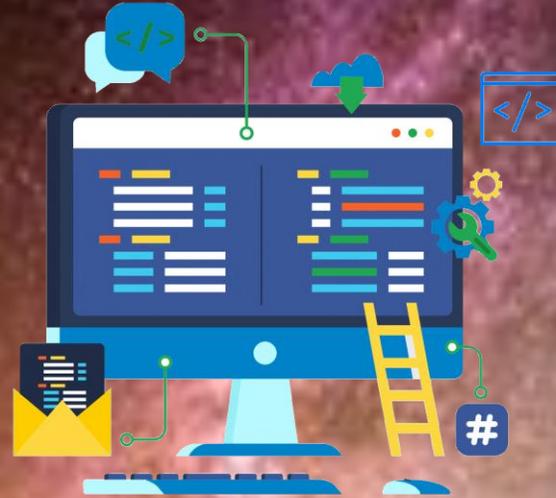


MANUSIA HOLISTIK



RUH



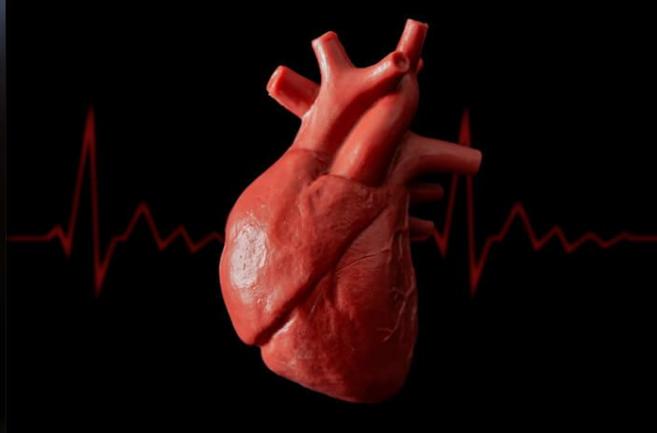
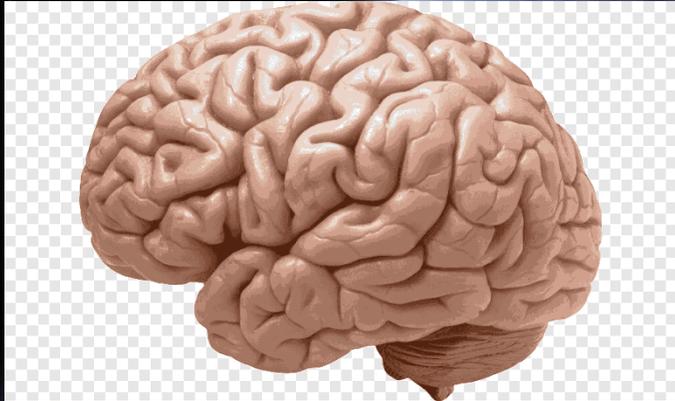
JASAD



**Pengetahuan
Pengalaman**

JIWA

QOLBU



JIWA DALAM PERSPEKTIF

Psikologi Barat

1. Psikoanalisa (Sigmund Freud 1856- 1939)
2. Behaviorisme (Jhon Broade 1878- 1959)
3. Humanisme (Abraham Maslow)
4. Transpersonal

Psikologi Islam

1. Substansi Jasmani,
2. Substansi Ruhani,
3. Substansi Nafsani,
 - a. al-qalb
 - b. al-'aql
 - c. daya al-nafs

STRUKTUR KEPRIBADIAN (Mujib dan Mudzakkir)

Kepribadian Ammarah (Nafs al-Ammarah)

Kepribadian ammarah adalah model kepribadian yang cenderung pada tabiat jasad dan mengejar pada prinsip-prinsip kenikmatan (pleasure principle).

Kepribadian Lawwamah (Nafs al-Lawwamah)

Kepribadian lawwamah adalah kepribadian yang telah memperoleh cahaya kalbu, Kepribadian lawwamah merupakan kepribadian yang didominasi komponen akal

Kepribadian Muthmainnah (Nafs al-Muthmainnah)

Kepribadian Muthmainnah ini adalah kepribadian yang telah diberi kesempurnaan nur kalbu,

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا

Dan mereka bertanya kepadamu tentang roh. Katakanlah: "Roh itu termasuk urusan Tuhan-ku, dan tidaklah kamu diberi pengetahuan melainkan sedikit". (Al Isra: 85)

فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ

Maka apabila Aku telah menyempurnakan kejadiannya, dan telah meniup kan kedalamnya ruh (ciptaan)-Ku, maka tunduklah kamu kepadanya dengan bersujud. (Al Hija: 29)



وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْغَةً إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ

وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ (رواه البخاري و مسلم)

Artinya : “... Ketahuilah bahwa dalam diri ini terdapat segumpal daging, jika dia baik maka baiklah seluruh tubuh ini dan jika dia buruk, maka buruklah seluruh tubuh; ketahuilah bahwa dia adalah qalbu. (HR. Bukhari dan Muslim)

أَفَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَتَكُونَ لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا أَوْ آذَانٌ يَسْمَعُونَ بِهَا

Tidakkah mereka berjalan di muka bumi hingga mereka memiliki jantung-jantung yang dengannya mereka bisa berpikir (berakal) atau telinga yang dengannya mereka bisa mendengar?” (al-Hajj: 46) (Syarh al-Arba'in Haditsan an-Nawawiyah, karya al-Imam Ibnu Daqiqil 'Id rahimahullah, hlm. 30—31)

PENDEKATAN

Maindset

PSIKOLOGI

BIOLOGIS

SOSIAL

SPIRITUAL



MINDSET

Fixed Mindset (Pola pikir tetap) ----- Growth Mindset (Pola pikir tumbuh)
Prof Carol Dweck

KEMAMPUAN DALAM

- 1. Merespon Tantangan**
- 2. Menangani feedback dan kritik**
- 3. Kecerdasan**
- 4. Bertahan**
- 5. Memandang keberhasilan orang lain**
- 6. Perbedaan dalam Kegagalan**
- 7. Belajar**
- 8. Kebutuhan akan konfirmasi dari lingkungan sekitar**
- 9. Upaya**

إِنَّ الدُّنْيَا مَلْعُونَةٌ مَلْعُونٌ مَا فِيهَا إِلَّا ذِكْرُ اللَّهِ وَمَا وَالَاهُ وَعَالِمٌ أَوْ مُتَعَلِّمٌ

“Dunia itu terlaknat dan segala yang terkandung di dalamnya pun terlaknat, kecuali orang yang berdzikir kepada Allah, yang melakukan ketaatan kepada-Nya, seorang ‘alim atau penuntut ilmu syar’i.” (HR. Tirmidzi,)

إِذَا مَرَرْتُمْ بِرِيَاضِ الْجَنَّةِ فَارْتَعُوا، قَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ مَا رِيَاضُ الْجَنَّةِ؟ قَالَ: حِلَقُ الذُّكْرِ.

Apabila kalian berjalan melewati taman-taman Surga, perbanyaklah berdzikir.” Para sahabat bertanya, “Wahai Rasulullah, apakah yang dimaksud taman-taman Surga itu?” Beliau menjawab, “Yaitu halaqah-halaqah dzikir (majelis ilmu).” (HR. at-Tirmidzi dan Ahmad).

CARA MERUBAH MINDSET

Membaca Buku

Menonton Film Inspiratif

Mengubah sudut pandang

Melakukan Afirmasi Positif

Bergaul dengan lingkungan positif

Berani mengambil resiko

RUHANI

NAFSANI

**QOLBU
AQLU
NAFS**

JASMANI



