

# KESEJAHTERAAN HIDUP DARI PERSPEKTIF ISLAM

Oleh

Prof. Madya Dr. Muhammad Yusuf b. Khalid  
Pusat Pengkajian Ahlisunnah Waljama'ah  
Kolej Unuversiti Perguruan Ugama Seri Begawan  
Brunei Darussalam.

# KANDUNGAN

- ▶ Tujuan hidup.
- ▶ Physical, emotional dan spiritual.
- ▶ Peranan ilmu dalam mencapai kesejahteraan hidup.
- ▶ Peranan agama dalam mencapai kesejahteraan hidup.
- ▶ Kesimpulan.

# MAKNA KESEJAHTERAAN HIDUP

- ▶ Bebas daripada segala macam kesusahan dan lain-lain, aman sentosa dan makmur.

# TUJUAN HIDUP MENURUT ALLAH SWT. (PENCIPTA KEHIDUPAN)

▶ وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ

*Dan (ingatlah) Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan untuk mereka menyembah dan beribadat kepadaKu. Al-Zariyat: 56*

# TUJUAN HIDUP YANG KEDUA MEMAKMURKAN BUMI INI.

- ▶ *وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ.*
- ▶ *Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu berfirman kepada Malaikat; "Sesungguhnya Aku hendak menjadikan seorang khalifah di bumi". Mereka bertanya (tentang hikmat ketetapan Tuhan itu dengan berkata): "Adakah Engkau (Ya Tuhan kami) hendak menjadikan di bumi itu orang yang akan membuat bencana dan menumpahkan darah (berbunuh-bunuhan), padahal kami sentiasa bertasbih dengan memujiMu dan mensucikanMu?". Tuhan berfirman: "Sesungguhnya Aku mengetahui akan apa yang kamu tidak mengetahuinya".*

## DUA AYAT DI ATAS MENJELASKAN ASAS UNTUK MENCAPAI KEHIDUPAN SEJAHTERA

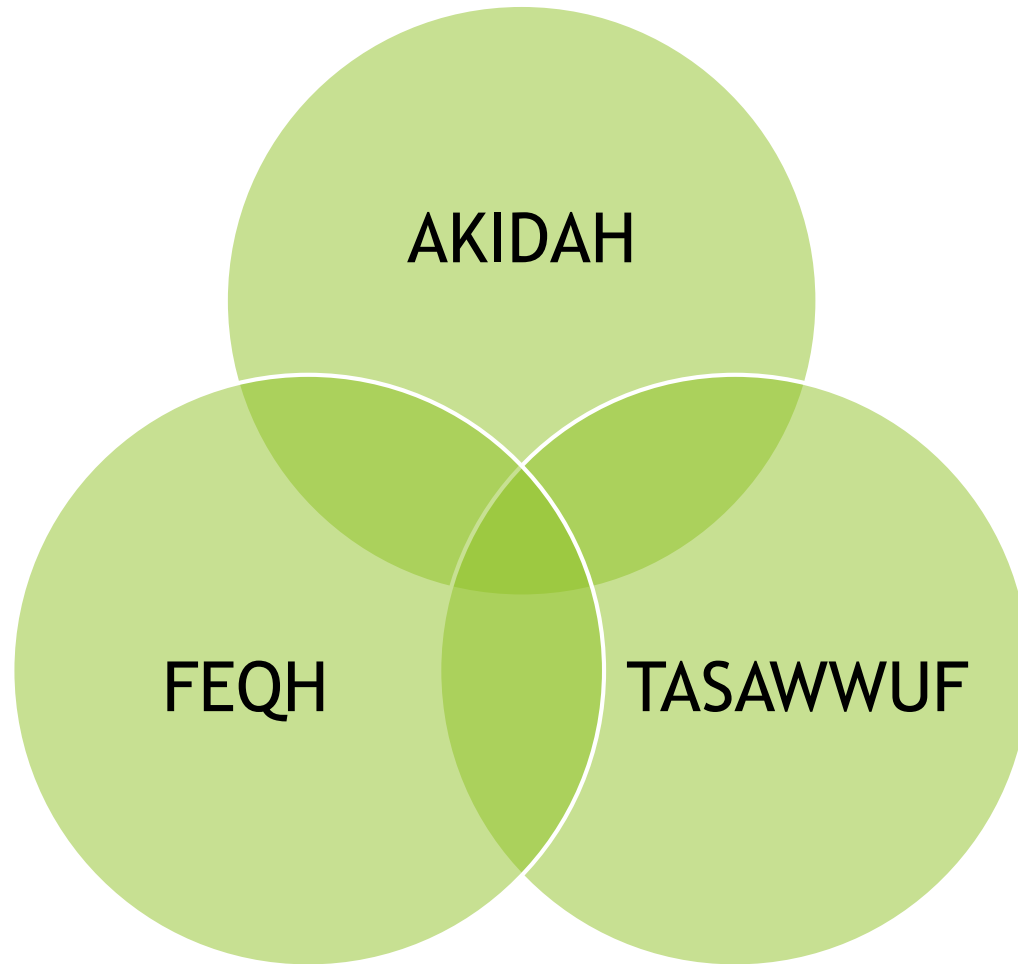
- ▶ Tanpa mengikuti ajaran dua ayat di atas tidak mungkin kita mencapai kehidupan yang sejahtera dan dirahmati Allah SWT.
- ▶ Kita tidak mencipta kehidupan tetapi mengisi kehidupan dengan ajaran Islam.

# JANTUNG MEMAINKAN PERANAN PENTING DALAM MENCAPAI KESEJAHTERAAN HIDUP

- ▶ ((ألا وإن في الجسد مضغة إذا صلحت صلح الجسد كله، وإذا فسدت فسد الجسد كله، ألا وهي القلب))؛ متفق عليه



# AGAMA ISLAM





Samb.

- ▶ *“Ingatlah bahawa dalam diri manusia ada seketul daging, jika baik maka semua anggota badan baik dan jika buruk maka semua anggota badan buruk dan ingatlah itu adalah jantung”.*

# SYAIR ABU ALFATH AL-BISTI

- ▶ أقبِلْ عَلَى النَفْسِ وَاسْتَكْمِلْ فِضَائِلَهَا # فَأَنْتَ بِالنَّفْسِ لَا بِالْجِسْمِ إِنْسَانٌ
- ▶ *“Wahai manusia tumpukan kepada jiwamu dan sempurnakan kebajikannya # Sesungguhnya kamu manusia kerana jiwamu bukan kerana jasadmu”*

# ALLAH MENJANJIKAN KESEJAHTERAAN HIDUP DENGAN 2 SYARAT

▶ وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ الْقُرَىٰ آمَنُوا وَاتَّقَوْا لَفَتَحْنَا عَلَيْهِم بَرَكَاتٍ مِّنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ وَلَٰكِن كَذَّبُوا فَأَخَذْنَاهُم بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ. الأعراف (96)

- ▶ *Dan (Tuhan berfirman lagi): Sekiranya penduduk negeri itu, beriman serta bertaqwa, tentulah Kami akan membuka kepada mereka (pintu pengurniaan) yang melimpah-limpah berkatnya, dari langit dan bumi. Tetapi mereka mendustakan (Rasul Kami), lalu Kami timpakan mereka dengan azab seksa disebabkan apa yang mereka telah usahakan.*

# PHYSICAL, EMOTIONAL DAN SPIRITUAL

- ▶ Kesejahteraan hidup meliputi tiga bidang di atas.
- ▶ JERIS
- ▶ (JASMANI, EMOSI, RUHANI, INTELEK DAN SOSIAL)

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ عَبْدِ الرَّحْمَنِ بْنِ صَخْرٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: إِنَّ اللَّهَ لَا يَنْظُرُ إِلَى أَجْسَامِكُمْ، وَلَا إِلَى صُورِكُمْ، وَلَكِنْ يَنْظُرُ إِلَى قُلُوبِكُمْ وَأَعْمَالِكُمْ رواه مسلم.

- ▶ *“Sesungguhnya Allah tidak memandang kepada jasad kamu dan paras muka kamu tetapi memandang kepada hati dan amalan kamu”*
- ▶ *Allah mementingkan kualiti hati dan amalan, dan itulah yang dinilai oleh Allah SWT.*

# KALAU KEHIDUPAN KITA BELUM SEJAHTERA

- ▶ Perlu muhasabah dalam perkara berikut;
- ▶ Ilmu kita.
- ▶ Taqwa kita.
- ▶ Iman kita.
- ▶ Hati kita.
- ▶ Amalan harian kita.

# ANTARA AMALAN YG DAPAT MEMBANTU MENCAPAI KESEJAHTERAAN HIDUP

- ▶ Amalkan berwirid.
- ▶ Buang fikiran dan lintasan negatif.
- ▶ Jangan bercakap sebelum berfikir.
- ▶ Jangan *ta'ajjub* sedikitpun dengan keadaan kamu kerana yg memberi keadaan itu sangat kuat dan perkasa.
- ▶ Wajib membaca al-Qur'an dengan rasa gembira, berfikir dan seakan-akan al-Qura'n tidak diturunkan kecuali untuk menyelesaikan masalah kamu.
- ▶ Keluarkan segalanya dari hati kamu kecuali Allah SWT.

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا  
وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ. فصلت (30)

- “Sesungguhnya orang-orang yang menegaskan keyakinannya dengan berkata: “Tuhan kami ialah Allah”, kemudian mereka tetap teguh di atas jalan yang betul, akan turunlah malaikat kepada mereka dari semasa ke semasa (dengan memberi ilham): “Janganlah kamu bimbang (dari berlakunya kejadian yang tidak baik terhadap kamu) dan janganlah kamu berdukacita, dan terimalah berita gembira bahawa kamu akan beroleh syurga yang telah dijanjikan kepada kamu”



## ISTIQAAMAH BERIMAN DAN BERAMAL MENGHILANGKAN RASA RISAU DAN TAKUT

- ▶ Antara punca tidak sejahtera dalam kehidupan ialah rasa risau dan takut. Takut gagal atau jatuh miskin.
- ▶ Allah SWT. menjamin bagi mereka yg istiqamah beriman dan beramal tidak berasa risau dan takut.

# PESAN IMAM GHAZALI

- ▶ حياة القلب علم فادخره # وموت القلب جهل فاجتنبه
- ▶ وخير مرادك التقوى فزده # كفاك بما وعظتك فاتعظه
- ▶ Kehipuan hati dengan ilmu, kematian hati dengan kejahilan
- ▶ Tujuan kamu yg terbaik ialah taqwa maka tingkatkan, cukuplah apa yg aku nasihatkan maka ambillah nasihat itu.

## MENTAL/EMOSI

- ▶ **TAKABBUR (MEMBESARKAN DIRI), RIYA' MEMPAMERKAN IBADAH DENGAN TUJUAN DIPUJI MANUSIA.**
- ▶ **'UJUB BERASA HAIRAN DENGAN KELEBIHAN YG DIMILIKI, DAN HASAD DENGKI MENGINGINKAN NIKMAT ORANG LAIN HILANGH DAN MUSNAH.**

# IMAM GHAZALI MENAMAKAN 4 SIFAT INI SEBAGAI PEMUSNAH JIWA (المهلكات)

- ▶ كن عالما أو متعلما أو مستمعا أو محبا فلا تكن خامسا فتهلك
- ▶ *“Hendaklah kamu menjadi orang yang berilmu atau belajar atau mendengar ilmu atau mencintai ilmu dan jangan menjadi orang yang kelima lalu kamu binasa.”*

# EMPAT SIFAT PEMUSNAH DIHIMPUN DALAM SEBUAH HADITH PANJANG



- ▶ *“Diriwayatkan oleh Ibn al-Mubarak dengan sanadnya daripada seorang yang bertanya kepada Muaz Bin Jabal mengenai Hadith yang dia dengar daripada Nabi Muhammad SAW. Muaz pun menangis agak lama sehingga lelaki tersebut menyangka Muaz tidak akan berhenti menangis, kemudiam berdiam dan berkata: Saya mendengar Rasulullah bersabda: Wahai Muaz aku menyampaikan kepada kamu satu Hadith jika kamu menjaganya akan memberi manfaat kepada kamu dan jika kamu abaikan dan tidak menjaganya terputuslah hujah kamu di hadapan Allah pada hari kiamat*

- ▶ *, wahai Muaz sesungguhnya Allah menciptakan tujuh Malaikat sebelum menciptakan langit dan bumi lalu menempatkan satu malaikat pada setiap langit sebagai penjaga pintunya, maka malaikat penjaga amalan naik dengan amalan para hamba dari subuh sampai ke petang mempunyai cahaya seperti cahaya mata hari sehingga sampai ke langit pertama.*

- ▶ *dan menyucikan serta memperbanyak amalan itu, maka malaikat penjaga pintu berkata kepada malaikat penjaga amalan: Pukulkan amalan itu kepada wajah tuannya aku penjaga sifat mengumpat (ghibah) Tuhan aku memerintahkan untuk tidak melepasi aku kepada orang lain amalan orang yang mengumpat. Kemudian berkata: Datang penjaga amalan dengan amal salih dari amalan hamba lalu menyucikannya dan merbanyakkannya sehingga sampai ke langit kedua kemudian Malaikat yang diwakilkan berkata berhenti dan pukulkan amalan itu kepada muka tuannya kerana dai mahukan amalan ini habuan dunia, Tuhan aku memerintahkan agar aku tidak melepaskan amalannya ini ke orang lain kerana dia membesarkan diri dalam majelis dan aku Malikat yang menjaga sifat kebanggaan. Kemudian berkata: Malaikat penjaga amalan membawa naik amalan hamba yang bercahaya daripada sedekah, solat, puasa maka para Malaikat hairan dengan amalan itu lalu dibawa terus ke langit ketiga maka Malaikat yang diwakilkan berkata: Berhenti dan*



- ▶ *pukulkan amalan ini ke muka tuannya aku adalah malaikat yang menjaga sifat kesombongan Tuan aku memerintahkan agar aku tidak melepaskan amalannya ke pada pihak lain kerana dia bersifat sombong di kalangan manusia dalam majelis. Para Malaikat membawa amalan hamba yang bercahaya seperti bintang-bintang daripada tasbih, solat, puasa, haji, umrah sehingga sampai ke langit keempat lalu Malaikat yang diwakilkan menjaga amalan ini berkata: Berhenti dan pukulkan amalan ini ke muka tuannya, perut dan belakangnya aku adalah penjaga sifat ujub, Tuhan aku memerintahkan agar tidak melepaskan amalan ini ke pihak lain kerana bila dia beramal dia masukkan sifat ujub di dalamnya.*

- ▶ *. Para Malaikat membawa naik amalan hamba sehingga sampai ke langit kelima seperti pengantin perempuan yang diarak menemui suaminya lalu Malaikat yang diwakilkan berkata: Behenti dan pukulkan amalan itu ke muka tuannya aku yang menjaga sifat hasad dengki, dia dengki kepada orang yang belajar dan mengajar dan beramal seperti amalannya, atau mendapat nikmat Allah SWT. dan menjatuhkannya, Tuhan aku memerintahkan agar amalannya tidak melepasi aku ke pihak lain. Para Malaikat membawa amalan hamba yang bercahaya seperti bulan daripada solat, zakat, haji, umrah, dan jihad, puasa ke langit keenam lalu Malaikta yang diwakilkan berkata berhenti dan pukulkan amalan itu ke muka tuannya kerana dia tidak mengasihani langsung manusia hamba Allah yang ditimpa bala atau penyakit bahkan mencacinya aku Malaikat yang menjaga sifat rahmat*

- ▶ *Tuhan aku memerintahkan agar tidak melepaskan amalan itu ke pihak lain. kemudian para Malaikat penjaga amalan membawa amalan hamba daripada solat, puasa, infaq, jihad, wara, yang berbunyi seperti lebah dan berchaya seperti mata hari disertai 3000 Malaikat terus ke langit ketujuh lalu Malaikat yang diwakilkan berkata: Berhenti dan pukulkan amalan ini ke muka dan anggota badan tuannya dan tutuplah hatinya aku penjaga hijab daripada Allah setiap amalan bukan kerana Allah tetapi kerana perkara lain iaitu pangkat di kalangan ahli feqah dan nama di kalangan ulama serta kemasyhuran di bandar-bandar Tuhan aku memerintahkan agar amalannnya tidak melepasi aku ke pihak lain. setiap amalan bukan kerana Allah adalah Riya' Allah tidak menerima amalan orang yang riya'*

- ▶ *Para Malaikat membawa amalan hamba daripada solat, zakat, puasa, haji dan umrah, akhlak yang baik, zikrrullah diiringi tujuh langit sehingga merentasi semua hijab kepada Allah SWT. lalu berhenti di depanNya mereka menyaksikannya sebagai amalan yang salih maka Allah berfirman kamu semua Malaikat penjaga amalan hambaKu dan Aku pemeriksa atas hati mereka bahawa mereka tidak beramal kerana Aku tetapi kerana perkara lain maka atas mereka laknat Aku, lalu para Malaikat berkata semuanya atas mereka laknat Kamu dan laknat kami dan semua langit berkata atas mereka laknat Allah, para Malaikat dan laknat kami serta tujuh langit dan apa yang ada di antaranya semua melaknat atas mereka.*

- ▶ *Muaz berkata: Wahai Rasulullah baginda Rasulullah dan aku Muaz bagaimanakah cara untuk selamat nabi menjawab: Ikuti aku sekalipun amalan kamu sedikit, jaga lidah kamu daripada mengumpat saudara kamu pembawa al-Qur'an, tanggung sendiri dosa kamu dan jangan bebankan sahabat kamu, jangan puji diri kamu dan mencaci mereka, jangan mengangkat diri kamu atas mereka, jangan masukkan amalan dunia ke dalam amalan akhirat, jangan riya' dengan ilmu kamu, jangan sombong dalam majelis kamu dan merendahkan mereka agar manusia berjaga-jaga dari akhlak kamu yang buruk,*

- ▶ *jangan berbisik dengan seseorang sedangkan ada orang lain, jangan menyombongkan diri lalu kamu terlepas kebaikan dunia dan akhirat, jangan mencarik orang lain lalu anjing-anjing neraka mencarik kamu di hari kiamat, Allah berfirman : **والناشطات نشطا** adakah kamu tahu wahai Muaz siapakah merek? Aku berkata: demi ayah dan ibuku wahai Rasulullah tidak. Nabi bersabda: Anjing-anjing apai neraka yang mencarik daging dan tulang satu jenis carikkan”.*

## 12 nasihat Nabi Muhammad SAW kpd Muaz b. Jabal

Ikut aku  
sekalipun amal  
kamu sedikit

Tanggung  
sendiri dosa  
kamu

Jangan  
mengangkat  
diri kamu

Jaga lidah  
kamu dpd  
mengumpat

Jangan puji  
diri

Jangan riya  
dgn ilmu  
kamu

Jgn masukkan  
amalan dunia ke  
dlm amalan akhirat

Jgn sombong  
dlm majlis  
kamu

Jgn berbisik  
di khalayak  
ramai

Jgn merendahkan  
org lain

Jangan  
mencaci org  
lain

Jgn mencarik  
Marwah org  
lain



# KESIMPULAN

- ▶ Physical, emotional dan spiritual mestilah seimbang kerana masing-masing mempunyai keperluan yang mesti dipenuhi. Ketidakseimbangan antara tiga perkara ini menyebabkan kesejahteraan hidup tidak tercapai.
- ▶ Dalam agama Islam ada ilmu Aqidah, ilmu Fiqh dan ilmu Tasawwuf untuk memenuhi keperluan Body, Soul and Spirit secara teratur mengikut syariat Islam.