

# SOLUSI

PANDUAN  
HIDUP  
BERSYARIAT

2012 | PP 15048/05/2013 (032162) | • MOTIVASI • FARDU AIN •

ISU No.

47

## Ramadan, Syawal dan Obesiti

Abu Hurairah melaporkan bahawa Rasulullah s.a.w. bersabda, maksudnya: "Pada hari kiamat akan datang seorang yang berbadan besar lagi gemuk. Namun, di sisi Allah timbangannya tidak dapat melebihi berat sayap seekor nyamuk." Sewajarnya, makanan yang banyak akan menghasilkan tenaga dan stamina yang tinggi untuk ibadah. Namun kenapa sifirnya tidak pernah begitu?

Selanjutnya di hlm. 96

### > Surat Cinta Buat Para Pemimpin

hlm. 12

### > Kaji Sebelum Caci

hlm. 70

### > Umpama Berpuasa Sepanjang Tahun

hlm. 68

### > Mengenal Hati

hlm. 85

Nafsu hanya suka pada makanan yang lazat. Akal suka pada makanan yang berzat, tetapi hati suka pada makanan yang berkat. Yang mana penyubur iman?

# LAZAT BERZAT BERKAT



AUDIT BUREAU OF CIRCULATIONS  
(Incorporated in Malaysia)

RM 10.00 (SEM)  
RM 12.00 (S/S)  
SGD 7.50  
BND 7.50  
USD 10.00  
EUR 8.00  
IDR 35,000.00  
AUD 7.50

ISSN 1985-5400



9 771985 540003

TELAGA BIRU SDN. BHD.



Imbas kod  
untuk ke  
Facebook  
Majalah  
Solusi

Sebuah  
terbitan



"Aku ingin berjaya," satu ungkapan yang meniti di setiap bibir insan yang menginginkan kejayaan. Namun, ia tidak semudah kita mengungkapnya.

Kejayaan lazimnya disertai dugaan dan cabaran. Tiada "karpét merah" dan "lorong istimewa" bagi seseorang yang menginginkan kejayaan kerana ia tidak datang bergolek, sebaliknya seseorang itu perlu berusaha keras untuk memilikinya. Dugaan, ujian dan cabaran adalah perkataan yang "wajib" ada dalam diari kehidupan setiap orang yang menginginkan kejayaan.

### Jambatan Menuju Kejayaan

Dugaan, ujian dan cabaran hidup bukanlah perkara asing bagi manusia. Namun, persoalannya bagaimanakah kita berhadapan dengan setiap dugaan yang diberikan oleh Allah s.w.t.? Ada orang yang boleh menerima setiap ujian yang diberikan kepadanya dengan penuh syukur dan sabar. Tetapi, tidak kurang juga ramai yang tewas dengan dugaan yang diberikan kepada mereka. Malah menyalahkan Tuhan; kenapa mereka diduga sedemikian?

Dugaan yang melanda bukanlah satu titik noktah untuk kita terus mengecap kejayaan. Sebaliknya ia penghubung kepada kejayaan kerana dugaan yang dihadapi menguatkan diri dan jiwa kita untuk lebih berusaha keras pada masa hadapan. Namun, sejauh manakah seseorang itu mampu berhadapan dengan ujian dan dugaan - berjaya atau tewas? Oleh sebab itu, Rasulullah s.a.w. dan para sahabat telah memberikan panduan yang jelas untuk berhadapan dengan ujian dan dugaan.

Islam yang tersebar sehingga kini merupakan usaha gigih Rasulullah s.a.w. dan para sahabat. Ketika menyebarkan Islam, mereka diduga dengan pelbagai dugaan dan ujian. Adakah mereka berputus asa? Tidak sama sekali. Mereka mempunyai kekuatan spiritual luar biasa yang perlu kita kaji dan contohi. Rasulullah s.a.w. dan para sahabat adalah contoh terbaik yang perlu dijadikan ikutan dan panduan oleh Muslim lain.

# Kejayaan di Sebalik Dugaan

Selain Rasulullah s.a.w., Abu Bakar juga diuji. Pada permulaan pemerintahannya, Abu Bakar diuji dengan kemurtadan kabilah-kabilah Arab dan keengganan mereka untuk membayar zakat. Adakah Abu Bakar mengalah? Tidak sama sekali. Abu Bakar berkata: "Demi Allah, aku akan memerangi orang yang memisahkan antara solat dengan zakat." (Riwayat al-Bukhari, no. 7284 dan 8285)

Begitulah dugaan yang dilalui oleh Baginda s.a.w. dan Sayidina Abu Bakar. Namun, segala dugaan yang dilalui tidak mematahkan semangat mereka untuk terus menyebarkan agama Islam. Mereka terus berusaha keras untuk berdakwah dan menyebarkan Islam. Kesannya, Islam telah tersebar ke seluruh pelusok dunia sehingga hari ini.

## Rasulullah Menerima Dugaan

Ketika menjadi Rasul, Rasulullah s.a.w. diuji dengan pelbagai dugaan, antaranya kehilangan dua orang insan yang sangat berjasa dalam kehidupan Baginda iaitu Abu Talib dan Khadijah serta mendapat tentangan hebat pihak Musyrikin.

### i) Pemergian Abu Talib

Pemergian Abu Talib umpama kehilangan benteng dan tempat berlindung yang diberikan kepada Rasulullah s.a.w. Namun, perkara yang lebih menyedihkan apabila bapa saudaranya itu meninggal dunia sebelum memeluk Islam. Tatkala Abu Talib sedang nazak, Rasulullah s.a.w. datang menziarahinya. Pada ketika itu juga, Abu Jahal ada bersama-sama Abu Talib.

Rasulullah: "Wahai bapa saudaraku, ucaplah lailahaillallah. Kalimah ini akan jadi hujah untukmu di sisi Allah."

Abu Jahal: "Wahai Abu Talib! Sudah bencikah engkau terhadap agama Abdul Mutalib?"

Abu Talib: "Aku masih tetap dalam agama Abdul Mutalib." (*Al-Sahih* daripada Sa'id bin al-Musayyi.)

Betapa sedihnya Rasulullah s.a.w. apabila bapa saudaranya meninggal dalam keadaan tidak beriman. Satu ujian yang besar buat Baginda.

### ii) Kehilangan isteri tersayang

Setelah tiga bulan kehilangan bapa saudaranya, Rasulullah s.a.w. sekali lagi diduga dengan ujian yang agak besar iaitu kematian isteri tersayang, Khadijah binti Khuwailid. (Ibn Jawzi, *al-Talqih*, hlm. 7 dan Allamah Al-Mansurifuri, *Rahmah li al-'Alamin*, jil. 2, hlm. 64)

Cuba bayangkan sekiranya kita kehilangan isteri atau suami yang kita sayangi. Apa perasaan kita apabila orang yang banyak membantu dan berkorban untuk kita selama ini pergi meninggalkan kita buat selama-lamanya? Sudah pasti kita akan berasa sedih.

Namun, itulah ujian yang diberikan kepada Baginda. Rasulullah s.a.w. telah kehilangan seorang isteri yang sering mengembirakan Baginda tatkala bersedih, sentiasa memberikan dorongan ketika Baginda berhadapan dengan tentangan daripada pihak Musyrikin, menyokong risalah dakwah dan mengorbankan jiwa dan hartanya untuk Islam. Saat mengenangkan Khadijah, Rasulullah mengungkap kata-kata berikut:

"Dia telah beriman kepadaku ketika tiada manusia yang beriman. Dia membenarkan aku ketika manusia lain mendustakan. Dia memberikan hartanya untukku ketika manusia tidak mahu memberikannya. Allah mengurniakan kepadaku

# Tip Berhadapan Dugaan

Setiap dugaan yang datang perlu kita tempuhi dengan kesungguhan dan kesabaran. Bukannya cuba lari daripada ujian yang menimpa kerana itu bermakna kita cuba menambah masalah lain. Antara tip yang boleh kita lakukan ketika berhadapan dengan ujian dan dugaan adalah seperti berikut:

## 1. GPS Iman – Melihat Dugaan yang Menimpa dengan Mata Hati

Lihatlah sesuatu perkara dari sudut positif melalui iman. Sesungguhnya, kepahitan yang dialami di dunia ini adalah kemanisan di akhirat nanti.

Dugaan yang menimpa ialah jambatan untuk kita memperoleh kejayaan pada masa hadapan. Oleh sebab itu, usahlah berfikiran negatif dan menganggap Allah itu tidak adil. Sebaliknya, anggaplah dugaan tersebut sebagai pemangkin untuk kita terus melangkah ke hadapan.

Pada masa yang sama sentiasalah mengingati Allah kerana dengan mengingati-Nya, hati akan menjadi tenang. Selain itu juga, zikrullah akan menghindarkan diri daripada tipu daya syaitan yang tidak berputus asa untuk menyesatkan kita. Ingat, imanlah yang membentuk perisai diri kita dan ia juga membimbing kita ke arah kebaikan.

## 2. Menguatkan Keyakinan Diri

Apabila seseorang diduga dengan sesuatu yang berat, hatinya akan mula goyah dan keyakinan dirinya mula terhakis. Ingatlah bahawa tujuan Allah menduga kita untuk menguji ketabahan diri dan kerelaan hati seseorang, bukannya untuk menyiksa manusia. Apabila ditimpa musibah kita perlu meyakini perkara-perkara berikut:

- Setiap ujian dan dugaan yang datang adalah lumrah kehidupan manusia.
- Sesungguhnya dunia ini tempat ujian dan dugaan, bukannya tempat untuk bersenang-lenang.
- Setiap dugaan yang datang adalah ketentuan Allah s.w.t. untuk menguji tahap keimanan hamba-hamba-Nya.
- Sekiranya kita diuji dengan dugaan yang dirasakan berat, ada lagi orang yang menerima dugaan yang lebih hebat.
- Allah akan memberi ganjaran yang besar sekiranya kita menerima dugaan hidup dengan reda dan sabar.
- Dugaan yang diberikan bertujuan menjadikan diri kita lebih kuat dan tabah.
- Dugaan berat yang ditimpakan kepada

kita ialah tanda Allah memilih kita untuk diberikan kebaikan.

- Dugaan yang menimpa kita bersifat sementara. Ia akan selesai sekiranya kita menanganinya dengan baik.

## 3. Berdamping dengan Orang Alim dan Menuntut Ilmu

Kejahilan salah satu punca seseorang memilih jalan hitam bagi menyelesaikan masalah yang menimpanya. Oleh sebab itu, ubat untuk merawat kejahilan ialah ilmu. Namun, ilmu yang diperoleh melalui bacaan sahaja tidak memadai kerana manusia melihat sesuatu perkara melalui cara yang berlainan. Bimbingan guru atau orang alim penting bagi memastikan kita memahami Islam dengan betul.

Selain itu juga, apabila berhadapan dengan sesuatu dugaan, ilmulah yang akan mendorong kita untuk melakukan sesuatu perkara secara rasional, bukannya mengikut hawa nafsu semata-mata. Melalui ilmu juga seseorang itu akan dapat membezakan antara perbuatan baik dengan buruk atau dalam erti kata lain ilmu ialah penyuluh diri yang menyedarkan seseorang bahawa dugaan yang menimpanya daripada Allah. Dugaan menimpa seseorang untuk melihat kemuliaan atau kehinaannya. Oleh sebab itu, seseorang yang berilmu dan beriman akan berhadapan dengan dugaan yang diberikan kepadanya dengan cara yang betul dan positif.

## 4. Bukan Ditangisi Tetapi Diatasi

Ramai orang berduka apabila menerima dugaan daripada Allah s.w.t. Namun, harus kita ingat bahawa tangisan tidak dapat membebaskan kita daripada dugaan atau masalah yang sedang kita hadapi, sebaliknya ia menambah lagi derita yang sedang kita hadapi. Ingatlah, apabila kita menangis atas dugaan yang menimpa, syaitan akan bersorak dan segera menggoda untuk menyesatkan kita. Oleh sebab itu, redalah dengan setiap ujian yang Allah berikan dan rebahkan diri untuk berdoa memohon kekuatan daripada-Nya.

anak daripadanya." (Riwayat Ahmad)

Kedua-dua peristiwa sedih tersebut berlaku dalam tempoh waktu yang sangat singkat sehingga perasaan sedih menyelubungi Baginda.

### iii) Tentangan hebat Musyrikin

Setelah pemergian Abu Talib, Rasulullah s.a.w. menerima tentangan yang sangat hebat daripada Musyrikin. Mereka terang-terangan menyeksa dan menyakiti Baginda. Ibn Ishaq telah menukikan kata-kata bagi menggambarkan seksaan orang Musyrikin terhadap Rasulullah s.a.w.: "Ketika Abu Talib wafat, kaum Quraisy telah menyeksa Rasulullah s.a.w. dengan seksaan yang semasa hidupnya (Abu Talib) tidak berani mereka lakukan. Lebih daripada itu, suatu hari seorang lelaki Quraisy menghalang jalan Baginda, lalu dia menaburkan debu ke atas kepalanya. Apabila Baginda masuk ke dalam rumah dalam keadaan berdebu, anaknya menangis melihat keadaan ayahnya itu. Rasulullah s.a.w. bersabda, maksudnya: 'Jangan menangis, duhai anakku. Sesungguhnya Allahlah yang menolong ayahmu.'" (Riwayat Ibn Ishaq, jil. 1, hlm. 258 dengan sanad sahih daripada 'Urwah bin al-Zubair secara mursal)

### Kejayaan di Sebalik Dugaan

Di sebalik dugaan yang kita hadapi sebenarnya terselit kejayaan yang bakal kita peroleh sekiranya kita menanganinya dengan baik. Dugaan menjadikan seseorang:

- Kuat dan tabah untuk meneruskan kehidupan.
- Sentiasa bermuhasabah dan mengenal pasti kelemahan diri.
- Sentiasa berharap dan bertawakal kepada Allah.
- Hamba yang sentiasa bersyukur dan menghargai segala nikmat yang diberikan.

Ingatlah, apabila kita melalui setiap dugaan yang diberikan dengan sabar dan reda, itulah kejayaan sebenar yang tidak ternilai. Satu kejayaan yang telah mengembalikan kita kepada Pencipta manusia setelah kita leka dan alpa dengan dunia dan tipu daya syaitan. 



Lulusan Ijazah Sarjana Muda di Universiti Islam Antarabangsa Malaysia (UIAM) dan Ijazah Sarjana (MA) dalam bahasa Arab juga di UIAM, dan menyambung pengajian peringkat Ph.D di Universiti Malaya. Kini sebagai pensyarah di UIAM. Berpengalaman dalam bidang motivasi dan kepimpinan dan aktif dalam penerbitan buku. Boleh dihubungi di: mohdazrulazlan@gmail.com.

MOHD AZRUL AZLAN ABD HAMID

## puisi

■ Kelolaan KHADIJAH KHALILAH ABD. RASHID

### Taman Akidah

Mekar kudup sepi  
Di taman diri yang dilembapi embun keimanan  
Semerbak harum, di jambangan kebenaran.

Di daerah kehidupan  
Sesekali sungai ketakwaan segar  
Jernihnya dikarati juga lumpur kebatilan  
memecah dari tebing yang goyah.  
Menjerumuskan hati  
Lemas ke lembah kehancuran.

Maka, tetaplah berteduh di pohon akal  
Dipagari al-Quran  
dan indah hadis yang diperbekal  
kerana pesona hati tidak selalunya pasti  
Kekadang tergelincir  
Pada landasan kanan dan kiri.

**Masturah Mohd Zin**  
Kuala Terengganu

### Sejadah Iman

Di atas sejadah iman  
kita ikhlas menyimpuhkan pahala  
amal makruf menyubur takwa  
dambaan kebahagiaan maknawi  
dalam kesyukuran keinsanan  
nikmat kurnia kasih dunia  
iradat ibadat bekal akhirat.

Di atas sejadah iman  
hati kita menjadi kudus  
jiwa kita menjadi tulus  
berkat nan meruah-ruah;  
syurga melambai-lambai  
dalam terang dalam tenang  
bersinar wahyu mukjizat  
reda, setia, cinta, kasih Yang Maha Esa

**Ridzuan Kamis**  
Arau