



Jangan Bersedih !

قَالَ اللَّهُ تَعَالَى فِي الْقُرْآنِ الْكَرِيمِ : وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ .

Janganlah kamu bersikap lemah dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (darajatnya) jika kamu orang-orang yang beriman. (QS.Ali Imran 139).

Makna Ayat di atas sangatlah dalam, apa lagi ketika kita menghadapi cobaan, seakan-akan ayat ini memberikan dorongan untuk berani menghadapi segala tantangan dalam hidup ini. Ujian dalam kehidupan ini beragam, ada yang sederhana dan ada yang sangat berat, ada berupa nikmat dan ada yang berupa bencana. Pada hakekatnya semua yang ada di dunia ini adalah cobaan yang harus kita hadapi. Sering sekali kita merasa seperti tidak mampu untuk menghadapinya. Padahal Allah menjelaskan bahwa ujian yang diberikan Allah kepada kita sesuai dengan kemampuan kita.

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

Allah tidak akan membebani seseorang kecuali sesuai dengan kemampuannya

Untuk mengusir dan menghilangkan kesedihan dari diri kita, Rasulullah SAW mengajarkan kepada kita doa sebagai berikut :

عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ : كُنْتُ أَخْدُمُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ
كَلِمًا نَزَلَ فَكُنْتُ أَسْمَعُهُ يَكْثُرُ أَنْ يَقُولَ اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ وَالْعَجْزِ
وَالْكَسَلِ وَالْبُخْلِ وَالْجُبْنِ وَضَلَعِ الدَّيْنِ وَغَلْبَةِ الرَّجَالِ

Dari Anas bin Malik ra, dia berkata : Aku melayani Rasulullah SAW saat beliau singgah dan aku selalu mendengar beliau banyak berdo'a: "Allahumma Inni A'uudzu Bika Minal 'Ajzi Wal Kasali Wal Bukhli Wal Jubni Wa Dhal'i ad-Daini Wa Ghalabatir Rijaal"(Ya Allah aku berlindung kepada-Mu dari (sifat) gelisah, sedih, lemah, malas, kikir, pengecut, terlilit hutang dan dari kekuasaan "(HR Bukhari)

Keterangan Hadist :

Dari hadis di atas Rasulullah SAW mengajarkan kepada kita untuk berlindung kepada Allah dari delapan perkara, setiap dua perkara saling berdekatan maknanya.

Pertama dan Kedua : *al-Hamm* dan *al-Hazan*

Al-Hamm (Kegelisahan) dan *al-Hazan* (Kesedihan) keduanya sama-sama membuat jiwa menjadi tidak tenang, dan tidak nyaman. Tidak seorangpun menginginkan jiwa gelisah dan sedih.

Adapun perbedaan antara keduanya, bahwa al-Hamm adalah kegelisahan terhadap hal-hal yang mungkin akan terjadi di masa mendatang. Sedang al Hazan adalah kesedihan terhadap sesuatu yang telah terjadi atau kehilangan sesuatu yang dicintai.

Allah SWT menerangkan tentang dua sifat yang dimiliki wali-wali Allah, yaitu tidak khawatir terhadap sesuatu yang mungkin terjadi di masa mendatang dan tidak boleh sedih dengan sesuatu yang sudah terjadi di masa lalu, Allah swt berfirman :

أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ

Ingatlah, sesungguhnya wali-wali Allah itu, tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati. (QS : Yunus : 62)

Seakan-akan hadist yang memerintahkan kita untuk berlindung dari dua hal : kegelisahan dan kesedihan di atas, telah menafsirkan ayat ini. Artinya bahwa salah satu cara untuk menjadi wali-wali Allah adalah selalu berdo'a dengan do'a ini agar tidak gelisah, khawatir dan sedih.

Ketiga dan keempat : *Al- 'Ajz dan al-Kasal,*

Al- 'Ajz (lemah) dan *al-Kasal* (malas) keduanya menjadi penyebab rasa tidak nyaman dalam jiwa, karena lemah dan malas akan menjadi penghalang seseorang untuk mendapatkan sesuatu yang dicintainya dan membahagiakandirinya. *al- 'Ajz* (lemah) adalah tidak adanya kemampuan diri untuk mengerjakan sesuatu walau sebenarnya dia punya kemauan, sedangkan *al-Kasal* (malas) adalah tidak adanya kemauan untuk melakukan pekerjaan, walaupun sebenarnya dia mampu.

Kelima dan keenam : *al-Jubnu dan al-Bukhlu*

Al-Jubnu (penakut) dan *al-bukhlu* (bakhil) keduanya menunjukkan kecemasan dan kekhawatiran yang ada di dalam dirinya tentang nasib jiwa dan hartanya di masa mendatang, maka dia menjadi penakut dan bakhil. Pengecut khusus bagi orang yang takut jiwanya terancam, sedang bakhil khusus bagi orang yang takut hartanya habis. Kedua sifat itu tentunya merupakan penyakit jiwa yang harus dihilangkan dari diri kita selain membahayakan akhirat dan agama, juga membahayakan dunia dan kesehatan.

Ketujuh dan Kedelapan : *Dhala'i ad-Dain dan Ghalabat ar-Rijal.*

Dhala'i ad-Dain (Hutang yang melilit) dan *Ghalabat ar-Rijal* (Penguasaan orang), dua hal yang sering melekat satu dengan yang lainnya. Seseorang yang punya hutang banyak, sehingga hutangnya melilit diri dan kehidupannya, maka secara otomatis dia dibawah pengawasan dan kekuasaan orang yang menghutangnya. Oleh karena itu, sering kita dapatkan seseorang yang mempunyai hutang yang sangat banyak kepada seseorang dan tidak sanggup membayarnya, dia rela mengerjakan apa saja yang diperintahkan oleh orang yang memberikan hutang kepadanya asal hutangnya lunas, bahkan kadang rela menjual dirinya dan kehormatannya demi untuk membayar hutang-hutangnya. *Na'udzubillah min dzalik.*

Wallahu 'Alamu Bisshowaabb..

By : Satibi Darwis

Sekretaris Dewan Pengawas Syariah