



" ZIKRULLAH : HATI AKAN TENANG "

الْحَمْدُ لِلَّهِ الْقَائِلِ : الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا
وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ
وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَطْلًا سُبْحَانَكَ
فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ .

أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ
وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ . اللَّهُمَّ صَلِّ
وَسَلِّمْ عَلَىٰ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَىٰ آلِهِ
وَأَصْحَابِهِ أَجْمَعِينَ . أَمَّا بَعْدُ ، فَيَا أَيُّهَا
الْمُسْلِمُونَ ! اتَّقُوا اللَّهَ ، أَوْصِيكُمْ وَإِيَّايَ
بِتَقْوَى اللَّهِ فَقَدْ فَازَ الْمُتَّقُونَ . قَالَ اللَّهُ تَعَالَى :
يَأَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ حَقَّ تَقَاتِهِ وَلَا تَمُوتُنَّ
إِلَّا وَأَنْتُمْ مُسْلِمُونَ .



Sidang Jumaat Yang Dirahmati Allah,

Marilah kita meningkatkan ketaqwaan kepada Allah SWT dengan menunaikan segala perintah-Nya dan meninggalkan larangan-Nya. Semoga kita menjadi orang mukmin yang sebenarnya dan mendapat keredhaan Allah di dunia dan di akhirat.

Pada hari yang mulia ini marilah sama-sama kita menghayati khutbah yang bertajuk : **"ZIKRULLAH : HATI AKAN TENANG"**.

Sidang Jumaat Yang Dirahmati Allah,

Perasaan tidak tenang dan tidak tenteram sering mengganggu seseorang. Samada bersifat dalaman, seperti perasaan takut akan sesuatu dan putus asa akibat tidak mendapatkan sesuatu, atau bersifat luaran seperti tewas dalam persaingan untuk mencapai sesuatu dan tidak adanya jaminan akan keselamatan masa depan. Perasaan tidak tenang seperti itu boleh mengakibatkan seseorang menjadi stress.

Islam menganjurkan kepada umatnya bagaimana cara untuk mengatasi perasaan tidak tenang dan tidak tenteram, ialah dengan berzikir. Iaitu mengingat kebesaran Allah SWT. Menyebut-nyebut nama Allah, memuji-Nya, merenungkan kekuasaan, sifat, dan perbuatan Allah serta mensyukuri nikmat-nikmat-Nya yang dikurniakan kepada kita. Perbuatan itu dapat menghasilkan ketenangan batin kita.

Firman Allah SWT dalam surah Ar-Ra'd ayat 28:



الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا
بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

"(Iaitu) orang-orang yang beriman dan tenang tenteram hati mereka dengan zikrullah". Ketahuilah! Dengan zikrullah itu, tenang tenteramlah hati manusia.

Antara zikir yang pendek dengan lisan atau lidah adalah seperti:-

- Subhanallah Wabihamdih
- Subhanallahil 'Azim

Hadis daripada Abu Hurairah R.A bahawa Rasulullah s.a.w bersabda:

كَلِمَتَانِ خَفِيفَتَانِ عَلَى اللِّسَانِ، ثَقِيلَتَانِ فِي
الْمِيزَانِ، حَبِيبَتَانِ إِلَى الرَّحْمَنِ: سُبْحَانَ
اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ، سُبْحَانَ اللَّهِ الْعَظِيمِ.

"Dua patah perkataan yang ringkas yang diucapkan oleh lidah tetapi begitu berat pada timbangan (di hari Akhirat) dan cukup dikasihi Allah, iaitu "Subhanallah Wabihamdih" dan "Subhanallahil 'Azim".

(Riwayat al-Bukhari)



Zikir juga termasuklah amalan solat sunat, membaca al-Quran, beristighfar dan berdoa. Kesemuanya boleh memberi ketenangan hati dan jiwa kita.

Sidang Jumaat Yang Dirahmati Allah,

Menurut satu riwayat, seorang lelaki menemui Ibnu Masoud R.A. untuk meminta nasihat. Katanya:

"Wahai Ibnu Masoud, berilah saya nasihat untuk penawar jiwa saya yang gelisah, tidak tenteram, fikiran kusut, tidak selera makan dan sukar melelapkan mata ketika tidur malam".

Ibnu Masoud menjawab: *"Wahai saudara, bawalah hatimu itu mengunjungi tiga tempat":*

- Pertama : Pergilah kamu ketempat orang membaca al-Quran. Di sana engkau boleh bersama-sama membaca al-Quran atau mendengar orang lain membacanya.
- Kedua : Pergilah kamu ke majlis-majlis ilmu, untuk mendapat petunjuk dan mengingatkan kebesaran Allah SWT.
- Ketiga : Carilah masa dan tempat sunyi, di saat orang sedang tidur nyenyak. Engkau bangun dan lakukan solat-solat sunat, serta mohon doa kepada Allah dengan penuh khusyuk dan tawaduk.

Setelah mendapat nasihat itu, dia pun balik kerumahnya dan melakukan apa yang dinasihatkan. Beliau berwuduk dan solat sunat dengan khusyuk dan membaca al-Quran. Selepas melakukan



amalan tersebut, maka di dapati jiwanya merasa tenang, tenteram dan hilang segala kegelisahan yang dihadapinya.

Demikianlah hadirin sekalian, sesungguhnya mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan berzikir boleh menghilangkan kerunsingan dan kesusahan hati.

Persoalannya, mengapa dengan zikir, hati menjadi tenang dan tenteram? Sesungguhnya "hati" atau "qalbu" menurut bahasa Arab, memiliki dua pengertian.

Pertama : Qalbu adalah sepotong daging yang lembik dan lembut yang berada di sebelah kiri dada. Di bahagian dalamnya terdapat rongga-rongga tempat darah mengalir.

Kedua : Qalbu adalah bersifat maknawi yang mengandungi perasaan dengan segala sifat-sifat mahmudah dan mazmumah. Menurut ulama' tasawwuf, bahawa hatai atau qalbu itu tempat segala sifat-sifat mahmudah seperti iman, sabar, tawadhuk, Makrifah, redha dan ilmu pengetahuan. Oleh itu, ianya perlu dipelihara daripada segala kelakuan yang dicela dan dijaga daripada sifat-sifat mazmumah.

Terdapat juga pendapat yang mengatakan hati atau qalbu itu tempat berperangnya antara aqal dan hawa nafsu. Aqal menyeru kepada kebajikan dan hawa nafsu menyeru kepada kejahatan.

Sabda Rasulullah s.a.w yang bermaksud;



"Bahawa di dalam tubuh itu ada sepotong daging, apabila baik ia nescaya baiklah tubuh itu semuanya, maka apabila binasa ia nescaya binasalah tubuh itu semuanya. Awas, dia adalah hati ataupun qalbu".

Sidang Jumaat Yang Dirahmati Allah,

Menurut para ulama' salah satu faktor penyebab yang membuat qalbu (hati) menjadi tidak tenteram dan tidak tenang adalah disebabkan sifat ghaflah atau lalai dan lupa kepada Allah. Orang yang bersifat ghaflah atau lalai dan lupa kepada Allah akan menjadikannya lupa kepada dirinya sendiri. Mereka yang lalai dari berzikir juga tidak akan merasa hidupnya tenang dan tenteram. Dia akan berada dalam keadaan gelisah, resah, dan susah. Orang yang lupa kepada Allah akan tenggelam ke dalam arus kebimbangan dan keterasingan. Dia akan jauh dari sinaran cahaya hidayah dan akan masuk ke dalam lingkaran kegelapan.

Firman Allah SWT dalam surah al-Hasyr ayat 19;

وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ
أُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ

"Dan janganlah kamu seperti orang-orang yang lupa kepada Allah, lalu Allah menjadikan mereka lupa kepada diri mereka sendiri. Mereka itulah orang-orang yang fasiq".



Seseorang yang sentiasa berzikir kepada Allah, hatinya akan tenteram dan tenang. Dia akan ingat kepada dirinya sendiri dan Allah pun akan ingat kepadanya. Hidupnya akan tenang dan tenteram. Dia akan selalu berada dalam sinaran cahaya hidayah Allah SWT.

Ini adalah disebabkan zikir itu dapat menghilangkan rasa risau dan gelisah dalam hati. Zikir dapat mendatangkan kebahagiaan hati. Zikir dapat menyinari hati dan menguatkannya. Zikir dapat menghidupkan hati dan membersihkannya dari kotoran dan karat.

Orang yang berzikir akan sentiasa dekat dengan Allah. Dan, Allah pun akan senantiasa bersamanya. Para ulama' mengatakan, "Zikir atau ingat kepada Allah adalah ubat. Dan, ingat kepada manusia kadangkala adalah penyakit". Hati boleh berkarat kerana dua perkara, pertama ghaflah (lalai) dan kedua dosa. Perkara yang dapat membersihkannya juga dua perkara, iaitu ghaflah atau lalai dapat dihilangkan dengan berzikir. Sementara dosa dapat dibersihkan dengan istighfar atau bertaubat.

Sidang Jumaat Yang Dirahmati Allah,

Seseorang yang lalai dari mengingat Allah pada sebahagian besar usia hidup yang dilaluinya, akan menjadikan karat di hatinya, akan menompok titik hitam mengikut tingkat kelalaiannya. Jika hati berkarat, segala sesuatu di dalamnya tidak tergambar sesuai dengan faktanya. Makin banyak karat di hatinya makin besar titik hitamnya.

Akibatnya dia akan melihat kebatilan dalam bentuk kebenaran dan sebaliknya melihat kebenaran dalam bentuk kebatilan. Sebab, ketika karat menompok di hati, maka ia akan menjadi gelap. Berbagai



bentuk kebenaran di dalamnya tidak akan kelihatan sebagaimana adanya. Apabila karat itu telah bertompok-tompok, hati akan menjadi hitam pekat dan pandangannya menjadi rosak sehingga ia tidak dapat mengingkari kebatilan. Inilah seksaan hati yang paling berat. Sumber dari seksaan itu adalah sikap lalai dan mudah mengikuti hawa nafsu. Hal inilah yang menutup cahaya hati dan menggelapkannya.

Sesungguhnya hati manusia memainkan peranan yang amat penting dalam membentuk peribadi. Memperbanyakkan zikir kepada Allah SWT amat digalakkan kerana zikir itu dapat memberikan ketenangan hati. Hati yang baik akan melahirkan tingkah laku yang baik sementara hati yang tidak baik akan memperlihatkan sifat-sifat keji dalam diri kita.

Sidang Jumaat Yang Dirahmati Allah,

Berzikirlah setiap saat untuk mencapai ketenangan jiwa atau menghilangkan tekanan. Kerana dengan zikir kita akan memperoleh faedah yang banyak, antaranya;

- Pertama : Menghilangkan kesedihan dan kegelisahan dalam hati.
- Kedua : Melahirkan kehebatan dan kemanisan iman.
- Ketiga : Menghilangkan sifat liar antara hamba dengan Tuhan-Nya.
- Keempat : Menghilangkan stress dan tekanan perasaan.
- Kelima : Orang yang tidak berzikir menjadikan dirinya orang yang keras hati, kejam dan zalim.



أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ
وَأَصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْغَدَاةِ
وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ ^ص وَلَا تَعْدُ عَيْنَاكَ عَنْهُمْ
تُرِيدُ زِينَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا ^ص وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا
قَلْبَهُ عَن ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا



"Dan jadikanlah dirimu sentiasa berdamping rapat dengan orang-orang yang beribadah kepada Tuhan mereka pada waktu pagi dan petang, yang mengharapkan keredhaan Allah semata-mata; dan janganlah engkau memalingkan pandanganmu daripada mereka hanya kerana engkau mahukan kesenangan hidup di dunia; dan janganlah engkau mematuhi orang yang Kami ketahui hatinya lalai daripada mengingati dan mematuhi pengajaran Kami di dalam al-Quran, serta ia menurut hawa nafsunya, dan tingkahlakunya pula adalah melampaui kebenaran".

(Al-Kahfi : 28)



بَارَكَ اللَّهُ لِي وَلَكُمْ بِالْقُرْآنِ الْعَظِيمِ،
وَنَفَعَنِي وَإِيَّاكُمْ بِمَا فِيهِ مِنَ الْآيَاتِ وَالذِّكْرِ
الْحَكِيمِ وَتَقَبَّلَ مِنِّي وَمِنْكُمْ تِلَاوَتَهُ، إِنَّهُ
هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ.

أَقُولُ قَوْلِي هَذَا وَأَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمَ
لِي وَلَكُمْ وَلِسَائِرِ الْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ،
فَاسْتَغْفِرُوهُ إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ.



KHUTBAH KEDUA

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي جَعَلَنَا مِنَ الْمُسْلِمِينَ،
وَرَزَقَنَا مِنَ الطَّيِّبَاتِ. أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا
اللَّهُ وَحْدَهُ، لَا شَرِيكَ لَهُ، وَأَشْهَدُ أَنَّ
مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ. اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ
وَبَارِكْ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ
وَصَحْبِهِ وَمَنْ تَبِعَهُمْ بِإِحْسَانٍ إِلَى يَوْمِ
الدِّينِ. أَمَّا بَعْدُ، فَيَا عِبَادَ اللَّهِ، اتَّقُوا اللَّهَ
فَقَدْ فَازَ الْمُتَّقُونَ. قَالَ اللَّهُ تَعَالَى: إِنَّ اللَّهَ
وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ
آمَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا. اللَّهُمَّ صَلِّ
وَسَلِّمْ عَلَى سَيِّدِ الْمُرْسَلِينَ وَارْضَ اللَّهُمَّ عَنْ
أَصْحَابِهِ وَقَرَابَتِهِ وَأَزْوَاجِهِ وَذُرِّيَّاتِهِ أَجْمَعِينَ.



اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِلْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ وَالْمُؤْمِنِينَ
وَالْمُؤْمِنَاتِ الْأَحْيَاءِ مِنْهُمْ وَالْأَمْوَاتِ ، إِنَّكَ
سَمِيعٌ قَرِيبٌ مُجِيبُ الدَّعَوَاتِ وَيَا قَاضِيَ
الْحَاجَاتِ . اللَّهُمَّ إِنَّا نَسْأَلُكَ وَنَتَوَسَّلُ بِكَ
بِنَبِيِّكَ الْأَمِينِ ، وَنَسْأَلُكَ بِأَسْمَائِكَ الْحُسْنَى
وَصِفَاتِكَ الْعُظْمَى أَنْ تَحْفَظَ بَعَيْنِ عِنَايَتِكَ
الرَّبَّانِيَّةِ وَبِحِفْظِ وَقَايَتِكَ الصَّمَدَانِيَّةِ ، جَلَالَةَ
مَلِكِنَا الْمُعْظَمِ سُلْطَانَ سَلَاعُورَ ، سُلْطَانَ
شَرَفِ الدِّينِ اِدْرِيسِ شَاهِ الْحَاجِ ابْنِ الْمَرْحُومِ
سُلْطَانَ صَلَاحِ الدِّينِ عَبْدِ الْعَزِيزِ شَاهِ
الْحَاجِ . اللَّهُمَّ أَدِمِ الْعُونَ وَالْهُدَايَةَ وَالتَّوْفِيقَ ،
وَالصِّحَّةَ وَالسَّلَامَةَ مِنْكَ ، لِيُولِيَ عَهْدِ
سَلَاعُورَ ، تَعَكَوْ أَمِيرِ شَاهِ ابْنِ السُّلْطَانَ



شَرَفُ الدِّينِ ادریس شاه الحاج فِي أَمْنٍ
وَصَلَاحٍ وَعَافِيَةٍ بِمَنِّكَ وَكَرَمِكَ يَا ذَا الْجَلَالِ
وَإِكْرَامِ. اَللّٰهُمَّ اَطِّلْ عُمْرَهُمَا مُصْلِحِينَ
لِلْمُوظَّفِينَ وَالرَّعِيَّةِ وَالْبِلَادِ، وَبَلِّغْ مَقاصِدَهُمَا
لِطَرِيقِ الْهُدَى وَالرَّشَادِ.

Ya Allah, Engkaulah Tuhan yang Maha berkuasa, kami bersyukur kehadiran-Mu yang telah mengurniakan kami rahmat dan nikmat, sehingga kami dapat meneruskan usaha ke arah memperkukuhkan negara umat Islam khususnya negeri Selangor, sebagai negeri yang maju, sejahtera dan berkeadilan.

Justeru kami pohon kehadiran-Mu ya Allah, tetapkanlah iman kami, terimalah amalan kami, kukuhkanlah perpaduan kami, murahkanlah rezeki kami, kayakanlah kami dengan ilmu yang bermanfaat, suburkanlah jiwa kami dengan budi pekerti yang mulia, kembalikanlah kami ke jalan yang Engkau redhai, lindungilah kami daripada bala bencana dan ujian-Mu yang berat supaya dengan demikian, negeri kami akan sentiasa bertambah makmur dan berkat.

Ya Allah, bukannya hati kami untuk mendirikan solat fardhu lima waktu dan ibadah zakat sebagaimana yang telah Engkau wajibkan. Berkatilah hidup orang-orang yang melaksanakan tuntutan



berzakat, menyayangi fakir dan miskin. Sucikanlah harta dan jiwa mereka, lindungilah golongan fuqara' dan masakin daripada kekufuran dan kefakiran yang berpanjangan.

Demikian jua Ya Allah, tambah dan luaskanlah rezeki orang yang mewakafkan hartanya, terimalah wakaf mereka dengan ganjaran pahala yang berkekalan hingga ke hari akhirat.

رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّتِنَا قُرَّةَ
أَعْيُنٍ وَأَجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا. رَبَّنَا ءَاتِنَا
فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ
النَّارِ. عِبَادَ اللَّهِ، إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ
وَالْإِحْسَانِ وَإِيتَايَ ذِي الْقُرْبَىٰ وَيَنْهَىٰ عَنِ
الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَالْبَغْيِ يَعِظُكُمْ لَعَلَّكُمْ
تَذَكَّرُونَ ﴿٩٠﴾



فَاذْكُرُوا اللَّهَ الْعَظِيمَ يَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لَهُ عَلَىٰ
نِعْمِهِ يَزِدْكُمْ، وَاسْأَلُوهُ مِنْ فَضْلِهِ يُعْطِيكُمْ
وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ.