

As-Sunnah
jurnal menelaah keislaman

Bonus Edisi Khusus
Ramadhan-Syawwal 1431H
Agustus-September 2010M

Tidak Untuk Diperdagangkan

Sumber Kebahagiaan Manusia

Dapatkan > 150 eBook Islam Lainnya Gratis di
<http://ibnumajjah.wordpress.com/>

Geramah

**Prof. DR. Abdur Razaq bin Abdul Muhsin al-Abbad al-Badr
di Masjid Istiqlal Jakarta pada tanggal 18 Januari 2010**

SUMBER KEBAHAGIAAN MANUSIA ¹

Kebahagiaan, perkara yang selalu dicari oleh setiap orang, sebuah cita-cita yang selalu berusaha diraih oleh manusia. Tidak ada seorang pun yang mau hidup sengsara. Namun persepsi tentang hakekat kebahagiaan ini pada pandangan manusia berbeda-beda, sehingga berbeda-beda pula cara yang ditempuh untuk mewujudkannya.

Ragam orang dalam mencari kebahagiaan

Di antara mereka, ada yang mencarinya dengan cara yang justru menjerumuskan dirinya pada kesengsaraan. Seperti mencari kebahagiaan dengan melakukan perbuatan yang haram, mencarinya dengan cara menenggak miras dan mengkonsumsi obat-obatan terlarang. Ini semua tidak bisa mendatangkan kebahagiaan sedikit pun. Bahkan –demi Allah– sebaliknya, dia telah mengantarkan diri dan keluarganya pada kehancuran.

Ada juga manusia yang mengharapkan kebahagiaan dengan cara melakukan dosa-dosa besar, tindakan keji dan kemungkaran. Padahal maksiat hanya akan menambahkan kegelapan dan kegelisahan dalam hati, bukan kebahagiaan. Sebagian mencoba menggapai kebahagiaan dengan mengumpulkan harta, walaupun dengan cara haram. Dia tidak peduli bagaimana harta ia dapatkan, yang penting baginya adalah harta terkumpul, meski dihasilkan melalui praktek riba, jual-beli yang haram, kecurangan dan praktek transaksi haram lainnya. Dan begitu seterusnya. Masing-masing menempuh cara-cara yang berbeda-beda guna mencapai kebahagiaan

1 Ceramah Prof. DR. Abdur Razzaaq bin Abdul Muhsin al-Abbaad al-Badr di Masjid Istiqlal Jakarta pada tanggal 18 Januari 2010 dengan pembubuhan sub-sub judul dari redaksi.

untuk diri dan keluarganya. Padahal kebahagiaan itu hanya akan menghampiri hati orang-orang yang mencarinya pada kebenaran yang telah dijelaskan dengan tuntas dalam al-Qur'an dan Sunnah Nabi ﷺ.

Maksiat tidak akan mendatangkan kebahagiaan

Kebahagiaan itu tidak mungkin dapat diraih dengan menempuh jalan yang tidak diridhai Allâh ﷻ, meski terkadang pelaku dapat merasakan kesenangan dengan cara maksiat, namun itu hanya sesaat saja. Kemudian setelah itu, berganti dengan kepedihan yang berkepanjangan, sebagaimana dilukiskan dalam syair berikut:

نَسِيَ اللذَّةَ مِمَّنْ نَالَ صَفْوَتَهَا ... مِنَ الْحَرَامِ وَبِتَى الْحَزَى وَالْعَارُ
نَسِيَ عَوَاقِبَ سُوءٍ فِي مَعْبَتِهَا ... لَا حَيْرَ فِي لَدَةِ مَنْ بَعْدَهَا النَّارُ

*Kesenangan akan lenyap dari orang yang mencarinya
Melalui perkara yang haram; hinaan dan celaan
itulah yang tersisa.*

*Dampak-dampak buruknya akan senantiasa meliputi
pelakunya*

*Apatah arti sebuah kesenangan yang berujung pada
neraka*

Pangkal kebahagiaan, taat kepada Allâh ﷻ

Oleh karena itu, seorang Muslim yang telah dimudahkan oleh Allâh ﷻ untuk memperoleh ilmu dan dilapangkan hatinya untuk menerima kebaikan, ia tahu benar bahwa hidayah itu di tangan Allâh ﷻ, dan tidak akan bisa diperoleh kecuali dengan menaati-Nya. Ada ungkapan singkat yang mestinya kita hafal dan perhatikan dengan baik, kemudian kita

Sumber Kebahagiaan Manusia

ajarkan pada anak-anak kita, kita sebarkan di sekolah-sekolah dan para karib kerabat yang kita cintai. Yaitu, 'Kebahagiaan itu di tangan Allâh ﷻ, dan tidak akan bisa diraih kecuali dengan menaati Allâh'. Inilah kalimat singkat yang mewakili sekian banyak ungkapan lainnya.

Kaum Muslimin meyakini dengan sepenuh hati bahwa segala sesuatu di tangan Allâh ﷻ, apa yang kehendaki pasti terjadi dan yang tidak dikehendaki-Nya pasti tidak akan terjadi. Mereka juga yakin bahwa segala sesuatu berjalan sesuai dengan qadha dan taqdir-Nya, tidak ada yang mampu melawan kehendak dan takdir-Nya. Di antara ungkapan yang paling bagus tentang hal ini adalah bait-bait syair yang indah yang berasal dari Imam Syâfi'i رَحْمَةُ اللهِ عَلَيْهِ :

وَمَا شِئْتُ إِنْ لَمْ تُشَأْ لَمْ يَكُنْ	مَا شِئْتُ كَانَ وَإِنْ لَمْ أَشَأْ
وَفِي الْعِلْمِ يَجْرِي الْفَتَى وَالْمُسْنُ	خَلَقْتَ الْعِبَادَ عَلَيَّ مَا عَلِمْتُ
وَهَذَا أَعْنَتْ وَذَا لَمْ تُعِنْ	عَلَيَّ ذَا مَنَنْتَ وَهَذَا خَدَلْتُ
وَمِنْهُمْ فَيَحُحُ وَمِنْهُمْ حَسَنٌ	فَمِنْهُمْ شَقِيٌّ وَمِنْهُمْ سَعِيدٌ

Apa yang Engkau kehendaki pasti akan terjadi walaupun aku tidak menghendakinya,

dan apa yang aku kehendaki, tidak akan terjadi kalau Engkau tiada menghendakinya,

Engkau ciptakan para hamba dengan ilmu-Mu,

Si tua dan si muda berjalan di atas pengetahuan-Mu,

Yang ini Engkau beri anugerah dan yang itu Engkau biarkan,

Yang ini Engkau tolong dan yang itu tidak dibantu,

Di antara mereka, ada yang bahagia dan ada pula yang sengsara,

Di antaranya ada yang buruk rupa, ada pula yang elok menawan

Sumber Kebahagiaan Manusia

Artinya, segala sesuatu itu di tangan Allāh ﷻ. Maka jika meyakini hal tersebut, seorang Muslim hanya akan menyandarkan seluruh harapannya kepada Allāh ﷻ, hanya meminta dan menyerahkan segala urusan kepada-Nya, akan selalu memohon agar Allāh ﷻ berkenan menjadikannya termasuk hamba-hamba yang berbahagia dan mampu menempuh jalur-jalur untuk dapat meraihnya.

Allāh ﷻ telah mentakdirkan dengan takdir *kauni* dan *syar'i* bahwa kebahagiaan itu tidak akan diperoleh melainkan dengan senantiasa patuh dan taat kepada-Nya dan menjauhkan diri dari perbuatan maksiat. Sementara tiada seorang (makhluk) pun yang mampu menolak ketentuan-Nya. Banyak dalil dalam al-Qur'an dan Sunnah tentang ini. Di antaranya, firman Allāh ﷻ berikut :

فَإِذَا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنِ اتَّبَعَ هُدَايَ فَلَا

يَضِلُّ وَلَا يَشْقَى ﴿١٢٣﴾ وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ

مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى ﴿١٢٤﴾

Dan apabila datang kepadamu petunjuk dari-Ku maka barangsiapa mengikuti petunjuk itu niscaya dia tidak akan tersesat dan tiada pula sengsara. Sedangkan barang siapa yang berpaling dari peringatan ku maka baginya kehidupan yang sempit (Qs Thâhâ/20:123-124)

Ini merupakan takdir yang telah digariskan oleh Allāh ﷻ, bahwa barang siapa mengikuti petunjuk, maka dia tidak akan tersesat dan sengsara, barang siapa mengikuti petunjuk Allāh ﷻ, ia akan senantiasa berada di atas petunjuk dan dalam

kebahagiaan yang abadi di dunia dan akhirat. Sebaliknya, siapa yang berpaling dari peringatan Allâh ﷻ, niscaya akan selalu terhimpit kesusahan, kegundahan, kerisauan dan kesedihan, kemudian pada akhirnya penderitaan tersebut diakhiri dengan adzab yang pedih dan penyesalan. *Wal'iyâdzubillâh.*

Al-Qur'ân, kitab petunjuk menuju kebahagiaan

Al-Qur'ân merupakan kitab yang menjadi mata air kebahagiaan. Siapa saja mengharapkan kebahagiaan, hendaklah mencarinya dalam al-Qur'ân dan Sunnah Nabi Muḥammad ﷺ. Inilah makna firman Allâh ﷻ yang artinya *"Dan barang siapa mengikuti petunjuk-Ku",*. Petunjuk Allâh ﷻ adalah al-Qur'ân dan Sunnah.

Allâh ﷻ telah menurunkan al-Qur'ân yang agung nan mulia ini untuk kebahagiaan para hamba. Al-Qur'ân ini benar-benar merupakan sumber kebahagiaan. Barang siapa mencari kebahagiaan, niscaya akan mendapatkannya dalam al-Qur'ân.

Tatkala Allâh ﷻ menurunkan al-Qur'ân kepada Nabi Muḥammad, kaum musyrikin mulai mencela dan memaki beliau, memanggil beliau dengan ungkapan yang buruk, dan mengatakan bahwa al-Qur'ân adalah kitab yang ditulis dan dibuat oleh tangan manusia biasa, atau kitab yang diturunkan agar Nabi Muḥammad ﷺ dan para pengikutnya menjadi orang-orang yang sengsara. Mereka terus melontarkan berbagai kedustaan dan melancarkan tindak kezhaliman, hingga akhirnya Allâh ﷻ menurunkan ayat:

طه ﴿١﴾ مَا أَنزَلْنَا عَلَيْكَ الْقُرْآنَ لِتَشْقَىٰ ﴿٢﴾

Thaha. Kami tidaklah menurunkan al-Qur'ân agar kamu menjadi susah (Qs Thâhâ/20:1)

Sumber Kebahagiaan Manusia

Pengertiannya, Kami menurunkannya hanya agar kamu menjadi orang yang berbahagia. Karenanya, pecinta al-Qur'an, dialah orang yang bahagia, pecinta al-Qur'an yang dimaksudkan di sini adalah mereka yang benar-benar mencintainya, sebagaimana firman Allāh ﷻ :

الَّذِينَ آتَيْنَاهُمُ الْكِتَابَ يَتْلُونَهُ حَقَّ تِلَاوَتِهِ أُولَٰئِكَ
يُؤْمِنُونَ بِهِ

Dan orang-orang yang diberikan kepadanya al-kitab (al-Qur'an) mereka membaca kitab tersebut dengan sebenar-benarnya. Mereka itulah orang-orang yang beriman dengannya (QS. Al-Baqarah/2:121)

Makna membaca al-Qur'an dengan sebenar-benarnya, adalah membacanya dan berusaha menghafalkan al-Qur'an sesuai dengan kadar kemampuan, baik menghafal nama-nama surat maupun ayat-ayatnya, berusaha memahami maknanya, dan kemudian mengamalkan kandungannya.

Bukan berarti, untuk memperoleh kebahagiaan itu harus dengan menghafal seluruh ayat al-Qur'an, karena tidak semua orang bisa melakukannya. Namun yang dimaksudkan di sini, hendaknya seorang Muslim menjadi orang yang senantiasa berhubungan dengan al-Qur'an, berusaha memahami dan mengamalkannya. Sebab, semakin besar perhatiannya kepada al-Qur'an, maka akan kian besar pula kebahagiaan yang akan dia reguk.

Apabila seorang Muslim membaca al-Qur'an dengan sebenar-benarnya, ia akan mendapati bahwa kebahagiaan yang ditunjukkan oleh al-Qur'an hanya akan dapat diraih dengan,

mengimani Allāh ﷻ, Dzat yang berhak diibadahi, Dzat Yang Maha pencipta, Maha memberi rezeki, Maha memberi dan Maha menghalangi, berkuasa merendahkan dan meninggikan derajat seseorang, Maha kuasa untuk menahan dan melapangkan, Maha memuliakan (hamba yang taat) dan menghinakan (pelaku maksiat), Maha pemberi petunjuk dan Maha menyesatkan, dan mengimani bahwa di tangan Allāh ﷻ lah tersimpan kendali segala perkara dan urusan. Juga dengan mengimani *asma'ul husnā* dan sifat-sifat-Nya yang maha tinggi, meyakini bahwa hanya Allāh ﷻ Dzat yang berhak diibadahi, tiada yang berhak untuk diibadahi selain-Nya, dengan selalu menyerahkan dan menghinakan diri di hadapan-Nya, melaksanakan perintah dan menjauhi larangan-Nya. Inilah sumber seluruh kebahagiaan yang utama. Hal ini berdasarkan firman Allāh ﷻ :

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ
فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً ۖ وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا
كَانُوا يَعْمَلُونَ

Barang siapa mengerjakan amal sholeh dari golongan laki-laki dan wanita, sedangkan dia beriman, maka sungguh Kami benar-benar akan memberinya kehidupan yang baik, dan Kami akan membalas mereka dengan (pahala yang besar) dikarenakan sebaik-baik amalan yang telah mereka kerjakan (QS. an-Nahl/ 16:97)

Maksud kehidupan yang baik yaitu kehidupan orang-orang yang berbahagia, yang hanya bisa diraih dengan beriman kepada Allāh ﷻ, mengimani hal-hal yang Allāh ﷻ

perintahkan kepada kita untuk mengimaninya, dan dengan beramal sholeh.

Memang benar bahwa kebahagiaan itu hanya akan dapat diraih dengan beriman kepada Allâh ﷻ dan berbuat amal sholeh yang akan mendekatkan orang kepada Allâh ﷻ. Maka siapa saja telah menjadi seorang Muslim dengan sifat demikian, dia adalah insan yang berbahagia, baik ia seorang yang kaya atau miskin, penguasa atau rakyat jelata, sehat ataupun sakit. Mereka akan memperoleh kebahagiaan sesuai dengan kadar keimanan dan amal kebajikannya.

Kekayaan dan kesehatan bukan faktor utama

Kebahagiaan tidak akan dapat dicapai hanya dengan banyaknya harta, tidak pula dengan kesehatan yang prima ataupun yang lainnya, namun kebahagiaan itu hanya akan didapat dengan iman dan amal-amal sholeh yang mendekatkan pelakunya kepada Allâh ﷻ. Oleh karena itu, terkadang ada seseorang yang sangat kaya dan perniagaannya sukses besar, akan tetapi dia tidak merasa bahagia, kehidupannya hanya terisi dengan kesedihan, kegundahan dan kesempitan. Sehingga tidak jarang orang kaya yang tidak bisa tidur kecuali setelah mengkonsumsi obat penenang dan obat tidur. Di sisi lain, betapa banyak orang miskin yang tidur pulas walaupun hanya berbantalkan batu, hatinya terasa lapang, pikirannya pun terasa nyaman, karena dia merasa cukup dengan karunia yang telah Allâh ﷻ berikan kepadanya.

Kebahagiaan itu juga tidak berhubungan dengan kesehatan yang prima. Betapa banyak orang yang sehat, namun tidak merasakan kebahagiaan dalam hidupnya. Justru, orang yang sedang menderita penyakit justru dapat

merasakan berbahagia. Karena iman telah tertanam di dalam hatinya. Saya akan bawakan sebuah kisah yang sangat menakjubkan. Setahun yang silam, ada seorang pemuda berumur 27 tahun yang menelpon saya.

Pemuda itu berkata, "Syaikh, saya hendak bertanya tentang sesuatu, tapi sebelum saya menyampaikannya perlu anda ketahui bahwa seluruh anggota tubuhku kini tidak dapat digerakkan lagi kecuali kepala saja".

Saya pun balik bertanya, "Dari daerah manakah Anda?"

Pemuda itu menjawab dan memberikan alamat rumahnya. Kemudian saya datang ke rumahnya dan berbincang-bincang dengan sang pemuda selama satu setengah jam.

Saya bertanya kepadanya, "Apa gerangan yang hendak engkau tanyakan kepadaku?" Lalu ia menyampaikan pertanyaannya dan saya pun menjawabnya. Selanjutnya, ia bercerita tentang penyakitnya tersebut yang ternyata semua itu bermula dari sebuah kecelakaan mobil, namun di akhir pembicaraan dia berkata:

"Demi Allâh Syaikh, baru sekarang saya merasakan kebahagiaan yang dari dulu selalu saya cari dan belum pernah saya dapatkan"

Kebahagiaan yang dirasakan sang pemuda, insya Allâh adalah kebahagiaan yang bersumber dari keimanan kepada Allâh ﷻ. Maka benarlah apa yang telah disabdakan oleh Nabi ﷺ :

عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ وَلَيْسَ ذَاكَ لِأَحَدٍ إِلَّا
لِلْمُؤْمِنِ إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَّاءٌ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ وَإِنْ أَصَابَتْهُ
ضَرَّاءٌ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ

Sumber Kebahagiaan Manusia

Sungguh sangat menakjubkan kondisi seorang Mukmin. Seluruh kondisinya baik dan itu tidak ada pada seseorang kecuali pada seorang Mukmin. Jika mendapat nikmat, ia pun bersyukur dan itu adalah yang terbaik baginya. Jika ditimpa musibah, ia bersabar dan itulah yang terbaik bagi dirinya. (HR. Muslim)

Jadi, orang yang beriman (Mukmin) ialah orang yang akan selalu mengenyam kebahagiaan di kala senang maupun susah, kondisi lapang maupun sempit dan dalam segala keadaan dia merasakan kebahagiaan.

Dia bersyukur saat mendapatkan karunia, karenanya kemudian ia memperoleh balasan orang-orang yang bersyukur. Dan dia bersabar tatkala ditimpa musibah sehingga memperoleh ganjaran orang-orang yang bersabar. Sebagaimana mensyukuri nikmat itu merupakan sebuah kenikmatan, demikian pula bersabar dalam menghadapi musibah dan bencana juga merupakan kenikmatan. Kenikmatan tersebut akan terasa di dalam hati.

Orang yang mendapatkan kenikmatan kemudian bersyukur, ia akan merasakan nikmatnya bersyukur. Sedangkan orang yang sedang ditimpa musibah, lalu bersabar, ia akan merasakan nikmatnya bersabar. Dikarenakan hal inilah, para Ulama berbeda pendapat tentang siapakah yang lebih tinggi derajatnya, apakah orang kaya yang pandai bersyukur ataukah orang miskin yang selalu bersabar. Hal ini pernah ditanyakan kepada Syaikhul Islam Ibnu Taimiyah rahimahullah dan beliau menjawab, "Yang paling *afdhal* (utama) antara keduanya adalah yang paling bertakwa kepada Allâh Subhânahu wa Ta'âluhu. Jika keduanya sama dalam ketakwaan, maka sama pula ketinggian derajat mereka".

Tiga landasan kebahagiaan

Berkaitan dengan hal di atas, ada tiga hal yang harus terpenuhi guna meraih kebahagiaan, yang diungkapkan oleh Imam Ibnul Qayyim رحمته الله dengan istilah tanda-tanda kebahagiaan. Ketiga hal tersebut adalah **bersyukur, sabar dan beristighfar**. Karena keadaan seseorang akan selalu berputar antara mendapatkan karunia yang melimpah, ditimpa musibah, atau terjerumus dalam lubang dosa. Seseorang yang beriman tatkala memperoleh sebuah kenikmatan, ia mengetahui bahwa itu semua datang dari Allâh ﷻ, kemudian ia memuji Allâh ﷻ dan bersyukur kepada-Nya. Jika ditimpa musibah, dia yakin bahwa itu semua atas kehendak Allâh ﷻ, lalu dirinya ridha dan bersabar. Dan bila pada suatu waktu terkalahkan oleh nafsunya dan terjatuh ke dalam jurang dosa, ia menyadari bahwa dirinya telah melanggar batasan-batasan Allâh ﷻ dan kemudian segera bertaubat dan beristighfar.

Tiga hal tersebut, semuanya kembali pada penjelasan yang sebelumnya bahwa kebahagiaan itu hanya dapat diraih dengan beriman kepada Allâh ﷻ. Keimanan merupakan tempat bersandar seorang Muslim pada setiap keadaannya. Apabila dia selalu berjalan di bawah naungan cahaya iman tersebut, dengan izin Allâh ﷻ, ia akan menjadi orang yang berbahagia. Besar kecilnya kebahagiaan yang akan dia rasakan tergantung pada tebal dan tipisnya keimanan kepada Allâh ﷻ. Sebab keimanan yang selalu dia pegang dengan erat akan memandunya menuju jalan kebenaran dan kebajikan. Misalnya, apabila seorang Mukmin dianugerahi taufik oleh Allâh ﷻ untuk melakukan berbagai macam amal kebajikan, baik mendirikan shalat, membayar zakat ataupun menunaikan ibadah haji, maka keimanan yang ada pada dirinya itu akan menuntunnya untuk meyakini bahwa segala yang telah ia kerjakan semata-mata merupakan karunia dari Allâh ﷻ. Allâh ﷻ berfirman :

وَلَوْلَا فَضْلُ اللَّهِ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَتُهُ، مَا زَكَا مِنْكُمْ مِّنْ أَحَدٍ
أَبَدًا وَلَٰكِنَّ اللَّهَ يُزَكِّي مَن يَشَاءُ ۗ

Dan jikalau bukan karena karunia Allâh atas kalian maka tidak akan ada seorang pun dari kalian yang bersih (dari perbuatan keji dan mungkar) untuk selama-lamanya, akan tetapi Allâh membersihkan siapa saja yang Dia kehendaki (QS. an-Nûr/24:21)

Peran keimanan bagi seorang Muslim dalam meraih kebahagiaan

Iman itu juga akan menuntunnya bersyukur kepada Dzat yang Maha memberi kenikmatan. Allâh ﷻ berfirman :

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ ﴿١٤٧﴾

Dan ingatlah tatkala Allâh mengikrarkan bahwa jika kamu mensyukuri (nikmat-Ku), niscaya akan Aku tambah nikmat itu untukmu. Dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), sesungguhnya adzab-Ku amatlah pedih (QS. Ibrâhîm/14:7)

Bilamana terjerumus pada perbuatan maksiat, keimanan akan mendorongnya untuk mengakui kesalahannya, menuntunnya untuk menyesali perbuatannya, bertaubat dan memperbanyak istighfar. Alangkah indahnya apabila seorang Muslim ketika hendak tidur, dia mengikuti petunjuk Nabi setiap kali beliau merebahkan badannya di atas pembaringan. Beliau memanjatkan doa yang berbunyi:

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَنَا وَسَقَانَا وَكَفَانَا وَآوَانَا
فَكَمْ مِمَّنْ لَا كَافِيَ لَهُ وَلَا مُؤْوِي

Segala puji bagi Allâh yang telah memberi kami makan dan minum kepada kami, mencukupi kami dan memberi kami tempat perlindungan. Alangkah banyak orang yang tidak memiliki Dzat yang memberi dan melindunginya (HR. Muslim)

Seorang Mukmin meyakini bahwa tempat tinggalnya, makanan serta minumannya berasal dari karunia Allâh ﷻ, kemudian ia memuji dan bersyukur kepada-Nya. Dalam sebuah hadis disebutkan:

إِنَّ اللَّهَ لَيَرْضَى عَنِ الْعَبْدِ أَنْ يَأْكُلَ الْأَكْلَةَ فَيَحْمَدُهُ عَلَيْهَا أَوْ
يَشْرَبَ الشَّرْبَةَ فَيَحْمَدُهُ عَلَيْهَا

Sesungguhnya Allâh meridhai seorang hamba yang makan makanan kemudian memuji-Nya, dan Allâh juga meridhai seorang hamba yang minum minuman lalu memuji Allâh karenanya (HR. Muslim no. 2734)

Dan apabila seorang Mukmin dilanda musibah, berupa penyakit, kemiskinan, meninggalnya karib kerabat, kehilangan harta benda atau ujian yang lainnya, dia akan segera kembali kepada keimanan yang telah tertanam dalam hatinya. Allâh ﷻ berfirman:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ
الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالشَّمْرَاتِ وَبَشِيرِ الصَّابِرِينَ

Sumber Kebahagiaan Manusia

Dan sungguh Kami akan menguji kalian dengan sedikit rasa takut, lapar dan kekurangan harta benda, maka berilah kabar gembira kepada orang-orang yang bersabar (QS. al-Baqarah/2:155)

Keimanan akan mengantarkannya pada kesabaran, menerima takdir dan ketentuan Allâh ﷻ atas dirinya. Allâh ﷻ berfirman:

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَمَنْ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ يَهْدِ
قَلْبَهُ

Tidaklah satu musibah pun yang menimpa melainkan atas izin Allah. Dan barang siapa beriman kepada Allâh, maka Allâh akan menunjakannya kepada kebenaran (QS. at-Taghâbun/64:11)

Sebagian Ulama Salaf menafsirkan ayat di atas dengan berkata, "Yang dimaksud adalah seorang Mukmin yang meyakini bahwa musibah itu datangnya dari Allâh ﷻ, lalu merasa ridha dan berserah diri."

Demikianlah, kita dapati seorang Mukmin itu akan selalu kembali pada keimanannya dalam setiap keadaan, baik tatkala ia telah mengerjakan ketaatan maupun melakukan tindakan maksiat, dalam keadaan kaya maupun papa, ketika sehat maupun sakit dan berbagai keadaan lainnya. Dengan kembali kepada keimanan, ia akan mendapatkan ketenangan jiwa, kelapangan hati, dan kebahagiaan hidup. Allâh ﷻ berfirman:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ
تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Sumber Kebahagiaan Manusia

Yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka tentram dengan mengingat Allah. Ketahuilah dengan mengingat Allâh itu hati akan tenang (QS. a-Ra'du/13:28)

Keimanan dan amal shaleh seorang hamba berasal dari karunia Allâh ﷻ

Dan hendaklah seorang Mukmin meyakini bahwa iman yang ia rasakan dan amal shalih yang ia kerjakan, bersumber dari taufik dan karunia Allâh ﷻ.

Allâh ﷻ berfirman:

وَلٰكِنَّ اللّٰهَ حَبَّبَ اِلَيْكُمْ الْاِيْمَانَ وَزَيَّنَّهُ فِىْ قُلُوْبِكُمْ وَكَرَّهَ اِلَيْكُمْ الْكُفْرَ وَالْفُسُوْقَ وَالْعِصْيَانَ ؕ اُوْتَيْتِكُمْ هُمْ الرّٰشِدُوْنَ ۗ فَاَضَلَّآ مِنْ اللّٰهِ وَنِعْمَةً ۗ وَاللّٰهُ عَلِيْمٌ حَكِيْمٌ ﴿٧٨﴾

Dan akan tetapi Allâh yang menjadikan kalian cinta pada keimanan dan menghiasinya di hati kalian, dan menjadikan kalian benci terhadap kekufuran, kefasikan, serta kemaksiatan. Mereka itulah orang-orang yang berpikar. Sebagai karunia dan nikmat dari Allâh, dan Allâh adalah Dzat yang Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana (Qs al-Hujurât/49:7-8)

Allâh ﷻ berfirman :

يٰۤاٰمِنُوْنَ عَلَيْكَ اَنْ اَسْلَمُوْا ۗ قُلْ لَّا تَمُنُوْا عَلَيَّ اِسْلَمَكُمْ ۗ بَلِ اللّٰهُ يَمُنُّ عَلَيْكُمْ اَنْ هَدٰىكُمْ لِلاِيْمٰنِ اِنْ كُنْتُمْ

صَدِّقِينَ

Mereka merasa berjasa kepadamu dengan keislaman mereka. Katakanlah, "Janganlah kamu merasa berjasa kepadaku dengan keislamanmu. Sebenarnya Allâh yang melimpahkan nikmat kepadamu dengan menunjukan kamu kepada keimanan, jika kamu orang yang benar (Qs. Al-Hujurât/49:17)

Allâh ﷻ juga berfirman :

وَلَوْلَا فَضْلُ اللَّهِ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَتُهُ مَا زَكَا مِنْكُمْ مِّنْ أَحَدٍ
أَبَدًا وَلَكِنَّ اللَّهَ يُزَكِّي مَن يَشَاءُ

Dan jikalau bukan karena karunia Allâh atas kalian, maka tidak akan ada seorang pun dari kalian yang bersih (dari perbuatan keji dan mungkar) untuk selama-lamanya. Akan tetapi, Allâh membersihkan siapa saja yang Dia kehendaki (QS. an-Nur/24:21)

Ayat-ayat yang menunjukkan hakekat ini sangatlah banyak. Intinya, seorang Mukmin tatkala ia mampu melaksanakan amal shalih ataupun menjauhi maksiat, ia harus yakin bahwa itu semua tidak lepas dari karunia Allâh ﷻ. Karena itu, tidak sepatasnya merasa 'ujub (silau, berbangga diri) dengan ilmu, harta dan kedudukannya. Karena sifat tersebut dapat merusak amal shalih seseorang dan sekali-kali tidaklah bermanfaat baginya.

Para Ulama mengatakan, "Terkadang amal shalih menjadi sebab terjerumusny seorang hamba ke dalam neraka. Dan sebaliknya, perbuatan maksiat terkadang justru menuntun pelakunya masuk ke dalam surga". Karena tatkala mengerjakan amalan shalih, orang merasa bangga dengan dirinya, ketika mendapatkan nikmat, ia merasa bahwa memang dirinya pantas untuk mendapatkannya, sementara orang lain tidak berhak,

karena mereka belum melaksanakan amal shalih seperti yang ia kerjakan. Hal ini seperti diungkap dalam sebuah hadits bahwa orang-orang yang pertama kali akan dinyalakan api neraka untuk mereka adalah seorang yang membaca al-Qur`ân agar disebut *qâri'* (pandai membaca), orang yang berjihad agar dikatakan mujahid, dan orang yang berinfaq supaya digelar sebagai dermawan.²

Artinya, tatkala niat seseorang dalam beramal shaleh berubah untuk mencari perhatian dan sanjungan, maka akan berubah pula hukum bagi amalan shalih yang ia kerjakan.

Sementara itu, kadang kala maksiat justru mengantarkan pelakunya masuk ke dalam syurga, pasalnya ketika melakukan perbuatan dosa, dia segera bertaubat, mohon ampun dan menyesalinya, kemudian dia memperbanyak amal shalih, baik yang wajib maupun sunnat, mengharap ridha dan ampunan Allâh ﷻ. Akhirnya, dia pun masuk ke dalam syurga.

Oleh karena itu, Ibnuul Qayyim رَحْمَةُ اللهِ عَلَيْهِ dalam beberapa kitabnya menegaskan, "Di antara tanda kebahagiaan seorang hamba adalah tatkala amal shalih yang dilakukannya ada di belakangnya dan dosa-dosanya ada di depan matanya. Dan sebaliknya, di antara tanda kesengsaraan seorang hamba, takala ia menjadikan amal shalihnya berada di depan mata dan dosa-dosanya di belakang punggungnya."

Seorang hamba yang menempatkan amal shalihnya di depan mata, hanya akan menyibukan diri dengan menyebut-nyebut amal kebaikan itu di depan orang lain, dengan mengatakan saya telah berinfaq, saya telah beramal, dan seterusnya. Yang ia pikirkan hanyalah balasan dan pujian manusia. Sedangkan dosa-dosanya yang begitu banyak dan ancaman-ancaman Allâh ﷻ, tidak ia pedulikan. Padahal jika seandainya dia lebih memikirkan

2 Hadits yang dimaksud diriwayatkan Imam Muslim dalam Shahihnya

dosa-dosa daripada pahala amal kebaikan, maka ia akan menjadi hamba yang lebih dekat kepada Allāh ﷻ. Amal-amal shalih hanya dia harapkan ganjarannya di akhirat kelak. Ia merasa harus mohon ampunan kepada Allāh atas dosa-dosanya. Demikianlah, apabila seorang hamba menjadikan dosa-dosanya di depan mata, dan amal-amal shalihnya di belakang punggungnya, dia akan menjadi orang yang berbahagia.

Berakhlak mulia faktor penting dalam meraih kebahagiaan

Di antara hal yang dapat mendatangkan kebahagiaan, memperhatikan adab-adab Islami; akhlak yang Islami saat bermuamalah dengan manusia, memperhatikan bagaimana etika Nabi ﷺ dan akhlak beliau ketika bergaul dengan masyarakat. Nabi ﷺ pernah bersabda:

إِنَّمَا بُعِثْتُ لِأَتَمِّمَ صَالِحَ الْأَخْلَاقِ

Sesungguhnya aku diutus oleh Allāh untuk menyempurnakan akhlak-akhlak yang mulia

Oleh karena itu, Nabi ﷺ ketika ditanya tentang timbangan kebaikan yang paling berat di akherat, beliau menjawab, "Bertakwa kepada Allāh dan akhlak yang mulia."

Akhlak mulia memiliki nilai tinggi di sisi Allāh ﷻ. Oleh karena itu, akhlak yang mulia merupakan tanda kebahagiaan orang yang memilikinya. Jika bermuamalah dengan orang lain dan berbicara dengan saudaranya, ia berbicara dengan kalimat yang lembut, indah lagi menyenangkan hati. Dia berusaha menolong orang lain, selalu ingin membantu orang lain dan menjauhkan dirinya dari perkataan yang kasar, kotor dan perkataan yang menyakiti orang lain. Apabila akhlak yang mulia terlepas dari seseorang, maka mulutnya (perkataannya) selalu

kotor, ia hanya mau mencari pertolongan saja, namun enggan menolong orang lain, sombong, suka melaknat dan suka menyakiti orang lain. Ini tipe orang yang tidak berbahagia, kehidupannya sengsara. Tidak hanya itu, orang-orang di sekitarnya pun turut sengsara. Istrinya jadi menderita, anak-anaknya pun mengalami hal serupa, karena ayah mereka yang kurang ajar. Semua orang menjauhinya.

Berbeda halnya dengan orang yang berakhlak mulia, orang ini merasakan kebahagiaan dengan budi pekertinya yang luhur, melalui perkataannya yang lembut, tutur kata yang indah, berempati terhadap kesulitan orang lain. Orang ini insan yang bahagia. Orang-orang di sekitarnya pun merasakan kebahagiaan. Istri, anak-anak, sahabatnya pun ikut berbahagia. Kenapa? Karena tutur katanya indah, ia selalu berpikir sebelum berbicara. Atas dasar itu, kita hendaknya menghiasi diri dengan akhlak yang mulia.

Kalau kita berakhlak mulia di hadapan manusia, maka hendaknya kita lakukan itu karena Allâh ﷻ. Saat kita bertutur kata yang lembut, membantu orang lain, kita lakukan semua itu ikhlas karena Allâh ﷻ. Sebab, barang siapa melakukan demikian tidak karena Allâh ﷻ, ia akan menderita.

Coba bayangkan seandainya Anda berjumpa dengan seseorang yang berakhlak mulia, bertutur kata baik, pasti Anda akan merasa nyaman duduk dengan dia. Bahkan mungkin saja Anda berangan-angan bisa berlama-lama dengannya. Hal ini lantaran Anda benar-benar menikmati akhlak yang mulia. Sebaliknya, jika Anda duduk dengan orang yang akhlaknya buruk, lisannya kotor, berbicara kasar, suka merendahkan orang lain, pastilah Anda tidak merasa betah duduk dengannya. Penderitaan yang ia alami menular ke diri Anda.

Nabi ﷺ pernah bersabda :

إِنَّ الْمُؤْمِنَ لَيْسَ بِاللَّعَّانِ وَلَا الطَّعَّانِ وَلَا الْفَاحِشِ وَلَا
الْبُذِيِّ

Seorang Mukmin bukanlah insan yang lisannya suka mencela, melaknat, berkata-kata keji, berkata-kata buruk (HR. Ahmad)

Ini bukanlah sifat seorang Mukmin. Kalau ada orang yang seperti ini, maka perlu di pertanyakan keimanannya.

Berakhlak baik harus karena Allâh ﷻ

Jika seorang bermuamalah dengan orang lain dengan akhlak yang mulia, hendaknya dia mencari pahala dari Allah, bukan mencari ucapan terima kasih dari orang, jangan pernah mengharapkan ungkapan terima kasih orang sedikit pun. Allâh ﷻ berfirman dengan menceritakan sifat orang-orang yang bertawa, orang-orang yang masuk syurga:

إِنَّمَا نُطْعِمُكُمْ لَوَجْهِ اللَّهِ لَا نُرِيدُ مِنْكُمْ جَزَاءً وَلَا شُكُورًا

Sesungguhnya saya memberi makan kalian karena wajah Allah, saya mencari pahala Allah, pahala akherat sama sekali saya tidak butuh balasan dari kalian dan sama sekali tidak butuh ucapan terimakasih dari kalian (QS. al-Insân/76:9)

Itu sifat orang-orang yang beriman kepada Allâh ﷻ. Adapun orang yang berpura-pura berperangai baik, dalam rangka mencari pujian manusia, mereka itulah kaum yang menderita. Akan datang kepada mereka penderitaan yang berkepanjangan disebabkan dirinya berakhlak mulia bukan karena Allâh ﷻ.

Orang yang ikhlas akan berbahagia, karena ia tidak memperdulikan komentar manusia, yang penting dia beramal mengharap pahala dari Allāh ﷻ. Ia tidak peduli dengan komentar manusia. Kalau ada orang yang memuji dirinya, ia anggap angin lalu saja. Bila ada orang yang mencelanya, ia pun membiarkannya.

Orang yang beramal karena manusia, ia akan sangat sedih karena penderitaan yang timbul lantaran tidak ada orang yang menyanjungnya. Dia akan selalu menderita dan bertanya-tanya pada dirinya kapan saya dipuji? Ternyata orang-orang justru mencelanya, maka bertambahlah penderitaan yang ia alami.

Syaikul Islam Ibnu Taimiyyah رَضِيَ اللهُ عَنْهُ berkata, "Dan kebahagiaan (yang sebenarnya) yaitu tatkala engkau bermuamalah dengan manusia, dengan masyarakat, hendaknya engkau bermuamalah dengan mereka (dengan baik) karena Allāh ﷻ dan engkau mengharapkan pahala dari Allāh ﷻ, meskipun harus merendah di hadapan mereka, meskipun harus membantu mereka. Jadi, kita mengharapkan pahala dari Allāh ﷻ saat berbuat baik kepada mereka. Bukan sebaliknya, engkau seakan-akan membantu mereka karena Allāh ﷻ, akan tetapi ternyata engkau menginginkan suatu pamrih. Karena itu, ketika bermuamalah dengan orang lain, hendaknya engkau takut kepada Allāh ﷻ dan hendaknya engkau berbuat baik kepada mereka karena mengharapkan ganjaran dari Allāh ﷻ, bukan mengharap balasan dari mereka. Dan hendaknya engkau mencegah diri dari perbuatan zhalim kepada manusia."

Ini merupakan ungkapan yang indah. Apabila orang-orang berakhlak mulia karena Allāh ﷻ, niscaya mereka akan berbahagia di dunia dan di akherat. Apapun kebaikan yang engkau lakukan, jangan berharap kecuali wajah Allāh ﷻ. Dan janganlah mengganggu orang lain dengan model gangguan apa saja.

8 perkara sumber kelapangan dada dari Ibnu Qayyim رحمته

Saya menutup kajian kita kali ini, kajian yang penuh pelajaran bagi kita semua dengan menyebutkan beberapa perkara yang telah disebutkan oleh Ibnu Qayyim رحمته dalam kitabnya *Zâdul Ma'âd* yang menyebabkan dada lapang. Dada yang lapang merupakan pertanda kebahagiaan. Karena kebahagiaan kembali kepada hati. Kalau hati seseorang tenang dan lapang, maka dia akan bahagia. Ibnu Qayyim رحمته memaparkan perkara-perkara tersebut dengan singkat, yaitu :

Pertama: Tauhid. Tauhid mendatangkan kebahagiaan. Semakin sempurna tauhid seseorang, maka ia akan semakin lapang dada dan kian berbahagia.

Kedua: Ilmu. Dengan ilmu, hati seseorang akan menjadi lapang, bahkan pengaruh ilmu dalam melapangkan dada seseorang lebih besar bila dibandingkan dengan pengaruh dengan perkara duniawi yang bisa melapangkan hatinya.

Ketiga: Kembali kepada Allâh سبح dan cinta kepada-Nya, segera bersimpuh di hadapan-Nya dan menikmati saat-saat beribadah kepada-Nya.

Keempat: Senantiasa mengingat Allâh سبح dalam segala hal, dimana saja ia berada. Dalam kondisi apa saja, ingatlah selalu Allâh سبح, niscaya kebahagiaan akan datang.

Kelima: Berbuat baik kepada orang lain, membantu mereka, menyodorkan kebaikan kepada mereka, baik dengan harta, kedudukan, dengan tenaga, atau dengan bantuan model-model yang lain.

Keenam: keberanian, karena orang yang berani hatinya lapang.

Ketujuh: Menghilangkan penyakit-penyakit hati, maksudnya sifat-sifat yang tercela. Ini akan melahirkan kebahagiaan.

Kedelapan: Meninggalkan sifat berlebih-lebihan dalam memandang sesuatu yang tidak ada manfaatnya, berbicara yang tidak ada manfaatnya, berlebihan dalam makan dan tidur. Ini akan membawa kesengsaraan. Demikianlah yang disampaikan Ibnu Qayyim رَحِمَهُ اللهُ dalam Zâdul Ma'âd.

Doa mengharap kebahagiaan

Dan terakhir, kita tutup kajian ini dengan sebuah doa yang diriwayatkan oleh Sahabat Ibnu Mas'ud, Nabi ﷺ pernah bersabda:

Jika suatu kesedihan menimpa seseorang hamba, kegundahan menimpa seorang hamba kemudian dia berdoa:

اللَّهُمَّ إِنِّي عَبْدُكَ وَأَبْنُ عَبْدِكَ وَأَمْتُكَ نَاصِيَتِي بِيَدِكَ مَاضٍ فِي
حُكْمِكَ عَدْلٌ فِي قَضَائِكَ أَسْأَلُكَ بِكُلِّ اسْمٍ هُوَ لَكَ سَمَّيْتَ بِهِ
نَفْسَكَ أَوْ عَلَّمْتَهُ أَحَدًا مِنْ خَلْقِكَ أَوْ أَنْزَلْتَهُ فِي كِتَابِكَ أَوْ
اسْتَأْتَرْتُ بِهِ فِي عِلْمِ الْغَيْبِ عِنْدَكَ أَنْ تَجْعَلَ الْقُرْآنَ رَبِيعَ قَلْبِي
وَنُورَ صَدْرِي وَجَلَاءَ حُزْنِي وَذَهَابَ هَمِّي

(Ya Allâh sesungguhnya aku adalah hamba-Mu, putra hamba-Mu (Adam), dan anak hamba perempuan-Mu (Hawa), ubun-ubunku berada di tangan-Mu, hukum-Mu berlaku pada diriku, dan ketetapan-Mu adil untuk diriku. Aku memohon kepada-Mu dengan segala nama yang menjadi milik-Mu, yang Engkau namai diri-Mu dengannya atau yang Engkau turunkan di dalam kitab-Mu, atau yang Engkau ajarkan kepada seseorang dari makhluk-Mu atau yang Engkau rahasiakan dalam ilmu ghaib yang ada disisi-Mu, aku mohon dengan itu agar Engkau jadikan al-Qur'ân sebagai penyejuk hatiku, cahaya bagi dadaku, pelipur kesedihanku, dan penghilang bagi kesusahanku).

Sumber Kebahagiaan Manusia

Kalau dia membaca doa seperti ini, niscaya Allāh ﷻ akan menghilangkan kesedihannya dan Allāh ﷻ akan menggantikannya dengan kebahagiaan.³

Dan barang siapa membaca doa ini, maka dia akan mendapati empat perkara yang disebutkan oleh Nabi ﷺ :

1. Seorang yang ingin berbahagia dengan mengamalkan doa ini, hendaknya mewujudkan peribadahan dan penghambaan dirinya kepada Allah. Ini disimpulkan dari sabda Nabi, *'hamba-Mu, putra hamba-Mu (Adam), dan anak hamba perempuan-Mu (Hawa)'*
2. Hadits ini mengajarkan kepada kita untuk beriman kepada Allah, beriman kepada keputusan Allah, sebagaimana disebutkan dalam hadits, *'hukum-Mu berlaku pada diriku' dan 'ketetapan-Mu adil untuk diriku.'*
3. Bertawasul dengan nama-nama Allāh dan sifat-sifat Allah, sebagaimana tercantum dalam doa, *'Aku memohon kepada-Mu dengan segala nama yang menjadi milik-Mu, yang Engkau namai diri-Mu dengannya'*. Ini menunjukkan tawasul dengan nama-nama Allāh dan sifat-sifat-Nya.
4. Memberikan perhatian kepada al-Qur'ān. Sebab, al-Qur'ān adalah kitab yang akan mendatangkan kebahagiaan sebagaimana terlukis dalam doa di atas, *'sebagai penyejuk hatiku, cahaya bagi dadaku, pelipur kesedihanku, dan penghilang bagi kesusahanku.'*

Demikianlah empat perkara yang terkandung dalam doa ini. Dan kita akhiri kajian ini dengan memohon kepada Allāh ﷻ, semoga Allāh ﷻ senantiasa memberi taufik kepada kita semua, menjadikan kita orang-orang yang berbahagia dan memudahkan kita untuk menempuh jalan menuju kebahagiaan, serta tidak menjadikan kita orang-orang yang sengsara dan menjauhkan kita dari jalan-jalan kesengsaraan. Sesungguhnya Allāh Maha mendengar lagi Maha melihat dan Maha sayang kepada hamba-hamba-Nya. Dan sesungguhnya Allāh Maha mengabulkan doa-doa.

8 (Musnad Ahmad 1/391 (Ash-Shahihah no 199).