

Bila Berfikir Jadi Melelahkan

Menemui Damai Melalui Sabar, Ilmu & Qadar

Dr. Nik Bakri bin Nik Mat

19 Ramadan 1447H

Masjid Sultan Salahuddin Abdul Aziz Shah



Apa Yang Perlu Ditahan Apabila Minda Kelesuan?

Perbincangan bermula dengan satu realiti: adakalanya proses berfikir memenatkan jiwa. Terutamanya ketika kita berhadapan dengan perkara yang belum nampak hikmahnya dan ia melibatkan qadar (ketentuan) Allah SWT.

فَأَصْبِرْ صَبْرًا جَمِيلًا

Fasbir Sabran Jamila

"Maka bersabarlah engkau (hai Muhammad) dengan kesabaran yang sebaik-baiknya. Sesungguhnya mereka memandang azab itu jauh, sedang Kami memandangnya dekat."
(Surah Al-Ma'arij 70:5-7)

Sabar: Disandar Pada Diri vs. Disandar Pada Allah

Disandar Pada Diri

Sabar setakat mampu. Terasa lelah dan tidak cukup indah kerana hakikatnya manusia itu lemah dan tidak sempurna.

Disandar Pada Allah

Sabar yang indah (Sabran Jamil). Luahan rasa dan pergantungan diserahkan kepada Allah. Sabar dalam sakit, penat, dan kecewa menjadi indah kerana ia dikembalikan kepada Pemilik diri.

Wabashshiris sabirin: Berita gembira buat orang yang sabar, kerana sabar itu sendiri membawa nilai dan ganjaran (Rujukan: Ibn Kathir).

Ilmu Itu Luas Seperti Lautan

Kita tidak mampu mengetahui segalanya. Terdapat bahagian-bahagian ilmu dan kejadian di dunia ini yang menuntut kesabaran yang luar biasa serta adab yang tinggi untuk difahami.

Syarat Belajar: Kesabaran Tanpa Gambaran Penuh

Kisah Surah Al-Kahfi menjadi contoh agung kesabaran dalam menuntut ilmu.

Nabi Khidir meletakkan syarat jelas:

"Innaka lan tastati'a ma'iya sabra"

(Sesungguhnya kamu tidak akan mampu bersabar bersamaku).

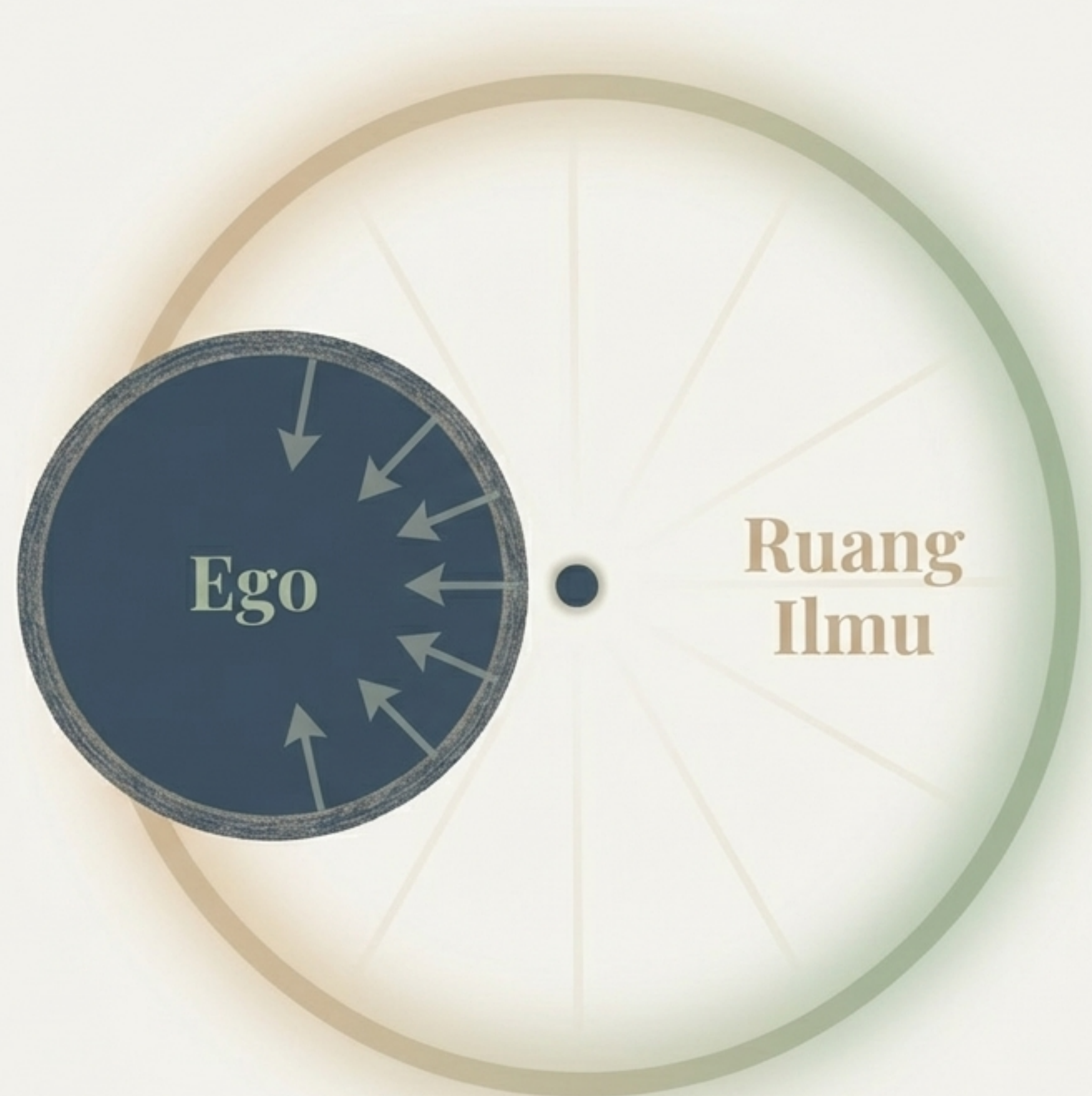


Mengelak Sikap Terpaling Tahu

Latar kisah ini bermula apabila Nabi Musa ditegur oleh Allah SWT kerana menjawab bahawa tiada orang yang lebih alim daripadanya.

Pengajaran Utama:

Sabar dengan guru dan proses belajar ialah syarat mutlak untuk memperolehi as-sabrul jamil. Tinggalkan sikap "terpaling tahu" atau "terpaling alim".



Konflik Zahir dan Tersembunyi: Tragedi Sampan



Teguran Nabi Musa:

Menegur tindakan Nabi Khidir menebuk sampan kerana ia merosakkan harta orang pada zahir hukum.



Tindakan Nabi Khidir:

Bertindak dengan ilmu "di sebalik peristiwa" yang diilhamkan Allah, agar sampan tersebut kelihatan cacat dan tidak dirampas oleh raja yang zalim.

Memahami Lensa Kehidupan: Syariat vs. Hakikat



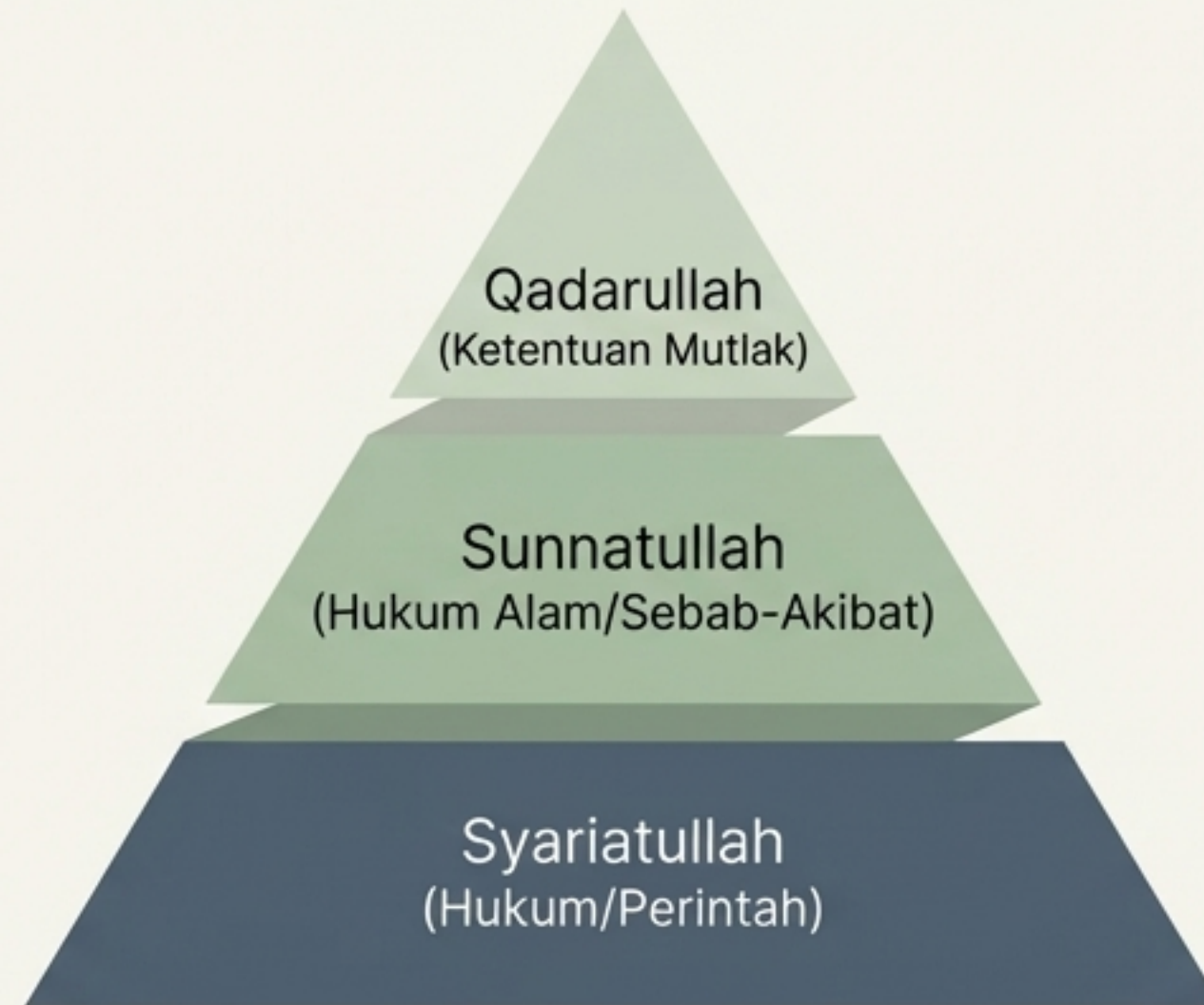
Syariat (Sudut Pandang Zahir):

Perintah, larangan, hukum-hakam dan fardu Allah. (Rujukan: Imam Al-Qurtubi).

Hakikat (Sudut Pandang Tersembunyi):

Mengembalikan kefahaman kepada Allah sebagai hakikat kehidupan yang menyusun setiap aturan dengan penuh hikmah.

Persamaan Agung Kehidupan Kita



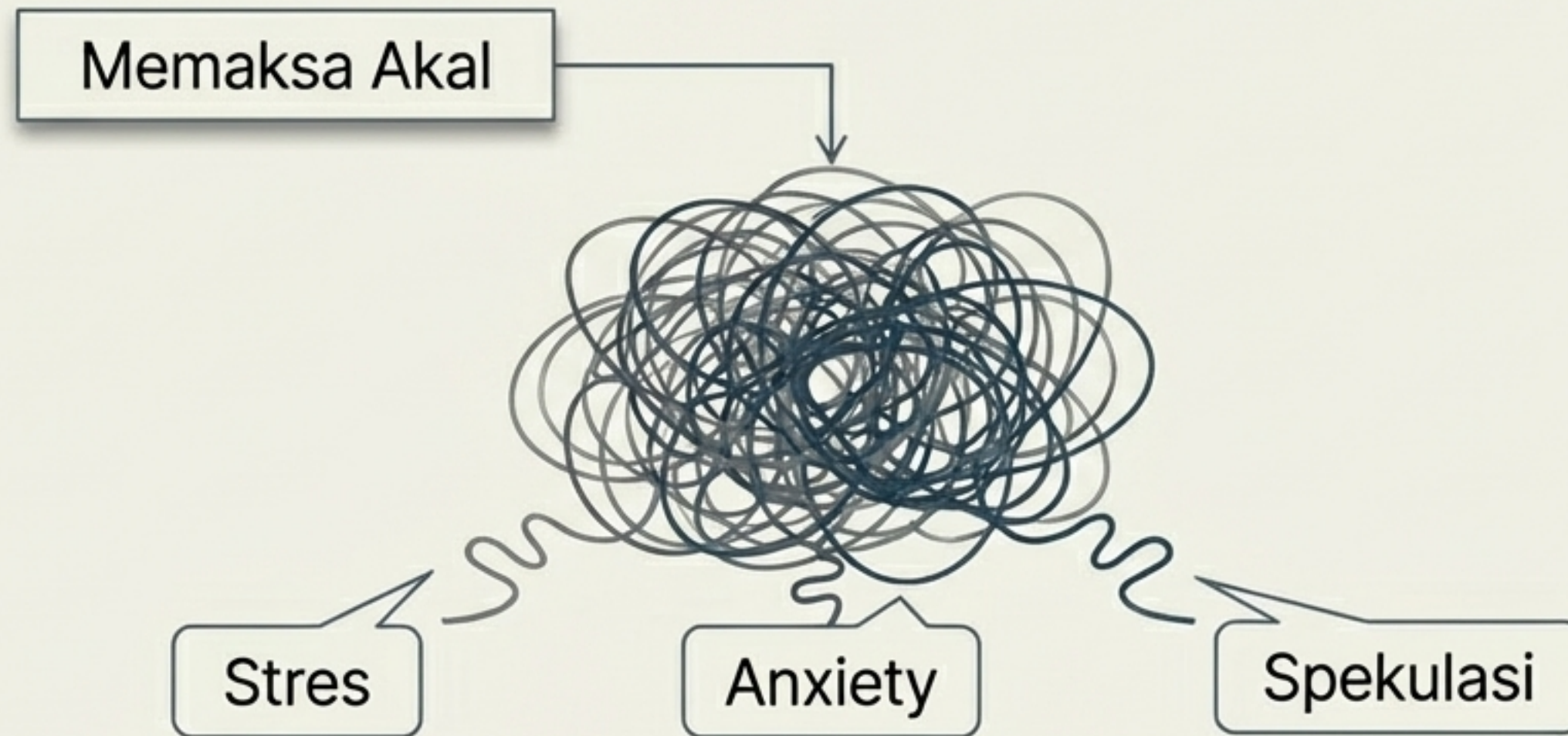
Tidak semua perkara yang berlaku mampu difahami dengan kapasiti ilmu manusia yang sangat terbatas.



Iman Menghilangkan Rasa Penat

Apabila akal tidak lagi mampu merungkai, iman mengambil alih. Sabar wajib diasaskan atas iman—meletakkan seluruh kepercayaan kepada Allah. Inilah yang menghalang minda dan jiwa daripada "penat" menghadapi misteri kehidupan.

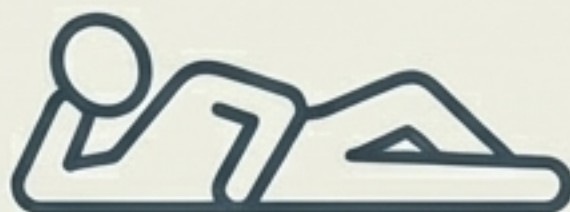
Memahami Kitaran Kelesuan Minda



Apabila kita memaksa akal untuk menyelesaikan qadarullah tanpa menenangkan jiwa terlebih dahulu, proses berfikir memakan diri. Ia bukan lagi mencari solusi, tetapi melahiirkan stres, anxiety, dan spekulasi yang tidak berkesudahan.

Formula Ulul Albab Untuk Kejernihan

ZIKIR → **FIKIR**



Allah mendahulukan perbuatan berzikir sebelum berfikir.

Golongan Ulul Albab adalah mereka yang sentiasa berzikir (dalam keadaan berdiri, duduk, berbaring) dan kemudian barulah mereka berfikir serta merenung ciptaan Allah.

(Rujukan: Surah Ali 'Imran 3:190-191)

Urutan Ilahi: Tenangkan Hati, Jernihkan Akal



Langkah 1: Zikir (“Ala
bizikrillah tatma’innul qulub”)

Tenangkan qalb (hati) terlebih dahulu. Hati yang gelisah tidak mampu berfikir dengan lurus.

Langkah 2: Fikir

Apabila hati sudah tenang, barulah akal digunakan untuk berfikir berpandukan ilmu, syariat, dan hakikat tanpa terjebak dalam "overthinking".

Tafakkur Menghasilkan Keyakinan Mutlak

"Menurut pandangan
Imam al-Ghazali:
Tafakkur bukan
sekadar memerah otak.
Ia adalah proses
menghidupkan makna
pengetahuan di dalam
hati untuk melahirkan
keyakinan yang kukuh."

Sabar Bukan Bermaksud Menunggu

~~Pasrah & Menunggu Nasib~~

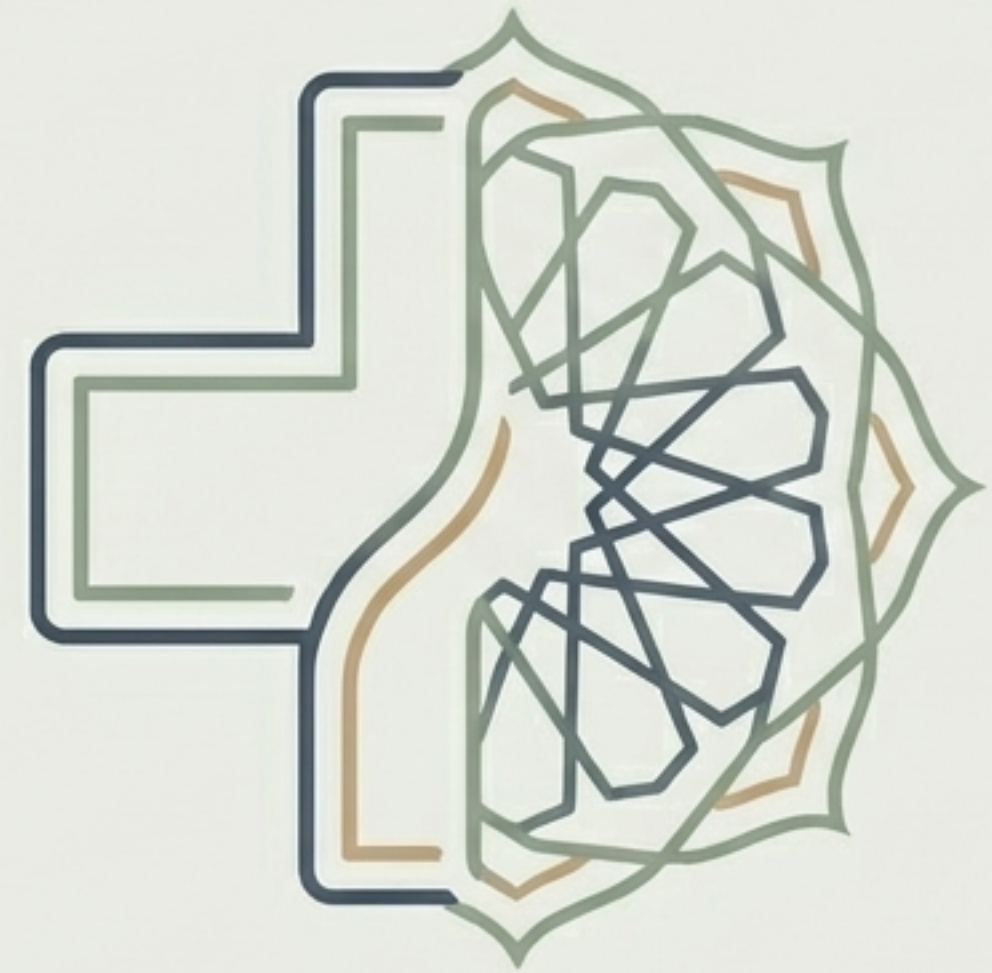
Terus Berusaha & Berikhtiar

Mitos: Sabar itu “tidak buat apa-apa” dan sekadar pasrah.

Realiti: Sabar itu aktif. Ia bermaksud **terus berusaha, berikhtiar, dan bertindak dengan betul tanpa berputus asa.**

Sabar Itu Bergerak Secara Aktif

Sebagai contoh, ketika diuji dengan penyakit: Berulang-alik ke klinik, mencari rawatan, dan berjumpa doktor adalah sebahagian daripada daripada sabar yang dituntut. Yang menipiskan sabar ialah apabila kita berhenti berusaha dan hanya pasrah menunggu.



Keseimbangan Holistik: Fikih dan Zikir

Dawa (Usaha Fizikal): Rawatan, ubat-ubatan, dan kepakaran perubatan.



Syifa (Usaha Rohani): Al-Quran, muhasabah, taubat, dan mendekatkan diri kepada Allah.

Sakit dan ujian boleh berpunca daripada fizikal, emosi, atau dosa. Oleh itu, penyelesaiannya perlu seimbang. Hakikatnya, Allah jua yang menyembuhkan.

Adab Bersuara Berdasarkan Ilmu

Siapa beriman kepada Allah dan hari akhirat,
berkata baik atau diam.

Bila Perlu Diam:

Apabila ilmu belum cukup (terutama dalam bab qadarullah).

Bila Wajib Bersuara:

Apabila kebenaran perlu dipertahankan (contohnya isu menghina al-Quran).
Bukan semua situasi sesuai 'diam atas nama sabar'.



5 Tindakan Praktikal Untuk Kehidupan Seharian

- 1. Amalkan Zikir Konsisten sebelum membuat keputusan untuk hentikan “overthinking”.
- 2. Latih Adab Menuntut Ilmu dan buang ego “terpaling tahu”.
- 3. Sandarkan Kepercayaan Kepada Allah apabila hikmah ujian belum kelihatan.
- 4. Seimbangkan Ikhtiar rawatan (dawa) dengan al-Quran dan taubat (syifa).
- 5. Nilai Sebelum Berbicara, diam jika tiada ilmu, bersuara jika wajib membela kebenaran.

رَبَّنَا أَفْرِغْ عَلَيْنَا صَبْرًا

Rabbana Afrigh 'Alaina Sabra

Ya Tuhan kami, limpahkanlah kesabaran ke atas kami,
teguhkanlah pendirian kami...

Sesi Seterusnya:

Kenapa Allah Tidak Jawab Cepat?
Bersama Ustaz Zul Ramli & Ustaz Hussaini.