

Ubat Penyakit Jiwa

Tiap-tiap penyakit ada ubatnya. Kalau sakit jasmani, kita boleh berubat ke hospital. Kalau penyakit otak, kita boleh berubat ke hospital otak. Tetapi bagaimana pula kalau kita berpenyakit jiwa atau rohani?

Inilah yang hendak kita perhatikan sekarang melalui makalah yang ringkas ini. Kata penulis makalah yang bermutu ini – Pengarang.

Oleh: Abdul Majid Haji Khatib

Iman dan Tauhid:

Ubat penyakit jiwa yang paling berkesan dan mujarab sekali ialah iman dan tauhid; kepercayaan penuh terhadap Allah, malaikat-malaikat-Nya, kitab-kitab-Nya, rasul-rasul-Nya, hari akhirat, qada' dan qadar. Iman dan tauhid yang tulen dapat membersihkan dan menyihatkan jiwa atau rohani kita. Iman dan tauhid yang subur dalam jiwa itu menjadikan orang yang empunya jiwa itu berjiwa besar, berjiwa gagah dan patuh kepada segala titah perintah Allah *Subhānahu wa Ta'ālā*. Jiwa yang terang-benderang dengan cahaya iman dan tauhid tadi selalu mendapat bimbingan dan petunjuk Tuhan yang Maha Hidup. Orang yang mempunyai jiwa seperti inilah yang merasai kebahagiaan dan ketenteraman dari dunia sampai akhirat.

Kita hidup ini adalah kerana adanya jiwa atau roh dalam jasmani kita. Kalau tidak ada jiwa itu, jasmani akan kaku dan mati, lama-kelamaan menjadi busuk dan rapuh. Jasmani berasal dari tanah dan akan kembali ke tanah. Tetapi apabila jiwa bercerai dari

badan, akan kembali ke tanah. Tetapi apabila jiwa bercerai dari badan, ia kembali kepada Allah. Kita tentu selalu mendengar apabila seseorang itu mati, orang berkata, ((dia kembali ke rahmatullah)). Meskipun jasmaninya masih terlantar kaku di hadapan kita, namun kita katakan, ((dia telah meninggal dunia)), atau ((telah kembali ke rahmatullah)). Memang benar, rohnya telah kembali ke hadrat Allah meninggalkan jasmaninya yang membujur tak bergerak lagi.

Tanpa roh atau nyawa badan kita tidak boleh bergerak, pancaindera kita tiada dapat bekerja, otak tidak dapat berfikir. Segala-galanya diam, mati, kaku. Dengan adanya roh itulah kita dapat bergerak, berfikir, bekerja dan sebagainya. Jadi, nyatalah bahawa jasmani kita *dicontrol* oleh rohani. Dengan lain perkataan, rohani menguasai jasmani. Jikalau rohani itu bersih tidak berpenyakit, maka segala tindak-tanduk yang terbit dari orang itu pun akan jadi baik. Jikalau rohani itu kotor dan berpenyakit, maka tindak-tanduk yang terbit darinya akan menunjukkan segala yang tidak baik pula.

Ubat Penyakit Jiwa.

Tanda-tanda Penyakit Jiwa:

Roh yang disinari dengan cahaya iman dan tauhid itu menjadikannya bersih dan sihat sehingga tindak-tanduk, perkataan, akhlak, fikiran dan segala yang terbit dari seseorang itu semuanya menunjukkan kebaikan dan keindahan, lantaran ia telah dapat bimbingan dan petunjuk Allah yang Maha Pengasih. Bukankah Allah akan memberi petunjuk dan bimbingan ke jalan yang lurus dan benar bagi orang-orang yang beriman?

Sebaliknya jiwa yang dihinggapi oleh kuman-kuman syaitan dan iblis itu menyebabkan jiwa itu berpenyakit dan tentu sekali kelakuan, akhlak, fikiran, dan perkataan orang itu akan menunjukkan yang tidak baik pada hakikatnya.

Cubalah selidiki diri kita.

Adakah kita berpenyakit jiwa?

Apakah tanda-tanda penyakit jiwa itu?

Sebahagian daripada tanda-tanda penyakit jiwa itu ialah:

Dengki, khianat, riak, *'ujūb*, sombong, takbur, lekas putus asa, suka berjudi, minum arak, pemalas, penakut, suka membuat fitnah, membuat huru-hara, mengumpat, mengeji, mengintip-ngintip keburukan orang lain, menyamun, merompak, membunuh, berjamu untuk kubur-kubur keramat, berzina, menculik gadis-gadis orang, dan seterusnya segala perkara-perkara yang dilarang oleh agama.

Pendeknya segala dosa dan maksiat itu adalah dilakukan dengan adanya penyakit jiwa. Jiwa yang sihat bersih tentulah tidak akan melakukan perkara-perkara dosa dan maksiat itu. Bahkan satu dosa kecil akan

dianggap juga sebagai dosa besar oleh orang-orang yang sangat suci jiwanya.

Jiwa Kotor dan Jiwa Bersih:

Jika penyakit jiwa ini terus berada berlarut-larutan tanpa diubati dengan iman, maka gelaplah jiwa itu oleh kuman-kuman syaitan iblis yang akan membimbing orang yang berpenyakit jiwa itu ke lembah kehinaan dan kekejian. Syaitan dan iblis membimbing mereka dari terang masuk ke gelap gelita. Mereka tidak dapat pertunjuk dari Allah *Subhānahu wa Ta'ālā* yang benar pada hakikatnya itu, disangkanya salah. Yang salah pada hakikatnya itu, disangkanya benar. Apa yang hakikatnya baik, disangkanya buruk. Apa yang pada hakikatnya buruk, disangkanya baik. Matanya tidak buta tetapi mata hatinya buta. Telinganya tidak pekak, tetapi telinga hatinya yang pekak tuli. Akhirnya hanyutlah orang itu di dalam kesesatan dan kehinaan. Tetapi ia tidak sedar juga. Maka sewajarnya orang-orang begini di neraka tempatnya. Moga-moga kita dilindungi Allah dari terjadi yang demikian.

Sebaliknya orang yang jiwanya bersih dan sihat yang disinari oleh cahaya keimanan dan tauhid ia akan menjadi orang yang takwa, yang berlawanan akhlak dan perangainya dan tindak-tanduknya daripada orang yang berjiwa kotor tadi. Orang ini akhlaknya mulia, kelakuannya baik, tutur katanya penuh sopan-santun dan berfaedah, apa yang diusahakannya memberi guna kepada dirinya dan juga kepada orang lain. Hatinya ikhlas dan ia sentiasa berjuang dan berusaha kerana Allah semata-mata, ia beribadah, bertolong-tolongan, bekerja, semuanya itu ialah dilakukan untuk mencapai keredaan Allah.

Orang yang berjiwa bersih, hatinya penuh dengan keimanan dan tauhid yang sejati, jiwa dan hatinya

Ubat Penyakit Jiwa.

sentiasa berhubung dengan Allah *Subhānahu wa Ta'ālā* hatinya tiada lupa kepada Allah. Ia kasih kepada Allah dan rasul-Nya lebih dari kasih kepada yang lain. Ia taat kepada Allah dan rasul-Nya lebih dari taat kepada yang lain. Ia menumpukan segala-galanya kepada Allah. Sogokan dan pujukan serta rayuan yang membawa kepada kemurkaan Allah, tidak akan dapat menyelewengkan dasar hidupnya dari jalan Allah. Harta benda, perempuan atau lelaki, keindahan fitnah dunia, pangkat atau wang ringgit, tidak dapat mempengaruhi orang itu supaya membelakangi perintah-perintah Allah dan rasul-Nya. Apa yang benar di sisi Allah, itulah yang dipatuhinya. Apa yang salah di sisi Allah, itulah yang ditentanginya semata-mata kerana patuh kepada Allah. Ia berani kerana Allah. Ia takut kemurkaan Allah. Pendeknya segala-galanya tertumpu kepada Allah.

Orang yang Berjiwa Besar:

Inilah dia orang yang berjiwa besar dan gagah, Tidak sesiapa yang dapat mematahkan semangatnya selain dari Allah. Ia berharap kepada Allah. Ia memohon dan meminta kepada Allah. Ia tidak memuja dan memohon dari yang lain daripada Allah. Walaupun seluruh dunia menentanginya, namun tidak sekali-kali ia gentar dan takut selagi ia dalam keredaan Allah. Mati dan hidup serupa sahaja kepadanya. Hidup di dunia ini adalah sebahagian dari pengembaraan kita. Kita mengembara dari dahulu, sekarang, akan datang dan akhirnya mati, kemudian kita akan hidup kekal abadi di akhirat kelak. Mati kerana berjuang di jalan Allah itulah yang dicari-cari dan dicita-citakannya.

Itulah kesan tauhid dan iman yang tidak ada taranya. Tidak ada harta yang lebih berharga dari itu. Ia tidak dapat dinilai dengan seisi langit dan bumi sekalipun. Dengan keimanan dan amal soleh itu kita mendapat kesejahteraan dan kebahagiaan yang hakiki. Oleh itu, marilah sama-sama kita menanam dan menyuburkan tauhid dan iman yang amat berharga itu ke dalam jiwa raga kita.

Membina Peribadi:

Sudahkah kita membersihkan jiwa dengan iman dan tauhid yang ikhlas dan sebenarnya itu? Kalau belum terlebih dahulu tanyailah diri kita?

1. Adakah aku menurut perintah Allah dan rasul-Nya?
2. Adakah aku mengamalkan ajaran-ajaran yang termaktub dalam Qur'an dan hadith?
3. Adakah aku menganggap ada lagi pengajaran dan hikmah yang lebih besar dari yang terkandung dalam al-Qur'an itu?
4. Takutkah aku kepada yang lain dari Allah?
5. Masihkah aku berharap dan memuja yang lain dari Allah?
6. Masihkah aku percaya kepada kekuasaan yang boleh memudaratkan atau membaiki selain dari kekuasaan Allah?
7. Masihkah aku turut sahaja kepada apa yang dilarang Allah?
8. Bersihkah iman dan tauhidku?

Bahkan banyak lagi pertanyaan-pertanyaan yang boleh kita renung dan fikirkan demi untuk membina peribadi kita yang betul-betul beriman dan bertauhidkan Allah. Apabila hati kita telah cukup bersih dari dosa besar atau kecil yang berupa apa sekalipun dan

Ubat Penyakit Jiwa.

beriman bersungguh-sungguh hati, maka *in shā-Allāh* jiwa kita akan bersih, sihat. Kuat dan gagah, dan sentiasa mendapat bimbingan dan petunjuk Allah – Tuhan yang memerintah sekalian alam.

Cara-cara Membersihkan Jiwa:

Marilah bersihkan jiwa kita. Sentiasalah taat dan patuh kepada titah perintah Allah dan jangan sekali-kali melakukan apa-apa yang dilarangnya. Sentiasa mengingat Allah. Memohon dan berdoa selalu kepada Allah dan renungkan diri kita dan alam sekitar. Fahamkan maksud-maksud al-Qur'ān dan tafsir-tafsir dalam bahasa yang kita fahami. Fahamkan hadith dalam bahasa yang kita tahu. Selalulah baca buku-buku yang bercorak keislaman. Gunakan fikiran untuk melihat keagungan Allah dalam alam dan dalam kejadian diri kita. Bertanyalah kepada alim-ulama. Selalulah beribadat seperti sembahyang, puasa dan lain-lain. Tentulah¹ ilmu yang berfaedah bagi di dunia dan di akhirat. Bacalah karangan-karangan pujangga Islam yang masyhur-masyhur. Latihlah diri kita supaya tidak membuat perkara-perkara yang melanggar akhlak dan pekerti yang mulia. Peliharalah diri dari bergelimpang dengan maksiat dan dosa. Bertakwalah kepada Allah. Jauhkanlah dari pengaruh syirik walau halus sekalipun. Berzikirlah dan beristighfarlah selalu terutama sekali di waktu dalam kesunyian seorang diri. Cubalah tafakur di masa-masa lapang yang tiada apa-apa yang mengganggu sambil bertasbih mengenang Allah yang Maha Agung. Selawatlah selalu kepada Junjungan besar Nabi Muhammad (S.A.W). Bahkan berbagai-bagai lagi cara yang boleh dilakukan. Bacalah kitab-kitab agama nescaya dapat kita ambil pelajaran cara-cara beribadat dan sebagainya. Semoga dengan ibadat

itu dapat kita mencapai kesucian jiwa, serta menanamkan semangat keislaman ke dalam hati sanubari kita. *In shā-Allāh* berjaya.

Kembalilah kepada Ajaran-ajaran Allah!:

Sekiranya setiap orang dalam sesuatu masyarakat itu berjiwa bersih, adanya penuh dengan iman dan tauhid yang harmoni², aman, damai, bahagia dan tenteram. Sentiasa berkasih-kasihan, bertolong-tolongan, bekerjasama di antara satu dengan yang lain dengan hati yang tulus ikhlas kerana Allah *Subhānahu wa Ta'ālā*. Masyarakat yang begini menjadi masyarakat yang kuat, teguh, handal dan mendapat pertolongan Allah yang Maha Gagah.

Jika orang-orang Islam hendak hidup selamat, bahagia dan kekal dalam dunia ini, maka kembalilah kepada ajaran Allah dan rasul-Nya. Tidak ada pengajaran yang lebih baik dari itu. Percayalah! Janganlah cari falsafah yang lain lagi. Falsafah dari al-Qur'ān itu telah cukup sempurna mengatasi pendapat-pendapat ahli falsafah yang lain-lain. Jika tidak percaya juga, itu alamat mata hati dan fikirannya telah buta. Awaslah! Jangan jerumuskan diri ke jurang kebinasaan!

Ayuh! Masanya telah sampai untuk kita berusaha dengan segala daya upaya menanamkan keimanan dan tauhid ke jiwa raga kita. Jangan lengah lagi. Sesal kemudian tidak berguna. Islam tidak menghalang kemajuan. Islam tidak membelenggu kita. Kita sendiri yang bersalah. Islam adalah progresif dan maju untuk segala zaman. Islam melepaskan belenggu yang mengikat jiwa kita. Perhatikanlah, kajilah, dan amalkanlah ajaran-ajaran Islam itu. Nescaya tidak ada yang lebih baik dan sempurna dari itu. Percayalah!

Mudah-mudahan Allah memberi taufik dan hidayah-Nya kepada kita sekalian. Amin.

¹ Perkataan sebenarnya adalah tuntutan.

² Perkataan sebenarnya adalah harmoni.