atas menjelaskan tentang jenis akhir kehidupan yang tergantung kebiasaan. Bisa husnul khotimah jika istiqamah dalam ketaatan atau su'ul khotimah jika terbiasa dalam kemaksiatan.

Istiqamah dalam ketaatan sangat berat. Allah berfirman : *"Beribadahlah engkau kepada Allah sampai datang al yaqin (kematian)"*. Kematian adalah gerbang pertama menuju akhirat. Jika menutup usia dengan kebaikan maka akan meraih kebaikan pada kehidupan selanjutnya.

Tentu kita ingin meraih husnul khotimah. Caranya bertemanlah dengan orang saleh. Banyaklah berdoa sebagaimana yang diajarkan Nabi tentang doa yg paling banyak beliau baca yaitu : *"wahai yang membolak balikkan hati, teguhkanlah hatiku dalam agama Mu"*. Dan terakhir yaitu banyak dekat dengan Al Qur'an.

Ramadhan segera masuk di 10 malam terakhir. Mari jaga hati dan motivasi. Dekatkan diri dengan Al Quran. Hidupkan 10 malam terakhir. Jangan pilih pilih tanggal. Hidupkan semuanya karena kita tidak tahu di malam berapa Allah menurunkan lailatul qadar. Semoga Allah memudahkan kita istiqamah dalam ibadah sampai ajal datang menjemput.

Riwayat Penulis



Syamril. Dilahirkan di Pekkabata (Pinrang, Sulsel) 20 April 1974. Telah berkeluarga dengan beristrikan Nia Murniati dan dianugerahi 4 (empat) putra/i yaitu Fathiyya (20), Yasmina (18), Aliyya (16) dan Ibrahim (13). Pendidikan SD dan SMP diselesaikan di SDN 28 Pinrang dan SMPN 1 Duampanua, Pinrang Sulawesi Selatan.

Kemudian mendapatkan beasiswa dari Yayasan Kalla pada tahun 1989 untuk melanjutkan pendidikan ke SMAN 5 Bandung dan Teknik Fisika ITB (1992). Lalu menyelesaikan S2 di Administrasi Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia (2007).

Bergabung dengan Kalla Group sejak Mei 2011 dengan amanah Kepala Bidang Pendidikan Yayasan Kalla. Selanjutnya pada bulan Juni 2012 diamanahi sebagai Corporate Human Capital Strategic and Development Division Head Kalla Group. Pada bulan Mei 2017 diangkat menjadi Direktur Sekolah Islam Athirah. Lalu Juli 2019 diamanahi sebagai Rektor Kalla Business School.

Di masyarakat aktif sebagai Ketua DKM Al Ukhuwwah Bukit Baruga Makassar. Juga aktif di Ikatan Alumni ITB Sulawesi Selatan (IA ITB – Sulsel), Perhimpunan Manajemen SDM Indonesia (PMSM-Indonesia), Asosiasi Masjid Kampus Indonesia (AMKI). Juga aktif sebagai kontributor tetap di Harian Tribun Timur dan Hidayatullah Makassar.

Berkantor di Wisma Kalla Lantai 14 di Jl. Ratulangi No. 8 Makassar. Berbagai tulisannya dapat dibaca di www.kallabs.ac.id, www.sekolahathirah.sch.id. Dapat dihubungi di email : syamril@kallagroup.co.id, telpon dan WA ke 081241493317 dan facebook Syamril Al Bugisyi.