

## Shalat ditinjau dari Ilmu Kedokteran Osteopati Kranium.© 2011

Oleh: dr. Krishnahari S. Pribadi, M.D, ABPN Diplomate, dan dr. Hj. Yuke Pudiastuti GS, MHA.

### Abstrak:

Makalah ini meninjau metode wudlu' dan shalat Islam dari segi Ilmu Kedokteran Osteopati Kranium berdasarkan riset terhadap cara-cara wudlu' dan shalat yang kini dipraktekkan secara umumnya dan efeknya terhadap sistem kraniosakral, meridian bioenerji dan titik-titik akupunktur dan cakra dengan memonitor denyut kranium dan pulsasi pada titik-titik akupunktur vital dan cakra dari praktisi shalat dari jarak jauh maupun dekat: *tanpa dan dengan observasi dari cara dan gerakan-gerakan wudlu' dan shalat*. Efek doa-doa terhadap sistem kraniosakral, meridian bioenerji dan titik-titik akupunktur dan cakra dimonitor dan variasi-variasi dari gerakan maupun doa-doa yang diucapkan dilakukan untuk mendapatkan efek maksimal terhadap sistem kraniosakral sebagai suatu sistem tertinggi didalam tubuh manusia yang berfungsi sebagai pengaturan homeostasis tubuh. Pada intinya rangkuman wudlu' dan shalat harus memberikan keadaan *still-point secara terus menerus tanpa berhenti*, yaitu keadaan dimana denyut kranium tidak dapat dideteksi yang menunjukkan derajat kekhusuan sehingga munajat dapat terjadi dengan optimal. *Still-point* yang terganggu pada waktu wudlu' dan shalat menunjukkan bahwa cara-cara wudlu' dan shalat yang dilakukan tidak maksimal dan tidak menunjang perkembangan dan pembentukan kesehatan holistic: fisik, mental, dan rohani. Shalat diharapkan membentuk **kepribadian muslim yang: sehat, etis, soleh, jujur dan menjauhi perbuatan mungkar dan bathil**. Shalat sebagai komunikasi dengan Allah haruslah suci, bersih, aman dan tidak disisipi elemen iblis. Dari sisi kesehatan, shalat memiliki gerakan-gerakan yang membuat manusia menjadi sehat. Sistem kraniosakral merupakan salah satu sistem tubuh yang bisa membuka hubungan dengan Zat Yang Maha Kuasa sehingga perlu dicari gerakan dan doa-doa shalat yang tepat dan optimal sesuai dengan pengetahuan Osteopati Kranium, **tanpa meninggalkan pesan Nabi : "Shalatlah seperti engkau melihat aku shalat", serta tetap memenuhi rukun-rukun shalat.**

### Introduksi:

Shalat diperintahkan oleh Allah, swt sebagai ibadah umatnya seperti dinyatakan dalam ayat-ayat ini:

- *"Dirikanlah shalat dan tunaikanlah zakat, dan tunduklah (ruku"lah) bersama orang-orang yang sama-sama ruku. " (QS: Al-Baqarah, ayat 4).*
- *Katakanlah kepada hamba-hamba-Ku yang telah beriman: Hendaklah mereka mendirikan salat, menafkahkan sebahagian rezki yang Kami berikan kepada mereka secara sembunyi ataupun terang-terangan sebelum datang hari (kiamat) yang pada hari itu tidak ada jual beli dan persahabatan (QS.Ibrahim :31)[14:31](#)*
- *Sesungguhnya salat itu mencegah dari (perbuatan-perbuatan) keji (zinah) dan mungkar. Dan sesungguhnya mengingat Allah (salat) adalah lebih besar (keutamaannya dari ibadat-ibadat lain) Dan [Allah](#) mengetahui apa yang kamu kerjakan (al- 'Ankabut : 45) [29:45](#)*

- Maka datanglah sesudah mereka, pengganti (yang jelek) yang menyia-nyiakan salat dan memperturutkan hawa nafsunya, maka mereka kelak akan menemui kesesatan (Maryam: 59) [19:59](#)
- Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh-kesah, dan apabila ia mendapat kebaikan ia amat kikir, kecuali orang-orang yang mengerjakan salat, yang mereka itu tetap mengerjakan salatnya (al-Ma'arij : 19-23) [70:19](#)
- “Dan dirikanlah shalat itu untuk mengingat-Ku. “ (QS: Thaha, ayat 14).

Perintah shalat diturunkan pada malam Isra Miraj seperti dinyatakan dalam hadis berikut yang diriwayatkan oleh Anas ra:

Shalat itu difardhukan oleh Nabi SAW pada malam ia diIsra'kan sebanyak lima puluh kali, kemudian dikurangi hingga lima, lalu dipanggil. “Hai Muhammad, putusanKu tak dapat diubah lagi, dan dengan shalat lima waktu ini, engkau tetap mendapat ganjaran lima puluh kali.” (HR Ahmad Nasa-I dan Tarmidzi yang menyatakan sahnya.).

Shalat yang mula-mula diwajibkan bagi Nabi Muhammad SAW dan para pengikutnya adalah Shalat Malam, yaitu sejak diturunkannya Surat al-Muzzammil (73) ayat 1-19.

Setelah beberapa lama kemudian, turunlah ayat berikutnya, yaitu ayat 20:

*“Sesungguhnya Tuhanmu mengetahui bahwasanya kamu berdiri (sembahyang) kurang dari dua pertiga malam, atau seperdua malam atau sepertiganya dan (demikian pula) segolongan dari orang-orang yang bersama kamu. Dan Allah menetapkan ukuran malam dan siang. Allah mengetahui bahwa kamu sekali-kali tidak dapat menentukan batas-batas waktu-waktu itu, maka Dia memberi keringanan kepadamu, karena itu bacalah apa yang mudah (bagimu) dari Al Quran. Dia mengetahui bahwa akan ada di antara kamu orang-orang yang sakit dan orang-orang yang berjalan di muka bumi mencari sebagian karunia Allah; dan orang-orang yang lain lagi berperang di jalan Allah, maka bacalah apa yang mudah (bagimu) dari Al Quran dan dirikanlah sembahyang, tunaikanlah zakat dan berikanlah pinjaman kepada Allah pinjaman yang baik. Dan kebaikan apa saja yang kamu perbuat untuk dirimu niscaya kamu memperoleh (balasan)nya di sisi Allah sebagai balasan yang paling baik dan yang paling besar pahalanya. Dan mohonlah ampunan kepada Allah; sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang” ( QS, Al-Muzzammil, ayat 20).*

Dengan turunnya ayat ini, hukum Shalat Malam menjadi sunat. Ibnu Abbas, Ikrimah, Mujahid, al-Hasan, Qatadah, dan ulama salaf lainnya berkata mengenai ayat 20 ini:

*“Sesungguhnya ayat ini menghapus kewajiban Shalat Malam yang mula-mula Allah wajihkan bagi umat Islam.”*

Metode shalat diperoleh oleh Nabi SAW dari malaikat Jibril yang menyamar menjadi orang laki-laki dan menunjukkan cara-cara shalat yang benar. Dan sejak itu shalat itu dipraktikkan oleh kaum muslim diseluruh dunia sesuai dengan ajaran nabi SAW yang diajarkan oleh para sahabatnya dan kaum ulama sebagai tiangnya agama Islam sesuai dengan sabdanya:

*“Pokok urusan ialah Islam, sedang tiangnya ialah shalat, dan puncaknya adalah berjuang dijalan Allah.”*

Dan berikutnya sebagai sabda dan amanah terakhir nabi SAW menjelang wafatnya:

*“Jagalah shalat, jagalah shalat, begitupun hamba sahayamu.”*

Shalat adalah salah satu dari rukun Islam yang terdiri dari : syahadat, shalat, zakat, puasa, haji. Shalat adalah suatu rangka pokok dari iman. Pengertian shalat secara etimologis adalah doa, doa kebaikan. Secara terminologis, shalat adalah beberapa perkataan dan perbuatan yang dimulai dengan takbir dan disudahi dengan salam dengan syarat tertentu. (Syafi’i Ahmad, MK 1994) Secara definitif, ada dua macam pengertian shalat, pertama dilihat dari sudut lahiriyah dan kedua dari sudut batiniyah. Dari sudut lahiriyah dikemukakan shalat oleh ahli fikih : shalat ialah ibadah yang terdiri dari perbuatan atau gerakan dan perkataan atau ucapan tertentu ,yang dimulai dengan takbir dan diakhiri dengan salam. Dari sudut batiniyah dikemukakan oleh para pentaqib: shalat ialah menghadapkan hati kepada Allah SWT yang mendatangkan takut kepadanya dan menumbuhkan didalam hati rasa keagungan dan kebesarannya. Namun ada pendapat yang menggabungkan kedua definisi tersebut sehingga bisa disimpulkan bahwa **shalat adalah suatu ibadah yang dilakukan dengan anggota lahir dan batin dalam bentuk gerakan dan ucapan tertentu sesuai dengan arti shalat yaitu melahirkan niat atau keinginan dan keperluan kita kepada Allah yang kita sembah, dengan perbuatan atau gerakan dan perkataan, keduanya bersamaan.** (Hembing Wijayakusuma(1997).

Pembahasan tentang shalat, tidak akan berhenti selama manusia masih ada didunia, karena sifat manusia yang tidak hentinya mencari kesempurnaan. Shalat yang merupakan perintah Allah dilakukan oleh orang mukmin sesuai dengan tuntunan Al Quran dan Sunnah Rasul. Diharapkan, orang yang shalat akan menjadi orang yang sigap, cekatan, sehat, soleh, etis, jujur, segar jasmaninya dan tenang jiwanya. Masalahnya, shalat yang dilaksanakan oleh kaum muslimin belum sebagaimana mestinya. Orang sehabis shalat tidak memperoleh kesan apa-apa, antara sebelum shalat dan sesudahnya tidak ada bedanya.

Sebagaimana perintah Allah dalam surat Thaha 14: Allah berfirman :

*“ Tegakkan shalat untuk mengingat-KU”,*

jadi perintah Allah adalah : tegakkan , bukan laksanakan. Mendirikan shalat beda dengan sekadar melaksanakan. Mendirikan shalat punya kesan adanya suatu perjuangan, keseriusan, kedisiplinan, dan konsentrasi tingkat tinggi. Jika sekadar melaksanakan, tak perlu susah payah, cukup santai asal terlaksana. Itulah sebabnya Allah memilih kata perintah "aqim" yang berarti dirikan, tegakkan, luruskan. Falsafah shalat, yang semestinya diberikan disekolah, di pengajian ternyata tidak diberikan, hingga kaum muslimin menjalankan ibadahnya sebatas sebagai tradisi saja Jika pelaksanaan shalat sudah semata-mata berdasar tradisi, berarti shalat itu kosong tanpa isi. Ibarat tubuh tanpa nyawa. Ibarat bungkus tanpa isi. Apa artinya shalat yang demikian? Dalam hal ini Rasulullah menjawab melalui sabdanya: *"Berapa banyak orang yang melaksanakan shalat, keuntungan yang diperoleh dari shalatnya, hanyalah capai dan payah saja."* (HR. Ibnu Majah).

Wajib bagi kita mengikuti tata cara shalat sebagaimana yang diajarkan Rasulullah kepada kita. Tidak boleh ada penyimpangan sedikit pun juga. Sekecil apapun gerakan itu harus sesuai dengan sunnah. Akan tetapi yang semestinya juga kita contoh dan tiru pada Nabi bukan sekadar gerakan fisik tapi juga gerakan batinnya. Agar batin bergetar, suasana hati

harus khusyu'. Khusyu' adalah satu tingkat konsentrasi yang luar biasa tingginya. Ini dicapai lewat kedisiplinan mengikuti tata cara yang telah diatur sedemikian rupa, mulai dari berwudlu', adzan, iqamat, dan seterusnya berdiri untuk shalat, takbir, rukuk, sujud, bacaan-bacaan dalam shalat, yang semuanya mengantar untuk konsentrasi mengingat Allah. Itulah ruh shalat. Yang tidak bisa diganti adalah gerakan batin. Ini yang mutlak harus ada. Tanpa kehadiran hati, shalat hanya merupakan gerakan mati. Rasanya tidak terlalu sulit dipahami jika orang yang intens komunikasinya dengan Allah -- melalui shalat sebagai sarannya -- berhasil mencapai kemenangan dan keberhasilan di berbagai sektor kehidupan. Sebab, siapa lagi yang merupakan sumber energi dari semua bentuk kekuatan kalau bukan Allah swt. Jika kita sudah dekat dengan sumber energi dan sumber kekuatan itu, maka dengan sendirinya kita pasti lincah bergerak, dan tentu saja juga kuat. Dalam tubuh kita telah diciptakan olehNYA unsur- unsur yang bisa membuat komunikasi denganNYA secara langsung, yaitu melalui sistem kraniosakral dan potensinya. . Dengan memanfaatkan potensi tersebut, komunikasi dengan Allah Azza wa Jalla, bisa terjalin lebih intens dan dengan demikian , tujuan shalat yang hakiki bisa tercapai.

### **Metode wudlu' dan shalat dan hubungannya dengan Ilmu Kedokteran Osteopati Kranium: :**

Cara-cara wudlu' dan shalat diajarkan melalui tradisi yang diturunkan oleh para sahabat-sahabat nabi SAW dan para ulama-ulama hingga menjadi bentuknya yang sekarang.. Didalam prakteknya terjadi perbedaan-perbedaan didalam cara wudlu', ucapan doa-doa dan cara mengucapkannya, posisi dan gerakan-gerakan badan dan anggota tubuh tergantung dari mazhab yang dianut seseorang berdasarkan hadis-hadis yang dipegangnya maupun alasan tertentu termasuk perbedaan-perbedaan tafsir Al Quran. Makalah ini adalah hasil riset dalam upaya untuk menyatukan perbedaan-perbedaan tsb. dan menjadikan shalat sebagai suatu praktek yang dilakukan secara universal dan sama oleh semua umat Islam guna mewujudkan munajat yang optimal dan persatuan umat Islam ditinjau dari Ilmu Kedokteran Osteopati Kranium.

Suatu fenomena yang sering terjadi dalam proses pengobatan menggunakan metode Osteopati Kranium dan metode yang memperhatikan daya-daya spiritual diantaranya: *acupuncture, altered state of consciousness, bio-energy therapy, aromatherapy, contemplation, cranial manipulation, craniosacral therapy, intensive psychotherapy, relaxation methods, meditation, praying, somato-emotional release, tai chi, therapeutic massage, transcendental experience, yoga dll.* adalah apa yang disebut: *still-point* dimana denyut ritmik kranium (sebagai refleksi denyut atau gelombang aliran cairan otak keseluruh tubuh) tidak dapat dideteksi atau terasa pada semua bagian tubuh oleh pendeteksi, dalam hal ini oleh seseorang ahli yang telah dididik dalam menggunakan metode kraniosakral.

*“During still-point, the primary respiratory mechanism of the patient and the physician are synchronized and equilibrated. Entropy is decreased. Chaotic bio-energetic patterns are organized and synchronized. The destructive and negatif energies are converted into positive ones. The disruptive regulatory and cybernetic physiological mechanisms caused by the disease process are corrected. The correction of these regulatory mechanisms sparks the chain-reactions that initiate the healing process beginning at the bio energetic level spreading to the sub-particles, particles, molecules, chemical, cellular, organic components and eventually structural levels. During this process we may also observe a wide variety of phenomena as a result of the sistemic and basic changes that take place in the patient's somatic, emotional and spiritual dynamic structures: reliving of past traumatic events, emotional release, somatic discharge, discharge of heat from the tissue, shivering,*

*therapeutic pulse, energy discharge at times accompanied by pungent and burning smell, perception of colors, perception of beautiful scents (such as smell of lily of the valley, rose, oleander, incense etc.), perception of breeze and cold energy in the environment, spiritual emergence and crisis, perception of the presence of spiritual beings, altered states of consciousness, relaxation state, dissociative state and multiple personality phenomenon, possession state, regressive state, trance state, mediumistic experience, communication with deceased persons, ESP phenomena, memory of encounter with alien beings (usually very traumatic), outer-body experience, past-life experience, a sense of cosmic union, perception of the presence of God and angels. ——— (Krishnahari S. Pribadi)*

Boleh dikatakan bahwa shalat adalah suatu cara untuk mencapai *still-point* untuk terjadinya komunikasi optimal antara individual dan sang Pencipta, karena shalat tanpa *still-point* tidak dapat mencapai kekhusuan dan bahkan menunjukkan ada cara-cara yang tidak benar atau tepat didalam melakukan shalat. *Jadi dictum pertama adalah bahwa shalat harus membawa seseorang pada still-point saat memasuki wudlu' hingga akhir shalat yaitu mengucapkan salam. Dictum kedua adalah segala sesuatu yang dilakukan pada waktu shalat harus dapat menciptakan still-point dan apabila cara tertentu mengganggu atau tidak menciptakan still-point maka cara-cara tersebut tidak tepat dan benar karena mengganggu terjadinya komunikasi dengan Allah, swt. Oleh karenanya metode shalat ditujukan untuk menciptakan still-point secara optimal dan mencegah adanya unsur-unsur yang dapat mengganggu tercapainya still-point ini. Satu hal yang dapat dan sering mengganggu tercapai still-point adalah intervensi atau masuknya energi negatif kedalam tubuh yang berasal dari lingkungan, termasuk kebersihan, higienis, pikiran dan emosi negatif, energi negatif dari gelombang elektromagnetik yang dipancarkan oleh alat-alat elektromagnetik ciptaan manusia dan energi negatif berasal dari makhluk gaib yang bersifat destruktif dan bathil yang selalu mengelilingi kita terutama pada saat shalat. Doa--doa yang diucapkan menggetarkan sistem kraniosakral dan menguatkan sistem pernafasan primer, aliran cairan otak keseluruh tubuh, lapangan bionerji dan sistem bio-energi meridian dan titik-titik akupunktur termasuk cakra dan mengalirnya energi Ilahi keseluruh sistem: fisik, mental dan spiritual. Doa-doa yang diucapkan dengan alunan suara dan pengaturan nafas menciptakan sinkronisasi dari pernafasan sekunder dan primer dan memberikan energi Ilahi spesifik yang digetarkan olah doa-doa tersebut yang menggerakkan, mengarahkan dan mengkondisikan seluruh sistem tubuh dari tingkat spiritual, energi, sub-partikel, partikel, molekul, kimia, fisik dan sistem fisiologis kearah yang diinginkan sesuai dengan tujuan dan arti doa-doa tersebut.*

### **Ilmu Kedokteran Osteopati Kranium:**

Ilmu Kedokteran Osteopati Kranium adalah Ilmu Kedokteran yang mempelajari sistem kraniosakral dan melakukan metode diagnose dan penyembuhan berdasarkan konsep Kranial. Apakah sistem kraniosakral itu ? Sistem kraniosakral atau konsep kranial yang diketemukan dan oleh DR. William G. Sutherland, D.O. dari USA adalah suatu sistem fisiologis pengatur homeostasis tubuh yang tertinggi dan mempunyai lima komponen yaitu:

1. pergerakan dari otak dan sumsum tulang belakang ( motilitas)
2. pergerakan dari tulang-tulang kranium pada aksisnya dan mobilitas dari sutura.
3. selaput otak intrakranial berfungsi sebagai penyeimbang resiprokal
4. fluktuasi dari cairan serebrospinalis
5. pergerakan tulang sakrum pada aksisnya secara involunter ( artinya bukan karena digerakan otot volunteer)



The sacrum will be considered in Chapter III.

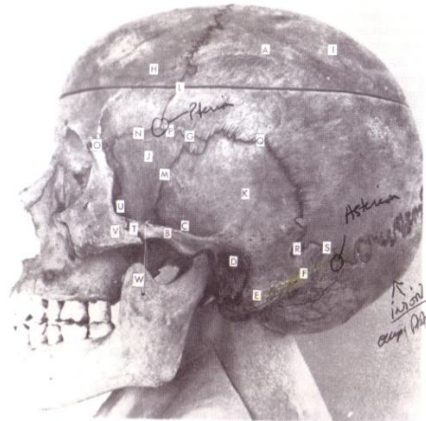


FIG. 1. LATERAL ASPECT OF THE CRANIUM.

Tulang kranium dan suturnya.

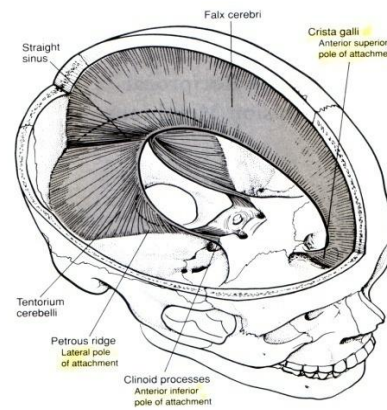
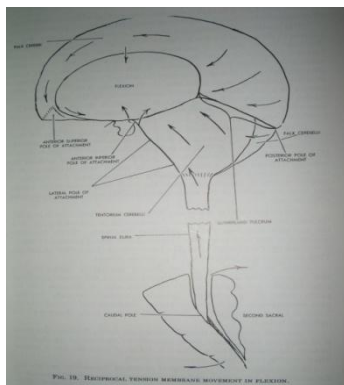


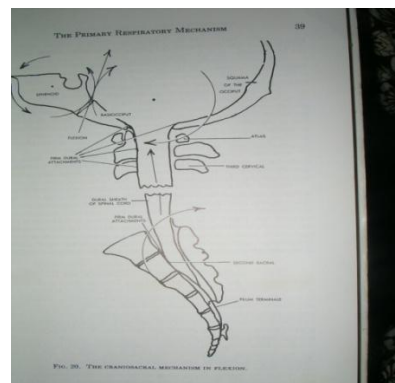
Figure 4. The cranial component of the reciprocal tension membrane, showing the schematic representation of the poles of attachment.

Selaput otak.

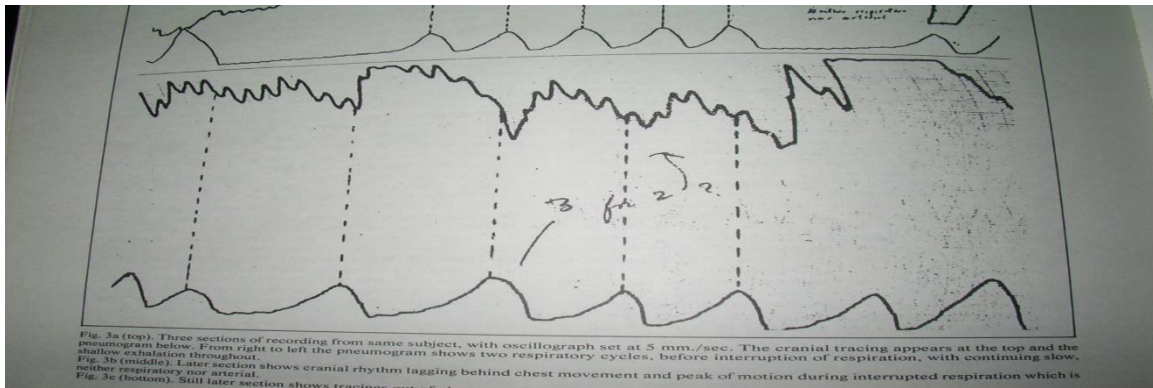
Anatomi dari sistem kraniosakral terdiri dari 29 tulang kranium ( tulang luar dan dalam) yang digabungkan oleh sutura yang berfungsi sebagai sendi, selaput otak sub-dural dan selaput pemisah otak vertical ( fax cerebri dan cerebeli) dan horizontal ( tentorium), tabung subdural sumsum tulang belakang, tulang sakrum yang mempunyai 4 segmen, otak dan sumsum tulang belakang yang mempunyai pergerakan dan cairan serebrospinalis.. Secara histologis, sutura mengandung jaringan elastis, pembuluh darah, limpatik dan serabut saraf yang dapat memungkinkan pergerakan yang sangat kecil dari tulang-tulang kranium. Sutura ini tidak pernah tertutup kecuali pada keadaan patologis yang disebut sebagai synostosis. Diperkirakan cairan serebrospinalis yang mengalir keseluruh tubuh mempunyai komponen bio-kimia dari otak dan bio-elektrik yang berfungsi didalam pengaturan mekanisme homeostatic tubuh. Pergerakan otak dan sumsum tulang belakang diperkirakan terjadi karena setiap sel-sel otak berdenyut sebagai benda hidup sehingga secara keseluruhan menggerakkan otak. Pada saat fleksi otak besar bergerak seperti spiral kedepan dan kebawah sedangkan sumsum tulang belakang tertarik keatas dan melengkung pada ekornya. Tulang-tulang kranium bergerak pada aksisnya mengikuti fase fksesi dan ekstensi. Setiap tulang kranium mempunyai pergerakan yang berbeda arahnya sesuai dengan aksisnya. Tulang sakrum juga bergerak sedemikian rupa sehingga ekor tulang sakrum bergerak kedepan pada fleksi dan kebelakang pada ekstensi. Hal ini disebabkan oleh perlekatan tuba subdural pada segmen kedua sakrum.



Fase fksesi.

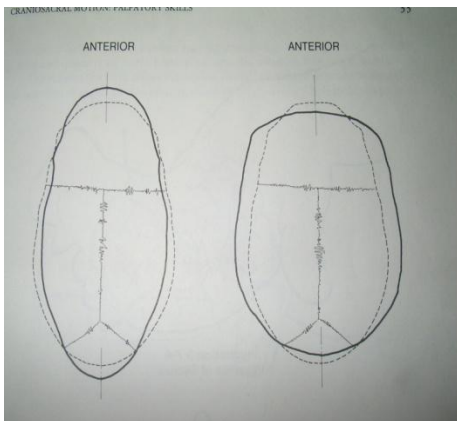


Fase ekstensi

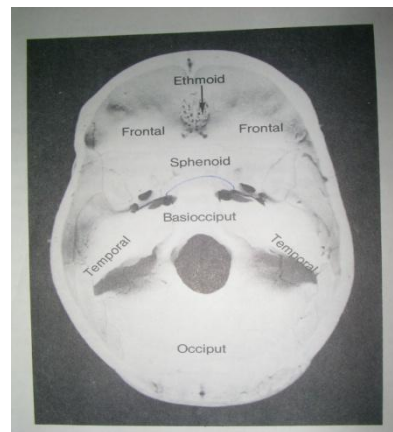


Grafik denyut kranium dideteksi dengan poligraf: atas EKG, tengah denyut kranium, bawah respirasi.

Sebagai suatu sistem faal, sistem ini mempunyai hidup sendiri dan denyut sendiri seperti halnya sistem faal lainnya misalnya sistem pernafasan, sistem kardiovaskuler, sistem limpatik, dlsbnya. Denyut ritmik cairan dari sistem ini menyebar dari kepala ke leher, dada, perut, pinggul, lengan dan kaki dan kembali dan mempunyai dua fase yaitu fleksi dan ekstensi. Pada fase feksi, sistem ini mengembang; bentuk kepala jadi melebar dan memendek sedang struktur lateral berputar keluar ( rotasi eksternal), pada saat ekstensi sistem ini mengkertu, kepala memanjang dan menyempit dan struktur lateral berputar kedalam ( rotasi internal). Denyut ini dapat diraba diseluruh badan dan dideteksi dengan alat-alat yang mengukur pergerakan seperti pletismograf, sensor mekanik lainnya dan surface laser displacement meter.

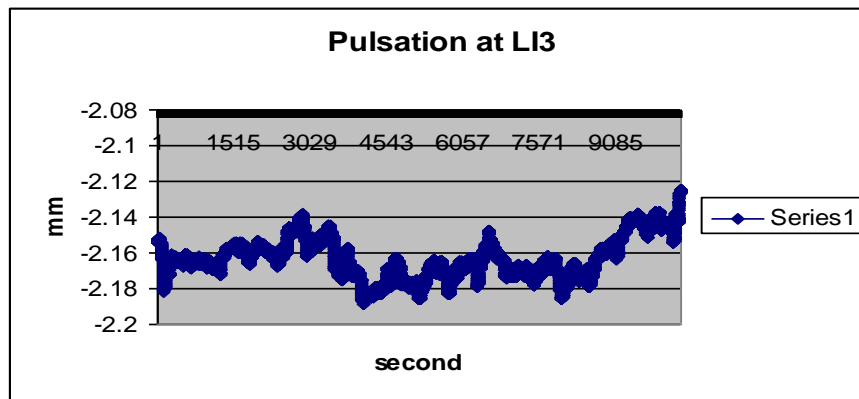


Bentuk kepala pada fase ekstensi dan fleksi



Dasar kranium

Pada tahun 2007, pengarang berhasil mendeteksi secara objektif pergerakan denyut ritmik kranium pada tulang mastoid dikepala dengan **Surface Laser Displacement Meter** yang dapat mendeteksi gerakan sampai 0.01 mikron. Pengarang juga dapat mendeteksi secara objektif denyut pada satu titik akupunktur dijari dan membuktikan bahwa denyut tersebut mempunyai sifat yang sama dengan denyut ritmik kranium pada tulang mastoid yang dideteksi pada saat yang sama. Ini membuktikan adanya hubungan antara sistem kraniosakral dan sistem meridian-akupunktur.



Pulsasi pada titik akupuntur Usus Besar 3 dideteksi dengan Surface Laser Displacement meter.

**Fungsi fisiologis dari mekanisme pernafasan primer / sistem kraniosakral:**

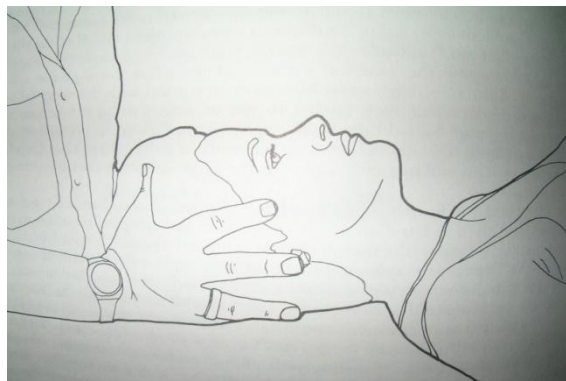
1. Memberikan perlindungan mekanisme kepada otak dan medulla spinalis dan syaraf, pembuluh darah dan limpatik, ganglion dll yang melalui canalis. Karena sistem ini sangat dinamis maka struktur-struktur tersebut diatas dapat dilindungi dari stress mekanik akibat pergerakan, posisi, dan gravitasi. Secara filogenetik, sistem ini terbentuk sebagai suatu adaptasi terhadap daya gravitasi yang mempunyai efek terhadap sistem syaraf. Dengan berdirinya manusia maka efek gravitasi menjadi lebih signifikan dan sistem ini memberikan perlindungan terhadap efek gravitasi ini terhadap tubuh.
2. Memberikan perlindungan kepada sistem syaraf pusat dari shock dan getaran-getaran yang ditimbulkan oleh tenaga fisik (akibat trauma), ledakan atau gelombang mekanik atau suara yang kuat. Tenaga fisik dapat diabsorpsi oleh sistem ini sehingga tidak mengakibatkan kerusakan kepada sistem syaraf pusat.
3. Cairan cerebrospinalis memberikan perlindungan kepada Susunan Saraf Pusat terhadap gelombang elektromagnetik yang berbahaya dan radiasi kosmik dari lingkungan.
4. Fluktuasi dari cairan cerebrospinalis dan sirkulasinya kedalam tubuh mengalirkan zat-zat aktif penting yang diekskresikan oleh otak maupun pembuangan metabolic dari otak. Gangguan dan ekskresi metabolit ini dapat menimbulkan tertimbunnya metabolit racun didalam otak. Diperkirakan bahwa dasar dari schizophrenia adalah adanya fluktuasi yang buruk dari cairan ini sehingga metabolit terimbun dan mengakibatkan anatointoksikasi darah otak.
5. Gerakan tulang kepala mengakibatkan mekanisme pompa yang memfasilitasi jalannya darah dan cairan limpatik kedalam dan keluar Sususuna Saraf Pusat.
6. Gerakan tulang muka membantu tetap terbukanya saluran nafas hidung, mulut dan tuba Eustachium.
7. Gerakan pompa dari tulang sphenoid memfasilitasikan pengeluaran hormone hipofisis kedalam darah dan tubuh (kelenjar hipofisis duduk di sella tursica, bagian dari tulang sphenoid). Fluktuasi dari cairan cerebrospinalis didalam ventrikel merangsang pusat2 vital di medulla oblongata untuk berfungsi secara optimal.
8. Karena cairan cerebrospinalis mengandung daya bio elektrik dan vital maka sistem ini juga mengatur sistem bio elektrik tubuh dan metabolisme sel-sel tubuh.
9. Sistem ini mengandung informasi yang terkandung dalam, engram holografis yang berfungsi dari regulasi dari seluruh tubuh dan fungsi-fungsi faal sistem-sistem didalam tubuh. Oleh karena itu sistem ini berfungsi vital didalam mekanisme



regulasi fungsi tubuh ( termasuk imunitas dan mekanisme ketahanan tubuh) dalam keadaan sehat maupun sakit maupun perkembangan dan pertumbuhan jaringan, organ dan sistem tubuh.

10. Sistem ini juga menyimpan informasi dan ingatan dan trauma masa lampau yang disimpan didalam engram holografi tersebut akses kedalam sistem ini dapat membantu dalam proses trauma fisik maupun emosi dan roh pada masa lampau yang dapat mengganggu keseimbangan mental maupun fungsi faal tubuh
11. Sistem ini berkomunikasi berhubungan dengan sistem meridian akupunctur dan berperan dalam regulasi sistem meridian ini dan regulasi dari sistem bioenergy dalam tubuh.

Sistem kraniosakral dapat menjadi abnormal karena faktor perkembangan, trauma, infeksi, tumor, produksi cairan otak abnormal, ketidak seimbangan otot, proses degenerasi dan bahkan oleh emosi, stress dan rangsangan yang berlebihan dari luar seperti gelombang microwave, panas, gravitasi, ketinggian dari laut (altitude),dll.. Pada keadaan yang abnormal pergerakan dari sistem ini menghasilkan pergerakan tulang kepala yang abnormal yang menghasilkan kelainan atau lesi yang disebut: kompresi, lesi fleksi, ekstensi, lesi torsi, lesi side bending, lesi superior dan inferior, dll. Pola gerakan abnormal ini bisa dideteksi dengan posisi kedua tangan dan jari-jari pemeriksa yang diletakkan kepada kepala ( kranial vault hold). Bila gerakan kraniosakral abnormal maka pengaturan homeostasis tubuh terganggu dan kemampuan tubuh untuk kembali sehat berkurang. Untuk memperbaiki atau mengkoreksi sistem ini dengan tangan yang disebut teknik manipulasi kraniosakral, maka diperlukan diagnosa dari sistem ini dengan metode palpasi ( atau perabaan). Manipulasi kraniosakral adalah teknik dengan tangan dan jari untuk mengkoreksi kelainan dari sistem kraniosakral.. Teknik ini tidak invasif ( bukan pijat) dan tidak terasa sakit. Tekanan yang dikenakan tidak melebihi 5 gram dan hanya untuk membimbing saja sedangkan daya yang mengubah dan mengkoreksi itu datangnya dari tekanan berupa tekanan hidrodinamik dari sistem kraniosakral.



Manipulasi Kraniosakral

Hampir semua penyakit dapat diobati dengan manipulasi kraniosakral diantaranya: autisme, ADHD, ADD, gangguan belajar dan tingkah laku, depresi, skizofrenia, gangguan mata, sakit kepala, migren, neuralgia, stroke, tekanan darah tinggi, diabetes, infeksi, kanker, asma, rematik, bahkan Down syndrome, cerebral palsy, kelainan saraf, sinusitis, alergi, dlsbnya. Daftarnya sangat panjang. Cara kerjanya, teknik ini memperbaiki sistem pengaturan homeostasis tubuh dan merangsang pengobatan dari dalam melalui koreksi internal dari sistem pengaturan homeostasis.. Penyakit disebabkan oleh gangguan dari sistem pengaturan ini. ***Shalat yang benar melalui posisi dan gerakan badan dan anggota badan tertentu, ucapan doa dan kekhusuan dapat memperbaiki sistem kraniosakral ini hingga terjadi***

***keseimbangan dan pengaturan homeostatis yang optimal. Dengan perkataan lain shalat yang benar dapat menciptakan kondisi badan yang sehat: fisik, mental dan spiritual.***

### **Permasalahan dan ruang lingkup:**

Pada saat ini terjadi perbedaan-perbedaan yang nyata dalam melakukan metode shalat yang dilakukan oleh berbagai mazhab dan aliran dalam agama Islam sehingga menyulitkan dalam mempersatukan Islam sebagai cara hidup yang benar untuk mencapai kedamaian, persatuan dan kesehatan holistic bagi umatnya yang mempraktekkan shalat didalam hidupnya. Perbedaan-perbedaan ini sering menimbulkan konflik dan perselisihan yang mengganggu didalam kehidupan beragama dan bahkan bentrokan-bentrokan secara fisik dan emosional diantara pengikutnya. Mesjid merupakan suatu ruang yang diciptakan untuk melakukan shalat bagi umatnya seringkali menjadi tempat ibadah yang kurang kondusif karena perbedaan-perbedaan cara shalat meskipun dipimpin oleh seorang Imam sehingga golongan-golongan tertentu enggan untuk memasuki mesjid tertentu untuk melakukan ibadah shalat dan memilih mesjid lain atau tinggal dirumah. Penggunaan media elektronik dalam doa seringkali menyebabkan terjadinya penumpukkan energi negatif dalam lingkungan dan desinkronisasi doa-doa sehingga menyulitkan untuk mencapai konsentrasi, kekhusuan yang diperlukan guna mencapai keheningan, kedamaian hati dan komunikasi dengan Allah, swt secara intensif dan pribadi. Kondisi optimal yaitu: *ruangan yang bersih bebas dari bahan sintetik dan kimia, air wudlu' yang higienis, bersih dan memenuhi sarat tanpa kontaminasi najiz, ruangan yang bebas dari energi negatif dari lingkungan, kebisingan dan polusi EMF (electromagnetic frequency) sering sulit tercapai diruangan public. Bahkan suatu hal yang kritis yaitu arah kiblat sering merupakan permasalahan karena ketidak jelasan didalam metode penentuan arahnya dan karena perbedaan-perbedaan pendapat mengenai kedudukannya dalam shalat dan pengarahannya yang tepat.*

Shalat yang seharusnya dapat melindungi praktisinya terhadap serangan energi negatif seringkali merupakan media atau momen dimana serangan energi negatif malah terjadi tanpa kesadaran dari praktisinya karena memang pada saat itu praktisi shalat tidak mengamatinya dan sangat rentan terhadap serangan tersebut kecuali dia melakukan hal-hal yang meningkatkan perlindungan terhadap serangan energi negatif dengan metode shalat yang benar dan ucapan doa yang tepat. Akibatnya shalat tidak memberikan ketenangan, kedamaian hati dan kesehatan holistic optimal bahkan merupakan kegiatan yang mengakibatkan penumpukan energi negatif dalam badan yang dapat mengganggu kesehatan dan akhirnya menyebabkan penyakit dan bahkan perubahan kepribadian dan karakter. Shalat yang tidak tepat dan benar dapat mengakibatkan kondisi dimana roh dari seseorang tergeser dan dapat digantikan oleh elemen dan unsur yang negatif yang dapat menguasai qolbunya tanpa sepengetahuan praktisinya. . Banyak hal-hal yang dapat mempengaruhi denyut kranium secara negatif ( ataupun positif). Oleh karenanya perlu dihindari hal-hal yang dapat mempengaruhi denyut kranium secara negatif. Secara idealnya, seseorang sebaiknya mempunyai sistem kraniosakral yang optimal untuk melakukan shalat agar dapat menghasilkan hal yang baik bagi dirinya. Sebaliknya shalat yang benar dapat memperkuat dan menyeimbangkan sistem kranioskaral sehingga meningkatkan kesehatan praktisinya dan ketahanan terhadap serangan energi negatif.

### **Tujuan dari riset:**

Tujuan utama dari riset adalah mencari metode shalat yang optimal dan tepat dalam menciptakan kondisi dimana tubuh mencapai still-point guna mencapai komunikasi optimal dengan Allah, swt pada saat memasuki wudlu' dan mengakhiri shalat sehingga tercapai

keseimbangan homeostasis badan guna menciptakan kesehatan fisik, mental dan spiritual dan ketahanan terhadap serangan energi negatif dari luar pada saat shalat maupun diantara shalat. Untuk itu dilakukan pembedahan sistematis dari cara-cara shalat yang pada saat ini dipraktikkan oleh sebagian besar umat Islam didunia dan melakukan identifikasi kelemahan-kelemahan cara shalat yang biasa dilakukan dan menggantikannya dengan metode yang dapat menjamin terjadinya still-point dan ketahanan yang tinggi terhadap gangguan-gangguan unsur energi negatif selama shalat tanpa menyampingkan firman Allah sebagai pedoman utama dan hadis-hadis yang salih sebagai petunjuk cara-cara nabi SAW melakukan shalatnya yang benar. Shalat diharapkan membentuk **kepribadian muslim** yang: **sehat , etis, soleh, jujur**. Shalat sebagai komunikasi dengan Allah haruslah suci, bersih, aman dan tidak disisipi elemen iblis. Dari sisi kesehatan, shalat memiliki gerakan-gerakan yang membuat manusia menjadi sehat. Sistem kraniosakral merupakan salah satu sistem tubuh yang bisa membuka hubungan dengan Zat yang maha Kuasa sehingga perlu dicari gerakan shalat yang tepat dan optimal sesuai dengan pengetahuan osteopati kranium tanpa meninggalkan pesan Nabi : “Shalatlah seperti engkau melihat aku shalat”, serta tetap memenuhi rukun-rukun shalat.

### Metode riset:

Metode utama dari riset adalah observasi dan deteksi dari denyut kranium dan pulsasi titik akupunktur yang vital diantaranya titik roh, titik qolbu, dan titik-titik cakra, dengan menggunakan deteksi jarak dekat dan jauh. Deteksi dekat dilakukan dengan melakukan pemeriksaan denyut kranium seseorang yang melakukan wudlu' dan shalat dan fase-fasenya dengan metode palpasi kranium pada kepala atau bagian tubuh, dalam hal ini hanya bisa dilakukan pada seseorang yang muhrimnya sesuai. Metode jauh digunakan dengan observasi dari jauh dari denyut kranium secara visual pada praktisi shalat yang bukan muhrimnya. Metode lain adalah observasi telediagnosa dimana denyut kranium seorang yang melakukan shalat dilakukan dari jarak jauh tanpa kontak visual dengan prinsip telediagnosa kraniosakral dimana denyut ritmik kranium dan pulsasi titik-titik akupunktur pendeteksi merupakan cermin dari denyut ritmik maupun pulsasi titik-titik akupunktur praktis shalat yang sedang diobservasi dengan prinsip resonansi. Variasi-variasi shalat dilakukan untuk mencapai still-point yang optimal dan unsur-unsur yang mengganggu terjadinya still-point diidentifikasi dan dieliminasi. Beberapa praktisi shalat: wanita dan pria digunakan untuk membandingkan hasil-hasil riset. Akhirnya, cara wudlu' dan shalat yang dianggap terbaik dilakukan oleh pengarang yang dapat memeriksa denyut kranium dan pulsasi titik-titik akupunktur dan cakra selama shalat berjalan untuk mendapatkan hasil yang konsisten, Metode deteksi denyut kranium hanya dilakukan oleh seseorang yang ahli, peka dan mampu mendeteksi gerakan denyut kranium dari jarak jauh: dalam hal ini pengarang mempunyai kredensial dan pengalaman dan keahlian yang dapat diverifikasi dengan pengecekan ulang oleh praktisi lain secara independen. Untuk simulasi dari serangan energi negatif, dan efeknya terhadap sistem kraniosakral, maka dilakukan visualisasi dimana serangan energi negatif dilancarkan dari depan, belakang, samping, bawah dan atas dengan mengarahkan tangan yang divisualisasikan mengandung energi negatif kearah badan praktisi shalat dari berbagai arah sambil memonitor denyut kranium praktisi tsb. Apabila energi negatif memasuki badan praktisi shalat: *denyut kranium tiba-tiba berhenti dan titik-titik akupunktur maupun cakra berhenti berpulsasi seterusnya sampai energi negatif dikeluarkan oleh seseorang yang dapat melakukannya (dalam hal ini pengarang dengan metode bio-energi, disertai doa dan zikir bila perlu)*. Ini adalah keadaan yang disebut sebagai “possessive state” yang perlu dihindarkan sewaktu wudlu' dan shalat, sebab berhentinya denyut kranium, titik akupunktur dan cakra akibat masuknya energi negatif mengunci sistem kraniosakral sehingga tidak dapat menerima energi Ilahi. Ini berbeda dengan still-point dimana denyut kranium berhenti tetapi

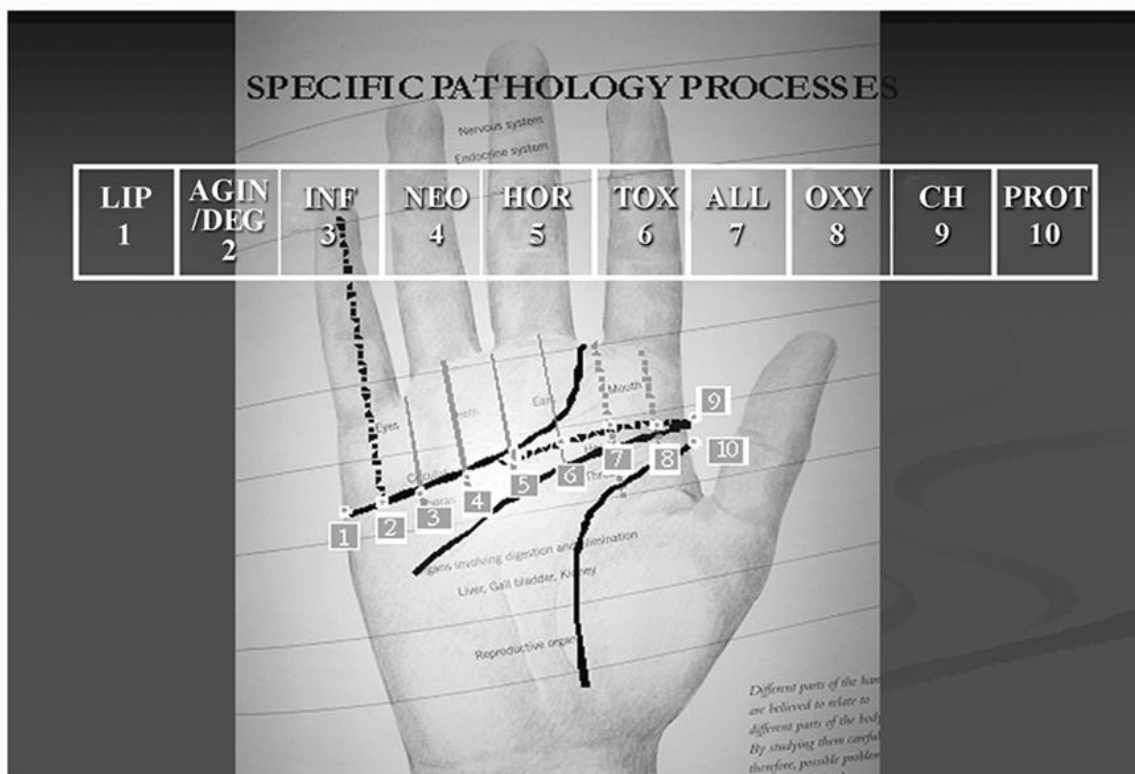
tetap responsif terhadap masuknya energi Ilahi yang dirangsang oleh doa-doa dan titik akupunktur maupun cakra tetap terbuka dan bergetar.

### **Hasil dan analisa riset:**

**Arah Kiblat:** Arah kiblat adalah arah menghadap diwaktu wudlu' dan shalat (bukan sewaktu perjalanan) yang lazimnya diartikan menghadap ke Kabbah sebagai Rumah Allah. Swt. Pada zaman nabi SAW, arah kiblat berubah dari Baitul Maqdis ke Masjidil Haram seperi yang dinyatakan dalam Al Baqarah, ayat 144:

*“Kami melihat wajahmu (Muhammad), sering menengadah kelangit, maka akan Kami palingkan engkau ke kiblat yang kau senangi, Maka hadapkanlah wajahmu kearah Masjidil Haram. Dan dimana saja engkau berada, hadapkanlah wajahmu kearah itu. Dan sesungguhnya orang-orang yang diberi Kitab (taurat dan Injil) tahu bahwa (pemindahan kiblat) itu adlah kebenaran dari Tuhan mereka. Dan Allah tidak lengah dari apa yang mereka kerjakan.”*

Penentuan arah Kiblat dilakukan dengan berbagai cara. Suatu cara yang ditemukan pengarang disebut metode bioenergi dengan memonitor efek arah Kiblat terhadap sistem bioenergi manusia karena sistem bioenergi manusia sangat peka terhadap bioenergi yang dipancarkan oleh medan elektromagnetik bumi dan Kabbah, dimana terdapat Hajar Aswad, suatu batu meteor hitam, yang memancarkan bioenergi yang sangat kuat kesegala penjuru dunia. Titik yang sangat peka terhadap pancaran energi Ilahi dari Kabbah adalah titik Neoplasma, yaitu titik akupunktur pada garis hidup ditangan: **titik pertemuan antara garis imajiner yang ditarik dari ujung jari manis tepat ditengahnya dan bertemu dengan garis palmar yang horizontal (lihat gambar):**



**Titik no 4 disebut NEO: titik akupunktur ( kranio-dermal) yang perka terhadap energi Ilahi dari Kabbah. Titik berpulsasi bila wajah menghadap Kiblat.**

Pengarang menemukan bahwa titik tersebut bergetar (berpulsasi) apabila kita benar-benar menghadap ke kiblat. Ternyata pada saat ini Kiblat telah bergeser berdasarkan penemuan geografis karena pergeseran kerak bumi. Untuk daerah Indonesia, pergeseran diperkirakan 5 derajat kekanan. Dan ini dengan mudah dapat diketemukan dengan metode bioenergi seperti diatas. Riset menunjukkan apabila kita menghadap Kiblat dengan mata terbuka, maka pancaran energi Illahi memasuki badan kita melalui mata dan mempengaruhi medan bioenergi kita. Menghadap kekiblat yang baru memberikan gerakan denyut kranium yang paling maksimal. Pengarang berpendapat secara yakin bahwa berpindahnya arah Kiblat disebabkan berpindahnya pusat energi Illahi dari Kabbah ke Masjid Nabawi di Medinah, karena pada saat ini Kabbah dikuasai oleh unsur energi negatif yang menutup pancaran energi Illahi. Hal ini dibuktikan dengan membandingkan pancaran energi Illahi dari Kabah 10 tahun yang lalu dan 1 atau 2 tahun belakangan ini dari rekaman video. Kesimpulannya, ditinjau dari segi Ilmu Kedokteran Osteopati Kranium, menghadap kekiblat yang baru adalah lebih tepat karena meningkatkan denyut kranium yang meningkatkan potensi dari cairan otak yang menyalir didalam tubuh manusia yang akan memberikan khasiat peningkatan kesehatan.

### **Rukun-rukun wudlu’:**

#### **Allah swt berfirman:**

*“Wahai orang-orang yang beriman, apabila kamu hendak mengerjakan shalat, mulai basuhlah mukamu dan tanganmu sampai siku dan sapulah kepalamu dan (basuhlah) kakimu sampai kedua mata kaki.” (QS: Al-Maidah, ayat 6).*

Wudlu’ adalah cara membersihkan badan dari kotoran termasuk energi negatif yang melekat dibadan dengan mencuci bagian-bagian badan tertentu secara berurutan dan tertib dan merupakan syarat sahnya shalat. Rukun-rukun wudlu’ terdiri dari:

1. Niat
2. Membasuh dua tangan sampai dua siku-siku.
3. Membasuh muka.
4. Mengusap sebagian dari kepala.
5. Mermbasuh kedua kaki beserta kedua mata-kaki.
6. Tertib.

### **Sunnat-sunnat Wudlu’:**

1. Membaca basmallah pada permulaan wudlu.
2. Membasuh dua telapak tangan sampai dua pergelangan tangan.
3. Berkumur-kumur sambil menggosok gigi.
4. Istinsyaq: menghirup/memasukkan air kedalam hidung.
5. Mengusap seluruh kepala.
6. Mengusap kedua telinga luar maupun dalam.
7. Menyela-nyelai jenggot yang lebat.
8. Menyela-nyelai jari-jari dua tangan dan dua kaki.
9. Mendahulukan tangan maupun kaki yang kanan daripada yang kiri.
10. Muwaalah: susul menyusul secara segera.
11. Menggosok-gosok anggota wudlu’.
12. Melebihkan basuhan pada anggota wudlu’.
13. Tidak berbicara ketika sedang berwudlu’, kecuali dalam keadaan darurat.
14. Tidak mengelap air yang ada pada anggota wudlu’.
15. Meniga kalikan dalam membasuh anggota wudlu’.



16. Membaca doa sesudah berwudlu'.
17. Mengerjakan shalat sunnat sesudah berwudlu'.

### **Analisa kegiatan wudlu' ditinjau dari Ilmu Kedokteran Osteopati Kranium:**

Pada waktu memasuki tempat wudlu', apabila melangkah kaki kiri dulu ternyata tidak terjadi *still-point*, sehingga gerakan yang tepat waktu memasuki tempat wudlu' adalah melangkah dan memasuki tempat wudlu' dengan mendahulukan lengan dan kaki kanan. Mengapa demikian adalah suatu misteri shalat. Akan tetapi seseorang masih sangat rawan terhadap serangan energi negatif pada saat memasuki ruangan wudlu', seolah-olah seseorang sudah dihadang oleh unsur dan tenaga bathil, sebagai serangan pertama untuk menggagalkan niat dan sahnya wudlu'. Untuk mengamankan itu, maka menghadap ke kiblat dan mengucapkan **ALLAHUAKBAR** segera setelah memasuki ruang wudlu' memberikan perlindungan yang ampuh terhadap segala serangan energi negatif darimanapun datangnya dan sekaligus membersihkannya dari badan seseorang. Ucapan basmalah (**BISMILLAAHIR RAHMAANIR RAHIIM**) pada saat sebelum membasuh tapak tangan memberikan kekebalan mutlak terhadap serangan energi negatif selama seluruh kegiatan wudlu'. Anehnya apabila mengucapkan *ta'awwud* (**A'UDUDZU BILLAAHI MINSY SYAUTHAANIRRAJIIM**) sebelum membaca *basmalah* malah meningkatkan kerawanan untuk diserang energi negatif, seolah-olah ucapan ini bahkan mengundang serangan energi negatif sehingga sistem kraniosakral dan bio-meridian terkunci dan tidak bisa bernafas untuk mendapatkan energi Ilahi. Demikian pula ucapan rukun niat (**NAIWATUL WUDLUU-A LI RAFI'IL, HADATSIL ASGHARI FARDLAL LILLAHI'TA'AALAA**) sewaktu membasuh muka malah mengundang serangan energi negatif yang sukar ditangkis. Mengenai urutan membasuh bagian kanan dahulu daripada kiri ternyata juga mempunyai manfaat dalam hal mencegah masuknya energi negatif sewaktu wudlu'. Apabila kita mendahulukan anggota badan yang kiri dahulu daripada kanan, maka seseorang akan rawan untuk mendapatkan serangan energi negatif yang tak terduga yang memasuki sistem kraniosakralnya selama waktu sisa wudlu' dan shalatnya sehingga mengganggu shalatnya untuk seterusnya.

Urutan membasuh muka dahulu sebelum membasuh tangan dan lengan seperti yang dinyatakan dalam ayat QS: Al-Maidah, ayat 6,:

*“Wahai orang-orang yang beriman, apabila kamu hendak mengerjakan shalat, mulai basuhlah mukamu dan tanganmu sampai siku dan sapulah kepalamu dan (basuhlah) kakimu sampai kedua mata kaki.”*

agaknya bertentangan dengan prinsip higienis sebab tangan yang tidak bersih dapat mengotori muka. Ternyata apabila cara ini dijalankan, seseorang akan rawan dalam menghadapi serangan energi negatif yang datang dari depan menuju muka dan tidak dapat menahannya dengan akibat bahwa sistem kraniosakralnya makin terbuka terhadap serangan-serangan berikutnya. Hal ini sangat bertentangan dengan prinsip bahwa shalat adalah menciptakan kondisi agar energi Ilahi dapat memasuki badan kita secara optimal dan memberikan energi kedalam sistem kraniosakral dan bioenergi meridian kita. Prinsip membasuh anggota badan tiga kali juga memberikan jaminan bahwa energi negatif tidak bisa memasuki daerah tersebut karena telah bersih dan terlindungi oleh lapisan bioenergi yang kuat akibat pencucian dengan air wudlu'. Membasuh organ panca-indra, kepala, belakang kepala membersihkan daerah tersebut sebagai daerah yang peka terhadap pengaruh bio-energi dari luar. Belakang kepala adalah pusat otak dimana organ-organ vital diatur, sedangkan kepala dan atas kepala adalah daerah otak yang mempengaruhi gerakan dan penerimaan input dari luar yang diperlukan dalam persepsi. Pembasuhan bagian-bagian kepala diatas secara

berurutan meningkatkan denyut kranium dan aliran cairan otak keseluruh badan sebagai apa yang disebut sebagai sistem pernafasan primer. Intinya, wudlu' memungkinkan sistem pernafasan primer berjalan dengan baik karena merangsang gerakan-gerakan tulang kepala, meningkatkan sirkulasi darah dan oksigen ke otak dan memudahkan masuknya energi Ilahi kedalam sistem pernafasan primer yang digunakan untuk mengatur sistem homeostasis tubuh secara keseluruhan.

Ternyata prosedur wudlu' membuka semua cakra: cuci kaki buka cakra 1, tumit tungkai buka cakra 2, tangan buka cakra 3, lengan bawah buka cakra 4, kumur mulut buka cakra 5, wajah buka cakra 6, dahi buka cakra 7. Sistem cakra berhubungan dengan sistem hormon manusia dan mempunyai fungsi tertentu dalam mengatur metabolisme, stamina, vital energy dalam tubuh, emosi dan komunikasi dengan Allah, swt.

Ucapan doa dengan menghadap kiblat dan mengangkat kedua tangan sehingga telapak tangan kanan (ventral) menutup bagian belakang (dorsum) tangan kiri dan keduanya didekatkan kepada mulut. pada akhir wudlu':

**“ASYAHDU ALLAA ILAAHA ILLALLAHU WAHDAHUU LAA SYARIKA LAHUU, WA ASYAHADU ANNA MUHAMMADAN ‘ABDUHUU WA RASUULUHUU, ALLAAHUMMAJ’ALNII MINAT TAUWAABIINA WAJ’ALNII MINAL MUTATHAHHIRIIN”**

*“Aku bersaksi bahwa tidak ada Tuhan selain Allah Yang Esa dan tiada yang menyekutui-Nya dan aku bersaksi bahwa Muhammad adalah hambadan utusan-Nya. Ya Allah, jadikanlah aku termasuk golongan orang-orang yang bertobat dan jadikanlah aku orang yang selalu menyucikan diri.” (terjemahan bahasa Indonesia).*

atau secara singkatnya:

**“ASYAHDU ALLAA ILAAHA ILLALLAHU ILLALLAH WA ASYAHADU ANNA MUHAMMADARUSULLULLAH”**

*“Aku bersaksi bahwa tidak ada Tuhan selain Allah Yang Esa dan aku bersaksi bahwa Muhammad adalah hamba dan utusan-Nya.” (terjemahan bahasa Indonesia).*

menutup wudlu' yang mengantarkan kita kepada shalat. Doa ini memberikan jaminan bahwa shalat seorang adalah sah dan diterima oleh Allah, swt dan merupakan inti dari kegiatan shalat yaitu menyucikan diri, bertobat dan melakukan komitmen kita kepada Allah, swt. Apabila arah dan posisi kedua tangan tidak tepat, ternyata menciptakan kondisi rawan terhadap serangan energi negatif. Selama wudlu' kedua mata tetap terbuka dan sebaiknya mengarah ke kiblat untuk menerima energi Ilahi yang memberikan perlindungan selama shalat dan diantara shalat. Apabila mata tertutup, akan terjadi kondisi dimana badan kita rawan terhadap masuknya energi negatif dari berbagai arah karena mata tidak dapat menerima energi Ilahi yang dapat melindunginya terhadap serangan energi negatif..

### **Sarana dan kondisi wudlu' dan shalat:**

Segala sesuatu yang mengganggu sistem kraniosakral sebaiknya dihindari agar sistem kraniosakral dapat berfungsi secara maksimal dalam menerima energi Ilahi dan menggunakannya untuk menjaga dan menjamin kesehatan dan mewujudkan kondisi still-point yang diperkukan untuk mencapai munajat yang optimal. Kebanyakan air wudlu' tidak bersih dan mempunyai energi negatif dan seringkali tercemar najis karena sumber air

biasanya dekat toilet. Sebaiknya tempat wudlu' dan toilet tidak didalam satu ruangan. Jarak antara sumber air wudlu' dan toilet paling sedikit 20 meter. Antara tempat wudlu' dan shalat tidak boleh ada kontaminasi najis, sehingga sebaiknya menggunakan sandal alas kaki sewaktu berjalan ketempat shalat. Air yang dipakai sebaiknya mengalir Air terkontaminasi logam berat seperti merkuri, arseniukm, cadmium dapat mengurangi potensi bioenergi dan denyut kranium apabila menempel dikulit apalagi diminum. Untuk kumur-kumur sebaiknya air mineral steril, reversed osmosis atau destilasi dan dikumur ditenggorokan. Air sekarang sudah tercemar jadi harus difiltrasi untuk kumur-kumur.

Faktor-faktor yang dihindari selama wudlu' dan shalat diantaranya adalah factor-factor yang disebut "*negatif craniotropic factors*" yang menurunkan denyut kranium seperti berikut:

**Warna:** hitam, merah, biru, ungu, kuning, oranye, pink.

**Batu mulia:** lapis lazuli, topaz, opal, quartz, batu mulia sintetik.

**Logam :** Amalgam (campuran logam), logam berat, besi, nikel, perunggu, kuningan. Logam emas mulia sebaiknya dihindarkan karena mengandung merkuri atau campuran logam lainnya. Titanium lebih tidak mengakibatkan reaksi.

**Bahan alami:** Beberapa tanaman, Echinacea, buah-buahan, sayuran, lactose.

**Bahan baju: :** Bahan sintetik seperti polyester, polivinil. Nilon, rayon, formika, kulit buatan, malmin, Teflon, dll..

**Obat kimia sintetik:** zat warna buatan, pemanis buatan seperti: sakarin, siklamat, aspartame. Eritritol, sukralose saccharine, pengawet kimia, perisa kimia, residu kimia, logam berat.

**Makanan dan minuman mengandung kimia sintetik (bahan tambahan makanan sintetik), pengawet, logam berat dan alcohol (kecuali sebagai obat).**

**Zat kimia sintetik seperti:** bahan tambahan makanan, minyak, pelarut kimia, pestisida, parfum kimia, pembersih kimia, detergen, latex, karet buatan, minyak goreng dehidrogenasi, monosodium glutamate, perisa kimia, dll.

**Gas alam, gas knalpot, metan, gas cair, udara terpolusi, zat warna, dll.**

**Electromagnetic frequencies (EMF) buatan manusia:** kabel listril tegangan tinggi, TV, Komputer, monitor, CPU, electronic keyboard, telephone seluler, antenna tinggi, motor elektromagnetik, fan, AC, amplifier elektrobik dan speaker, high tension wires, TV, computer monitor, CPU, electronic keyboard, cellular phones, antenna towers, electromagnetic motors, fans, AC, amplifier and speaker sistem, Bola pijar, neon, kapal terbang, mobil, kereta api. Alat Rontgen, energi nuklir, Pusat Tenaga Listrik Uap dan Nuklir, Cosmic space, tempat tinggi, perjalanan antariksa, gravitas rendah atau tinggi ( seperti akselerasi kapal terbang sewaktu berangkat).

**Beberapa penyakit:** Gangguan tidur, stress, depresi, nyeri dan sakit kepala, trauma mental, koma, Alzheimer's, kerusakan otak, migraine, kanker, skizofrenia, autism, gangguan hiperaktifitas pada anak-anak, penyakit serius, sekarat, gangguan imunitas, kebanyakan infeksi virus seperti CMV, Epstein Barr, hepatitis, HIV, ebola, flu, poliomyelitis, dll.

Pikiran dan emosi negatif, berbohong, daya-daya spiritual negatif dan bathil yang tidak kelihatan.

Baju yang dipakai luar dan dalam termasuk topi dan jilbab seharusnya terbuat dari bahan alami murni tanpa ada zat-zat kimia yang melekat. Demikian pula sajadah sebaiknya terbuat dari bahan alami: wol, katun atau sutra. Riset menunjukkan bahwa denyut kranium yang terdeteksi di kedua kaki dari mereka yang menggunakan topi atau jilbab yang terbuat dari bahan sintetik adalah lemah, sehingga menghambat sirkulasi dari cairan otak, bioenergi dan energi Ilahi keseluruh tubuh.

Lingkungan mesjid atau kamar (musolah) tempat shalat harus punya energy positif supaya udaranya berenergi positif. Seorang imam ( dalam hal rumah kepala keluarga) harus mampu mendeteksi, membersihkan dan menciptakan lapangan energy positif dilingkungan tempat shalat. Komunitas muslim yang positif bisa menetralkan energy negatif. Malaikat tidak akan memasuki ruangan yang mengandung energi negatif, dan ini perlu difahami sebab selama shalat setiap orang digandeng oleh dua malaikat sejak wudlu' hingga salam. Akan tetapi bila malaikat tidak mendekat maka shalatnya tidak bisa bersih, suci dan terlindung dari energi negatif sehingga shalatnya tidak sah dan tidak bisa mencapai derajat kekhusuan yang diperlukan.

### **Ringkasan wudlu' berdasarkan riset ini adalah sbb:**

1. Masuk tempat shalat kaki kanan dulu.
2. Menghadap kiblat dan ucapkan : **Allahuakbar**
3. Ucapkan: **Bismillahir rahmmanir rahiim** dan membasuh kedua tangan sampai pergelangan tangan 3 x, gosok jari-jari. Gunakan air bersih yang mengalir ( yang terfiltrasi lebih baik)
4. Berkumur dengan air R/O/ destilasi atau steril 3 x ( dan siwak bila perlu, jangan pakai odol)
5. **Istisyaq:** masukkan air kedalam hidung 3 x dan mengeluarkannya
6. Membasuh muka 3 x: atas bawah dan lintang kanan kiri
7. Membasuh kedua lengan bawah dari pergelangan dari pergelangan sampai siku-siku 3x, kanan lalu kiri
8. Mengusap dahi sampai puncak kepala 3x dengan tangan kanan
9. Mengusap kedua telinga 3 x, masukkan jari telunjuk ke lubang telinga usap-usap daun telinga memutar kedepan, ibu jari gosok belakang daun telinga
10. Membasuh kedua kaki dan mata kaki 3x, kanan lalu kiri, bersihkan jari-jari.
11. Doa sambil menghadap kiblat dan mengangkat kedua tangan: telapak tangan kanan menempel punggung tangan kiri:

**“ASYAHDU ALLAA ILAAHA ILLALLAHU WAHDAHUU LAA SYARIIKA LAHUU, WA ASYAHADU ANNA MUHAMMADAN ‘ABDUHUU WA RASULUHUU, ALLAAHUMMAJ’ALNII MINAT TAUWAABIINA WAJ’ALNII MINAL MUTATHAHHIRIIN”**

atau:

**“ASYAHDU ALLAA ILAAHA ILLALLAHA ILLALLAH WA ASYAHADU ANNA MUHAMMADARUSULLOLLAH”**

12. Diantara wudlu' dan shalat dijaga tidak berbicara, bersentuhan dengan yang bukan muhrimnya, melakukan hadats besar dan kecil.

### **Analisa shalat ditinjau dari Ilmu Kedokteran Osteopati Kranium:**

#### **Rukun-rukun shalat:**

1. Niat:
2. Berdiri bagi yang mampu didalam shalat fardlu.
3. Takbiratul ihram.
4. Membaca surat Al Fatihah pada tiap-tiap rakaat

5. Ruku, dengan thuma'ninah
6. I'tidal dengan thuma'ninah
7. Sujud pertama dengan thuma'ninah
8. Duduk diantara dua sujud dengan thuma'ninah.
9. Sujud kedua dengan thuma'ninah
10. Duduk tasyahud akhir dengan thuma'ninah.
11. Membaca tasyahud akhir.
12. Membaca shalawat atas Nabi SAW, pada tasyahud akhir.
13. Mengucapkan salam yang pertama.

### **1, 2. Niat Shalat dan Berdiri bagi yang mampu didalam shalat fardlu:**

Pada saat ini pada umumnya shalat dilakukan dengan berdiri tegak dalam shalat fardlu menghadap ke kiblat dan mengucapkan niat untuk shalat sesuai dengan waktu shalat diwajibkan. Berdiri tegak mengakibatkan terjadinya still-point dimana denyut kraniosakral berhenti beberapa saat menunjukkan seseorang memasuki kekhusuan dimana komunikasi atau hubungan dengan Allah s.w.t. terjadi sedara optimal. **Ternyata posisi lainnya ( tidur, duduk, terlentang, tengkurap dan jongkok) tidak menyebabkan adanya still-point.** Menghadap ke kiblat menyebabkan still-point terjadi secara terus menerus selama posisi menghadap ke kiblat. Menghadap ke Masjid Nabawi di Madinah juga mengakibatkan stillpoint utk selama menghadap ke arah tersebut. Perbedaannya adalah waktu menghadap ke kiblat Kabbah di Mekah maka aura dan craniodermal point untuk roh dan qolbu tertutup dan tidak berpulsasi, sedangkan waktu menghadap masjid Nabi Muhammad di Madinah tetap mengeluarkan bioenergi dan berpulsasi. Selain itu, menghadap ke kiblat menyebabkan sistem cakra ( cakra 1 sampai 7) tertutup dan tidak berpulsasi, sedangkan menghadap masjid Nabi, sistem cakra tetap terbuka. Sistem cakra adalah sistem bioenergi dalam tubuh yang berhubungan dengan sistem energi kosmos dan Illahi ( terutama cakra 4, 5, 6, 7). Ini menunjukkan bahwa secara kontradiksi menghadap ke kiblat menyebabkan tertutupnya komunikasi dengan Allah dan komunikasi bioenergi dengan jagat raya. Keadaan cakra yang tertutup ini sering terjadi pada kasus-kasus dimana energi negatif menguasai badan seseorang sehingga mengganggu sirkulasi dan dinamika pengaturan homeostatis tubuh pada tingkat bioenergi. Energi negatif ini biasanya berasal dari sumber bioenergi gaib diluar dimensi hidup manusia yaitu makhluk halus yang mempunyai niat bathil seperti iblis, setan, hantu, jin, siluman, peri, kuntilanak, dlsbnya. Energi negatif juga berasal dari manusia yang berniat, berpikir dan mempunyai emosi yang negatif, destruktif dan bathil.

Surat Al Baqarah ayat 144 berbunyi:

Bahasa Arab:

Terjemahan: "Palingkanlah mukamu ke arah Masjidil Haram, dan dimana saja kamu berada, palingkanlah mukamu ke arahnya."

Menghadap ke kiblat pada saat ini ternyata memberikan efek negatif yang tidak diinginkan dan diharapkan sesuai dengan tujuan dari shalat yaitu munajat dengan akibat yang cukup serius terhadap kesehatan maupun hubungan kita dengan Allah, swt. Ini bertentangan dengan firman Allah seperti tercantum dalam Al Baqarah, ayat 144. (*Tiba-tiba, ketika saat menulis kalimat ini pengarang mengalami still-point dengan sistem cakra tetap terbuka, berarti pernyataan ini dibenarkan oleh Allah, swt. karena stillpoint adalah manifestasi dari denyut kraniosakral sebagai "significant detector." yang menunjukkan kebenaran mutlak*). Apakah



artinya ini semua. Tidak diragukan bahwa Masjidil Haram pada saat ini dikuasai energi negatif yang dipancarkan oleh iblis untuk menghalangi hubungan manusia dengan sang Pencipta. Konsekuensinya sangat dahsyat, karena pada saat beratusan juta-juta manusia melakukan shalat, iblis dapat menyisipkan energi negatif dan pengarahan sub-liminal untuk mempengaruhi hati nurani atau qolbu dan tingkah laku ummat Islam kearah negatif, destruktif dan bathil. Ini bertentangan dengan tujuan Islam, yaitu memberikan kedamaian, kesehatan, persahabatan manusia dan kasih sayang dan kesejahteraan umatnya dan manusia secara keseluruhan.

Kesimpulannya adalah bahwa menghadap ke kiblat posisi/arah lama pada saat ini adalah tidak kondusif bagi kesehatan maupun perkembangan spirituil seseorang dan bertentangan dengan tujuan Islam yaitu menciptakan dunia yang damai, bersahabat, sehat dan sejahtera dan perjalanan seseorang dalam evolusi spirituilnya untuk menuju persatuan dengan Allah, swt dan kedamaian dalam surga. Kesimpulan lain adalah kita sebagai ummat Islam wajib memerangi iblis untuk merebut dan mengembalikan Masjidil Haram sebagai institusi suci dan Illahi. Menghadap ke masjid Nabi pada waktu shalat pada saat ini lebih memberikan manfaat bagi umat Islam secara individu maupun umat secara keseluruhan, dan bahkan dunia. Bila posisi Masjidil Haram telah kembali kepada asalnya, maka kembali menghadap kiblat merupakan kewajiban maupun keharusan yang memberikan manfaat sesuai dengan tujuan Islam.

**Apakah niat diperlukan sebelum memulai shalat ?** Beberapa ulama menyatakan bahwa niat tidak diperlukan berdasarkan hadis-hadis yang merkeka kemukakan. Firman Allah swt surat Al-Bayyinah ayat 5 mengatakan:

Artinya: "Padahal mereka tidak disuruh kecuali supaya menyembah Allah dengan memurnikan ketaatan kepadaNya dalam (menjalankan) agamamu dengan lurus."

Apakah ini menjadi dasar perintah Allah bahwa mengucapkan niat diperlukan dalam memulai shalat? Marilah kita pelajari efek niat terhadap sistem kraniosakral dan bioenergi terutama sistem cakra kita pada saat mengucapkan niat.

*"Ushallii fardlash shubih rak'atain mustaqbilal qiblati adaa-an (imaamal,/muumal) lillaahi ta'aalaa."*

Begitu kita ucapkan niat ini sistem cakra kita menutup, aura menghilang dan titik-tik craniodermal point roh dan qolbu berhenti berdenyut meskipun still point tetap berjalan. Masalah pertama adalah didalam ucapan niat ini kita berniat menghadap kiblat, dan ini bertentangan dengan penemuan kita mengenai arah kiblat. Masalah kedua adalah mengucapkan niat sendiri tanpa menyebut menghadap kiblat langsung menutup sistem cakra, aura dan bioenergi kita secara keseluruhan (*pada saat pengarang menulis kalimat ini terjadi still-point pada dirinya yang memberikan indikasi kebenaran dari pernyataan ini*). Dengan berdiri dan menghadap ke mesjid Nabi untuk shalat saja kita sudah melakukan niat kita, jadi ucapan niat tidak diperlukan, Selain itu, ucapan itu menyatakan kita berniat melakukan shalat karena kehendak Allah swt, padahal sebenarnya itu adalah kehendak kita sendiri untuk menyembah Allah. Kita sudah diperintah oleh Allah seperti tersirat dalam surat Al Iqra:

Pernyataan niat adalah mubazir dan berulang-ulang. Bahwa kita melakukannya dengan seluruh keseluruhan holistik kita: badan, mental dan roh. Niat verbal tidak selalu menunjukkan kesungguhan, apalagi melakukannya bukan karena keinginan sendiri melainkan karena Allah Yang Maha Tinggi.

Pada saat berdiri apabila kedua lengan diletakkan disamping badan dengan kedua telapak tangan mengarah ke badan sebagai posisi alami, tidak menyentuh badan dan maka sistem cakra dan bioenergi terbuka. Sedangkan kalau lengan dan tangan diposisi yang lain, maka sistem cakra dan bioenergi menutup. Apabila lengan dan tangan menyentuh badan meskipun ringan, maka sistem cakra dan bioenergi akan tertutup, sedangkan apabila lengan dan tangan menggantung disisi badan tanpa menyentuh, maka sistem cakra dan bioenergi tetap terbuka siap menerima energi Ilahi. Tumaninah mengambil nafas dalam abdominal dengan otot perut masuk hidung dan hembuskan melalui mulut perlahan-lahan.

Apakah mata harus tertutup atau terbuka dan diarahkan ketempat sujud seperti yang dinyatakan dalam hadis berikut yang diriwayatkan oleh Ibnu ‘ Abbas ra.:

Artinya:”Biasanya Rasulullah SAW, apabila memulai shalatnya, beliau tidak memandang melainkan ketempat sujudnya.”

*Apabila mata ditutup, maka still-point akan menghilang dan denyut kranial kembali sehingga mengurangi kekhusuan kita. Agaknya diperlukan mata terbuka karena dengan mata terbuka maka kita menerima energi Ilahi yang datang dari Masjid Nabi ( atau Masjidil Haram apabila sudah dibebaskan dari pengaruh energi negatif iblis). Posisi memandang ketempat sujud mengurangi masuknya energi Ilahi kedalam badan kita dan juga agak janggal karena otot-otot leher menjadi tegang yang dengan sendirinya akan memicu saraf simpatis dan kelenjar adrenalin sehingga kekhusuan akan berkurang disamping menyebabkan otot-otot terasa tegang dan bahkan nyeri di otot-otot leher sehingga konsentrasi kita terarah ke leher. Terbukti bahwa bila kita menunduk dan mengarahkan pandangan kita ke tempat sujud maka sistem cakra dan bioenergi kita langsung tertutup.*

Kedua tungkai kaki pada posisi tegak, relaks alami dengan sejajar dan kedua kaki lurus, sejajar menghadap kedepan dengan jari-jari sejajar dan relaks, tidak merapat atau meregang, menyebabkan stillpoint tetap terjaga dan sistem cakra dan bioenergi tetap terbuka. Kaki tidak menggunakan alas menyebabkan aliran bioenergi mengalir kebumi menuju Masjid Nabi ( atau Masjidil Haram) untuk dikondisikan dan dikembalikan melalui mata ( dan wajah dan badan) sebagai energi Ilahi yang berish, suci dan menyehatkan dan membentuk loop-sistem dalam bioenergi. Bioenergi yang tidak sehat, kotor dan negatif dibersihkan dan diganti dengan energi Ilahi yang bersih, suci, menguatkan dan menyehatkan dan melindungi dari energi negatif dilingkungan atau yang sengaja diarahkan kepada kita oleh mereka yang tidak berniat baik, baik melalui cara manipulatif atau melalui bantuan dukun klenik dengan bantuan dunia gelap atau iblis dan konco-koconya atau dikenal sebagai santet.

### **3. Takbiratul ihram:**

Agaknya masuk akal bahwa setelah kita selesai menyucikan diri dengan wudlu’, maka ucapan syahadat yang berarti melakukan komitmen kita dalam menjalankan rukun Islam merupakan suatu syarat yang mutlak dan tidak bisa ditawar. Apa yang terjadi pada saat mengucapkan syahadat pada akhir wudlu’? Still point tetap berjalan dan pulsasi dari sistem cakra, meridian dan akupunktur meningkat menunjukkan aktifasi dari sistem bioenergi kita disebabkan oleh masuknya energi Illahi untuk meningkatkan kekuatan dan fungsi sistem bioenergi kita dalam mengatur keseimbangan homeostatik tubuh dan memperkuat aura-shield

suntuk memberikan perlindungan terhadap serangan gelombang energi negatif dari luar. Apakah waktu kita memulai shalat waktu kita berdiri diperlukan membaca doa tertentu? Menurut Ibnu Qoyim dan didukung hadis:

Nabi Muhammad, saw tidak pernah mengucapkan apa-apa pada saat berdiri termasuk niat dan doa lainnya selain: **Allahuakbar**. Pada saat berdiri setelah selesai mengucapkan kalimat syahadat pada akhir wudlu', maka stillpoint tetap berlangsung dan pulsasi sistem cakra dan bioenergi aktif dan tinggi akibat masuknya energi Ilahi kedalam badan kita. Begitu **Allahuakbar** diucapkan pada saat takbiratul ihram, maka pulsasi sistem cakra dan bioenergi menurun kearah normal dan sistem saraf terutama sistem otonomi menjadi tenang dan otot-otot merelaks. Agaknya ucapan allahuakbar menyebabkan terjadinya relaksasi atau ketenangan yang disebut tumaninah dan kekhusuan yang diperlukan dalam melakukan shalat. Untuk melakukan ucapan **Allahuakbar** badan secara otomatis melakukan tarik nafas dalam dan menghembuskannya saat mengucapkan allahuakbar. Dengan melakukan pernafasan dalam ini maka terjadi kenaikan tekanan cairan cerebrospinalis pada saat menarik nafas, dan menurunkan tekanan cairan cerebrospinalis pada saat menghembuskan nafas. Perubahan tekanan dari cairan cerebrospinalis ini dari meningkat lalu tiba-tiba menurun menyebabkan terbukanya sendi-sendi atau sutura-sutura tulang tengkorak yang terjepit sehingga melepaskan hambatan-hambatan pada sistem pernafasan primer sehingga fungsinya lebih baik dalam mengatur homeostatik tubuh. Pernafasan abdominal dalam juga menyebabkan relaksasi saraf dan otot. Ditinjau dari Kedokteran Oseopati, apabila tangan diangkat tanpa ibu jari menyentuh ujung bawah telinga, still point akan menghilang dan denyut kranium akan kembali, dan sistem bioenergi tertutup, menunjukkan bahwa kekhusuan terganggu dan menghilang. **Sebaliknya apabila, kedua ibu jari menyentuh secara ringan pada ujung bawah telinga, still point diperkuat dan sistem bioenergi tetap terbuka.**

Apakah **Allahuakbar** perlu diulang pada saat melakukan takbir kedua, setelah bacaan doa-doa pendek dari Al Quran? Pada saat melakukan takbir kedua, tangan diangkat dengan telapak tangan dan jari menghadap kiblat. Ternyata apabila **Allahuakbar** diucapkan kembali, setelah Al Fatihah dan doa-doa pendek, pada saat berdiri maka sistem bioenergi tiba-tiba tertutup kembali sehingga tidak membuat konduktif untuk shalat meskipun ada hadis-hadis yang mendukung, Kembali ini adalah misteri dari shalat.

*Nabi Muhammad saw mengucapkan Allahuakbar untuk tujuan shalat. Ada beberapa variasi tentang kapan Allahuakbar diucapkan. Pada saat berdiri, saat tangan diangkat atau pada saat ibu jari telah menyentuh ujung telinga ( atau tangan sejajar telinga atau bahu). Menurut Ibnu Qoyim dan hadis-hadis yang mendukung, nabi Muhammad, saw mengucapkan Allahuakbar saja tanpa kalimat atau doa-doa lainnya dan setelah itu meletakkan telapak tangan kanan pada bagian punggung dari tangan kiri. Memang apabila diucapkan kata-kata lain selain **allahuakbar**, sistem bioenergi segera tertutup dan tertutup seterusnya sehingga shalat berakhir. Tadi sudah dikatakan apabila Allahuakbar dikatakan dua kali yaitu saat berdiri dan takbir kedua, maka sistem bioenergi juga tertutup seterusnya hingga shalat berakhir dan bahkan setelah shalat berakhir. Ini sangat tidak konduktif bagi kekhusuan dan keterbukaan seseorang untuk menerima energi Ilahi atau berkomunikasi dengan Allah, swt.*

Kesimpulan kami, yang terbaik adalah ucapan **Allahuakbar** diucapkan satu kali saja pada takbiratul ihram pertama. Pada saat berdiri dilakukan pernafasan abdominal secara mendalam, kemudian exhalasi sambil mengucapkan **Allah-** tepat pada saat ibu jari menyentuh telinga diikuti dengan **-huak** saat tangan dilepaskan dari telinga turun kebawah sambil menghembuskan nafas dan kedua pergelangan tangan menyentuh pada saat diucapkan **bar**. Ini menggunakan sistem pernafasan untuk mensinkronisasi denyut kranium dan sistem

pernafasan primer. Dengan cara ini maka beberapa hal tercapai: *keadaan tumaninah (relaks dan khusu), still point tetap terjamin, sistem bioenergi terbuka, pelepasan hambatan-hambatan pada sistem kraniosakral dan sutura-sutura yang terjepit bersmaan dengan penggetaran dari sistem enerjji seluruh jagat sehingga kita menjadi sinkron dengan alam seluruh jagat dan bersiap menerima energi Ilahi dan hidayah dari Allah,swt.* Apakah posisi doa iftitah yang diucapkan setelah takbir dan sebelum Al Fatihah kondusif bagi shalat? Kembali Ibnu Qoyim dengan hadiis-hadisnya yang menunjang mengatakan bahwa Nabi mengucapkan berbagai doa iftitah sebelum mengucap Al Fatihah. Apakah akibat ucapan doa iftitah pada sistem kraniosakral dan bioenergi kita? Begitu doa iftitah dan Ta'awudz dibacakan sistem bioenergi tiba-tiba tertutup sehingga mengundang masuknya energi negatif dari syaitan kedalam badan kita.

*Apakah Nabi Muhammad memang melakukan doa iftitah, membaca Ta'awudz sebelum doa Al Fatihah sebagai bagian dari takbir seperti pendapat-pendapat yang dikemukakan para ahli fikih dan didukung oleh hadis-hadis yang dipercaya keshalihannya?* Adalah sangat mengejutkan bahwa berdasarkan riset kami mengucapkan doa iftitah, dan ta'awudz pada saat setelah takbir dan sebelum doa Al Fatihah memberi dampak yang cukup negatif pada sistem kraniosakral dan bioenergi dan bahkan sangat buruk bagi kesehatan holistik karena masuknya energi negatif tanpa kesadaran kita kedalam badan yang mempengaruhi sistm regulasi kesehatan tubuh kita seterusnya. Doa Ta'awudz, seolah-olah mengundang syaitan untuk menyerang kita!. Suatu keadaan yang bertentangan dengan maksud dan tujuan kita untuk shalat.

#### **4. Membaca Al Fathihah:**

Meletakkan tangan kanan didepan tangan kiri sedemikian rupa sehingga pergelangan tangan kanan menyentuh pergelangan tangan kiri, dan jari-jari dan telapak tangan kanan secara relaks merangkul lengan bawah kiri. Pergelangan tangan kiri menyentuh titik pertengahan antara ujung bawah tulang sternum dan udel (yaitu titik solar plexus). semua lengan relaks dan dijatuhkan kebawah menggantung pada kedua bahu. berhenti sejenak (satkah) sambil mengambil nafas dalam melalui hidung dan dikeluarkan melalui mulut seperti bersiul tapi tidak berbunyi. Prosedur ini menyeimbangkan semua meridian kiri dan kanan, energi Yang dan Yin dan menyeimbangkan organ-organ dibawah dan diatas perut. Prosedur ini juga merangsang solar plexus sebagai pusat roh untuk mengeluarkan enerjinya dan memusatkan kita pada titik itu sebagai pusat kegiatan hidup dan identitas kita: fisik, mental dan roh. Kemudian ucapkan **Al Fatihah** satu ayat demi ayat sambil meresapkan dan niat mengamalkannya dan diselaraskan dengan nafas ( lihat tabel cara menyelaraskan nafas dengan doa): **Al Fatihah tidak didahului doa iftitah atau Ta'awudz**

	Ucapan Ayat	Arti	Ayat dibaca satu persatu, dan berhenti sejenak sebelum membaca berikutnya. Didahului dengan ambil nafas abdominal dalam, dan ucapkan tiap ayat dengan menghembuskan nafas sampai kosong.
1	<b>BISMILLAAHIR RAHMANIR</b>	Atas nama Allah Yang	

	<b>RAHIIM</b>	Maha Pengasih dan Penyayang	
2	<b>ALHAMDULILLAHI RABIIL 'ALLAMIIN</b>	Segala puji bagi Allah, Tuhan (penguasa) semesta alam.	
3	<b>ARRAHMANIR RAHIIM</b>	Maha Pemurah lagi Maha Penyayang	
4	<b>MAALIKI YAUMIDDIN</b>	Yang Menguasai Hari Pembalasan	
5	<b>IYYAAKANA'BUDU WA IYYAAKA NASATS'IIN</b>	Hanya Kepada Engkau kami menyembah dan memohon pertolongan	
6	<b>IHDINASH SHIRAATHAL MUSTAQIIM</b>	Tunjukkanlah kami jalan yang lurus	
7	<b>SHIRAATHAL LADZIINA AN'AMTA 'ALAIHIM, GHAIRIL MAGHDLUUBI 'ALAIHIM WALLADLADLAALLIIN</b>	Yaitu jalan orang-orang yang telah Engkau beri nikmat kepadanya, bukan (jalan) mereka yang dimurkai, dan bukan (pula jalan) mereka yang sesat.	Disini terdiri dari ayat panjang, dilakukan nafas dalam 2 x, seolah-olah terdiri dari 2 ayat.
	<b>AMIN</b>		Ambil nafas sepanjang mungkin, berhenti sejenak dan hembuskan nafas secara keseluruhan sambil ucapkan: <b>AMIN</b>

**4. A. Mengucapkan doa-doa pendek pada kedua raka'at pertama disunatkan baik pada shalat fardhu maupun sunnat. Sebagai contoh pada raka'at pertama pada saat ini membaca surat An-Naas ( tanpa didahului ucapan Ta'awudz):**

	Ucapan Ayat	Arti	Ayat dibaca satu persatu, dan berhenti sejenak sebelum membaca berikutnya. Didahului dengan ambil nafas abdominal dalam, dan ucapkan tiap ayat dengan menghembuskan nafas sampai kosong.
	<b>BISMILLAAHIR RAHMANIR RAHIIM</b>	Atas nama Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang	



1.	<b>QUL. A'UUDZU BIRABBIN NAAS</b>	Katakanlah: "Aku berlindung kepada Tuhan manusia"	
2.	<b>MALIKIN NAAS</b>	Raja manusia	
3.	<b>ILAAHINAAS</b>	Yang disembah oleh manusia	
4.	<b>MIN SYARRIL WAWAASIL KHANNAAS</b>	Dari kejahatan (bisikan) yang tersembunyi	
5.	<b>ALLDZII YUWASWISUFIL SHUDUURIN NAAS</b>	Yang membisikakan (kejahatan) kedalam dada manusia	
6.	<b>MINAL JINNATI WAN NAAS</b>	Dari jin dan manusia	

**Pada raka'at kedua membaca suat Al Ikhlas (tanpa didahului oleh doa Ta'awudz):**

	Ucapan doa	Artinya	Ayat dibaca satu persatu, dan berhenti sejenak sebelum membaca berikutnya. Didahului dengan ambil nafas abdominal dalam, dan ucapkan tiap ayat dengan menghembuskan nafas sampai kosong.
	<b>BISMILLAAHIR RAHMANIR RAHIM</b>	Atas nama Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang	
1.	<b>QUL. HUWALLAAHU AHAD</b>	Katakanlah: Dialah Allah Yang Maha Esa	
2.	<b>ALLAAHUSHAMAD</b>	Allah adalah tempat meminta	
3.	<b>LAM YALID WA LAM YUULAD</b>	Dia tidak beranak dan tidak pula diperanakan	
4.	<b>WALAM YAKUL LAHUU KUFUAN AHAD</b>	Dan tidak ada sesuatupun yang setara dengan Dia.	
5.			

Pada saat ini adalah yang terbaik untuk memohon kepada Allah, swt untuk apa saja yang diinginkan, karena pada saat ini kita berhadapan langsung dengan Allah, swt yang selalu mendengarkan permohonan kita. Pada saat ini still-point berjalan terus, dan tiada tenaga apapun yang dapat mengintervensi. Allah akan memobilisasikan daya-daya didalam tubuh kita untuk memungkinkan terjadinya apa yang dimohonkan, atas namaNya dan dalam perlindunganya.

**5. Ruku, dengan thuma'ninah:**

Setelah selesai membaca ayat/surat Al Quran, kita bertakbir ( tanpa mengucapkan Allahuakbar). Pada saat melakukan takbir kedua, kedua tangan diangkat dan masing-masing ibu jari menyentuh bawah telinga dengan telapak tangan dan jari menghadap kiblat.. dan jari relaks dan terbuka. Cara ini meningkatkan energi Ilahi dan meningkatkan kekhusuan. Cara ruku yang sempurna menurut Ustadz Suprihadi , S.Ag. (hal 82) adalah membungkukkan badan sampai datar (lurus) tulang punggung dengan lehernya atau kepalanya 90 derajat setra meletakkan dua telapak tangan dengan jari-jari kedua tangan diregangkan pada lutut. Apa yang terjadi bila ini dilakukan? Kedua otot kaki berkontraksi, otot-otot lumbosacral menjadi tegang dan yang penting still-point menghilang, dan denyut kranium menjadi sangat cepat, Nenerji negatif segera memasuki cakra ke 7 lalu berturut-turu cakra, 6,5,4,3,2,1 ditutup. Ini sama dengan menyerahkan diri kepada iblis dengan menyendorokan titik cakra 7 untuk diserang. Bagaimana cara mengatasi permasalahan ini. Ternyata apabila kedua telapak tangan dan jari-jarinya dilteakkan dibawah lutut, hl ini tidak terjadi. Punggung lebih lurus tapi relaks. Otot-otot kaki tidak tegang. Still-point tetap terjaga dan, sistem bioenerji merdian, titik-titik akupunktur vital dan cakra tetap terbuka. Setelah berhenti sejenak , mengambil nafas dalam untuk mecapai thuma'ninah, maka dilanjutkan dengan ucapan doa yang berikut (tasbih ruku'):

**“SUBHAANA RABBIYAL ‘ADHIIMI” 3x.**

(Maha Suci Tuhanku Yang Maha Agung dan dengan memuji kepada-Nya)

Pada saat ini Allah, swt memberikan jawabannya, rahmatnya, hidayahnya dan ridhonya, karena kerendahan hati kita.

#### **6. I'tidal (berdiri) dengan tuma'ninah:**

Ambil nafas dalam lalu mengucap doa:

**“SAMI'ALLAHU LIMA HAMIDAH”**

**(Allah mendengar orang yang memujiNya)**

Maka kita bangkit dari posisi ruku sambil mengangkat kedua tangan sampai ibu jari menyentuh bawah telinga ( seperti pada takbir), lalu ambil nafas dalam lagi lalu ucapkan doa I'tidal:

**RABBANAA WA LAKAL HAMDU**

**(Wahai Tuhan kami , dan bagi Engkaulah segala puji)**

Pada saat ini kita mengucapkan terimakasih kepada Allah, swt yang telah mendengarkan permohonan kita dan mengabulkannya dengan puji-pujian. Sistem kraniosakral pada saat ini mengalami penguatan karena bantuan nafas dalam dan doa.

#### **7. Sujud pertama dengan thuma'ninah dan membaca tasbih sujud:**

Ucapkan takbir (**Allahuakbar**) diikuti dengan gerakan untuk sujud yaitu meletakkan kedua tangan pada kedua paha atas masing-masing untuk memberikan keseimbangan, dan turun perlahan-lahan sehingga kedua lutut menyentuh lantai (sajadah), diikuti dengan meletakkan kedua telapak tangan (angkat kedua siku dan regangkan siku menjauhi pinggang), kening, dan hidung dilantai (sajadah). Jari-jari kedua tangan menghadap Kiblat dan ibu jari menyentuh sisi pipi masing-masing. Kedua tumit dipisahkan sejarak sejengkal, kaki-kaki lurus kebawah dan menekuk jari-jari kaki agar ujung-ujungnya menghadap

kekiblat. Ucapan **Allahuakbar** pada saat sebelum sujud adalah mutlak agar kita mendapatkan perlindungan sewaktu sujud dari serangan energi negatif yang tidak terduga. Setelah tuma'ninah kemudian membaca doa:

**“SUBHAANA RABBIYAL A’LAA.” 3X**

(Maha Suci Tuhanku yang Maha Tinggi)

#### **8. Duduk diantara kedua sujud dengan tuma'ninah dan baca doa:**

Bangun dari sujud pertama sambil bertakbir: **Allahuakbar** (ambil nafas dalam dan keluarkan sambil bertakbir) dan duduk diantara dua sujud dengan tuma'ninah. Duduk ini disebut duduk **iftirasy**, yaitu duduk dengan cara melipat kaki kiri, mengembangkannya dengan telapak kaki menghadap kebelakang, dan pantat ( atau tepatnya tulang ekor) menduduki mata kaki kiri. Tangan kiri diletakkan dipaha kiri dan kanan dipaha kanan secara terbuka (tidak digenggam). Dengan melakukan ini maka terjadi gerakan fleksi dari tulang sacrum dan memaksa sistem kraniosakral berada pada still-point pada posisi fleksi. Kaki kanan ditaruh disamping pantat ditegakkan sambil ujung-ujung jarinya dihadapkan kearah kiblat. Ujung jempol jari kaki kiri adalah titik refleksi untuk detoksifikasi. Dengan melakukan ini maka badan dirangsang untuk melakukan detoksifikasi maksimal: yaitu membuang racun dari tubuh. Khasiat dari detoksifikasi diantaranya meningkatkan denyut kranium dan potensi bioenergi tubuh, disamping memebersihkan badan dari racun-racun yang mengganggu fungsi tubuh. Doa yang dibaca adalah:

**‘RABBIFIRLII WARHAMNII WAJBURNII WARFA’NII WARZUQNII WAHDINII WA ‘AAFINII WA’FU ‘ANII.’**

*(Artinya: Wahia Tuhanku, ampunilah dosaku, belas kasihanilah aku, cukupilah segala kekuranganku, angkatlah derajatku, berilah rezeki kepadaku, berilah aku petunjuk, berilah aku kesehatan dan berilah ampunan kepadaku).*

#### **9. Sujud kedua dengan thuma'ninah dan membaca tasbih sujud:**

Ucapkan takbir (**Allahuakbar**) diikuti dengan gerakan untuk sujud yaitu meletakkan kedua tangan pada kedua paha atas masing-masing untuk memberikan keseimbangan, dan turun perlahan-lahan sehingga kedua lutut menyentuh lantai (sajadah), diikuti dengan meletakkan kedua telapak tangan (angkat kedua siku dan regangkan siku menjauhi pinggang), kening, dan hidung dilantai (sajadah). Jari-jari kedua tangan menghadap Kiblat dan ibu jari menyentuh sisi pipi masing-masing. Kedua tumit dipisahkan sejarak sejengkal, kaki-kaki lurus kebawah dan menekuk jari-jari kaki agar ujung-ujungnya menghadap kekiblat. Ucapan **Allahuakbar** pada saat sebelum sujud adalah mutlak agar kita mendapatkan perlindungan sewaktu sujud dari serangan energi negatif yang tidak terduga. Setelah tuma'ninah kemudian membaca doa:

**“SUBHAANA RABBIYAL A’LAA.” 3X**

Artinya: (Maha Suci Tuhanku yang Maha Tinggi)

Dengan ini selesailah satu raka'at. Kemudian dilanjutkan dengan raka'at kedua dengan berdiri, bertakbir, bersedekap, membaca surat Al Aftihah tanpa doa iftitah, dan seterusnya. Raka'at ketiga dan keempat dilakukan dengan cara yang sama.

#### **10. Duduk tasyahud awal dengan thuma'ninah.**

Pada raka'at kedua apabila apabila shalat diharuskan tiga atau empat raka'at, maka dilakukan: **duduk tasyahud awal dengan tuma'ninah.**

Bangun dari sujud kedua pada raka'at kedua sambil bertakbir: **Allahuakbar** (ambil nafas dalam dan keluarkan sambil bertakbir) dan duduk **iftirasy**, yaitu duduk dengan cara melipat kaki kiri, mengembangkannya dengan telapak kaki menghadap kebelakang, dan pantat ( atau tepatnya tulang ekor) menduduki mata kaki kiri. Tangan kiri diletakkan dipaha kiri secara terbuka dengan jari-jari menghadap kiblat, dan tangan kanan dipaha kanan diletakkan dipaha kanan dengan jari-jari terletak dipaha kanan menghadap kiblat. Kemudian angkat jari telunjuk kanan diatas paha secara relaks dan ucapkan doa:

**“ATTHIYAATUL MUBAARAKAATUSH SHALAWAATUH THAYYIBAATU LILLAAH. ASYAHDU ALLAA ILAAHA ILLALLAHA ILLALLAH WA ASYAHADU ANNA MUHAMMADARUSULLOLLAH.”**

*(Artinya: Segala kehormatan, keberkatan, dan kebaikan bagi Allah. Dan aku bersaksi bahwa tiada Tuhan selain Allah Yang Maha Esa dan Nabi Muhhamad adalah utusan Allah.)*

Kemudian turunkan jari telunjuk kanan kembali diatas paha secara perlahan-lahan.

**Peringatan:** Tangan kanan jangan menggenggam dan ibu jari tangan kanan jangan dimasukkan dibawah jari telunjuk atau masuk kedalam genggam tangan kanan, dan jangan menggerak-gerakn jari telunjuk kanan. Melakukan ini merangsang kembali denyut kranium dan menghilangkan still-point dan kekhusuan.

Biasanya doa yang diucapkan adalah doa shalawat nabi sbb.:

**“ATTHIYAATUL MUBAARAKAATUSH SHALAWAATUH THAYYIBAATU LILLAAH. ASSALAAMU’ALAIKA AYYUHAN NABIYYU WA RAHMATULLAAHI WA BARAKAATUH. ASSALAAMU ‘ALAINAA WA ‘ALAA ‘IBAADILLAHISH SHAALIHIIN. ASYHADU ANNA MUHAMMADAR RASULULLAH. ALLAAHUMMA SHALII ‘ALAA MUHAMMAD.”**

*( Artinya: “ Segala kehormatan, keberkatan dan kebaikan bagi Allah. Salam, rahmat dan berkah-Nya aku panjatkan kepadanya wahai Nabi (Muhammad SAW). Salam (keselamatan) semoga tetap untuk kami seluruh hamba yang shaleh-shaleh. Dan aku bersaksi bahwa tiada Tuhan selain Allah Yang Maha Esa dan Nabi Muhhamad adalah utusan Allah. Ya Allah limpahkanlah rahmat kepada nAbi Muhammad.”)*

**Akan tetapi riset kami menunjukkan bahwa membaca shalawat meningkatkan kerawanan untuk diserang energi negatif yang terbukti dengan hilangnya still-point, kembalinya denyut kranium, dan tertutupnya semua titik-titik akupunktur dan cakra begitu doa shalawat ini dibaca.**

**Mengapa demikian adalah misteri shalat. Kami tidak mengurangi rasa hormat terhadap nabi SAW. Akan tetapi agaknya doa shalawat cukup dan seharusnya diamalkan dalam hidup kita sehari-hari. Agaknya janggal bahwa nabi SAW sendiri**

melakukan doa shalawat bagi dirinya sendiri sewaktu shalat. Itu tidak sesuai dengan kepribadiannya yang tidak mau menonjol, disanjung-sanjung atau dikultus individu atau disembah yang bertentangan dengan nilai agama Islam.

Pada saat ini sebelum salam, dapat dilakukn doa-doa yang diinginkan atau zikir. Doa yang dianjurkan adalah ayat Kursi yang dapat memberikan perlindungan terhadap energi negatif dari iblis, syaitan dan makhluk gaib yang beritikad buruk.

Doa Ayat Kursi sbb.:

**‘ALLAAHU LAA ILAAHA ILLAA HUWAL HAYYUL QAYYUUMU. LAA TA ‘KHUDZUHUU SUNATUW WA LAA NAUMUN. LAHUU MAA FISSAMAAWATI WA MAA FIL ARDLI MANDZALLADZII YASYFA ‘U ‘INDAHUU ILLAA BIIDZNIHII YA ‘LAMU MAA BAINA AIDIHIM WA MAA KHALFAHUM WA LAA YUHIITHUUNA BISYAI-IM MIN ‘ILMIHII ILLA BIMA SYAA-A, WASI ‘A KURSIYYUHUS SAMAAWAATI WAL ARDDLA WA LAA YA-UUDZUHUU HIFDHUUHUU-MAA WA HUWAL ‘ALIYYUL ‘ADHIIM. ‘-- QS. Al Baqarah, ayat 355.**

(Artinya: “Allah, tiada Tuhan melainkan Dia Yang Maha Hidup lagi Maha Berdiri Sendiri. Bagi-Nya apa yang ada dilangit dan apa yang ada dibumi. Siapakah yang akan dapat memberikan syafa ‘at di sisi Nya, tanpa seijin Nya? Dia mengetahui apa yang di hadapan mereka dan apa yang di belakang mereka dan mereka tidak mengetahui sedikitpun dari ilmu-Nya kecuali sesuatu yang telah dikehendaki-Nya meliputi langit dan bumi. Dan Dia tidak berat untuk memelihara keduanya dan Dia Maha Tinggi lagi Maha Agung.”) -- QS. Al Baqarah, ayat 355.

Sabda Nabi Muhammad SAW: “ *Barangsiapa yang membaca ayat Kursi setiap selesai shalat fardlu, maka ia berada dalam lindungan Allah sampai datangnya shalat yang lain.*” (Hadis diriwayatkan oleh Ali ra.).

**Apabila shalat membutuhkan dua raka’at saja, berakhirlah shalat ini dan ditutup dengan salam dengan muka tetap menghadap kiblat sebagai berikut:**

**“ASSALAAMU ‘ALAIKUM WA RAHMATULLAAH WA BARAKAATUH.”**

Artinya:”Semoga keselamatan, rahmat Allah dan berkahNya tetap pada kamu semua.”

**Riset kami menunjukkan bahwa apabila salam dilakukan dua kali dengan cara menengok kekanan pada salam pertama dan menengok kekiri pada salam kedua, serangan energi negatif tiba-tiba dapat dilancarkan sehingga menghancurkan segala kebaikan yang telah didapat dari shalat tsb. Dengan demikian kami tidak menganjurkan sama sekali untuk melakukan salam dua kali.**

Apabila dilanjutkan dengan raka’at ketiga maka dilakukan takbir tanpa ucapan salam, bersedekap membaca Al Fatihah, dst. dan raka’at keempat. Apabila shalat mengharuskan tiga raka’at, maka pada raka’at ketiga dilakukan: **Duduk Tasyahud akhir dengan thuma’ninah diakhiri dengan salam.** . Apabila raka’at diharuskan empat, maka raka’at ketiga adalah sama dengan raka’at pertama (tanpa duduk tasyahud awal) dilanjutkan dengan raka’at keempat diakhiri dengan: **Duduk Tasyahud akhir dengan thuma’ninah diakhiri dengan salam.**

#### **11. Duduk Tasyahud akhir dengan thuma’ninah diakhiri dengan salam:**



Berbeda dengan duduk *iftiraz*, maka pada duduk tasyahud akhir yang disebut *tawarruk*, pantat didudukkan menyentuh lantai atau sajadah dengan memasukkan kaki kiri kebawah tungkai bawah kanan didepan pergelangan kaki kanan. Kaki kanan ditegakkan dan jari-jari kakinya dilengkungkan kearah kiblat. Posisi kedua tangan sama dengan duduk pada tasyahud awal: yaitu pada paha diatas lutut masing-masing. Doa yang dibaca adalah sama dengan doa pada saat duduk tasyahud awal bersamaan dengan mengangkat jari telunjuk kanan diatas paha, yaitu:

**“ATTHIYAATUL MUBAARAKAATUSH SHALAWAATUH THAYYIBAATU LILLAAH. ASYAHDU ALLAA ILAAHA ILLALLAHA ILLALLAH WA ASYAHADU ANNA MUHAMMADARUSULLOLLAH.”**

Ini bukan doa shalawat yang kami tidak anjurkan untuk dibaca pada saat akhir shalat berdasarkan riset kami seperti dikatakan diatas. Ini sangat bertentangan dengan hadis yang diriwayatkan oleh Aisyah ra. bahwa nabi Muhammad SAW bersabda:

“Allah tidak akan menerima shalat, kecuali dengan bersuci dan membaca shalawat atasku (Nabi SAW).”

**Ini adalah suatu dilemma yang sangat berat bobotnya. Riset kami menunjukkan bahwa shalawat Nabi yang diucapkan sebelum mengakhiri shalat malah mengundang energi negatif yang tidak terduga dan tiba-tiba datangnya. Seperti suatu tamparan dimuka bagi mereka yang melakukan shalat.**

### Kesimpulan:

#### **A. Ringkasan wudlu' berdasarkan riset ini adalah sbb:**

1. Masuk tempat shalat kaki kanan dulu.
2. Menghadap kiblat dan ucapkan : **Allahuakbar**
3. Ucapkan: **Bismillahir rahmmaanir rahiim** dan membasuh kedua tangan sampai pergelangan tangan 3 x, gosok jari-jari. Gunakan air bersih yang mengalir ( yang terfiltrasi lebih baik)
4. Berkumur dengan air R/O/ destilasi atau steril 3 x ( dan siwak bila perlu, jangan pakai odol)
5. **Istisyaq:** masukkan air kedalam hidung 3 x dan mengeluarkannya
6. Membasuh muka 3 x: atas bawah dan lintang kanan kiri
7. Membasuh kedua lengan bawah dari pergelangan dari pergelangan sampai siku-siku 3x, kanan lalu kiri
8. Mengusap dahi sampai puncak kepala 3x dengan tangan kanan
9. Mengusap kedua telinga 3 x, masukkan jari telunjuk ke lubang telinga usap-usap daun telinga memutar kedepan, ibu jari gosok belakang daun telinga
10. Membasuh kedua kaki dan mata kaki 3x, kanan lalu kiri, bersihkan jari-jari.
11. Doa sambil menghadap kiblat dan mengangkat kedua tangan: telapak tangan kanan menempel punggung tangan kiri:

**“Asyahdu allaa ilaaha illallahu wahdahuu laa syariika lahuu, wa asyahadu anna muhammadan ‘abduhuu wa rasuuluhuu, allaahummaj’alnii minat tauwaabiina waj’alnii minal mutathahhiriin”**

atau:

“Asyhadu allaa ilaaha illallah illallah wa asyhadu anna muhammadarusullollah”

12. Diantara wudlu’ dan shalat dijaga tidak berbicara, bersentuhan dengan yang bukan muhrimnya, melakukan hadats besar dan kecil.

**B. Ringkasan shalat berdasarkan riset ini adalah sbb.:**

**1, 2. Niat Shalat dan Berdiri bagi yang mampu didalam shalat fardlu:**

Berdiri lurus menghadap Kiblat (yang baru) dengan kedua tungkai kaki pada posisi tegak, relaks alami dengan sejajar dan kedua kaki lurus, sejajar menghadap kedepan dengan jari-jari sejajar dan relaks, tidak merapat atau meregang, menyebabkan stillpoint tetap terjaga dan sistem cakra dan bioenergi tetap terbuka. Mata terbuka tidak menantang ditunjukkan ke Kiblat dan bukan tempat sujud.

**3. Takbiratul ihram:**

Kesimpulan kami, yang terbaik adalah ucapan **Allahuakabar** diucapkan satu kali saja pada takbiratul ihram pertama. Pada saat berdiri dilakukan pernafasan abdominal secara mendalam, kemudian exhalasi sambil mengucapkan **Allah-** tepat pada saat ibu jari menyentuh telinga diikuti dengan **-huak** saat tangan dilepaskan dari telinga turun kebawah sambil menghembuskan nafas dan kedua pergelangan tangan menyentuh pada saat diucapkan **bar**. *Tidak* mengucapkan doa iftitah, dan ta’awudz pada saat setelah takbir dan sebelum doa Al Fatihah.

**4. Membaca Al Fathihah:**

Meletakkan tangan kanan didepan tangan kiri sedemikian rupa sehingga pergelangan tangan kanan menyentuh pergelangan tangan kiri, dan jari-jari dan telapak tangan kanan secara relaks merangkul lengan bawah kiri. Pergelangan tangan kiri menyentuh titik pertengahan antara ujung bawah tulang sternum dan udel (yaitu titik solar plexus). semua lengan relaks dan dijatuhkan kebawah menggantung pada kedua bahu. berhenti sejenak (satkah) sambil mengambil nafas dalam melalui hidung dan dikeluarkan melalui mulut seperti bersiul tapi tidak berbunyi. Kemudian ucapkan **Al Fathihah** satu ayat demi ayat sambil meresapkan dan niat mengamalkannya dan diselaraskan dengan nafas ( lihat tabel cara menyelaraskan nafas dengan doa):

**Al Fathihah tidak didahului doa iftitah atau Ta’awudz**

	Ucapan Ayat	Arti	Ayat dibaca satu persatu, dan berhenti sejenak sebelum membaca berikutnya. Didahului dengan ambil nafas abdominal dalam, dan ucapkan tiap ayat dengan menghembuskan nafas sampai kosong.
1	<b>BISMILLAAHIR RAHMANIR RAHIM</b>	Atas nama Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang	

2	ALHAMDULILLAHI RABIIL 'ALLAMIIN	Segala puji bagi Allah, Tuhan (penguasa) semesta alam.	
3	ARRAHMANIR RAHIIM	Maha Pemurah lagi Maha Penyayang	
4	MAALIKI YAUMIDDIN	Yang Menguasai Hari Pembalasan	
5	IYYAAKANA'BUDU WA IYYAAKA NASATS'IIN	Hanya Kepada Engkau kami menyembah dan memohon pertolongan	
6	IHDINASH SHIRAATHAL MUSTAQIIM	Tunjukkanlah kami jalan yang lurus	
7	SHIRAATHAL LADZIINA AN'AMTA 'ALAIHIM, GHAIRIL MAGHDLUUBI 'ALAIHIM WALLADLADLAALLIIN	Yaitu jalan orang-orang yang telah Engkau beri nimat kepadanya, bukan (jalan) mereka yang dimurkai, dan bukan (pula jalan) mereka yang sesat.	Disini terdiri dari ayat panjang, dilakukan nafas dalam 2 x, seolah-olah terdiri dari 2 ayat.
	AMIN		Ambil nafas sepanjang mungkin, berhenti sejenak dan hembuskan nafas secara keseluruhan sambil ucapkan: AMIN

**4. A. Mengucapkan doa-doa pendek pada kedua raka'at pertama disunatkan baik pada shalat fardhu maupun sunnat. Sebagai contoh pada raka'at pertama pada saat ini membaca surat An-Naas ( tanpa didahului ucapan Ta'awudz):**

	Ucapan Ayat	Arti	Ayat dibaca satu persatu, dan berhenti sejenak sebelum membaca berikutnya. Didahului dengan ambil nafas abdominal dalam, dan ucapkan tiap ayat dengan menghembuskan nafas sampai kosong.
	BISMILLAAHIR RAHMANIR RAHIIM	Atas nama Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang	
1.	QUL. A'UUDZU BIRABBIN NAAS	Katakanlah: "Aku berlindung kepada Tuhan manusia"	

2.	<b>MALIKIN NAAS</b>	Raja manusia	
3.	<b>ILAAHINAAS</b>	Yang disembah oleh manusia	
4.	<b>MIN SYARRIL WAWAASIL KHANNAAS</b>	Dari kejahatan (bisikan) yang tersembunyi	
5.	<b>ALLDZII YUWASWISUFIL SHUDUURIN NAAS</b>	Yang membisikakan (kejahatan) kedalam dada manusia	
6.	<b>MINAL JINNATI WAN NAAS</b>	Dari jin dan manusia	

**Pada raka'at kedua membaca surat Al Ikhlas (tanpa didahului oleh doa Ta'awudz):**

	Ucapan doa	Artinya	Ayat dibaca satu persatu, dan berhenti sejenak sebelum membaca berikutnya. Didahului dengan ambil nafas abdominal dalam, dan ucapkan tiap ayat dengan menghembuskan nafas sampai kosong.
	<b>BISMILLAAHIR RAHMANIR RAHIIM</b>	Atas nama Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang	
1.	<b>QUL. HUWALLAAHU AHAD</b>	Katakanlah: Dialah Allah Yang Maha Esa	
2.	<b>ALLAAHUSHAMAD</b>	Allah adalah tempat meminta	
3.	<b>LAM YALID WA LAM YUULAD</b>	Dia tidak beranak dan tidak pula diperanakkan	
4.	<b>WALAM YAKUL LAHUU KUFUAN AHAD</b>	Dan tidak ada sesuatupun yang setara dengan Dia.	
5.			

**1. Ruku, dengan thuma'ninah:**

Setelah selesai membaca ayat/surat Al Quran, kita bertakbir ( tanpa mengucapkan Allahuakbar). Pada saat melakukan takbir kedua, kedua tangan diangkat dan masing-masing ibu jari menyentuh bawah telinga dengan telapak tangan dan jari menghadap kiblat.. dan jari relaks dan terbuka. Lalu melakukan ruku dengan membungkukan badan atas pada pinggang dan kedua telapak tangan dan jari-jarinya diteakkan dibawah lutut. Setelah berhenti sejenak, mengambil nafas dalam untuk mencapai thuma'ninah, maka dilanjutkan dengan ucapan doa yang berikut (tasbih ruku'):

**“SUBHAANA RABBIYAL ‘ADHIIMI” 3x.**

(Maha Suci Tuhanku Yang Maha Agung dan dengan memuji kepada-Nya)

## **2. Itidal (berdiri) dengan tuma'ninah:**

Ambil nafas dalam lalu mengucapkan doa:

**“SAMI’ALLAHU LIMA HAMIDAH”**

*(Allah mendengar orang yang memujiNya)*

Kemudian kita bangkit dari posisi ruku sambil mengangkat kedua tangan sampai ibu jari menyentuh bawah telinga ( seperti pada takbir), lalu ambil nafas dalam lagi lalu ucapkan doa **I’tidal:**

**“RABBANAA WA LAKAL HAMDU”**

*(Wahai Tuhan kami , dan bagi Engkaulah segala puji)*

## **3. Sujud pertama dengan thuma'ninah dan membaca tasbih sujud:**

Ucapkan takbir (**Allahuakbar**) diikuti dengan gerakan untuk sujud yaitu meletakkan kedua tangan pada kedua paha atas masing-masing untuk memberikan keseimbangan, dan turun perlahan-lahan sehingga kedua lutut menyentuh lantai (sajadah), diikuti dengan meletakkan kedua telapak tangan (angkat kedua siku dan regangkan siku menjauhi pinggang), kening, dan hidung dilantai (sajadah). Jari-jari kedua tangan menghadap Kiblat dan ibu jari menyentuh sisi pipi masing-masing. Kedua tumit dipisahkan sejarak sejengkal, kaki-kaki lurus kebawah dan menekuk jari-jari kaki agar ujung-ujungnya menghadap kekiblat.. Setelah tuma'ninah kemudian membaca doa:

**“SUBHAANA RABBIYAL A’LAA.” 3X**

(Maha Suci Tuhanku yang Maha Tinggi)

## **4. Duduk diantara kedua sujud dengan tuma'ninah dan baca doa:**

Bangun dari sujud pertama sambil bertakbir: **Allahuakbar** (ambil nafas dalam dan keluarkan sambil bertakbir) dan duduk diantara dua sujud dengan tuma'ninah. Duduk ini disebut duduk **iftirasy**, yaitu duduk dengan cara melipat kaki kiri, mengembangkannya dengan telapak kaki menghadap kebelakang, dan pantat ( atau tepatnya tulang ekor) menduduki mata kaki kiri. Tangan kiri diletakkan dipaha kiri dan kanan dipaha kanan secara terbuka (tidak digenggam).. Kaki kanan ditaruh disamping pantat ditegakkan sambil ujung-ujung jarinya dihadapkan kearah kiblat. Ujung jempol jari kaki kiri adalah titik refleksi untuk detoksifikasi. Kemudian membaca doa:

**‘RABBIFIRLII WARHAMNII WAJBURNII WARFA’NII WARZUQNII WAHDINII WA ‘AAFINII WA’FU ‘ANII.’**

*(Artinya: Wahia Tuhanku, ampunilah dosaku, belas kasihanilah aku, cukupilah segala kekuranganku, angkatlah derajatku, berilah rezeki kepadaku, berilah aku petunjuk, berilah aku **kesehatan** dan berilah ampunan kepadaku).*

## **5. Sujud kedua dengan thuma'ninah dan membaca tasbih sujud:**

Ucapkan takbir (**Allahuakbar**) diikuti dengan gerakan untuk sujud yaitu meletakkan kedua tangan pada kedua paha atas masing-masing untuk memberikan keseimbangan, dan



turun perlahan-lahan sehingga kedua lutut menyentuh lantai (sajadah), diikuti dengan meletakkan kedua telapak tangan (angkat kedua siku dan regangkan siku menjauhi pinggang), kening, dan hidung dilantai (sajadah). Jari-jari kedua tangan menghadap Kiblat dan ibu jari menyentuh sisi pipi masing-masing. Kedua tumit dipisahkan sejarak sejengkal, kaki-kaki lurus kebawah dan menekuk jari-jari kaki agar ujung-ujungnya menghadap kekiblat.. Setelah tuma'ninah kemudian membaca doa:

### **“SUBHAANA RABBIYAL A’LAA.” 3X**

Artinya: (Maha Suci Tuhanku yang Maha Tinggi)

Dengan ini selesailah satu raka’at. Kemudian dilanjutkan dengan raka’at kedua dengan berdiri, bertakbir, bersedekap, membaca surat Al Aftihah tanpa doa iftitah, dan seterusnya. Raka’at ketiga dan keempat dilakukan dengan cara yang sama.

### **6. Duduk tasyahud awal dengan thuma’ninah.**

Pada raka’at kedua apabila apabila shalat diharuskan tiga atau empat raka’at, maka dilakukan: **duduk tasyahud awal dengan thuma’ninah.**

Bangun dari sujud kedua pada raka’at kedua sambil bertakbir: **Allahuakbar** (ambil nafas dalam dan keluarkan sambil bertakbir) dan duduk **iftirasy**, yaitu duduk dengan cara melipat kaki kiri, mengembangkannya dengan telapak kaki menghadap kebelakang, dan pantat ( atau tepatnya tulang ekor) menduduki mata kaki kiri. Tangan kiri diletakkan dipaha kiri secara terbuka dengan jari-jari menghadap kiblat, dan tangan kanan dipaha kanan diletakkan dipaha kanan dengan jari-jari terletak dipaha kanan menghadap kiblat. Kemudian angkat jari telunjuk kanan diatas paha secara relaks dan ucapkan doa:

**“ATTHIYAATUL MUBAARAKAATUSH SHALAWAATUH THAYYIBAATU LILLAAH. ASYAHDU ALLAA ILAAHA ILLALLAHA ILLALLAH WA ASYAHADU ANNA MUHAMMADARUSULLOLLAH.”**

(Artinya: Segala kehormatan, keberkatan, dan kebaikan bagi Allah. Dan aku bersaksi bahwa tiada Tuhan selain Allah Yang Maha Esa dan Nabi Muhhamad adalah utusan Allah.)

Kemudian turunkan jari telunjuk kanan kembali diatas paha secara perlahan-lahan.

**Peringatan:** Tangan kanan jangan menggenggam dan ibu jari tangan kanan jangan dimasukkan dibawah jari telunjuk atau masuk kedalam genggam tangan kanan, dan jangan menggerak-gerakn jari telunjuk kanan. Melakukan ini merangsang kembali denyut kranium dan menghilangkan still-point dan kekhusuan.

Pada saat ini sebelum salam, dapat dilakukn doa-doa yang diinginkan atau zikir. Doa yang dianjurkan adalah ayat Kursi yang dapat memberikan perlindungan terhadap energi negatif dari iblis, syaitan dan mahluk gaib yang beritikad buruk.

Doa Ayat Kursi sbb.:

**‘ALLAAHU LAA ILAAHA ILLAA HUWAL HAYYUL QAYYUUMU. LAA TA ‘KHUDZUHUU SUNATUW WA LAA NAUMUN. LAHUU MAA FISSAMAAWATI WA MAA FIL ARDLI MANDZALLADZII YASYFA ‘U ‘INDAHUU ILLAA BIIDZNIHII YA ‘LAMU MAA BAINA AIDIHIM WA MAA KHALFAHUM WA**

**LAA YUHIITHUUNA BISYAI-IM MIN ‘ILMIHII ILLA BIMA SYAA-A, WASI ‘A KURSIYYUHUS SAMAAWAATI WAL ARDDLA WA LAA YA-UUDZUHUU HIFDHUHU-MAA WA HUWAL ‘ALIYYUL ‘ADHIIM. ‘-- QS. Al Baqarah, ayat 355.**

(Artinya: “Allah, tiada Tuhan melainkan Dia Yang Maha Hidup lagi Maha Berdiri Sendiri. Bagi-Nya apa yang ada dilangit dan apa yang ada dibumi. Siapakah yang akan dapat memberikan syafa ‘at di sisi Nya, tanpa seijin Nya? Dia mengetahui apa yang di hadapan mereka dan apa yang di belakang mereka dan mereka tidak mengetahui sedikitpun dari ilmu-Nya kecuali sesuatu yang telah dikehendaki-Nya meliputi langit dan bumi. Dan Dia tidak berat untuk memelihara keduanya dan Dia Maha Tinggi lagi Maha Agung.”) -- QS. Al Baqarah, ayat 355.

Sabda Nabi Muhammad SAW: “ Barangsiapa yang membaca ayat Kursi setiap selesai shalat fardlu, maka ia berada dalam lindungan Allah sampai datangnya shalat yang lain.” (Hadis diriwayatkan oleh Ali ra.).

**Apabila shalat membutuhkan dua raka’at saja, berakhirlah shalat ini dan ditutup dengan salam dengan muka tetap menghadap kiblat sebagai berikut:**

**“ASSALAAMU ‘ALAIKUM WA RAHMATULLAAH WA BARAKAATUH.”**

Artinya: “Semoga keselamatan, rahmat Allah dan berkahNya tetap pada kamu semua.”

Apabila dilanjutkan dengan raka’at ketiga maka dilakukan takbir tanpa ucapan salam, bersedekap membaca Al Fatihah, dst. dan raka’at keempat. Apabila shalat mengharuskan tiga raka’at, maka pada raka’at ketiga dilakukan: **Duduk Tasyahud akir dengan thuma’ninah diakhiri dengan salam.** . Apabila raka’at diharuskan empat, maka raka’at ketiga adalah sama dengan raka’at pertama (tanpa duduk tasyahud awal) dilanjutkan dengan raka’at keempat diakhiri dengan: **Duduk Tasyahud akhir dengan thuma’ninah diakhiri dengan salam.**

#### **7. Duduk Tasyahud akhir dengan thuma’ninah diakhiri dengan salam:**

Berbeda dengan duduk *iftiraz*, maka pada duduk tasyahud akhir yang disebut *tawarruk*, pantat didudukkan menyentuh lantai atau sajadah dengan memasukkan kaki kiri kebawah tungkai bawah kanan didepan pergelangan kaki kanan. Kaki kanan ditegakkan dan jari-jari kakinya dilengkungkan kearah kiblat. Posisi kedua tangan sama dengan duduk pada tasyahud awal: yaitu pada paha diatas lutut masing-masing. Doa yang dibaca adalah sama dengan doa pada saat duduk tasyahud awal bersamaan dengan mengangkat jari telunjuk kanan diatas paha, yaitu:

**“ATTHIYAATUL MUBAARAKAATUSH SHALAWAATUH THAYYIBAATU LILLAAH. ASYAHDU ALLAA ILAAHA ILLALLAHA ILLALLAH WA ASYAHADU ANNA MUHAMMADARUSULLOLLAH.”**

**Ucapkan salam dengan muka menghadap ke Kiblat tanpa berpaling kekanan atau kiri:**

**“ASSALAAMU ‘ALAIKUM WA RAHMATULLAAH WA BARAKAATUH.”**

(Artinya: “Semoga keselamatan, rahmat Allah dan berkahNya tetap pada kamu semua.”)

## **Referensi:**

1. Becker, R. E.: Diagnostic Touch: Its Principles and Application. Cranial Osteopathy, Richard E. Felly, ed., The Cranial Academy, 1988, p. 57-66.
2. Burhanudin, N. et al. Mushaf Qur'an Al-Burhan. Penerbit. CV Media Fitrah Rabbani, Kutai Timur, Kaltim, 2010.
3. Frymann, V. M.: Palpation. Cranial Osteopathy, Richard E. Felly, ed., The Cranial Academy, 1988, p. 46.
4. Hoover, H.V.: Functional technique. AAO yearbook, 1969, pp. 112-115.
5. Magoun, H. J. : Osteopathy in the cranial field. Idaho: The Cranial Academy, 1976, page 86.
6. O'Connor, J. et al: Acupuncture, A Comprehensive Text. Seattle: Eastland Press, 1987, p.245.
7. Pribadi, K. The detection and recording of cranial rhythmic impulse in acupuncture points using Surface Scanning Laser Displacement Meter and its significance. The Journal of American Academy of Osteopathy, vol 18, December 2008, pp. 20 - 25
8. Pribadi, K.: Psychosynergisis, A Synthesis of Osteopathic Medicine, Acupuncture Medicine and Homeopathy in Psychiatry. The Journal of American Academy of Osteopathy, Spring, 1998, pp. 29-35.
9. Pribadi, K.: The cybernetic-holographic model of the Craniosacral System. The Cranial Letter, Fall 1991, Vol. 44, Number 4, p.11.
10. Qayyim, I. Tuntunan Shalat Rasulullah. Penerbit Akbar, Jakarta, 2009.
11. Qayyim, I. Fikih Shalat, Tuntunan Shalat Nabi SAW. Media Grafika Utama, Jogjakarta, 2008.
12. Sabiq, S. Fikih Sunnah. Penerbit PT. Al Ma'arif, Bandung, 1993.
13. Saktiawan, L. Keajaiban Shalat Menurut Ilmu Kesehatan Cina. Penerbit Mizania, Bandung, 2007.
14. Steele, K M.: Contemplation on the Art of OMT After Thirty Years of Practice. The Journal of American Academy of Osteopathy, vol 18, December 2008, pp. 9 - 11
15. Suprihadi, Ustadz. Cara Shalat yang benar. Penerbit "Lintas Media", Jombang, Jawa Timur, 2010.
16. Sutherland, A.S.: With Thinking Fingers. A publication of The Cranial Academy, 1962
17. Sutherland, W. G.: Teachings in the Science of Osteopathy. Edited by Anne L. Wales. Rudra press: Sutherland Cranial Teaching Foundation, Inc., 1990, p. 34, 35.
18. Upledger, J. E. & Vredevoogd, J. D.: Craniosacral Therapy, Seattle:Eastland Press, 1987, p. 249-250.

For correspondence contact E mail address: [ypsiexdir@yahoo.com](mailto:ypsiexdir@yahoo.com) or write to Dr. Krishnahari S. Pribadi, M.D., Jalan Boreno Raya 8, Depok Timur 16418, West Java, Indonesia.

