



Aku & Buku

Editors:
Fathiyah Ahmad @ Ahmad Jali
Noor 'Izzati Ahmad Shafiai

2025



Aku & Buku



Editor:

*Fathiyah Ahmad @ Ahmad Jali
Noor 'Izzati Ahmad Shafiai*

Penerbit:

UiTM Cawangan Kedah

e ISBN 978-967-2948-81-0



9 789672 948810

Hak Cipta

Hak cipta@ adalah milik penulis/pemilik asal. Penyuntingan bahasa dan pembacaan pruf telah dijalankan oleh pasukan editorial dengan kebenaran penulis.

Segala pandangan, pendapat dan syor teknikal yang dikemukakan oleh penyumbang adalah tanggungjawab mereka sepenuhnya dan tidak semestinya mencerminkan pendirian editor, fakulti atau universiti.

Tiada bahagian dalam penerbitan ini yang boleh diterbitkan atau dipindahkan dalam apa jua bentuk atau cara, sama ada secara elektronik atau mekanikal, termasuk fotokopi, salinan semula atau sebarang sistem simpanan dan capaian, tanpa kebenaran bertulis daripada Rektor, UiTM Cawangan Kedah, 08400 Kedah.

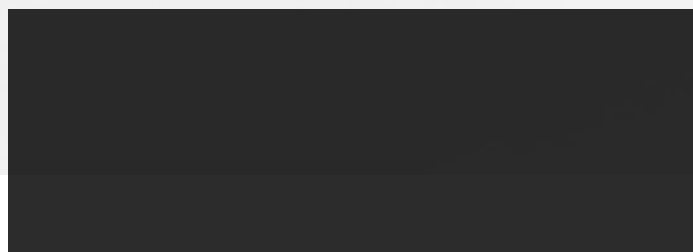
eISBN: 978-967-2948-81-0

Diterbitkan oleh:

Universiti Teknologi MARA
08400 Merbok, Kedah, Malaysia

Editor:

Fathiyah Ahmad @ Ahmad Jali
Noor 'Izzati Ahmad Shafiai



Kandungan

Tajuk

Muka Surat

Kata Pengantar

Kata Aluan

Pendahuluan

1. Peneman Setia	1
2. Cinta Ekonometrik dan Cinta Residual	5
3. Inspirasi Dale Carnegie	8
4. Aku, Buah dan Buku	15
5. Dari Cerita Dongeng, Akhirnya Menggapai Impian	20
6. Aku di Alam Buku	24
7. Kisah Imam Syafie	27
8. Menyingkap Kegemilangan Umat Islam di Andalusia	33
9. Kisah Penaklukan Kota Konstantinople oleh Sultan Muhammad Al-Fateh	39
10. Bukuku adalah Teman Karibku	45
11. Korban Kasih	51
12. Buku, Penyelamatku	54
13. Aku, Abah dan Buku	58
14. Sebuah Buku Berwarna Coklat	62
15. TAMAR JALIS: Stephen King Malaya	65
16. Jasa Terindah	68
17. Ditendang Lagi	71
18. Anak Sulung	76
19. Inspirasi Membentuk Jatidiri	79
20. Dari Lemari Antik Moyang ke Troli e-Dagang	82
21. Menara Alam dan Kimia Manusia	86
22. Minat Membaca yang Hilang	91
23. Satu Jam Boleh Merubah Hidup	93
24. Pengembaraan Melalui Kuasa Petikan	96
25. Kāna yāmā kān	99
26. Aku, Buku dan Secangkir Kopi	102
27. Manisnya Senyumanmu	105
28. Anak-anakku & Buku	110
29. Buku Mendidik Aku	114
30. Sebuah Perjalanan Menemukan Diri	118
31. Menggenggam Bara	122
32. Diari Perjalanan Aku dan Buku	126
33. Kertas-kertas yang Harum	129
34. Pasti Ada Minatku	132
35. Aku, 'Buku Pink' dan Tesis: Kisah Kerinduan, Penantian dan Harapan	135
36. Kehidupan dalam Kata: Buku Guru Sebuah Kehidupan	140
37. Manga dan Aku	144
38. Dirimu Sentiasa Ada!	148
39. Sihat with Me	152
40. Aksaramu Inspirasiku	155
41. Kerana Sebuah Buku	159
42. Pahit Manis Pengalaman Bersama Buku	161
43. Ibrah Melalui Syukur	165
44. Kenangan Itu	168
45. Perjalanan Literasi: Dari Perpustakaan Sekolah Hingga ke Universiti	172
46. Buku "Tangan Kedua"	176
47. "달콤한 추억" di Bumi Korea	180
48. Pi Mai Pi Mai Bersua di PBAKL 2024	183
49. Baca Buku? Nerdlah Pulak!	186
50. Kekuatan di Sebalik Buku Pemberian Sahabat	190



Kata Pengantar

Projek Aku & Buku ini merupakan sebuah inisiatif murni oleh Akademi Pengajian Bahasa, Universiti Teknologi MARA Cawangan Kedah yang menghimpunkan karya penulisan kreatif oleh seluruh warga Universiti Teknologi MARA (UiTM) dari pelbagai fakulti dan jabatan. Kompilasi ini adalah manifestasi semangat cinta terhadap ilmu, bahasa, dan budaya, serta usaha berterusan untuk memupuk pemikiran kritis dan ungkapan kreatif di kalangan warga universiti.

Penulisan dan penerbitan merupakan antara medium utama dalam penyebaran ilmu, dan ia memainkan peranan penting dalam pembentukan masyarakat berilmu dan berbudaya. Namun di samping kesibukan menulis artikel ilmiah berimpak tinggi, projek Aku & Buku muncul bagi menawarkan peluang warga universiti untuk menulis buah fikiran dan pengalaman peribadi dalam bentuk santai namun sampai ke hati pembaca. Himpunan karya-karya kreatif ini bukan sahaja menyemarakkan lagi arena kesusasteraan tanah air, tetapi turut memberi peluang kepada para akademik untuk menyuarakan idea, pandangan, dan imaginasi mereka dalam bentuk yang segar dan bermakna.

Sebagai institusi pengajian tinggi yang sentiasa mendokong nilai keilmuan dan pengembangan minat dalam apa jua bentuk penulisan, UiTM berbangga dapat menyokong dan merealisasikan penerbitan buku ini. Semoga karya-karya yang terkandung dalam kompilasi ini menjadi sumber inspirasi dan rujukan berharga kepada pembaca dari pelbagai lapisan masyarakat.

Setinggi-tinggi penghargaan diucapkan kepada semua penulis yang telah menyumbangkan karya serta pihak yang terlibat dalam menjayakan penerbitan ini.

Selamat membaca.

Ketua Editor,
Fathiyah Ahmad @ Ahmad Jali
Noor 'Izzati Ahmad Shafiai





Kata Aluan



Alhamdulillah, setinggi-tinggi kesyukuran dipanjatkan ke hadrat Ilahi kerana dengan izin-Nya, Projek Aku & Buku berjaya diterbitkan. Kompilasi ini merupakan manifestasi minat yang tinggi terhadap bahasa dan penulisan kreatif, yang lahir daripada ilham serta komitmen seluruh warga Universiti Teknologi MARA (UiTM).

Setinggi-tinggi penghargaan dan terima kasih diucapkan kepada semua penulis yang telah menyumbangkan karya, serta warga kerja yang terlibat dalam menjayakan projek ini. Usaha ini membuktikan bahawa institusi pengajian tinggi bukan sahaja menjadi medan penyebaran ilmu, malah turut menyemarakkan elemen budaya dan kreativiti dalam penulisan.

Unit Penerbitan

Fathiyah Ahmad @ Ahmad Jali
Noor 'Izzati Ahmad Shafiai
Siti Mukhlisa Mohamad Khairul Adilah
Nurfarisya Hafiz
Berlian Nur Morat
Nor Asni Syahriza Abu Hassan
Syakirah Mohammed
Hajjah Sharina Saad
Mas Aida Abd Rahim
Syazliyati Ibrahim
Abdul Majeed Ahmad

Penyunting

Berlian Nur Morat

Pereka Layout & Grafik

Asrol Hasan

Semoga buku ini menjadi inspirasi kepada para pembaca dan terus menggalakkan penghasilan karya kreatif yang berkualiti pada masa akan datang.

Sekian, terima kasih.



Pendahuluan

Penulisan kreatif merupakan medium penting dalam menyampaikan nilai, emosi dan pemikiran masyarakat. Ia bukan sekadar hiburan, malah berperanan dalam mencorak budaya intelektual dan memperkaya khazanah ilmu. Projek Aku & Buku ini merupakan sebuah himpunan karya penulisan kreatif yang lahir daripada ilham dan bakat warga akademik, khususnya dari Akademi Pengajian Bahasa, Universiti Teknologi MARA (UiTM) Cawangan Kedah, serta sumbangan penulis dari fakulti dan institusi lain.

Kompilasi ini menampilkan pelbagai genre dan gaya penulisan yang mencerminkan kepelbagaian latar belakang dan pengalaman para penulisnya. Usaha ini sejajar dengan aspirasi UiTM dalam menggalakkan budaya penulisan, penyelidikan, dan penerbitan sebagai tunjang penyebaran ilmu yang berterusan kepada masyarakat.

Menerbitkan karya kreatif dalam bentuk buku bukan sahaja membuka ruang kepada ekspresi diri, tetapi juga memperkukuh peranan institusi pengajian tinggi dalam memperkaya wacana sastera tempatan. Semoga buku ini dapat menjadi pencetus inspirasi, pemangkin idea, serta wadah untuk menyemai minat terhadap dunia penulisan dan pembacaan.



“Sihat with Me”

Muhaniza Zainal Ariffin

Universiti Teknologi MARA (UiTM) Cawangan Kelantan

Ingatlah, apa sahaja yang berlaku di sekeliling kita tidak boleh membuat kita kehilangan ketenangan dalaman. Sentiasa percaya kepada Yang Maha Kuasa dan teruskan pengharapan kepada-Nya. Tidak kira betapa kacaunya dunia, kita mesti kekal dalam keadaan fikiran yang positif. Jangan sekali-kali berputus asa kerana Allah Semesta Alam berkuasa penuh.

Akhir-akhir ini, saya selalu bertanya diri apa yang saya mahukan dan apa yang saya kejar dalam hidup ini? Kehidupan macam mana yang ‘sihat’ untuk otak, hati dan fizikal saya sebenarnya. Dunia sekarang, kita dapat melihat ramai orang yang berlumba-lumba untuk menunjukkan betapa kayanya mereka, tetapi pada masa yang sama mereka hidup dalam keadaan yang tidak sihat dan kosong jiwa. Justeru itu, saya mula mengambil masa untuk merenung dan mengenal pasti apa yang benar-benar memberi makna kepada hidup saya.

Membaca buku "Sihat With Me" oleh Amal Hayati telah membawa perubahan yang signifikan dalam hidup saya dengan memberikan pandangan yang mendalam tentang konsep kesihatan sebagai anugerah daripada Allah yang paling bernilai. Secara ringkasnya, buku ini dikupas secara praktikal tentang menjalani kehidupan yang lebih sihat dan ditulis secara santai dan mudah difahami. Melalui buku ini, Amal Hayati berkongsi tentang tiga aspek dalam mendapatkan kehidupan yang lebih stabil, iaitu dari segi kesihatan fizikal, emosi dan juga rohani. Buku ini membantu saya melihat bagaimana ketiga-tiga aspek ini saling berkaitan dan bagaimana menjaga keseimbangan antara ketiga-tiganya menjadi kunci kepada kebahagiaan.

Sebelum membaca buku ini, saya sering berasa sibuk dan tergesa-gesa dalam hidup saya. Tugas harian selalu membuatkan saya tertekan, dan saya jarang mempunyai masa untuk benar-benar beristirahat dan menikmati saat-saat kecil dalam hidup. Saya merasakan kesihatan fizikal terabai dan kurang memberi perhatian kepada kesihatan emosi. Penulis menekankan betapa pentingnya kita perlu memahami emosi diri supaya kita dapat mengambil tindakan awal bagi menguruskan emosi yang tidak baik dengan cara yang betul.

Kita harus sentiasa belajar untuk bertenang. Jangan terlalu risau tentang sesuatu yang belum berlaku kerana semuanya dalam pentadbiran Allah. Alhamdulillah, saya dapat belajar dan lebih faham bagaimana untuk mengawal emosi. Melalui buku ini, ia membuka mata saya bahawa ada banyak perkara yang kita perlu tapis sebelum menerima sesuatu perkara dan jangan mengharap untuk orang lain menyukai atau berbuat baik kepada kita. Saya semakin sedar yang saya lebih menghargai apa yang ada di depan mata sekarang, tidak mahu lagi pandang ke belakang atau terlalu memikirkan masa hadapan. Pandai jaga emosi, hati akan tenang. InshaaAllah orang yang tenang akan menang.

Saya sering berjaga sehingga lewat malam untuk menyelesaikan tugas atau menonton televisyen, dan akibatnya, saya merasa letih dan tidak bertenaga pada keesokan harinya. Buku ini membuka mata saya kepada hakikat bahawa tidur yang mencukupi adalah asas kepada kesihatan fizikal dan mental yang baik. Paling saya suka Amal Hayati berkongsi tentang Qailullah atau tidur sejenak yang merupakan amalan sunnah yang dilakukan oleh

Rasulullah yang terbukti memberi kesan positif untuk kestabilan kesihatan emosi, rohani dan jasmani. Walaupun tidak dapat melakukannya setiap hari, saya masih cuba untuk mengamalkan Qailullah sekiranya berkesempatan di tempat kerja. 10 minit pun rasanya sangat bernilai dan saya perasan ianya membantu saya untuk mendapatkan tidur yang lebih berkualiti pada waktu malam.

Aspek rohani yang dibahas dalam buku ini juga memberi impak yang besar. Amal Hayati menekankan pentingnya mencari makna dalam hidup dan mendekati diri kepada Allah. Saya mula memikirkan apa yang saya mahu lakukan dalam hidup saya dan cuba menjalani kehidupan yang penuh dengan makna. Saya juga menyertai aktiviti rohani, seperti membaca Al-Quran setiap hari, belajar tentang selawat dan zikir, dan mempraktikkan doa dalam apa jua situasi di mana yang dulunya selalu dilakukan selepas solat. Kesemua ini membantu saya menjalani kehidupan seharian dengan lebih baik kerana ia membolehkan saya menjadi lebih bersyukur, sabar dan tenang. Paling saya terkesan apabila penulis menyatakan apalah maknanya jika kita diberikan harta kekayaan yang banyak tapi kita hidup dengan lupa diri dan sombong dengan Allah yang memberikan kita rezeki dan kehidupan yang baik. Keutamaan saya sekarang adalah memohon kepada Allah agar terus diberikan kekuatan untuk menjaga waktu solat dan saya percaya dengan niat yang jelas, pasti Allah akan memudahkan jalan untuk berhijrah menjadi lebih baik. Aamiin Aamiin Ya Mujib.

Saya tidak pernah menyangka sebuah buku boleh mengubah pandangan hidup saya sepenuhnya, tetapi itulah yang berlaku apabila saya membaca buku ini. Gaya bahasa yang santai ibarat bercakap secara berdepan tetapi ianya meninggalkan kesan yang mendalam. Sebenarnya saya ada satu impian yang masih belum terlaksana, iaitu untuk melanjutkan pelajaran dalam bidang kedoktoran. Saya sering rasa ragu-ragu kerana pengajian kedoktoran memerlukan komitmen masa dan usaha yang sangat tinggi. Ia boleh menjadi sangat mencabar dari segi mental dan emosi, lebih-lebih lagi saya merasakan tanggungjawab terhadap keluarga, kerja hakiki dan pelbagai komitmen lain mungkin terjejas. Namun demikian apabila membaca buku ini, saya rasa lebih yakin dan berani untuk sambung belajar.

Amal Hayati juga menerangkan tentang mempraktikkan “to-do-list” dalam kehidupan di mana ia dapat mengelak daripada membuang waktu tanpa hala tuju. Dari sini, saya mula menetapkan matlamat yang lebih jelas dalam hidup saya, yang memberi saya arah dan fokus. Saya mulakan dengan memikirkan tentang sebab-sebab saya ingin menyambung pengajian dan matlamat jangka panjang untuk dicapai. Dengan adanya “to-do-list”, saya dapat menyusun kerja-kerja dengan baik dan saya menyedari pencapaian saya yang paling saya syukuri ialah saya dapat meminimumkan sikap berlengah-lengah dalam perkara yang dilakukan. Walaupun masih ada kekurangan, saya akan pastikan saya akan mencatatkan semua tugas yang perlu dilakukan dan dengan izin Allah, saya mendapat hasil yang tidak pernah saya dapat sebelum ini. Percaya pada diri sendiri bahawa saya pasti mempunyai kemampuan untuk berjaya. Keyakinan diri adalah kunci untuk mengatasi rasa takut dan ragu-ragu.

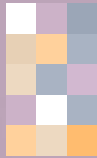
Apabila kita meningkat usia, kita disibukkan dengan banyak urusan dunia. Bermula dengan alam persekolahan, perkahwinan, membina keluarga dan kerjaya. Tanpa sedar masa bergerak sangat pantas. Bila tersedar kita sudah mencapai umur 30-an, 40-an atau 50-an. Melalui buku ini, saya belajar kadang-kadang kita cuma perlukan rehat. Kena belajar berhenti seketika kerana kita pasti ada lelahnya. Apabila kita berhenti seketika dan melihat sekeliling, hidup kita sebenarnya sangat menakjubkan dan betapa banyaknya nikmat yang Allah berikan. Alhamdulillah Ala Kulli Haal.

Anak-anak dan keluarga adalah keutamaan saya sekarang. Nikmati hal-hal kecil dalam hidup kerana suatu hari nanti kita akan melihat ke belakang, dan sedar bahawa mereka adalah hal-hal besar dalam kehidupan kita. Wang ringgit, pangkat, kedudukan, harta benda bukanlah

pengukur sebuah kebahagiaan. Mungkin ada yang tidak bersetuju, kerana sebenarnya kayu pengukurnya adalah subjektif. Semuanya bergantung kepada pilihan sendiri.

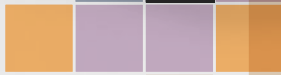
Hidup ini ada waktu penat, ada waktu lelah. Kadang-kadang kena perlahankan rentak kita, lihat sekeliling dan beri perhatian pada perkara kecil dalam hidup kita. Lihat cantiknya awan dan matahari. Lihat cantiknya bunga dan rumput yang kita pijak. Lebih utama, lihat senyuman orang yang kita sayang. Sentiasa belajar untuk tetap ada rasa syukur. Apabila kita bersyukur, automatik hati akan tenang dan bahagia.

Secara keseluruhannya, "Sihat With Me" telah memberikan saya panduan yang komprehensif untuk mencapai kesejahteraan yang holistik. Kesihatan adalah salah satu nikmat yang terbesar. Jangan biarkan ia hilang daripada kita kerana ia tiada nilai gantinya. Ia adalah suatu amanah yang harus dipertanggungjawabkan dan diuruskan dengan baik. Buku ini telah membawa transformasi besar dalam hidup saya di mana membantu saya mencapai ketenangan dan keseimbangan dalam kehidupan yang sibuk. Saya sangat mengesyorkan buku ini kepada sesiapa sahaja yang mencari ketenangan dan kesejahteraan dalam hidup mereka.



Aku & Buku

2025



e ISBN 978-967-2948-81-0



9 789672 948810

