

Empat puluh Cara Menyelesaikan Masalah

[Indonesia – Indonesian – إندونيسي]

Syaikh Abdul Malik al-Qasim

Terjemah : Abu Umamah Arif Hidayatullah

Editor : Eko Haryanto Abu Ziyad

2012 - 1433

IslamHouse.com

﴿ ٤٠ قاعد في حل المشاكل ﴾

« باللغة الإندونيسية »

الشيخ عبد الملك القاسم

ترجمة: أبو أمامة عارف هداية الله

مراجعة: أبو زياد إيكو هاريانتو

2012 - 1433

IslamHouse.com

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Daftar Isi

Daftar Isi.....	3
Muqodimah	7
Pembukaan	9
Pertama: Mengucapkan kalimat <i>istirjaa</i> ketika mendapat musibah	12
Kedua: Perlahan dan tidak tergesa-gesa	13
Ketiga: Sabar.....	15
Keempat: Berbaik Sangka.....	20
Kelima: Diam dan menyembunyikan problem yang sedang di alaminya	22
Keenam: Jadikan sesuai dengan porsinya dan tidak membesar-besarkan masalah	24
Ketujuh: Mencari solusinya dengan cara yang baik.....	26
Delapan: Seseorang melihat seberapa jauh problem yang sedang di hadapinya sampai dia bisa melihat kalau itu bukan sesungguhnya..	28
Sembilan: Banyak beristighfar.....	29
Sepuluh: Berdo'a dengan do'a-do'a yang shahih dari Nabi Shalallahu 'alaihi wa sallam	30
Sebelas: Tawakal kepada Allah Azza wa jalla	34

Dua belas: Berbuat baik pada sesama, baik ucapan, perbuatan, dan segala bentuk kebaikan lainnya.....	36
Tiga belas: Banyak berdzikir kepada Allah Azza wa jalla	38
Empat belas: Jangan sampai mendatangi perkara yang haram	40
Lima belas: Adakalanya kamu membenci sesuatu padahal itu adalah yang terbaik buat dirimu.....	41
Enam belas: Ingat kematian, kubur, dan hari kiamat	42
Tujuh belas: Berusaha mencari keridhoan Allah Azza wa jalla.....	44
Delapan belas: Sebisa mungkin hindari dahulu menggunakan badan hukum, seperti polisi atau pengadilan, selagi perkaranya bisa di selesaikan secara kekeluargaan.....	45
Sembilan belas: Bertutur kata yang lembut dan mempunyai tata krama dalam memberi dan mengambil.....	46
Dua puluh: Menambah wawasan bagaimana cara menyelesaikan sebuah masalah	47
Dua puluh Satu: Banyak berdo'a dan merendahkan diri kepada Allah Azza wa jalla	48
Dua puluh dua: Jangan menganggap ringan dalam masalah usil dengan orang lain	50

Dua puluh tiga: Segera mendatangi sholat berjamaah	52
Dua puluh empat: kabar gembira dengan pahala yang besar.....	53
Dua puluh lima: Mengetahui bahwa musibah yang di alaminya bukan yang terbesar.....	55
Dua puluh enam: Memperhatikan nikmat-nikmat Allah Azza wa jalla yang lainnya.....	56
Dua puluh tujuh: Ketika mengambil keputusan, timbang baik buruknya secara matang.....	58
Dua puluh delapan: Memasukan orang ketiga untuk di mintai pendapatnya	59
Dua puluh Sembilan: Berusaha mencari sebab munculnya masalah	60
Tiga puluh: Menjaga lisan.....	61
Tiga puluh Satu: Mengatasi sebuah masalah bukan berarti menghukumi dan menyelesaikan seluruhnya	62
Tiga puluh dua: Jangan sampai masalah itu mengambil seluruh waktu hidupmu.....	63
Tiga puluh tiga: Mengetahui kepribadian orang yang sedang mempunyai masalah bersamamu	64
Tiga puluh empat: Lingkungan yang ada di sekelilingnya.....	64
Tiga puluh lima: Mengetahui secara luas keadaan orang lain	65

Tiga puluh enam: Mendatangi konsultan yang bisa di percaya	66
Tiga puluh tujuh: Meminta pendapat pada orang lain.....	67
Tiga puluh delapan: Kerjakan sholat Istikharoh	69
Tiga puluh Sembilan: Semuanya memerlukan waktu.....	71
Empat puluh: Menyerahkan semua urusannya kepada Allah Ta'ala	71
Penutup	73

Muqodimah

Segala puji hanya untuk Allah, Rabb semesta alam. Shalawat serta salam kita haturkan kepada Nabi kita Muhammad Shalallahu 'alaihi wa sallam, kepada keluarga serta seluruh sahabatnya beliau. Amma ba'du:

Dalam kehidupan ini ada begitu banyak panah musibah yang begitu cepat menembus relung kehidupan kita, di tambah lagi dengan tombak bencana yang menancap kuat bersama lemparan waktu, tapi harus di sadari bahwa sesungguhnya kita sekarang sedang hidup pada sebuah negeri kehidupan yang penuh dengan cobaan dan ujian, negeri yang di dalamnya penuh dengan kepayahan dan kesedihan, serta resah dan kegelisahan, semua menghampiri kita. Tatkala kita sedang kehilangan orang yang kita cintai semua datang menusuk hati, atau ketika kita kehilangan harta benda, begitu pula manakala kita mendapat perlakuan yang buruk dari orang lain, ketika berpisah dengan saudara yang kita sayangi demikian pula ketika kita kehilangan anggota keluarga dari salah seorang anak kita, semua datang silih berganti, begitu juga dalam perkara-perkara menyedihkan yang lainnya. Musibah yang menimpa seorang hamba tidak lepas dari empat perkara, yang pertama kemungkinan musibah itu langsung mengenai dirinya sendiri, kedua: di dalam hartanya, ketiga: pada kehormatannya, keempat: pada anggota keluarganya atau orang-orang yang di cintainya. Sedangkan manusia pada umumnya, semua bisa mendapat musibah yang semacam ini, tidak pandang bulu, apakah dia seorang muslim atau kafir, orang yang baik atau

fajir semua mendapat gilirannya, sebagaimana bisa kita saksikan di tengah-tengah masyarakat kita.

Melihat begitu cepat datangnya masalah tersebut (dari bencana, musibah, kesedihan dll) di tambah lagi ketidaksiapan seseorang untuk menghadapi datangnya musibah yang begitu cepat, maka saya membuat kaidah-kaidah pokok (dalam tulisan ini) sebagai benteng supaya mampu menghadapi datangnya musibah. Tulisan yang saya susun ini semuanya berkisar pada keadaan umumnya kebanyakan manusia, dan setiap keadaan harus di sesuaikan dalam cara penanganannya. Seraya memohon mudah-mudahan Allah memberi saya taufik dan bimbinganNya.

Pembukaan

Di dalam dunia ini, semua orang pasti ingin mencari yang namanya kebahagiaan dengan berusaha untuk bisa memperolehnya, sama saja apakah dia seorang muslim atau kafir, orang yang baik atau pun yang fajir. Allah *Subhanahu wa ta'ala* berkata menjelaskan kepada kita tentang keadaan orang-orang kafir di dalam pencariaanya mereka tentang kebahagiaan, Allah berfirman:

قال الله تعالى: ﴿وَقَالُوا كُونُوا هُودًا أَوْ نَصَارَى تَهْتَدُوا قُلْ بَلْ مِلَّةَ
إِبْرَاهِيمَ حَنِيفًا وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِينَ ﴿١٣٥﴾ [البقرة: ١٣٥]

"Dan mereka berkata: "Hendaklah kamu menjadi penganut agama Yahudi atau Nasrani, niscaya kamu mendapat petunjuk". Katakanlah : "Tidak, melainkan (kami mengikuti) agama Ibrahim yang lurus. dan bukanlah Dia (Ibrahim) dari golongan orang musyrik". QS al-Baqarah: 135.

Karena orang kafir menyangka bahwa orang yang mengikuti agama Yahudi atau Nasrani akan mendapat petunjuk dan memperoleh kebahagiaan. Bahkan yang lebih menakjubkan lagi hewan pun sebenarnya sering mencari yang namanya kebahagiaan,(itu bisa kita buktikan) jika dirinya terkena sinar matahari dan tidak tahan akan sengatannya maka dia akan segera pergi ke sungai lalu nyebur ke dalam air untuk berendam di dalamnya supaya tidak kepanasan, ada lagi yang meninggalkan

tempat atau rumahnya berjalan untuk mencari pohon yang baru atau tembok yang kira-kira bisa untuk berlindung di bawahnya, semua itu dia lakukan dalam rangka ingin memperoleh kebahagiaan.

Adapun keadaan manusia dalam kehidupan ini, sebagaimana yang Allah *Ta'ala* sifati seperti dalam firmanNya:

قال الله تعالى: ﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ﴾ [البلد: ٤]

"Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia berada dalam susah payah". QS al-Balad: 4.

Imam Ibnu Katsir mengatakan tentang ayat di atas: "Mereka berada dalam kepayahan, dalam masalah perkara dunia, dan dalam perkara akhirat. Dalam sebuah riwayat di katakan mereka berada dalam keadaan susah payah yang sangat karena sempitnya ruang kehidupan di dunia dan beratnya beban yang dipikul ketika di akhirat".

Maka manakala sebuah musibah turun menimpa, membikin suasana menjadi gelap gulita, dunia menjadi terasa sempit, maka dalam menangani problematikanya terkadang di butuhkan waktu yang lama serta usaha yang sungguh-sungguh bahkan bisa membutuhkan bantuan dari orang yang di percayai.

Dan insya Allah akan saya sebutkan (dalam buku ini) sebagian hal positif yang bisa membantu mengatasi problem dan meminimalisir terjadinya problem tersebut, bahkan kemungkinan

untuk bisa mencegah awal mula munculnya. Namun jangan langsung beranggapan bahwa siapa saja yang membaca cara pemecahan problem ini langsung mendapati dirinya bisa keluar dengan sempurna dari problematika kehidupan atau langsung hilang problematikanya dalam sekejap, tapi keadaanya bisa kita gambarkan seperti sebuah bangunan yang tinggi, terkadang bergoyang terkena angin kencang atau jatuh bagian bangunanya, maka yang perlu di pahami bahwa di sini kita sedang mencoba bersama untuk memperbaiki bangunan tersebut dan mengeluarkan sesuatu yang memang tidak di butuhkan lagi, dengan mempertahankan yang tersisa untuk tetap selamat kemudian mencoba membangun kembali, demikian seterusnya...dan membangun tidak seperti orang yang sedang merobohkan oleh karena itu dibutuhkan usaha yang maksimal dan kesabaran serta semangat yang panjang sampai bisa menyelesaikan problem yang di milikinya dengan izin Allah Azza wa jalla.

Pertama: Mengucapkan kalimat *istirjaa*¹ ketika mendapat musibah

Jika seseorang di timpa musibah, maka pertama kali yang harus dilakukan untuk bisa mengobatinya yaitu kembali kepada Allah Ta'ala dengan mengucapkan:

قال الله تعالى: ﴿إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ﴾ [البقرة: ١٥٦]

"*Sesungguhnya Kami adalah milik Allah dan kepada-Nya-lah Kami kembali*". QS al-Baqarah: 156.

Dan kalimat *istirjaa* ini termasuk bagian dari adab Nabawi yang agung, karena kalimat tersebut akan membuat hati menjadi tenang dan tentram. Sebagaimana telah di riwayatkan oleh Imam Muslim dalam shahihnya dari haditsnya Umu Salamah semoga Allah meridhoinya, dia mengatakan: "saya mendengar Rasulullah *Shalallahu 'alaihi wa sallam* bersabda:

¹ . Kalimat *istirjaa* yaitu mengucapkan do'a Inaa lillahi wa inaa ilih raji'un.

Artinya: Sesungguhnya Kami adalah milik Allah dan kepada-Nya-lah Kami kembali.

kalimat ini dinamakan kalimat *istirjaa* (pernyataan kembali kepada Allah). Dan disunatkan menyebutkan waktu ditimpa musibah baik besar maupun kecil.

قال رسول الله ﷺ: «ما من مسلم تصيبه مصيبة، فيقول ما أمر الله: ﴿إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ﴾ اللهم أجرني في مصيبتى وأخلف لي خيرا منها إلا أخلف الله له خيرا منها...» (رواه أبو داود والدارقطني وغيره)

"Tidaklah seorang muslim terkena musibah, kemudian mengucapkan kalimat yang telah di perintahkan oleh Allah Ta'ala dalam (kitabNya) yaitu mengucapkan "inaa lillahi wa inaa ilahi roji'un", Ya Allah berilah pahala pada musibah yang menimpaku, dan berilah ganti darinya yang lebih baik, melainkan Allah pasti akan menggantinya yang lebih baik darinya". HR Muslim.

Perhatikan bagaimana Ummu Salamah semoga Allah meridhoinya benar-benar melaksanakan wasiat Rasulallah *Shalallahu 'alaihi wa sallam* tersebut dengan mengucapkan *istirjaa* tatkala di tinggal mati oleh suaminya Abu Salamah, maka kemudian Allah Azza wa jalla menggantinya dalam musibah tersebut dengan yang lebih baik, dengan mendapatkan kemuliaan diperistri oleh Rasulallah *Shalallahu 'alaihi wa sallam*. Namun perlu di ingat terkadang ganti tersebut Allah Ta'ala berikan ketika di dunia, atau di ambil nanti ketika di akhirat, atau juga mendapat di kedua negeri tersebut, di dunia dan diakhirat.

Kedua: **Perlahan dan tidak tergesa-gesa**

Kebanyakan masalah biasanya terjadi dalam ruang lingkup anggota keluarga atau antara pasangan suami istri, atau

bisa juga terjadi antar sesama teman dan saudara. Oleh karenanya jika terjadi masalah, maka bagian terbesar yang bisa membantu untuk memecahkannya adalah sikap pelan-pelan tidak terburu-buru sambil berpikir tentang masalah yang sebenarnya dan tidak tergesa-gesa di dalam mengambil keputusan.

Dan keputusan tetap berada di tanganmu, jika kamu mempunyai pemikiran untuk hari ini maka itu merupakan pemikiran untuk hari esok juga, tidak ada yang membuat dirimu merasa di rugikan dengan lambatnya kamu di dalam mengambil keputusan, bahkan dengan sebab itu pikiranmu bisa berubah untuk mendapat keputusan yang terbaik, begitu seterusnya. Terlebih dengan diiringi hati yang tenang, kemarahan telah sirna dan kegalutan pun telah pergi, maka itu bisa lebih banyak membantu untuk menemukan solusi yang tepat. Dan Nabi Shalallahu 'alaihi wa sallam pernah berkata kepada Aisyah di dalam sabdanya:

قال رسول الله ﷺ: «عليك بالرفق وإياك والعنف والفحش، فإن الرفق لا يكون في شيء إلا زانه، ولا ينزع من شيء إلا شانه» (رواه مسلم)

"Berbuatlah dengan lembut lembut dan jauhi olehmu permusuhan dan perbuatan keji, sesungguhnya tidaklah lemah lembut itu di letakan pada suatu perkara melainkan ia pasti akan menghiasinya, dan tidaklah di cabut lemah lembut tersebut dari suatu perkara melainkan akan menjadikan jelek". HR Muslim.

Anjuran ini pada asalnya di tujukan pada ibunda kita Aisyah, namun setelahnya langsung mengarah kepada seluruh orang-orang yang beriman.

Kita tidak pernah mendengar bahwa sifat mudah marah dan mudah terpancing emosi itu bisa mendatangkan kebaikan (di manapun tempatnya), kalau sekiranya saya ceritakan hasil dari penelitian pada orang-orang yang mudah marah maka kalian pasti akan heran di sebabkan banyaknya akibat buruk dari sikap ini, seperti, akan menjadikan anak satu sama lain saling berkelompok karena takut dengan bapaknya yang garang, terhempasnya keluarga, dan menjadikan penjara penuh untuk menampung tahanan...semua itu di sebabkan kemarahan yang terkadang sifatnya hanya sebentar.

Betapa indahnyanya kalau mau berpikir terlebih dahulu sebelum berbuat sambil di hiasi dengan kelembahlembutan dan sikap bijak dalam bertindak.

Ketiga: Sabar

Tidaklah kedua telingamu mendengar kalimat musibah melainkan pada telinga satunya harus ada kalimat sabar, kalau seandainya hal itu tidak kamu lakukan maka masalah atau problem tersebut akan menjadi semakin membesar, yang pada nantinya membuat patah semangat dan berujung enggan untuk menyelesaikannya. Namun Allah Azza wa jalla Maha Penyayang dalam hal ini kepada para hambaNya, dimana Dia telah menundukan bagi mereka cara jitu untuk mengatasi masalah yaitu dengan kesabaran.

Dalam agama, sabar mempunyai kedudukan yang sangat urgen, bahkan ia merupakan bagian dari agama itu sendiri, di mana sabar adalah tempat berteduhnya bagi para penyabar, dan merupakan harta simpanan dari simpanan-simpanan di surga. Yang mana Allah Ta'ala telah menjanjikan bagi orang-orang yang sabar dengan pahala yang sangat besar, hal itu seperti yang di jelaskan dalam firmanNya:

قال الله تعالى: ﴿إِنَّمَا يُوفَى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ﴾

[الزمر: ١٠]

"Sesungguhnya hanya orang-orang yang bersabarlah yang dicukupkan pahala mereka tanpa batas". QS az-Zumar: 10.

Berkata Imam al-Auz'ai: "Balasan bagi orang yang sabar tidak lagi ditimbang, maupun diukur namun langsung di ambilkan tanpa ada batasannya".

Nabi *Shalallahu 'alaihi wa sallam* pernah bersabda:

قال رسول الله ﷺ: «عجبا لأمر المؤمن إن أمره كله له خير، وليس ذلك لأحد إلا للمؤمن، إن أصابته سراء شكر، فكان خيرا له، وإن أصابته ضراء صبر، فكان خيرا له» (رواه مسلم)

"Sungguh sangat menakjubkan perkaranya seorang mukmin itu, semua perkaranya baik, dan tidak ada pada seorang pun melainkan hanya seorang mukmin, jika dirinya mendapat reziki

dia bersyukur, maka itu baik baginya, jika dirinya di timpam musibah lalu bersabar itu juga baik baginya". HR Muslim.

Sikap sabar sendiri mempunyai makna yang dalam yaitu berhenti bersama musibah dengan cara menyikapi yang baik. Dan jangan dikira kalau musibah itu hanya pada perkara-perkara yang besar saja seperti kematian atau perceraian, misalkan, akan tetapi setiap perkara yang kamu merasakan sedih ketika kehilangan darinya maka itulah yang di namakan musibah. Pernah suatu hari tali sendalnya Umar bin Khatab semoga Allah meridhoinya putus maka beliau pun mengucapkan kalimat *istirjaa'* lalu mengatakan: "Setiap kejadian buruk yang menimpamu maka itu adalah musibah".

Dan jika seorang muslim tidak sabar ketika tertimpa sebuah musibah, tidak pula mengharap pahala dari sebab musibah tersebut, maka hilang sudah pahala dan ganjaran dari Allah Ta'ala pada hari-hari musibah tersebut. Dan kedudukan yang paling tinggi di antara orang-orang yang sabar yaitu kedudukan orang yang ridho dengan qodho dan qadr Allah Subhanahu wa ta'ala, tunduk dengan takdir Allah Ta'ala, Allah berfirman:

قال الله تعالى: ﴿قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى

اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ﴿٥١﴾ [التوبة: ٥١]

"Katakanlah: "Sekali-kali tidak akan menimpa Kami melainkan apa yang telah ditetapkan Allah untuk kami. Dialah pelindung

Kami, dan hanya kepada Allah orang-orang yang beriman harus bertawakal." QS at-Taubah: 51.

Imam Ibnu Rajab mengatakan: "Adapun perbedaan antara ridho dengan sabar yaitu kalau sabar adalah menutupi jiwa dari rasa marah dengan menahan rasa sakit yang ada sambil berharap agar segera hilang rasa sakit tersebut, dan mencegah anggota badan jangan sampai melakukan perbuatan yang tidak terpuji oleh sebab marah. Sedangkan ridho adalah menerima dan lapang dada dengan ketentuan Allah Ta'ala, serta melupakan angan-angan (yang muncul) berharap agar rasa sakit yang sedang di rasakannya tersebut segera hilang walaupun terdapat rasa sakitnya, namun dengan adanya sikap ridho, akan menjadikan lebih ringan (beban yang ada dalam badan) dan memberi kabar gembira bagi hati dengan keyakinan dan pemahaman yang sempurna, maka jika sikap ridho ini kuat menahan rasa sakit yang sedang di rasakan maka akan hilang dengan sendiri rasa sakit tersebut".

Ibnul Jauzi mengatakan: "Kalau sekiranya dunia itu bukan tempatnya ujian maka tidak ada yang namanya penyakit, cemas, bimbang dan perasaan suram, kehidupan tidak terasa sempit bagi para nabi dan orang-orang pilihan. Nabi Adam tidak akan diuji sampai keluar dari dunia, Nabi Nuh menangis dalam waktu yang sangat panjang tiga ratus tahun (lamanya), Nabi Ibrohim di lempar kedalam api dan diuji untuk menyembelih anaknya yang ia cintai, Nabi Ya'qub menangis karena kehilangan anaknya Yusuf sampai hilang penglihatannya, Nabi Musa dikejar Fira'un, bukan itu saja, namun kaumnya pun mendapat ujian dari kezaliman Fir'aun,

Nabi Isa bin Maryam tidak ada tempat untuk berlindung baginya melainkan hidup dalam kesengsaraan. Dan Nabi kita Muhammad *Shalallahu 'alaihi wa sallam* sabar dalam kehidupan yang serba kekurangan, terbunuhnya Hamzah bin Abdul Mutholib pamannya yang merupakan orang yang paling beliau cintai dari kalangan keluarganya, begitu juga ditinggal lari oleh kaumnya, (pada pertama kalinya muncul dakwah beliau), mereka enggan untuk menerima dakwahnya. Dan selain mereka dari kalangan para Nabi dan para wali yang sangat panjang kalau mau di sebutkan semuanya, kalau benar sekiranya dunia ini di ciptakan untuk bersenang-senang dan mencari kelezatannya, tentu tidak akan mungkin bagi orang yang beriman mendapat kebahagiaan darinya. Sungguh benar apa yang di katakan oleh seorang panyair:

*Dunia tempatnya kesedihan, kenapa engkau menginginkanya
*** Tidak akan pernah dunia lepas dari ujian dan cobaan*

Dan sabar yang di maksud di sini, bukan hanya sekedar mampu menahan musibah yang menyimpannya dan meneguk rasa sakit yang di alaminya serta kesedihan yang terasa menyekat di kerongkongannya, namun sabar di sini adalah sabar yang mampu mencari solusi permasalahannya dan sanggup menata kembali perkaranya, adakalanya sabar di dalam mencari solusinya dengan dakwah kepada Allah Azza wa jalla, adakalanya sabar di dalam mencari solusinya dengan mendidik dan bergaul dengan cara yang indah, adakalanya sabar di dalam mencari solusinya dengan kembali menikah dan istiqomah bersamanya, demikian seterusnya setiap masalah di butuhkan cara penyelesaian dan kesabaran dalam mencari solusinya.

Keempat: Berbaik Sangka

Suatu hal yang wajib bagi kita semua yaitu *suudhon dhon* (berbaik sangka.pent) kepada Allah Azza wa jalla bahwa yang namanya pertolongan dan jalan keluar itu pasti dekat adanya, bahwa kesulitan itu selalu di iringi bersama kemudahan. Demikian juga berbaik sangka kepada orang lain yang punya masalah denganmu atau dengan orang merupakan sumber masalah tersebut, karena ada kemungkinan yang terjadi, mungkin dirinya mempunyai pandangan yang berbeda denganmu, atau dirinya paham tapi salah dalam memahaminya, atau bisa juga, sampai perkara padanya namun tidak sesuai dengan kenyataannya, karena tidak benar. Oleh karena itu berbaik sangka kepada sesama muslim akan menjadikan hati menjadi tenang, dan biasanya akan mudah memberi udzur (kepada orang tersebut) yang pada akhirnya menjadikan musibah itu terasa ringan, bisa membantu untuk memecahkan masalah tersebut dan menjadikan cara berpikir kita bersih dari hal-hal yang tidak di bolehkan. Sebagian problem terkadang muncul di sebabkan oleh berburuk sangka (pada orang lain), yang di bangun di atas ketidakpahaman atau persangkaan yang tidak jelas atau juga cara pandang yang cekak.

Dikisahkan bahwa ada seseorang yang mempunyai masalah dengan orang lain, marahnya telah memuncak, darahnya mendidih menahan marahnya yang meluap-luap, sampai dia mengancam anak-anak serta istri orang yang bermasalah tersebut, sedangkan orang yang bermasalah dengannya tersebut

sedang dalam perjalanan keluar kota, namun sebelum pergi dia mengirim surat yang isinya meminta maaf dan meminta supaya di lupakan masalahnya serta merelakan haknya untuknya, namun pembawa surat ini yang menjadi titik permasalahannya karena telat menyampaikan surat tersebut sehingga menjadi sebab pertengkaran tersebut.

Lihat kejadian di atas, orang tersebut telah menghina saudaranya dengan kata-kata yang tidak terpuji, mengangkat suara padanya, mengeluarkan semua keburukannya, sekarang apakah kamu bisa bayangkan kalau persaudaraanya akan kembali seperti sedia kala sebelum kejadian tersebut?

Kemudian lihatlah pada kejadian yang lain dalam kisah berikut ini, ketika Hafsoh binti Umar semoga Allah meridhoi keduanya di tawarkan oleh bapaknya supaya di nikahi kepada Abu Bakar, maka Abu Bakar diam tidak menjawab apa-apa, kemudian dia menawarkan kepada Utsman, namun dia mengatakan: "Pada saat sekarang saya lagi tidak punya keinginan untuk menikah", maka Umar merasa sangat sedih, kemudian dirinya mengadu kepada Nabi *Shalallahu 'alaihi wa sallam*. Nabi *Shalallahu 'alaihi wa sallam* lalu mengatakan kepadanya: "*Hafsoh akan di nikahi oleh orang yang lebih baik dari Utsman, dan Utsman akan menikahi wanita yang lebih baik dari pada Hafsoh*". Kemudian Nabi *Shalallahu 'alaihi wa sallam* meminang Hafsoh, lalu Umar pun menikahkan Hafsoh dengan Rasulullah *Shalallahu 'alaihi wa sallam*, kemudian Utsman di nikahkan oleh Rasulullah dengan anaknya Ruqoyah setelah Utsman di tinggal mati oleh istri yang merupakan saudaranya Ruqoyah.

Ketika Umar sudah menikahkan anaknya, dirinya bertemu dengan Abu Bakar, maka beliau meminta maaf sambil mengatakan: "Saya tidak mempunyai niat apa-apa, kecuali saya pernah mendengar Rasulullah Shalallahu 'alaihi wa sallam menyebut-nyebut nama Hafsoh maka saya tidak ingin membuka rahasianya beliau, kalau sekiranya Rasulullah tidak jadi menikahnya tentu saya akan menikahi anakmu".

Kelima:

Diam dan menyembunyikan problem yang sedang di alaminya

Termasuk dari wejangan Nabi *Shalallahu 'alaihi wa sallam* kepada umatnya dalam masalah ini yaitu menyembunyikan musibah yang sedang di alaminya, hal itu sebagaimana yang tercantum dalam sebuah hadits, di mana Nabi *Shalallahu 'alaihi wa sallam* bersabda:

قال رسول الله ﷺ: «من البر كتمان المصائب والأمراض والصدقة»

"Termasuk kebaikan adalah menyembunyikan musibah (yang menyimpannya), penyakit dan shodaqoh".

Oleh sebab itu jika musibah yang sedang menimpa mungkin bisa disembunyikan, maka menyembunyikannya adalah termasuk bentuk dari nikmat Allah Azza wa jalla yang lurus. Yang merupakan bagian dari rahasia dari rahasia-rahasia keridhoan pada Allah Ta'ala, yaitu dengan tidak selalu berkeluh kesah dan

gelisah. Lihatlah kisah-kisah para ulama salaf karena sesungguhnya dalam kisah tersebut ada pelajaran bagi kita.

Berkata al-Ahnaf salah seorang ulama salaf: "Sungguh telah hilang penglihatanku semenjak empat puluh tahun yang lalu, dan saya tidak pernah mengasih tahu kepada seorang pun".

Ketika ada air yang tidak mau keluar dari salah satu mata Atha', tidak ada seorang pun keluarganya yang tahu hal itu selama dua puluh tahun lamanya.

Nabi *Shalallahu 'alaihi wa sallam* pernah bersabda:

قال رسول الله ﷺ: «من إجلال الله، ومعرفة حقه: أن لا تشكو وجعك ولا تذكر مصيبتك»

"Termasuk dari bagian memuliakan Allah Ta'ala dan mengetahui hakNya adalah tidak mengeluh pada setiap penyakit yang (menimpamu) dan tidak menyebut-nyebut musibahmu".

Yang perlu digaris bawahi di sini yaitu biasanya kalau seseorang itu telah hilang masalah darinya, pertama kali yang muncul dalam pikirannya adalah rasa sesal telah terlanjur mengasih tahu masalahnya kepada fulan atau kepada fulanah. Jika perkaranya demikian maka seorang hendaknya tidak menampakan masalahnya dan menyembunyikannya, dan termasuk menyebarkan masalah yang paling buruk adalah dalam masalah keluarga, maka terkadang di dapati seorang istri jika mempunyai masalah dengan suaminya, dirinya langsung mengadu kepada orang tuanya,

sambil mencela suaminya dengan perkara-perkara yang tidak masuk pada inti masalah sebenarnya, dengan mengungkit-ungkit kejelekannya yang lama maupun yang baru, sampai keluarga dan saudara-saudaranya jadi membencinya, sehingga pada saat itu menjadikan tali yang menghubungkan mereka menjadi terputus, terbesit rasa ingin lari darinya sampai walaupun permasalahannya sudah reda dan dapat teratasi akan tetap tersisa kata-kata dan aduan yang telah di ucapkan oleh lisan yang membekas dalam hati mereka, yang menimbulkan rasa was-was tentang masa depan hubungan wanita tersebut dengan suaminya.

Keenam: Jadikan sesuai dengan porsinya dan tidak membesar-besarkan masalah

Sebagian orang jika di timpa sebuah permasalahan, atau musibah merasa dunia seperti mau runtuh dan menjadi gelap gulita sambil menyangka bahwa dunia telah berakhir, namun perlu di ingat terkadang ada suatu perkara yang di benci oleh seorang manusia tapi ternyata Allah Ta'ala menjadikan itu adalah kebaikan yang banyak baginya, lihatlah firman Allah Ta'ala ini:

قال الله تعالى: ﴿وَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ﴾ [البقرة:

[٢١٦

"Boleh Jadi kamu membenci sesuatu, Padahal ia amat baik bagimu..". QS al-Baqarah: 216.

Saya masih ingat, kisah seorang pemuda dari Mesir ketika dia sedang di wawancarai, yang mana telah terjadi huru hara, pembunuhan dan fitnah yang sangat besar di kota mereka, dia mengatakan: "Sungguh Allah telah memberi kasih sayangNya yang besar kepada saya, mana kala saya di penjara sebelum kejadian huru hara tersebut beberapa hari sebelum kejadiannya, kemudian saya di bebaskan selang beberapa minggu dari kejadian itu dengan keadaan selamat dan sehat, namun ketika saya keluar saya mendapati teman-teman saya dalam keadaan yang sangat mengenaskan, ada yang mati, ada lagi yang tertangkap dan di jebloskan kepenjara dengan masa tahanan yang sangat panjang, yang lain lagi badanya di rantai, kemudian yang lain.... Dia mengucapkan syukur dan memuji Allah Subhanahu wa ta'ala ketika tahu bahwa penjara itu lebih baik bagi dirinya dari pada yang terjadi pada teman-temanya yang lain, kalau sekiranya saya bersama mereka tentu kejadiannya lain.

Dikisahkan dari Suraih bahwasanya beliau pernah mengatakan: "Sungguh saya pernah ditimpa sebuah musibah, maka saya mengucapkan rasa syukur dan memuji kepada Allah Ta'ala atas musibah tersebut sebanyak empat kali, yang mana musibah tersebut tidak lebih besar dari yang saya alami, dan mana kala Allah memberi saya nikmat untuk bisa sabar dengan musibah tersebut, dan ketika Allah memberi saya taufik untuk bisa mengucapkan kalimat *istirjaa'* dengan harapan saya bisa

mengambil pahalanya nanti, dan yang terakhir mana kala musibah tersebut bukan terjadi pada agamaku".

Ketujuh: Mencari solusinya dengan cara yang baik

Dalam sebuah hadits shahih yang diriwayatkan oleh Imam Bukhari dan Muslim, diriwayatkan.

جاء رجل إلى النبي ﷺ فقال أوصني قال: "لا تغضب" ردها مرارا، وقال ﷺ: "ليس الشديد بالصرعة، إنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب" متفق عليه.

Datang seorang sahabat kepada Rasulullah Shalallahu 'alaihi wa sallam dan mengatakan kepada beliau, "*Ya Rasulallah berilah aku wasiat*". Beliau berkata: "*Jangan marah*". Orang tersebut masih mengulang-ulang terus, lantas Nabi *Shalallahu 'alaihi wa sallam* bersabda: "*Bukanlah orang yang kuat itu (yang menang) dalam gulat, tetapi orang yang kuat (adalah) orang yang mampu menguasai dirinya ketika sedang marah*". Mutafaqun 'alahi.

Kemarahan biasanya itu menutupi cara berpikir yang sehat dan mengarahkan pada cara berpikir yang bengkok dan menyimpang, yang bilamana keduanya ada maka dia akan menguasai sikap sentimental. Oleh karena itu di anjurkan supaya

tenang (ketika sedang marah), dan menahan dengan cara yang baik tanpa terpancing emosi dengan situasi yang sedang terjadi, betapa banyak kita bisa mencontoh pada wanita yang berakal, di dalam menghadapi kemarahan suaminya, yang mana dia menghadapinya dengan cara yang baik dan tenang (tidak terpancing ikut emosi), maka tidak lama kemudian suaminya pun kembali lagi kedalam pangkuannya.

Dan manusia banyak yang telah mencoba cara yang satu ini, oleh karena itu tidak salah kalau Allah *Subhanahu wa ta'ala* menyuruh Nabi yang mulia, seperti dalam firmanNya:

قال الله تعالى: ﴿ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ﴾ [فصلت: ٣٤]

"Tolaklah (kejahatan itu) dengan cara yang lebih baik, jika ada orang yang antaramu dan antara dia ada permusuhan seolah-olah telah menjadi teman yang sangat setia". QS Fushilat: 34.

Sebagian orang ada yang menggunakan cara yang bagus dalam menghadapi masalah seperti ini, ada orang yang takut bilamana sampai terjadi permusuhan dengan teman kerja sekantornya, atau juga dengan keluarga atau saudaranya, dia memilih untuk berbuat baik kepada mereka sebelumnya, dengan cara memberi hadiah padanya, berkata dengan lemah lembut ketika sedang berbicara bersama mereka untuk mencegah sikap buruk dari mereka, dan sebelum sampai berubah permusuhan menjadi pertengkaran secara fisik, seperti misalkan, seorang

pimpinan yang berlaku lembut pada anak buahnya, atau seorang suami pada istrinya, atau yang lainnya. Dan solusi seperti ini nyata dan banyak memberi manfaat di dalam meminimalisir permusuhan dan pertengkaran.

Delapan:
**Seseorang melihat seberapa jauh
problem yang sedang di
hadapinya sampai dia bisa
melihat kalau itu bukan
sesungguhnya..**

Problematika kehidupan itu beragam dan bertingkat-tingkat adanya, demikian pula hati manusia juga beragam dan bertingkat-tingkat, ada yang kuat menanggung beban, ada yang bisa sabar dan ada lagi yang tabah. Terkadang dirimu mempunyai masalah namun orang lain lepas dari masalah, oleh karena itu supaya bisa untuk berpikir dan melihat dengan jelas sebuah masalah, seseorang melihat jauh kedepan sampai batas akhir musibah tersebut, dan melihat bahaya apa yang paling berat dari dampak musibah itu, jika seorang istri di cerai oleh suaminya maka Allah Azza wa jalla telah memberi rizki baginya lebih baik dari yang pertama, jika di tinggal meninggal oleh bapak atau ibunya, maka sesungguhnya ini adalah ladang beramal untuk akhirat, hendaknya dia merasa bahagia dan memuji Allah Ta'ala karena walau pun telat namun masih di beri tahu masalah sebenarnya, demikian seterusnya setiap masalah di beri porsi

yang sesungguhnya jangan sampai membesar-besarkannya, seolah-olah kalau seseorang itu di timpa sebuah musibah atau masalah dunia seperti kiamat yang sudah tidak ada jalan keluar lagi kecuali tinggal menunggu kehancurannya.

Kalau sekiranya orang yang mempunyai masalah tersebut melihat pada problematikanya serta kejadian-kejadian yang lewat pada dirinya pada masa lalu, bagaimana sampai bisa keluar dan selsai dari masalah tersebut? Tentu ia akan mengetahui bahwa hari itu selalu datang silih berganti, dan dia akan lupa dengan segala musibah yang pernah menyimpannya seolah-olah tidak pernah terjadi apa-apa.

Sembilan: Banyak beristighfar

Mengadu kepada Allah Azza wa jalla dan meminta pertolongan serta taufikNya adalah merupakan sebab terbesar dari sebab-sebab yang ada untuk bisa melapangkan hati yang sempit dan keluar dari sebuah perkara, dan termasuk dari faidah sebuah musibah yang menimpa seseorang, yang sedang di uji oleh Allah Azza wa jalla yaitu salah satunya menjadi terpukul sehingga mau kembali kepada Rabbnya, berdo'a kepadaNya dan bersimpuh di hadapanNya. Dan di antara bentuk kembali kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala* adalah banyak beristighfar. Di mana Nabi *Shalallahu 'alaihi wa sallam* pernah bersabda:

قال رسول الله ﷺ: «من أكثر من الاستغفار، جعل الله ﷻ له من كل هم فرجا، ومن كل ضيق مخرجا، ورزقه من حيث لا يحتسب» [رواه أبو داود].

"Barangsiapa yang banyak mengucapkan istighfar, maka Allah Azza wa jalla menjadikan baginya setiap kesedihan jalan keluar, setiap kesempitan di bukakan pintu keluar, dan di beri rizki dari arah yang tidak di sangka-sangka". HR Abu Dawud.

Termasuk bagian dari nikmat Allah Ta'ala pada kita semua adalah memudahkan bagi kita untuk menggerakkan lisan kita dengan sangat mudahnya di banding dengan anggota badan lainnya, tidak ada kesulitan yang berarti bagi kita untuk menggerakkan lidah untuk mengucapkan kalimat istighfar.

Sepuluh: Berdo'a dengan do'a-do'a yang shahih dari Nabi Shalallahu 'alaihi wa sallam

Rasulallah Shalallahu 'alaihi wa sallam telah mengajarkan kepada kita (umatnya) tatkala turun sebuah musibah atau terkena sebuah masalah do'a-do'a untuk menghilangkan kesedihan dan kegelisahan yang ada, adalah beliau jika tertimpa sebuah kesulitan apa pun jenis, beliau mengucapkan:

قال رسول الله ﷺ: «يا حي يا قيوم برحمتك أستغيث».

"Wahai Dzat yang Maha Hidup lagi berdiri sendiri, dengan kasih sayangMu saya memohon pertolonganMu".

Di dalam sebuah hadits shahih yang lainnya, adalah beliau jika turun padanya kesukaran dan kesedihan, beliau mengucapkan:

قال رسول الله ﷺ: «يا حي يا قيوم، برحمتك أستغيث ، الله ربي لا أشرك به» [صحيح الجامع: ٤٧٩١].

" Wahai Dzat yang Maha Hidup lagi berdiri sendiri, dengan kasih sayangMu saya memohon pertolonganMu, Allah Rabbku, yang aku tidak menyekutukan denganNya". Shahuhul Jami' no: 4791.

Dalam sebuah do'a menghilangkan kesedihan dan kesulitan, di sebutkan dalam sebuah hadits yang agung ini:

قال رسول الله ﷺ: «اللَّهُمَّ إِنِّي عَبْدُكَ، وابن عبدك، وابن أمتك ناصيتي بيدك، ماض في حكمك، عدل في قضاؤك، أسألك بكل اسم هو لك سميت به نفسك أو أنزلته في كتابك، أو علمته أحدا من خلقك أو استأثرت به في علم الغيب عندك، أن تجعل القرآن ربيع قلبي، ونور صدري، وجلاء حزني، وذهاب همي» [رواه الإمام أحمد].

"Ya Allah, sesungguhnya aku ini adalah hambaMu, anak dari hambaMu (laki-laki), anak dari hambaMu (perempuan), ubun-

ubunku berada di tanganMu, mengikuti keputusan takdirMu dan berjalan sesuai dengan ketetapanMu. Aku memohon kepadaMu dengan setiap nama yang menjadi milikMu, nama yang Engkau lekatkan sendiri untuk diriMu, atau yang Engkau sebutkan dalam kitabMu, atau yang Engkau ajarkan kepada salah seorang di antara hambaMu (Nabi), atau yang Engkau sembunyikan di alam keghaibanMu, hendaknya Engkau menjadikan al-Qur'an ini sebagai penyejuk hatiku, cahaya dalam dadaku, penghilang kesedihanku dan penolak rasa gundahku". HR Ahmad

Dalam sebuah hadits di sebutkan do'a untuk membayar hutang. Sebagaimana yang shahih dari Nabi shalallahu 'alaihi wa sallam:

قال رسول الله ﷺ: «اللَّهُمَّ اكْفِنِي بِحَلَالِكَ عَنْ حَرَامِكَ وَأَغْنِنِي بِفَضْلِكَ عَمَّنْ سِوَاكَ» [رواه الترمذي].

"Ya Allah cukupkan saya dengan rizkiMu yang halal dari yang haram, berilah saya kekayaan dengan karuniaMu, yang tidak ada selain dariMu". HR Tirmidzi.

Dalam hadits yang lain beliau berdo'a:

قال رسول الله ﷺ: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحُزْنِ وَالْعَجْزِ وَالْكَسَلِ، وَالْبَخْلِ وَالْحَبْنِ، وَضَلْعِ الدِّينِ وَغَلْبَةِ الرِّجَالِ» [رواه مسلم: ٤/١٧٢٩].

"Ya Allah saya berlingung denganMu dari kesulitan dan kesedihan, dari ketidak mampuan dan kemalasan, dari sikap bakhil dan pengecut, dari terlilit hutang dan di kuasai orang lain". HR Muslim no: 1729.

Dan do'a ketika di timpa sebuah kesusahan apa pun bentuknya:

قال رسول الله ﷺ: «اللَّهُمَّ لا سهل، إلا ما جعلته سهلا وأنت تجعل الحزن إذا شئت سهلا» [رواه أبو داود].

"Ya Allah tidak ada kemudahan, melainkan yang Engkau jadikan mudah. Dan Engkau jadikan kesedihan menjadi mudah jika Engkau kehendaki". HR Abu Dawud.

Dan do'a sangat bermanfaat untuk menghilangkan sebuah musibah baik sebelum turunya bencana tersebut mau pun sesudah turunya, hal itu sebagaimana di jelaskan dalam sebuah hadits shahih dari Nabi Shalallahu 'alaihi wa sallam, beliau bersabda:

قال رسول الله ﷺ: «فلا يرد القضاء إلا الدعاء» [صحيح الجامع: ٧٥٦٤].

"Tidak ada yang mampu menolak takdir kecuali do'a". Shahihul jami' no: 7564.

Sebelas: Tawakal kepada Allah Azza wa jalla

Termasuk dari bentuk nikmat Allah Azza wa jalla tatkala turun bencana maupunn musibah, yaitu kita langsung cepat-cepat kembali untuk taat kepada Allah Ta'ala dan beribadah kepadaNya, kita juga bisa merasakan kelezatan manakala kita sedang berdo'a dan memohon kepadaNya supaya di mudahkan segala urusannya. Adapun kedudukan yang paling tinggi dalam sebuah ibadah dan amalan yaitu kedudukan tawakal kepada Allah Azza wa jalla, menyerahkan segala urusan dan hasilnya kepada Allah Ta'ala, sedangkan dalam tawakal itu sendiri dapat menguatkan jiwa, menjadikan hati berani menerima apa pun hasilnya, menjadi tenang dan tentram. Allah Azza wa jalla sendiri sangat mencintai orang-orang yang mempunyai sifat yang agung ini sebagaimana yang tertera jelas dalam firmanNya:

قال الله تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ﴾ [آل عمران: ١٥٩]

"Maka bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakkal kepada-Nya". QS al-Imran: 159.

Sedangkan orang yang telag di cintai oleh Allah Ta'ala maka dirinya tidak di adzab, tidak di jauhkan dariNya, dan tidak terhalangi untuk melihat Allah Subhanahu wa ta'ala pada hari kiamat nanti. Dalam sebuah ayat yang lain Allah Ta'ala berfirman:

قال الله تعالى: ﴿وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ﴾ [الطلاق: ٣]

"Barangsiapa yang bertawakkal kepada Allah niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan)nya". QS ath-Thalaaq: 3.

Dalam ayat ini sebagai dalil yang kuat tentang keutamaan tawakal, di mana tawakal merupakan sebab terbesar untuk memperoleh maslahat dan menolak mara bahaya. Dan Allah Subhanahu wa ta'ala mengatur segala urusan alam ini sesuai dengan yang Ia kehendaki, di tanganNya segala perkara di bolak-balikan. Allah Ta'ala berfirman:

قال الله تعالى: ﴿يُدَبِّرُ الْأَمْرَ مَا مِنْ شَفِيعٍ إِلَّا مِنْ بَعْدِ إِذْنِهِ﴾

[يونس: ٣]

"kemudian Dia bersemayam di atas 'Arsy untuk mengatur segala urusan. tiada seorangpun yang akan memberi syafa'at kecuali sesudah ada izin-Nya". QS Yunus: 3.

Hendaknya kita semua merasa yakin bahwa apa yang kita kerjakan untuk segera bisa keluar dari sebuah masalah hanyalah merupakan sebab dan sarana namun tetap yang mengatur alam ini adalah Allah Azza wa jalla, maka apa yang Allah kehendaki pasti terjadi dan apa yang tidak Ia kehendaki kejadiannya pasti tidak akan terjadi. Perhatikan pada hadits yang agung ini, di mana Nabi Shalallahu 'alaihi wa sallam bersabda kepada anak pamannya Ibnu Abbas:

قال رسول الله ﷺ: «.. واعلم أن الأمة لو اجتمعت على أن ينفعوك بشيء لم ينفعوك إلا بشيء قد كتبه الله لك، ولو اجتمعوا على أن يضروك بشيء لم يضروك إلا بشيء قد كتبه الله عليك، رفعت الأقلام وجفت الصحف» [رواه الترمذي].

"Ketahuilah kalau sekiranya umat ini bersatu untuk memberi sesuatu manfaat kepadamu maka itu tidak akan bermanfaat bagimu melainkan dengan sesuatu yang memang sudah di tentukan oleh Allah Ta'ala bagimu, (dan begitu juga) kalau sekiranya umat ini berkumpul untuk memberi bahaya padamu maka tidak akan berbahaya kepadamu melainkan dengan sesuatu yang memang sudah di tentukan oleh Allah Ta'ala padamu, telah di angkat pena, dan telah kering catatan tersebut".
HR Tirmidzi.

Dua belas: Berbuat baik pada sesama, baik ucapan, perbuatan, dan segala bentuk kebaikan lainnya

Termasuk dari sebab yang dapat menghilangkan kesusahan, kesedihan dan kegelisahan adalah berbuat baik kepada sesama makhluk, baik itu dengan ucapan atau perbuatan dan segala macam bentuk kebaikan. Allah Ta'ala berfirman:

قال الله تعالى: ﴿لَا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِنْ نَجْوَاهُمْ إِلَّا مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَاحٍ بَيْنَ النَّاسِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ ابْتِغَاءَ مَرْضَاتِ اللَّهِ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا﴾ [النساء: ١١٤]

"Tidak ada kebaikan pada kebanyakan bisikan-bisikan mereka, kecuali bisikan-bisikan dari orang yang menyuruh (manusia) memberi sedekah, atau berbuat ma'ruf, atau mengadakan perdamaian di antara manusia. dan barangsiapa yang berbuat demikian karena mencari keridhoan Allah, maka kelak Kami memberi kepadanya pahala yang besar". QS an-Nisaa': 114.

Berkata syaikh Abdurahman bin Sa'di dalam tafsirnya: "Di dalam ayat ini Allah Ta'ala mengabarkan bahwa semua perkara ini semuanya baik, yang semuanya bersumber dariNya, dan kebaikan pasti akan menjadikan baik dan mencegah keburukan. Dan seorang mukmin yang mengharap pahala dari Allah Ta'ala, maka ia akan di beri ganjaran yang sangat besar, di antara bentuk dari ganjaran tersebut yaitu hilangnya kesedihan, kesusahan, kekhawatiran dan yang lainnya".

Dalam kesempatan yang beliau juga mengatakan: "Tanda kebahagiaan seorang hamba yaitu ada pada keikhlasanya kepada Allah Azza wa jalla dan gemar untuk memberi manfaat apa saja bagi sesama orang".

Tiga belas: Banyak berdzikir kepada Allah Azza wa jalla

Termasuk sebab supaya hati bisa menjadi lapang dan lebih khusus lagi rasa sedih akan segera hilang tatkala turun sebuah musibah yaitu banyak berdzikir kepada Allah Subhanahu wa ta'ala tanpa mengenal batas setiap waktu dan keadaan, maka kalau mau mempraktekan hal itu dirinya akan menemukan dampak yang luar biasa pada tenang, tentram dan lapangnya hati. Allah Ta'ala berfirman:

قال الله تعالى: ﴿أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد: ٢٨]

"Ingatlah, hanya dengan berdzikir kepada Allah-lah hati menjadi tenteram". QS ar-Ra'du: 28.

Seperti berdzikir sebagaimana yang Allah Ta'ala firmankan dalam ayat ini:

قال الله تعالى: ﴿حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ﴾ [آل عمران: ١٧٣]

"Cukuplah Allah menjadi penolong Kami dan Allah adalah Sebaik-baik Pelindung". QS al-'Imran: 173.

Do'a inilah yang di ucapkan oleh Nabi Ibrahim tatkala beliau di lempar masuk kedalam kobaran api. Dan Nabi Shalallah 'alaihi wa sallah ketika di katakana pada beliau ayat ini:

قال الله تعالى: ﴿الَّذِينَ قَالَ لَهُمُ النَّاسُ إِنَّ النَّاسَ قَدْ جَمَعُوا لَكُمْ فَاخْشَوْهُمْ فَزَادَهُمْ إِيمَانًا وَقَالُوا حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ﴾ [آل عمران: ١٧٣]

"Sesungguhnya manusia telah mengumpulkan pasukan untuk menyerang kamu, karena itu takutlah kepada mereka", Maka perkataan itu menambah keimanan mereka dan mereka menjawab: "Cukuplah Allah menjadi penolong Kami dan Allah adalah Sebaik-baik Pelindung". QS al-'Imran: 173.

Maka beliau mengucapkan:

قال رسول الله ﷺ: «لا حول ولا قوة إلا بالله» [رواه البخاري].

"Tiada daya dan upaya melainkan dari Allah Ta'ala" HR Bukhari.

Ringkas kata bahwa dzikir kepada Allah Azza wa jalla mempunyai dampak yang besar untuk bisa meraih apa yang di inginkan, lebih khusus dari itu kalau sekiranya dalam berdzikir tersebut seorang hamba mengharap kepada Allah Ta'ala pahala dan ganjaranNya.

Empat belas: Jangan sampai mendatangi perkara yang haram

Jika ada seorang yang mempunyai sebuah masalah dan dirinya mengetahui sebabnya, seperti halnya mempunyai masalah cerai dengan istri atau suaminya atau berpisah atau yang lainnya dari masalah kehidupan yang ada, maka biasanya dia berusaha keras untuk mencari solusi dan jalan keluarnya dari perkara yang baru di alamnya tersebut, terkadang perkaranya sulit dan jalan keluarnya seperti tertutup terlebih lagi di barengi dengan rasa takut dan lemah, maka terkadang terlintas di dalam pikirannya niat untuk mengerjakan sesuatu yang tidak di bolehkan, seperti misalnya pergi ke paranormal, dukun atau tukang sihir. Yang terkadang sebagian orang menyangka bahwa itu bisa menyelesaikan masalah atau dapat menyembuhkan rasa sakitnya, atau sebagian menolak sakit tersebut dengan menggembalikan, seperti sangkaan mereka, kepada pelakunya dengan menggunakan sihir kembali, yang merusak dan menghancurkan kehidupannya, sebagai bentuk balsan padanya. Maka perbuatan semacam ini tidak di bolehkan.

Adapun anda, wahai orang yang sedang di timpa musibah, maka Allah Ta'ala yang akan memberi ganjaran padamu, jika engkau sabar, jangan kamu rusak kehidupanmu dengan berbuat maksiat kepada Allah Azza wa jalla, baik maksiat itu dengan sihir, mengganggu orang lain atau yang lainnya.

Lima belas: Adakalanya kamu membenci sesuatu padahal itu adalah yang terbaik buat dirimu

Pandangan seseorang itu sangat terbatas sedangkan ilmu dan pemahamannya juga sedikit, tidaklah dirinya melihat pada hari ini di timpa oleh musibah dan bencana yang terkadang pada akhirnya pada masa yang akan datang sebagai bentuk pemberian dan anugrah. Sebagaimana Allah Ta'ala berfirman:

قال الله تعالى: ﴿وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ﴾
[البقرة: ٢١٦]

"Boleh Jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh Jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu; Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui". QS al-Baqarah: 216.

Di dalam ayat ini ada beberapa hukum, rahasia dan kemaslahatan bagi seorang hamba. Maka jika seorang hamba mengetahui bahwa sesuatu yang ia benci terkadang bisa mendatangkan dengan sesuatu yang ia cintai, atau kebalikannya kalau yang ia cintai tersebut terkadang bisa mendatangkan yang ia benci, sehingga tidak menjamin bahwa datangnya kerusakan

tersebut tidak mempunyai sisi kebaikan sama sekali, dan jangan sampai dirinya berputus asa mana kala datang kepadanya kemudahan dari sisi kerusakan yang ikut bersamanya, di karenakan dirinya tidak mengetahui akhir dari akibat itu semua. Dan sesungguhnya Allah Azza wa jalla mengetahui itu semua yang tidak di ketahui oleh hamba-hambaNya.

Betapa banyak di dapati ada seorang wanita yang di cerai oleh suaminya, namun dengan sebab cerai tersebut menjadi kebaikan bagi dirinya, dalam keadaan mengharap pahala dan ganjaran, sabar dan berharap, ibadah dan mendekatkan diri kepada Allah Azza wa jalla, yang pada akhirnya terkadang datang kepada wanita tersebut orang pria yang lebih baik dari suaminya yang pertama. Betapa banyak di jumpai seorang bapak yang nampak pada benaknya kekhawatiran terhadap anak-anaknya, maka dengan sebab itu menjadi langkahnya untuk segera mengoreksi dan memperbaiki perkara dirinya dalam mendidik anak-anaknya, sehingga itu menjadi kebaikan baginya. Betapa banyak orang yang mendapat apa yang ia dapat, yang pertama kai dirasakan adalah kesedihan namun pada akhirnya kebahagiaan dan kesenangan yang ia peroleh.

Enam belas: Ingat kematian, kubur, dan hari kiamat

Instropeksi diri sendiri sekarang menjadi suatu barang yang sangat langka di kerjakan oleh manusia terlebih pada zaman ini,

dan manakala turun sebuah musibah baru dirinya menghadap kepada Allah Azza wa jalla dengan hatinya, setelah itu ia sadar bahwa dirinya sangat kurang sekali pada sisi ini (untuk mengoreksi diri sendiri), sedangkan akalinya mengetahui bahwa kehidupannya yang di inginkan yaitu kehidupan yang bahagia dan tentram namun dirinya sadar bahwa itu sangat pendek, tatkala musibah membesar maka perkaranya menjadi jelas kelihatan, kalau kehidupan tersebut sangat kecil sekali di depan kematian dan sakratul maut, oleh karena itu jika dirinya ingat kematian maka perkaranya menjadi ringan dan akan menjadikan dirinya zuhud terhadap dunia, musibah menjadi terasa ringan dan mudah, terbayang pada dirinya apa yang akan di alaminya nanti pada keadaan yang lebih hebat dan dahsyat dari musibah yang di alaminya, yaitu pada hari kiamat ketika semua di nampakan di hadapan Allah Azza wa jalla.

Orang-orang beriman mereka adalah orang-orang yang paling sabar ketika mendapat musibah, teguh di dalam kesulitan yang di hadapinya, ridho terhadap rasa sakit yang di rasakanya, karena mereka tahu kalau umur dunia ini sangatlah pendek di banding dengan kehidupan akhirat nanti yang kekal abadi, mereka tidak rakus untuk menjadikan dunia ini sebagai surga sebelum surga yang sebenarnya pada hari akhir nanti.

Tujuh belas: Berusaha mencari keridhoan Allah Azza wa jalla

Ini adalah perkara yang besar, yang sebagian orang telah lalai darinya, terkadang masalahnya bisa di temukan jalan keluar namun di dalamnya ada perkara yang samar atau yang makruh, atau pada asalnya memang sudah tidak di bolehkan, seperti halnya, dirinya langsung mengutamakan ridho atasanya pada perkara yang haram, atau seorang istri lebih mencari ridho suaminya pada suatu hal yang di haramkan. sedangkan Allah Subhanahu wa ta'ala murka pada orang yang mencari ridho makhlukNya dari pada ridhoNya. Hal sebagaimana yang di katakan oleh Nabi Shalallahu 'alaihi wa sallam dalam sebuah sabdanya:

قال رسول الله ﷺ: «من التمس رضا الله بسخط الناس كفاه الله مؤونة الناس ومن التمس رضا الناس بسخط الله وكله الله إلى الناس» [رواه الترمذي].

"Barangsiapa yang mencari ridho Allah dengan kemarahan manusia maka Allah akan mencukupkan dirinya dari manusia, dan barangsiapa yang mencari ridho manusia dengan kemurkaan Allah maka Allah akan serahkan urusanya pada manusia". HR Tirmidzi.

Oleh sebab itu hendaknya kita berusaha di dalam mencari jalan keluar dan gagasan atau ide bukan sesuatu yang di dalamnya ada yang di haramkan, sama saja apakah itu menzalimi dirinya sendiri atau yang mengakibatkan kepada keharaman Allah Ta'ala atau juga menzalimi orang lain dengan membuang hak-haknya mereka, maka tidak pernah di temukan adanya kebahagiaan di dalam maksiat kepada Allah Azza wa jalla.

**Delapan belas:
Sebisa mungkin hindari dahulu
menggunakan badan hukum,
seperti polisi atau pengadilan,
selagi perkaranya bisa di
selesaikan secara kekeluargaan**

Yang namanya problem manusia itu berbeda-beda, dan di dalam menghadapinya, kalau sudah dengan cara yang bagus, sabar dan tenang, tidak tergesa-gesa, sebetulnya sudah cukup untuk bisa mencari solusi dan menyelesaikan masalahnya, oleh karena itu hendaknya tidak berpikiran sebisa mungkin untuk segera mengangkat masalahnya pada badan hukum resmi, sehingga menjadikan pikiran tambah kalut, hati menjadi terasa sempit dan menambah permusuhan. Bahkan terkadang bisa jadi masalah tambah menjadi besar, kejelekannya tambah meluas, dan menambah panjang masalahnya, maka hendaknya menggunakan badan hukum sebagai akhir solusi ketika sudah buntu tidak menemukan cara yang lain, tentunya setelah memasukan orang

ketiga yang bisa sebagai wasilah, dan setelah mengingatkan akan Allah Azza wa jalla supaya takut kepadaNya. Karena sebagian perkara terkadang solusinya ada melalui cara syar'i yang di dalamnya menjaga hak-hak masing-masing orang, khususnya jika salah satu di antara yang bermusuhan penyebabnya karena sombong, atau bodoh, melanggar haknya, iri atau dengki.

Sembilan belas: Bertutur kata yang lembut dan mempunyai tata krama dalam memberi dan mengambil

Sebuah permasalahan bisa terkalahkan bersama dengan cara yang bagus dalam mengatasinya, meringankan kejadiannya dan meredam agar tidak memuncak, melihat setiap sisi yang ada dalam masalah tersebut dengan kacamata nyata bukan khayalan di barengi dengan memunculkan kebaikan-kebaikan yang ada dan menutup hal-hal yang negative, dalam contoh seperti ini sangat di perlukan ketika sedang dalam masalah rumah tangga antara suami dan istri, atau juga dalam masalah hubungan dengan saudara karib kerabat, teman sejawat atau ketika masalah itu terjadi bersama dengan tetangga. Karena hubungan bersama dengan orang-orang yang tadi, hubungannya panjang dan akan terus berlanjut, jadi jangan sampai hubungan tersebut di di koyak-koyak dengan tingkah laku yang buruk pada mereka atau di koyak dengan kalimat yang melukai persaannya. Namun wajib bagi dirinya untuk menjaga hubungan tersebut dengan baik. Perhatikan baik-baik firman Allah Subhanahu wa ta'ala berikut ini:

قال الله تعالى: ﴿وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ

الْمُحْسِنِينَ﴾ [آل عمران: ١٣٤]

"Dan orang-orang yang menahan amarahnya dan mema'afkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan". QS al-'Imran: 134.

Dalam ayat di atas di sebutkan supaya perkaranya berkesinambungan mulai dari tingkatan bawah yaitu menahan amarahnya kemudian memaafkan kesalahan orang tersebut dan setelah itu naik lagi dengan berbuat baik kepadanya. Barangsiapa yang melakukan salah satu dari tiga cabang yang terpuji ini maka dirinya akan mendapati dampak yang luar biasa besarnya, lalu apa kiranya jika sampai ada orang yang di beri taufik oleh Allah Ta'ala untuk bisa melakukan semua cabang tersebut?!

Dua puluh: Menambah wawasan bagaimana cara menyelesaikan sebuah masalah

Jika kepala di hadapkan dengan sebuah kapak, sebagaimana ada sebuah ungkapan seseorang supaya cepat untuk memperbaiki sebelum ketinggalan dan keburu pergi, maka sebaik-baik bekal yang bisa menambah ilmu dan amal adalah kembali kepada Al-Qur'an dan Sunah NabiNya Shalallahu 'alaihi wa sallam.

Di dalam buku-buku Islam atau juga dalam kaset-kaset ceramah agama ada begitu banyak cara yang di sebutkan dalam masalah ini, ia bagaikan sebuah obat yang manjur dengan izinnya Allah untuk mengatasi berbagai macam bentuk problematika yang ada, dan sekarang alhamdulillah took kaset dan buku sangat banyak bertebaran, dengan judul yang berbeda-beda, seperti misalnya kaset atau buku yang membahas tentang hubungan keluarga antara suami dan istri, atau bagaimana cara mendidik anak, atau bagaimana menjalin hubungan dengan kerabat, dan lain sebagainya, yang banyak sekali untuk di sebutkan satu persatu.

Dua puluh Satu: Banyak berdo'a dan merendahkan diri kepada Allah Azza wa jalla

Tidak sampai kita di hampiri yang namanya kesedihan kesusahan melainkan di sebabkan oleh banyaknya dosa-dosa yang kita lakukan, hal itu persis sekali sebagaimana yang Allah Azza wa jalla firmankan dalam kitabNya yang suci, Allah berfirman:

قال الله تعالى: ﴿فَكَلَّا أَخَذْنَا بِذَنبِهِ فَمِنْهُمْ مَنْ أَرْسَلْنَا عَلَيْهِ حَاصِبًا وَمِنْهُمْ مَنْ أَخَذَتْهُ الصَّيْحَةُ وَمِنْهُمْ مَنْ خَسَفْنَا بِهِ الْأَرْضَ وَمِنْهُمْ مَنْ أَغْرَقْنَا وَمَا كَانَ اللَّهُ لِيُظْلِمَهُمْ وَلَكِنْ كَانُوا أَنْفُسَهُمْ يَظْلِمُونَ﴾ [العنكبوت: ٤٠]

"Maka masing-masing (mereka itu) Kami siksa disebabkan dosanya, Maka di antara mereka ada yang Kami timpakan kepadanya hujan batu kerikil dan di antara mereka ada yang ditimpa suara keras yang mengguntur, dan di antara mereka ada yang Kami benamkan ke dalam bumi, dan di antara mereka ada yang Kami tenggelamkan, dan Allah sekali-kali tidak hendak menganiaya mereka, akan tetapi merekalah yang menganiaya diri mereka sendiri". QS al-'Ankabut: 40.

Dalam ayat yang lain Allah Ta'ala berfirman:

قال الله تعالى: ﴿وَمَا أَصَابَكُمْ مِنْ مُصِيبَةٍ فِيمَا كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ وَيَعْفُو عَنْ كَثِيرٍ﴾ [الشورى: ٣٠]

"Dan apa saja musibah yang menimpa kamu maka adalah disebabkan oleh perbuatan tanganmu sendiri, dan Allah memaafkan sebagian besar (dari kesalahan-kesalahanmu)". QS asy-Syuura: 30.

Lihatlah Muhammad bin Sirin ini berkata tatkala dirinya di tagih hutang, maka dirinya sadar dengan mengatakan: "Sesungguhnya saya tahu kalau kesulitan ini di sebabkan dosa yang saya lakukan empat puluh tahun yang lampau".

Berapa banyak yang telah kita lampau aturan Allah Ta'ala tersebut, betapa banyak dosa dan maksiat yang sudah kita lakukan, namun Allah Subhanahu wa ta'ala masih saja menyangangi kita dan memaafkan sebagian besar dari kesalahan-

kesalahan kita, mana kala orang itu kondisinya dalam keadaan lemah tatkala di timpa musibah, maka di bukankan baginya pintu kembali dan taubat kepada Allah Ta'ala, dan ingatlah bahwa sesungguhnya Allah Azza wa jalla Maha menerima taubat dari para hambaNya dan mengampuni dari kesalahan-kesalahannya. Ada sebuah kata-kata mutiara yang patut kita camkan, di katakan: "Tidaklah bencana itu turun melainkan dengan sebab dosa yang telah di kerjakan, dan tidak mungkin bencana itu hilang melainkan dengan taubat kepada Allah Azza wa jalla".

Dua puluh dua: Jangan menganggap ringan dalam masalah usil dengan orang lain

Setiap muslim mengetahui kalau menyakiti orang lain lebih khusus lagi kalau menyakitnya dengan ucapan yang jelek dan tuduhan keji, bahwa itu adalah sesuatu yang sebenarnya tidak banyak merugikan dirinya, namun yang merugikan mereka yaitu khususnya jika kamu tahu ucapan yang sangat indah dari Imam Syafi'i yang mana beliau pernah mengatakan: "Barangsiapa yang menyangka bahwa dirinya bisa selamat dari celaan orang lain maka dia adalah orang yang gila, karena ada orang yang mengatakan: "Bahwa Allah itu adalah tiga tapi jadi satu (aqidah trinitasnya orang Kristen.pent), ada lagi yang mengatakan kalau Nabi Muhammad Shalallahu 'alaihi wa sallam adalah tukang sihir dan orang gila, lantas apa pendapatmu dengan yang lebih rendah dari Allah Ta'ala dan Nabi Muhammad Shalallahu 'alaihi wa sallam (tentu lebih tidak selamat lagi dari celaan orang)".

Kedudukan *Rububiyah* (ke Tuhanan.pent) saja masih tidak selamat dari ucapan dan tuduhan keji, begitu juga kedudukan kenabian tidak bisa selamat dari kata-kata kotor dan keji, lalu apa jadinya dengan pembicaraan dan ucapan orang lain terhadapmu, maka itu lebih mungkin lagi terjadi. Oleh karena itu peganglah do'a ini:

قال رسول الله ﷺ: «اللَّهُمَّ اكْفِينِهِمْ بِمَا شِئْتَ».

"Ya Allah cukupkanlah hamba (dari kejelakan mereka) dengan yang Engkau kehendaki".

Barangsiapa yang mau menjaga lisannya maka Allah Subhanahu wa ta'ala akan memuliakan dirinya dengan ganjaran dan pahala terlebih kalau mau menjaga lisannya pada perkara menjelek orang lain, atau menggunjing mereka atau membeberkan rahasia mereka pada orang banyak atau yang lainnya. Dan kabar gembira baginya dengan kebaikan yang akan di hadiahkan kepadanya sedangkan dirimu sudah lupa tidak teringat apa-apa lagi, kecuali nanti ketika di bagikan catatan amalan kamu baru teringat hal tersebut, pada hari yang sangat agung yaitu hari kiamat. Nabi Shalallahu 'alaihi wa sallam memberi nasehat yang sangat agung pada kita semua dengan sebuah sabdanya:

قال رسول الله ﷺ: «أَمْسِكْ عَلَيْكَ لِسَانَكَ، وَلَيْسَعَكَ بَيْتَكَ، وَابْكْ عَلَى خَطِيْبَتِكَ» [رواه الترمذي]

"Jagalah lisanmu, dan lindungi rumahmu, menangislah kamu dari kesalahan yang telah kamu perbuat". HR Tirmidzi.

Dua puluh tiga: Segera mendatangi sholat berjamaah

Di dalam sholat ada ketenangan jiwa dan ketentraman bagi pikiran, sholat merupakan pintu dari pintu-pintu yang denganya bisa membantu untuk menghilangkan dan menutup penatnya dunia. Allah Ta'ala berfirman:

قال الله تعالى: ﴿وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ﴾ [البقرة: ٤٥]

"Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu. dan Sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyu". QS al-Baqarah: 45.

Adalah Nabi Shalallahu 'alaihi wa sallam mengatakan kepada Bilal: "Wahai Bilal berilah kita waktu jeda (dari kesibukan dunia) dengan sholat".

Di dalam sholat kita bisa mengeluarkan keluh kesah dan gundah kelana yang sedang kita rasakan kepada Allah Azza wa jalla ketika kita sedang sujud, menunjukkan kepasrahan dan ketundukan di hadapannya, sungguh di dalam sholat ada kenikmatan yang

besar, di mulai dari berwudhu kemudian sholat, ketika engkau berdiri untuk sholat maka tidak ada lagi penghalang tabir antara dirimu dan Allah Azza wa jalla. Sesungguhnya sholat merupakan nikmat yang agung sebagai penengah antara problematika dan kesedihan, rasa bahagia dan senang mana kala bermunajat kepada Rabb alam semesta untuk memotong sulitnya kehidupan di dunia ini.

Dua puluh empat: kabar gembira dengan pahala yang besar

Allah Ta'ala telah menjanjikan pahala dan ganjaran yang besar, akan mengangkat derajatnya dan menghapus kesalahan-kesalahannya, bagi siapa saja yang sedang di timpa kesedihan, kesusahan, dan kegalauan. Allah Subhanahu wa ta'ala berfirman tentang orang-orang yang sedang di rundung musibah:

قال الله تعالى: ﴿إِنَّمَا يُؤَفِّي الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ﴾

[الزمر: ١٠]

"Sesungguhnya hanya orang-orang yang bersabarlah yang dicukupkan pahala mereka tanpa batas". QS az-Zumar: 10.

Dalam sebuah hadits Nabi Shalallahu 'alaihi wa sallam pernah bersabda:

قال رسول الله ﷺ: «ما يصيب المؤمن من وصب ولا نصب ولا هم ولا حزن ولا غم ولا أذى حتى الشوكة يشاكها إلا كفر الله بها من خطاياها» [متفق عليه].

"Tidaklah seorang mukmin itu di timpa rasa sakit, tidak pula cobaan, kesedihan, kesusahan dan kegalauan, tidak juga musibah sampai duri yang di injaknya melainkan Allah akan menghapus dengan sebab itu dari kesalahan-kesalahannya". Mutafaq'alaihi.

Ketika Ummu Ibrahim yang ahli ibadah itu di tabrak seekor kuda sampai mematahkan salah satu kakinya sehingga para tetangganya datang untuk menjenguknya, dia mengatakan: "Kalau lah sekiranya tidak ada cobaan di dunia ini, tentulah kita akan meninggalkan dunia ini bagaikan orang yang bangkrut".

Tatkala tali sendalnya Khalifah Umar bin Khatab semoga Allah meridhoinya putus maka beliau mengucapkan kalimat istirjaa' sambil mengatakan: "Setiap sesuatu yang jelek maka itu merupakan musibah bagimu"

Berkata Ibnu Abi Dunya: "Mereka (para salaf) mengharap ketika terkena demam semalaman, supaya bisa menghapus dosa-dosanya yang telah lampau".

Imam Nawawi mengatakan di dalam kitabnya syarh Shahih Muslim ketika menjelaskan sabda Nabi Shalallahu 'alaihi wa sallam:

قال رسول الله ﷺ: «ما من مسلم يشاك بشوكة فما فوقها، إلا كتب له بها درجة ومحيت عنه بها خطيئة» وفي رواية: «إلا رفعه الله بها درجة، أو حط عنه خطيئة».

"Tidaklah seorang muslim terkena duri atau yang lebih besar (dari duri), melainkan di tulis (supaya) di naikan satu derajat baginya dan di hapus dengan sebab itu kesalahannya". Dalam riwayat yang lain: "Melainkan Allah Ta'ala akan mengangkat derajatnya dan menghapus kesalahannya".

Beliau, Imam Nawawi mengatakan: "Di dalam hadits-hadits ini sebagai kabar gembira yang agung bagi kaum muslimin, sesungguhnya walaupun sedikit saja ada salah seorang muslim yang tertimpa dari perkara-perkara ini, maka di dalamnya ada penghapus dosa dan kesalahan, baik itu dengan penyakit, cobaan, musibah dunia dan kesedihannya, walaupun hanya sedikit yang dia rasakan".

Dua puluh lima: Mengetahui bahwa musibah yang di alaminya bukan yang terbesar

Bencana dan musibah itu biasanya jenis dan tingkatannya pasti berbeda-beda dan setiap jenisnya sesuai dengan kondisi yang ada, namun ada bencana yang paling besar yaitu bencana yang menimpa di dalam agama seseorang, ia merupakan bencana yang paling besar yang ada di dunia ini, sedangkan di akhirat nanti ia

akan menjadi bumerang baginya, orang yang terkena musibah di dalam agamanya seperti halnya kerugian yang tidak ada kesempatan untuk bisa untung lagi setelahnya, mengharamkan sesuatu yang seharusnya tidak di inginkan bersamanya. Dan mengherankan sekali kalau ada seorang wanita yang merasa sedih, susah dan gundah mana kala di tinggal oleh suaminya untuk menikah lagi, sedangkan beberapa bulan sebelum kejadian tersebut dia memasukan kerumahnya televisi lengkap dengan parabolanya, yang isinya pebuh dengan kemungkaran, namun dirinya tidak merasa sedih dan khawatir seperti halnya tatkala di tinggal suaminya menikah lagi, sedangkan suami menikah lagi adalah perkara yang di bolehkan dalam agama, *Subhanallah* (Maha Suci Allah) Yang Maha Agung ketika fitrah manusia sudah terbolak-balik.

Dua puluh enam: Memperhatikan nikmat-nikmat Allah Azza wa jalla yang lainnya

Termasuk sebab terbesar untuk meringankan musibah yang menimpa, yaitu seseorang merasakan nikmat-nikmat Allah Azza wa jalla yang telah di berikan kepadanya, ada nikmat hidup, di mana dirinya masih bisa sholat, beristighfar dan berpuasa. Ada lagi nikmat kedua kaki yang bisa ia gunakan untuk berjalan tanpa harus menggunakan kursi roda. Ada lagi nikmat yang lain yaitu di beri dua tangan, dua mata dan nikmat-nikmat yang lainnya, di banding dengan orang yang mengalami lumpuh mau pun buta, begitu seterusnya.

Berkata sebagian ulama salaf: "Mengingat nikmat-nikmat Allah akan melahirkan kecintaan kepada Allah Ta'ala". Ketika ada seseorang melihat di tangan Muhammad bin Waasi' bisul yang bernanah maka dirinya kaget terperanjat, lalu Muhammad bin Waasi' berkata padanya: "Alhamdulillah (saya masih bersyukur) yang mana Allah Ta'ala tidak menjadikan (penyakit ini) di lidahku, tidak juga di ujung kedua mataku ini".

Ada seorang laki-laki yang datang kepada Yunus bin Abid mengadu padanya keadaan dirinya yang selalu saja susah mencari penghidupan, berharap dirinya mendapat bantuan atau saran dari beliau, Yunus bin Abid mengatakan: "Maukah kedua matamu itu saya ganti dengan seratus ribu dirham? Dia cepat menjawab: "Tentu tidak, ya Syaikh? Beliau bertanya lagi: "kalau begitu kedua telingamu? Lidahmu? Akal pikiranmu? Dia pun tetap tegas menjawab: "Tentu tidak mau". Lantas beliau menyebut beberapa nikmat Allah Ta'ala lainnya yang telah di berikan padanya, kemudian Yunus bin Abid berkata padanya: "Sekarang kamu mempunyai puluhan ribu juta dan kamu masih saja mengeluh masih kekurangan?!

Sesungguhnya seseorang jika selalu mengingat nikmat-nikmat Allah Azza wa jalla yang telah di berikan padanya, mana kala dirinya sedang di rundung musibah, maka perkaranya akan menjadi ringan, musibah pun terasa enteng di pikul di atas pundaknya, sehingga pada akhirnya menjadikan dirinya bersyukur kepada Allah Ta'ala dan terasa ringan beban musibah yang di alaminya.

Dua puluh tujuh: Ketika mengambil keputusan, timbang baik buruknya secara matang

Yaitu dengan cara menggabungkan semua hasil dari sisi negatif dan positifnya, dengan menjadikan pada setiap solusi ada sisi positifnya dan sisi negatifnya lalu di tulis di atas kertas, dengan membuat skema menjadi seratus persen antara sisi positif dan negatifnya. Kemudian setelah itu menimbang angka nominal yang di dapat dengan berusaha sebisa mungkin untuk mengurangi sisi negatifnya karena terkadang dampak yang akan di dapat adalah untuk masa depannya. Sehingga kita bisa keluar dari masalah tersebut dengan solusi yang tepat dengan hasil dan dampak positif yang sesuai.

Dan gambaran untuk lebih mudahnya, di sini saya buat perumpamaan masalah yang terjadi dalam rumah tangga, ketika seorang perempuan terjadi masalah antara dirinya dengan suaminya, maka di sini bisa keluar dari masalah tersebut dengan beberapa solusi yang ada:

Cara pertama: Memilih untuk keluar dari rumahnya menuju rumah orang tuanya. Sisi positifnya misalkan tujuh puluh sedangkan sisi negatifnya tiga puluh.

Cara kedua: Mengasih tahu mertuanya, misalkan atau imam masjid tentang kejadiannya melalui suaminya. Dalam solusi ini misalkan sisi positifnya lima puluh, sisi negatifnya juga lima puluh.

Cara ketiga: Memilih untuk bersabar dan berusaha untuk mencari solusi yang lain. Misalkan sisi positifnya delapan puluh dan sisi negatifnya dua puluh.

Pada kasus seperti di atas, dengan di buat skema seperti tadi maka akan menjadi jelas, dan yang paling sedikit membawa madharat untuk melepas masalah tersebut adalah solusi yang terakhir, karena dampak negatifnya paling sedikit. Maka dengan itu dia memutuskan untuk mengambil cara tersebut.

Dua puluh delapan: Memasukan orang ketiga untuk di mintai pendapatnya

Sebagian kejadian atau masalah terkadang di butuhkan masuknya orang ketiga yang tepat untuk bisa mengatasi masalah tersebut, seperti contoh misalnya seorang perempuan yang mempunyai suami yang tidak mau sholat di masjid bersama jama'ah, termasuk salah satu solusi yang paling sesuai pada kasus besar yang semacam ini adalah memasukan orang ketiga yang tidak lain yaitu imam masjid, untuk bisa menyelesaikan masalah suaminya yang tidak mau sholat di masjid, yaitu dengan mengundang imam masjid datang kerumahnya dan bertamu pada suaminya dengan pembicaraan ringan yang berkaitan dengan masalah sholat. Sedangkan dalam masalah yang lain, seperti dalam mendidik anak, maka bisa memasukan orang ketiga dari pihak saudara dekat maupun guru sekolahnya, demikian seterusnya.

Dan perlu di ingat di sini, bahwa ketika sudah memasukan orang ketiga maka masukan dia pada pokok masalahnya, dengan membicarakan bersama mereka pada akar masalahnya saja, dengan artian jangan sampai pembicaraanya melampaui batas sehingga masuk pada perkara lain atau masuk pada permasalahan yang sudah usang, begitu seterusnya. Namun membicarakan hal-hal yang positif sehingga bisa sebagai pintu masuk yang berada ditengah-tengah solusi.

Dua puluh Sembilan: Berusaha mencari sebab munculnya masalah

Biasanya sebuah masalah itu tidak datang begitu saja secara tiba-tiba namun pasti ada penyebab yang muncul sebelumnya sampai terjadi masalahnya. Dari sisi pendidikan misalkan, tidak mungkin seorang anak remaja baik putra maupun putri bisa tiba-tiba menyeleweng pada pergaulan yang tidak benar dalam sehari semalam, namun pasti di sertai adanya tahapan sampai pada tingkah laku yang seperti itu baik tahapannya itu panjang maupun pendek, di tambah lagi dengan adanya alat atau penyebab yang menjadikan remaja itu menjadi menyeleweng, seperti teman yang buruk misalkan, atau saluran televisi, atau bisa juga telepon atau hp, dan lain sebagainya. Oleh karena itu termasuk sarana untuk mengatasi sebuah masalah adalah mengetahui pangkal akar masalahnya, dan mengatasinya dengan cara yang sempurna bukan sedikit demi sedikit atau bertahap dengan waktu saja, terkadang mengatasinya itu bisa memanjang

sesuai dengan gerak langkahnya dan sesuai dengan solusi yang di pilihnya serta membekas atau tidaknya hal tersebut, demikian juga sesuai dengan kepribadian anak yang menyeleweng tersebut, dan sebab-sebab yang lainnya.

Tiga puluh: Menjaga lisan

Sebagian masalah muncul dan yang menjadi bahan bakarnya adalah lisan, terkadang menyampaikan ucapan seseorang pada pihak lain, sedangkan perkaranya pada aslinya mudah namun hal itu menjadi penyebab munculnya sebuah masalah. Oleh karena itu gambaran tentang lidah yang harus di jauhi oleh seorang muslim ada pada beberapa perkara seperti *ghibah* (menggunjing), mengadu domba, bohong, dusta, mengolok-olok, mencibir, menghujat, mencela dan melaknat, ini harus di tinggalkan oleh seorang muslim, lantas bagaimana kalau seandainya hal itu menjadi penyebab munculnya sebuah masalah, dan dada terasa bergemuruh (mendengar ucapan yang dikatakannya)? Tidak mengapa sebetulnya bagimu namun terkadang orang lain terkena penyakit seperti di atas lalu keluar begitu saja tanpa bersalah dari lidahnya, maka yang terbaik bagi dirimu jangan terpancing dan jangan di gubris, bertawakallah kepada Allah Ta'ala dan memohon supaya di selamatkan dari keburukan lidahnya dan di jauhkan dari kejelekannya.

Tiga puluh Satu: Mengatasi sebuah masalah bukan berarti menghukumi dan menyelesaikan seluruhnya

Namun jika terjadi sebuah musibah seperti perceraian misalnya maka cukup berhenti pada solusi yang di dapat untuk mengatasi permasalahannya dan berhenti pada batasannya, jangan sampai malah menyebar kemana-mana dan merusak yang lainnya, sehingga hubungan setelah perceraian menjadi rusak, apa lagi jika terjadi perceraian namun di situ melibatkan anak-anak yang di tinggalkan, (maka) dengan sebab hubungan yang jelek tersebut mereka jadi korbannya. kemudian juga (pada akhirnya) mungkin permasalahan cerainya sudah dapat teratasi, semuanya kembali seperti sedia kala, suami kembali lagi bersama istrinya, ibu kembali kerumahnya lagi dan anak-anak kembali kerumahnya. Maka cukup hanya dengan mengatasi masalahnya tanpa harus tersebar beritanya kesana-kemari.

Jika ada orang tertimpa musibah tangannya patah misalkan kemudian datang ke dokter, maka dalam kasus seperti ini (ada) sebab yang bisa di pahami darinya, karena tangannya mau tidak mau harus diperban dan gips sampai bisa sembuh sedikit demi sedikit, kemudian diobati begitu seterusnya sampai sembuh dengan cara yang benar.

Tiga puluh dua: Jangan sampai masalah itu mengambil seluruh waktu hidupmu

Tidak dipungkiri bahwa problem yang sedang terjadi itu sangat besar dan sulit untuk di atasi sebagaimana persangkaan orang, namun hal itu tidak bisa di benarkan seratus persen sampai menyangka sejauh itu. Jangan sampai sebuah problem mengambil seluruh waktu yang kamu miliki, jangan sampai waktu-waktu emasmu dan pikiranmu terkuras habis hanya untuk masalah yang sedang kamu hadapi, yang pada nantinya justru akan mengantarkan pada problem yang lain, dan membuat pekerjaan yang lain rusak, demikian juga menambah risau, gelisah dan gangguan psikologi. Akan tetapi jadikan masalahnya sesuai dengan ukurannya, dudukan pada posisinya yang pas, kerjakan pekerjaan yang biasa kamu kerjakan, bahkan kalau mungkin jadikan tambahan waktu untuk melepas lelah, dan menjernihkan pikiran, misalnya dengan bertemu bersama kenalan atau teman dekat sehingga pikiran bisa konsentrasi kembali dan melupakan problem yang sedang di hadapinya.

Tiga puluh tiga: Mengetahui kepribadian orang yang sedang mempunyai masalah bersamamu

Sebagian problem biasanya di jumpai ada pihak lain dari orang kedua, ketiga dan seterusnya. Seperti dalam rumah tangga antara suami dan istri atau anak bersama keluarganya. Dan dengan mengetahui kepribadian orang lain maka menjadikan suatu hal yang sangat menentukan manakala akan mengambil sebuah keputusan yang cocok, sebagian di antara mereka ada yang mudah pembawaanya, sebagian lagi ada yang lembut dan bijaksana, yang lain lagi suka menyesali perbuatannya dan cepat kembali jika di ingatkan, ada lagi yang jika di ingatkan kepada Allah Ta'ala langsung takut, demikian seterusnya. Terkadang hal itu menjadi sebab teratasinya sebuah masalah dengan cara mengetahui kepribadian orang dengan cara yang benar.

Tiga puluh empat: Lingkungan yang ada di sekelilingnya

Setiap problem atau masalah mempunyai lingkungan yang ia tumbuh di dalamnya, maka kita harus paham dengan adanya orang yang bisa di jadikan sebagai penengah, karena ada orang yang gampang percaya manakala ada penengah yang di percayainya. Dengan cara mengirim surat pada penengah

tersebut supaya di perhatikan cara berpikrnya, sejauh mana cara pandangny, dan apa yang harus di lakukan serta bagaimana harus berbuat? Demikian, dan sebagian orang ada yang mereka anggap sebagai tempat untuk mengadu pada setiap urusanya, untuk meminta pendapat padanya siapa yang harus di mintai pendapatnya? Kepada siapa harus mengungkapkan? Maka terkadang setelah itu keputusan di ambil lewat cara orang yang di anggap mempunyai kedudukan sebagai penengah seperti dari kerabat dekat atau teman atau kenalan atau yang lainnya.

Tiga puluh lima: Mengetahui secara luas keadaan orang lain

Di sebagian tempat biasa seseorang berkumpul bersama saudara atau teman dekatnya, terkadang di dalam pembicaraan mereka ada masalah yang terkadang mirip sekali dengan masalah yang sedang di hadapinya, maka biarkan orang-orang yang hadir di situ berbicara dan mengemukakan pendapatnya masing-masing guna memilih dan mencari solusi yang terbaik (bagi masalah tersebut). Adapun dirimu lebih baik diam dan menyimak pembicaraan mereka sambil memilih jalan terbaik yang paling sesuai untuk mengatasi masalahmu. Dalam hal seperti ini maka engkau akan melihat bagaimana keadaan orang lain, dan bagaimana bahwa di antara mereka juga ada bahkan banyak yang mengalami masalah dan musibah? Bahkan barangkali masalah dan musibah yang sedang mereka hadapi lebih berat dari yang kamu alami. Dan dalam pembicaraan orang lain kita bisa

menghibur hati, bahwa kiranya engkau bukan sendirian yang sedang mengalami masalah, dan ternyata tidak ada rumah melainkan di hampiri masalah (baik masalahnya kecil mau pun besar), namun keadaan orang tertutupi, dan isi dalam rumah juga tertutupi sedangkan yang mengetahui keadaan mereka semua hanya Allah Azza wa jalla.

Tiga puluh enam: Mendatangi konsultan yang bisa di percaya

Pada zaman sekarang ini banyak sekali bermunculan kantor atau pusat-pusat konsultasi, lebih khusus lagi yang berkaitan dengan urusan rumah tangga, dan bagaimana cara menyelesaikan perselisihan dan perbedaan yang ada antara keduanya.

Demikian juga ada kosultan yang menangani bagaimana cara mendidik anak. Dan yang paling bagus cara mendidik mereka dan di antara pusat pelayanan kosultasi tersebut adalah yang berada di bawah yayasan sosial, seperti proyek Syaikh Abdul Aziz untuk membantu remaja menikah. Di antaranya juga ada berdiri sendiri atau berhubungan dengan yayasan yang lain. Mungkin dengan mendatangi tempat-tempat seperti itu ada ide dan gagasan yang bagus dan berguna.

Tiga puluh tujuh: Meminta pendapat pada orang lain

Jika seseorang terkena masalah dari permasalahan dunia, maka dirinya membutuhkan cara untuk bisa menyelesaikan dan lepas dari masalah tersebut dengan meminta bantuan orang yang mempunyai pemikiran yang bagus dan jernih, untuk membantu menyelesaikan masalahnya, tentunya setelah meminta pertolongan terlebih dahulu kepada Allah Azza wa jalla. Namun di sini muncul sebuah pertanyaan yang sangat penting dalam kasus yang semacam ini, pada siapa kita seharusnya meminta pendapat? Kepada siapa kita tuangkan segala unek-unek dan keluh kesah kita?

Berkata Umar bin Khattab semoga Allah meridhoinya: "Jangan membicarakan (masalahmu) pada orang yang tidak bisa membantumu, kenali musuhmu, hati-hati pada temanmu kecuali orang yang bisa di percaya, dan tidak ada yang bisa di percaya melainkan orang yang takut kepada Allah Azza wa jalla, jangan (coba-coba) berjalan bersama orang fajir karena dia akan mengajari kamu bagaimana berbuat fajir. Jangan sebarkan rahasia pribadimu dan jangan mengajak bermusyawarah pada perkaramu melainkan orang-orang yang takut kepada Allah Azza wa jalla".

Siapa yang mau memperhatikan keadaan para konsultan pada zaman ini maka dia akan terheran-heran, karena di antara mereka ada yang memang tidak berpengalaman dalam masalah ini. Ada lagi yang lain yang tidak mempunyai ilmu dan paham dengan ilmu

syar'i, yang bisa menunjuki pekerjaannya, yang lain lagi ada konsultan di kalangan perempuan, (yang) di dapati ketika ada orang yang berkonsultasi dengannya maka dia dengan terburu-burunya memberi keputusan dengan menganjurkan supaya meninggalkan suaminya, sambil panjang lebar menjelaskan bahwa tidak ada faidahnya tinggal bersamanya lagi, kemudian sang wanita yang berkonsultasi tersebut setelah selesai berbicara dengannya, langsung menemui suaminya dan minta cerai darinya. Dia biarkan wanita malang tersebut merasakan pahitnya akibat dari anjuran sang konsultan tersebut dengan perceraian dan perpisahan bersama suaminya. Bahkan di sana ada orang yang setelah berkonsultasi pada mereka itu pulangnyanya membawa iri dan dengki yang membara di dalam hatinya.

Adapun usulan yang pertama hendaknya berkonsultasi kepada orang-orang yang jauh hubungan darinya, sehingga bisa menjaga rahasia dan permasalahannya, jauh untuk menyebarkan luaskan.

Sedangkan usulan yang lain bahwa orang yang sebaiknya di ajak untuk berkonsultasi hendaknya mereka para ulama dan orang sholeh, karena akan terjaga rahasianya dan tidak di sebarakan ke seorang pun, karena melihat begitu banyaknya orang yang datang kepada para ulama dan para syaikh, sedangkan yang lain karena mereka adalah orang-orang yang sholeh dan wara' yang akan menunjukan kepadamu untuk menyelesaikan masalah dengan ilmu dan cahaya dengan izin Allah Ta'ala. Dan tidak mengapa kalau sekiranya kamu lebih banyak lagi berhubungan atau berkonsultasi dengan para penuntut ilmu yang mumpuni, karena melepas problem bukan seperti meminta fatwa.

Karena sudah menjadi kebiasaan bahwa yang namanya sebuah problem, biasanya harus panjang lebar menjelaskan duduk permasalahannya, maka saya anjurkan supaya menghubungi para penuntut ilmu terlebih dahulu sebelum para masyayaikh besar, dikarenakan sempitnya waktu yang mereka miliki dan kesibukan yang mereka hadapi dengan urusan memberi fatwa. Bersamaan dengan itu juga dirinya harus teliti di dalam memilih pendapat secara adil yaitu dengan membandingkan pendapat yang lain secaraimbang sehingga penyelesaiannya bisa lebih positif hasilnya.

Tiga puluh delapan: Kerjakan sholat Istikharoh

Setelah engkau mendengar dan mempunyai beberapa solusi yang ingin engkau pilih, yang melekat di dalam hati, maka setelah berkonsultasi pada orang yang kamu anggap mampu dan mendengar pendapat dan anjurannya untuk menyelesaikan masalah yang sedang kamu hadapi, maka lakukanlah sholat istikharoh yang telah di ajarkan oleh Nabi *Shalallahu 'alaihi wa sallam* kepada kita sebagaimana telah shahih dalam sebuah hadits. Nabi *Shalallahu 'alaihi wa sallam* bersabda: "Kalau salah seorang di antara kalian hendak melakukan sesuatu hal, hendaknya ia melaksanakan sholat dua rakaat selain sholat wajib, kemudian berdoa:

«اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْتَخِيرُكَ بِعِلْمِكَ، وَأَسْتَقْدِرُكَ بِقُدْرَتِكَ، وَأَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ الْعَظِيمِ، فَإِنَّكَ تَقْدِرُ وَلَا أَقْدِرُ، وَتَعْلَمُ وَلَا أَعْلَمُ وَأَنْتَ عَلَامُ الْغُيُوبِ،

اللَّهُمَّ فَإِن كُنْتَ تَعْلَمُ هَذَا الْأَمْرَ وَتَسْمِيهِ بِاسْمِهِ، خَيْرَ لِي فِي دِينِي وَمَعَاشِي وَعَاقِبَةِ أَمْرِي فَاقْدِرْهُ وَيَسِّرْهُ لِي ثُمَّ بَارِكْ لِي فِيهِ؛ اللَّهُمَّ وَإِن كُنْتَ تَعْلَمُهُ شَرًّا لِي فِي دِينِي وَمَعَاشِي وَعَاقِبَةِ أَمْرِي، فَاصْرِفْهُ عَنْهُ وَاصْرِفْهُ عَنِّي، وَاقْدِرْ لِي الْخَيْرَ حَيْثُ كَانَ، ثُمَّ رَضْنِي بِهِ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ»

"Ya Allah, aku memohon pilihan kepadaMu dengan ilmuMu, aku memohon kemampuan kepadaMu dengan kekuasaanMu, dan aku memohon kepadaMu keutamaanMu yang agung. Sesungguhnya Engkau Maha Mengetahui sementara aku tidak mengetahui. Karena Engkau Maha Mengetahui hal-hal yang ghaib. Ya Allah, bila Engkau mengetahui bahwa perkara ini (sebutkan apa yang menjadi persoalannya) lebih baik dalam agamaku, hidupku dan akhir urusanku, maka takdirkanlah hal itu bagiku dan mudahkanlah aku untuk mendapatkannya, kemudian berkatilah aku dalam hal tersebut. Dan apabila Engkau mengetahui bahwa perkara ini tidak baik, dalam agamaku, hidupku dan akhir urusanku, maka jauhkanlah perkara tersebut dariku dan hindarkanlah diriku darinya, lalu takdirkanlah yang baik buat diriku bagaimanapun adanya, kemudian buatlah aku ridha dengannya, tidak ada daya dan kekuatan melainkan dari Allah". HR Thabrani dari Ibnu Umar.

Tiga puluh Sembilan: Semuanya memerlukan waktu

Waktu adalah bagian dari solusi (sebuah masalah) bahkan bisa jadi waktu adalah solusi yang (akan mengobati masalah), yang berjalan dengan sendirinya bersama berlalunya hari demi hari, dan malam yang tiada henti, orang yang di tinggal meninggal sudah lupa akan musibahnya, perempuan yang di cerai telah menikah kembali anaknya yang kecilpun sudah mulai tumbuh besar, dan ibunya pun telah melupakan anaknya yang telah di susui. Dan Allah lah tempat meminta pertolongan.

Biarkanlah hari berlalu, carilah amal sholeh yang bisa mendekatkan dirimu sedekat-dekatnya kepada Allah *Subhanahu wa ta'ala*, hari akan datang silih berganti mengambil bagiannya. Dan nafas kita ini akan berhenti pada ketentuanNya, kemudian datanglah penghancur segala kenikmatan membawa hati yang berduka, dan akal yang telah lelah untuk berpikir, kemudian setelah itu tinggal pembalasan dan perhitungan di hadapan Allah Ta'ala. *Innaa lillahi wa inaa ilaihi raji'un.*

Empat puluh: Menyerahkan semua urusannya kepada Allah Ta'ala

Seorang manusia seberapa pun sedih dan merananya di dunia ini, tidak ada yang lain kecuali sesuatu yang telah di takdirkan baginya oleh Allah Azza wa jalla, maka jika dia telah berusaha

dengan segala kemampuannya, meminta nasehat kesana kemari pada orang yang dia percayai, shalat istikharoh juga sudah di kerjakan, namun semua perkaranya berada di tangan Allah Azza wa jalla, yang mengatur segala urusan makhlukNya sesuai dengan apa yang di kehendakiNya. Oleh karena itu selalu berbaik sangkalah pada hukum dan ketentuan Allah Azza wa jalla, terlebih jika dirimu telah berusaha sekuat tenaga. Memujilah kepada Allah Ta'ala yang telah memberi takdir pada setiap perkara, dan wajib bagimu merasa bahagia dan senang karena dirimu bisa kembali untuk berpegang pada tiang yang kokoh dan pada Rabb yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.

Lihatlah keadaan Nabi *Shalallahu 'alaihi wa sallam* ketika dirinya merasa sedih sekali tatkala di tolak oleh kaumnya setelah usaha dan kemampuan yang beliau korbakan untuk mendakwahi mereka, maka Allah Azza wa jalla berfirman kepada beliau, dengan firmanNya:

قال الله تعالى: ﴿فَلَا تَذْهَبْ نَفْسُكَ عَلَيْهِمْ حَسْرَاتٍ﴾ [فاطر: ٨]

"Maka janganlah dirimu binasa karena kesedihan (yang kamu rasakan) terhadap mereka". QS Faathir: 8.

Penutup

Saudaraku, jika rasa sakit dan kesedihan menerpa dirimu di sebabkan sebuah musibah, dan segala usaha telah engkau tempuh, namun kegelapan menutup jalanmu, sadarilah bahwa itu termasuk kejadian dunia yang telah di takdirkan. Oleh karena itu dirimu harus tunduk dan merasa ridho dengan apa yang telah di tentukan dan di takdirkan oleh Allah Azza wa jalla, , karena ridho dengan qadha dan takdir Allah Azza wa jalla itulah kedudukan yang utama. Allah Ta'ala berfirman:

قال الله تعالى: ﴿قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا﴾

[التوبة: ٥١]

"Katakanlah: "Sekali-kali tidak akan menimpa kami melainkan apa yang telah ditetapkan Allah untuk kami. Dialah pelindung kami". QS at-Taubah: 51.

Kemudian tingkatan yang kedua adalah sabar dengan musibah yang menimpa, dan tingkatan sabar ini bagi orang yang tidak mampu untuk ridho dengan qadha Allah Ta'ala, karena rasa ridha adalah sesuatu yang di anjurkan sedang sabar adalah suatu kewajiban bagi seorang mukmin kokoh.

Ketahuiilah bahwasanya ketika dirimu ditimpa suatu musibah yang tidak engkau senangi, maka pahamiilah bahwa yang telah mentakdirkan (adanya musibah) adalah Allah Dzat yang Maha Bijaksana lagi Maha Mengetahui, Dzat yang berbuat sesuai

dengan yang di kehendaki dan menghukumi apa yang di inginkan. Begitu juga bahwasanya Allah Ta'ala telah memberi rahmatNya yang bermacam-macam kepada hambaNya tanpa pamrih, kemudian setelah itu Allah Ta'ala memberi rahmat dan taufikNya kepada hambaNya untuk bisa bersyukur, merahmatinya dan memberinya ujian, kemudian setelah itu memberi rahmat dan taufikNya untuk bisa bersabar, maka keridhoan kepada Allah Ta'ala di dahulukan atas segala yang telah kita rencanakan, karena manusia merencanakan tetapi Allahlah yang menentukan, Allah Ta'ala juga menyayangi dengan menjadikan adanya musibah tersebut sebagai penghapus dosa dan kesalahannya serta menambah kebaikan dan mengangkat derajatnya.