

ASAM URATKU SEMBUH ATAS ANUGRAH ALLAH

DI SUSUN OLEH :
WAWAN SAEFUL ANWAR
Widyaiswara BBPK Ciloto



KISAH PERJALANAN PENYAKIT ASAM URATKU

Sejak september 1998 yang lalu saya sudah mulai kena asam urat, penyebab kena asam urat mulai dari 1997 suka mengonsumsi kepala kambing selama 1 tahun lebih, yaitu sekitar September 1998, secara mendadak saya tidak bisa jalan, sehingga waktu itu terpaksa saya di papah oleh tetangga dari jalan sampai rumah, hasil pemeriksaan dokter katanya saya kena asam urat di atas 8,5 mg/dl kolesterolnya di atas LDL 190 mg/dL. Terakhir kena asam urat yang parah ketika mendampingi Nusantara Sehat Individu Batch 4 April tahun 2017 ke Puskesmas yang berada di pulau Hiri Maluku Utara,

HIKMAH DIBALIK UJIAN

Selama perjalanan sakit asam urat saya mendapat arti dalam kehidupan tentang : ujian, musibah, azab, dan perjalanan kesembuhan Asam Urat.

UJIAN, MUSIBAH DAN AZAB

Kata Ustadz Adi, ada tiga bentuk ujian yang Allah turunkan

- 1) Berupa hukuman, hamba itu merasakan ketidaksabaran saat ditimpa musibah, banyak mengeluh dan mengadu pada makhluk.
- 2) Berupa penebusan dosa, hamba itu mampu bersabar, tidak banyak mengadu dan mengeluh, badannya terasa ringan menjalankan ibadah.
- 3) Berupa pengangkatan derajat, hamba itu ridha, tenang, dan badan dan hatinya terasa ringan dalam beribadah dan beraktivitas.

Ujian itu tidak hanya kesusahan, kesempitan, tetapi juga ujian itu berupa kebahagiaan dan kelebihan rezeki, karena susah atau Bahagia di akhir kehidupan akan kita dipertanggung jawabkan di akhirat nanti.

Musibah

Allah berfirman yang artinya: “Dan apa saja [musibah](#) yang menimpa kamu maka adalah disebabkan oleh perbuatan tanganmu sendiri, dan Allah memaafkan sebagian besar (dari kesalahan-kesalahanmu)”. (QS. Asy-Syura: 30). Sama seperti Ujian, tidaklah Allah ta'ala memberikan [musibah](#) kepada setiap hambanya melainkan agar manusia itu sendiri dapat lebih mendekatkan diri kepada-Nya.

Azab

Seperti dikutip dari Wikipedia, Azab adalah siksaan yang diberikan oleh Allah SWT kepada orang-orang yang tidak beriman dan orang yang selalu menentang-Nya baik di dunia maupun di akhirat kelak.

Allah berfirman: “Dan Sesungguhnya kami merasakan kepada mereka sebahagian azab yang dekat (di dunia) sebelum azab yang lebih besar (di akhirat), mudah-mudahan mereka kembali (ke jalan yang benar)”. (QS. As Sajadah: 21).

Ujian dan [musibah](#) diberikan oleh Allah kepada orang-orang agar mereka mendapatkan derajat yang tinggi disisi-Nya, sedangkan [azab](#) diberikan kepada orang-orang karena mereka melakukan kesalahan ataupun kejahatan. baik kejahatan itu besar ataupun kecil, semua akan menerima [azab](#)nya sesuai dengan yang diperbuatnya. Selalu bersyukur atas segala nikmat yang telah diberikan oleh Allah SWT kepada kita, dan bersabar serta ikhlas menerima segala ujian dan [musibah](#) yang diberikan-Nya merupakan cara yang terbaik bagi kita agar lebih dekat kepada-Nya. (sripoku.com/herwis)

Ada tiga jenis manusia dilihat dari perilakunya.

- 1) Ada yang berbuat karena ingin mendapatkan, inilah jenis pekerja.
- 2) Ada yang berbuat karena ingin menzalimi, inilah jenis penjahat.
- 3) Dan ada yang semangat berkorban, inilah jenis pahlawan.

Anugrah dari Allah

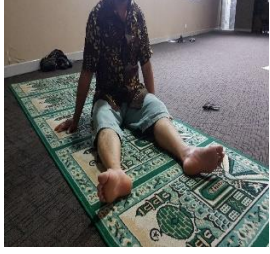
Pada suatu saat Rasulullah *shallallahu ‘alaihi wa sallam* dipertemukan dengan rombongan tawanan yang berada di dalam penjara. Di tengah-tengah mereka ada seorang ibu yang sedang mencari-cari bayinya. Setiap kali berjumpa dengan seorang bayi, maka iapun menyusuinya. Ia tidak peduli apakah anak itu bayinya atau bukan. Ini menunjukkan betapa besar kasih sayangnya kepada anak tersebut. Maka Rasulullah pun berkata kepada para sahabat, “*Apakah menurut kalian perempuan ini akan tega melemparkan anaknya ke dalam kobaran api?*”. Para sahabat pun menjawab, “Tidak, demi Allah...” Maka Rasul pun bersabda, “*Sungguh, Allah jauh lebih penyayang kepada hamba-hamba-Nya daripada ibu ini kepada anaknya.*” (HR. Bukhari dan Muslim)

Perjalanan kesembuhan Asam Urat.

Kejadian sakit asam uratku sampai tahun 2017 bulan September. Sejak bulan Oktober tahun 2017 sampai saat ini alhamdulillah, tidak kena asam urat yang parah lagi. Ceritanya awal bulan September tahun 2017, saya silaturahmi ke seorang KH, Ketika kami ikut berjamaah sholat magrib, saya mengamati tiap Gerakan sholat beliau, saat duduk setelah beres sholat kedua kaki beliau di lipat sampai beres wiridan. Beliau usianya sudah 78 tahun, tetapi fisiknya masih sehat bugar, sesampainya di rumah saya merenung, di hari ke tiga setelah silaturahmi itu lalu saya mencoba meniru apa yang lakukan oleh orang tua itu, saat itu asam uratku sedang kambuh, walaupun sakit saya paksakan kurang lebih 15 menit, setelah beres lalu kakinya diseonjorkan, terasa cekot - cekot sakit sekali.

Cara meditasi mengobati asam urat

Berdasar hasil pengamatan lalu saya mencoba mempraktekkan dilakukan secara berulang – ulang, setelah beberapa kali uji coba, ternyata gerakannya bisa dengan cara 3 tahap, :

			
Gerakan 1 semua jari kaki di lipat, pantat juga kena kelantai	Gerakan 2 jari kaki tidak di lipat, pantat di kenakan ke lantai	Gerakan 3 jari kaki tidak di lipat, pantat di tahan oleh betis	Gerakan Relaksasi setelah melakukan Gerakan 1 / 2 / 3 Kaki di selanjorkan

Penjelasan :

Gerakan 1 s/d 3 dilakukan selama 15 s/d 25 menit lalu kakinya di selanjorkan, Ketika kaki diselanjorkan bila dalam keadaan sakit asam urat, subhanallah akan terasa cekot – cekot sakit sekali, setelahnya dapat menghilangkan rasa sakit, persendian, rasa pegal – pegal hilang. Bila sakit asam uratnya bandel maka lakukanlah Gerakan 1 sesering mungkin dan mengonsumsi nanas agar kadar asam uratnya cepat turun.

Hasil pemeriksaan Lab. Puskesmas Cipanas

DAFTAR PUSTAKA

1. <https://www.nu.or.id/post/read/91265/pakar-al-quran-ada-dua-anugerah-terbesar-umat-islam>
2. **Penulis: Abu Mushlih Ari Wahyudi**
Muraja'ah: Ustadz Aris Munandar
Artikel www.muslim.or.id
3. <https://muslim.or.id/106-anugerah-teragung.html>