

ENERGI MURNI

ALAM SEMESTA



*Cara Memasuki Medan Energi
dan Memanfaatkannya
untuk Kebaikan dan Kesehatan*

Buku ke-2
Innuri Sulamono

*sesuatu yang membuat batin
sejuk dan mendekat pada Allah*

ENERGI MURNI ALAM SEMESTA

Menyiapkan Perbekalan untuk
Memasuki Medan Energi
dan Bagaimana Memanfaatkannya
untuk Kesehatan dan Kebaikan

Buku 2
Innuri Sulamono

Energi Murni Alam Semesta
ISBN-978-602-17304-2-3 (jil. 2)

© 2018 Innuri Sulamono

Hak cipta dilindungi Undang Undang Ada pada Penulis

Penulis:
Innuri Sulamono

Editor:
Aden Rohmana

Fotografi:
Dody Fathony
Indra Sastrawan

Desain Cover dan Layout:
Aden Rohmana

Diterbitkan oleh:
CV Indah Setya
Jl Raya Asrikaton 36A Pakis Malang Jawa Timur
Telp : 0341-792858



*Allah,
Kau tempatkan aku di negeri cinta kasih
dimana tangan saling bergandengan
bumi yang terlalu berat menanggung rindu
dan langit yang tak henti berharap
kepadaMu

hanya padaMu*

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut asma Allah Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang.

Bolehkah aku berteriak, "Horee! Akhirnya bukuku selesai duhai Sang Maha Cinta". Ingin aku berjingkrak-jingkrak di hadapanMu, tapi takut dimarahi penduduk nusantara yang sopan santun.

Maka aku hanya bisa berucap, "Segala puji bagiMu ya Allah, yang telah memberi kami segala fasilitas hidup dalam melakukan perjalanan menuju cintaMu nan abadi. Mudah-mudahan buku ini terwujud karena cintaku padaMu, perkenankan Engkau membersihkan segala kekotoran yang tanpa sengaja menyertai langkah kaki kecilku menebar cinta ke alam semesta".

Buku keduaku ini sudah lama ditunggu oleh sahabat Innuri, tapi memang Allah selalu saja tahu kapan waktu yang indah mewujudkannya. Dan inilah saatnya, saat semua terasa siap memberi dan menerima dalam jalinan cinta kasih di alam ini.

Terimakasih untuk kedua orang tua, para guru yang selama ini membimbingku, suami, anak-anak, cucu, sahabat dan sanak famili yang selama ini mendukung langkahku.

Sudah lama aku menulis di blog tentang energi murni alam semesta, sudah beberapa tahun yang lalu. Sudah banyak yang mempelajari dan berhasil mempraktekkannya. Dengan dibukukannya tulisan-

tulisanku di blog dan dikumpulkan dalam satu tema yang *nyambung*, disertai penyempurnaan di sana dan di sini, tentu semakin mudah untuk dipelajari.

Aku kerjakan naskah buku ini dengan iringan nyanyian Koes Plus, karena bertepatan dengan meninggalnya sang vokalis, Yon Koeswoyo. Mendengarkan dan menghayati lagu-lagu Koes Plus sang legenda, lagu yang spiritual *banget*, terbungkus dalam lirik yang penuh makna dan irama yang riang. Salah satu lagu sendunya yang aku suka banget berjudul Cinta, sebuah lagu cinta yang ditujukan kepada Tuhan. Coba simak lirik dan irama indahnya:

Cin...ta...
Kau rawankan hatiku.
Aku hanya hambaMu. Aku hanya hambaMu.
Cin...ta...
Kau belenggu hidupku.
Kumenyerah padaMu. Kumenyerah padaMu.
Ku tak mampu melawan mauMu.
Ku hanyalah milikMu.
Tak kan mungkin kutentang printahMu.
Dan aku bersujud di kakiMu

Buku ini sebenarnya bukan hanya bermanfaat bagi orang-orang yang ingin mempelajari dan menguasai energi murni alam semesta, karena di dalam buku ini banyak sekali ilmu kehidupan. Jadi siapa saja bisa memperoleh manfaat dari buku ini, walaupun tidak punya keinginan untuk bisa mengolah energi murni.

Ilmu tentang apapun, bila itu bisa mendekatkan diri kepada sang Khaliq, tentu ilmu yang amat berguna. Pada akhirnya kita juga akan kembali kepadaNya dan tujuan kita satu-satunya adalah pertemuan indah dengan sang Kekasih Sejati.

Selamat menikmati dan memasuki keindahan ayat-ayatNya.

Salam kasih,

Innuri Sulamono

UCAPAN TERIMA KASIH

- Untuk bapak ibu yang sudah berpulang, bapak Joko dan ibu Sumi, semoga cinta kalian yang aku teruskan, terus bersambung hingga waktu tak ada lagi
- Untuk mas Hary, suami tercinta, pemberi semangat hidupku, pendukung utamaku
- Untuk anak-anak, menantu dan cucu pengukir ceria hari hariku, Aden, Zeli-Gandung-Elonio, Insan dan Alnifolia.
- Untuk para guru spiritual yang sangat aku hormati, Eyang Syamsul'alam, ustadz Virien, pak Sonnie Wicaksono, dan para sahabat seperjalanan di grup WA School of Life yang tidak bisa aku sebutkan satu per satu.
- Sahabat yang sudah mengijinkanku untuk aku publikasikan kisahnya, mbak Jeti, pak Isnov, mbak Ati Prasojo, mas Nur, mbak Upik Surono, mbak Agnita, mbak Shanti, pak Achmad Muzanni dan yang lainnya yang mungkin terlewat aku sebutkan namanya.
- Guru spiritual yang tak pernah aku temui dan tidak pula aku kenal langsung, pak Irmansyah Effendi, pak Erbe Sentanu, Dr Ihaleakala Hew Len.

- Sahabat *facebook*-ku yang selalu mendukungku dengan memberi like dan komentar setiap kali aku bagikan tulisanku di blog, aku tidak bisa menyebutkan satu-satu karena saking banyaknya. Semoga persahabatan kita selalu indah.
- Sahabat Innuri yang telah merelakan fotonya walau kita hanya kenal di dunia maya dan belum pernah bertemu sekalipun, mas Dody Fathoni, mas Indra Sastrawan.
- Sahabat Innuri yang sudah rela komentarnya aku publikasikan, mbak Rini Wulandari, mbak Alexandra Ika, pak Sonnie.
- Sahabat Innuri pengikut setia blogku yang selalu aku panggil ‘Allah lovers’, semoga kita akan bertemu dengan cinta sejati kita, Allah yang selalu kita rindui.
- Koes plus, yang lagu-lagunya telah mengiringi selama aku mengerjakan buku ini. Semoga mas Yon, mas Mury dan mas Tony Koeswoyo mendapat tempat terindah di sisiNya dan yang tertinggal mas Yok Koeswoyo dan mas Nomo Koeswoyo selalu diberi kesehatan dan tetap semangat menginspirasi kita semua.
- Berbagai fiyah yang terlibat dalam pembuatan buku ini yang tidak bisa aku sebutkan satu per satu, semoga Allah membala dengan lebih indah atas segala keindahan yang kalian suguhkan.

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	4
UCAPAN TERIMA KASIH	6
DAFTAR ISI	9
PROLOG : BUNGA YANG BERAYUN SEPERTI KEPAK SAYAP KUPU KUPU	13
BAB I : AWAL MENEMUKAN ENERGI MURNI ALAM SEMESTA	19
BAB II : MENYIAPKAN PERBEKALAN DIRI	25
• Pasrah Sejak dari Awal	30
• Biar Beda dengan Monyet	33
• Menjalin Keterhubungan Hati dengan Allah ..	36
• Meniadakan Aku Mendominankan Allah ..	39
• Melepaskan Diri dari Belenggu Sebab	41
• Memilih Tuhan	43
• Ruangan Kosong yang Penuh Keajaiban	45
• Petunjuk Itu Seperti Apa?	48
• Mencermati Tindakan	50
• Melepas Kemelekatan	52
• Terkotak Dalam Aku dan Kamu	56
• Rahasia Doa yang Makbul	58
• Mengurangi Dominasi Pikiran	60
• Memasrahkan Emosi Negatif	62
• Kekuatan Diam	63
• Antara Berbicara dengan Pikiran dan Hati ..	67
• Membawa Kedamaian di Hati	68
• Berdoa Versi Hati	71
• Doa Terindah	75
• Membiarakan Kasih SayangNya Bekerja	76

• Ajaibnya Doa yang Tidak Egois	78
• Memandang dengan Cara Allah Memandang	80
• Menunggu Allah Berkehendak	82
• Antara Menggenggam dan Melepas	84
• Sang Maha Ibu	86
• Senyum Menuju Hati	89
• Hidup Dimanakah Kamu ?	91
• Pembicaraan Tubuh	96
• Pertemuanku dengan “Lotus Sutra”	100
BAB III : PEMBERSIHAN DIRI DENGAN	
HO'OPONOPONO	107
• Keajaiban Berawal dari Cinta Kasih	109
• Memperbaiki Apapun dengan Cinta Kepada	
Tuhan	111
• Dua Cara Menjalani Hidup	115
• Tentang Ho'oponopono	117
• Antara Dosa , Kesalahan dan Program Bawah	
Sadar	120
• Mengho'oponoponoin Masalah	123
• Melepaskan Ego	127
• Mengelola Ego	129
• Karnaval Kesalahan	131
• Bagaimana Mengho'oponoponoin Orang	
Lain?	133
• Mengho'oponoponoin Orang yang	
Menzalimi	136
• Penyembuhan Diri Sendiri dengan Cinta	138
• Ho'oponopono untuk Sakit Berat	140
BAB IV BAGAIMANA MEMASUKI MEDAN ENERGI DAN	
MENYALURKANNYA	143
• Untuk Apa dan Siapa?	148

• Berapa Lama Proses Penyaluran Energi Dilakukan?	157
• Apa yang Dikerjakan Energi Murni?	159
• Mengkombinasikan Terapi Energi dengan Pengobatan Lain	161
• Bijak Dalam Menyalurkan Energi	162
BAB V ENERGI MURNI DAN TENAGA DALAM	167
BAB VI BEBERAPA KISAH PENGGUNAAN ENERGI MURNI	175
• Pengalaman Menangkal Sihir dengan Energi Murni	176
• Menangkal Sihir dengan Kekuatan Ikhlas	178
• Saat Alam Memilih Waktunya	183
• Memperbaiki Pengelihatan dengan Energi Murni	187
• Dokter Astral	190
• Mengatasi Susah Tidur dengan Energi Murni	195
• Etika Meminta	196
• Apa Yang Membuatmu Takut?	199
• Berasa Menjadi Malaikat Rahmat	202
• Bebek Goreng Berbumbu Ikhlas	204
• Sakit Pinggang Mbak Ati	207
• Mendampingi Pasien Kanker	215
• Mengurai Sebuah Kasus Pembunuhan	220
• Cairan Tubuh yang Terlalu Asam	228
• Esophagus yang Menyempit	232
BAB VII PENUTUP	235
TENTANG PENULIS	237

*Buku ini
adalah
persesembahan cinta
untuk
Sang Maha Cinta*



PROLOG

***BUNGA YANG BERAYUN
SEPERTI KEPAK SAYAP KUPU-KUPU***

Kamis, 09 Desember 2010

Aku pernah dibawa terbang, ke sebuah taman bunga yang berada antara hangat dan sejuk, dengan cahaya yang terangnya tidak menyilaukan dan tidak pula panas, dengan kolam yang berair jernih, dan bunga-bunga yang berayun seperti kepak sayap kupu-kupu. Indahnya membuat ingin seterusnya berada disana.

Itu semua kualami saat berbaring di rumah sakit beberapa tahun yang lalu, kena demam berdarah, dengan trombosit yang rendah sekali sampai harus transfusi darah. Tubuh lemah dan tidak boleh banyak bergerak, apalagi turun dari tempat tidur. Suamiku menunggu dengan setia, siang malam.

Mengingat itu semua membuatku menitikkan air mata, betapa elok caranya menghiburku, membuatku semakin merindukanNya. Mengingat itu semua membuat semakin bertambah-tambah imanku, betapa Maha Kuasa Dia menciptakan keindahan yang tak terbayangkan oleh kita. Ingat bagaimana surga dilukiskan sebagai sesuatu yang tak pernah terpikirkan oleh manusia keindahannya.

Allah, aku percaya akhirat, surga dan neraka. Rasanya aku tak punya masalah dengan imanku, hingga pada suatu kesempatan berbincang dengan Bapak Kiai di pondok pesantren Tirtoyudo.

Beliau masih muda, tapi pembawaannya langsung menyiratkan '*bobot*'nya, apalagi saat beliau berbicara. Saat beliau bicara tentang tauhid, membuatku jadi bertanya pada diriku sendiri, " Sebenarnya sudah berimankah aku?" Panjang lebar beliau berbicara dengan kami berdua, aku dan suamiku, tentang tauhid.

Salah satu yang kuingat adalah,"Orang yang tauhidnya benar, dia tak pernah menghina orang lain, meskipun hanya di dalam hatinya. Bahkan kepada seorang gelandangan yang makan dari tempat sampah pun, hatinya tunduk, kita tidak tahu, mungkin orang itu adalah orang yang dekat dengan Allah", kata beliau. Lalu aku dibuat terpana oleh penuturan baliau dalam menafsirkan beberapa ayat Al-Qur'an dan menghubungkan antara ayat yang satu dengan yang lain, aku merasakannya sebagai penafsiran yang sangat dalam dan tidak biasa.

"Hati orang yang tauhidnya benar itu tunduk, *ndingkluk* (beliau mengisyaratkan dengan tangannya yang tertekuk di pergelangan), begini di hadapan manusia. Jangan sampai hati kita menyimpulkan atau mengomentari sesuatu hal yang ada di depan mata kita, hanya Allahlah yang tahu hakekatnya ", lanjut beliau.

"Kekasih-kekasih Allah itu tersebar di masyarakat, tidak harus kiai, jangan sampai kita mempunyai hati yang jelek kepada mereka, bisa *kewales* (mendapat balasan Allah) kita ".

Pulang dari pondok di Tirtoyudo itu perasaanku sungguh tidak karuan, gelisah. Betapa bertaburan dosa dan kesalahanku. Aku suka memandang rendah orang lain, aku suka sinis bila ada peminta-minta yang datang membawa map, apalagi orang yang meminta sumbangan dengan cara bershalawat dan berdzikir dari dalam mobil sementara anak buahnya berjalan dari rumah ke rumah membawa kotak sumbangan. Padahal suamiku suka mengingatkanku dengan mengatakan, "Dik, yang membawa mereka ke hadapan kita adalah Allah".

Aku suka memarahi karyawan yang tidak paham-paham dengan tugas yang aku berikan padanya, padahal bukan pilihan dia untuk tidak mudah memahami.

Bila kita yakin bahwa dibalik semua kejadian adanya dengan ijinNya, dibalik semua perilaku orang adalah Allah, maka mengapa kita mencela skenarioNya. Mungkin inilah salah satu yang harus kupahami dan aku juga mesti lebih meluaskan hati dengan menyayangi dan mendoakan mereka.

Ustadz Virin bilang padaku,"Allah sudah mengajari bunda lewat rasa, setelah sebelumnya lewat berbagai peristiwa dalam hidup ".

Meski jatuh bangun, ingat dan lupa lagi, kucoba memahami maksud Kiai tentang tauhid yang benar. Pernah aku merasakan bahwa tauhid itu adalah suatu rasa yang indah, saat dimana tidak ada yang lebih berarti bagi kita selain Allah, tidak manusia, apalagi uang dan materi.

Aku rasakan bahwa jalan menuju tauhid adalah jalan yang Dia ciptakan untuk hamba yang dipilihNya, hanya kemurahanNya yang membuat orang bertauhid, bukan karena usahanya. Perasaan seperti ini indahnya melebihi bahagia. Makanya kita berdoa di setiap shalat, membaca al Fatihah, memohon petunjuk dan pimpinanNya.

Ingin taman bunga yang berada antara sejuk dan hangat, dengan kolam yang berair jernih, dengan bunga yang berayun seperti kepak sayap kupu-kupu, itu hanyalah sebuah tempat, jangan aku merasa puas hanya karena pernah berada disana, atau terpesona oleh sebuah

tempat. Merasa sudah disayang Allah, padahal masih jauh perjalanan tauhid yang harus ditempuh.

Bapak Syamsul Alam almarhum pernah mengajariku, bahwa dalam perjalanan keimanan seseorang ada *maqam-maqam* tertentu, atau stasiun-stasiun, kita bergerak dari stasiun satu ke stasiun berikutnya seiring dengan naiknya nilai keimanan kita, hingga bertambah dekat dengan tujuan kita yaitu Allah. Saat itu aku hanya memahami, tapi belum merasakan betapa indahnya *pemandangan* di stasiun-stasiun itu dan betapa semakin indah saja *pemandangan* saat kita semakin dekat dengan tujuan kita, Allah. Tapi bagaimana jua indahnya pemandangan-pemandangan itu, tetaplah bukan tujuan.

Jangan terpesona dengan keindahan yang kita lihat di sepanjang perjalanan menujuNya, jangan lalai dan jangan mudah dipalingkan dari Allah, karena keindahan abadi hanyalah berada di sisiNya saja, bersamaNya, berada dalam limpahan kasih sayangNya terus menerus.

*Jangan terpesona dengan keindahan
yang kita lihat
dalam perjalanan menujuNya.*

*Keindahan abadi hanyalah
berada di sisiNya
dalam limpahan kasih sayangNya
terus menerus.*



BAB I

AWAL MENEMUKN ENERGI MURNI ALAM SEMESTA

Energi Murni Alam Semesta

Minggu, 10 April 2011

Seringkali bila Allah menginginkan anugerah yang besar untuk hambaNya, maka diujinya terlebih dahulu. Itulah yang terjadi padaku saat itu hingga akhirnya aku bisa mengolah *energi murni alam semesta*, begitu aku menyebutnya.

Kejadiannya di tahun 2008. Saat aku mendapat cobaan yang luar biasa berat, bak diombang ambingkan gelombang dan badai. Insan -anakku yang ketiga- sakit yang *medispun* tak menemukan penyakitnya, dan rasanya aku juga 'kehilangan' dia. Berbulan-bulan aku merawat Insan yang kadang sembuh dan kadang kambuh, bukan hanya menguras tenaga, tapi juga perasaan dan pikiran. Bila diceritakan itu bisa jadi satu buku kisah misteri.

Saking beratnya cobaan, aku akhirnya pasrah, banyak mendekatkan diri pada Allah, banyak berdzikir.

Saking banyaknya berdzikir, rasanya kalimat-kalimat dzikir itu sudah menyatu dengan diriku. Allahpun rasanya menghadiahi aku perasaan ikhlas, menerima tanpa mengeluh, bahkan bersyukur. Aku menjadi ahli dalam mencari celah-celah yang bisa disyukuri di tengah-tengah cobaan yang berat itu.

Apakah Allah menghendaki aku untuk menjadi seputih alam semesta? tanpa emosi, menerima apapun yang ditakdirkanNya dengan rela, selalu berbaik sangka padaNya hingga tiada kesedihan. Yang diinginkannya hanyalah mematuhi Allah. Bila demikian, aku akan melakukannya dengan penuh harapan akan kasihNya
(catatan 26-1-2009)

Awalnya aku menemukan *energi alam semesta*, pagi-pagi di rumah ibu mertua di Ngawi. Aku berada di sana karena Insan yang masih sakit minta pindah sekolah ke Ngawi, dan aku mendampinginya saat ujian akhir SD.

Pagi-pagi belum terang benar, aku duduk di teras setelah selesai menyapu, aku berdzikir dengan dzikir pagi *subhanallah wabihamdi subhanallah haladzim astaghfirullah*. Aku tenggelam dalam kenikmatan dzikir, dan merasakan diriku memasuki pusaran energi alam semesta, perlahan-lahan aku merasakan tanganku terasa hangat, seperti menggenggam segumpal energi. Akupun mencoba 'mempermainkan' energi itu.

Aku melihat alam semesta begitu putih dan kuat, tapi juga begitu lembut, tanpa emosi, datar dan luuuuassss....Kita adalah bagian dari energi murni alam semesta. Untuk memanfaatkan energi itu, cukup dengan menyelaraskan diri dengan alam, meminta dengan nama Allah energi mereka untuk membantu kita, dan menyalurkannya ke mana saja kita kehendaki.

Siang setelah aku 'menemukan' energi itu, Insan terjatuh dari pohon mangga di depan rumah, untungnya tidak terlalu tinggi, tapi membuat kakinya tidak bisa berjalan normal dan mengeluh sakit. Aku lalu memanggil tukang pijat langganan ibu yang rumahnya tak jauh dari sini, tapi kaki Insan tidak bisa sembuh juga. Akupun mencoba ketrampilan baruku, tak kusangka Insan bisa berjalan normal dengan transfer energi. Tapi ya harusnya setelah ditransfer energi, kakinya dipakai istirahat dulu hingga benar-benar pulih. Insan malah dipakai lari-lari, ya dia mengeluh sakit lagi dan minta ditransfer energi lagi.

Setelah kucoba pada Insan, esok paginya aku sakit kepala dan sembuh dengan transfer energi. Sejak itu aku memanfaatkannya untuk keluargaku, dan sering juga aku gunakan untuk teman yang sedang dalam masalah kesehatan tanpa mereka ketahui.

Pernah pembantuku sakit kepala di rumahnya, aku transfer energi dari jauh, besoknya dia bilang bisa bangun dengan segar dan bisa mengerjakan pekerjaan rumah tangga.

Pernah juga ustaz Virien mengeluh sakit dan lemah, padahal aku membutuhkan bertemu dia. Aku transfer energi, alhamdulillah dia bisa sehat dan bersepeda motor sejam untuk menemuiku!

Energi murni alam semesta itu bisa mengusir energi jahat (guna-guna, sihir dll) tanpa mengalahkan mereka. Karena sifatnya yang putih suci, kuat tetapi halus lembut, secara otomatis membuat energi yang berlawanan dengan sifatnya akan menyingkir dengan rela dan dengan sendirinya (catatan 7-1-2009)

Untuk mencoba merasakan energi murni alam semesta ini dimulai dari hati yang bersih, ikhlas, pasrah. Setelah sholat lima waktu atau beribadah bagi yang non muslim, cobalah menyelaraskan diri dengan alam semesta, merasakan kemurnian energi, menyerokan diri, memunculkan sifat tunduk patuh tanpa banyak alasan di hadapan Allah, karena begitulah sifat alam semesta, tunduk patuh. Diri kita secara otomatis jauh dari sifat dan selera rendah.

Energi murni alam semesta itu sifatnya memperbaiki, membangun, memulihkan, menormalkan, menetralkan.

Berdasarkan pengalamanku, dia tidak bisa 'membunuh' atau 'mematikan'. Contohnya untuk sakit yang ditimbulkan oleh virus dan bakteri, seperti batuk atau diare, energi ini tidak bisa digunakan untuk membunuh kuman dan bakteri. Dia hanya membantu memberi kekuatan tubuh, agar tubuh sendirilah yang memunculkan kekebalannya.

Kadang juga proses penyembuhan membutuhkan syarat tertentu, misalnya kondisi pasien harus tenang, makanya saat transfer energi dilakukan, sebaiknya pasien dalam keadaan berdzikir dan posisi tubuh dalam keadaan rileks. Setelah proses transfer energi dilakukan, kadang-kadang dibutuhkan istirahat yang cukup untuk membantu proses penyembuhan.

Setelah kita bisa merasakan energi murni alam semesta, untuk mentransfernya ke orang lain, cukup dengan niat di pikiran kita. Bila kita sudah menyatu dengan alam semesta, energi ini seperti teman kita yang begitu memahami kebutuhan kita untuk membantu sesama. Biasanya kalau aku menstranfer energi untuk anak-anakku yang jauh di Bandung dan di Yogyakarta, aku 'menitipkannya' pada 'teman-temanku' di Bandung dan Yogyakarta, aku meminta mereka memberikan energi untuk anak-anakku sesuai yang mereka butuhkan. Energi pun mengalir sesuai permintaanku. Energi murni alam semesta itu teman yang teramat baik, dia bisa kutitipi orang-orang yang kusayangi, maka mereka akan menjaga dan menyayangi orang-orang yang kucintai karena Allah.

Bukan hanya saat sakit saja aku memanfaatkan energi murni alam. Saat perasaanku sedang tidak enak, aku biasa

mengeliminasinya, seolah menguapkannya, sedang alam akan *menetralisirnya*. Biasanya perasaanku segera menjadi tenang dan tanpa beban.

Begitupun saat aku mengkhawatirkan orang-orang yang kusayangi yang sedang jauh dariku, aku akan menitipkan mereka pada alam untuk dijaga keselamatannya dengan ijin Allah. Sunguh, alam adalah teman yang teramat baik dan juga teman yang bisa dipercaya.



BAB II

MENYIAPKAN PERBEKALAN DIRI

Bagaimana mempersiapkan diri agar dengan mudah bisa mengakses energi murni alam semesta?

Seperti yang aku ceritakan saat awal menemukan energi murni alam, yang bisa dilakukan adalah mempersiapkan batin kita agar bisa selaras dengan sifat energi murni alam semesta. Energi yang sifatnya suci, putih, penuh kasih, ikhlas, hanya bisa diakses dengan hati yang juga suci, bersih, penuh kasih dan ikhlas pula.

Maka dari itu di dalam ajaran agama, kita diperintahkan untuk memaafkan, tidak berprasangka buruk, tidak mudah marah, tidak boleh benci atau dendam, membalaaskan kejahatan dengan kebaikan. Semua itu untuk kebaikan diri kita sendiri. Segala emosi negatif, sebaiknya kita mohonkan ampunan kepada Allah dengan cara memasrahkan semua itu kepadaNya dan memohon dibantuNya untuk membersihkan itu semua.

Menyadari bahwa diri ini hanya manusia lemah, kita sendiri tak bisa mengendalikan hati kita karena hanya Allah yang berkuasa atas keseluruhan diri kita. Sering kita ingin menjadi baik, menjadi lebih sabar dan tidak mudah marah, tapi lihat kenyataannya, kita masih suka melanggar keinginan kita sendiri. Untuk kasus sekecil itu saja kita tak kuasa atas diri kita sendiri, maka kita perlu selalu dan selalu memohon pertolonganNya. Hanya Allah yang menggenggam hati dan pikiran kita, hanya dengan memasrahkanNya, kita akan dituntunNya menjadi pribadi yang lebih baik.

Kabar baiknya, saat ini semakin banyak ‘tool’ untuk pasrah dan ikhlas, sehingga kita semakin mudah mendapatkan percepatan spiritual dengan hanya *nge’klik*’

saja. Bila di masa lalu, leluhur kita perlu menjalani berbagai puasa, bertapa berhari-hari, untuk mendapatkan pembersihan dalam dirinya, kini kita bisa melakukannya dengan bermodalkan *wifi* numpang di warung atau paket data duapuluhan ribuan ... *hahaha*.

Beberapa '*tool*' untuk pasrah dan ikhlas itu antara lain *audio brainwave management* yang bisa dengan mudah didengarkan dari youtube. Yang menjadi favoritku adalah '*quantum ikhlas music*'. Pertama kali mengenal audio ini dari buku Quantum Ikhlas-nya pak Erbe Sentanu. Mendengarkan audio ini sambil memasrahkan segala persoalan, bisa dengan ajaib mengantarkan kita pada perasaan menyatu dengan alam semesta. Lebih disarankan lagi dengan mempelajari bukunya. Walau dari hasil pengamatanku pada beberapa sahabat, tidak semua yang memakai *tool* ini bisa berhasil, tergantung niat dan kejadian di dalam batin seseorang, Tapi bagiku audio ini luar biasa membantu, kalian bisa mencobanya dan melakukan rutin sekurangnya selama 40 hari berturut-turut agar mendapatkan hasil yang maksimal.

Ada lagi *tool* lain yang bisa ditemukan di youtube, kali ini berupa audio yang mengandung kata-kata dengan latar belakang musik, judulnya 'Doa Buka Hati' dari pak Irmansyah Effendi, yang biasa disingkat DBH. Mendengarkan doa buka hati secara rutin selama sekurangnya 2 bulan berturut-turut, bisa membersihkan segala kotoran dan emosi negatif. Silahkan mencoba atau ikuti pelatihannya.

Kedua *tool* yang aku sebutkan tadi juga memberi pelatihan, pak Erbe Sentanu lewat Katahati Institute, pak

Irmansyah Effendi lewat Padmajaya. Innuri sendiri tidak pernah mengikuti kedua pelatihan itu atau pelatihan sejenisnya, jadi tak banyak yang bisa aku ceritakan. Aku cuma kenal baik dengan kedua orang hebat itu, sementara pak Erbe dan pak Irman gak merasa kenal aku ... *hahaha...*

Tool ketiga yang hendak aku ceritakan ini adalah yang paling sering aku lakukan, yaitu ho'oponopono. Sebuah teknik memasrahkan diri dan persoalan kepada Tuhan yang berasal dari Hawai. Tehnik ini juga ada musiknya, coba saja cari di youtube dengan mengetik "ho'oponopono song". Aku suka mendengarkan lagu ini sambil mengerjakan aktivitas sehari-hari, aku juga suka menyanyikan lagunya dengan suara merduku yang mendayu-dayu ... *hihihi*, penonton dilarang tertawa. Menyanyikan lagu ini sambil memasrahkan sebuah persoalan, sungguh sebuah cara mudah dalam berdoa, enak dilakukan, orang yang mendengar kita nyanyi tidak menyangka bila nyanyian ini ditujukan kepada Tuhan dan merupakan doa unik dalam memasrahkan persoalan.

Banyak pembacaku melakukannya dan mendapatkan hasil yang ajaib. Karena ceritanya cukup panjang, baiknya aku ceritakan dalam bab tersendiri khusus mengenai ho'oponopono.

Banyak lagi *tool* lain yang bisa kita dapatkan dari internet, yang prinsipnya mengelola gelombang otak untuk tenang, agar hati bisa menemukan kedalaman rasa. *Tool* ke empat yang juga aku gunakan adalah mendengarkan music "*Lotus Sutra*" yang merupakan lagu dari mantra dalam Bahasa Sansekerta yang ditujukan untuk pemurnian

pikiran (*Purity of Mind*) agar kehidupan menjadi sempurna di hadapan Tuhan.

Di grup “*School Of Life*”, ada audio meditasi dengan narasi terjemahan doa iftitah dan al fatihah hasil karya mbak Inez yang bersuara merdu. Doa iftitah dan al fatihah merupakan doa untuk membuka hati kita juga, jadi bisa kita pakai meditasi dengan mengucapkannya di lisan, di hati atau dengan mendengarkan lewat audio. Kalau mau audionya, silahkan merekam sendiri yaaa ... *hehehe*.

Dalam bab ini aku pilihkan beberapa tulisan ringan yang bisa dipelajari guna menyampaikan kita pada ikhlas, pasrah, niat yang benar, hati yang bersih dan terisi cinta kasih.

Pasrah Sejak dari Awal

Rabu, 17 April 2013

Rupanya ada yang bingung dengan tulisanku di 'Biar Beda Dengan Monyet', soal pasrah. Ini aku mau bahas lagi yang lebih pelan-pelan ... hehehe.

Gini kan orang pada umumnya bilang, "Usaha dulu secara maksimal, hasilnya pasrahkan Allah".

Kalau Innuri bilang, "Pasrah itu sejak awalnya, prosesnya hingga akhirnya".

Baiklah, kita bikin kata-kata yang lebih khusus:

" Kalau kamu ingin lulus sekolah, ya belajarlah sungguh-sungguh, hasilnya pasrahkan pada Allah "

Nah, amati 'pergerakan' kalimat di atas: yang pertama adalah lulus sekolah (keinginan), yang kedua adalah belajar sungguh-sungguh (proses) lalu pasrahkan Allah (hasilnya).

Nomer satunya adalah keinginan *lulus sekolah*, ini yang aku bilang bergerak karena sesuatu selain Allah / makhluk. Setelah itu kita menjalani prosesnya (belajar) lalu memasrahkan hasilnya pada Allah.

Coba bandingkan dengan kalimat ini:

" Allah lah yang menyuruh kamu belajar, makanya kamu sekolah, kalau lulus nanti akan lebih maksimal dalam mengabdi kepada Allah "

Sekarang renungkan kalimat di atas, beda bukan dengan kalimat yang pertama? Disini yang membuat kita bergerak adalah Allah, walaupun yang dilakukan sama, pergi sekolah, belajar, menempuh ujian dan lulus.

Ketika wisuda, sama-sama memakai toga dan disalami oleh Kepala sekolah atau Rektor, dan berfoto dengan bahagia diapit kedua orang tua ... (iiih, aku mendambakan saat seperti ini dengan Aden, Zeli dan Gandung)

Banyak kalimat yang tersebar di masyarakat yang musti hati-hati kita terima, contohnya :

"Jangankan lulusan SMA, sarjana saja banyak yang nganggur", ... nah bukankah ini sebuah contoh bahwa tujuan sekolah itu untuk mendapatkan pekerjaan?

Bergerak karena ingin memperoleh pekerjaan, sedangkan pekerjaan itu sesuatu selain Allah atau disebut juga makhluk. Ini bahaya buat iman anak-anak kita dan iman kita sendiri.

Begitu pula dengan bekerja mencari nafkah, kebanyakan orang bekerja ya untuk mencari uang dan dengan uang itu kita memenuhi kebutuhan keluarga dan membiayai sekolah anak-anak, membeli rumah, mobil dan lain lain. Berapa hasil usaha kita itu, cukup atau tidak cukup, kita pasrahkan Allah, yang penting sudah berusaha.

Kalau kata Innuri sih, Al Qur'an tidak pernah menyuruh orang bekerja untuk mencari uang dan lain lainnya itu. Al Qur'an mengajari kita agar bekerja untuk keridhaan Allah dan bersyukur kepadaNya.

Orang yang berfokus pada keridhaan Allah, gak perlu dipusingkan dengan kebutuhan yang banyaaaaak itu, karena yakin akan jaminan Allah akan rejekiNya, seperti yang tertulis di Al Qur'an bahwa Allah yang menjamin rejeki makhlukNya. Urusan rejeki ini bukan urusan kita, tapi urusan Allah, jadi jangan sompong dan mengambil alih urusan yang menjadi haknya Allah. Jadi semestinya

sejak awal kita sudah memasrahkan hidup kepada Allah, proses yang dijalani (bekerja) juga kita persembahkan sebaik-baiknya kepada Allah, hasilnya pasrah dan bersyukur.

Kedua jenis orang ini secara lahiriahnya sama saja, setiap hari bekerja dan memperoleh uang, dan dengan uang itu dia memenuhi kebutuhan diri dan keluarganya dan berjuang di jalanNya. Yang membedakannya pola pikirnya, dan tentu saja hasilnya berbeda. Coba saja rasakan, bila dulu bekerja untuk mencari uang, mulai sekarang bekerja untuk keridhaan Allah dan menjalankan pasrah sejak awalnya.

Bagi yang sudah menjalani pasrah sejak dari awalnya, pasti bisa merasakan betapa damainya bila dibandingkan dengan sebelumnya. Pasti juga bisa merasakan hasilnya yang amat luar biasa, seperti Innuri bilang, enakan mana berusaha keras untuk membeli mobil atau berusaha mendekati sang pemilik pabrik mobil yang amat murah hati, yang selalu memberi mobil kepada orang yang dekat dengannya?

Biar Beda dengan Monyet

Selasa, 16 April 2013

"Pasrah iya, tapi usaha itu ya harus. Masak ada orang yang *dieeem* saja, *trus* mendapat apa yang diinginkannya. Ibarat ingin beras ya tanamlah padi, ingin jagung ya nanam jagung ", gitu kata seorang saudaraku ketika aku bilang:"Aku pasrahkan Allah saja".

Saat itu kami ngobrol masalah anak-anak. Dia melihat aku membiayai 3 anak kuliah, 1 SMA dan 1 SD, mungkin kelihatannya berat banget, padahal biasa saja, ya seperti kubilang tadi, karena aku pasrahkan sama Allah. Banyak orang yang berpikir pasrah itu diam, bagaimana pasrah menurut kalian sahabatku?

Walaupun aku sudah sering membahas masalah pasrah dan usaha menurut tuntunan Allah dalam al qur'an, aku jadi tergelitik untuk membahasnya lagi gara-gara ucapan saudaraku ini.

Jadi menurut anggapan banyak orang, kalau kita ingin sesuatu, berusahalah lalu pasrahkan hasilnya pada Allah. Begini 'kan?

Ya, begitulah kalau kita berpikirnya materi, ingin beli baju ya usaha, dapat uang lalu beli baju di pasar atau di butiknya aku ... (*ehm*), gak ada orang *dieeem* saja lalu *plug* dapat baju jatuh dari langit. Begitu 'kan?

Ingin makan pisang ya usaha manjat pohon pisang, petik yang mateng lalu dimakan, urusan nanti dapat pisangnya manis atau sepat itu pasrah saja, atau diteriaki yang punya pohon, ya pasrah saja, yang penting sudah usaha manjat dan metik ... haha ... monyet dong kita?

Jadi kalau kita bergeraknya (baca: usahanya) karena makhluk (contohnya pisang) ... kita gak beda jauh dengan monyet. Bedanya tipis saja, kita pakai baju, monyet nggak.

Jadi jangan bergerak karena makhluk.

Kalau menurut Innuri, jangan hidup untuk keinginan yang membuat kita menjalani hidup dengan usaha-usaha keras meraih keinginan itu.

Jadi, sejak awal pasrah dulu, pasrah hidup untuk Allah, hiduplah untuk mengabdi pada Allah. Segala usaha dan keinginan tunduk dalam pasrah kepada Allah.

Pasrah itu sejak dari awalnya, prosesnya hingga akhirnya...

Soal usaha, bila yang dimaksud usaha itu bekerja, Al-Qur'an mengajari bahwa Allah menyuruh kita bekerja untuk mencari keridhaanNya dan untuk bersyukur kepadaNya, bukan bekerja untuk mencari uang, untuk membiayai sekolah anak-anak, untuk beli baju, untuk bikin rumah, untuk beli mobil. Keinginan yang diajarkan di Al Qur'an adalah keinginan untuk meraih ridha Allah.

Bagaimana dengan urusan dunia yang banyak ini? Aku dengan urusan butiknya, sahabatku ada yang punya bisnis *frozen food*, suamiku dengan kebunnya, sebagian orang jadi guru, karyawan, musisi, artis dan lain-lain. Dalam pekerjaan-pekerjaan itulah kita berusaha meraih ridhaNya. Persembahkan saja pekerjaan yang kita lakukan kepada Allah dengan jalan melakukannya dengan penuh tanggung jawab sesuai petunjuk di Al-Qur'an. Jadikah

pekerjaan kita ladang ibadah, tempat kita mengabdi kepada Allah, untuk mendapatkan ridhaNya.

Bagaimana dengan keinginan? *Aaaah ... Innuri juga* pernah membahas bagaimana mengenali keinginan, munculnya keinginan karena nafsu atau karena Allah?

Bagaimana dengan kebutuhan yang banyak? Kebutuhan dapur, uang SPP anak-anak, uang saku mereka, uang arisan ibu-ibu, listrik, telepon, speedy *wah sak hohah* banyaknya. Kalau kita sudah bekerja untuk meraih keridhaan Allah, semua itu gak usah dipikirin *deh*, sudah dipenuhi olehNya, kita gak pakai pusing, kita pakai baju saja, masak pakai pusing? Kalau pakai pusing, ntar lupa gak pakai baju ... *hahaha*.

Al-Qur'an mengajari kita bagaimana memperoleh keridhaan Allah, karena bila Allah sudah ridha, apapun bisa kita peroleh, bukan hanya materi, ada kebahagiaan spiritual yang begitu susah digambarkan keindahannya, inilah yang tak terjangkau di pikiran orang-orang yang terbiasa berpikir materi, rugi *banget*, makanya Al-Qur'an suka menyebut 'orang yang merugi'.

Mau jadi orang yang merugi? *Nggaaaak !!!*

Menjalin Keterhubungan Hati dengan Kasih Sayang Allah

Rabu, 08 Maret 2017

Judulnya panjang ya dan susah untuk diperpendek. Boleh dishare gak pakai ijin pak Jokowi, pak Tito atau pak Gatot. Ada sahabat Innuri bertanya kasih sayang Allah itu seperti apa? Ketika pasrah dia masih mikir jangan-jangan yang terbaik menurut Allah adalah hal buruk yang dikhawatirkannya. Dan terjadilah hal yang dikhawatirkannya. Selalu begitu kejadiannya.

Untuk mengerti kasih sayang Allah maka hati kitalah yang belajar dan yang bisa merasakannya. Coba lakukan setiap bangun tidur menjalin keterhubungan hati dengan kasih sayang Allah. Caranya terserah masing-masing, bisa pakai doa membuka hati, bisa nyontek cara Innuri ini nih:

Setiap bangun pagi, baca doa bangun pagi pelan-pelan sambil dihayati, lalu rasakan segala yang bisa dirasakan sebagai kasih sayang Allah, hembusan nafas, keluarga yang sehat, bahan makanan yang tersedia di rumah, suara suara di sekeliling dan apa saja. Hayati semuanya dan ucapkan syukur yang terdalam, lalu tersenyumlah dengan lepas kepada hatimu sendiri, tersenyumlah kepada segala yang terpikir yang telah disyukuri, lalu tersenyumlah kepada Allah.

Setelah itu pasrahkan segala beban dan kewajiban kepada Allah. Katakan dengan lembut, "Ya Allah, aku tidak bisa tanpamu. Maka aku pasrahkan segala urusanku hari ini dan selamanya kepadaMu. Perkenankan temani aku, bimbing dan tuntun daku dalam kasih sayangMu".

Katakan dengan bahasa hatimu dan lepaskan satu per satu.

Setelah hati terkoneksi dengan Allah berjalanlah mengambil air wudhu dan shalat subuh. Bila berhasil , maka semuanya menjadi terlihat indah! Melihat air ngucur dari kran saja menjadi pemandangan yang menakjubkan, merasakan sentuhan air di kulitmu akan terasa sebagai kasih sayang Allah. Dan kegiatanmu seharian akan dituntun dalam keindahan dan kasih sayangNya. Dunia seperti menyambutmu.

Dan Allah masih memberi kesempatan *mensetting* ulang perasaan ini dalam shalat dhuhur , asar, maghrib dan isya. Shalat-shalat itu menjadi pertemuan cinta antara kita dan Allah. Untuk menguatkan lagi keterhubungan hati dengan kasih sayang Allah.

Maka ketika ada orang menanyakan kepadamu, kasih sayang Allah itu seperti apa? Kamu hanya bisa menjawabnya dengan air mata.

Ritual pagi yang aku ceritakan itu adalah cara sederhana untuk memasuki perjalanan ke dalam diri. Setelah itu juga keterhubungan hati dengan Allah sepanjang hari, sepanjang hidup ini.

Libatkan hati dalam setiap keputusan yang diambil karena hatilah yang bisa menangkap petunjuk Allah.

Ketersediaan solusi di otak amat terbatas, maka kita musti mengandalkan hati. Belajar 'berfikir' dengan hati, artinya kita memasrahkan dan sepenuhnya mengandalkan Tuhan dalam menemukan solusi. Bukan mencari solusi, tapi

menemukan, karena solusi itu sudah ada dan telah Allah sediakan di hati kita. Itulah maha kasih sayangnya Allah.

Bertahun-tahun kita melatih otak untuk semakin cerdas, dan sedikit waktu kita gunakan untuk melatih hati, padahal kekuatan hati lebih besar daripada otak. Maka sudah saatnya beralih strategi.

Rasakan dan pasrahkan, rasakan kasih sayangNya dan pasrahkan segala persoalan hidup kepadaNya.

Meniadakan Aku, Mendominankan Allah

Rabu, 08 Maret 2017

Pernahkah kita merasa berhasil melakukan sesuatu? Atau merasa kagum dengan pencapaian-pencapaian diri sendiri? Walau dibubuh dengan kata '*Alhamdulillah*', tetap ada yang kurang tepat di sini. Bahkan hingga detik ini aku masih kena perasaan seperti itu. Teringat kata pak Sonnie Wicaksono:"Kalau mau tahu dimana orang kafir itu, ngaca saja!" Bukankah orang yang merasa 'telah melakukan sesuatu' adalah orang yang menutupi dominasi peran Tuhan dalam dirinya. Menutup itu kafir namanya.

Pernahkah juga kalian begitu khawatir dengan kewajiban-kewajiban yang menghadang di masa depan? Takut tidak bisa menyelesaiannya, takut gagal, takut resikonya, dll. Itulah bila mengandalkan kemampuan diri sendiri, banyak khawatirnya. Tapi berharap Allah membantu juga kurang tepat karena Allah adalah Tuhanmu dan bukan pembantumu. Allah adalah Tuhan Yang Mengatur segala urusan, jadi yang tepat adalah memasrahkan urusanmu kepadaNya. Jangan tutup dirimu dari pertolonganNya dengan rasa khawatir.

Meniadakan aku berarti meniadakan rasa ini punyaku, ini hasil perjuanganku, ini hasil kerja kerasku, ini kepintaranku mengatur strategi, ini konsepku, ini *bla bla bla*-ku. Karena pada hakekatnya kasih sayang Allahlah yang berbuat lewat dirimu.

Mengijinkan Allah menggunakan dirimu untuk segala kebijaksanaannya di alam semesta. Merasa diri tak punya

apa-apa dan tak bisa apa-apa, hanya menjalankan rencanaNya.

Berhenti merencanakan sesuatu, menggantinya dengan memasrahkan rencana-rencana itu kepada Allah. Biarlah Allah memutuskan apa rencanaNya untukmu, yang pasti terbaca oleh hatimu saat kondisi pasrah.

Berhenti merasa khawatir, menggantinya dengan mempercayakan segala urusan kepada kasih sayang Allah. Allah itu dekat, saking dekatnya sampai kita tak bisa melihatNya.

Mendominankan Allah di pikiran, di hatimu, di hidupmu, merasa Allah selalu menemani dan menuntunmu. Inilah awal dimulainya perjalanan indahmu denganNya.

Tak ada yang boleh membebani pikiran dan hati, karena disana hanya boleh ada Allah saja.

"Itu terlalu sulit " - Kalau masih bilang begini, maka dia masih pakai konsep keakuan, belum pasrah.

Melepaskan Diri dari Belenggu Sebab

Minggu, 15 Januari 2017

Aku sering menuliskan ini, bahwa penyebab dari segala sebab adalah Allah. Allahlah satu-satunya sebab segala sesuatu mewujud dalam kehidupan. Tapi aku juga sering terpeleset meninggalkan nasehatku, terpeleset dan pingsan lalu nyadar lagi.

Contohnya aku sedang berencana, kalau rumahku di Graha Bandara laku, aku mau beli tanah di Bandung. Kalau dipikir ini *kan* rencana yang biasa saja dan bukan sebuah kesalahan. Tapi bagi orang-orang khusus, ini kesalahan besar.

Letak kesalahannya adalah, menjadikan 'rumah laku' sebagai penyebab dari 'beli tanah di Bandung'. Allah aku letakkan dimana coba? Diletakkan dalam doa agar rumahku cepat laku, lalu keinginan beli tanah segera tercapai? Allah hanya sebagai '*katalisator*' saja dong, bukan yang Maha Rencana, seolah Allah harus tunduk pada rencanaku. Padahal Allah Maha Perencana sekaligus Maha Kuasa mewujudkan rencana, tapi tanpa disadari telah meletakkan 'rumah laku' sebagai faktor penentu , yang seolah lebih kuasa dari yang Maha kuasa.

Makanya rumahku gak laku-laku dan aku bersyukur karenanya. Karena Allah selalu menunjukkan kuasaNya dan agar aku melepaskan diri dari segala sebab selainNya. Skenario Allah untuk menyadarkanku, bisa jadi rumahku laku tapi gak bisa beli tanah di Bandung. Ini *kan* jadi lebih pahit asam keasinan lagi ... *hehe*.

Jadi aku musti kembali ke Allah. Allahlah yang bisa mewujudkan keinginanku beli tanah di Bandung, caranya bagaimana terserah Allah. Pasrahkan keinginan.

Soal usahaku menjual rumah, ya sebaiknya aku lakukan karena Allah, karena petunjukNya begitu. Ketika pada akhirnya saat sudah bisa pasrah, aku memutuskan untuk tidak menjual rumah, ya berarti inilah petunjukNya. Soal beli tanah di Bandung ya biarlah Allah yang memutuskan, yang penting keinginan itu dipasrahkan Allah. Bisa jadi tak perlu menjual apa-apa untuk beli tanah di Bandung, karena Allah Maha Luas dalam memberikan rejekinya.

Setelah sadar dari pingsanku. Rasanya tuh merdeka banget hati ini, bisa lebih menikmati setiap proses hidup ini.

Ternyata sebab yang kita ciptakan di pikiran kita merupakan belenggu diri. Yang namanya belenggu pasti gak enak, membuat tidak bebas bergerak, terkurung dan terkungkung.

Setelah lepas dari belenggu sebab, terasa bahagia dan lepas.

Bagaimana dengan kalian? Adakah belenggu sebab yang kalian ciptakan di pikiran kalian? Yuuuuk hijrah rame rame.

Memilih Tuhan

Rabu, 08 Maret 2017

Dalam kuliah pak Sonnie di sebuah grup *whats app*, *School of Life*, sering ada kata-kata 'memilih Tuhan', sampai ada yang bertanya, apa sih maksudnya memilih Tuhan?

Memilih Tuhan adalah sebuah sikap hati untuk memasrahkan dan mempersesembahkan segala hal yang kita punya dan yang kita lakukan untuk Allah, Tuhan yang kita cintai. Menyediakan diri kita untuk digunakanNya, pasrah.

Karena Allah sudah menetapkan bagi diriNya kasih sayang, maka memilih Tuhan juga berarti memelihara sikap hati yang penuh kasih sayang. Karena itu semua tidak mudah dan tak bisa kita usahakan sendiri, maka kita juga wajib mengandalkan pertolongan dan kasih sayangNya. Kasih sayang Allah lah yang membuat kita paham dan sampai pada sikap hati memilih Tuhan.

Lawannya adalah memilih ego. Saat kita bertindak atau berkata-kata atas dasar pikiran dan logika kita, saat itu sebenarnya kita sedang memilih ego kita. Walau yang kita katakan benar menurut *versi* kita dan tujuannya juga benar *versi* kita lagi, bila itu bukan atas petunjukNya di hati, maka kita sedang memuja ego.

Maka perlu untuk 'tengok ke dalam' saat mau bertindak atau berkata-kata. Apakah posisi hati sedang berada di *zona* kasih sayang atau di *zona* ego.

Apapun yang berada pada kita, diri, keluarga,

kebahagiaan, termasuk masalah dalam hidup, semua harus dibiarkan memilih Tuhan, atau dipasrahkan seutuhnya.

Apapun bungkusnya, walau penuh kata-kata manis dan penuh sopan santun, bila sedang memilih ego, maka akibatnya pasti tidak baik, minimal tidak nyaman dirasakan hingga kondisi yang merusak tatanan. Bahkan ayat-ayat suci bisa jadi menakutkan bila diucapkan dan ditafsirkan dengan egonya alias tidak memilih Tuhan.

Mari kita amati pergerakan batin kita setiap saat. Bila memilih Tuhan, maka hati diliputi kasih sayang, rasa syukur dan bahagia, keindahan yang natural. Ijinkan diri ini dipakaiNya menjadi rahmat bagi semesta.

Ruangan Kosong yang Penuh Keajaiban

Minggu, 03 September 2017

Dear Allah lovers,

Rupanya banyak yang kangen aku menulis panjang-panjang di blog. Maka berbekal *minjem* lap topnya si ganteng, aku penuhi mimpi-mimpi kalian ... *hihi, lebay* ya Innuri.

Kemarin aku menulis tentang bagaimana mengubah keadaan dengan cara memelihara hati untuk selalu merasa tenang, yakin, damai dan bahagia karena kasih sayang Allah yang selalu melimpahi kehidupan.

Yang aku mau tulis sekarang kelanjutannya. Yaitu bagaimana menjadikan semua hal membaik dengan cara melepaskan atau memasrahkannya pada Allah.

Kedengarannya klasik, pasrah dan segalanya menjadi baik, tapi itulah satu-satunya cara. Melakukannya yang sulit, kata banyak pembacaku. Makanya aku tulis untuk lebih menjabarkan pemahaman dan mudah-mudahan kita semua bisa sampai pada kepasrahan total, gak *loading* terus dan muter-muter kayak *wifi lemot* ... *hahaha*.

Sejurnya aku juga masih belajar, jadi mari kita belajar ramai-ramai, eh.. sepi-sepi *ding*, kan gak perlu unjuk rasa atau bersorak sorai kayak supporter sepak bola... *hahaha*.

Yang pertama kali harus kita masuki adalah 'ruangan' kasih sayang Allah dan segala sifatNya yang Maha Baik. Perlu kita ajarkan kepada diri sendiri keyakinan bahwa Allah adalah segala-galanya, pemberi yang terbaik, pengasih yang Maha Kasih. Percayai semua itu, itulah namanya iman.

Ruangan kedua adalah ruangan yang kita kosongkan, ruang yang musti dengan sengaja kita kosongkan. Ruangan ini tadinya berisi keinginan, harapan, konsep, logika, barangkali disini juga ada kemarahan, penyesalan, kesedihan, dan banyak lagi.

Mengkosongkan ruangan hati dan pikiran dari segenap haru biru dan deru kehidupan. Mencerabut segala keinginan dan harapan dari segala obyek dan subyek lingkarannya kehidupan kita. Langkah ini tidak mudah, tapi bila sudah punya kesadaran diri bahwa perlu mengambil langkah ini, itu adalah sebuah kemajuan. Karena tidak mudah, mohon pada Allah untuk membantu kita melewati proses ini, hanya dengan pertolongan Allah kita akan bisa melaluinya.

Hanya dua langkah awal, lalu langkah selanjutnya lebih mudah, yaitu dengan menyediakan ruangan kosong itu untuk diisi kehendak Allah saja. Dan ketika kehendak Allah yang berlaku dan terjadi dalam kehidupan kita, semuanya menjadi menakjubkan.

Sudah. Mudah sekali bukan? Saking mudahnya sampai sulit dijelaskan kenapa hal semudah itu kok mendatangkan berbagai hal besar yang menakjubkan.

Kenapa banyak orang gagal pasrah?

- pada saat seseorang mempertahankan keinginan dan harapannya pada sesuatu, sebenarnya pada saat yang sama dia sedang meragukan Allah, seolah-olah dilanda ketakutan bahwa keinginan Allah adalah sesuatu yang buruk baginya.

- terlalu mengandalkan pikiran dan logikanya sendiri, sama saja menganggap bahwa dirinya adalah kebenaran, karena itulah Allah berlepas darinya.

Masih bertahan dengan ruangan yang penuh?

Atau mulai berbenah membersihkannya?

Kepasrahan itu mestinya seperti kepasrahan seorang bayi dalam buaian ibunya. Tak pernah si bayi meragukan sang ibu, atau tidak mempercayainya atau mencurigainya tidak becus merawat dirinya. Sedangkan Allah, kasih sayangNya tak bisa dibandingkan dengan seluruh ibu di dunia ini bila dijumlahkanpun.

Petunjuk itu Seperti Apa?

Kamis, 18 Mei 2017

Ada yang bertanya padaku seperti judul di atas. Apakah ketika di hati ada kecenderungan ingin melakukan sesuatu, berarti itu petunjuk Allah?

BEGINI SAHABAT.

Setelah memasrahkan hidup dan segala persoalan kepada Allah, pikiran jadi tenang, hati menjadi damai. Pada saat itulah hati siap menerima petunjuk Allah.

Bagaimana 'rupa' petunjuk itu? Pasti berbeda untuk masing-masing orang karena kondisi hati dan persoalan juga berbeda. Yang penting hati disiapkan untuk belajar. Kalau ada salah-salah sedikit dalam 'menerjemahkan' petunjuk itu tidak apa-apa, terus saja belajar.

Adakalanya petunjuk itu datang dari orang lain. Mungkin berupa nasehat atau orang yang datang membawa solusi atas persoalan yang sedang dihadapi. Kadang juga isyarat dari alam, misalnya hujan deras yang membuat tidak jadi pergi. Pada orang-orang yang telah terbuka hatinya, petunjuk Allah itu lebih jelas terbaca.

Petunjuk dari Allah pada orang-orang yang khusus, bisa berupa penglihatan hati, pendengaran hati atau kesimpulan hati. Penglihatan hati itu seperti melihat film, pendengaran hati ya mendengar sesuatu di hati, sedangkan kesimpulan hati yaitu tiba-tiba memahami sesuatu dengan baik. Tapi untuk petunjuk seperti ini harus bisa membedakan letaknya di hati sebelah mana, karena syetan juga bisa memberi petunjuk. Petunjuk Allah letaknya di kedalaman hati, sedangkan petunjuk syetan

letaknya di dinding hati. Petunjuk Allah sifatnya membuat damai, penuh kasih dan bahagia, sedangkan petunjuk syetan membuat perasaan ragu sampai galau.

Karena petunjuk Allah berada di kedalaman hati, maka hati musti dibersihkan dengan mohon dibantu Allah untuk membersihkannya. Hati harus disiapkan untuk belajar, caranya dipasrahkan Allah dan bersedia untuk diajari oleh Allah.

Ada hijab / penutup antara hati kita dengan petunjuk Allah. Hijab itu berupa rasa marah, dendam, benci, sakit hati, ujub, takabur, riya, konsep, logika dll. Maka bila hati kita tidak bisa menemukan petunjuk Allah, barangkali itu karena hijab yang terlalu tebal. Bagaimana cara menyingkap hijab tersebut? Ya dengan melakukan pembersihan terus menerus, memohon ampun, memohon bantuanNya dan bersedia untuk dibersihkan. Rajin melakukan meditasi agar hati semakin mudah mencapai kondisi hening.

Mencermati Tindakan

22 april 2017

Sampai juga di rumah setelah 4 hari ngelayap. Anak-anakku sampai bosan makan di warung, mintanya bikin *mie instant ... haha*. Tengah masak mie, si Alni teriak: "Ibuuuuk! kok wifinya gak bisa". Biasanya sih aku doain pakai ho'oponopono aja, tapi kali ini tidak. Aku tahu kesalahanku.

Empat hari yang lalu saat mau berangkat, aku sudah berniat mematikan modem. Urung kulakukan karena kupikir kalau dibiarkan hidup akan lebih mudah kalau mau dipakai lagi.

Jadi apa salahku, coba tebak.

Kesalahanku adalah, saat memutuskan untuk tidak mematikan modem, itu kulakukan karena sesuatu selain Allah, yaitu karena berharap akan lebih mudah bila mau pakai wifi lagi, gak perlu menunggu koneksi.

Itulah kesalahanku, tujuanku melakukan atau tidak melakukan sesuatu adalah karena selain Allah. Dan aku sudah mendapatkan kegalanku. Tujuan sebaik apapun, bila itu bukan karena Allah, maka potensi kegalannya sudah di depan mata.

Kelihatannya sepele banget ya, perkara modem saja harus karena Allah. Tapi memang perjalanan spiritual itu semakin kesini akan semakin halus dan lembut. Kalau itu salah, yang benar bagaimana? Masak cuman perkara mematikan atau tidak mematikan modem saja pakai shalat istiharah dulu? ... *ehm*.

Membaca *basmallah* saat mau melakukan apa saja sambil meresapi maknanya, dibarengi menghubungkan hati dengan Allah. Itulah yang membuat apa yang kita lakukan berdasarkan petunjuk Allah. Sesederhana itu tapi banyak yang melupakannya, terutama diriku sendiri. Jadi, tata lagi niat, tata hati.

Melepas Kemelekatan

Sabtu, 22 April 2017

Dulu aku suka menyebut kata "keterikatan" antara kita dengan sesuatu selain Allah. Belakangan ini kupikir kata "kemelekatan" lebih tepat untuk menggantikan kata keterikatan. Karena ternyata keterikatan kita akan sesuatu selain Allah begitu kencangnya sampai melekat kayak aspal di jalan.

Tapi ketika kemelekatan ini berhasil dilepas dan hati kembali melekat pada Allah, hasilnya adalah tak terdefinisikan ajaib dan luar biasanya.

Hanya sayangnya kita sering tidak menyadari adanya kemelekatan ini. Bahkan kita tak tahu sedang melekat kemana dan melekat pada apa atau siapa. Saking menyatunya dengan selain Allah sampai diri kita tak menyadari bila kita ternyata tengah berpaling dariNya. Padahal orang yang berpaling dari Allah itu disebut musyrik loh!

Bagaimana cara kita tahu sedang melekat pada apa dan siapa? Salah satu caranya dengan melihat layar kehidupan kita ini, karena tampilan kehidupan kita adalah refleksi dari dalam diri kita. Ketika mendapati kehidupan kita banyak masalah, kesedihan, kekecewaan atau ketidak adilan. Saat itulah saat yang tepat untuk mengenali kemelekatan kita. Caranya dengan tidak menyalahkan siapapun, mohon pertolongan Allah untuk petunjukNya, lalu menyelam ke dalam diri sendiri.

Aku akui, cara ho'oponopono merupakan cara yang paling simpel yang bisa dilakukan semua orang untuk mengenali dan melepas kemelekatan.

Bagi yang muslim, saat melakukan shalat dengan sepenuh penghayatan (*khusyu'*), itulah saat yang tepat untuk melepaskan kemelekatan. Doa shalat mulai takbir sampai salam adalah doa yang komplit dalam mengantarkan hati pada kepasrahan total kepada Allah.

Sayangnya banyak muslim melakukan shalat hanya sekedar melepas kewajiban (nunjuk diri sendiri), dan lebih *khusyu'* waktu *facebookan* (nunjuk jerawat di hidungku sendiri). Aku mau berikan contoh-contoh bagaimana kemelekatan yang halus-halus ketika berhasil dilepas akan memberikan hasil yang luar biasa.

Kemelekatan Dengan Konsep dan Logika

Ketika membersihkan diri dengan ho'oponopono aku lakukan setiap hari, setiap ada hal yang tidak menyenangkan aku ambil sebagai kesalahanku dan aku bersihkan. Pelan-pelan banyak hal bengkok di pikiranku diluruskan Allah ... ya walau dalam hal dikuruskan belum sih ... *hahaha*.

Seiring dengan terlepasnya banyak ego, konsep, logika, persepsi dan sebangsanya, keajaiban demi keajaiban semakin rajin berkunjung. Salah satunya, tiba-tiba ditelepon dinas koperasi, ditawari pameran di JCC (Jakarta Convention Centre) untuk mewakili propinsi Jawa Timur. Padahal sudah tahunan gak ada yang ngajak pameran, kukira aku sudah dilupakan. Allah juga yang membuat mereka mengingat kami lagi.

Banyak sekali cara yang dilakukan teman-teman untuk bisa diajak pameran gratis. Ada yang mendekati pejabat tertentu dan ada yang ikut binaan BUMN, ada yang rajin ikut seleksi produk. Semua itu cara yang memakai konsep di pikiran, pasti ada kemungkinan berhasil dan gagal.

Aku sendiri walau *gak ngapa-ngapain*, terkena juga konsep seperti itu di pikiranku. Konsep yang membuat aku ikhlas tidak ada yang ngajak pameran, karena kupikir aku dulu sudah terlalu sering pameran dengan fasilitas dari pemerintah.

Ternyata konsep seperti itu salah, dan musti aku lepaskan. Musti kembali kepada Allah karena Allahlah yang berkuasa atas segala sesuatu, bukan usaha kita. Allahlah yang mengendalikan pikiran orang-orang yang terkait dengan pameran, bukan usahaku, Dan ketika kemelekatan dengan konsep itu sudah mendekati nol, terjadilah hal yang mengherankan yang terasa ajaib bagi yang mengalaminya.

Ternyata membersihkan diri dari kesalahan saja tak cukup. Penting banget membersihkan diri dari paradigma, konsep, logika, persepsi dll. Karena hanya Allah yang berkuasa atas segala sesuatu.

Kemelekatan Dengan Sebab

Seorang sahabat bercerita, gara-gara mengejar target tepat waktu bayar hutang ke bank, akibatnya stok di toko semakin menipis karena gak bisa kulakan. Galaulah dia memikirkan cicilan untuk bulan-bulan selanjutnya.

Banyak orang mengalami penderitaan seperti ini, karena kemelekatan pada sebab yang dibangun di pikirannya

sendiri. Lupa bahwa penyebab dia bisa mencil hutangnya selama ini hanyalah kasih sayang Allah. Dia pikir sebab itu ada pada dagangan alias makhluk. Pemikiran seperti ini musti ditobati di hadapan Allah, berdoa agar Allah berkenan mengganti dengan tuntunanNya.

Selama yang ada di pikiran meletakkan sebab pada makhluk, bersiaplah untuk galau dan kecewa. Pikiran seperti ini menutup diri dari keajaiban pertolonganNya. Bila ingin menuntaskan urusan dunia, maka kita musti melepas kemelekatan dengan makhluk sebagai penyebab terselesaikannya masalah. Di hati hanya ada Allah sebagai tempat kita bergantung.

Bila ternyata apa yang diusahakan bisa menyelesaikan masalah, maka jangan menganggap itu karena usaha kita. Usaha sekeras apapun tanpa ijin Allah tak akan berhasil. Berpasrah sejak awal itu penting, karena dengan begitu kita akan berjalan sesuai petunjuk Allah di hati. Dan yakin bahwa Allah punya perbendaharaan sebab yang tak terkira banyaknya.

Banyak konsep sebab akibat beredar di masyarakat, seperti bekerja sekeras mungkin untuk mencapai target. Apakah target tercapai?

Berpasrah saja pada Allah, rajin bersihkan diri dari pemikiran yang menggantungkan diri pada makhluk. Allah punya target yang lebih baik dan sempurna untuk kita.

Terkotak dalam Aku dan Kamu

22 April 2017

Belakangan ini beberapa sahabat Innuri curhat, tentang pergaulan mereka di lingkungan yang tidak sesuai. Yang merasa dibully dan merasa jadi 'parawan suci di tengah penyamun'. Untuk semuanya, aku ajak kembali ke Allah ya. Karena yang '*nyemplungke*' kita ke pergaulan seperti itu kan Allah juga dan pasti ada maksud yang terbaik dan terindah. Ini harus disyukuri.

Dalam situasi yang tidak mengenakkan, sebenarnya itu bisa melatih hati untuk tetap lembut dan tetap dalam posisi kasih sayang.

Mereka yang menurut kita antagonis, dihadirkan Allah untuk tujuan tertentu. Barangkali sebagai latihan sabar dan sedekah maaf yang karenanya dosa dan kesalahan kita terhapuskan. Bisa jadi agar lewat doa-doa kita, bisa menjadikan mereka lebih baik. Bisa jadi itu adalah balasan atas kesalahan kita di masa lalu agar bisa selesai sekarang.

Apa maksud Allah, hanya bisa dipahami bila kita bisa menerima itu dulu. Mohonkan ampunan Allah untuk semuanya. Jangan terkotak dalam pemikiran 'aku benar dan kamu salah', ini merupakan bentuk penolakan yang tidak menyelesaikan masalah. Tapi lihat semuanya berproses, aku, kamu, mereka, kita semua sedang berproses lewat kejadian ini. Tugas kita hanya memasrahkan proses ini agar semuanya kembali dalam kasih sayang Allah.

Menatap semuanya dengan kasih, apapun dan siapapun. Kedengarannya tidak mudah, tapi sebenarnya yang membuat hidup kita tidak mudah ya perasaan tidak suka dan benci pada sesuatu dan pada seseorang.

Jangan kerangkeng hati kita dalam perasaan negatif. Kita semua pada hakekatnya satu, dari pengantin Adam dan Hawa, ciptaan Tuhan yang satu. Kamu, dia atau mereka adalah bagian dari aku. Maka ketika salah satu bagianmu menyimpang, luruskan saja dengan doamu.

Rahasia Doa yang Makbul

Sabtu, 22 April 2017

Salah satu jawaban kenapa doa orang-orang shaleh itu selalu dikabulkan Allah? Karena mereka berdoa dengan penuh cinta kasih. Maka amati hati kita masing-masing, manakah doa-doa kita yang terkabul dan tidak? Apakah doa yang ketika kita ucap keluar dari rasa ego atau hati yang penuh cinta? Dan mulai sekarang coba mengamati pergerakan hati saat berdoa, apakah yang sedang mendominasi disana?

Aku pernah bercerita di blog tentang dasyatnya doaku yang ingin berkurban di masyarakat yang tak pernah disembelih hewan kurban disana. Padahal aku berdoa di atas rasa kasihku pada sekelompok kecil masyarakat saja, tapi pantulannya dalam kehidupanku begitu luar biasa. Apalagi doa yang terucap di atas cinta kasih yang besar kepada seluruh dunia ini dan alam semesta. Terlebih lagi doa yang terucap di atas rasa cinta kepada Tuhan. Bayangkan betapa dasyatnya!

Ada doa yang terucap di atas ego dan kebencian, ada doa yang terucap sambil membawa golok dan kitab suci Al-Qur'an sekaligus. Semoga Allah mengampuni dan mengembalikan mereka dalam kasih sayangNya. Aku ceritakan karena lagi viral di media, agar menjadi pembelajaran juga buat hati kita.

Kemarin aku menulis, bagaimana ego itu akan semakin lepas ketika perjalanan spiritual semakin tinggi tingkatannya. Maka akan semakin halus dan lembut hati seseorang. Boleh jadi kita sudah tidak mencela orang lain

di hadapannya. Tapi ketika kita masih suka *ngrasani* orang, maka sebenarnya hati kita masih tega menyakiti orang lain walaupun yang bersangkutan tidak tahu. Maka kalau mau naik kelas, lisan kita jangan melakukannya lagi.

Kalau mau naik kelas lanjutannya, hati kitalah yang tidak tega mencela orang lain karena hati hanya terisi cinta kasih. Di tingkatan tertingginya, hati kita yang sudah amat lembut digerakkan oleh cinta kasih Tuhan, hanya Tuhan yang membersamai hati. Maka kasih sayang Tuhanlah yang bekerja atas hati kita. Ini adalah perjalanan hati yang amat indah yang diiringi dengan kehidupan yang amat indah pula.

Mohon pada Allah untuk dibimbingNya. Kasih sayang Allah lah yang akan merengkuh.

Mengurangi Dominasi Pikiran

Kamis, 18 Mei 2017

Apakah Terkabulnya Keinginan Itu Penting? Ingin lunas hutang, ingin usaha lancar, ingin naik pangkat, dll, coba cari di diri kita, adakah keinginan yang amat kita inginkan mewujud? Sebutkan saja di hati, rasakan saat keinginan itu begitu kuat.

Sekarang pasrahkan keinginan itu kepada Allah. Biarkan keinginan itu menjadi 'milik' Allah, menjadi perbendaharaanNya saja, lepaskan dari hati. Bila keinginan banyak, lepaskan satu per satu sampai seluruh keinginan terkirim, keluar dari pikiran dan hati.

Setelah tak lagi merasakan keinginan, isi hati dengan merasakan kasih sayang Allah yang luar biasa. Rasakan saja, ikuti terus perasaan 'merasa disayangi Allah', hanya merasakan, jangan dipikirkan, rasakan terus sampai beberapa lama. Sekarang rasakan bedanya, enak mana hidup dengan 'menggendong' keinginan atau hidup dengan selalu merasakan kasih sayang Allah?

Begitulah caraku melepas keinginan, sampai doa-doaku hanya terisi rasa syukur. Bukan doa meminta ini itu kepada Allah. Hanya kasih sayang Allah yang ingin aku rasakan di hati dan hidup ini terasa begitu indah. Satu persatu masalah terselesaikan dengan indahNya, terasa Allah mengatur semuanya dengan rapi dan teliti. Segala urusan dilancarkanNya.

Bila muncul rasa khawatir akan suatu hal, pasrahkan saja kepada Allah, lalu kembali ajak hati untuk merasakan lautan kasih sayangNya.

Coba lakukan sepanjang hari dan setiap hari, pasrah lalu rasakan, hanya merasakan kasih sayang Allah, terbuai dalam rasa nyaman, perasaan selalu disayangi Allah dan rasa damai yang indah. Pertahankan perasaan ini dalam keadaan apa saja, saat bekerja, saat berinteraksi dengan keluarga atau orang lain. Gunakan pikiran seperlunya saja, saat perlu saja, lalu segera kembali ke hati.

Kita manusia sering berlebihan dalam menggunakan otak dan pikiran. Dan sekarang coba mengurangi dominasi pikiran. Fokusnya lebih ke hati. Rasakan bedanya.

Dengan lebih pasrah, maka petunjuk-petunjukNya akan bermunculan di hati. Segala yang kita lakukan akan dituntun Allah melalui hati. Dan apa yang kita lakukan menjadi efektif, tak ada yang sia-sia. Mulai dari gerakan, pembicaraan sampai isi hati dan pikiran akan memuat hal-hal yang berguna atau yang bermanfaat saja.

Semua yang aku jelaskan di atas hanya bisa dibuktikan dengan mempraktekkannya dan mengalaminya sendiri. Hati hening dan selalu mengingat Allah dalam keramaian itu dalam bahasa Jawa disebut "topo ing rame", artinya bertapa dalam keramaian. Istilah yang lebih masa kini "meditasi dalam gerak". Tapi soal istilah itu tidak penting, yang penting adalah dilakukan dan dirasakan betapa enak dan ajaibnya.

Memasrahkan Emosi Negatif

Senin, 19 Juni 2017

Beberapa hari terakhir, aku dihadapkan pada berbagai permasalahan yang terkait dengan emosi negatif. Mulai yang dialami diriku sendiri, karyawanku, pembacaku, sahabat dari *whats app* grupnya pak Sonnie.

Aku berasa mendapat pelajaran dan ujiannya sekaligus. Ada family nginap di rumah dan sepanjang hari mencela ini itu dengan kata-kata kasar. Aku merasa mendapat serangan bertubi-tubi yang tak memberiku kesempatan sejenak saja untuk menenangkan diri agar bisa ikhlas memaafkan. Aku tak bisa konsentrasi dan menjadi uring-uringan, moodku kacau balau.

Maka akupun menyerah, aku pasrahkan segala emosi yang keluar kepada Allah. Aku mohon Allah menata emosiku sesuai kehendakNya. Tak lama hatiku menjadi tenang dan perasaanku membaik.

Ternyata manusia yang lemah ini tak mampu mengelola emosinya sendiri, harus memohon pertolongan Allah karena Allahlah yang menggenggam hati kita. Ketika kepala mulai panas, hati menyimpan bara, inilah saatnya memasrahkan emosi negatif itu. Jangan ditolak, juga jangan dituruti. Tapi ketika emosi itu muncul, sadari inilah saat untuk memasrahkan. Maka pasrahkanlah dengan bahasa hatimu.

Dicoba ya.

Kekuatan Diam

Senin, 19 Juni 2017

Ada ajaran agama yang kurang populer dan jarang diajarkan di sekolah-sekolah, yaitu *khalwat*, *tahanuts*, dalam bahasa Jawa disebut *semedi* atau istilah populernya *meditasi*.

Khalwat yang dilakukan di masjid selama 10 hari di akhir Ramadhan disebut *i'tikaf*. Walaupun khalwat juga bisa dilakukan di bulan yang lain dan sebenarnya bisa dilakukan setiap hari.

Nabi melakukan khalwat di Gua Hira. Sedangkan khalwat di rumah dilakukan oleh Maryam ibunda Nabi Isa.

Pada umumnya pengertian khalwat adalah berdiam diri secara fisik dengan disertai dzikir untuk mengingat Allah. Adapun secara hakekat, khalwat dilakukan secara *non fisik* dengan lebih hening di dalam hati. Hati itu pusat berkat dan kasih sayang Tuhan. Khalwat itu diamnya hati, tidak melakukan apa-apa, hanya dihubungkan sepenuhnya kepada Allah, hanya merasakan kehadiran Allah dan kasih sayangNya saja.

Yang dimaksud khalwat selama 10 hari, bukan berarti 10 hari '*ngebleng*' di kamar untuk munajat kepada Allah. Tapi lebih ke hatinya yang '*ngebleng*' pada Allah. Untuk fisiknya bisa disediakan waktu sesuai kondisi masing-masing. Misalnya menyediakan waktu setelah habis shalat beberapa menit secara fisik untuk diam munajat kepada Allah, bisa ditambah malam hari atau di waktu lain yang enak dan nyaman. Itu bagi yang belum bisa meninggalkan urusan pekerjaan. Tapi bagi yang bisa

menyediakan waktu lama, silahkan '*ngebleng*' secara fisik dan jiwa kepada Allah.

Saat beraktifitas, selalu hubungkan hati dengan Allah seperti yang pernah aku tulis '*topo ing rame*'. Melakukan khawat ini bila belum terbiasa akan terasa sulit. Maka mohonlah pertolongan Allah agar hati kita dibimbingNya. Setelah itu akan terasa indah dan mudah.

Bila sering melakukan khawat, maka akan tahu bedanya antara doa yang diucapkan dengan lisan berupa susunan kalimat, dengan doa yang disampaikan tanpa kata melalui hati. Doa tanpa kata ini doa yang kekuatannya jauh lebih besar, bahasa jawanya *ngedab-ngedabi*. Ini susah dipahami kalau tidak praktik dan membuktikan sendiri.

Saat khawat, kita *mengaktifasi* hati, *menonaktifkan* pikiran dan pancha indra. Hati hanya terhubung dengan Allah dan hanya merasakan kasih sayangNya saja. Hanya diam dan hanya merasakan kehadiran Allah. Sudah.

Diam seperti itu ternyata mengandung banyak unsur untuk terkabulnya keinginan atau terselesaiannya masalah.

Diantara unsur-unsurnya yaitu rasa syukur yang dalam berupa merasakan kasih sayangNya. Unsur iman, percaya bahwa Dia pasti memberi yang terbaik terindah termanis terbahagia tersegala-galanya, makanya kita tak perlu mengucap keinginan atau harapan karena saking besarnya rasa iman dan percayanya kita. Unsur pasrah, karenanya kita tak merisaukan apapun. Penyerahan diri sepenuhnya akan kebijaksanaan Allah yang pasti terbaik.

Kuatnya unsur-unsur yang kusebutkan tadi, membuat hati kita menjadi lebih kuat lagi, doa dan harapan kita lebih cepat tersampaikan. Kehidupan akan menjadi lebih baik dan lebih indah.

Semakin sering melakukan khawat, semakin kuat hati kita. Sampai-sampai ketika kita mengharap tanpa sengaja, maka alam akan bergerak mewujudkannya. Terwujudnya harapan ini bukan tujuan dan jangan dijadikan tujuan. Ketika seseorang merasakan keindahan pertemuan dengan Tuhan dalam setiap khawat yang dilakukannya, maka terwujudnya keinginan pribadi menjadi tidak penting lagi, dia sudah tenggelam dalam keindahan rencana-rencana Tuhan untuk alam semesta.

Ada yang bertanya bagaimana caranya agar saat khawat bisa fokus ke hati? Karena masih mikir pekerjaan dll, sehingga bukannya menjalankan khawat, tapi malah melamun.

Kemampuan untuk bisa fokus ke hati ini, eyang Syamsul'alam menyebutnya 'ketrampilan ruhaniah', yang maksudnya sebuah ketrampilan yang bisa dilatih. *Cuman* karena yang dilatih badan halus kita, jadi yang bisa melihatnya ya diri kita sendiri dan orang tertentu yang diberi kelebihan oleh Allah.

Ini tips yang bisa aku sampaikan:

1. Cari tempat yang nyaman dan posisi yang nyaman. Tempat dan tubuh sebaiknya suci, jadi berwudhu dulu, makanya enak dilakukan setelah shalat. Tapi bagi yang sedang menstruasi tetap bisa melakukan khawat kok, tidak usah ragu.

2. Niat, ucapan niat dengan bahasa hatimu, dan memohon pada Allah untuk dibimbingNya.
3. Hadirkan Allah, rasakan kehadirannya, minimal percaya di hatimu bahwa Allah hadir dan ucapan lagi permohonan untuk dibimbingNya dalam khalwat.
4. Bila terlintas di pikiran akan pekerjaan dll, pasrahkan, ucapan pada Allah,
"Aku pasrahkan urusan ini kepadaMu ya Allah, perkenankan aku merasakan kehadiranMu saja".
Lalu ulangi point 3.
5. Perlahan turunkan fokus ke hati, disini hanya merasakan, merasakan kehadiran Allah, bertemu sampai terasa '*klik*' dengan Allah.
6. Bila sudah '*klik*', maka selanjutnya kita hanya tetap berada di posisi ini. Saat ini hati kita dalam posisi siap menerima apa saja kehendak Allah untuk diri kita. Kehendak kita tiada, menyatu dengan kehendak Allah.

Berlatih seperti itu terus, sambil dalam kehidupan keseharian kita juga melatih hati untuk selalu merasa berada dalam kasih sayang Allah. Selalu menghubungkan hati dengan Allah apapun yang kita hadapi.

Jangan lupa membersihkan hati dari emosi negatif, karena itu adalah penghalang antara kita dengan hati kita sendiri.

Antara Berbicara dengan Pikiran dan Hati

Jumat, 14 Juli 2017

Si anak yang cantik pulang sekolah. Ada 2 cara dalam menyambutnya.

"Ganti baju yaa, sudah shalat dhuhur belum? Kalau belum cepat shalat ya", aku ucapan itu dengan pikiran, lalu kembali pikiranku sibuk dengan pekerjaan.

Cara kedua, ucapan yang keluar dari bibirku sama saja. Tapi ketika mendengar dia datang, hatiku tersenyum menyentuh hatinya, kasih sayang masuk dalam ucapanku.

Coba lakukan itu pada orang-orang dekat kalian. Setelah biasanya berbicara memakai pikiran, sekarang mulailah berbicara memakai hati yang penuh kasih sayang, disertai senyuman yang ditujukan pada hati mereka. Rasakanlah beda kedua cara itu. Enak mana?

Baiklah, setelah merasakan bahwa berbicara memakai hati lebih enak dan membuat kalian merasa hidup ini diliputi kasih sayang Allah. Mulailah berbicara memakai hati kepada setiap orang, pada semua yang kalian temui, tersenyumlah pada matahari, pada langit, pada bumi, pada daun dan bunga-bunga. Dan rasakanlah betapa kehidupan kalian begitu berkelimpahan.

Dicoba ya.

Membawa Kedamaian di Hati

Jumat, 14 Juli 2017

"Bunda, tolong dong lihatin aku dan suami, kenapa hidup kami berdua penuh kesulitan?", seseorang bertanya padaku. Dan aku melihat banyak sekali 'sampah' yang harus dibersihkan. Dia kaget. Mungkin dia sendiri tak menyadari kehadiran sampah-sampah itu, padahal amat mempengaruhi kehidupan.

Sampah dalam diri ada 2 macam, sampah fisik dan sampah non fisik. Sampah fisik seperti makanan yang tidak sehat yang menimbun di tubuh, yang menimbulkan gangguan kesehatan.

Sampah non fisik tak kalah serunya dalam menyumbang berbagai gangguan dalam kehidupan, berupa dosa yang belum terampuni dan kesalahan di masa lalu yang belum dibersihkan. Juga kesalahan yang banyak dilakukan di hati dan pikiran, menimbun jadi sampah yang kita bawa kemana-mana.

Sampah fisik mudah dikenali, dan lebih mudah dibersihkan. Tapi sampah non fisik, bahkan diri kita sendiri sering tidak menyadarinya, padahal "bau"nya sudah kemana-mana. Karena diri kita "bau", maka hal baik enggan mendekat, yang rajin datang malah kejadian buruk dan kesulitan-kesulitan.

Sayangnya kebanyakan kita merasa tak punya dosa dan salah, buktinya ketika permasalahan hidup datang, kita cenderung menyalahkan orang lain, menyalahkan keadaan, bahkan menyalahkan pak Jokowi ... *hahahaha*. Lucunya manusia.

Buat yang merasa tidak berdosa dan bertanya apa salahku saat kejadian buruk mendatangi hidupnya. Coba amati hati mulai dari bangun tidur sampai mau tidur lagi.

Berapa kali keluhan dirasakan di hati?

Berapa kali merasa jengkel dan membatin hal jelek pada orang lain atau keluarga dekat?

Berapa kali hati melakukan penilaian penilaian dan penghakiman pada orang lain?

Adakah merasa protes dengan kehidupan?

Protes pada Allah?

Sekarang hitung lalu akumulasikan dalam seminggu, dalam setahun, dalam beberapa tahun kehidupan.

Sudah. Mungkin merasa bahwa kehidupan yang sulit adalah bukan kesalahan kita? Jadi ... *ehm, ehm, sik tak dehem dehem* dulu.

Maukah aku ajak untuk *move on* alias berhijrah dari pikiran yang kelam itu ke posisi yang lebih enak?

Ketika merasakan galau luar biasa? Pikiran sibuk memprotes orang-orang dan keadaan. Mengapa saudaraku begitu? Tetanggaku menyebar gosip gak benar tentangku? Orang yang kutolong malah membala dengan keburukan? Dan lain-lain.

Bersyukurlah pernah merasakan atau tengah merasakan itu. Rasakan betapa tidak enaknya. Lalu segera putuskan untuk berhijrah atau berpindah ke tempat lain yang lebih baik. Tempat yang aku maksud bukanlah tempat dalam arti fisik, jadi gak perlu pindah rumah. Cukup pindahkan channel ke hati yang damai.

Bagaimana caranya?

Caranya dengan diam, bukan merenung ya, tapi diam dan pasrah. Bilang pada Allah, ya Allah bantu aku untuk melepas semua beban ini, memasrahkannya padaMu. Bawalah aku dalam kedamaian dan kasih sayangMu.

Mudah ‘kan? Saking mudahnya jadi sulit dipercaya, tapi cobalah saja. Allah yang Maha Kasih pasti mengantarkan kedamaian itu di hatimu. Lalu perlahan kamu akan memahami orang-orang itu dan menumbuhkan kasih sayang di hatimu. Inilah titik pasrah, titik nol itu. Maka benar salah menjadi tidak penting, walau kamu benar, kamu tak membutuhkan pengakuan orang lain. Bila orang lain salah, kamupun tak perlu menyalahkannya walau dalam hatimu, kamu akan melihat setiap orang beroproses menurut jalan mereka masing-masing.

Sekarang rasakan, betapa kedamaian hati itu hal terindah yang Allah beri. Perlakuan orang-orang menjadi tidak penting lagi.

Berdoa Versi Hati

Selasa, 02 Januari 2018

Coba mulai belajar membedakan antara berdoa memakai pikiran dan berdoa memakai hati.

Ketika kita mendoakan anak yang bandel misalnya. Ketika doa kita berupa ucapan seperti ini, "Ya Allah, jadikan anak-anakku anak yang shaleh dan shalihah, nurut pada orang tua, taat kepadaMu, berguna bagi agama, nusa dan bangsa. Aamiin". Rasakan saja doa yang kita panjatkan seperti tadi, bagaimana rasanya di hati dan apakah pikiran kita sibuk? Yups, benar, pikiran kita sibuk menyusun kriteria seperti apa anak yang kita harapkan, sementara hati menjadi kurang aktif.

Tidak salah sih doa seperti itu, cuma sudah saatnya naik kelas. Saat pikiran kita sibuk berdoa, hati menjadi kurang aktif dan kurang terkoneksi dengan Allah, padahal hatilah yang bisa menghubungkan kita dengan Allah. Saat pikiran yang menyusun doa, sebenarnya kita sedang mengerjakan kemauan, ego atau kehendak kita, sementara kehendak Allah kita abaikan. Padahal kehendak Allah itu lebih baik, lebih indah, lebih sempurna dan lebih hebat.

Bagaimana bisa kita tahu kehendak Allah bila pikiran sibuk dengan kehendak kita sendiri? Malahan kita sibuk menghalangi terwujudnya kehendak Allah yang indah dan sempurna itu gara-gara pikiran yang sibuk.

Coba belajar menggunakan hati saat berdoa. Caranya hampir sama dengan saat melakukan khawat. Kita hanya diam, non aktifkan pikiran dan aktifkan hati, ucap

basmallah dan mohon Allah membantu. Ketika pikiran muncul, pasrahkan, bila muncul lagi, pasrahkan lagi sampai hati benar-benar aktif. Ketika hati sudah aktif, maka hati kita akan dituntunNya. Ikuti saja tuntunanNya. Diamnya hati sudah melebihi kata-kata, karena hati tahu bila Allah Maha tahu apa maksud dan niat kita. Ketika hati perlu berkata-kata, juga jangan ditahan, ikuti saja. Dengan kata atau tanpa kata, bila itu petunjukNya, bersedia saja menjalani.

Ketika kita sering melakukannya, perlahan-lahan kita akan paham apa kehendakNya. Dan kehendak Allah akan lebih mewujud indah pada diri anak-anak kita. Semua ini perlu proses, jalani dengan bahagia.

Coba lakukan doa versi hati ini pada apapun masalah kita. Berdoa dengan menggunakan hati merupakan kenaikan kelas dari berdoa dengan menggunakan konsep di pikiran.

Sekarang aku ajak untuk naik kelas lagi, yaitu dari berdoa yang bersifat individu untuk kepentingan diri dan keluarga kita, menjadi berdoa dengan mengijinkan Allah menggunakan hati kita untuk kepentingan semesta, seluas apa terserah Allah, sesuai dengan kebijaksanaanNya.

Untuk bisa naik kelas seperti ini, memang perlu tahapan. Pertama biasakan berdoa versi hati. Kedua, biasakan untuk memelihara hati yang lembut penuh kasih sayang, jangan mengotorinya dengan apapun juga. Untuk tahap kedua ini memang kadang kita ketemu 'jebakan betmen', yang sering kita sebut ujian. Bila itu terjadi, tetap santai dan pasrahkan semua itu kepada Allah. Kita tak punya kekuatan apapun untuk mengendalikan hati kita, bila kita

pasrah dan bersedia dibantu Allah, semua akan lebih mudah dilalui.

Tahap ke nol, *hmmm ...*, karena kita hendak berdoa untuk kepentinganNya atau kehendakNya, maka kita juga musti paham apa sih kehendak Allah? Kehendak Allah itu agar kita semua kembali dalam kasih sayangNya saja, memilih Dia di atas segala-galanya.

Jadi kesimpulannya, berdoa agar semua kembali dalam kasih sayangNya, yang kita lakukan dengan hati nan penuh kasih sayang dan memasrahkan semuanya kepada Allah karena menyadari bahwa diri ini tidak akan mampu dan tak bisa apa-apa, hanya kasih sayangNya yang bisa, kita hanya bersedia digunakan olehNya untuk kepentinganNya.

Baik, bila semua itu bisa dipahami, kita bisa memulai berdoa versi '*hati yang memberkati siapa saja dan apa saja*' ini. Aku akan berikan beberapa contoh.

Saat melakukan perjalanan, dulu aku suka mendoakan apa saja dan siapa saja yang terlihat olehku, berdoa yang merupakan konsep di pikiran, kebaikan-kebaikan yang aku harap akan terjadi pada semua yang aku doakan. Ketika aku sudah beralih berdoa versi hati, maka aku tinggal membiarkan saja kasih sayang Allah yang mengaliri hatiku agar kasih sayang itu mengalir pada semua yang terlihat atau terlintas di pikiran dan hati. Hati kita buka (kita siapkan) untuk kasih sayang Allah berbuat apa saja kepada siapa saja, melewati hati kita. Jadi hati kita seperti saluran kasih sayang dari Allah kepada siapa saja dan apa saja.

Nah, karena kedekatan kita dengan Allah yang begitu dekatnya, dalam praktek selanjutnya dan selanjutnya, seperti otomatis ketika kita menyayangi sesuatu maka kasih sayangNya selalu menyertai.

Contoh lainnya, ketika kita sedang masuk dalam interaksi di media sosial, kerap kita jumpai hal-hal yang tidak menyenangkan, baik berupa komentar yang provokatif, kejadian yang menyedihkan, berita politik, sampai berita hoax yang disebarluaskan dengan semangat membela agama. Saat itulah hati musti kita jaga tetap tenang, santai, bahagia, pasrah dan penuh kasih sayang. Hentikan segala aktivitas pikiran yang biasanya suka menilai ini itu salah, mestinya begini bukan begitu. Aktifkan hati untuk terkoneksi dengan Allah, sudah, tanpa *ngapa-ngapain*, pasrahkan saja semuanya, biarkan kasih sayang kita yang sudah terisi energi kasih sayang Allah, memberkati segala yang tidak enak itu. Rasakan kedamaian hati akan memberkati semuanya.

Dua contoh di atas aku kira sudah cukup untuk melakukan latihan berdoa versi hati yang memberkati apa saja dan siapa saja, dimana saja, di segenap bentangan ciptaanNya, seluas dan seindah kebijaksanaanNya.

Bila dilakukan setiap hari, maka akan terasa indah semua yang kita jalani, dan hati kita menjadi semakin lembut dan peka. Kita akan langsung bisa merasakan efek dari doa-doa kita, kita akan bisa merasakan betapa kedamaian hati kita sudah mempengaruhi banyak hal di alam semesta ini. Namun tetaplah Allah tujuan kita, untuk kembali dalam lautan kasih sayangNya.

Doa Terindah Itu

Jumat, 07 April 2017

Doa itu seperti memberitahu diri sendiri bahwa Allah sudah tahu apa yang kamu inginkan, apa harapanmu dan apa kebutuhanmu. Bukankah Allah sudah tahu segala isi hatimu bahkan yang kamu sendiri tak tahu, karena Dia Maha Tahu. Maka sebenarnya tak perlu memberitahuNya, cukup meyakiniNya. Dan untuk meyakiniNya, kadang kita butuh untuk memberitahu diri sendiri bahwa Dia sudah tahu. Dan ketika diri tahu bahwa Allah sudah tahu, rasakan betapa haru hatimu.

Ya, isi hatimu pun kau sebenarnya tak tahu dan hanya Allah yang tahu. Apalagi tentang apa yang salah dari hatimu, itu amat sangat kau tak tahu.

Maka bersihkan hatimu dengan berpasrah untuk dibersihkanNya. Ucap istighfar sedalam penyerahan dirimu dalam kasih sayangNya. Ucap syukur atas segala peristiwa yang memberi warna. Doa itu bukan meminta ini itu. Karena disayangi olehNya adalah lebih penting dari apapun juga.

Doa itu bukan bersikeras menginginkan sesuatu kepada Tuhan. Tapi pengakuan akan segala kelemahan diri, maka kita selalu membutuhkanNya dan mendamba kasih sayangNya.

Doa terindah adalah doa yang ketika kau ucap, maka kau merasakan getaran cintaNya mengaliri hatimu. Maka terlarutlah kau dalam cintaNya, yang dengan itu kau sebarkan cinta ke segenap penjuru.

Membriarkan Kasih SayangNya Bekerja

Rabu, 20 Desember 2017

Suatu sore aku bertanya pada pak Sonnie, "Bagaimana sih pak caranya biar kita lebih mencintai Allah? Saya medengar pak Sonnie mengucap kata Tuhan dalam doa online kemarin, begitu penuh dengan getaran cinta".

Dijawab dengan pertanyaan oleh pak Sonnie, "Bisakah manusia yang terbatas mencintai Tuhan?"

Hmmm ... kita ini tak punya apa-apa untuk mencintai atau membuktikan cinta kita kepada Allah.

Malamnya aku berbaring tidur dan mencoba membuka hati untuk merasakan kasih sayang Allah yang lembut. Dan rasanya sungguh luar biasa, perasaan bahwa kita begitu dicintai olehNya, ternyata itulah yang menumbuhkan rasa cinta kita kepadaNya.

Kita harus merasa dikasih sayangi oleh Allah setiap saat. Ya, setiap saat, dalam keadaan apa saja dan dimanapun. Membriarkan dan mengijinkan kasih sayangNya bekerja pada kita, pada keluarga kita, pada lingkungan kita sampai pada seluruh makhluk di segenap keberadaan. Biarkan hati kita digunakanNya menjadi rahmat bagi alam semesta.

Ketika aku duduk di mobil dalam perjalanan ke kebun, disuguhi pemandangan indah di sepanjang perjalanan. Saat aku membuka hati untuk kasih sayangNya, saat itulah aku merasa Allah sudah menyiapkan ini semua untukku karena cintaNya. DidudukkanNya aku di kursi yang empuk, dihadirkanNya padaku pemandangan indah.

Tumbuhlah rasa cinta itu kepadaNya.

Saat aku didudukkannya di sebuah antrian panjang, dengan asap rokok mengepung. Saat itu aku merasakan cintaNya dengan menjagaku tetap sehat, dan dijadikanNya hatiku untuk menyalurkan cintaNya dalam doaku kepada semua orang yang berada di ruangan itu. Cinta Allah yang indah.

Buka hati untuk kasih sayang Allah dan biarkan kasih sayangNya bekerja.

Ajaibnya Doa yang Tidak Egois

Sabtu, 23 Desember 2017

Hari Rabu lalu, pagi-pagi mendadak ditelpon mas Saidi, agar segera meluncur ke kebun, acara tanda tangan sertifikasi tanah masal disana.

Siang sampai di balai desa Tambakrejo dan mendapati antrian yang *uyel-uyelan*. Dalam hati aku berpikir, kenapa kok gak disistem dengan nomor antrian seperti saat ke dokter gitu. Eh, ternyata kata mas Saidi, masyarakatnya yang tidak bisa diatur. Yang mestinya giliran besok, datang hari ini dan mestinya dipanggil sesuai urutan alfabet, tapi gak jalan karena *ngeyel*. Akhirnya seperti itulah.

Sementara mas Hary ngantri, aku duduk berdoa mendoakan semuanya. Aku bayangkan energi doaku membasahi semua jiwa yang berada di ruangan itu, ya panitianya, agar menemukan cara mengatur masyarakat, juga masyarakat agar gampang diatur. Aku sama sekali tidak berdoa untukku sendiri.

Akhirnya mas Hary nyerah dan keluar dari antrian yang ruwet dan gak jelas urutannya. Lapar, jam sudah diatas 1 siang dan mau makan gak ketemu warung.

Kami berdua memutuskan ke kebun dulu, mau minta makan ke mbak Yayuk istrinya mas Saidi. Sementara bapak dan kakaknya mas Saidi memilih terus ngantri.

Puas *nyambangi* kebun, perut kenyang, rencana balik ke balai desa. Saat itulah bapaknya mas Saidi pulang, sukses setelah ngantri hampir seharian.

"Sudah tertib pak sekarang, nanti pak Hary kumpulkan saja surat permohonannya di meja meja itu, lalu tunggu dipanggil", kata bapaknya mas Saidi pada suamiku.

Disitulah keajaiban terjadi. Saat mas Hary mengumpulkan surat permohonan, dibaca sekilas oleh petugas, lalu langsung dicocokkan dengan dokumen yang sudah ada, langsung disuruh tanda tangan dan selesai! Sementara di kanan kiri kami orang-orang masih harus ngantri dipanggil dulu.

Aku merasakan keajaiban doaku yang tidak egois tadi, selain terkabul, Allah juga melancarkan urusanku, memprioritaskan aku walau aku tidak minta diprioritaskan. Mungkinkah karena lebih memprioritaskan orang banyak, maka Allah memprioritaskan aku? *Ehm ...* hanya Allah yang tahu. Tapi kok rasanya begitu.

Memandang dengan Cara Allah Memandang

Senin, 04 Desember 2017

Di acara itu aku bertemu seseorang, di acara khitanan masal yang Warung Ikhlas Malang menyumbang 90 baju koko anak.

Aku dikenalkan dengan banyak orang oleh sahabat *facebook*-ku *mba' Agnita*, salah satunya dengan lelaki itu.

Lelaki mengagumkan itu bilang begini, "Saya orang miskin, bisanya cuma mendorong sana sini untuk peduli".

Perhatikan kata 'saya orang miskin', rasakan kalimat itu di hati, enakkah terasa?

Tapi begitulah banyak orang memandang diri dan lingkungannya, berdasarkan kaca matanya sendiri yang subjektif.

Kalau aku malah merasa kalimat itu seperti mengecilkan pemberian Tuhan, mengapa harus merasa miskin?

Coba kita memandang dengan cara Allah memandang. Cara Allah memandang adalah dengan kasih sayangNya yang luar biasa. Maka mari kita memandang diri kita dan lingkungan kita dengan kasih sayang. Kasih sayang berbeda dengan kasihan. Kebanyakan orang tidak suka dikasihani, tapi semua orang suka dikasih sayangi.

Kasih sayang akan menjelaskan bagaimana kita, dia atau mereka.

Rasakan saja ketika kamu melihat orang yang lemah dengan kasih sayang di hatimu. Maka tak ada lagi perbedaan, juga tak ada kalimat, alhamdulillah saya kaya,

saya lebih beruntung dari dia, maka saya harus peduli. Tidak.

Ketika kasih sayang berbicara, maka kita, dia atau mereka adalah makhluk Tuhan yang berjalan bergandengan menuju kasih sayang Tuhan untuk selamanya. Kita peduli karena kasih sayangNya yang menggerakkan kita. Kita peduli bukan karena kita orang baik yang lebih beruntung. Kita peduli karena kita adalah perwujudan kasih sayangNya semata-mata.

Berada dalam kasih sayangNya dan menarik banyak orang untuk berada dalam kasih sayangNya, itulah bahagia yang tak terdefinisikan nilainya.

Menunggu Allah Berkehendak

Rabu, 13 Desember 2017

Dear Allah lovers.

Hari ini aku pelatihan rajut tali sandal japit di Candirenggo Singosari. *Gak nyangka* di daerah itu ada banyak *home industri* sandal japit.

Tapi aku bukan mau bercerita soal sandal japit. Gara-gara disana ditanya kenapa tidak makan daging dan ikan, aku jadi mau cerita sedikit soal ini.

Belum lama aku jadi vegetarian, baru beberapa bulan, sejak habis hari raya iedul fitri kemarin. Datangnya kurasakan begitu mendadak, secara tiba-tiba aku gak bisa menelan daging pas makan di warung padang. Sejak itu tidak bisa makan daging dan binatang bernyawa lainnya, untungnya masih bisa makan telur.

Sebelum itu aku pernah mencoba tidak makan daging dan tidak berhasil. Aku lakukan karena pengaruh teman-teman dari grup *whats app* “School of Life”. Mereka bilang makan daging akan mempengaruhi emosional dan spiritual kita. Emosi dari binatang yang kita makan itulah yang mempengaruhi secara tak kita sadari dan memberatkan laku spiritual.

Berkali-kali berjuang untuk tidak makan daging dan gagal *mulu*. Aku penyuka masakan padang dan pengikutnya Bu Mentri Perikanan yang aku kagumi, Susi Pujiastuti, gemar makan ikan. Jadi selalu tidak tahan sama godaan kelezatan rendang, gurami asam manis, cumi masak hitam, dll.

Sampai akhirnya nyerah, aku terima diriku apa adanya. Lupalah aku dengan keinginanku untuk tidak makan daging, sama sekali lupa. Hingga peristiwa di warung padang itu, gak bisa nelan daging. Momen pertamaku dikehendaki Allah jadi vegetarian.

Berbulan-bulan sudah aku jalani hidup tanpa makan daging dan aku sama sekali tidak ingin atau tergoda. Hikmahnya hati terasa lebih adem dan tidak gampang marah atau emosian, mungkin karena tidak mengandung emosi binatang yang aku makan.

Kesimpulanku, ketika manusia menghendaki sesuatu, dia perlu berjuang keras dan menahan rasa atau *ngempet* bahasa Jawanya, itupun belum tentu berhasil. Tapi bila Allah yang berkehendak, semuanya menjadi mudah saja untuk dicapai.

Pasrahkan saja keinginan kepada Allah, terima perjalanan diri apa adanya dan lupakan keinginan itu. Kehendak kita tidak penting, kehendak Allahlah segala-galanya.

Jadi lebih baik menunggu Allah berkehendak saja, kita hanya pasrah dan bersedia dijalankan olehNya.

Antara Menggenggam dan Melepas

Kamis, 14 Desember 2017

Dear sahabat Innuri.

Percayai bahwa kehendak makhluk sekutu apapun dia berusaha, tak akan pernah dia capai bila Allah tak berkehendak tercapai.

Banyak aku saksikan, sahabat Innuri yang tak kunjung keluar dari himpitan masalah. Lebih banyak karena dia terlalu menggenggam kehendaknya untuk keluar dari masalah itu. Keinginannya untuk keluar dari masalah amat besar sampai menyiksanya, tanpa dia sadari sebenarnya dia sedang menggenggam erat masalah itu, terbenam di dalamnya dan malah tak bisa keluar.

Pasrah itu salah satu perbuatan hati untuk mengandalkan Allah, melepaskan masalah kita untuk diurusNya. Anggap sedang melepas burung ke angkasa, percayai alam akan menyediakan makanannya dan dia pasti bisa menemukan makanan berdasarkan instingnya.

Begitupun masalah, lepaskan ke Allah dan percayai bahwa dalam kekuasaan Allah masalah akan menemukan jalan keluar.

Salah satu unsur pasrah adalah iman atau percaya. Ketika seorang ibu melepas anak gadisnya menikah, ibu itu percaya bahwa lelaki yang diserahinya pasti membuat anak gadisnya bahagia. Dan kasih sayang Allah lebih besar, lebih layak kita percayai dibandingkan siapapun bahkan diri kita sendiri.

Ketika kita menggenggam masalah, sebenarnya kita sedang lebih mempercayai diri kita sendiri dibandingkan Allah. Makanya yang terjadi adalah dibiarkan Allah dan masalah tak akan selesai selesai. Kita berdoa agar masalah segera selesai, sementara hati kita menggenggam (sedih, khawatir dll), bagaimana mungkin? mana mungkin Allah berkehendak bila masalah itu tidak kita percayakan padaNya? Dan lebih kita percayakan pada diri sendiri dalam bentuk memikirkannya sampai pusing kepala.

Jadi mari kita pasrahkan Allah seluruh kehidupan kita, bukan hanya masalah, tapi diri kita seutuhnya kita percayakan padaNya saja.

Semoga Allah menuntun langkah kita dalam berjalan menujuNya.

Sang Maha Ibu

Senin, 25 Desember 2017

Saat sakit, aku menemukan Allah sebagai Sang Maha Ibu.

Beberapa hari sebelumnya, ketika melewati RSIA Muhammadiyah saat pulang dari belanja di took Citra, aku mbatin, lama sekali gak kesini, kelihatannya enak. Wah... buru-buru perasaan 'kangen dan enak' itu aku hapus, aku merasa itu pertanda. Tapi memang ketentuan Allah itu tak bisa dilawan dengan cara dan model apapun.

Jum'at pagi aku merasakan sesuatu yang tidak enak dan aku konsultasikan lewat whats app dengan sahabat SOLku (grup WA School of Life), dr. Yunita Sp.OG. Malamnya aku turuti saran beliau untuk ke dokter. Benar prediksi mbak Yunita, musti ada operasi kecil dan aku dijadwalkan operasi di minggu paginya.

Dokter yang menanganiku adalah yang dulu menangani kehamilan dan kelahiran Alni, Prof. Dr. dr. Soetomo Sp.OG. Senang sekali menyaksikan beliau masih sehat dan enerjik di usia senjanya.

Alni sudah 11 tahun, ya kira kira hampir 10 tahunan tidak ke klinik Muhammadiyah dan rekam medisku juga sudah tidak ditemukan. Berarti selama itu, 10 tahunan aku tidak sakit yang berarti, hampir selalu sehat, segar bugar dan bundar ... *haha*.

Ketika berbaring di ruang operasi itu aku teringat ibu. Biasanya di saat seperti ini aku menelpon ibu dan minta doa restunya. Dengan doa ibu aku merasa kuat dan bisa melewati semua.

Ibu telah tiada, tapi aku menemukan Allah sebagai Yang Maha Ibu. Merasakan pendampinganNya, dan dikuatkan olehNya.

Sakit ternyata sebuah perjalanan spiritual. Rasanya aku sudah tak perlu membesar-besarkan sakitku, karena ini hanya jalan setapak menujuNya. Yang Maha Besar hanya Allah.

Apakah Allah menghendaki kita sakit? Ternyata bukan. Di atas sakit, Allah berkehendak kita lari dalam pelukanNya. Kita menemukanNya sebagai Yang Maha Sayang, Yang Maha Merawat, Yang Maha Penyembuh, Yang Maha Ibu, Yang Maha Menjaga melebihi ibu pada bayinya, Yang Maha Detail hingga ketika kita sakit, Dia kirimkan dokter, sahabat, perawat, pasangan, anak, sekaligus uang, sehingga dipastikanNya kita terjamin dan bisa menerima pembelajaran dari sakit dan rasa sakit itu. Bukan sakit itu kehendaNya. Sakit itu kita yang buat karena kesalahan dan karma.

Sahabatku Pak Imam Setiaji Ronoatmojo bilang , ” Sakit itu juga jalan bahagia bu Innuri. Fisik ini ibarat rumah atau kepompong kita. Bahwa kepompong itu tiada yang kekal, ia bakal musnah bersama sang waktu. Allah saya pikir mensunnahkan demikian. Namun jiwa, sukma, ruh akan kekal bersama seluruh kebaikan-kebaikanNya. Yang jahat akan dicuci selama perjalanan pulang untuk kekal. Yang buruk akan juga musnah. Yang ada adalah cinta kasih sayang. Jadi saya meyakini bahwa sakit itu adalah salah satu jalan pulang kita.

Namun kita diberi harapan sembah, untuk menyempurnakan kebaikan-kebaikan kita. Ada tugas yang harus ditunaikan. Tapi jika Allah memanggil, kita serahkan kembali , bahwa tugas-tugas telah diupayakan diselesaikan dengan sebaik-baiknya”.

Senyum Menuju Hati

Jumat, 05 Januari 2018

Beberapa hari yang lalu, R seorang karyawanku terjerat masalah yang menyangkut polisi. Pasalnya dalam sebuah pertengkarannya, anaknya memukul menantunya, lalu menantunya membuat visum dan melaporkannya ke polisi. R menjadi saksi atas kejadian itu.

Dari kantor polisi, R meneleponku dengan nada sedih dan khawatir, karena anaknya terancam masuk penjara dan rumah tangga yang terancam bubar. Minta doa dan aku doakan saja.

Saat mendoakan itulah aku merasa si R bisa melakukan sesuatu yang bisa membantu mencairkan masalah. Lalu aku telepon dia.

"Coba kamu lakukan senyum tapi di hati, senyum itu ditujukan ke hati setiap orang yang terlibat dalam masalah itu. Satu per satu. Pak polisinya senyumin hati ke hati, anak kamu, menantu kamu, para saksi juga. Hati gak boleh jengkel, sedih atau benci, hati musti penuh kasih sayang. Senyumannya senyum hati loh ya, ditujukan ke hati. Soal nanti jadi senyum di bibir itu ya biarkan saja mengalir dari hati ", begitu kataku dalam bahasa Jawa halus karena usia R memang lebih tua dari aku.

Besoknya R masuk kerja dengan senyum lebar. Masalah sudah selesai, si menantu akhirnya mencabut laporannya. Malamnya mereka bersilaturahim ke besan si R, 2 keluarga bertemu dan saling bermaaf-maafan. *Ending* yang manis bukan?

Walau contoh ceritaku seperti itu, tak perlu menunggu masalah untuk melakukan senyum dari hati ke hati. Barangkali sudah sering kita lakukan pada keluarga yang kita sayangi. Sekarang coba deh lakukan pada setiap orang yang berinteraksi dengan kita dalam keseharian, sampai jadi kebiasaan dan menjadi otomatis. Rasakanlah bedanya dengan pergaulan yang hanya senyum di bibir saja.

Senyum dari hati, membentuk lengkungan indah di bibir, ditujukan ke hati orang lain, tersentuhlah hati mereka. Senyum jugalah ke alam semesta, langit, pepohonan dan bunga-bunga. Dan jangan lupa tersenyum kepadaNya, ucapan syukur akan terasa lebih indah.

Hidup Dimanakah Kamu ?

Rabu, 04 Januari 2017

Di dunia ini, hidup secara 'bertumpuk' alam yang kasat mata atau yang terlihat dan alam yang tak kasat mata.

Nah, di alam yang tak kasat mata ini, ada alam jin, malaikat, ruh, alam pikiran, alam perasaan, alam khayalan, alam bawah sadar, dll.

Alam tak kasat mata yang terhubung dengan Allah, aku sebut alam ilahiyyah atau dalam tulisanku yang lalu aku namakan *zona ilahiyyah*. Saat pikiran dan perasaan berada dalam kasih Tuhan, saat itulah dia berada di alam ilahiyyah.

Hidup di alam ilahiyyah sementara raga menginjak bumi dan beraktifitas di atasnya, ini merupakan cita-cita spiritual sebagian orang termasuk aku. Karena kebahagiaan terindah itu ada disini.

Tidak ada rasa khawatir dan sedih hati, itu adalah perasaan orang yang hidup di alam ilahiyyah. Yang ada di sana hanyalah kebahagiaan, kedamaian, keindahan yang tak tergambarkan.

Di alam ilahiyyah tidak ada kepentingan personal, yang ada adalah saling menguatkan satu sama lain untuk menjaga alam ini agar tetep tegak berdiri dan selalu harmonis dengan penghuninya. Di alam ilahiyyah tidak berlaku waktu dan jarak, maka manusia jaman sekarang bisa bertemu dan berkomunikasi dengan para Nabi atau orang-orang dari masa lalu yang Allah kehendaki dalam mewujudkan kebijaksanaan Allah di muka bumi.

Alam ilahiyyah itulah kehidupan yang sebenarnya, dari sana dikendalikan segala urusan di alam yang kasat mata, dari urusan yang kecil dan terlihat remeh sampai urusan besar yang tak terjangkau pikiran manusia.

Bagaimana kita bisa membuktikan alam tak kasat mata bisa mengendalikan alam kasat mata yang 'partikel-partikel'nya lebih gede ini? Dengan melakukan percobaan sederhana pada diri kita sendiri dengan orang yang kita sayangi. Siapapun bisa melakukan percobaan ini.

Umumnya kita manusia menganggap bahwa alam kasat mata yang mempengaruhi alam tak kasat mata. Contoh: tidak punya uang bikin hati sumpek. Jadi susah dimengerti kalau itu dibalik jadi: hati sumpek bikin tidak punya uang. Sudah terlanjur menancap di kepala manusia bahwa sesuatu yang halus (perasaan) tidak bisa menggerakkan partikel yang lebih besar seperti uang. Padahal kekuatan yang halus-halus itulah yang mempengaruhi alam kasat mata.

Coba lakukan percobaan sederhana ini, lucu tapi jangan diketawain ya. Ini cara mengendalikan orang lain ala anak SMA tahun 80 an, tapi khusus pacar. Jadi bila kangen pacar, ada 'ritual' nya yang bikin pacar datang. Telepati ala teman-temanku, karena jaman dulu gak ada *handphone*, telepon rumah juga jarang yang punya.

Ceritanya dulu aku dan teman-teman cewekku punya rahasia. Bila kangen pacar, dibacain al fatihah 3 kali sambil nahan nafas sambil bayangin wajah dia. Ada yang menambah ritual ini dengan menghentakkan kaki ke bumi 3 kali setelah membaca al fatihah. Maka gak lama sang

kekasih hatipun nongol meski bukan malam minggu... *haha*. Cara ini hampir selalu berhasil.

Coba pada pasangan kita masing-masing ya. Misalnya pasangan berada di teras, kontak batinnya suruh masuk rumah dan menemuimu. Tapi jangan dicoba pada pasangan tetangga loh ya ... bisa kena sandal melayang ... hehehe.

Bila tidak punya pasangan, coba pada anak kecil yang kita kenal baik. Anak-anak biasanya gampang nangis kan? Pada saat ada anak nangis, coba kontak batinnya dan bayangkan dia tersenyum gembira. Dan lihat betapa mudahnya dia ceria kembali.

Itu berarti kekuatan perasaan telah berhasil 'memindahkan' manusia dari satu tempat ke tempat lain atau dari satu kondisi ke kondisi yang lain. Percobaan sederhana tapi cukup meyakinkan bahwa sebenarnya hal yang tidak tampaklah yang mempengaruhi kehidupan di alam tampak. Jadi berhati-hatilah dengan perasaanmu.

Selain perasaan, hal tidak tampak yang mempengaruhi kehidupan manusia adalah dosa dan pahala, atau timbangan kebaikan dan keburukan. Kehidupan yang sulit dan menyedihkan selalu ada hubungannya dengan timbunan kesalahan di masa lalu. Makanya kepada teman-teman yang sedang terlilit masalah berat, aku selalu menganjurkannya untuk selalu mencari peluang berbuat baik.

Di alam semesta ini, kekuatan kasat mata apa yang paling kuat? Batu karang? Tanah? Besi? Kayu? Api? Air? Batu karang yang kuat, bila menggelinding ke bawah,

barangkali merusak beberapa rumah. Tanah longsor pun demikian juga. Tapi api yang berkobar, dengan cepat menjalar dan susah dihentikan. Air yang marah, bisa jadi tsunami dan banjir bandang yang menelan banyak korban.

Angin daya jangkaunya lebih luas dan tak terkira, angin topan, puting beliung, angin puyuh. Banyak rumah bisa terbang, truk yang berat bisa terguling hanya oleh angin yang tidak terlihat mata. Dan angin bisa berjalan semena-mena merusak di wilayah luas dalam hitungan detik. Ternyata, benda dengan partikel kecil adalah yang terkuat dan paling mempengaruhi kehidupan.

Dalam diri manusia, perasaan adalah unsur yang paling halus, dan itulah yang mempengaruhi seluruh kehidupannya. Perasaan juga yang bisa mengakses alam ilahiyyah yang aku ulas kemarin.

Di alam ilahiyyah yang bertingkat-tingkat, bisa memasuki tingkat pertamanya saja sudah begitu wow. Gambarannya adalah saat kita bisa melaksanakan shalat dengan khusyu'. Saat hati merasa sedang menghadap Allah, aku sering menyebutnya 'klik' dengan Allah, merasa tenteram, terlindungi, tercukupi, seperti dalam buaian kasih sayang Allah. Saat itulah sebenarnya kita sedang berada di alam ilahiyyah.

Nah bawalah perasaan nyaman dan selalu berada dalam kasih sayang Allah itu dalam menghadapi segala persoalan kehidupan. Hati jangan terpengaruh atau terbawa hanyut oleh persoalan dunia yang sedang dihadapi. Tetap hidup di zona ketentraman alam ilahiyyah meskipun di depanmu ada segunung masalah.

Bila hati terbawa hanyut masalah, ambil wudhu, bila perlu shalat dua rekaat untuk mengembalikan hati di posisi zona ilahiyah lagi. Dengan cara begini, solusi mudah terlihat, petunjuk Allah juga mudah terbaca. Hidup menjadi ringan dijalani dan lebih indah.

Bersyukurlah dengan banyaknya masalah yang kamu hadapi, karena itu adalah kebijaksanaan Allah yang akan menarikmu dalam zonaNya, untuk membuatmu bisa hidup di alam ilahiyah.

Pembicaraan Tubuh

Jumat, 14 November 2014

Pertama kali 'mendengar' tubuhku sendiri bicara pada suatu siang beberapa minggu yang lalu. Aku sedang lupa sudah shalat dhuhur apa belum, dan aku mencoba mengingat-ngat dengan memoriku, tapi yang menjawab malah bukan otakku, melainkan tubuhku. Dia bilang 'sudah' dengan bahasanya sendiri, bahasa yang lebih mirip transformasi pengertian ke jiwaku.

Pengalaman itu bagiku sungguh *amazing*, baru kusadari bahwa aku punya tubuh yang bisa berkata-kata, bahkan gak pakai nunggu di akhirat saat hari penghisaban, saat kaki dan tangan bisa bicara. Ternyata di dunia inipun mereka sebenarnya bisa bicara, cuma kita yang belum mampu mendengar.

Tapi seandainya aku ditanya, bagaimana caranya bisa mendengar pembicaraan tubuh seperti mbak Innuri? Aku tidak bisa menjawab, kayaknya sih ini hadiah dari Allah. Cuma saranku bila menginginkan pemberian seperti ini, hati harus bersih, bersih dari kebencian, dendam, iri, dengki, nafsu terhadap dunia, dan perasaan negatif yang lain. Hati musti terbiasa harmonis dengan alam, caranya dengan diisi kasih sayang, dan itulah keajaiban prinsip bismillah.

Kali kedua mendengar pembicaraan tubuh terjadi kemarin malam. Ceritanya sepulang dari Lombok, aku sakit gigi, esok paginya dipijat sama eyang Virien sambil disuruh minum cataflam, sembuh dalam sehari, tapi kemudian sakitnya jadi berpindah ke gusi dan lidah yang

terkena pinggiran gigi yang tajam, rupanya ada infeksi yang belum tuntas. Tiga hari sudah aku coba mengobati dengan berbagai cara (karena aku takut ke dokter gigi), dengan obat kumur berbagai merk, dengan mengunyah daun tujuh bintang, dengan berkumur dengan air rebusan sirih juga, dan hasilnya tetap meradang.

Kemarin malam aku menyerah, aku sudah ikhlas, terserah Allah memberiku sakit, aku terima asal Allah ridha padaku. Untuk pertama kalinya dalam hidupku aku begitu menikmati rasa sakit itu, sambil tetap berkumur dengan obat kumur herbal Enkasari.

Lalu aku sengaja mengajak berbicara dengan lidah dan gusiku, apa sebenarnya yang bisa menyembuhkan mereka. Aku bilang pada mereka, bahwa aku mengakui bahwa sakit ini karena dosaku, di Lombok aku banyak curhat kepada mbak Lis, yang isinya *ghibah* (membicarakan keburukan orang) melulu. Dan tahukah apa jawaban mereka?

Mereka bilang bahwa pada dasarnya seluruh tubuh diciptakan Allah untuk mengabdi padaNya, diturunkan ke bumi untuk berbuat kebaikan. Saat tubuh berbuat dosa, berarti sudah terjadi penyimpangan dari tujuan awal, dan terjadilah proses kerusakan di bagian tertentu, kerusakan ini akan berlanjut bila dosa terus dilakukan. Cara memperbaikinya dengan kembali ke tujuan awal diciptakan, mengabdi padaNya dan berbuat kebaikan.

Akan halnya obat untuk sakit gusi dan lidahku adalah istighfar sebanyaknya, sambil dalam hati mendoakan orang yang aku ghibah untuk diampuni dosanya

sebagaimana Allah mengampuni dosaku. Mengembalikan perasaan kasih sayang lagi antara aku dan dia.

Malam setelah tahajud aku lakukan semua yang diminta oleh lidah dan gusiku, dan paginya aku merasa 75 % sembuh. Alhamdulillah.

Aku jadi ketagihan bicara pada tubuhku. Karena aku merasa gemuk sekali, akupun bertanya pada lemak-lemak di tubuh. Aku berencana membeli korset yang bisa membakar lemak, dan aku ingin tahu apakah itu berarti menyakiti mereka? Dan jawaban mereka sungguh mencengangkan!

Lemak itu bilang, bahwa dia diciptakan untuk berbuat kebaikan, dan kebaikan yang bisa dilakukannya adalah memberi energi / tenaga. Jadi dia menyuruh aku menggunakananya untuk bergerak. Menghilangkan lemak dengan menggunakan bermacam alat seperti yang aku saksikan di tivi-tivi itu bukanlah cara yang bijak untuk langsing, aku menyebutnya cara paksa. Itu membuat lemak tidak bisa menunaikan tugasnya berbuat kebaikan di muka bumi, dan itu bukan cara kasih sayang, bukan prinsip bismillah.

Sempat pula aku bicara dengan tanganku. Aku sering merasa tanganku menjadi panas dan tidak nyaman karena terlalu lama ngeblog, aku sampai pernah khawatir jangan-jangan tanganku bisa bermasalah karena keseringan ngetik di lap top. Dan jawaban tanganku, dia merasa bahagia dan berterimakasih karena diajak berbuat kebaikan, dan dia mendorongku untuk terus berbuat kebaikan, terus ngeblog dan menyebarkan manfaat buat orang banyak.

Amazing bukan pembicaraan antaraku dan tubuhku?

Aku merasa harus lebih menyayangi tubuhku ini, dengan menahan diri dari dosa, dan berbuat kebaikan sebanyak mungkin. Bukan hanya aku, ini tugas semua manusia, yaitu mensinkronkan antara jiwa dan tubuhnya, sehingga apa yang ditugaskan Allah untuk tubuh sama dengan keinginan jiwa. Bila terjadi sakit pada tubuh, musti intropesi diri, karena pasti terjadi ketidak sinkronan antara tubuh dan jiwa.

Salah satu yang aku buat untuk tanganku pagi ini, adalah meletakkan rangkaian bunga segar disamping lap topku, aku ingat ada tanaman tertentu yang bisa meminimalkan pengaruh radiasi ke tubuh. Karena tidak punya tanaman yang dimaksud, ya bunga inilah yang kupakai, dan aku lihat tanganku merasa nyaman dengan kehadiran bunga itu.

Rasanya bahagia bisa membahagiakan tubuhku sendiri. Saat aku menutup tulisan ini, sakit gusiku sudah sembuh 90%. Ajaib bukan?

Pertemuanku dengan “Lotus Sutra”

2 Februari 2018

Kasih sayang Allah telah mempertemukan aku dengan “*Lotus Sutra*”, yang membuat aku musti kembali ke kenangan masa lalu hingga saat aku SMA. Seperti cerita bersambung yang sambungannya musti nunggu selama puluhan tahun.

Aku mulai cerita ini dari saat aku SMA saja ya, biar ceritanya runtut. Jadi di kelas I-6 SMAN Batu Malang itu aku punya guru agama Islam lulusan IAIN, seorang ibu berkulit sawo matang, berkacamata dan rambut sebauhitam legam (jaman itu memakai jilbab belum umum), sayang aku lupa nama beliau, nama depannya bu Siti seingatku.

Dalam sebuah pelajaran beliau bilang, “Bisa jadi Sidharta Budha Gautama itu adalah seorang Nabi yang tidak tertulis di Al Qur'an”. Saat itu beliau sedang menerangkan bahwa tidak semua Nabi dan Rasul diceritakan kisahnya di Al Qur'an.

Kalimat beliau itu aku ingat hingga sekarang, walau aku masih juga tidak bisa mengingat nama lengkap bu guruku itu, tapi kalimat beliau sudah mendasari sikap hatiku sepenuhnya menghargai agama lain selain agamaku sendiri. Maha Kasih Allah telah menciptakan bermacam jalan untuk sampai kepadaNya.

Cerita ini berlanjut ke masa tuaku sekarang. Ketika melakukan meditasi, aku sering melihat dari dalam hatiku keluar bunga teratai indah dan bercahaya, berwarna putih dengan warna baby pink di pinggirnya. Walau kadang

keluar bunga krisan dan bunga dahlia juga pernah, tapi lebih banyak bunga teratainya, bunga itu seperti keluar dari kegelapan. Spontan aku menanyakannya pada mbak Ati dan pak Sonnie Wicaksono, apa artinya itu?

Jawaban pak Sonnie, "Hati kita itu seperti kelopak bunga teratai, bisa menutup dan membuka". Tentunya yang dimaksud hati di sini bukan hati = liver, bukan hati secara fisik. Jadi ketika kelopak teratai terbuka, itu menandakan bahwa hati kita sudah terbuka untuk Tuhan. Akupun jadi '*ngeh*' kenapa Budha digambarkan duduk di atas teratai, demikian juga Dewi Kwan Im, ternyata bunga teratai mengandung filosofi yang agung, selain melambangkan hati yang terbuka.

Cerita ini berlanjut lagi dan lagi. Terjadi ketika di tahun 2017 aku 2 kali pergi ke Lombok via Bali bawa kendaraan sendiri. Ketika melewati daerah Pasuruan-Probolinggo-Situbondo, aku melihat Budha duduk meditasi di atas langit yang aku lewati. Bukan seperti patung Budha, tapi aku melihat Budha sebagai manusia. Aku bertanya pada beberapa sahabat dan semua tidak ada yang mengerti maksudnya. Jawabannya aku temui setelah

Beberapa bulan setelah aku melihat Budha di langit duduk meditasi, aku sudah melupakan itu dan sama sekali lupa. Aku telah kembali pada kesibukan dan pekerjaanku.

Suatu hari aku membuka lap top untuk mencari musik di youtube untuk menemaniku beraktifitas, aku suka musik instrumentalia semacam Richard Clayderman, Yanni, Estas Tone atau Giovanni Marradi. Tapi saat itu pandangan mataku tertuju pada "*Tina Turner: Lotus Sutra / Purity of Mind (2H Meditation)*". Aku klik saja tanpa

berpikir apa itu Lotus Sutra, aku kira judul sebuah lagu untuk mengiringi meditasi.

Tapi apa yang terjadi setelah aku mendengarkan itu? Tiba tiba sikap dudukku yang agak membungkuk diperbaiki menjadi tegak, lalu aku *hoek-hoek ... gelegekan* sampai capek. Kemarin aku memang makan kepedasan dan paginya diare, rupanya tubuhku telah '*dikerjain*' oleh musik itu untuk dilakukan pembersihan. Ya baiklah, karena capek *hoak-hoek*, aku matikan saja itu musik dan *hoak-hoekku* berhenti ... *haha*.

Esoknya dan esoknya aku terus mendengarkan musik itu sambil beraktifitas, dalam hati sudah penasaran apa itu *Lotus Sutra* dan sudah niat untuk *googling* saja tapi belum sempat. Dengan ketidakmengertian itu, apa yang terjadi pada diriku?

"Aku lihat bunda gak makaaan aja, gak ngemiiil aja", kata bu Banah, dia penjahit di butik yang juga ikut mendengarkan *Lotus Sutra* karena posisinya di dekatku, lalu sambil tertawa dia bilang, "Saya juga begitu bunda, kok jadi gak mudah lapar dan gak suka ngemil lagi".

Asiiik, rasanya aku menemukan cara untuk dikuruskan Allah ... *haha*. Aku sudah merasa ini musik bisa *mbenerin* yang *kortslet* di pikiran, makanya di channel itu disebut *purity of mind* atau kemurnian pikiran. Bukan hanya tidak makaaan saja kerjaanku, tapi pikiranku seperti *disetting* dan *dibleaching* ... *haha*, aku otomatis bisa menolak makanan yang tidak baik untuk tubuhku, seperti gorengan, mie, dll. Aku benar-benar makan makanan yang sehat saja, sampai-sampai aku bisa merasakan buah

yang banyak disemprot bahan kimia, aku gak mau memakannya, padahal aku ini aslinya rakus banget.

Ketika aku *googling* tentang *Lotus Sutra*, terbelalaklah mataku dan sekaligus malu bukan kepalang. Ini dzikirnya Budha cuma kupakai untuk ngurusin badan? Ampuuun Gusti Allah!!! Maafkan hambaMu yang tidak tahu ini.

Aku mulai membaca berbagai situs yang menjelaskan tentang ajaran *Lotus Sutra*, aku membaca *Saddharma Pundarika Sutra* di internet dan bertanya ke beberapa teman tentang ajaran Sidharta Budha Gautama.

Lotus Sutra atau Sutra Teratai adalah kitab suci tentang Budhisme. Mengajarkan tentang amal kebaikan, kebijaksanaan kebudhaan, jalan untuk melepas segala kemelekatan, jiwa *welas asih*, jalan untuk melepas nafsu keduniawian, mengajak dan membantu semua orang menuju kesempurnaan. Ini pemahaman versi Innuri yang orang awam, setelah membaca beberapa artikel di internet.

Kaitannya dengan Budha yang aku lihat bermeditasi di atas langit Probolinggo itu, aku temukan saat membaca *Saddharma Pundarika Sutra*. Di dalam kitab itu dijelaskan tentang Budha yang menjaga berbagai negri, dengan cahaya ghaib yang memancar dari batin sang Budha. Rupanya itulah yang aku lihat saat itu dan aku melihat hal yang sama di rentang waktu yang berbeda.

Menyadari itu semua, aku hanya bisa bilang, Masya Allah, semua terjadi karena kehendak dan kasih sayang Allah. Maha Benar Allah dengan firmanNya di Al Qur'an dalam surat Al Baqarah ayat 62 :

“Sesungguhnya orang-orang mukmin, orang-orang Yahudi, orang-orang Nasrani dan orang-orang Shabiin, siapa saja di antara mereka yang benar-benar beriman kepada Allah, hari kemudian dan beramal saleh, mereka akan menerima pahala dari Tuhan mereka, tidak ada kekhawatiran kepada mereka dan tidak pula mereka bersedih hati”.

Yang dimaksud Shabiin adalah agama terdahulu yang dibawa para Nabi terdahulu, baik Nabi yang tertulis atau yang tidak tertulis di Al Qur'an.

Saat ini aku baru menyadari bahwa diriku ini sudah Allah pertemukan dengan beberapa Nabi, 3 kali ditemui Nabi Muhammad, sekali Nabi Isa, sekali Nabi Khadir, sekali Nabi Sulaiman dan ... ketika bertemu Budha, aku merasa aneh, kok Budha disitu ya? Bukankah itu di daerah yang penduduknya mayoritas muslim? Innuri yang bodoh dan sempit hati dan pikirannya!!

Ketika pikiranku tak lagi sempit dan bodoh, aku tersadarkan bahwa semua itu adalah sistem Allah di alam semesta, agar semua makhluk kembali dalam kasih sayangNya seutuhnya. Sistem Allah yang integral, yang rapi, yang detail, yang Maha Segala-galaNya!

Aku yang selama ini terkotak dalam dogma-dogma agama, yang merasa bangga dengan Nabiku sendiri, ternyata itu selubung yang menghalangi pengenalan diriku akan Allah Yang Menguasai jagat raya ini. Allah seperti menyodorkan padaku sebuah hasil karyaNya yang aku ingkari secara tidak sengaja, “Ini loh Innuri cantik, manusia suci yang selama ini tidak kamu perhitungkan keberadaannya, Budha yang telah banyak berbuat untuk

alam semesta dan kamu tidak pernah menghargainya sekalipun”.

Aku menangis ketika kesadaran ini terbuka, alangkah kecilnya diriku, alangkah sempitnya kotak yang aku ciptakan sendiri.

Allah, ijinkan aku kirim salam kepada kekasihMu, Sidharta Budha Gautama, sampaikan penghormatan tertinggiku kepadanya. Kini dia aku shalawati seperti aku berkirim shalawat kepada Nabi Muhammad, dengan penuh cinta dan kerinduan.

*Kebencian
tidak mengubah apapun.*

*Hanya cinta kasih
yang bisa memperbaiki apapun.*

*Karena cinta kasih
bekerja dengan Tuhan.*



BAB III

PEMBERSIHAN DIRI DENGAN HO'OPONOPONO

Tehnik dari Hawaii ini sering kulakukan, dan itu memberi keajaiban dengan bermunculannya petunjuk Tuhan di hati, tapi harus dijalani dengan bijak.

Tidak semua kasus bisa kita ho'oponopono. Disini ada proses 'mengambil alih kesalahan orang lain menjadi kesalahan kita', kesalahan seperti apa dan apakah itu berhubungan dengan kehidupan kita? Bila tidak ada hubungannya dengan kehidupan kita, sebaiknya biarkan dia menyelesaikan sendiri kesalahannya dengan Tuhan.

Bila memang ada hubungannya dengan kehidupan kita, boleh kita lakukan ho'oponopono sebagai sarana pembersihan diri.

Ada banyak tulisanku tentang ho'oponopono yang akan aku sajikan dalam beberapa judul agar lebih mudah dimengerti.

Keajaiban Berawal dari Cinta Kasih

Senin, 10 Maret 2017

Dalam perjalanan hatiku, Allah menuntunku pada ajaran Ho'oponopono. Sebuah meditasi pembersihan hati yang menggunakan 4 kata yang kitaucapkan kepada Tuhan: *I'm sorry, please forgive me, I thank you and I love you*, kalau diucapkan dalam bahasa Arab, sama dengan ucapan istighfar, hamdaloh dan ya rahman rahiim, barangkali bagi yang muslim lebih sreg dengan bahasa Arab ya *monggo* saja. Bagiku sendiri lebih suka memakai bahasa Inggris yang dilakukan seperti yang aku temukan di youtube.

Bagus sekali, sekaligus ajaib untuk membersihkan pikiran bawah sadar yang kerap menimbulkan kejadian buruk. Setelah pikiran bawah sadar bersih, maka kita akan bertemu cinta kasih Ilahi. Cinta Ilahi inilah yang mengantar kita pada kesempurnaan hidup. Salah satu pelajarannya ternyata pernah aku praktekkan dulu banget.

Dulu sering terjadi kecelakaan di depan butik, hampir setiap bulan, suara 'brak' yang mengagetkan dan pemandangan orang yang terluka yang menimbulkan trauma tersendiri buatku. Tentu ada yang salah kan ya? Mungkin yang nabrak yang salah, bisa jadi korban yang salah.

Tapi aku punya pikiran lain. Akulah yang bersalah atas kecelakaan itu. Kok bisa? Bukankah aku berada di dalam butik dan tak ada sangkut pautnya dengan kecelakaan itu?

Ya. Akulah yang salah, karena aku sudah lama tidak mendoakan jalan raya agar selalu aman dan tak terjadi kecelakaan.

Maka aku memohon ampun pada Allah, aku ajak seluruh karyawanku berdoa untuk jalan raya. Dan bertahun-tahun tak kujumpai kecelakaan di depan butik, mudah-mudahan itu berlaku di sepanjang jalan yang terhubung dengan jalan depan butiku.

Berani menanggung kesalahan yang dilakukan fihak di luar diri, lalu memohonkan ampun atas kesalahan itu. Ini adalah salah satu cara pembersihan diri, agar hati kita bisa menemukan cahaya cinta ilahi.

Diri ini membutuhkan cinta ilahi, dan cinta itu sudah ada di hati kita, hanya kita perlu membersihkan kotorannya yang berlapis-lapis.

Lakukan pembersihan ini setiap hari. Setiap menemukan hal yang tidak menyenangkan dalam hidup, itulah kesalahan diri kita yang harus dibersihkan.

Maka setiap kali berhadapan dengan hal yang membuat perasaan menjadi sedih galau, mohonkanlah ampun pada Allah karena itu adalah refleksi dari kesalahanmu. Biarkan Allah menyucikan kesalahan itu karena diri kita tak akan bisa.

Bila terbiasa menarik hal buruk yang kita saksikan sebagai kesalahan kita dan memasrahkan pada Allah untuk dibersihkan, maka hati jadi terisi cinta kasih Ilahi. Di titik inilah Allah akan mengerjakan bagiannya.

Memperbaiki Apapun dengan Cinta kepada Tuhan

20 Maret 2017

"Tanggung jawab saya adalah memperbaiki apapun yang saya alami di dalam diri saya dan saya berhubungan langsung dengan Tuhan. Saya berkata, saya mencintaimu kepada Tuhan untuk memperbaiki apapun yang ada di luar saya", Dr. Hew Len, ho'oponopono.

Jadi begini "alur cerita" nya. Setiap hari kita mengalami berbagai peristiwa. Bila ada peristiwa yang tidak menyenangkan, maka kita bisa memperbaikinya dengan membawa peristiwa tersebut ke dalam diri, di dalam diri kita, peristiwa tersebut kita bersihkan programnya dengan 4 frasa ajaib yang salah satunya adalah ucapan *I love you* yang ditujukan kepada Tuhan.

Bagiku ini qur'ani banget, karena dalam al qur'an kita wajib mencintai Allah melebihi cinta kita pada selainNya. Dan ternyata ini adalah kunci setiap perbaikan.

Contoh kasus:

Pagi tadi aku dengar suamiku dan bu Warni ramai sekali mencari gergaji, lama dicari gak ketemu sampai ucapan kejengkelan aku dengar dari keduanya. "Kayaknya Yopi yang terakhir makai", kata bu Warni mulai mencari kambing hitam, Yopi itu karyawanku cowok bagian *wira wiri*.

Pada umumnya penyelesaian yang ditempuh adalah ikut cerewet menyalahkan si A atau si B sambil membantu mencari. Ini namanya menyelesaikan persoalan di luar diri dari luar diri pula.

Untuk menyelesaikan persoalan luar ke dalam diri, maka aku diam, aku tarik semua yang terjadi sebagai kesalahanku, tidak menuduh dan mencurigai siapapun, atau menyalahkan suami yang tak meletakkan barang pada tempatnya. Perlahan kesalahan itu aku bersihkan dengan 4 frasa ajaib. Dan ... taraa ... tak sampai 1 menit gergaji itu ditemukan suamiku. Sampai do'i penasaran, "Apa sih dek ho'oponopono itu ?" Tanya saja sama pembaca blog Innuri ... *hahaha*.

Iya kok, pembaca Innuri blog sudah banyak yang pinter-pinter melakukan ho'oponopono. Tulisan di bawah ini dari seorang sahabat Innuri tentang hasil praktek ho'oponopono yang ternyata mudah dilakukan. Tinggal mengucap 'mantra' 4 frasa itu dan *prok prok prok* jadi apa ... *hehe*.

"Mba Innuri.

Sebenarnya saya tidak sabar untuk berbagi pengalaman saya hari ini mengenai teknik ho'oponopono yang mbak innuri sarankan. Sudah beberapa hari ini saya mencoba melakukannya dan kebetulan postingan mbak yang baru saya baca kejadian ceritanya hampir sama dengan yang saya alami hari ini.

Sekitar pukul 10 tadi pagi, saat saya baru pulang dari membeli sesuatu, saya mendapati ibu saya sedang menghadapi masalah, yaitu ember yang sedang dipakai untuk mengambil air tiba-tiba jatuh ke dasar sumur. Sebelumnya kalau hal itu terjadi saya selalu menyalahkan ibu saya dalam hati, karena kebiasaannya kalau sedang mengambil air selalu saja dengan keras mengambilnya, tak heran kalau hal itu selalu terjadi.

Namun hari ini saya berusaha untuk membenahi diri saya, dengan mengambil alih tanggung jawab atas semua kesalahan yang terjadi dan menyesalinya dengan meminta maaf kepada Allah, karena saya menyadari hal ini pun terjadi karena kesalahan saya dan tak lupa saya pun memasrahkan semuanya kepada Allah.

Saya pun mencoba menolong ibu saya dengan mengambilkan ember itu dari dalam sumur dengan menggunakan bambu dan pengait yang sebelumnya ibu siapkan sebagai alat untuk menjangkau ember di dasar sumur dan alhasil kurang dari 5 menit ember itu pun saya dapatkan. Namun sebenarnya ember yang saya dapatkan pertama kali bukan ember yang sebelumnya dijatuhkan ibu saya melainkan ember yang sudah beberapa tahun tenggelam disana.

Saya begitu takjub dan bersyukur tak terkira saat itu, dan berselang beberapa detik, ember kedua pun dapat saya dapatkan yaitu ember yang ibu saya jatukan. Saya benar-benar bersyukur dan tak percaya saya bisa melakukannya, padahal ibu saya sudah berusaha untuk mengambilnya lebih dari 1 jam sejak pertama saya pergi dan pulang kembali. Terima kasih ya Allah “.

Tidak pernah menyalahkan orang lain akhirnya bisa jadi kebiasaan. Dan bila terbiasa membersihkan segala peristiwa dengan cara ho'oponopono, maka rekaman pikiran bawah sadar akan dibersihkan semua tergantikan dengan cinta kasih ilahi, maka hidup ini menjadi sempurna.

Semua perlu komitmen dan membutuhkan proses. Tapi proses ini amat menyenangkan dan banyak kejutan indah

terjadi. Yuk tengok ke hati kita masing-masing, masih suakah menyalahkan orang lain? Kalau masih, yuk mulai dibersihkan.

*Tanggung jawab saya adalah
memperbaiki apapun yang saya alami
dan
saya berhubungan langsung dengan Tuhan.*

*Saya berkata,
saya mencintaiMu kepada Tuhan
untuk
memperbaiki apapun
yang ada di luar saya.*

(Dr. Hew Len)

Dua Cara Menjalani Hidup

14 Maret 2017

"Hanya 2 hukum yang menyebabkan pengalaman saya, yaitu: kenangan bawah sadar dan inspirasi dari Tuhan", Dr. Hew Len, Ho'oponopono.

Dalam ho'oponopono ada 2 konsep menjalani hidup yaitu berdasarkan kenangan / memori dan berdasarkan inspirasi.

Kenangan yang mengendap di bawah sadar biasanya disebut pikiran bawah sadar atau *subconscious mind*. Inilah yang amat mempengaruhi kehidupan kita. Tapi kita sendiri tak pernah tahu apa isinya, ya namanya saja di bawah sadar, susah untuk melihatnya. Pikiran bawah sadar terbentuk antara lain dari pengalaman masa lalu yang sayangnya tak selalu menyenangkan, juga dari dosa dan kesalahan yang pernah kita perbuat. Bagi yang mempercayai adanya reinkarnasi, dosa dan kesalahan di kehidupan yang lalu akan terekam di memori bawah sadar juga.

Kehidupan ini adalah refleksi dari kenangan bawah sadar tadi. Bila ingin melihat apa isi *subconscious mind* kita ya lihatlah kehidupan kita sendiri, karena layar kehidupan kita ini adalah refleksi dari simpanan di bawah sadar.

Ada temanku yang nasibnya selalu dapat suami yang tidak menyenangkan, sampai menikah 3 kali dan selalu saja apes. Ini berarti pikiran bawah sadarnya tentang lelaki ya seperti itu, entah terbentuk dari kesalahan dan dosanya atau dari karma di kehidupan lalunya.

Menurut ho'oponopono, masalah adalah kenangan yang terulang. Agar tidak ada masalah, kenangan itu harus dibersihkan. Untuk membersihkannya, kita ucapkan 4 frasa ajaib yang kita tujukan kepada Tuhan.

Adanya masalah menjadi hal yang patut disyukuri karena menjadi tahu apa yang musti dibersihkan dan kita ucapkan terimakasih kepada Tuhan dengan sepenuh hati untuk setiap masalah yang muncul dalam kehidupan. Ucapkan *I thank you* kepada Tuhan, atau pakai bacaan *hamdalah* ya boleh.

Lakukan pembersihan setiap hari setiap bertemu masalah apa saja. Bila kenangan itu sudah bersih (menjadi zero / nol), maka kita bisa hidup berdasarkan tuntunan Tuhan yang disebut hidup berdasarkan inspirasi.

Berhenti menyalahkan orang lain merupakan kekuatan untuk membuka *blocking* pikiran. Ditambah proses pembersihan, "*I'm sorry, please forgive me*". Lanjut ucapan syukur dan cinta.

Bagi yang sudah melakukan pembersihan via ho'oponopono, biasanya bisa merasakan datangnya inspirasi / petunjuk Tuhan. Munculnya pemahaman baru dan hati menjadi lebih lembut dan kehidupanpun bergerak sempurna.

Semuanya perlu proses dan komitmen untuk terus menjalankannya.

Tentang Ho'oponopono

Senin, 20 Maret 2017

Sudah aku jelaskan sebelumnya konsep ajaran ini, ada 2 cara menjalani hidup, yaitu berdasarkan kenangan dan berdasarkan inspirasi (tuntunan Tuhan di hati saat hati dalam kondisi zero limit / bersih.

Untuk hidup berdasarkan inspirasi, maka kita harus membersihkan kenangan / program. Masalah adalah kenangan (yang mengendap di bawah sadar kita) yang berulang atau disebut juga program.

Kehidupan kita dan orang lain di seluruh dunia pada hakekatnya sedang menjalankan program. Maka untuk mengubah kehidupan ini, kita harus membersihkan program tersebut dengan 4 frasa ajaib yang kita tujukan kepada Tuhan.

Mulai dari hal kecil-kecil sampai hal yang menurut kita besar dan serius, maka kita tarik semua itu sebagai kesalahan kita, lalu kita mohonkan ampun, ucapan terimakasih untuk masalah itu karena masalah merupakan kesempatan untuk dibersihkan lalu kita ucapan betapa kita mencintai Tuhan.

Saya sudah mencobanya mulai dari urusan mati lampu, wifi yang ngambek, sampai urusan koruptor e ktp ... haha. Yang mati lampu dan wifi ngambeg bisa berhasil, yang mega korupsi mudah-mudahan menemukan jalannya untuk diselesaikan.

Semula terasa aneh, dosa korupsi segede itu ditarik sebagai kesalahanku dan memohonkan ampun untuk

dosa yang dilakukan orang lain, kedengarannya gila banget dan bikin berat di hati.

Tapi ketika aku lakukan ternyata malah meringankan hati dan pikiran. Jadi sekarang tiap kali menyaksikan sesuatu yang tidak enak, aku ho'oponopono in saja. Tinggal nyanyi mengikuti *ho'oponopono song* dari youtube dan hatiku jadi bersih dari rasa menyalah nyalahkan orang lain, malah muncul rasa kasih sayang.

Tapi menarik dosa segede e KTP seperti jangan ditiru, perlu ketrampilan khusus melakukannya. Ketrampilan khusus yang aku maksud adalah menarik kesalahan tapi tidak sampai menarik ke dalam diri sebagai sebuah kesalahanku, menariknya cukup sampai di hadapanku saja, tidak sampai ke dalam. Jadi ketika proses pembersihan terjadi, yang terjadi dalam diriku adalah memasrahkan prosesnya kepada Allah untuk dibersihkan, selanjutnya terserah Allah, apakah ini berarti sang koruptor insaf dan mengakui kesalahannya, ataukah mereka musti menjalani hukuman sebagai proses pembersihan yang musti dijalani.

Sebuah kesalahan, aku melihatnya berwarna kehitam-hitaman yang melingkupi seseorang, kalau hitamnya kecil saja, maka bisa dibersihkan tanpa 'menghilangkan' orangnya. Tapi ketika kesalahan begitu besar dan melekat sampai seluruh tubuhnya hitam semua, maka pembersihan menjadi lebih total, orangnya bisa ikut dibersihkan, barangkali berupa dihukum di dunia berupa masuk penjara dengan menanggung malu dan dihilangkan dari percaturan politik yang merupakan kehidupan dia sebelumnya.

Demi keamanan diri sendiri, aku sarankan, melakukan ho'oponopononya hanya untuk kasus-kasus yang berhubungan langsung dengan kehidupan kita saja. Untuk kasus-kasus besar seperti contohku di atas, biasanya sudah ada yang melakukannya, orang-orang khusus yang memang ditugaskan Allah.

Aku sering menemukan hubungan ho'oponopono dengan ayat-ayat Al-Qur'an, cuma gak hafal surat dan ayatnya. Aku juga lebih mudah menjalankan prinsip segitiga (prinsip selalu terhubung dengan Allah dalam setiap hal yang dihadapi) dan lebih memahami apa itu makna *rahmatan lil alamin*, yang ternyata harus tidak ada setitikpun rasa kebencian / tidak suka, dan hati yang luas yang terisi cinta kasih untuk alam semesta, *unconditional love*, mencintai tanpa syarat.

Antara Dosa, Kesalahan dan Program Bawah Sadar

Sabtu, 22 April 2017

Ada yang bertanya begini, "Kalau ho'oponopo untuk membantu membersihkan dosa orang lain sedangkan dosa diri sendiri merasa banyak, manakah yang lebih penting untuk didahulukan?"

Bukan hanya membersihkan dosa, tapi membersihkan program (memori bawah sadar). Dalam ho'oponopono, apa yang terjadi di luar diri adalah refleksi dari dalam diri. Semua penting untuk dibersihkan.

Dosa dan kesalahan itu berbeda, kesalahan belum tentu dosa. Kesalahan program lebih beda lagi. Dosa itu berhubungan dengan aturan agama, yang hakekatnya pada saat kita melakukan perbuatan yang menimbulkan kerusakan pada diri sendiri, orang lain dan lingkungan, maka itulah dosa. Seperti mencuri yang merugikan orang lain, menggunakan narkoba yang merusak diri sendiri, merusak fasilitas umum yang merugikan orang banyak.

Kesalahan belum tentu dosa, misalnya kita salah masuk rumah orang, kita kira rumah kita sendiri. Solusinya tinggal minta maaf saja dan beres. Kalau salah masuk ke butiknya Innuri, ya tinggal beli kain lukisku saja dan aku dapat uang ... hahaha.

Kesalahan program adalah memori bawah sadar yang menimbulkan hal tidak menyenangkan dalam hidup, kesalahan program juga ditimbulkan oleh dosa dan kesalahan di masa lalu, bisa jadi karena kesalahan pola pikir juga. Jadi, kesalahan program itu sebenarnya

tumpukan kesalahan diri kita sendiri yang sepanjang hidup kita lakukan, atau bagi yang mempercayai adanya reinkarnasi, kesalahan di kehidupan yang lalu yang belum dibersihkan juga turut andil menyumbang dalam memori bawah sadar kita.

Contoh sederhana kesalahan dalam pola pikir: ada seorang wanita yang di masa kecilnya mendengar berkali-kali kalau lelaki itu tidak bisa dipercaya. Anggapan ini *nancep* banget sampai dia percaya. Tanpa dia sadari konsep itu tertanam di bawah sadarnya. Maka ketika dia mendapatkan pasangan yang tidak bisa dipercaya, ini adalah refleksi dari pikiran bawah sadarnya. Maka untuk membersihkan program itu, dia tak boleh menyalahkan pasangannya. Semua kesalahan pasangan musti dia ambil alih dan dia bersihkan dengan mengucap 4 frasa kepada Tuhan.

Mungkin kedengarannya aneh, pasangan yang berselingkuh, dia yang mengaku salah dan memohon ampun kepada Tuhan. Tapi inilah prosedur yang musti dilalui agar bisa melepaskan ego. Saat bisa melepaskan ego, maka cinta dan inspirasi dari Tuhan akan hadir di hati. Program yang salahpun bisa diperbaiki. Disini terdapat doa yang makbul.

Hasil yang luar biasa memang diawali dengan perjuangan, dan perjuangan melepas ego itu memang berat.

Contoh lainnya, ketika kita dimaki-maki orang. Kita syukuri saja hal itu, karena itu adalah refleksi dari dalam diri. Maka kita tak perlu sakit hati, ngedumel atau membala dengan caci maki juga. Mungkin di dalam diri kita ada program 'dimaki-maki' yang perlu dibersihkan

karena kita dulu pernah memaki-maki orang. Maka kita ambil alih kesalahan orang itu, lalu kita bersihkan dengan 4 frasa agar tak ada lagi kenangan yang terulang. Mudah dan ajaib.

Semoga bisa dipahami.

*Kenyataan yang muncul
di layar kehidupan,
adalah
refleksi dari dalam diri.*

Mengho'oponoponoin Masalah

14 maret 2017

Sahabat Innuri (baca: pembaca tulisan ku) tidak hanya muslim, cukup banyak juga yang non muslim. Di antara mereka ada yang sedang menghadapi masalah berat yang dulu aku hanya bisa menyarankannya untuk berpasrah pada Tuhan.

Sekarang aku punya jawaban baru untuk mereka, yaitu *daho'oponoponoin*. Yaitu dimohonkan ampun dan dipasrahkan agar cinta kasih Tuhan membersihkannya. Biarkan 4 frasa itu bekerja, kita gak *ngapa-ngapain*, karena kasih sayang Tuhanlah yang membersihkan program bawah sadar kita.

Bagi yang muslim, aku pernah nulis kalau 4 frasa itu kan kayak kita baca *istighfar*, *hamdalah* dan *basmalah*. Dan ajaran Islam lebih lengkap, ada 99 asma Allah yang biasa didzikirkan, ada *asmaul husna* (nama-nama Allah yang indah). Jadi lebih lengkap frasa yang bisa dipakai dalam proses pembersihan program bawah sadar kita. Hanya sayangnya kebanyakan kita yang muslim, melakukan dzikirnya gak nembus ke hati. Kadang terlihat aneh juga, bibirnya mengucap basmalah yang mengandung arti kasih sayang tapi diucapkan dengan hati yang membara dan penuh kebencian, hal seperti ini banyak kita saksikan di media sosial.

Jadi marilah belajar merendahkan hati, belajar dari orang hawai yang punya ho'oponopono dalam memecahkan masalah. Hanya dengan 4 frasa yang digunakan dengan benar, dengan dibantu kasih sayang Tuhan, bisa

menyelesaikan masalah dalam kehidupan ini. Masalah di luar diri diselesaikan dengan membereskan yang ada di dalam diri.

Menjalankan ho'oponopono selain memberi banyak kejutan yang wah, juga memberi kesadaran baru bahwa ternyata dalam diri ini banyak sekali 'sampah' yang musti dikeluarkan. Makanya hidup jadi banyak hambatan, karena *kepleset* sampah tadi. Juga banyak pikiran bengkok yang perlu diluruskan, makanya hidup kok penuh liku.

Salah satu pelajaran dalam ho'oponopono adalah segala hal buruk yang terjadi adalah kesalahan kita. Jadi kalau kita didzalimi orang, yang salah ya nunjuk diri sendiri. Sampai listrik mati atau wifi yang menggoda, yang salah ya bukan PLN atau telkom, tapi diri sendiri.

Dua hari yang lalu di butikku listrik mati pagi-pagi, saat lembur lukisan yang mau diambil siangnya. Kesal itu pasti karena gak ada listrik, lukisan gak kering-kering. Saat itulah aku berbisik pada Allah pakai 4 frasa ajaib. Memohon ampun pada Allah sambil mengakui kalau kesulitan ini pasti terjadi karena kesalahanku. Aku serahkan saja pada kasih sayang Allah untuk membersihkan kesalahan itu.

Eh tak lama kemudian, listriknya nyala. Dan satu lagi kesadaran baru muncul, bahwa tidak ada hal besar atau kecil yang dikuasai manusia, semua adalah Allah penguasanya. Listrik tidak dikuasai PLN ternyata, melainkan Allah.

Sebelumnya tiap listrik mati, pikiran langsung ke PLN, ada apa kok *byar pet*? Seolah-olah tidak ada Allah yang menggerakkan orang-orang di sana. Ini hal yang terlihat kecil tapi besar dan penting. Mengakui dengan sepenuh keyakinan bahwa Allah menguasai segala-galanya adalah pikiran yang lurus. Dibalik segala hal ada Allah yang menggerakkannya, kita sering lupakan itu ‘kan?

Keyakinan yang kuat akan kekuasaan Allah dibangun dari hal-hal yang terlihat kecil sampai hal-hal besar yang kita alami dan saksikan. Tak setitikpun yang tak berarti. Pengalaman ini indah berproses di hati kita, membuka kesadaran baru.

Banyak cerita menakjubkan dari sahabat Innuri yang sudah menjalankan hoponopono, kuucap terimakasih atas ceritanya. Banyak yang merasa hidupnya lebih penuh cinta ilahi, lebih bahagia, lebih tenang walau dihadang masalah berat. Ada yang bilang jadi lebih khusyu' shalatnya, lebih damai dan lebih banyak rejeki.

Ada pengalaman unikku saat aku melakukannya untuk orang yang pernah mendhalimi aku. Saking jahatnya itu orang, dengar namanya saja aku sakit hati.

Aku hoponoponopoin lah. Aku tarik kedzalimannya sebagai kesalahanku (sejurnya rasa mau muntah awalnya). Aku mohonkan ampun pada Allah, aku ucap terimakasih karena diberi kesempatan membersihkan dan aku ucapkan cintaku pada Allah. Aku bisikkan terus 4 frasa ajaib itu sampai hatiku terasa tenang dan ringan.

Hasilnya, di hatiku tidak ada rasa kebencian lagi, bersih dan muncul kasih sayang padanya. Ada pengertian-

pengertian baru yang aku pahami begitu saja, bahwa sebenarnya dia hanya menjalankan program yang salah, yang harus aku bantu untuk membersihkannya dengan pertolongan kasih sayang Tuhan.

Saat menyadari bahwa di pikiran bawah sadarku sudah tidak ada lagi memori "aku pernah didhalimi seseorang", rasanya begitu ringan. Kehidupan terlihat begitu bening dan indah, dan pada kenyataannya memang aku tak didhalimi orang lagi, malah orang-orang baik saja yang mengelilingi hidupku.

Aku ingat, ada sahabatku yang bolak balik dinakalin orang. Itulah rupanya maksud dari 'masalah adalah kenangan yang berulang'. Karena di bawah sadarnya masih ada program 'dinakalin orang' yang belum dibersihkan, maka dia terus menerus mengalami hal yang sama. Bagaimana membersihkannya? Seperti yang aku ceritakan tadi. Tak cukup dengan memaafkan, tapi juga dengan memohonkan ampun untuk orang yang telah mendhalimi.

Saat kita berbuat baik untuk orang lain, sebenarnya kita sedang berbuat baik untuk diri sendiri. Itulah ajaran Al-Qur'an. Menjadi rahmat (kasih sayang) untuk alam semesta. Rupanya Allah menurunkan pada orang Hawaii ayat-ayatNya.

Melepaskan Ego

17 Maret 2017

Bila kita buka webnya ho'oponopono, kita dapati ada lebih 50 point pelajaran. Salah satunya, "Ketika saya melepaskan ego dan hasrat saya, saya mengijinkan Tuhan membimbing saya". Ini point yang dalam sekali maknanya, mengingatkanku pada "manunggaling karsa kawula Gusti", yaitu bersatunya kehendak antara hamba dan Tuhannya.

Dengan melakukan proses pembersihan yang dilakukan terus menerus terhadap diri dan lingkungan, kita akan sampai juga pada kesadaran ini. Allah yang menyampaikan, bukan usaha kita. Yang kita lakukan hanya melakukan pembersihan dengan 4 frasa ajaib yang kita tujuhan pada Tuhan.

Aku sendiri tertegun dengan terbungkarnya egoku yang terbungkus begitu halus dalam idealismeku sendiri.

Saat aku memohon ampun pada Allah karena rumah dan butikku yang berantakan karena kemalasanku. Saat itu Allah membuka kesadaranku seperti ini:

Aku hidup di rumah yang sederhana dengan gaya hidup yang sederhana menurutku sendiri. Kesederhanaan adalah cita-citaku yang terinspirasi dari kehidupan para sufi dan guruku eyang Syamsul'alam. Tapi aku telah terperangkap dalam kesombongan yang halus akan pencapaianku sendiri akan kesederhanaan yang aku maksud, kesederhanaan versiku sendiri. Di hatiku yang terdalam ada rasa 'aku telah mencapai kesederhanaan para sufi'. Masih dominan kata 'aku' disana.

Apakah Allah menghendaki kesederhanaan seperti ini buatku? Adakah sesuatu yang Allah kehendaki untuk hidupku yang telah aku tutup dengan konsep kesederhanaan ala aku?

Ternyata egoku terbungkus dalam idealisme dan sekarang mulai aku lepaskan. Aku biarkan Allah berkehendak atas hidupku ini. Semua terserah Allah saja. Aku sudah lepaskan konsep dan logika, membiarkan Allah menuntun jalan hidupku dengan caraNya.

Kesederhanaan ternyata tidak identik dengan kemuliaan, atau kedudukan tinggi di hadapan Allah. Yang terpenting sikap hati kita kepada Allah. Sikap hati mengijinkan apapun kehendakNya untuk kehidupan kita, karena rencanaNya lebih indah dari apapun juga.

Mengelola Ego

Sabtu, 22 April 2017

Buat yang bertanya tentang ego, kusarankan lakukan dulu ho'oponopononya, nanti Allahlah yang menuntun untuk memahami bila sikap hatinya sudah benar mengarah pada Allah. Tanpa mempraktekkan, jawaban gamblang dan jelaspun akan sulit dipahami. Karena ini pelajaran hati.

Ego tak selalu buruk. Penting untuk mengenali dimana kita menempatkan ego dengan tepat.

Ketika aku ingin *tempe penyet* lalu menyuruh pembantu membuatkannya, ini juga ego. Mungkin di dalam tubuhku sedang membutuhkan asupan gizi yang terdapat dalam *tempe penyet* hingga otakku menerjemahkannya berupa keinginan dan mulutku mengucap permintaan untuk mewujudkan keinginan itu.

Tapi ketika aku marah-marah kepada pembantu yang membuat sambalnya kepedasan, ini juga ego. Ego yang harus dilepaskan ya ego semacam ini. Ego yang membuat orang lain merasa tidak nyaman, yang di tingkatan tertingginya akan semakin halus dan semakin lembut.

Dalam perjalanan spiritual seseorang, semakin tinggi tingkatannya, ego jenis kedua ini pada akhirnya hilang dengan pertolongan kasih sayang Allah. Dengan hilangnya ego, maka cinta kasih Tuhan yang bekerja di dalam dirinya. Inilah yang membuat kehidupan seseorang menjadi luar biasa.

Tuntunan Al Qur'an untuk selalu menjadi orang yang taqwa adalah tuntunan untuk melepas ego. Dimana ciri orang yang bertaqwa adalah selalu memohon ampun yang berarti mengakui segala kesalahan dan tidak mengulanginya lagi, menahan amarah, selalu memaafkan kesalahan orang, bersedekah dalam lapang dan sempit dan selalu berbuat baik.

Banyak lagi tuntunan Al Qur'an yang membuat kita musti melepas ego, seperti jangan mencela orang lain dan jangan mencari-cari keburukan orang lain, jangan bergunjing, jangan memfitnah, jangan berkata dusta, anjuran untuk membalas keburukan dengan kebaikan.

Ada hukum *qisash* (membalas dengan setara) dalam Al Qur'an, tapi disertai embel-embel, bila memaafkan dan melepas hak *qisash* maka itu lebih baik. Ini adalah pelajaran penting tentang melepas ego yang membuat kehidupan menjadi luar biasa.

Ho'oponopono merupakan ayat Allah di alam semesta. Cara ini amat membantu dalam melepas ego. Coba saja, biar hatinya yang belajar.

Karnaval Kesalahan

Jumat, 07 April 2017

"Dan apa saja musibah yang menimpa kamu, adalah disebabkan perbuatan tanganmu sendiri. Dan Allah memaafkan (sebagian besar kesalahanmu)"

- Al Qur'an, Surat Asy syuro ayat 30

"Saya bertanggung jawab 100% keseluruhan hidup saya", Zero limit, ho'oponopono.

Sahabat Innuri bilang, "Bunda, sejak melakukan ho'oponopono, kesalahanku kok keluar terus kayak karnaval". Haha ...baguslah, aku juga begitu, kesalahanku kayak fashion show, desainnya gonta ganti terus. Jadi setiap bertemu sesuatu yang tidak enak, itulah saatnya membersihkan. Ketemu tetangga, teman, anak, suami, status teman, situasi alam, diskusi di grup dan sebagainya, tengok di hati, adakah perasaan yang tidak nyaman? Bila ada, berarti itulah saat membersihkan.

Saat musim pilkada dan dukung mendukung ini adalah saat yang tepat untuk membersihkan. Hasilnya nanti hati tidak lagi panas saat jagoan kita dibully dan tak lagi benci pada teman yang membully. Cukup didoakan / dihoponoponoin / diprasrahkan Allah / diberisihkan. Nanti Allah yang menuntun hati kita dalam memahami sebuah peristiwa.

Hanya dengan mengucap 4 frasa dengan benar dan sudah, Allah menghapus program yang salah dan keuntungan terbesarnya adalah diri kita sendiri menjadi bersih, hati yang penuh cinta dan dekat dengan

kemudahan-kemudahan dalam hidup. Mudah dan ringan untuk dilakukan bukan?

Akrabi terus frasa *I'm sorry, please forgive me, Thank you, I love you*. Boleh dalam bahasa Arab atau bahasa apa saja dan ucapan itu ditujukan pada Tuhan.

*Tuhan,
Maafkan aku.*

Aku Menyesal.

*Terimakasih.
Aku cinta padaMu.*

Bagaimana Cara Mengho'oponoponoin Orang Lain?

19 Maret 2017

Filosofinya: " Ketika ada masalah, saya bertanya apa yang terjadi pada diriku yang menyebabkan masalah ini?

Bagaimana saya menghilangkan / membersihkan masalah ini dari saya?"

Tak lupa Innuri ingatkan, bila ada keberhasilan dalam proses ini, itu semua terjadi karena Allah, karena ijin dan kasih sayangNya semata. Ho'oponopono hanya salah satu ayat Allah di antara ayat-ayat Allah yang tak terkira banyaknya.

Cara *menghoponopoin* orang lain sederhana saja. Baca basmalah dulu kalau aku, hubungkan hati dengan Allah dan sampaikan pada Allah niat kita untuk membersihkan seseorang, sebut namanya. Lalu kita tarik kesalahan orang itu sebagai kesalahan kita. Perlakan lahan kita ucap 4 frasa, silahkan menggunakan bahasa apa saja. Lakukan sampai kesalahan itu terasa bersih di hati kita. Sudah.

Dalam ho'oponopono, orang yang melakukan kesalahan dan biasanya mendhalimi orang lain, adalah orang yang sedang menjalankan program yang salah. Tugas kita cuma membersihkan program itu agar hidupnya dituntun Allah.

Bayangkan sebuah robot yang kemasukan chip program yang salah, yang malah membuat robot berbalik menyerang penciptanya. Kita tolong dengan mengambil chipnya, kita bersihkan agar si robot benar programnya.

Tentu manusia tidak sama dengan robot ‘kan? Ada sisi perasaan tidak nyaman ketika misalnya dihadapkan pada perselingkuhan pasangan dan kita mau *ho'oponopono*. Saranku lakukan saja terus, karena Allahlah nanti yang akan menuntun pemahaman hati kita akan masalah tersebut dan mengijinkan rasa cinta kasih hadir di hati kita. Karena pada hakekatnya ketika membersihkan orang lain (misal pasangan dan selingkuhannya), diri kita sendirilah yang sedang kita bersihkan dari program ‘pasangan berselingkuh’. Tandanya hati sudah tidak lagi membenci, melainkan memahami. Dan program itu dihapus dengan pertolongan Allah.

Demikian pula saat membersihkan sifat buruk seseorang atau masalah kesehatan seseorang. Caranya sama, tidak perlu banyak konsep, Allah maha tahu saat kita ingin *ho'oponopono* seseorang, biarkan Allah yang menuntun hati kita menjalankannya.

"Tugas saya hanya membersihkan diri saya, maka dunia pun menjadi bersih, karena saya adalah dunia itu. Semua yang ada di luar saya adalah cermin dan ilusi ", Dr Hew Len.

Ada kisah seorang ibu yang begitu jengkel dengan 2 orang anaknya yang selalu bertengkar setiap hari, kayak macam kerah katanya. Susah dibilangi dan belum berhenti kalau si adik belum menangis.

Setelah bertemu dengan *ho'oponopono*, dia mencoba praktekkan. Dia berhenti menyalahkan anaknya dan mengambil alih semua kesalahan pada dirinya saja. Menyerah, memohon ampun dan memohon pada Allah

agar kesalahan itu dibersihkan. Dia ucapkan 4 frasa itu dengan penuh penghayatan.

Saat dia berani melepaskan egonya, pemahaman dari Allah turun ke hatinya. Tiba-tiba terbukalah kesalahannya. Diapun sadar bahwa kenyataan adalah refleksi dari sesuatu di dalam dirinya, cermin dirinya di alam nyata.

Dia baru sadar bahwa ketidak rukunannya dengan saudaranya telah terpantul pada ketidak rukunan kedua anaknya. Padahal sebelumnya dia tak pernah merasa bersalah dengan kondisi itu karena dia berada di posisi yang didhalimi saudaranya dan dia selalu mengalah. Tapi rupanya perasaan permusuhan dan kebencianya itulah yang salah dan harus dibersihkan.

Ajaib! Ketika dia membersihkan hatinya dari rasa benci dan permusuhan kepada saudaranya, perlahan dia merasakan interaksi kedua anaknya mulai membaik saja dari hari ke hari.

Itu kisah nyata yang dialami sahabat Innuri Kondisi setiap orang berbeda, jadi walaupun kasusnya sama, jawaban dari Allah bisa berbeda.

Bila setiap bertemu masalah, kita berhenti menyalahkan orang lain, lalu mengambil alih kesalahan itu dan memohonkan ampunan untuk itu dilanjut dengan ucapan terimakasih dan cinta kepada Tuhan. Maka kita telah melakukan pembersihan di dalam yang membuat dunia menjadi bersih. Bila dilakukan terus menerus, maka hidup kita menjadi sempurna dengan ijin dan kasih sayang Tuhan.

Menghoponoponoin Orang yang Mendzalimi

20 maret 2017

"Rasa sakit dalam diri saya adalah kenangan yang saya bagikan. Jika saya merasakan demikian, maka saatnya untuk membersihkan". (Dr. Hew Len)

Menghoponoponoin orang lain mudah saja dilakukan bila orang lain itu adalah ibu, anak, suami atau orang-orang yang kita sayangi. Tapi bila orang itu adalah orang yang pernah mendhalimi kita sampai ketika mendengar namanya saja membuat perut mual, pegal linu, masuk angin?

Bagaimana kalau orang itu pernah berselingkuh dengan pasangan kita? Sakitnya tuh disini (nunjuk kaki yang mau nendang). Justru rasa sakit itu yang menandakan ada rekaman bawah sadar yang harus dibersihkan. Dijalani saja prosesnya, tinggal mengucap 'mantra' *'I'm sorry, please forgive me, thank you, I love you* dengan cara yang benar . Ucapkan terus 4 frasa ajaib ini sampai di hati tidak ada lagi rasa sakit.

Setelah rasa sakit menghilang, Allah menggantinya dengan pemahaman dan kasih sayang (disebut inspirasi). Muncul pengertian-pengertian baru yang membuat batin kita jadi damai dan penuh cinta.

Pengalaman Innuri *menghoponoponoin* orang yang pernah mendhalimiku. Ya semula 'mual' juga dan dalam hati bilang, enak banget situ yang salah aku yang bersihkan. Tapi mikir lagi, kalau aku pelihara perasaan seperti ini, semakin mengundang hal buruk terjadi dalam hidupku. Akhirnya aku lakukan saja demi diriku sendiri...

hehe. Setelah mengulang beberapa kali 4 frasa itu, akhirnya jadi kasihan sama dia karena dia kan hanya kemasukan program yang salah. Karena kasihan, aku bantu membersihkan programnya dan rasa hati jadi damai dan penuh cinta kasih. Aku merasa bersyukur karena diberi Allah kesempatan untuk membersihkan hatiku sendiri bonus banyak inspirasi lagi hadir di hatiku.

Ternyata memaafkan itu harus mencerabut segala kenangan yang menyakitkan di dalam hati kita, tak cukup di bibir saja. Akupun jadi memahami dengan praktek nyata, oh inilah rupanya yang dimaksud dengan menjadi 'rahmatan lil alamiin' itu. Hati penuh kasih, tak ada rasa benci dan sakit, mencintai tanpa syarat.

Pengertian seperti itu hanya didapat dengan praktek. Praktekkan ya.

Penyembuhan Diri Sendiri dengan Cinta

Kamis, 30 Maret 2017

"Penyembuh terbaik adalah cinta ", kata Dr Hew Len.

Cinta yang terbaik adalah cinta Illahi , kata Innuri.

Pagi menjelang siang, badanku tak karuan karena masuk angin. Kubaringkan tubuh dan berselimut, tapi pikiran melayang ke pekerjaan yang banyak, jadi gelisah dan malah tak bisa beristirahat. Lalu kunyalakan youtube dan mendengarkan nyanyian ho'oponopono.

Perlahan pikiranku jadi tenang, dan serasa mendengar suara yang penuh kasih, bahwa sebaiknya aku istirahat saja. Sungguh ajaib, hanya lagu yang aku dengarkan, telah mengantarku pada kepasrahan (titik nol) dan menghadirkan inspirasi yang begitu lembut penuh cinta.

Maka akupun melanjutkan, dalam posisi berbaring, aku suruh seluruh sel-sel tubuhku mengucap 4 frasa ajaib, memohon ampun pada Allah, bersyukur atas segala nikmat yang dirasakan seluruh sel-sel tubuhku dan mengucapkan cinta pada Allah dengan sedalamnya cinta.

Mulai dari kepala, turun terus sampai ke kaki. Kurasakan haru luar biasa, betapa selama ini Allah tak pernah putus mengalirkan cintaNya pada seluruh sel-sel tubuhku, tak pernah berhenti mencintai. Namun apa balasanku atas cintaNya, setumpuk kesalahan yang dilakukan oleh tubuhku sendiri. Maka permohonan ampunpun mengalir dengan alami dan terucap dengan sedalam perasaan.

Tak lama aku ingin bangun dari pembaringan, tubuhku seperti minta bergerak dan aku ikuti saja, ternyata hanya

melakukan peregangan. Sudah, aku sembuh dan beraktivitas lagi.

Silahkan dicoba ya, tidak harus dilakukan saat sakit, saat sehatpun tubuh kita perlu beristighfar bertahmid dan mengucap cinta pada Allah. Rasakanlah betapa besar cinta Allah pada kita sehingga kita tak punya alasan untuk mengeluh.

Buat yang sakit berat, kanker misalnya, bisa ditambah niat untuk mengalirkan cinta ilahi ke bagian yang sakit. Niat saja dan biarkan semua mengalir dengan kebijaksanaan Allah.

Ho'oponopono untuk Sakit Berat

Kamis, 30 Maret 2017

"Alhamdulillah, ngilu kakiku hilang mbak, badanku lebih enteng, mulai ngantuk, dari semalam tidurnya kurang, tadi siang nggak tidur juga.

Allahu Akbar, kepalaku ringan deh mbak.

Selalu bersyukur, sudah bisa makan tanpa mual, sudah bisa tidur tanpa sakit ngilu. Bersyukur beratku berkurang 3 kg tanpa diet ... hehehe ". itu adalah pesan whats aap dari sahabat Innuri, seorang survivor kanker yang sedang aku terapi energi murni dan ho'oponopono.

Lupa aku siapa ya yang kemarin *nanya* mau *mengho'oponoponoin* ibunya yang kena kanker. Aku jawab disini ya.

Sebelumnya pilih waktu dan tempat yang aman dari gangguan dan interupsi, karena ini musti dilakukan sampai proses pembersihan selesai.

Caranya dengan niat dan baca basmallah dulu. Niatnya disampaikan ke Allah dan selanjutnya Allah yang menuntun. Kita hanya melakukan pembersihan untuk teman yang dimaksud dengan 4 frasa ajaib, dan biarkan saja semuanya mengalir natural, Allah yang nanti akan memandu.

Ucapkan 4 frasa pelan-pelan sambil dihayati maknanya, dalam hati niat ditujukan untuk membersihkan teman.

Yang terjadi padaku ketika melakukan ini, aku melihat ada sebuah gumpalan hitam di hadapanku, lalu aku merasa inilah sakit yang musti dibersihkan. Dan 4 frasa itu

mengalir ke gumpalan hitam itu, melepas bagian hitam hitamnya sampai bersih. Selesai dan temanku di seberang merasakan perbaikan di tubuhnya. Visualisasi seperti itu bukan pikiranku yang menciptakannya. Aku hanya membiarkan saja mengalir alami. Jadi semua mengalir sendiri dengan pertolongan kasih sayang Tuhan.

Tiap orang bisa berbeda prosesnya dan tentu tidak harus sama dengan yang aku alami.

Tapi satu hal yang perlu diingat, jangan punya niat untuk membunuh sel kanker. Sel kanker itu sel tubuh yang menyimpang / salah program. Jadi cuman butuh *dibenerin* programnya. Menyimpangnya salah satunya karena pikiran yang salah program juga. Jadi dua duanya *dibenerin*, ya pikiran bawah sadarnya, ya sel sel kankernya.

Juga perlu menjadi perhatian, meskipun dalam ho'oponopono kita diajari untuk menarik kesalahan orang, dalam kasus seperti ini kita jangan sampai 'menarik penyakit orang' menjadi penyakit kita, ini bahaya banget ya. Penyakitnya tetap di orang lain, kita hanya membantu membersihkan saja.

Semoga membantu.

*Ibarat pintu
yang sudah membuka,
kita tinggal melangkahkan kaki
memasukinya.*

*Maka hati yang sudah membuka
karunia Allah dengan riang
akan memasukinya.*



BAB IV

BAGAIMANA MEMASUKI MEDAN ENERGI DAN MENYALURKANNYA

Setelah persiapan batin cukup, boleh menggunakan metode apa saja sesuai kecocokan hati masing-masing. Boleh dengan cara leluhur, atau cara yang Innuri uraikan sebelumnya di Bab II buku ini, maka proses untuk memasuki medan energi menjadi mudah saja, ibarat pintu sudah membuka, kita tinggal melangkahkan kaki memasukinya.

Yang aku lakukan biasanya adalah berdzikir dengan dzikir saat aku pertama kali menemukan energi itu :

Subhanallah wabi hamdih , Subhanallahal adzim , Astaghfirullah, yang artinya Maha Suci Allah dan segala puji bagiMu, Maha Suci Allah yang Maha Agung, ampunilah aku ya Allah. Tapi ini bukan keharusan, ada pembacaku yang memasuki medan energi dengan bacaan al fatihah, ada pula yang dengan kalimat tahlil *Laillaha illallah* yang artinya tiada Tuhan selain Allah. Kembali ke kesesuaian hati masing-masing saja, bahkan tanpa dzikirpun tak masalah, yang penting adalah sikap hati kita mengarah kepada Allah saja. Bagi yang non muslim, silahkan memakai kalimat sesuai keyakinan masing-masing.

Bagaimana posisi badan saat melakukannya juga tidak penting, yang penting ya sikap hatinya yang selalu terhubung ke Allah saja. Aku biasa melakukannya dengan duduk di kursi, berhadapan dengan pasien ataupun tidak, karena terkadang pasien jauh dari kita. Selain dengan duduk, aku sering melakukannya sambil berbaring, karena kecapean dengan pekerjaan butik, hitung-hitung sambil melepas lelah, sementara pasien yang aku terapi jauh di kota lain.

Biarkan sel-sel tubuh santai dan rileks, tenang dan nyaman, sedangkan hati kita persiapkan, pikiran jangan boleh ikut campur alias tidak diaktifkan. Berdzikir merupakan bagian dari mempersiapkan hati untuk terhubung dengan Allah. Jangan lupa mengajak pasien untuk ikut mempersiapkan diri juga, dengan berdzikir di dalam hati saja. Pengalamanku, pasien yang berdzikir dengan mulut komat kamit lebih susah dimasuki energi karena pikirannya sibuk, lebih baik hatinya saja yang berdzikir.

Setelah hati siap, sampaikan niat kita kepada Allah untuk dibantu masuk dalam medan energi murni alam semesta sekaligus memohon ijin dan kemudahan dariNya untuk menggunakan energi itu untuk kebaikan yang kita tuju. Niat ini tidak harus berupa kata-kata atau kalimat, di hati saja sudah cukup karena Allah Maha Tahu apa isi hati dan niat kita. Sudah, hanya itu yang perlu kita lakukan, selanjutnya Allahlah yang membimbing memasuki medan energi. Bila sudah berhasil masuk, maka tinggal merasakan saja, bagaimana rasanya? Tenang, damai, nyaman, penuh kasih, putih, kuat, dan luas sekali.

Apa yang dilihat oleh penglihatan batin saat memasuki medan energi ini ternyata setiap orang punya pengalaman yang berbeda. Kata anakku Zeli, sesuai kesukaan orang itu. Zeli sendiri melihat energi seperti warna pelangi yang lembut, kadang dia merasa seperti dikelilingi bunga-bunga yang indah. Warna pelangi ini juga dilihat oleh sahabatku mbak Jeti. Sementara aku sendiri melihat sebagai cahaya putih terang tapi tidak menyilaukan. Apapun yang dilihat, yang penting sikap

hatinya tetap lurus pada Allah, jangan terpesona oleh keindahan-keindahan itu.

Setelah berhasil masuk dalam medan energi, niat di hati kita akan langsung berproses dan terjadilah aliran energi dari alam semesta ke target yang kita tuju.

Pada awal-awal bisa melakukan transfer energi, aku suka mengumpulkan energi murni di tanganku dahulu, baru mengirimnya ke target. Seiring pengalaman, akhirnya aku langsung transfer ke siapa saja dan apa saja yang aku maksud. Cara terakhir ini lebih simpel dan aman. Apa maksudnya aman ? apakah bisa tidak aman? Hmm ... Bila dikumpulkan di tangan, khawatirnya energi di tubuh kita akan ikutan mengalir, walau sebenarnya tidak perlu sekhawatir itu, karena energi murni alam semesta itu juga bersifat cerdas, dia tahu mana yang harus mengalir, mana yang musti dialiri, mana pula yang masih kita perlukan. Yang perlu dikhawatirkan malah kekhawatiran kita itu sendiri, jadi langkah aman itu ditempuh lebih untuk ketenangan diri sendiri saja.

Bila berlatih sendiri, sebaiknya dilakukan dengan mengajak seorang teman yang sama-sama mempelajari energi ini. Jadi bisa berlatih saling mengirim energi secara bergantian. Dengan cara demikian, bisa tahu apakah latihan kita cukup berhasil.

Cara berlatih berdua dengan teman, ambil posisi saling berhadapan, salah satu melakukan transfer energi ke temannya, yang satu merasakan aliran energi ke tubuhnya. Setelah selesai, teman yang menerima energi akan mengatakan bagaimana rasanya, bila belum terasa, bisa diulang lagi. Demikian dilakukan bergantian.

Dulu Innuri masih sempat melayani pembacaku yang tertarik mempelajari energi ini lewat chatting di facebook messenger, dia mengirim energi ke aku, jadi aku bisa memandunya dari jauh, apa-apa yang masih kurang dan perlu diperbaiki sampai akhirnya dia berhasil. Beberapa pembacaku berhasil melakukannya dengan cara seperti ini. Sekarang aku tidak bisa janji, karena Innuri semakin sibuk dan terkenal ... hahaha.

Tapi sejurnya aku suka membantu orang mempelajari energi murni alam, ada kebahagiaan yang besar ketika berhasil, makanya aku tulis buku ini. Bila ada waktu dan Allah mengijinkan, boleh kok belajar langsung dengan Innuri di Malang, aku punya hari khusus untuk berbagi ilmu, yaitu hari Sabtu, untuk ini perlu janjian dulu ya, kan ada telpon penerbit yang bisa dihubungi, kalau yang angkat telpon Innuri sendiri, itu namanya rejeki, kalau bukan Innuri, namanya bisa Windi, bu Banah, bu Kot, mak Rom, mbak Siti, atau si cantikku Alni ... haha.

Aku sendiri punya kesibukan mengelola butik kecilku dan menjadi nara sumber ketrampilan wanita di beberapa instansi pemerintah dan Lembaga swasta. Menjadi terapis energi murni bukan profesiku, ini hanya salah satu caraku berbuat baik dan membantu banyak orang. Semua mengalir menurut kebijaksanaan Allah, demikian juga untuk kalian, biarkan semua mengalir menurut kebijaksanaan Allah saja.

Untuk Apa dan Siapa?

Setelah bisa memasuki medan energi dan menyalurkannya, tentu ada pertanyaan, energi murni ini bisa untuk apa saja dan siapa saja sih?

Jawaban dari pertanyaan untuk apa saja ini bisa jadi singkat sekali, yaitu untuk apa saja seluas kreatifitas kita. Ada seorang sahabatku yang menggunakananya untuk menyedapkan masakan ... haha, ini kreatif apa *gokil* ya? Jadi ketika dia sedang memasak dan bumbunya ada yang kurang, maka dia transfer energi ke makanan untuk melengkapi bumbu masakan itu. Dia juga suka menggunakan energi untuk memayunginya dari hujan, katanya biarpun hujan deras, badannya tidak sampai basah kuyup.

Betapa Maha Sabarnya Allah ya, energiNya yang penuh kasih dipakai untuk kepentingan yang remeh temeh dan kadang sedikit *gokil*, gak dimarahiNya kita.

Aku sendiri cenderung menggunakananya untuk hal-hal yang serius saja, padahal aslinya orangnya jahil juga sih ... hihi. Tapi yang pasti, energi murni tidak bisa dipakai untuk kejahatan atau menjahili orang, bahkan bila kita sering menggunakananya kita akan terpapar energi baik terus menerus dan kita menjadi baik tanpa kita menyadarinya.

Segala hal baik, bila kita memerlukan bantuan energi kasih sayang Allah, kita bisa menggunakananya. Apakah itu untuk benda, tanaman, orang, rumah, kebun, jalan raya,

binatang peliharaan dan lain lain, semuanya bisa dengan sejijin Allah tentunya.

Untuk anak-anak dan bayi

Biasanya untuk anak yang sakit atau rewel, bisa ditransfer energi dan energi itu akan mengalir menurut kebutuhan, apakah energi itu akan memperkuat kekebalan tubuhnya, atau untuk menghangatkan badannya yang kedinginan, atau untuk menenangkan saja. Energi yang cerdas akan menentukan alirannya sendiri, kita tak perlu memikirkannya, cukup niat di hati, dan sudah, pasrahkan prosesnya kepada Allah.

Bisa juga energi kita gunakan untuk membentuk kapsul pertahanan di sekeliling anak, misalnya saja saat anak berada di lingkungan orang yang merokok. Coba transfer energi perlindungan, maka energi akan membentuk kapsul yang menyelubungi anak. Pernah aku coba cara ini pada cucuku yang berada di warung yang penuh asap rokok, hasilnya memang terbentuk kapsul perlindungan, bonus yang merokok malah pergi menjauh sementara perokok yang lain malah tidak merokok lagi. Tak terduga bukan?

Sering kita jumpai ibu sang bayi kena flu, untuk memberi perlindungan ke bayi agar tidak tertular virus, bisa ditransfer energi juga. Terserah energi itu membentuk apa, membentuk kapsul atau tidak, kita tidak perlu memikirkannya, yang penting niat kita pasti sampai dan direspon oleh alam semesta. Kadang energi yang kita kira akan memberi perlindungan di luar, malah memberi kekebalan dari dalam, bila semua itu dipasrahkan, hasilnya akan lebih sesuai dengan kebutuhan.

Walaupun untuk flu ini kadang kelihatannya tidak ngefek, kok bayinya masih bisa tertular, tapi sebenarnya energi yang kita salurkan sudah bisa mengurangi dampaknya, ibaratnya mestinya bisa tertular 100 virus, dia hanya kena 20 virus saja , hanya ibarat loh ya, karena aku gak bisa menghitung virus ataupun bintang-bintang di langit, bisanya menghitung hari dan Hary Susetyo suamiku ... hahaha.

Bayi atau anak-anak yang sedang menderita sakit parah, energi yang kita salurkan tak selalu terlihat efeknya, tapi setidaknya meringankan. Ada beberapa sakit yang memang merupakan ‘keharusan’ untuk dijalani, untuk anak-anak pun, semua itu merupakan pembelajaran bagi si anak maupun orang tuanya. Jadi kita tidak bisa memaksakan energi murni akan bekerja. Pada kasus tertentu energi murni tidak mau mengalir, bila ini terjadi, ikhlas saja, memang kita tak bisa apa-apa tanpa ijin dan kehendakNya.

Ada anak-anak yang semenjak kecil sakit-sakitan melulu, ada yang sakit berat malah. Kita orang dewasa sering berpikir, memangnya bayi dan anak-anak salah apa sampai mengalami penderitaan seberat ini? Bagi orang yang *bisa cross check* ke masa lalu, akan ketahuan bila bayi tersebut sedang menjalani karma dari kehidupan masa lalunya. Untuk kasus seperti ini, kita pasrahkan Allah saja, pakai jurus doa memberkati di pembahasan sebelumnya. Biasanya enerji murni tidak mau mengalir, ya apa boleh buat.

Yang menarik, energi ini bisa untuk mentransfer perkembangan kecerdasan otak anak, atau untuk

menyentuh hatinya agar lebih terbuka kepada Tuhan. Bagaimana caranya? Niat saja, caranya kita tidak tahu, niat dan biarkan kehendak Allah akan menuntun perjalanan energi murni yang kita niatkan untuk dikirim.

Untuk mengobati kenakalan anak bisa dicoba juga, anak-anak yang menurut kita bandel. Energi akan membersihkan kenakalan pada diri anak-anak kita dengan caranya sendiri, kita tinggal pasrah pada Allah dan percaya bahwa Allah akan membantu dengan kebijaksanaanNya. Perlu bersabar dan telaten melakukannya untuk kenakalan yang parah sekali. Bila perlu dikombinasikan dengan ho'oponopono yang dilakukan oleh kedua orang tuanya.

Untuk Orang Dewasa

Orang dewasa adalah target yang paling banyak membutuhkan transfer energi, banyak permasalahan orang dewasa yang bisa diselesaikan atau diringankan dengan transfer energi murni. Berbagai masalah dialami orang dewasa, dari masalah pikiran yang semrawut, urusan dengan pasangan dan anak-anak, sampai masalah kesehatan.

Dulu aku kira, ketika seseorang bisa mentransfer energi berarti dia bisa menolong sakit yang berhubungan dengan fisik saja. Ternyata dalam perjalanannya, tidak hanya sakit fisik yang bisa diringankan, sakit yang berhubungan dengan pikiran dan hati yang galaupun bisa dibantu.

Seorang sahabat pernah membawa ibunya kepadaku, sebelumnya dia bercerita bahwa ibunya type orang yang

panikan atau gampang panik, permasalahan kecil pun dipikir sampai sakit. Tak heran bila ibunya sering sakit dan jarang sehat. Ketika aku transfer energi itulah, aku melihat di kepala bagian belakangnya ada bulatan hitam, aku pasrahkan Allah untuk dibantu membersihkan. Dan setelah proses transfer energi selesai, si ibu merasakan kepalanya ringan. Sekarang beliau lebih tenang dan santai menghadapi hari-harinya.

Semakin sering kita menolong sakit fisik seseorang, hati kita menjadi semakin peka. Sering saat melakukan transfer energi, akan terbaca oleh kita apa akar permasalahan sakitnya. Kadang terlihat pasien kurang minum sehingga tubuhnya kekurangan cairan, kadang kekurangan vitamin atau mineral dan ketika ditanya, ternyata memang pasien tidak suka buah dan sayuran, kadang cairan tubuh pasien terlalu asam sehingga perlu terapi air yang bersifat basa / alkali. Bila tidak bisa melihat apa-apa karena pasien tidak terbaca oleh kita, ya ikhlas saja karena kita ini memang tidak tahu apa-apa tanpa dikasih tahu Allah.

Jangan kaget bila pada titik tertentu, energi yang kita salurkan berubah wujud menjadi manusia astral berbentuk putih-putih dan ‘mengoperasi’ pasien selama berjam-jam. Bila itu terjadi, tak perlu bingung atau galau, apalagi sampai lari *terkibrit-kibrit* ... hehehe, semua terjadi dengan kehendak Allah, disyukuri saja.

Untuk Sebuah Tempat / Ruangan / Rumah / Kampung / Negeri

Coba rasakan bagaimana aura rumah yang kita tinggali, terasa nyaman dan damaikah? Bila tidak, boleh dicoba transfer energi ke rumah kita sendiri. Energi baik akan segera mengisi dan energi yang tidak baik akan menyingkir dengan sendirinya dan dengan rela. Niatkan untuk memberi energi baik saja, jangan punya niat untuk mengusir, karena kasih sayang tidak akan berbuat itu. Ingat, energi murni bersifat *welas asih*, bila kita mengabaikan kasih sayang, maka energi yang kita maksud energi yang mana? Jangan-jangan kita salah masuk. Berhati hatilah dan jangan meninggalkan kasih sayang.

Sebenarnya dimanapun kita berada, tak peduli di tempat orang yang tidak kita kenal, kita bisa tetap memberi energi baik pada sebuah tempat. Dengan memohon ijin pada Allah dan menghubungkan hati dengan Allah selalu, maka kita akan dituntunNya, agar yang terjadi bukanlah nafsu kita yang ingin berbuat baik. Karena berbuat baikpun harus dengan kehendak Allah, bila tidak, kita bisa terjebak dalam situasi yang menyulitkan kita sendiri. Terjebak yang aku maksudkan disini contohnya, ternyata di tempat itu berdiam makhluk halus yang merasa terganggu dan kesaktiannya melebihi kapasitas kita menghadapinya. Karena energi murni alam semesta ini sifatnya tidak konfrontatif, jadi jangan melakukan sesuatu berdasarkan keinginan pribadi.

Hati yang lembut terkoneksi dengan Allah adalah syarat utama. Maka ketika kita transfer energi lalu ternyata energinya tidak bisa mengalir, maka kita santai dan ikhlas

saja, bisa jadi ini merupakan bentuk perlindungan Allah kepada kita.

Bila level spiritualitas seseorang sudah tinggi, dia bisa mentransfer energi ke wilayah yang lebih luas, seperti sebuah kampung misalnya atau sebuah negara. Selalu ada manusia-manusia *linuwih* yang ditugaskan Allah untuk tugas besar seperti ini, bisa jadi itu adalah kita.

Untuk Hewan dan Tanaman

Tak beda dengan manusia, hewan yang sakit atau tanaman yang kurang subur pun bisa kita transfer energi. Biasanya akan terbaca apa permasalahan sebenarnya, dan akar permasalahannya ini juga musti kita bereskan. Barangkali hewan kurang gizi atau tanaman kurang pupuk, maka perlu dibantu dengan asupan gizi dan pupuk.

Kita juga bisa mentransfer energi secara bersamaan untuk ratusan pohon di hutan misalnya, atau ribuan tumbuhan di ladang, energi akan mengalir sesuai niatan kita dan dengan porsi yang sesuai. Jangan ada perasaan ragu, misalnya saja merasa begini ; ntar yang ditransfer tanamannya, yang subur gulmania. Perasaan seperti inipun akan direspon oleh alam dan yang merugi adalah kita sendiri bila ternyata itu menjadi kenyataan. Di hati harus percaya bila energi alam itu energi cerdas, yang menyampaikan niat di hati kita dengan cara yang lebih indah dari yang kita bayangkan.

Untuk Menetralisir Sihir

Sudah aku tulis sebelumnya, bila energi murni diberikan pada sesuatu, maka akan membuat energi yang berlawanan dengan sifatnya akan menyingkir dengan sendirinya. Maka ketika energi ini diberikan pada orang yang terkena sihir, prinsip ini berlaku. Tapi untuk melakukan ini, jangan atas keinginan pribadi untuk menolong orang, harus konsultasi dulu dengan Allah, demi keamanan dan “stabilitas nasional” ... hehehe. Karena energi jahat bisa membalas dan menyerang kita. Tapi bila memang sudah dikehendaki Allah untuk menolong orang, jalani saja dengan yakin, karena Allah pasti melindungi. Berdasarkan pengalamanku, bila transfer energi yang kita lakukan bisa membahayakan diri sendiri, secara otomatis energi tidak mau mengalir, karena energi ini bersifat cerdas dan sangat tahu kapan diperlukan dan kapan tidak. Yang kita ragukan justru diri kita sendiri, maka perlu mengheningkan hati untuk berkonsultasi dengan Allah.

Untuk seluruh makhlukNya di alam ini

Dalam perjalanan spiritual tingkat tinggi, maka kasih sayang kita sudah mengandung energi kasih sayang Allah yang akan memberkati apa saja dan siapa saja yang tersentuh oleh badan fisik dan non fisik kita. Hati kita hanya sebuah saluran yang akan menyampaikan energi kasih sayang Allah kepada segala ciptaan yang dikehendakiNya. Hati yang tunduk patuh kepadaNya akan dipakaiNya untuk mewujudkan kebijaksanaanNya di alam semesta. Apakah perjalanan spiritual kita akan sampai juga pada tahap ini? Itu terserah Allah saja, hanya

Allah tujuan hidup kita, anugerah yang lain hanya bonus dan bukan tujuan.

Transfer Energi Melalui Air

Aku sering melakukan ini, mentransfer energi ke air untuk diminum pasien. Caranya, kita transfer air di botol atau di gelas dengan energi murni yang kita niatkan untuk seseorang atau beberapa orang atau orang banyak sekaligus. Bila kita niatkan hanya untuk seorang pasien, maka sebaiknya yang minum juga satu orang pasien itu saja, karena energi yang masuk akan menyesuaikan diri dengan kebutuhan pasien yang bersangkutan. Bila mentransfer untuk banyak orang, energinya juga bersifat lebih umum, jadi aku lebih suka mentransfer untuk 1 orang saja, ini lebih membantu.

Energi yang masuk ke air bisa bersifat pembersihan, memperkuat sel-sel tubuh, memperbaiki, membuka sumbatan, dan lain-lain sesuai yang dibutuhkan pasien. Masih ingat kan bila energi ini bersifat cerdas? Bahkan aku pernah batuk dan tidak punya obat batuk, aku transfer saja air untuk menjadi obat batuk, dan sembuh! Rupanya air putihnya sudah berubah menjadi obat batuk yang sesuai dengan jenis batuk yang aku derita dan rupanya Innuri sudah ketularan cerdas juga ... hehe.

Berapa Lama Penyaluran Energi Dilakukan?

Berapa lama transfer energi dilakukan, sesuai dengan kasusnya masing-masing. Bila cuma sekedar sakit kepala ringan, proses transfer energi hanya berlangsung beberapa detik saja. Kadang sakit ringan tapi memakan waktu lebih lama, karena banyak hal, mungkin karena di diri pasien banyak hal yang menghalangi sehingga energi murni secara otomatis melakukan pembersihan terlebih dahulu sebelum memberi energi pemulihan.

Berapa lama waktunya tidak bisa ditentukan di awal, pada saat energi mengalir baru bisa terlihat apakah sudah cukup ‘penuh’ ataukah masih perlu ditambah lagi. Kadang sudah dilakukan berjam-jam, masih belum tuntas juga, bila ini terjadi mungkin bisa dilakukan selama beberapa jam sehari dan dilakukan dalam beberapa hari sampai terasa membaik. Tapi tak perlu khawatir, melakukan selama berjam-jam bukan berarti kita terus menerus dalam posisi duduk dan konsentrasi mengobati pasien. Niatkan saja energi itu akan mengalir terus sampai mencukupi walaupun kita melakukan hal lain.

Penting juga menanyakan pada pasien, apakah sakitnya terasa membaik? Bila belum membaik, kita bisa transfer energi lagi sampai pasien merasakan perbaikan. Kadang proses ini memakan waktu, begitu transfer energi selesai, pasien merasa baik di bagian tertentu, tapi masih merasa sakit di bagian lain, transfer lagi di bagian yang sakit itu. Untuk sakit yang berat memang akan mengalami seperti ini, jadi musti telaten dan sabar. Apalagi bila pasien merasakan sakit di sejumlah badannya, ini tak bisa dengan sekali sapuan energi, walau kadang-kadang bisa juga sih.

Pasien musti ditanya, apakah sudah enak dan bagian mana yang masih belum membaik.

Walau energi murni ini sifatnya cerdas dan mengalir sesuai kebutuhan, kita ini suka sekali menghalangi dengan pikiran kita. Jadi ketika energi tidak bekerja sesuai harapan, yang salah ya pikiran yang suka ikut campur ini, bukan energinya.

Walau kasus ini jarang terjadi, bukan energinya yang salah, bukan pula terapisnya yang salah, melainkan pasiennya yang terlalu titik titik ... ehm. Energi sudah mengalir, terlihat secara tak kasat mata ada perbaikan di tubuh pasien, tapi pasien tidak merasakannya, ya sudahlah, disenyumin saja. Hati dijaga biar tetap berada dalam kasih sayang, jangan terjebak dalam perasaan jengkel dan ogah, semua yang terjadi pasti mengandung pembelajaran.

Yang penting untuk diperhatikan adalah posisi pasien, sebaiknya kondisi pasien dalam keadaan rileks dan santai biar perbaikan yang dilakukan bisa maksimal. Untuk kasus -kasus berat, pasien lebih disarankan dalam posisi berbaring dan setelah transfer energi selesai, pasien yang merasa enak tubuhnya jangan langsung beraktifitas, sebaiknya tetap dalam posisi istirahat sampai beberapa waktu.

Itulah mengapa aku lebih suka melakukan transfer energi saat pasien menjelang tidur, terutama untuk sakit yang sedang dan berat, setelah transfer energi selesai, pasien akan langsung tertidur pulas, dengan demikian perbaikan di tubuh akan lebih optimal.

Apa yang Dikerjakan Energi Murni ?

Selama kita melakukan transfer energi, sepenuhnya kita pasrahkan kepada Allah bagaimana energi itu mengalir, kapan alirannya berhenti dan apa yang dilakukan oleh energi murni. Semua itu dilakukan tanpa konsep di pikiran, pasrah pada kebijaksanaan Allah. Semudah itu. Makanya orang yang terlalu banyak konsep di pikirannya malah lebih sulit melakukan cara ini.

Walaupun semuanya mengalir dengan kasih sayangNya saja, tapi kita sebagai terapis bisa menyaksikan bagaimana energi itu bekerja. Semakin banyak kita melakukan terapi energi, semakin banyak hal kita saksikan, indah dan mencengangkan.

Energi murni bisa melakukan pembersihan, memperkuat daya tahan tubuh, memperbaiki sel-sel tubuh dan memberi energi yang bersifat menyegarkan dan menyembuhkan. Dan seperti yang aku ceritakan sebelumnya, energi ini bisa memberi perlindungan, semacam kapsul. Dan semua yang dilakukan oleh energi murni, terjadi secara otomatis, tanpa kita memikirkan atau mengendalikannya. Energi ini berbuat dengan kecerdasan yang tak terbayangkan oleh kita. Dia selalu tahu apakah pasien membutuhkan pembersihan, atau langsung melakukan perbaikan sel-sel. Semua akan disesuaikan dengan kondisi pasien, dengan ukuran yang tepat.

Bahkan energi ini tahu bila diperlukan untuk berubah bentuk, maka dia akan berubah bentuk menyerupai manusia *hologram*, aku menyebutnya *dokter astral*. Apa

yang dilakukan oleh dokter astral ini amat tidak bisa aku mengerti, tapi dia mengerjakan tugasnya dengan rapi. Hasilnya telah dirasakan oleh beberapa sahabatku berupa perbaikan yang luar biasa pada tubuhnya.

Energi murni ini halus sekali, maka dia bisa memasuki sampai di tingkat quantum, atau lebih kecil dari itu kita tidak tahu. Dia bisa memberi efek yang terasa ajaib bagi penerima energi. Kita tidak menyentuh pasien sama sekali, perbaikan dilakukan dari dalam sehingga pasien merasakan hal luar biasa. Banyak pasien yang merasa keheranan dengan cara ini, jangan kaget bila ada yang spontan berucap, "Kok hilang ya sakit di dadaku, padahal sudah aku derita bertahun tahun".

"Sakit kepalaku yang tidak pernah berhenti, tiba-tiba hilang begitu saja".

"Mbaaak, makasih, aku sudah bisa jalan tanpa pegangan di dinding".

Rasanya bahagia sekali bisa meringankan penderitaan seseorang, Allah Memang Maha Ajaib.

Mengkombinasikan Terapi Energi dengan Pengobatan Lain

Pada umumnya orang yang sedang menderita sakit, pengobatan macam apa saja ditempuh, apalagi bila sakitnya berat. Medis iya, herbal iya, terapi energi iya juga. Hal ini tidak apa-apa, malah bagus bisa saling bekerja sama dalam sebuah proses penyembuhan. Biasanya seorang terapis tahu apakah pengobatan yang dijalani pasien cukup membantu atau malah ‘mengacak-acak’ energi yang kita salurkan padanya. Semuanya perlu dikomunikasikan dengan baik dengan pasien.

Pengobatan dengan cara medis juga ilmu Allah, demikian juga pengobatan herbal, terapi energi, dan banyak lagi yang lain. Baik saja dilakukan secara bersamaan, asalkan tahu porsinya dan kesesuaian antara cara satu dengan yang lain.

Bagaimana cara mengetahui kesesuaian beberapa cara pengobatan? Nah ini aku susah menjawabnya. Sebenarnya hati kita adalah pusat jawaban, jadi jawabannya ya di hati kita masing-masing saat menghadapi permasalahan itu. Hati yang peka akan petunjuk Allah, secara otomatis bisa membaca apakah pengobatan yang dilakukan pasien sudah sesuai satu sama lain ataukah tidak. Tapi bila tidak tahu jawabannya, ya sebaiknya berterus terang saja kepada pasien bila kita tidak tahu, karena memang kemampuan manusia itu terbatas.

Bijak dalam Menyalurkan Energi

Ketika kita bisa mengirim energi ke orang lain, kita musti memperhatikan juga etika di dunia yang tak kasat mata, ada *privacy* orang lain yang tidak boleh kita intip. Selain itu, kita juga musti memperhatikan keamanan diri kita sendiri sebagai terapis.

Meminta Ijin Pada Pasien

Sebelum menyalurkan energi ke orang lain, biasanya aku bertanya dulu kepada target, apakah bersedia untuk aku transfer energi? Dan sebelum bertanya kepada yang bersangkutan, hatiku terlebih dahulu bertanya kepada Allah, bolehkah aku menolong orang tersebut?

Terkadang aku tidak perlu bertanya, karena hati otomatis menolak dan tidak punya keinginan untuk menolong. Terkadang pula hati langsung merasa disuruh untuk menolong seseorang. Bagiku itu merupakan petunjuk dan diikuti saja.

Walaupun proses transfer energi bisa dilakukan tanpa ijin dari pasien dan bisa berhasil, bagiku meminta ijin ini merupakan etika. Karena ketika kita melakukan cara ini, kita bisa mengetahui hal-hal yang merupakan *privacy* seseorang. Coba ingat ketika kita pergi ke dokter, otomatis dokter akan memeriksa bagian-bagian yang merupakan aurat. Nah, yang kita lihat secara tak kasat mata jauh melebihi dari sekedar aurat fisik, aurat batin dan banyak hal bisa terbuka dan kita saksikan. Karena itulah sebaiknya kita meminta ijin dulu kepada yang bersangkutan.

Lain ceritanya kalau si pasien sendiri yang menyodorkan diri untuk minta diobati oleh kita, kita tinggal memintanya untuk hening, agar berada dalam frekwensi yang sama saat transfer energi dilakukan. Aku sering meminta pasien untuk berdzikir, sebagai sarana untuk hening dan menghubungkan hati dengan Allah Sang Pemilik Segala Energi. Tapi bila dzikir yang dilakukan pasien terlihat malah membuat pikirannya jadi sibuk, justru malah menghalangi masuknya energi, karena itulah aku lebih suka meminta pasien melakukan dzikir di hati saja.

Menjaga Keamanan Diri

Bagaimanapun juga Allah lebih suka bila kita tetap dalam keadaan aman, sehat dan bahagia, apapun yang kita lakukan. Jiwa raga ini juga harus kita pertanggungjawaban di hadapan Allah bagaimana menggunakannya, makanya segala sesuatu harus kita lakukan sesuai kehendakNya saja. Ketika bisa melakukan transfer energi dan sudah berhasil kita lakukan pada beberapa orang, jangan lantas jadi kemaruk dan ingin menolong semua orang yang kita sayangi. Kebaikan yang kita lakukanpun harus mendapat ijinNya, maka hati harus terhubung dengan Allah.

Beberapa kasus yang dihadapkan pada kita, kadang mengandung resiko, salah satunya yang telah aku ceritakan sebelumnya, yaitu sakit yang berhubungan dengan sihir. Sebenarnya kasus seperti ini tidak membahayakan kita, bila yang kita lakukan adalah kehendak Allah. Tapi kita gampang kena ‘jebakan betmen’, berupa rasa kasihan dan ingin menolong orang lain. Menolong atas dasar rasa kasihan inipun sebenarnya

bukan sesuatu yang benar, karena kita mestinya melakukan segala sesuatu karena Allah, bukan karena selainNya.

Selain mengobati sakit karena sihir, ada lagi yang lebih membahayakan kita, yaitu menolong orang yang sakit karena ‘perjanjian dengan kegelapan’. Yang dimaksud ‘perjanjian dengan kegelapan’ ini contohnya adalah orang yang mencari kekayaan (bahasa Jawanya *pesugihan*) dengan cara membuat perjanjian dengan kegelapan dan mengorbankan salah satu angota keluarganya sebagai tumbal. Orang yang dijadikan tumbal bisa sakit parah, cacat atau mati. Untuk kasus seperti ini jangan melakukan apapun, biarkan menjadi urusan mereka dengan Allah saja, kita tidak usah ikut campur, termasuk jangan melakukan ho’oponopono.

Bagaimana kita bisa tahu pasien sakit wajar atau karena guna-guna atau hal lain? Dengan menghubungkan hati dengan Allah, maka Allah akan memberitahu lewat hati kita. Bila kita tidak diberitahuNya atau hati kita yang kurang peka sehingga tidak tahu jawaban Allah, rasakan lagi di hati apakah ada dorongan hati untuk melakukannya atau tidak. Ikuti kata hati dan jalani dengan ikhlas. Biasanya kalau hati kita ada kecenderungan untuk melakukannya dan energi juga mau mengalir, itu pertanda aman untuk dilakukan.

Meskipun aku menceritakan hal-hal yang berbahaya, sebenarnya bila prosedur dasar saat melakukan transfer energi sudah dilakukan dengan baik dan benar, semuanya akan mengalir otomatis, energi yang cerdas bisa memutuskan sendiri apakah diperlukan atau tidak. Bila

membahayakan kitapun, energi tak akan mau mengalir sebagai bentuk perlindungan kepada diri kita. Tapi itu bukan berarti bila energi tidak mau masuk, sama dengan bahaya loh ya, karena ada banyak penyebab kenapa energi tidak mau mengalir. Bisa jadi karena kondisi pasien yang kurang sesuai, dalam keadaan emosi misalnya, atau kondisi terapis yang sedang emosional sehingga energi jadi macet.

*Bukan hal penting
membicarakan perbedaan.*

*Yang penting adalah
berbuat baik karena Allah
dengan segala hal
yang kita punya
dan kita bisa.*



BAB V

ENERGI MURNI DAN TENAGA DALAM

Energi Murni dan Tenaga Dalam

Selasa, 18 Juni 2013

Beberapa pembacaku bertanya lebih jauh tentang energi murni alam semesta yang beberapa kali aku tulis di blog. Ada yang menanyakan apa bedanya energi murni yang aku tulis dengan energi murni yang dia pelajari. Wah, mungkin Innuri gak bisa menjelaskannya dengan memuaskan yaaa, jujur aku ini juragan batik ... hehehe, gak sempat mempelajari energi macam-macam. Jadi monggo dianalisa sendiri, bedanya dimana?

Tapi menurut aku sih, bukan hal penting membicarakan perbedaan, yang paling penting itu berbuat baik karena Allah dengan segala hal yang kita punya dan kita bisa.

Walau gak penting, aku mencoba menjelaskan yang aku tahu saja, untuk menambah wawasan kalian semua.

Oh ya, aku mau bilang dulu, profesiku juga bukan terapist energi murni, aku hanya melakukannya untuk keluarga, teman dekat, teman jauh dan teman jauh sekali ... hihih. Aku tidak bisa ditanya *macem macem*, karena pengetahuanku juga terbatas yang aku sudah alami sendiri.

Begini sahabat,

Mereka yang *tersesat* di blogku, ada yang terpikat dengan energi murni yang aku ceritakan, mereka pun tertarik untuk mempelajarinya. Diantara mereka ada yang sudah belajar energi murni lewat komunitas tertentu, ada yang mengolah energi murni dengan jalan olah tubuh dan latihan-latihan khusus.

Bagiku semua itu baik, sejauh tidak menyekutukan Allah, itu oke-oke saja, apalagi bila pelakunya merasa bahagia dan mendapat manfaat.

Aku juga punya teman yang belajar energi murni lewat senam olah pernafasan, yang sering disebut juga tenaga dalam. Dulu dia suka menolongku kalau aku pas gak enak badan, aku tinggal berkirim pesan pendek dan dia menerapi aku jarak jauh. Hasilnya memang penderitaanku berkurang.

Mengolah energi murni dengan jalan latihan fisik dan olah pernafasan seperti ini (selanjutnya aku sebut tenaga dalam), memang cukup efektif buat menolong pasien. Tapi bila sang terapis berhenti olah nafas dan olah tubuh, otomatis dia tidak lagi bisa menggunakan tenaga dalamnya. Ini menurut penuturan temanku itu, kalau nggak latihan ya nggak cukup kuat tenaga dalamnya, gitu katanya.

Saat menolong orang, sang terapist mengerahkan tenaga dari dalam dirinya untuk ditransfer ke pasien. Aku lihat sang terapist mengeluarkan energi yang lumayan besar sambil mengolah nafas. Kadang juga dia mengaku merasa lelah sehabis menolong pasien, untuk mengembalikan energinya maka dia perlu latihan rutin.

Mungkin masing-masing perguruan tenaga dalam itu beda-beda teorinya dan mungkin anda punya pengalaman yang berbeda pula.

Kalau mengolah *energi cara Innuri* (aku sebut cara innuri untuk mempermudah saja), tidak membutuhkan latihan fisik dan olah pernafasan. Saat menolong pasien juga

tidak perlu mengerahkan tenaga, karena aku hanyalah memindahkan energi murni dari alam semesta ke tubuh pasien, memindahkannya cuma dengan niat, tidak memakai tenaga fisik. Dengan izin Allah, aku hanya meminta alam memberikan energinya untuk orang yang aku maksudkan, kemudian alam akan memberikan energi murninya ke pasien dengan penuh kasih sayang.

Perbedaannya jauh sekali, tenaga dalam membutuhkan latihan dan energi yang ditransfer berasal dari dalam tubuh terapis yang diperoleh dari hasil latihan. Sedangkan cara Innuri tidak perlu latihan dan energi yang ditransfer dari alam semesta.

Alhamdulillah, hasil transfer energi cara innuri, selama ini cukup membantu banyak orang. Ada yang bisa sembuh hanya dengan kutransfer energi dan minum air putih yang banyak. Ada yang badannya *lemes langsung seger*, ada yang sakit kepalanya langsung lenyap, wah, banyak sekali kalau diceritakan satu-satu.

Diantara pembacaku sudah banyak yang bisa mengolah energi murni cara innuri, bahkan ada yang tangannya mengandung energi murni, bila disentuhkan pada seseorang langsung terasa hangat dan menyembuhkan dengan lembut, berarti ini bukan cara innuri, dia berhasil menciptakan cara sendiri. Ada juga pembacaku yang bisa menerapi aku kalau badanku sedang drop ... enak 'kan?

Bagaimana cara mereka mendapatkan '*kesaktian*' itu? Hmm ... mereka hanya mengikuti blogku dan membaca artikel tentang energi murni yang aku tulis. Tapi jangan hanya dibaca loh ya, dikerjakan *tuh* petunjuknya.

Mengikuti blogku itu maksudnya agar paham bagaimana cara masuk ke ikhlas dan pasrah, ini isinya blog innuri, membawa perasaan damai, ikhlas dan mendekatkan pada Allah,

Diantara pembacaku, ada yang bisa mengolah energi murni tanpa pernah bertatap muka satu kalipun denganku. Kami berkomunikasi lewat chatting di facebook saja, keren 'kan?

Mengolah energi murni cara innuri ini cocok buat pemalas ... hehehe, soalnya gak pakai latihan. Karena tidak perlu mengeluarkan tenaga, dalam kondisi sakitpun aku masih bisa mentransfer energi buat orang lain (teristimewa yang keadaannya parah yang membuatku mau melakukannya meskipun sakit). Lah buat diriku sendiri yang sakit, aku biasanya minta ditransfer oleh eyang Virien atau pembacaku yang sudah 'sakti'.

Sebenarnya sih, bisa saja mentransfer energi buat diri sendiri, tapi kalau lagi sakit jadi gak pe de, jadi enakan minta ditransfer orang lain saja.

Bagaimana cara memasuki 'medan energi' ?

Caranya sudah aku uraikan di tulisanku sebelumnya. Syarat utamanya, hati harus ikhlas, ridha, pasrah dengan Allah dan kasih sayang pada alam semesta. Modal dasarnya ya tiga hal ini, boleh ditambah syukur, sabar dan lain-lain.

Diri kita sendiri sebenarnya termasuk dalam lingkaran energi alam semesta, jadi mudah saja sebenarnya

menemukan 'saudara-saudara' kita yang lain. Berdoalah dengan merendahkan hati kepada Allah, mohonlah agar Allah memperkenankan kita memasuki medan energi alam semesta.

Kalau sudah bisa menemukan dan masuk dalam medan energi, kita tinggal memohon pada Allah untuk menggunakan untuk berbagai keperluan.

Bagaimana mengenali sifat energi murni alam?

Di alam semesta ini memang Allah menciptakan berbagai macam energi, sampai kita mengenal ada hukum kekekalan energi, dimana dikatakan bahwa energi itu tidak akan musnah, hanya berubah bentuk.

Energi murni yang diolah dengan latihan yang disebut tenaga dalam, dengan energi murni alam versi Innuri, walau sama-sama memberi efek sembuh, ternyata berbeda juga, halus sekali perbedaannya. Tapi aku sendiri kurang paham soal energi tenaga dalam, jadi aku hanya bisa menjelaskan bagianku saja.

Bila kita sudah bisa memasuki medan energi, maka kita seperti berada dalam suatu pusaran energi yang luuuuassss, halus lembut, suci dan efeknya mensucikan batin kita (batin kita secara otomatis terbawa dalam kesucian), energi ini begitu kuat dalam kelembutannya, dan energi inipun bekerja dengan kasih sayang.

Kita jadi semakin memahami bagaimana Allah bekerja, yaitu dengan sifat kasih sayangNya yang tak

terbatas. Makanya kita disuruh membaca *bismillahirrahmanirrahiim* (dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang) saat hendak memulai segala sesuatu.

Energi murni ini membawa kita pada sifat-sifat mulia dan penuh kesucian, mendamaikan hati. Bila sering berinteraksi dengan energi murni alam, maka perasaan kita jadi mudah memahami orang lain, tidak ada kebencian dan permusuhan walaupun terhadap orang yang menyakiti sekalipun. Lahirnya perasaan memaafkan karena pemahaman yang tulus akan perbedaan, kasih sayang akan melebur perasaan tersakiti dan membenci.

Energi murni bisa diterapkan untuk siapa saja?

Innuri jadi ingat, temanku yang mendalami tenaga dalam itu bilang bahwa tenaga dalam itu sebaiknya bukan untuk anak-anak. Aku sendiri kurang tahu alasannya. Tapi energi murni alam tidak begitu, dia selalu tahu berapa porsinya bila dialirkan ke anak-anak atau ke orang yang sudah tua sekali.

Alam semesta ini amat memahami kita para penghuni alam, bila aku mentransfer energi untuk bayi atau anak-anak, maka aliran energinya berbeda dengan saat mentransfer orang dewasa. Alirannya lebih mungil dan penuh pemahaman akan tumbuh kembang anak, penuh kasih yang lembut, seperti dialirkan khusus buat anak-anak.

Mengkombinasi energi murni dengan pengobatan lain

Seorang terapist energi murni musti bekerja dengan kasih sayang, ini pasti, karena tanpa kasih sayang dia tidak bisa mengakses energi murni alam semesta.

Lama kelamaan nih yaaa, dia bisa '*membaca*' kebutuhan pasiennya. Saat mentransfer energi, dia bisa merasakan kekurangan di tubuh pasien, mungkin kurang minum air putih, kurang vitamin mineral, mungkin lemak tubuhnya sudah menghalangi proses '*peluncuran*' energi, mungkin pasien perlu herbal lain untuk terapi sakitnya ... dll.

Semua itu perlu dikomunikasikan dengan pasien, agar kesembuhan bisa tercapai dengan indah.

Ohya, yang tidak boleh dilupakan, energi murni ini bisa '*macet*' jalannya bila pasien dalam keadaan penuh emosi, misalnya marah, dendam atau sakit hati, energinya gak bakalan bisa masuk. Jadi jangan lupa mengajak pasien untuk ikhlas dan memaafkan, ini demi kebaikan dirinya sendiri. Sebaliknya bila sang terapis sendiri yang penuh emosi, energi inipun bisa macet kayak mobil mogok... hahaha.



BAB VI
BEBERAPA KISAH
PENGGUNAAN ENERGI MURNI

Pengalaman Menangkal Sihir dengan Energi Murni

17 Maret 2012

Dalam rentang waktu 10 tahun aku bisa menggunakan energi murni, entah sudah berapa kali aku menangani kasus sakit karena guna-guna. Kira-kira dalam hitungan puluhan kali hasilnya aman-aman saja, dan cuma sekali saja hampir kena santet, gara-gara kasihan dan ingin menolong, sementara fihak kegelapan terlalu kuat untuk levelku saat itu. Untungnya masih hidup hingga saat ini, suamiku tak perlu kehilangan istri cantiknya, mak Rom gak perlu bikin selamatan 7 hari 40 hari 100 hari ... hehe, padahal nyawa sudah ditarget. Ya, bila Allah masih memberi kesempatan belajar di dunia ini, siapapun tak bisa menghalangi. Sejak peristiwa sekali hampir kena santet itu, aku lebih berhati-hati dan tidak '*ndisiki kerso*' kata orang Jawa, artinya tidak mendahului kehendak Allah, jadi musti minta ijin Allah dulu sebelum transfer energi dan yakin bila Allah meridhai kita.

Seiring perjalanan spiritual, semakin seseorang mudah memasrahkan dirinya kepada Allah, tidak memaksa, tidak bermbisi, tidak merasa bisa, tidak berusaha, dan lebih menyatakan diri dengan kehendak Allah, maka secara batiniah orang seperti itu menjadi semakin sakti. Orang jawa bilang, *demit gak ndulit setan gak doyan*, istilah jaman sekarang mungkin dia menjadi 'auto imun' terhadap kekuatan jahat. Jadi jangan ragu menangani kasus sihir dan guna-guna bila memang itu sudah menjadi kehendak Allah.

Yang perlu diwaspadai, bila saat berniat mau mentransfer energi, ada hal ghaib yang menemui kita, lalu bilang, "Jangan ikut campur!" Ini adalah pertanda dan sekaligus peringatan keras untuk berhenti saja, jangan terlibat dalam urusan mereka! Aku sudah pernah hampir mati kena santet gara-gara nekat *ngurusin* urusan orang lain, padahal diri sendiri aja gak kurus-kurus ... *hehehe*. Jangan menjadi sok pahlawan deh.

Bukan karena kita penakut atau kena gertak sedikit saja sudah mundur, bukan itu sih. Atau kita merasa, Allah kan lebih kuat? Iyaaa, Allah lebih kuat, tapi kita kan lemah, lihat dulu apa Allah membersamai kita atau tidak?

Ada urusan yang kita tidak tahu antara pasien dengan fihak kegelapan, barangkali fihak kegelapan sedang membalas apa yang pernah pasien perbuat terhadapnya, yang berarti fihak kegelapan sedang meminta hak *qisashnya*. Atau ada perjanjian tertentu antara leluhur pasien dengan fihak kegelapan, jangan mengambil alih karma seperti ini.

Disini aku kisahkan pengalaman pertamaku yang secara tidak sengaja ternyata menolong orang yang kena sihir, aku angkat dari tulisan di blog.

Menangkal Sihir dengan Kekuatan Ikhlas

Sabtu, 17 Maret 2012

Jum'at kemarin aku mendapat pengalaman yang sungguh tak terduga yang berkaitan dengan *energi murni alam*. Aku begitu terpesona dengan hasil luar biasa diluar pikiran dan perkiraanku. Begitulah bila Allah berkehendak, memang selalu membuat kita takjub.

Awal cerita, ada pelanggan datang ke butik kulakan kerudung lukis. Seorang ibu berjilbab yang datang bersama adiknya yang berjilbab dan sudah ibu-ibu pula. Kitemui mereka berdua dengan 'baju kebesaran'... hehehe, daster maksudku. Aku lagi bikin kue buat ulang tahun Insan sih, jadi yaaa... sudah pakai daster, gak sisiran, wajah kumut-kumut, bau telur ... kupikir kami sama-sama wanita, ya gapapalah aku kelihatan 'seksi'nya hihih.

Karena asyik melayani sang pelanggan, aku tidak memperhatikan sang adik yang terkantuk-kantuk menunggu kami mengobrol dan memilih kerudung. Semula kukira wajah layu si adik karena kelelahan dan kurang tidur, tapi ternyata dia sakit katanya. Sakit apa juga tidak dia ceritakan, aku menawarinya transfer energi dan dia langsung setuju.

Aku menyuruhnya rileks dan berdzikir, akupun berdzikir memohon Allah mengijinkanku menggunakan energi murni alam semesta. Segera energi itu berkumpul di telapak tanganku yang kemudian aku kirim ke adik pelangganku itu. Tak lama setelah proses itu selesai wajahnya terlihat sumringah.

"Kok hilang ya ... ", katanya heran dan gembira. Barulah wanita itu bercerita bila dia sudah setahun kena guna-guna, dia selalu merasa banyak pisau menancap di lehernya yang membuatnya merasa sakit dan menderita. Bahkan saat malam hari dia merasa seperti disembelih sampai rasa sakitnya membuatnya minta dibunuh saja.

"Mungkin ini berkaitan dengan usahanya yang mulai maju, ada yang sirik lalu mengirim guna-guna ", kata si kakak.

"Bisa juga, tapi sebaiknya jangan berburuk sangka. Tidak usah mengira-ira siapa pengirimnya, itu kan pekerjaan setan untuk membangkitkan permusuhan di antara manusia. Siapapun pelakunya dimaafkan saja, ikhlas saja ", kataku. Akupun bercerita tentang kekuatan ikhlas dalam menyelesaikan segala permasalahan hidup.

"Tadi saya merasa pisau-pisau yang menancap di leher saya terlepas dan terlempar ke belakang, seperti kena hembusan angin yang kuat, sampai tubuh saya ikut ter dorong ke belakang. Padahal bu Innuri kelihatannya tenang saja", katanya padaku. Mungkin yang dia maksud aku kelihatan tenang saja itu dia melihat aku kok tidak mengerahkan tenaga sama sekali. Ya, memang aku kan hanya memindahkan energi yang Allah perkenankan terkumpul di tanganku kepadanya, hanya memindahkan dan mengisi. Aku juga tidak mengusir hal-hal buruk yang sedang menimpanya, aku tidak memerangi 'sesuatu' yang bersarang di tubuhnya, bahkan aku tidak tahu bila dia kena guna-guna.

"Energi murni alam semesta itu sifatnya ikhlas, suci, putih, halus lembut tapi kuat dan luas. Bila energi ini mengisi

seseorang, maka energi yang berlawanan dengan sifatnya akan menyingkir dengan sendirinya dan dengan rela. Itulah mengapa ibu merasa banyak yang terlepas. Tapi syaratnya si penderita harus ikhlas dan pasrah, karena alam semesta itu sifatnya ikhlas, bisa masuk ke orang-orang yang ikhlas pula ", kataku menjelaskan. Wanita itu lalu bercerita bagian-bagian tubuhnya yang lain yang selalu merasa kesakitan, diantaranya di bagian dada dan punggung yang seperti tertancap pisau yang besar.

Aku memintanya untuk bilang pada Allah bahwa dia ikhlas dengan segala cobaan yang berlaku pada dirinya, karena cobaan itu telah membuatnya kuat. Aku juga menyuruhnya bilang pada Allah bahwa dia memaafkan semua orang yang telah menyakitinya termasuk orang yang membuatnya kesakitan seperti ini.

Wanita ini menjalankan semua intruksiku dengan amat baik, hingga aku bisa menransfer energi lagi sampai tiga kali, dan dia mengatakan bahwa semua 'benda asing' di tubuhnya telah hilang.

"Sebelumnya saya merasa bahwa saya bukan saya, seperti ada yang mengendalikan dan membisikkan hal-hal buruk. Sekarang alhamdulillah sudah ringan, sudah kembali menjadi diri sendiri", katanya.

Aku berpesan agar dia menjaga perasaan ikhlasnya, inilah cara agar hal-hal negatif itu tidak kembali lagi, karena orang ikhlas tidak bisa diganggu syetan, apalagi dimasuki energi jahat.

Bagiku ini adalah pengalaman pertamaku '*dipakai*' Allah menolong orang yang kena guna-guna. Guna-guna atau

sihir memang ada kok, bukankah Allah menyebutnya di al qur'an? Jadi bagi yang belum pernah mengalami atau belum pernah melihat sihir/guna-guna, bukan berarti itu tidak ada, pengalaman kita saja yang terbatas.

Dari pengalamanku dengan adik pelangganku ini, aku jadi tahu bahwa kesembuhan seseorang dari sakit fisik atau non fisik / guna-guna amat dipengaruhi oleh tingkat keikhlasan si penderita. Apalagi bila menggunakan cara transfer energi seperti yang kulakukan. Energi murni alam semesta yang sifatnya ikhlas, akan mudah masuk ke tubuh orang yang ikhlas pula. Bila tubuh sudah terisi energi ini, maka tidak perlu mengusir atau memerangi hal-hal negatif yang menjadi sumber penderitaan, karena hal-hal negatif itu akan menyingkir dengan sendirinya dan dengan rela.

Energi yang ada di tubuh kita inipun adalah bagian dari energi alam semesta, di level quantum hal ini sesuai dengan hukum keterkaitan, yaitu keterkaitan antara energi kuanta di alam semesta. Dengan hukum keterkaitan quantum, untuk memperoleh kesembuhan dari sakit terutama sakit non medis, modalnya adalah memperbanyak mengingat Allah dan ikhlas, maka tanpa diminta kita bisa mendapat aliran energi yang kita butuhkan. Tidak mutlak memerlukan terapis, kukira untuk kasus yang berat-berat saja yang membutuhkan bantuan ahlinya.

Aku pernah mengalami, saat masih SMA pernah kena guna-guna yang membuatku merasa ada yang meremas-remas otakku. Awal kejadiannya lewat sebuah mimpi buruk, aku merasa ada sebongkah 'benda berat'

dimasukkan (lebih tepatnya dijejalkan dengan kuat) dari atas kepalaku, aku langsung terbangun dan merasakan sakit yang aneh di kepala. Hebatnya penderitaan itu membuat ibu dan guru-guruku membawaku ke kiai, tapi penderitaanku tak kunjung selesai.

Berakhirnya sakit kepalaku itu setelah aku berusaha mendekatkan diri pada Allah, ikhlas, selalu suci / selalu dalam keadaan berwudhu, dan rajin berdzikir sampai seolah tenggelam dalam dzikir. Lewat mimpi pula aku merasa benda yang dulu dijejalkan ke dalam kepalaku itu keluar, akupun merasa bebas sakit kepala hingga kini.

Dari pengalamanku itu, aku yakin bahwa sihir bisa ditangkal dengan ijin Allah oleh diri kita sendiri dengan kekuatan ikhlas. Andai saja kita berobat, sehebat apapun terapisnya, bila diri kita sendiri masih belum ikhlas dan menyimpan banyak hal negatif di pikiran dan hati kita, maka kita masih bisa kena lagi.

Siang itu kedua tamuku pulang dengan wajah berseri, apalagi si adik yang tampak lebih segar dan cantik bila dibandingkan dengan saat dia datang tadi. Akupun melepas kepergian mereka dengan penuh syukur dan bahagia. Bahagia karena Allah telah memilih dan menggunakanku untuk menolong salah seorang hambaNya.

Saat Alam Memilih Waktunya

Minggu, 10 Maret 2013

Banyak sekali 'temuan'ku hari ini, saat ikut mas Hary ke kebun dikala badan sedang dalamancaman flu, 3 hari kemarin aku banyak beristirahat karena meriang. Hari ini kuputuskan untuk menerapi diriku sendiri lewat interaksi dengan alam, berkeringat di bawah sinar matahari, berjalan naik turun kebun, lalu makan sayur pedas buatan istri mas Saidi, penanggung jawab kebunku.

Saat kakiku kubiarkan menyentuh tanah sawah dengan padi baru tanam, membuatku tersenyum lebar di hati. Sawah? Wow! Aku punya sawah? Ini diluar dugaan, seperti kejatuhan hadiah dari langit, meskipun sawahnya baru 2 petak yang selesai tanam, tapi ini adalah mimpi yang telah lama kulupakan, mimpi masa kecilku saat ibu bercerita bahwa kakekku dulu adalah petani dengan sawah yang luas. Lalu aku sering membayangkan berlarian di pematang sawah dengan rambut tertiuup angin di tengah hamparan padi yang menguning.

Kebahagiaanku kali ini mungkin ada hubungannya dengan kebiasaanku mendoakan alam. Sejak aku bisa mengelola energi murni alam, aku suka banget mentransfer energi ke sawah dan alam yang aku temui di perjalanan. Aku ucapkan terimakasih pada mereka, juga kudoakan agar padinya tumbuh subur dan memberi kegembiraan bagi petaninya. Sekarang, aku menatap sawahku sendiri, rasanya ini hadiah atas doa-doaku untuk mereka.

Ya, inilah kenyataan dan inilah kebenaran, alam tidak diam, walau dia tidak bicara, dia membala hal apapun

yang kita lakukan padanya. Ketulusan hati kita pasti dia balas pada waktunya.

Bila ketulusan hati pasti terbalas, begitupun kejahatan hati, pasti mendapat balasan juga. Makanya berhati hatilah dengan hati, sukalah mendoakan orang lain, senanglah bila melihat orang lain senang, mudahkan hati memaafkan, lalu biarkan alam memilih waktunya dalam membala semua itu.

"Sayang, lihat sini ", dari kejauhan suamiku memanggil. Seperti main petak umpet rasanya untuk bisa menemukan suamiku, ... kebunnya luas sih dan juga penuh tanaman pisang dan pepaya yang rimbun. Kami musti berteriak satu sama lain untuk bertemu, diselingi suara Alni memanggil manggil ayahnya.

"Lihat ini, kok gak mau berbuah ya? menurutmu kenapa?", tanyanya menunjuk pohon pepaya yang tidak mau berbunga, apalagi berbuah.
"Padahal daun dan batangnya subur lo", lanjutnya.

Aku betul-betul gak ngerti kenapa ada pepaya mogok berbunga? Duh, mogoknya '*berjamaah*' lagi, ternyata bukan cuma kaum buruh yang bisa mogok kerja ... hehehe. Setahuku setiap pohon pepaya yang ditanam orang pasti ada buahnya, bahkan buahnya tak ada jedanya, bertumpuk. Cukup banyak juga pepaya yang cuma rimbun daunnya. Kasihan juga melihat suamiku yang sudah bercapek capek menanam pepaya sebanyak ini, dia menanam sekitar 5000 pohon, dan menggaji orang untuk proyek kecilnya ini.

"Coba saja diajak ngomong mas", kataku.
"Hmmm... ya itu sih kamu yang bisa", kata suamiku, hafal dia kalau istrinya agak aneh ... hehe. Akupun coba bicara dengan pepaya-pepaya itu, ternyata mereka kekurangan nutrisi.

"Kurang nutrisi kayaknya", kataku.
"Oh, memang lama gak dipupuk, mestinya sebulan sekali pupuknya", jawab suamiku.

Bila dihitung *return of investment* untuk tanaman pepaya ini, gak tahu kapan tercapainya, apalagi bila melihat kenyataan diantara 5000 pohon, sudah bagus bila 1000 nya berbuah lebat. Alam memang susah diprediksi, makanya aku sering dengar petani merugi, sudah mengeluarkan biaya banyak untuk tanamannya, hasilnya malah gak bisa dinikmati.

Tapi pikiranku sudah bukan lagi kapan ROI nya tercapai, karena yang aku lihat adalah manfaatnya.

Pepaya-pepaya itu meskipun belum bisa dipetik hasilnya, dia telah memberi penghasilan kepada orang-orang, dan pepaya-pepaya itu telah menjadi perantara suamiku berdakwah kepada mereka.

Dulu waktu proses tanam pepaya, mas Hary sering menginap di kebun, malam dia mengumpulkan orang-orang itu, membagikan Al-Qur'an, dan berdakwah dengan cara yang dia bisa, kadang ngajak ustadz Virien. Mereka menjadi lebih paham Al Qur'an, dan menjadi orang-orang yang lebih baik, gampang bersedekah dan amat tulus, merekapun jadi dekat dan seperti keluarga dengan mas Hary.

Hidup dengan orientasi ibadah begini membuat batin tenang, damai, ikhlas dan membiarkan alam memilih waktunya, karena dia selalu membala setiap ketulusan hati. Bila berorientasi pada hasil yang berupa materi ... wow, bisa strees mikirin ROI.

Bagaimana denganmu sahabat?

Setelah berkeringat di kebun, badanku terasa lelah sekali sampai jatuh tertidur di gubugnya mas Saidi, sementara Alni bermain dengan Viva, anak mas Saidi. Alni yang juga sedang flu dan batuk, terlihat lebih sehat dan berkeringat, selama 3 hari tidak masuk sekolah, aku tidak memberinya obat apa-apa, cuma minum madu saja.

Alhamdulillah sepanjang perjalanan pulang badanku terasa lebih baik, Alni tertidur pulas. Semalampun dia sudah tidak batuk pilek lagi. Alam memang memberi energi yang luar biasa, terimakasih ya Allah.

Memperbaiki Penglihatan dengan Energi Murni

9 januari 2018

Kisah ini terjadi beberapa bulan yang lalu, sahabatku mbak Jeti bercerita tentang suaminya, mas Nur, yang sedang galau gara-gara periksa ke dokter mata dan matanya harus dilaser. Penglihatan mas Nur sudah tinggal 30% katanya dan ketika berobat ke dokter lain untuk mendapatkan *second opinion*, dokter yang kedua juga mengatakan hal yang sama.

“Padahal tujuannya periksa ke dokter lain untuk meloloskan diri dari laser, eeeh ... *tibakne podho wae* ”, kata mas Nur, yang maksudnya ternyata sama saja, musti dilaser. Dia lalu bercerita betapa traumanya dia dengan yang namanya ‘laser mata’, seluruh badan diikat agar tidak bergerak karena bila bergerak sedikit saja bisa membahayakan.

“Aku merasa mau mati”, kata mas Nur, mendengar kata-kata mau mati ini, aku jadi kasihan sama mbak Jeti, ntar kalau mati beneran, jadi janda dong sahabat kerennya ini ... hehehe. Walau tidak yakin apakah bisa berhasil, akhirnya aku coba.

“Wis ta mbak, dicoba saja”, kata mas Nur menyemangatiku.

Aku tidak pernah melakukan pengobatan mata dengan energi murni, karena sudah kadung terbentuk pola pikir di kepalamku, yang namanya lensa mata itu *kan* sudah bawaan dari *sononya* dan tidak bisa diperbaiki. Suami dan 2 anakku juga memakai kaca mata dan aku juga

merasa itu karena faktor keturunan yang tidak bisa diperbaiki.

Akhirnya di Sabtu pagi yang sibuk dengan acara membungkus nasi Warung Ikhlas Malang, mas Nur aku transfer energi untuk matanya, tapi yang terlihat olehku kok yang bermasalah di kepalanya.

“Memangnya mas Nur sering sakit kepala ya?”, tanyaku.
“Iya mbak, di kepala sebelah ini rasanya sakit sekali, mak nyuuut seperti jalan dari sini ke sini dan itu sering aku alami”.

“Iya mas, kelihatannya ada pembuluh darah yang menyempit di bagian itu, kayaknya itu berhubungan dengan mata dan harus diberesin”. Aku sendiri juga baru tahu, bila kondisi kepala bisa mempengaruhi penglihatan. Maka aku transfer energi untuk mas Nur di bagian kepalanya.

“Terasa seperti ada angin mak wuss di sini mbak, sekarang kepala jadi enak”, kata mas Nur sambil menunjuk kepala bagian kanan. Dia tersenyum lebar merasakan kepala yang sudah ringan.

“Padahal mas Nur termasuk orang yang tidak peka terhadap energi semacam ini, eh ... dia tadi bisa merasakan aliran energi di kepalanya”, kata mbak Jeti.

Proses untuk mas Nur tidak bisa sekali itu aku lakukan karena termasuk parah menurutku, malamnya aku transfer energi lagi, 3 malam berturut-turut, sampai aku merasa mas Nur cukup bersih di bagian mata dan kepala. Hasilnya tak kuduga, mas Nur jauh membaik penglihatannya, bila dulu matanya perlu waktu yang

lama untuk menyesuaikan diri ketika dari luar masuk ke sebuah ruangan, kini proses adaptasinya menjadi lebih singkat. Sudah tidak pusing lagi dan sudah bisa membaca tulisan di *hand phone* lagi, walau masih memakai kacamata karena faktor usia yang sudah tidak muda lagi, yang pasti dia tidak perlu dilaser, hal yang selama ini ditakutinya.

Pengalaman pertamaku mengobati mata ini memberi ilmu baru buatku, ternyata lensa mata yang menurut para ahli hanya bisa dikoreksi dengan kaca mata, bisa juga dibantu dengan energi murni. Dan ternyata juga, sakit mata tidak hanya berhubungan dengan lensa mata, melainkan juga berhubungan dengan pembuluh darah di kepala.

Hingga saat ini, sudah banyak kasus mata yang aku tangani, termasuk mata suamiku. Suamiku matanya silindris plus, bila sedang parah, dia melihat bayang-bayang hitam di setiap obyek yang dilihatnya. Dengan sekali transfer energi, penglihatannya bisa langsung terang.

Untuk kasus mata seperti ini, sebaiknya pasien mengistirahatkan matanya setelah proses transfer energi selesai. Mengistirahatkan mata disini bisa berarti memejamkan mata untuk beberapa waktu sampai mata terasa enak, atau dipakai tidur saja sampai pagi, makanya aku lebih suka transfer energi mata di malam menjelang pasien tidur. Hasilnya menurut perasaanku lebih oke, menurut perasaanmu bagaimana? *hihi ... kok nanya pembaca ya?* Tanya saja pada rumput yang bergoyang ... *ngebet g ade* dong ... hahaha.

Dokter Astral

9 januari 2018

Aku punya sahabat tempatku bercerita tentang keanehan-keanehan yang sering terjadi padaku, aku memanggilnya mbak Ati. Aku kenal mbak Ati di grup Whats App, School of Life, ini grup tempat belajar Al Qur'an dari pak Sonnie Wicaksono, *founder* Warung Ikhlas. Kita berdua lebih banyak berinteraksi lewat *handphone*, baru bertemu sekali saja, tapi rasanya sudah kenal mbak Ati bertahun-tahun.

Mbak Ati juga bisa menyalurkan energi melalui pelatihan di Padmajaya, jadi kami saling berkirim energi bila membutuhkan. Bedanya aku dengan mbak Ati, mbak Ati rajin membaca, jadi beliau punya banyak referensi ketika aku mengalami sesuatu yang aneh. Mbak Ati rajin mengikuti pelatihan spiritual, aku nggak.

Ketika energi murni yang aku kirim berubah bentuk menjadi manusia *astral*, mbak Ati adalah salah seorang tempatku bercerita. Pembicaraan antaraku dengan mbak Ati yang mengandung pembelajaran, sebagian masih aku simpan karena penting untuk mengingatkan aku akan berbagai hal. Sebagian pembicaraan itu sudah mendapat ijin dari mbak Ati untuk aku muat di sini.

Awal kejadian yang memunculkan dokter astral itu di april 2017, setelah aku bisa menggunakan energi murni dengan cara biasa selama bertahun-tahun. Kemunculannya tidak bisa direncanakan, terjadi begitu saja ketika Allah menghendaki. Muncul atau tidak muncul sebenarnya bukan masalah, karena itu bukan tujuan. Jadi ceritaku ini

hanya sekedar referensi, barangkali ada yang mengalaminya, sudah tidak perlu kaget atau lari terbirit-birit.

Cerita ini tentang seorang anak yang tinggal sebatang kara yang ditolong oleh relawan Malang, salah seorang relawan itu adalah mbak Jeti sahabatku. Anak ini menderita lupus, keadaannya parah banget, ada komplikasi berbagai penyakit.

Ceritanya aku salin dari pembicaraan di whats app.

28 April 2017

Innuri: Mbak Ati. Ada kejadian aneh terjadi padaku kemarin. Ceritanya ada anak sebatang kara sakit parah komplikasi jantung bocor, ginjal , paru-paru dan lain-lain . Ditolong relawan Malang masuk Rumah Sakit dan dijaga bergiliran. Salah satu dari mereka tahu aku bisa transfer energi.Lalu aku transfer energi dari rumah. Aku rasakan kondisi anak ini lemah banget dan butuh banyak energi. Nah, ketika aku transfer itu, hal aneh terjadi... energi murni yang biasanya aku rasakan putih, bening, lembut dan kuat itu kok menjelma menjadi sosok manusia astral putih putih gitu. Ada 4 orang, di depanku mereka berempat melakukan 'operasi' buat anak tadi yang berbaring di tempat tidur.

Berjam-jam prosesnya.

Dan si anak membaik, jauh membaik.

Malam ini aku transfer energi lagi ke anak itu dan energinya sudah biasa lagi, gak jadi orang lagi. Kayaknya Allah kirim aku 'team medis' astral.

Ati: Hahaha... Mbak sudah nonton film dokter strange? Coba cari deh. Bisa jadi itu mbak-mbak juga. Hanya

lapisan-lapisan ke sekian. Kita itu punya badan 7 lapis. Jika dilatih bahkan atas ijin Allah bisa melakukan hal-hal yang berbeda. Ada di buku Spiritualitas.

Yang dimaksud mbak Ati buku Spiritualitas itu buku karya pak Irmansyah Effendi, bisa dibeli online di www.membukahati.com.

28 April 2017

Innuri: *Iya mba Ati. Padahal aku transfer energi itu cuma pakai senjata menghubungkan hati dengan Allah, lalu menyampaikan niat dan ... wus wus wus ... Enak aja, gak pakai latihan , gak pakai tenaga, tapi hati tambah dekat dg Allah .*

Sehari kemudian ...

29 April 2017

Innuri : *MasyaAllah mbak. Bila Allah berkehendak memberi keajaiban. Si Novi yang aku ceritakan yang parah banget, yang aku transfer energi , sampai dioperasi 4 manusia astral itu, kondisinya jauh membaik. Padahal jantung bocor, paru paru, liver dan gagal ginjal. Semua karena kasih sayang Allah yang tak terhingga besarnya.*

Ati : *Itu karena mbak bersedia menjadi alat sesuai kasih sayangNya.*

Innuri : *Pasrah dan tanpa konsep . Jadi konsep Allah yg bekerja.*

Ati : *Mantab mbak.*

Beberapa hari kemudian...

5 Juni 2017

Innuri : Mbak Ati. Pasien parah yang kemarin aku ceritakan yang dioperasi 4 manusia astral, sudah sehat mbak, sudah pulang dari rumah sakit. Ada rasa haru yg sulit dilukiskan

Ati: Subhanallah.

Pengalamanku dengan dokter astral itu terulang lagi pada beberapa sahabat yang sedang sakit parah. Seorang pelangganku di butik punya adik yang menderita sakit kanker usus, sudah 2 bulan di rumah sakit dan tidak kunjung membaik, belum bisa makan walau lewat sonde (pemberian cairan nutrisi lewat selang ke lambung). Setelah aku kirim energi dan dioperasi dokter astral, 2 hari kemudian bisa makan lewat *sonde fooding*, dan beberapa hari kemudian bisa makan lewat mulut dan boleh pulang.

Tak semua yang dioperasi dokter astral bisa sembuh total, ada sahabat yang sakit kanker paru-paru, tapi belum sembuh juga hingga saat ini. Bukan berarti operasi itu tidak berguna, sangat berguna sekali, tapi sifatnya hanya membantu meringankan. Selebihnya memang ada sakit yang merupakan keharusan untuk dijalani. *Everything happens for a reason* katanya wong barat.

Ada sahabatku di Warung Ikhlas Malang yang juga tidak sembuh tapi menjadi sehat banget. Kok bisa ya tidak sembuh tetapi sehat? Ceritanya, pak Isnov, komandan bedah rumah di Warung Ikhlas Malang, punya sakit diabetes, entah diabetes type apa aku gak tahu dan gak

nanya. Pernah sekali dioperasi dokter astral, dan 2 hari berikutnya aku melakukan pembersihan dan penambahan energi, sampai aku bantu melalui air yang aku isi energi juga. Beliau menjadi sehat, *energik* walau gula darahnya tetap di atas aturan. Bila dulu beliau kalau berjalan terasa berat seperti ada beban di kakinya, sekarang sudah tidak ada beban sama sekali, bisa nyetir mobil gak ada yang *gantiin* dari Malang ke Madiun, penontonnya yang heran kok bisa penderita diabetes sesehat itu?

Pak Leknya mas Hary matanya parah, kacamatanya tebal sekali, mana usia sudah di atas 60 tahun. Ketika aku kirim energi, matanya diutak atik dokter astral di sebuah ruangan operasi yang kelihatan modern dan *futuristik*. Esoknya orangnya sudah ke Madiun, walau gak nyetir sendiri, beliau bisa pulang pergi dalam keadaan sehat, gak *mumet-mumet* di perjalanan, padahal jalan dari Malang ke Madiun cukup *mumet-mumet*, apalagi macetnya, untuk orang seusia beliau apalagi.

Banyak sekali cerita dokter astral ini, kalau diceritakan semua bisa ketebalan dan kemahalan bukunya Innuri nanti ... hahaha.

Mengatasi Susah Tidur dengan Energi Murni

06 Maret 2015

Pernah susah tidur?

Bila sudah bisa mengolah energi murni, maka kalian bisa menggunakan untuk mengatasi susah tidur, atau menolong orang lain yang susah tidur.

Dulu sebelum berteman dengan energi murni, bila susah tidur aku sering minta dikirim energi ngantuk ke eyang. Biasanya langsung terasa berat di mata dan terlelap. Kedengarannya lucu ya, kok ada energi ngantuk, bukankah energi malah bikin melek? Tapi disitulah letak seninya, apapun yang kita niatkan, akan direspon dengan baik oleh semesta dengan ijin dan kasih sayang Allah.

Beberapa hari yang lalu aku susah tidur, padahal mata dan badan sudah capek banget, lalu aku mencoba minta tolong Allah lewat energi murni. Ternyata ada 3 hal yang perlu aku lakukan, yaitu menenangkan mata, menenangkan pikiran dan menenangkan perasaan.

Pertama yang aku lakukan mengirim energi ketenangan ke mata, dan mata langsung terasa berat, tapi ternyata aku masih belum juga tidur. Kukira karena pikiranku masih sibuk, lalu aku kirim energi ketenangan ke pikiranku, lalu perasaanku. Dan akupun tertidur dengan sukses.

Bila susah tidurnya karena suasana yang bising, maka perlu juga mengirim energi ke telinga agar non aktif.

Selamat mencoba!

Etika Meminta

Sabtu, 24 Januari 2015

Dear Allah lovers,

Bila kalian menginginkan seseorang melakukan sesuatu untukmu, apakah yang kalian lakukan? Meminta padanya? Meminta dengan cara bagaimana?

Sejak aku menulis tentang energi murni alam semesta, banyak sekali yang minta ditransfer energi olehku. Cara memintanya macam-macam, ada yang dengan mengirim salam perkenalan dulu denganku, ada yang langsung nodong, ada yang sudah mengenalku beberapa lama baru minta tolong dengan embel-embel kalimat, "Bila tidak merepotkan mbak Innuri".

Selain itu, kadang aku sendiri yang berinisiatif menawarinya tanpa dia memintanya. Ada juga yang diam-diam aku transfer energi tanpa dia mengetahuinya.

Merenungi semua itu, yang muncul di benakku malah sebuah pertanyaan, "Apakah caraku meminta pada Allah selama ini sudah cukup sopan?"

Meminta tolong pada seseorang saja membutuhkan etika kesopanan, apalagi pada Allah. Dan karena Allah Maha Mengetahui segala isi hati, maka tak cukup dengan tata cara lahiriah, seperti berdoa dengan merendahkan suara, di tempat yang suci dan dalam keadaan suci pula.

Kukira kita musti menghindari hal-hal di bawah ini:

- kalimat-kalimat yang 'menodong' Allah
- berdoa dengan kalimat protes, seperti: "Ya Allah, aku

sudah mentaatiMu, kenapa hidupku begitu berat dan sulit ? Maka mudahkan ".

Dalam hati, rendahkan diri di hadapan Allah, bangun rasa percaya / iman padaNya, berusahalah untuk lebih mengenalNya agar kita punya prasangka yang benar tentang Dia, ikhlaslah dengan segala yang terjadi dalam hidup, dan berdoalah dengan perasaan cinta dan rindu padaNya.

Bila doa kita berupa hal-hal yang bersifat duniawi, tidak usah berpikir apakah doa kita bakalan terkabul atau tidak, karena dalam hati kita lebih menginginkanNya dibandingkan itu semua. Yakinlah bahwa Allah Maha Tahu kebutuhan kita dan pasti Dia penuhi dengan caranya yang lebih baik daripada yang kita bayangkan.

Renungkanlah, bukankah Allah lebih banyak memberi tanpa kita memintanya? Bahkan tanpa kita menyadarinya?

Akan halnya orang-orang yang minta tolong padaku untuk mentransfer energi, ada hal yang mereka tidak tahu, bahwa untuk bisa berhasil mentransfer energi murni, aku musti mengenal dulu orangnya, aku musti punya keinginan untuk melakukannya, si penerima energipun musti dalam keadaan ikhlas dan pasrah.

Bahkan tidak cukup hanya dengan 'deal' antaraku dengan penerima energi, pernah aku sudah niat mentransfer energi, tapi energi alam yang nolak, ngambeg ... *hehehe*. Alam semestapun musti dalam keadaan ridha dengan si penerima energi. Alam ini punya perasaan, kita hidup di atas dukungannya, di atas energinya, di atas

ketulusannya. Bila seseorang pelit berbuat baik untuk lingkungannya, energi alampun akan melakukan hal yang sama.

Maka, bila kita ingin agar seseorang memenuhi apa yang kita minta, sebaiknya kita banyak berbuat baik. Begitupun bila kita ingin agar Allah memenuhi permohonan kita, sebaiknya kita banyak-banyak berbuat baik kepadaNya dan kepada makhlukNya.

Terimakasih Allah atas segala tuntunanMu, terimakasih alam atas segala kasih dan dukunganmu, terimakasih sahabat atas segala kebaikanmu.

Apa Yang Membuatmu Takut?

Minggu, 24 Juni 2012

Malam ini aku sedang mencari cara untuk mengeliminasi rasa takut. Sendirian di rumah setelah kemalingan itu masih saja membuatku merasa tidak nyaman.

Mas Hary dan anak-anak tidur di butik karena mas Hary mau nonton sepak bola katanya.

Malam ini aku bisa menatap diriku dengan jujur, bahwa aku musti lebih mengupgrade keimananku. Bukankah orang yang beriman adalah orang yang tidak ada kesedihan atau ketakutan? Orang yg bila disebut asma Allah hatinya menjadi tenang. Yang dia takuti adalah Allah, murka Allah. Sedangkan aku takut sama maling!!!

Di belahan dunia manapun, tiap orang punya masalah dengan rasa takut; takut gelap, takut gak bisa bayar sekolah anak, takut kehilangan kekasih, takut didatangi penagih hutang... dll. Banyak rasa takut, solusinya cuma satu, mengingat Allah dan mengharap pertolonganNya hingga timbul rasa tenang karena jaminanNya.

Peristiwa kemalingan sekali lagi telah menyingkap rahasia hatiku sendiri.

QS. Az-Zumar [39] : ayat 23

[39:23] *Allah telah menurunkan perkataan yang paling baik (yaitu) Al Qur'an yang serupa (mutu ayat-ayatnya) lagi berulang-ulang, gemetar karenanya kulit orang-orang yang takut kepada Tuhan-Nya, kemudian menjadi tenang kulit dan hati mereka di waktu mengingat Allah. Itulah petunjuk Allah, dengan kitab itu Dia menunjuki*

siapa yang dikehendaki-Nya. Dan barang siapa yang disesatkan Allah, niscaya tak ada baginya seorang pemimpin pun.

Takut adalah perasaan yang malah akan mengundang datangnya apa yang ditakuti. Aku musti menyadari bahwa yang bekerja menghidupkan rasa takut adalah syetan, karena syetan menghendaki kehancuran manusia. Jadi menuruti rasa takut berarti mengikuti syetan.

Musti kusadari akupun perlu mengalihkan perhatian agar konsentrasi teralih ke hal lain. Akupun membaca terjemah Al Qur'an sambil mendengarkan gending bali. Gending Bali yang mendayu dayu punya efek menenangkan otak. Rasa kantukku mulai datang. Tapi begitu aku pejamkan mata, yang muncul malah 'gambar' aneh-aneh sampai aku berkirim pesan ke eyang. Gelisahku membuatku cuma membolak balik badan di tempat tidur.

"Bunda langsung tidur saja, jangan merem", gitu kata pesan pendek eyang, iiii.... mana bisa tidur gak pake merem?

Tapi kupikir bagus juga sendirian, bukankah ini kesempatan bagus untuk berduaan dengan Allah. Karena aku sudah terlalu lelah untuk mengambil air wudhu dan shalat, aku hanya perlu bicara pada Allah, aku berterus terang pada Allah tentang ketakutanku, aku minta Allah memberiku ketenangan. Lalu aku jadi ingat teman-temanku, energi murni alam. Aku mulai memasuki energi murni, memintanya mengisi rumahku, perlahan lahan ku pejamkan mata dan kurasakan betapa Allah menjagaku dengan kasihNya. Sebelum tertidur, sempat kurasakan

kiriman doa eyang dan doa suamiku ... betapa Allah begitu memanjakanku dengan kasih sayang. Terimakasih Allah.

Berasa Menjadi Malaikat Rahmat

Kamis, 16 Mei 2013

Saat pelatihan Batik Lukis di Ponorogo tgl 16 Mei 2013, aku bertemu ibu itu di mushala saat aku sedang mengantri wudhu di mushala hotel La Tiban.

"Oh, bawa mukena ya", katanya sambil menunjuk mukena yang tergolek disampingku.

"Iya bu, monggo kalau mau dipakai", kataku sambil melihat ibu-ibu peserta pelatihan juga banyak yang ngantri shalat, kulihat ngantri mukenanya, karena banyak yang tidak membawa mukena.

Selesai wudhu, akupun duduk nyandar tembok ngantri mukena.

"Maaf jeng, vertigoku kambuh", kata ibu itu saat melepas mukena pelan pelan dan terlihat menahan sakit. Akupun tanpa bilang-bilang mentransfer energi buat ibu itu.

"Ibu kelihatannya kurang tidur", kataku.

"Ya memang tidak bisa tidur", jawabnya.

"Ibu banyak pikiran sih", kataku.

"Terus saya musti bagaimana?"

"Dipasrahkan Allah saja, ikhlas", kumat deh Indah sok menasehati orang yang lebih tua lagi.

"Bagaimana rasanya sekarang?", aku menanyakan keadaannya, tanpa dia jawab aku yakin badannya lebih segar setelah kurnormalkan keseimbangan tubuhnya dengan energi murni atas ijin Allah.

Aku berasa mendapat dorongan untuk menghadiahinya buku "Menciptakan Keajaiban Finansial".

Saat selesai pelatihan, ibu itu menghampiriku dan bertanya.

“Aku mikir apa ya jeng?” Aku tersenyum saja.

“Ibu yang lebih tahu apa yang menjadi beban pikiran ibu.”

“Mungkin mikirin hutang.”

“Berarti buku itu pas banget buat ibu”, kataku.

“Makasih ya jeng.” Lalu aku diciuminya.

Aaaah... aku berasa jadi malaikat rahmat... dan kurasa setiap kita bisa menjadi malaikat rahmat, ini pengalaman yang indah. Seperti aku bilang dalam tulisan yang lalu, mulailah dari hal yang kecil, yang terdekat dan termudah kita lakukan, tangkap setiap peluang berbuat baik yang Allah hadapkan pada kita, lakukan dengan tulus kasih karena Allah. Jangan takut untuk memulai dan jangan takut akan ditolak atau dilecehkan.

Yuuk kita hias dunia yang indah ini dengan perbuatan baik.

Bebek Goreng Berbumbu Ikhlas

Minggu, 29 April 2012

Dalam acara pameran ke Bandung kemarin, alhamdulillah Allah memberiku kesempatan bersilaturahim ke beberapa sahabat yang ngumpul di warung Bebek Bakar A Yayo yang mak nyusss.... bebek terenak yang pernah kumakan, bumbunya meresap sampai ke tulang-tulangnya, empuknya kayak dipresto tapi ternyata nggak, cuma direbus tapi merebusnya lama. Pantesan Bondan Winarno (pakar Kuliner dari Trans TV) pernah 'tersesat' disini.

Tapi ternyata rahasia enaknya bebek kang yayo bukan terletak pada acara rebus merebusnya, tapiii... hmm... penasaran kan? Sabar yaaa, kak Innuri mau mendongeng untuk adik-adik yang manis... hihahi.

Pertama kali masuk ke rumah makan yang didesain etnik ini rasanya merinding... hiii.... kan aku nih peka banget, bahkan aku melihat 'sesuatu' di dinding di sebelahku. Ikut merinding kan? Rasanya kehadiranku disini nggak disukai oleh 'sesuatu' itu. Sampai-sampai setelah selesai menikmati bebek yang lezat, aku merasa perlu untuk pindah tempat duduk.

Eh, lha kok sudah pindah tempat duduk masih tetap merinding, rupanya disini ada penghuni yang tak kasat mata yang '*populasi*'nya sudah padat.... hehehe. Tapi rasanya kan gak etis kalau aku langsung ngomong masalah ini ke tuan rumah... yaaa.

Tapi akhirnya aku gak betah juga untuk tidak ngomong, "Biasanya kalau kita punya warung, ada saja orang yang gak suka kalau kita laris", kataku.

"Ya begitulah...", kata kang Yayo.

"Pernah ada sesuatu yang aneh terjadi disini?", tanyaku, maksudku ya seperti cerita yang sering kudengar dari teman-telanku seperti nasi yang mendadak busuk, bahkan ada yang cerita nasi sudah dimasak lama tapi tetap jadi beras! Aneh kan? tapi nyata lho.

"Ya pernah sih ", kata kang Yayo.

"Aku sih polosan saja, kalau ada orang ngirim yang gak benar ya silahkan saja, aku gak mau membalas. Kalau aku balas malah ... ", lanjutnya. Dalam hatiku melanjutkan, malah sibuk balas membalas, bukannya sibuk melayani pembeli.

"Biarpun banyak orang berusaha menghancurkan kita, kalau Allah menghendaki laris ya pasti laris. Masih kuat Allah", katanya, membuatku kagum.

"Itulah ikhlas", kataku , "Ikhlas itu sendiri sudah merupakan pertolongan".

Akhirnya ruangan di rumah makan yang asri itu aku kasih energi murni, termasuk pemiliknya. Setelah itu baru aku bisa merasakan enaknya duduk, hal-hal yang tadi kulihat menakutkan itupun sudah '*mengundurkan diri*' dengan rela.

Aku mengagumi kang Yayo, selain mengagumi masakannya yang aku banget (maksudku seleraku banget), juga mengagumi keikhlasannya di usianya yang masih muda. Dari dia aku mendapat pelajaran bahwa keikhlasan hati itu bisa mendatangkan pertolongan Allah. Yaaa, kan kehadiranku yang bisa mentransfer energi termasuk pertolongan Allah yang tidak dia sangka-sangka. Padahal banyak yang bilang kalau mendatangkan bu

Innuri itu mahal lo... hehehe, ini kan katanya pejabat-pejabat di daerah untuk memotivasi peserta pelatihanku agar serius dalam mengikuti pelajaran yang kuberikan.

*Ikhlas itu
menggerakkan semesta.*

Sakit Pinggang Mbak Ati

10 januari 2018

Sahabatku, mbak Ati, mengalami yang disebut ‘*low backpain*’, sakit nyeri pinggang akibat gangguan pada tulang dan otot punggung. Semula mbak Ati berobat ke terapis saja dan menjalani RBA (Rahasia Berjalan Alami), sambil aku bantu terapi dari Malang. Hasilnya cukup meringankan penderitaan beliau. Beberapa bulan terakhir mbak Ati menjalankan pengobatan medis, hasilnya lebih baik lagi.

Di bawah ini, cerita antaraku dengan mbak Ati saat melakukan transfer energi, kejadiannya di bulan april 2017. Sengaja aku buat salinan langsung dari obrolan di *whats app*.

19 April 2017

Innuri : Mba Ati kok belum tidur.

Ati : Kebangun mba. Disebelahku ada yang tiba-tiba ceramah. Ngga biasanya beliau keluarin ayat. Hahaha

Innuri : Hahaha ... aku juga kebangun dan kancilen.

Ati : Aku memang sedang kena backpain mba. Jadi kalau malam sering kebangun.

Innuri : Aku bisa transfer energi. Mau ?

Ati : Mauuuuuu. Semoga Allah membersihkanku dan membersihkanmu mbake.

Innuri : Cari posisi enak ya mbak Ati. Aku kirim energi murni

Ati : Berapa lama?

Innuri : Bentar kok paling 1-2 menit. Sik. Nyari fotonya mbak Ati dulu.

Ati : Oke. Sudah mulai kerasa nih kasih sayangmu.

Innuri : Udah mbak. Kayaknya musti rutin. Kelihatannya kok agak tebel. Enakan ta mbak?

Ati : Iya dong. Memang nih mba. It's a long story. Mulai 2 bulan lalu saya ke Gunung Kidul lalu ke Yogja Solo. Ke candi Ceto. Di Gunung Kidul saya meditasi malam hari di pinggir sawah sama mas Dicky. Doa buka hati biasa. Di candi Ceto juga di depan Saraswati. Pulangnya sudah mulai sakit. Kita naik mobil.

Innuri : Mungkin karena kedinginan dan kecapean ya mbak ?

Ati : Terapisku yang biasa pegang aku orang Cina. Dia bilang backpainku sebetulnya nggak parah, tapi ada hubungannya dengan urat kakiku yg putus setahun yang lalu. Tendon achilesku pernah putus dan di operasi. Kata dia kejahit meridien ke punggung dan peranakan.

Innuri : Nah ... kok aku tadi juga lihat ada hubungannya dengan kaki. Kukira habis jatuh atau diantemi orang.

Ati : Tapi aku sudah terapi sebulan lebih belum sembuh juga. Bahkan sekarang ngga bisa nunduk. Aku kan lagi pelajari juga tentang buku kundalininya pak Irmansyah. Mungkin banyak karma disitu. Wkwk wkwkwk. Lagi dibersihkan.

Innuri : Gini aja mbak Ati. Saat aku transfer energi, biarkan tubuh kalau mau bergerak , ntar bergerak sendiri, gerakan mengikuti aliran energi. Dan gerakannya biasanya berupa peregangan yg hasilnya enak. Posisi berbaring.

Ati : Siap. Kasih sayang Tuhan bimbing bantu kita.

Innuri : Dicoba lagi yaaa. Kalau hari ini kondisi membaik (bukan cuma nyaman), berarti bisa diteruskan.

Esok Paginya...

20 April 2017

Ati : Mba Nuri. Morniiring. Pagi ini aku bangun dengan jauh-jauh lebih ringan. Biasanya aku turun tempat tidur kaku sekali. Tapi pagi ini lancar dan ringan.

Innuri : Alhamdulillah. Ingetin aku ya mbak Ati untuk transfer energi terus. Ini butuh waktu dan harus kontinyu.

Ati : O gitu? Merepotkan kah? Sesungguhnya akunya yang harus lebih berserah padaNya. Tapi ketika sadar, mungkin saja mba Innuri itu adalah bala bantuan yang diutus olehNya. Semoga sama-sama membersihkan ya mba.

Innuri : Tidak merepotkan. cuma aku suka lupaan, karena masih remaja. jadi minta diingatkan.

Ati : O gitu. Iya biasa kalo masih ABG. Suka ndlewewer... wkwkwkwk...

Sesama jadi paham.

Innuri : Ntar malam coba lagi ya mbak .

Malamnya.

20 April 2017

Innuri : Baiklah. Kita mulai ya. Ikuti aja getarannya.

Ati : Bertambah ringan mba. Belok kiri kanan tidak sakit. Aku tarik dengkul ke perut sih masih terasa. Tapi sudah jauh berkurang kakunya.

Innuri : Memang masih tebal mbak Ati. Musti telaten setiap hari sampai betul betul enak.

Ati : Dagingku emang tebel juga sih..

Innuri : Hahaha... bukan dagingnya .Yang tebal merah merahnya, kayak ada trauma di situ. Dan pemulihannya butuh proses.

Ati : Trauma itu memang bisa muncul beberapa tahun

kemudian ya mba?

Innuri : *Gimana kondisi sekarang ?*

Ati : *Bangun tidur enak mba. Tapi belum hilang memang. Seperti mba bilang. Tebel. Hahaha. Badan lebih ringan.*

Innuri : *Tapi memang tebelnya itu. 2 hari aku lihat berkurangnya cuma 5 % an . Terasanya apa emang 5 %*

Ati : *Untukku bangun tidur jalan ke pintu kamar berdiri tidak sakit itu GOODDDD... Tapi kalo duduk lama memang masih sakit.*

Wajaaaar, ya ngga?

Innuri : *Progressnya ada berarti, diterusin ya mbak tiap malam sampai warnanya bisa normal lagi , minimal baby pink lah (sekarang masih merah) Jangan lupa ingetin. Gak usah sungkan. Aku transfer energi itu gak pakai energi kok. Cuma main pindah pindahin energi aja dengan sejinya Allah.*

Alhamdulillah malam ini banyak yang keluar.

Innuri : *Besok cerita ya mbak bagaimana hasilnya setelah istirahat semalam.*

Ati : *Aku sebetulnya baru aja pulang antar kawan pula. Aku nyetir padahal belum enak banget narik-narik rem. Jadi sampe rumah langsung duduk di sofa. Nah tadi aku sendaran dan diganjal punggungnya. Biasanya ketika bangun akan sakit banget kayak berat kejepit. Lah... tadi kok jauh lebih ringan banget. Apa bedanya dengan energi murni sebelumnya ?*

Innuri : *Ya. Ngikutin saja kebutuhan tubuh mba Ati. Kayaknya banyak sampah metabolisme atau apa aku gak tahu. Kelihatannya hitam hitam gitu, trus aku keluarkan dulu pakai ho'oponopono , lalu setelah lumayan banyak yang keluar, baru aku transfer energi. Tapi masih ada sisanya sih ... belum tuntas karena*

Ati : Hitam? Duh ciliwung before Ahok.

Innuri : Ya .. Hahahaha.

Ati : Kelihatan jumlah yang keluarnya? Koyo opo ta?

Innuri : Hahaha ... itu halus sekali , aku juga gak tahu. pokoknya metabolisme tubuh akan mengeluarkannya . Yang penting kan membuka salurannya biar keluar.

Keluarnya lewat apa aku gak paham .

2 hari kemudian...

23 April 2017

Innuri : Mbak Ati. Gimana keadaannya pagi ini Moga lebih baik. Udah lebih dari 10 %. [23/4 08:04] **Ati** : Iya mba, bangun tambah enakan. Kemaren sore kan kami latihan lagi RBA (Rahasia Berjalan Alami) ke RBA centre. Lalu siangnya makanan agak acak-acakan. Karena makan nasi kotak dengan menu yang tidak biasanya. Karena dijamu jadi kumakan aja. Aku ngga tau mana yang berpengaruh. Malamnya kaku-kaku dan ngilu. Tapi pagi ini sudah pulih, ke strandart perkembangan seperti yang mba Innuri sebelumnya. Alhamdulillah...

Innuri : Alhamdulillah. Kemarin aku coba hilangkan pengaruh dari operasi di kaki itu ... gak tahu ngefek apa nggak, masih ada hitam hitamnya sih, merahnya juga ada. Tapi mulai ada yang kelihatan pink .

Ati : Iya mba. Bekas operasinya semalam terasa sakit.

Innuri : Mungkin sakitnya itu karena aku coba buka sumbatan akibat operasi

Malamnya...

Innuri : Mbak Ati. Bisa transfer energi sekarang?

Ati : Oke mba. Siaaap.

Innuri : Baik. Mulai ya. Sebagian hitam hitamnya rontok

lagi.

*Rasanya apa lebih enakan, dibanding 2 hari yg lalu
bagaimana perkembangannya ?*

Ati : *Yang jelas memang jalan lebih enteng mba. Aku malah bersyukur tidak seperti sulap. Sebagian besar dari tamu yang hadir di tubuh ini adalah anugrah yang indah untukku belajar dan mendapat hikmah. Sehingga pelajaran itu aku tuai hari demi hari sampe ketemu juga sama mba Nuri.*

Innuri : *Ada 2 kasus berat yang aku usahakan ingat . Mbak Upik kanker dan mba Ati. Untuk mbak Ati kalau ada hari kelewatan bisa mulai dari awal lagi, mungkin karena aktivitas, jadi kayak ada hitam yang muncul lagi. Semacam kejar tayang gitu. Cuman analisaku aja sih. Yg kemarin bersih, eeeh ada lagi. Mungkin sisa metabolisme tubuh atau apa aku gak tahu.*

Esok paginya...

25 April 2017

Innuri : Mbak Ati.

Jadi beberapa kali aku merasa tubuh mbak Ati itu butuh asupan sesuatu, kekurangan zat apa gitu, tapi aku gak tahu. Yang kutangkap sementara ini kayaknya kurang kalsium. Mungkin gara gara gak boleh sama terapisnya. Kekurangan ini memang musti ditambahkan lewat mulut, diminum atau dimakan atau disuapin ... atau barangkali bisa lewat suntik kali ya mbak. Sementara mungkin dengan makan jus buah sayur tanpa gula, cari buah sayur yang banyak kalsiumnya. Atau mungkin perlu cek lab, jadi lebih jelas kurang apa-apanya. Yang pasti bukan karena kurang belaian ... hahaha.

Ati : *Matur suwun sanget. Hari ini badanku enak sekali*

mba.

Innuri : *Alhamdulillah mbak Ati. Jadi ikut semangat nih aku. Dari hari ke hari ada perbaikan . Berarti pakai metode kemarin malam cukup efektif juga kayaknya .*

Ati : *Metode apa tuh mba? Semalam memang terasa banget ketarik-ketariknya. Tapi pagi ini luar biasa banget bedanya.*

Innuri : *Hahaha ... aku kemarin pakai cara lain, ya masih transfer energi sih ... tapi aku 'paksa' ngelurusin yang kejepit*

Setelah transfer energi di bulan april itu, aku masih melanjutkan di bulan mei, sambil menjalani terapi medis. Dari hasil Analisa medis, mbak Ati ternyata kena TBC tulang, setelah ketahuan penyebabnya dan pengobatan apa yang paling sesuai, aku menjadi lebih tenang dan ‘melepas’ mbak Ati pelan-pelan. Sejujurnya aku bukan melepas, aku masih bisa merasakan kalau mbak Ati masih membutuhkan terapi energi, berhubung aku suka lupa, yaaa ... begitulah. Mbak Ati sendiri tidak mau mengganggu dengan minta ditransfer energi, jadi aku mengira mbak Ati baik-baik saja. Baru belakangan ini aku tahu, mbak Ati pernah ngedrop banget.

Tadi pagi aku menerima kabar baik darinya lewat facebook messenger :

“Diskusi itu dulu sebetulnya banyak membuat aku bertanya-tanya. Kadang mikir mba Innuri ngarang kali nih? Hihih... su'udzon. Karena sama-sama nggak tahu jadilah kita simpen saja jawabannya dan saling percaya. Ternyata yang mba Innuri bilang aku kurang sesuatu asupan, itu adalah vitamin D.

*Seharusnya satuannya minimal 30 aku hanya 8.
Lalu yang mba Innuri bilang kejar kejaran sama sesuatu
kalo nggak dibuangin,
Itu adalah bakteri TBC. Aku kena TBC Tulang.
Setelah sebulan nggak dihandle mba, aku semakin parah.
Dan akhirnya nggak bisa jalan. Bakteri dengan cepat
menumpuk dan menggerogoti ruas lumbar-lumbar.
Alhamdulillah setelah diketahui sumber sakit dan
penyebabnya, hari ini masuk bulan ke 4 pengobatan TBC
dari 1 tahun minimal yang diharuskan. Aku sudah bisa
jalan lagi. Duduk bisa lebih lama dan mulai bisa njahit!
Yeeeeyyyy!!! “*

Bahagianyaaa melihat mbak Ati mulai sembuh!

Mendampingi Pasien Kanker

14 Februari 2018

Ada beberapa kali aku mendampingi sahabat yang kena kanker, semuanya tetap menempuh cara medis, aku hanya membantu terutama saat mereka berada dalam kondisi kesehatan yang parah. Ada yang sejak awal aku mendampinginya, aku sudah merasa bila mereka sudah dekat dengan saat kembali pulang kepada Allah. Untuk kasus yang terakhir ini aku menjadi begitu *care* dan total, menanggapi segala curhatan dengan kasih sayangku, bahkan saat tengah melampun aku siap mentransfer energi bila mereka dalam keadaan kesakitan yang luar biasa. Beberapa sahabat terkasih berpulang dalam keadaan ruhani yang berpasrah sepenuhnya kepada Allah dan dalam keadaan bahagia dengan didampingi orang-orang tercinta, khusnul khotimah, ending yang baik inilah yang penting.

Mati adalah sebuah jalan pulang yang kita semua akan mengalaminya, mau sehat atau dalam keadaan sakit, tetap saja jurusannya mati, tidak ada jurusan ke Surabaya ... hehehe. Bayangkan saja kita sedang kost dan kuliah di luar kota, saat pulang kampung adalah saat yang paling membahagiakan, bertemu keluarga yang kita cintai dan mencintai kita. Sedangkan pulang kita semua adalah pulang kepada Sang Maha Cinta, bukankah ini sebuah kabar baik dan saat yang kita tunggu-tunggu dan rindukan?

Tidak semua pasien kanker berakhir mati, ya karena mati tidak harus sakit kan? Ada yang berakhir sehat, ada yang kesehatannya terus membaik sampai sekarang.

Salah seorang sahabatku yang sampai kini perkembangan kesehatannya membaik terus adalah mbak Upik. Dari mbak Upik aku belajar banyak dan mendapatkan hasil yang tak terduga sehubungan dengan penggunaan energi murni. Siapa sangka bila transfer energi bisa membantu menaikkan kadar haemoglobin darah hingga normal, sampai membantu pemulihan luka karena radiasi.

Transfer energi pada pasien kanker, selain mengalirkan energi pembersihan dan menormalkan di bagian yang sakit, juga mesti dibarengi dengan membantu mengelola mentalnya agar tetap semangat untuk sembuh dan menjalani hari-harinya dengan bahagia. Hari-harinya yang berat menghadapi kemotherapy dan radiasi yang membuat kondisi tubuh tidak karuan, mual , pusing, susah tidur, badan menggigil, sampai tidak bisa berdiri dan berjalan. Belum menghadapi berbagai ketakutan dan kekhawatiran dalam hidupnya.

Bagi terapis yang sudah mahir, energi murni juga bisa dialirkan untuk membantu membersihkan kacaunya pikiran dan hati pasien. Sering aku jumpai pasien yang kena kanker masih dibarengi permasalahan keluarga yang menguras emosi. Untuk ini kita bisa bantu tenangkan pikiran dan hatinya, caranya ya cuma niat dan pasrah saja sambil mengajak pasien untuk tenang dan pasrah juga, selanjutnya akan mengalir sesuai kebijaksanaan Allah.

Seperti yang sudah aku tulis sebelumnya, penyembuh terbaik adalah cinta. Seorang terapis yang hatinya penuh cinta, sebaiknya juga mengajak pasien untuk merasakan betapa Tuhan mencintainya. Bila mengenal anggota keluarganya, ajak juga anggota keluarga untuk

menyampaikan sayang, cinta dan dukungannya kepada pasien. Dukungan dan kasih sayang dari orang-orang terdekat ini penting banget dan memberi banyak energi dan semangat untuk sembuh.

Sangat dianjurkan juga untuk pasien melakukan meditasi / khawat secara rutin. Lebih bagus lagi diiringi olah pernafasan. Sekali tarikan nafas, lalu menahan di perut dua sampai tujuh hitungan, baru menghembuskan nafas lewat mulut atau hidung perlahan-lahan sampai habis. Lakukan semampunya. Oksigen yang masuk akan lebih optimal dimanfaatkan tubuh dalam meregenerasi sel.

Kembali ke kisah mbak Upik, pernah suatu hari energi yang aku kirim tidak bisa masuk-masuk. Aku bilang padanya, " Mbak, ini aku mau transfer energi gak bisa-bisa, mau aku ho'oponopono juga gak bisa-bisa. Aneh ya. Ini aku lagi membersihkan diri dulu, aku takutnya menganggap perbaikan yang terjadi karena transfer energi dan ho'oponopono. Padahal semuanya kan karena Allah semata-mata, karena kasih sayangNya yang besar. Jadi ini aku masih meluruskan pikiran. Aku harap mbak Upik juga bersihkan diri dulu, insyaAllah kalau kita berdua bersih, semua kembali bisa dilakukan".

Rupanya kena *jebakan betmen* lagi ... hihi, halus sekali masuknya, ketika secara tidak sengaja pasien atau terapis menganggap perbaikan yang dialaminya karena keampuhan transfer energi atau ho'oponopono. Untungnya diingatkan dengan energi yang macet. Ketika kesalahan itu dibantu Allah membersihkannya, aku kembali bisa kirim-kirim energi ke mbak Upik.

Mbak Upik juga belajar mengho'oponoponoin diri sendiri, belajar melepas ego, dan juga mentransfer energi untuk dirinya sendiri. Ini kabar baik darinya :

"Alhamdulillah, sudah fit mbak, sudah bisa ke pasar dan masak. Setiap pagi saya jalan pagi 5 putaran di komplekku. Saya sudah jalani sendiri betapa syukurku saat ini.

Tiap detik saya ingat dan pikirkan bagaimana kuasaNya dengan segala kasih sayangNya bisa bikin saya sampai sekarang bisa hidup normal

*Bisa mondar mandir dalam rumah, bisa belanja dan masak, bisa jalan-jalan dengan mertua dan anak-anak.
SubhanAllah*

Lebaran ledul Adha kemarin bisa di Semarang 4 hari , syukurku tidak terhitung lagi mbak.

InsyaAllah akhir bulan oktober ke Bali, kasih support anak-anak masku yang genap 2 tahun ditinggal papanya. Belajar berangkat naik pesawat sendiri kayak dulu lagi.

Kalau jalan telapak kakiku sudah nggak sakit lagi mbak, alhamdulillah.

Sekarang tangan kanan yang area bekas operasi yang suka ngilu, saya ho'oponoponin jadi agak ringan

Chat kita selama ini nggak saya hapus lho mbak. Saya baca bolak balik, salah satu caraku mengingat bagaimana besar kasih sayang Allah buatku sampai saat ini. Kenal mbak Innuri juga salah satu KuasaNya yang penuh keajaiban".

Iikut bahagia untukmu mbak Upik, alam semesta juga turut bahagia dan selalu mendukung hati yang penuh syukur dan cinta seperti hatimu.

*Alam semesta berpihak
kepada jiwa yang
pasrah
ikhlas
penuh cinta
dan rasa syukur.*

Mengurai Sebuah Kasus Pembunuhan

18 januari 2018

Aku ini aslinya termasuk orang yang penakut dan lebih suka menghindari hal-hal yang mengerikan, pembunuhan misalnya. Kalau ada berita pembunuhan di televisi, secepatnya pindah channel atau mematikan televisi, anak-anakku di rumah sampai hafal. Tapi kali ini aku tak bisa menghindar.

Semula aku tak tahu kalau pembaca blogku ini seorang polisi, biasanya kami hanya mengobrol soal spiritual saja, sampai beberapa hari lalu dia menyodorkan padaku sebuah kasus pembunuhan. Sementara dalam hatiku ada petunjuk bila ini adalah tugasku untuk membantu, maka akupun terlibat jadi *konsultan* gratis buat pak Polisi ganteng ini.

Pengalaman baru aku dapat dari kasus ini, aku menjadi tahu bagaimana cara menggunakan hati dan energi murni untuk mengurai sebuah kasus yang rumit. Caranya sesederhana penjelasan-penjelasanku sebelumnya, cukup niat dan pasrahkan saja, maka energi doa-doa kita akan mengalir sesuai kebutuhan. Aliran energi menuju sebuah kasus yang menyangkut banyak orang sekligus. Ketika yang diperlukan adalah sang pembunuh untuk mengaku, maka energi tersebut mengalir sebagai *energi pengakuan*. Ketika yang diperlukan adalah bagaimana mengurai keruwetan masalah, maka energipun mengalir untuk membuang segala kendala (biasanya aku lihat berwarna hitam), ketika warna hitamnya dibersihkan, masalah akan terlihat lebih terang bagaimana menyelesaiannya.

Di dalam salinan chat di bawah ini, aku sering bilang, "Iya, aku doakan". Nah, yang aku maksud 'doa' dalam hal ini bukan berdoa seperti biasa, melainkan berdoa sambil mengirim energi. Caranya hati dihubungkan dengan Allah dulu, lalu hati dipakai '*menyentuh*' persoalan yang dimaksud. Saat hati menyentuh persoalan, akan terasa bagaimana getaran persoalan itu. Rasakan dulu sampai hati bisa tahu apa yang musti dilakukan, lalu biarkan saja hati melakukannya. Hati melakukan apa? tidak usah dipikirkan, karena hati sudah dituntun Allah melakukannya. Kalau bisa melihat apa yang dilakukan hati, ya dilihat saja, pikiran tidak usah ikut campur.

Ini kisah selengkapnya, semua nama yang tertulis di bawah ini bukan nama aslinya, sudah aku ganti untuk menyamarkan. Terjadinya dimana juga tidak perlu dan tidak penting untuk aku ungkap. Yang penting adalah pembelajaran untuk menggunakan energi murni dalam kebaikan.

15 Januari 2018

Polisi : *Gini bu. Saya sedang menangani kasus pembunuhan. Bisa bantu untuk mungkin melihat kira-kira pelakunya gak ya bu?*

Innuri : *Kurang tahu ya mas bisa nggaknya. Tergantung Allah memberi petunjuk atau tidak. Ceritanya gimana?*

Polisi : *Awalnya menemukan mayat perempuan didalam sumur, posisi kepala dibawah, setelah diangkat ditemukan luka bekas tusukan dan benda tumpul. Setelah itu dilakukan penyelidikan, korban bekerja sebagai pemandu karaoke. Kami sudah mencurigai orang*

yang dekat dengan korban, hanya pembuktianya agak kesulitan

Innuri : *Identitas korban apa sudah diketahui? Nama orang yang dicurigai?*

(Pak Polisi mengirim foto kartu identitas berikut foto korban)

Polisi : *Orang yang dicurigai Namanya Joni bersama istri dan pak Amin. Siapa tahu ibu bisa bantu, jadi penyelidikannya bisa dikerucutkan.*

Innuri : *Perasaanku , korban sih cuma nyari uang tapi dia agak maksa, morotin orang kayaknya dan pakai ngancam, jadi ada orang yang merasa terganggu dan terancam oleh dia sehingga perlu dihabisi. Aku kurang yakin Joni pelakunya. Cenderung ke pak Amin.*

Polisi : *Yang ini memang sesuai dengan pak Amin. Soalnya dia sudah habis-habisan materi. Kalau Joni sudah bilang sama istrinya kalau mau menikah dengan korban. Kami kesulitan pembuktianya bu. Tapi kami berat ke Joko dari hasil lidik.*

Innuri : *Pak Amin kan pakai tangan orang lain. Orang yang dicurigai jadi kaki tangan pak Amin apakah ada? Apa maksudnya lidik?*

Polisi : *Cari informasi dari orang-orang yang mengenal atau dekat bu. Tapi memang dua-duanya potensi semua bu.*

Innuri : *Aku bantu doa penyerahan diri deh dari sini. Biar yang bersalah menyerahkan diri secara sukarela.*

Aku membantu dengan doa penyerahan diri, seperti cara yang aku uraikan di atas: menghubungkan hati dengan Allah, menyentuh permasalahan dengan hati, merasakan getaran masalah, mengirim energi dan membiarkan hati melakukan tugasnya.

Polisi : Makanya pada bingung bu.

Innuri : Perlu dibuat trik untuk membuat yang bersalah mengaku

Polisi : Injih bu. Tapi secara umum, dengan jeratan hukum yang akan diterima pasti orang yang melakukan akan menggunakan berbagai cara dan alibi untuk menghindar.

Innuri : Makanya kita bekerja di level quantum ... mudah mudahan berhasil. Fotonya yang Joni apa ada?

Polisi : Injih bu. Siap . Lagi saya carikan fotonya bu.

Innuri : InsyaAllah masalah ini akan segera ketemu endingnya. Ini isyarat di hati saya.

Dihadapi dengan tenang dan yakin saja ya, ini adalah kekuatan, semacam 'gertakan dari dalam'

Polisi : Aamiin bu

(Polisi mengirim foto korban bersama pak Amin)

Innuri : Rasanya ini orangnya .

Polisi : Iya bu. Biar kami cari pembuktianya dulu bu. Tapi menurut teman korban, korban malah suka sama Amin.

Innuri : Siapapun pelakunya, semoga segera ketemu.

Polisi : Aamiin bu. Sebagian pada mrofil si Joni. Saya coba tak mrofil Amin.

Polisi : Saya kerumah korban, keluarga malah bilang kalau Amin baik bu. Kayak gak mungkin to bu. Kalau menurut ibu harus mulai dari mana ya bu biar dapat info buat buka kasus ini biar terang.

Innuri : Rumitnya. Gak ada ide aku dek, apalagi jarak jauh begini.

Polisi : Rumit ya bu. Saya aja bingung bu.

Innuri : Cuma bantu doain deh semoga keadilan terwujud. Cerita ya kalau sudah ketemu titik terang.

Polisi : Siap bu. Tapi menurut ibu, yakin Amin pelakunya ya bu.

Innuri : Gak yakin. Cuma vibrasinya terasa gak enak orang itu.

Polisi : Diyakinkan lagi ya bu. Soalnya saya jalan mrofil Amin bu .

Innuri : Jalan aja dek.

Polisi : Injih bu

Innuri : Semoga Allah menuntun langkahmu. Atau istrinya Amin ikut terlibat karena cemburu misalnya? Ini pikiranku aja sih, bukan petunjuk.

Polisi : Nek pikiran sih istri Joni malah bu soalnya kan dipamiti Joni kalo mau nikah sama korban

Innuri : Bisa jadi ya menurut logika.

Polisi : Yang diluar nalar saja bu tapi yang yakin bu biar saya jalan.

Innuri : Wah. Kalau level yakin belum sih, tapi si Amin ini manis diluar saja orangnya. Cenderung hatiku kesini sejak awal.

Polisi : Dibuat yang yakin bu biar saya jalannya mantap nyari pembuktianya.

Innuri : Waah. Jalan saja dek. Aku doakan ada temuan temuan baru. Ini sudah aku aliri energi buat mengurai keruwetannya, sabar ya. Semua perlu proses dan waktunya sudah ditetapkannya

Polisi : Siap bu. Minta doanya biar segera terungkap

Innuri : Lakukan karena Allah saja. Bukan karena hal lain. Sudah aku doakan dari kemarin .

Polisi : Siap bu.

(Polisi mengirim foto Joni)

Innuri : Kalau lihat wajahnya, kelihatan sadis ya. Tapi kok rasa hatiku bukan dia.

Polisi : Itulah bu. Mengurainya itu lumayan bingung tapi asik. Bahkan ada yang berpendapat juga, dua-duanya kerja sama.

Esoknya aku buka WA dan muncul sapaan pak Polisi.

15 Januari 2018

Polisi : Assalamualaikum bu

Innuri : Waalaikum salam dek. Gimana perkembangannya?

Polisi : Masih diprofil orangnya. Kendala di pembuktian, sekarang nyari sarana yang digunakan mobil sejenis avanza warna hitam. Doanya bu biar cepat terbuka dan terbukti.

Innuri : Iya dek. Aku doakan. Hatimu musti tenang ya agar masalah itu berada dalam kekuasaanmu , bukan sebaliknya.

Polisi : Siap bu.

Esoknya ada kabar baik dari pak Polisi.

Polisi : Assalamualaikum. Bu sudah terungkap pelakunya benar si Amin. Benar menurut ibu

Innuri : Waalaikum salam. Alhamdulillah dek. Jadi penasaran bagaimana ceritanya. Cepat sekali ya.

Polisi : Iya bu. Mungkin doa dari ibu juga. Baru menurut pengakuan pelaku mawon bu. Pelaku pun mengaku hanya sendiri. Kalau menurut ibu pripun ada eksekutor lain gak ?

Innuri : Amin mengaku sendiri? MasyaAllah. Masih gak nyangka kalau dia mengaku sendiri.

Polisi : Ya setelah diambil dengan membawa bukti-bukti juga bu.

Innuri : Kurasa dia masih menyembunyikan sesuatu. Didoain lagi pakai energi kejujuran. Amin memang ada melindungi seseorang dalam kasus ini.

Polisi : Iya bu biar nanti dikembangkan teman-teman. Doanya ya bu biar tambah terang benderang kasus ini.

Innuri : Iya dek. Aku bantu doa.

Polisi : Iya bu. Nanti akhir ceritanya kalau sudah jelas saya kasih kabar bu.

Innuri : InsyaAllah akan segera jelas semuanya kok dek. Tenang saja.

Polisi : Aamiin. Soalnya masih banyak kejanggalan dari pengakuannya.

Innuri : Coba bicara dengan hatinya kalau sedang berhadapan , senyumin hatinya. Aku bantu dari sini.

Aku sendiri tak menyangka bila energi berupa *doa pengakuan*, agar tesangka mengaku, bekerja dengan baik. Satu lagi, *energi kejujuran* aku dapat dari kisah ini, semoga berakhir dengan keadilan bagi semuanya.

Cairan Tubuh Yang Terlalu Asam

29 januari 2018

Ini adalah pertama kali aku menemui kasus cairan tubuh yang terlalu asam dan selesai hanya dengan air yang diberi sedikit *baking soda* atau soda kue. Cerita selengkapnya aku copas dari pembicaraan *whats app*, semoga bisa menjadi ilmu baru buat semuanya.

12 September 2017

Shanti: *Saya sudah hampir 2 tahun sakit kok gak sembuh sembuh ya. Sudah ke dokter minum obat tiap hari. Aku bibirnya bengkak terus, apalagi kalau capek dan stress atau salah makan. Bibir saya gak sembuh-sembuh sudah 2 tahun apa saya banyak dosa ya.*

Innuri: *Kayaknya ada masalah di lambung yang membuat penyerapan vitamin mineral dan nutrisi lainnya terganggu.*

Shanti: *Oh pantas kalau refleksi kaki titik lambung sakit banget, tapi gak sakit maag bu. Jadi saya harus gimana bu biar bibirnya gak bengkak lagi?*

Innuri: *Lambungnya musti disembuhkan dulu dan jangan stress, karena memicu produksi asam lambung berlebih.*

Shanti: *Minum herbal apa bu yang ibu tau.*

Innuri: *Kunyit madu coba ya. Kunyit diparut diperas dicampur madu.*

Setelah percakapan di bulan September 2017 itu, aku lupa menanyakan kabarnya, baru ingat ketika mbak Shanti pesan buku di januari 2018, akupun menanyakan kabarnya.

1/18/2018

Shanti: *Ya gak stabil bu, naik turun, kalau kecapean ya bibir merah banget, bengkak gitu Hiks, seluruh badan merah-merah ruam. Suka gatal kulitnya juga jadi pada ngebekas. Dulu gak gini, gak pernah sama sekali, sehat-sehat saja. Saya kuat-kuatin aja hehe.*

Innuri : *Mba Shanti coba minum air yang basa pH nya karena cairan tubuhnya terlalu asam. Biasanya sih kangen water. Tapi bisa bikin sendiri dengan menambahkan baking soda ke air putih. Caraya googling saja ya. Coba ini dulu dilakukan, 'ntar lihat perkembangannya ya.*

Shanti : *Baik bu saya ikuti ya. Makasih banyak. Saya khawatir ada kelainan darah tadinya, alhamdulillah kalau normal-normal saja.*

Innuri : *Cairan tubuhnya yang asam sekali mbak. Makanya banyak permasalahan kesehatan. Kabari ya mbak perkembangannya. Jangan sungkan ingetin aku karena aku suka lupaan.*

Beberapa hari kemudian, mbak Shanti mengabarku.

24 Januari 2018

Shanti : *Bu Innuri saya mau kasih tahu progress kesehatan saya. Alhamdulillah bibir gak bengkak banget sejak minum baking soda dan air tiap pagi. Gatal juga*

berkurang, Alhamdulillah, tinggal bekas bekas noda di kulitnya saja. Tapi keluhan lain muncul dada kiri suka nyeri.

Innuri : Teruskan dulu ya mbak air sodanya. Tapi kelihatan kurang air putih, tubuh masih kurang cairan, kalau lagi di rumah minum air yang banyak ya mbak untuk gelontor sisa racun di tubuh. Untuk dadanya aku transfer energi aja ya sekarang.

Shanti : Nah iya bener kurang minum

Innuri : Yang dada itu faktor terbesarnya karena banyak pikiran. Kalau bisa lebih santai dan rileks menjalani hidup, akan selesai sendiri kok. Btw, air sodanya kalau bisa 3 x sehari ya mbak. Masih kurang kalau cuma tiap pagi.

Suatu hari aku merasa, pasien satu ini kok kebanyakan baking soda, buru-buru aku hubungi dia.

28 Januari2018

Innuri : Mbak Shanti. Gimana perkembangannya?

Shanti : Aduh maaf sampai saya belum ngabarin ibu. Alhamdulillah gatal hilang tinggal bekas-bekasnya di kulit bagian kaki saja dan sampe hari ini dada kiri tidak nyeri lagi dan badan agak segaran.

Innuri : Wah kereen. Syukurlah.

Shanti : Cuma leher aja, otot kanan suka nyeri-nyeri dikit masih bisa handle kok. Sehari 3 x minum baking soda

Innuri : Cuma butuh senam. Peregangan. Takarannya berapa mbak untuk segelas air?

Shanti : Sesendok makan kayaknya bu. Sangking gemesnya saya banyakin aja baking sodanya.

Innuri : Hahaha ... jangan kebanyakan. Aku dari sini ngerasa kayaknya ini orang kebanyakan baking soda, makanya aku WA. Gak bagus buat ginjal. Segala sesuatu yg berlebihan pasti bikin masalah. Jadi harus sabar. Sebagai 'denda'nya musti banyakin minum air putih ya.

Shanti : Wah hebatnya feeling ibu. Baik bu.

Esophagus yang Menyempit

5 april 2018

Ada seorang sahabat masa kuliah yang amat baik, Achmad Muzanni, yang dulu kami sering berbagi cerita tentang pengalaman spiritual kami masing-masing. Beliau minta diobati sakitnya, setelah sebelumnya istrinya yang punya sakit jantung bawaan membaik.

Sakitnya ini bagiku merupakan kasus yang baru sekali aku temui, dan merupakan contoh soal untuk sakit karena karma dari kehidupan yang lalu. Aku hanya bisa membantunya untuk menjadi lebih baik saja, karena dengan sakit ini Allah memberi pembelajaran baginya. Untungnya beliau orang yang sudah ikhlas dan pasrah, ini amat membantu sekali dalam menyikapi kebijaksanaan Allah. Sesungguhnya kehendak Allah adalah yang terindah dan terbaik bagi hambaNya.

12 Maret 2018

Muzanni: Assalamu'alaikum, penyakit saya apa bisa diterapi juga Indah.

Innuri: Sakit apa? InsyaAllah bisa.

Muzanni: Penyempitan eshopagus, makanan sulit masuk ke lambung,

Innuri : Oh iya. Ntar kalau longgar aku transfer energi ya.

13 Maret 2018

Muzanni: Penyakitku, pandangan Indah apa ya.

Innuri: Sudah aku transfer kemarin, apa sekarang lebih baik? Kalau pendapatku sih memang ada sesuatu yg musti dibersihkan. Tapi memang gak bisa instant. Musti beberapa kali. Apa pernah luka ya di bagian itu? Di esopagus?

Muzanni: Setahun lalu dioperasi, 3 cm di atas lubang lambung menyempit. Tapi sekarang masih belum normal.

Innuri: Oh, makanya, lukanya belum pulih sih kelihatannya. Padahal udah 1 tahun ya. Air putih yang kamu konsumsi bisa difotoin saja, biar aku transfer energi untuk lukanya.

(Muzanni mengirimiku foto air putih di botol, kukira terlalu sedikit sih, tapi aku saluri energi saja.)

Innuri: Air ini sekali minum 100 ml bangun tidur dan sebelum tidur. setelah minum rasakan saja dan jangan langsung makan dan minum selama 30 menit. Sekarang kalau belum makan, bisa diminum airnya. Biarkan 30 menit. Rasakan bagaimana rasanya dan ceritakan padaku.

Muzanni: Alhamdulillah agak baikan In. Mudah-mudahan terus membaik.

Innuri : Ingatkan aku ya karena harus rutin dan sampai benar benar bersih. Makan yang halus-halus dulu dan jangan yang berserat kasar.

14 Maret 2018

Muzanni: Aku kadang mikir, dibalik penyakit saya ini pesan apa yang Allah berikan ke saya. Bisa bantu terjemahkan ya Indah?

Innuri: Apa Zanni percaya adanya reinkarnasi? Aku lebih mudah menjelaskan kalau percaya reinkarnasi sih. Jadi di kehidupan lalu Zanni pernah melukai orang lain di bagian itu, jadi sekarang sedang menjalankan karma. Ikhlas saja karena hasil perbuatan kita sendiri. Di masa lalu Zanni pernah bandel sekali dan jagoan. Yang aku lihat saat Muzanni bertanya tentang hal ini, dia di masa lalu pernah

menusuk orang dengan pedang atau benda tajam semacamnya di bagian yang sekarang sakit itu.

Muzanni: *Aku percaya setiap amal perbuatan ada imbalan balasannya, dan saya ikhas apapun balasannya yang Allah berikan dan tentu berharap kesalahan dan dosa dimaafkan dan diampuni...*

Innuri: *Ikhlas dan hati dibuka untuk bersedia menerima pengampunan dari Allah, itu sudah cukup kok. Kaki kamu ga papa? Rasanya kok ada pegal pegal disitu.*

Muzanni: *Kok tahu. Ada rasa sakit dikit.*

Innuri: *Pegal pegal itu kayaknya karena kurang cairan / kurang minum air putih, jadinya sampah metabolisme gak bisa dikeluarkan.*

Muzanni: *Betul..*

Innuri: *Minum air putih hangat ya yang cukup.*

Muzanni: *Baik In, terima kasih ya. Jangan bosen bantu aku ya.*

Innuri: *Oyiii. Aku senang bantu orang, apalagi bantu sahabat separtimu.*

27 Maret 2018

Muzanni: *Agak membaik, makanan belum lancar betul langsung masuk lambung.*

Innuri: *Maaf aku suka lupa kalau gak diingetin. Sekarang aku transfer ya. Kalau ada air putih yang banyak sekalian biar aku isi energi. Kelihatannya tidak bisa sembuh total karena ini merupakan pembelajaran dari Allah khusus buatmu. Semoga sahabat baikku bisa menuntaskan pembelajarannya di kehidupannya sekarang.*



PENUTUP

Energi murni alam semesta adalah sebagian dari ayat-ayat indahNya yang tersebar di alam ini. Mengenal energi murni haruslah menambah dekatnya diri dan hati kepada Allah dan cintaNya. Bila orang lain tertolong dan sembuh lewat bantuan kita, itu bukan berarti kita sudah bisa menyembuhkannya, karena kita hanya dipakai Allah untuk mewujudkan kehendakNya saja, Allahlah Sang Maha Penyembuh.

Ketika kita melakukan penyaluran energi, pasrahkan segala harapan kepada Allah dan apapun hasilnya, itu pasti sesuai dan hal yang baik dan terindah bagi kita yang melakukan terapi atau bagi pasien yang diterapi.

Adakalanya pasien yang kita terapi sembuh begitu cepat, kadang hanya meringankan saja, kadang juga tidak *ngefek* sama sekali walau ini jarang terjadi. Setiap orang dengan takdirnya dan punya urusan yang harus diselesaikannya. Kadang sakit bisa menjadi sebuah keharusan yang musti dijalani, sebagai sebuah pembelajaran hidup di dunia ini, menapaki jalan untuk kembali seutuhnya kepada kasih TuhanYa.

Begitupun kita yang sedang menjalani pembelajaran di sekolah kehidupan di bumi ini, apapun yang terjadi selalu punya makna yang harus disyukuri dengan segenap rasa cinta. Karena hanya satu kepastian yang kita miliki, pasti kembali kepada Sang Maha Cinta. Maka selalu kembali kepadaNya semasih nyawa terkandung di badan adalah sebuah jalan yang indah untuk ditempuh, karena Dia sudah lama menunggu kita.

TENTANG PENULIS

Innuri, kependekan dari Indah Nur Qoriah, adalah seorang ibu dengan 4 orang anak dan nenek cantik dari seorang cucu yang ganteng. Buku pertamanya “Menciptakan Keajaiban Finansial” terbit beberapa tahun yang lalu dan telah beredar dengan manis tidak hanya di dalam negri.

Masih tinggal di Malang dengan suami dan 2 orang anak yang tersisa, karena si sulung dan si nomor 2 tinggal di Bandung dan Yogyakarta. Kesibukannya mengelola Cantiq butik miliknya, mengelola Warung Ikhlas Malang yang merupakan warung sedekah dan menjadi nara sumber untuk kewirausahaan di propinsi Jawa Timur.



Buku Pertama Innuri ini berisikan berbagai kisah menarik tentang bagaimana bangun dari keterpurukan dengan cara berpasrah diri kepada Allah.

Buku yang sudah menginspirasi banyak orang dan memberi berbagai kejutan indah setelah menjalankan aneka tips di dalam buku ini.

Yang berminat silahkan pesan lewat WA atau SMS ke :
Gandung , 0816-659-655 atau telepon ke penerbit Indah
Setya 0341-792858

ENERGI MURNI ALAM SEMESTA

Buku ini dipersembahkan bagi siapapun yang ingin hidup dengan penuh kebahagiaan dan cinta. Pembaca dibimbing untuk mengenali sifat energi murni alam semesta yang putih dan kuat, tetapi juga amat lembut penuh kasih, datar dan luas. Semua orang bisa mengakses energi ini, karena kita semua adalah bagian dari energi alam semesta. Juga dijelaskan di dalam buku ini bagaimana memasuki medan energi dan bagaimana pula cara menyalurkan energi untuk kesehatan dan kebaikan di alamNya nan luas ini.

Komentar Pembaca:

"Bagus mbak bukunya."

(Sonnie Wicaksono, founder Warung Ikhlas)

"Aku baca baru halaman 15, rasanya tiap halaman dikasih transferan energi. Indah dan terasa sejuk banget."

(Rini Wulandari)

"Dari buku ini saya mendapat pemahaman bahwa merasakan cinta kasih Allah itu universal, tidak harus melalui agama tertentu. Allah membimbing melalui hati nurani, dari hati nurani mba Innurilah saya menemukan seorang muslim yang terbuka cara berpikirnya, memandang Allah sebagai yang penuh kasih. Melalui tulisan-tulisan mba Innuri saya memahami agama Islam yang rahmatan lil alamin."

(Alexandra Ika)

ISBN 978-602-17304-2-3 (jil 1-2)



9 786021 730423

CV Indah Setya
Malang