

**Berbahagia dalam Suka dan Duka:
"Mungkinkah?"**

Suka dan duka adalah dua hal yang akan selalu dialami oleh setiap manusia. Dan banyak di antara mereka yang seringkali lupa untuk menyikapinya dengan (sikap) 'Syukur dan Sabar'. Sehingga tidak sedikit manusia yang larut dalam kesombongan ketika 'mendapatkan nikmat dari Allah' dan berduka dan (bahkan) berputus asa ketika 'mendapatkan musibah dariNya'.

Allah berfirman:

فَأَمَّا الْإِنْسَانُ إِذَا مَا ابْتَلَاهُ رَبُّهُ فَأَكْرَمَهُ وَنَعَّمَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَكْرَمَنِ
(١٥) وَأَمَّا إِذَا مَا ابْتَلَاهُ فَقَدَرَ عَلَيْهِ رِزْقَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَهَانَنِ (١٦)

"Adapun manusia apabila Tuhannya mengujinya lalu Dia dimuliakan-Nya dan diberi-Nya kesenangan, maka Dia akan berkata: "Tuhanku telah memuliakanku". Adapun bila Tuhannya mengujinya lalu membatasi rizkinya Maka Dia berkata: "Tuhanku menghinakanku" [Maksudnya: Allah menyalahkan orang-orang yang mengatakan bahwa kekayaan itu adalah suatu kemuliaan dan kemiskinan adalah suatu kehinaan seperti yang tersebut pada ayat 15 dan 16. tetapi sebenarnya kekayaan dan kemiskinan adalah ujian Tuhan bagi hamba-hamba-Nya]." (QS al-Fajr [89]: 15-16)

Dan juga berfirman:

وَلَئِنْ أَدْقْنَا الْإِنْسَانَ مِنَّا رَحْمَةً ثُمَّ نَزَعْنَا مِنْهُ إِنِّهٖ لَيُتُوْسٌ كَفُوْرٌ (٩)
وَلَئِنْ أَدْقْنَاهُ نَعْمَاءَ بَعْدَ ضَرَاءٍ مَّسْتَهُ لَيَقُوْلَنَّ ذَهَبَ السَّيِّئَاتُ عَنِّي إِنَّهُ
لَفَرِحٌ فَخُوْرٌ (١٠) إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أُوْلَئِكَ لَهُمْ
مَغْفِرَةٌ وَأَجْرٌ كَبِيْرٌ (١١)

"Dan jika Kami rasakan kepada manusia suatu rahmat (nikmat) dari Kami, kemudian rahmat itu Kami cabut daripadanya, pastilah Dia menjadi putus asa lagi tidak berterima kasih. Dan jika Kami rasakan kepadanya kebahagiaan sesudah bencana yang menimpanya, niscaya Dia akan berkata: "Telah hilang bencana-bencana itu daripadaku"; sesungguhnya Dia sangat gembira lagi bangga, kecuali

orang-orang yang sabar (terhadap bencana) dan mengerjakan amal-amal saleh; mereka itu memperoleh ampunan dan pahala yang besar. (QS Hûd [11]: 9-11)

Sementara itu Rasulullah saw pernah bersabda:

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

“Perkara orang yang beriman itu mengagumkan, sesungguhnya semua perihalnya baik dan itu tidak dimiliki seorang pun selain orang yang beriman, bila tertimpa kesenangan, ia bersyukur dan syukur itu baik baginya dan bila tertimpa musibah, ia bersabar dan sabar itu baik baginya.” (HR Muslim dari Shuhaib, *Shahîh Muslim*, juz VIII, hal. 227, hadits no. 7692).

Inilah sikap ideal yang harus dimiliki oleh setiap muslim, sebagaimana yang telah dicontohkan oleh Rasulullah saw.

Adakah manusia yang bisa bahagia dengan duka? Rasanya tidak mungkin ada manusia yang mau menjadikan duka sebagai suatu kebahagiaan dalam hidupnya. Itulah mengapa banyak orang yang kini rela melakukan kejahatan hanya karena agar dia tidak kehilangan pekerjaan, jabatan, ataupun kehormatan.

Hampir setiap orang menolak yang namanya duka dan berusaha sekuat tenaga untuk hidup bahagia. Akibatnya, tidak sedikit di antara mereka yang bersikap pragmatis (yang penting ‘mendapatkan’ sesuatu, meskipun harus dengan cara yang tidak halal) egois- individualis (hanya mementingkan diri sendiri dan sama tidak peduli terhadap kepentingan orang lain), dan hedonis (bernikmati-nikmat dengan kehidupan duniawi). Bahkan, mereka mau melakukan apa saja demi tercapainya setiap keinginannya; yang penting bagi dirinya adalah: “senang, tidak miskin, tidak dikucilkan dan tidak dihukum dan mendapatkan bagian kenikmatan duniawi, tanpa memedulikan aturan-aturan yang seharusnya ditaati”.

Walaupun kadangkala hatinya menjerit karena letupan-letupan kesadaran yang terkadang muncul akan perilakunya yang telah melanggar aturan Allah, mereka tetap saja lebih memilih menjauh dari duka demi hidup bahagia. Ingkar janji, dusta, dan khianat dipaksa menjadi ‘karakter ‘ dalam dirinya demi untuk menghindari duka.

Apalagi di zaman sekarang yang himpitan ekonomi begitu berat, kejujuran sudah dianggap bukan masanya lagi, dan korupsi diyakini wajar, sehingga menjadikan sebagian besar umat manusia makin berani menggadaikan imannya. Padahal, kalau dicermati, duka yang mereka hindari dengan cara curang itu, sejatinya adalah 'jalan tol' (jalan pintas) menuju duka nestapa yang tiada tara.

Duka di dunia hanyalah sementara sebagaimana senang di dunia juga tidak selamanya. Sementara pembalasan Tuhan pasti adanya. Seorang Muslim wajib untuk hidup dengan tidak melanggar aturan Tuhan. Sekalipun terkadang untuk hidup seperti itu harus banyak melakukan pengorbanan, merasakan penderitaan, kesengsaraan, dan duka nestapa yang mendalam.

Tetapi, itulah 'mahar' yang harus kita berikan untuk bisa mendapat kebahagiaan abadi di dalam surga. Apabila kita telah memahami hal ini, insya Allah kita akan bisa menjalani hidup ini tetap bahagia meskipun harus bersahabat dengan duka. Duka, sejatinya adalah 'mahar' untuk mendapatkan kebahagiaan.

Hal itulah yang dilakukan oleh Nabi Yusuf a.s.. Sejak kecil dia hidup tidak dalam 'kebahagiaan'. Dia menjadi anak Nabi Ya'kub a.s. yang dibenci oleh saudara-saudaranya dia pun harus rela dilempar ke dalam sumur. Kemudian, dia hidup sebatang kara di negeri orang dengan status sebagai budak belian.

Tak cukup di situ, Nabi Yusuf a.s. juga difitnah, hingga harus mendekam dalam penjara. Tetapi, semua itu dilalui dengan nuansa hati yang tetap bersih dari kotoran nafsu. Kebersihan hatinya membuatnya rela dipenjara.

Perhatikan firman Allah berikut:

قَالَ رَبِّ السِّجْنُ أَحَبُّ إِلَيَّ مِمَّا يَدْعُونَنِي إِلَيْهِ وَإِلَّا تَصْرِفْ عَنِّي
كَيْدَهُنَّ أَصْبُ إِلَيْهِنَّ وَأَكُن مِّنَ الْجَاهِلِينَ

"Yusuf berkata, 'Wahai Tuhanku, penjara lebih aku sukai daripada memenuhi ajakan mereka kepadaku. Dan jika tidak Engkau hindarkan dari padaku tipu daya mereka, tentu aku akan cenderung untuk (memenuhi keinginan mereka) dan tentulah aku termasuk orang-orang yang bodoh'." (QS Yûsuf [12]: 33).

Demikianlah sikap Nabi Yusuf a.s. terhadap duka dalam hidupnya. Setiap fase ujian, dilaluinya dengan penuh kesabaran dan harapan akan pertolongan Allah SWT, sehingga ia diangkat derajatnya oleh Allah SWT

dengan menjadi 'pengelola ekonomi' (setara menteri keuangan atau bendahara negara) di (negeri) Mesir.

Kalau, dan Rasulullah saw dan nabi Yusuf a.s. bisa berbahagia dalam suka-dukanya dengan sikap '**Syukur dan Sabar**', apakah kita – sebagai muslim -- tak mungkin bisa berbahagia dalam suka dan duka kita dengan sikap **Syukur dan Sabar** yang kita miliki?

Katakan dengan sepenuh keyakinan kita: "Insyâallâh!"