

# Lapang Dada, Bekal Terbaik dalam Memikul Beban Kehidupan

---

<"xml encoding="UTF-8?">

Sejak kecil kita sering diajarkan doa Nabi

,Musa as dalam Al-Qur'an yang berbunyi

قَالَ رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي - وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي - وَاحْلُلْ عُقْدَةً مِّن لِّسَانِي -

يَفْقَهُوا قَوْلِي

,Dia (Musa) berkata, "Ya Tuhan-ku

lapangkanlah dadaku, dan mudahkanlah untukku

urusanku, dan lepaskanlah kekakuan dari

".lidahku, agar mereka mengerti perkataanku

(QS.Thaha:25-28)

Doa yang sangat indah, khususnya disaat kita

harus berbicara dan menghadapi sesuatu. Namun

ada satu pertanyaan, tahukah kita apa arti

lapang dada? Apakah kita selama ini berdoa

?tanpa tau maksud dari doa kita sendiri

Pada awalnya, Nabi Musa diperintahkan oleh

Allah untuk mendatangi Fir'aun, Raja yang

terkenal sangat kejam. Tapi anehnya, Nabi

Musa tidak meminta bekal senjata, pasukan

ataupun bantuan disaat itu. Beliau hanya

berdoa dan meminta agar Allah Melapangkan  
dadanya, Mempermudah urusannya dan  
.Melancarkan bicaranya

Dari semua doa itu, yang pertama diminta  
adalah lapang dada. Karena ini adalah bekal  
yang paling penting untuk memikul tanggung  
.jawab dan menghadapi segala rintangan  
.Khususnya ketika menyampaikan kebenaran  
,Lapang dada adalah perpaduan antara ikhlas  
sabar dan tawakal. Apapun yang terjadi tidak  
.akan membuat hatinya sempit dan menyesal

Jika kita perhatikan, Nabi Musa meminta  
.kepada Allah untuk dilapangkan dadanya  
Sementara Baginda Nabi Muhammad saw telah  
diberi kelapangan dada sebelum beliau  
meminta. Itulah kemuliaan Rasulullah diatas  
.nabi-nabi yang lain

أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ

Bukankah Kami telah Melapangkan dadamu“  
(Muhammad)?” (QS.as-Syahr:1)

Karena itu, kehidupan Rasulullah saw selalu

dipenuhi kesabaran ketika dihadapkan dengan  
berbagai rintangan dan masalah. Bahkan dengan  
lapang dada Rasulullah saw mendoakan umat  
yang memusuhi dan memerangi beliau  
"Ya Allah, berilah petunjuk kepada kaumku"  
"sesungguhnya mereka belum mengetahui

Gambaran lapang dada yang dimiliki Rasulullah  
juga terlihat ketika Fathu Mekah. Disaat  
Rasulullah telah menguasai mekah, beliau  
berhadapan dengan orang-orang yang memusuhi  
bahkan berusaha membunuh beliau selama  
.bertahun-tahun  
Namun beliau tidak membalas perbuatan keji  
mereka, dengan lapang dada Rasulullah saw  
.melepaskan dan membebaskan musuh-musuhnya  
Beliau bersabda  
Pergilah, sungguh kalian adalah orang-orang"  
"! yang dibebaskan

Kemudian beliau membaca ayat yang dibaca oleh

-Nabi Yusuf as ketika memaafkan saudara

,saudaranya

قَالَ لَا تَثْرِيْبَ عَلَيْكُمُ الْيَوْمَ يَغْفِرُ اللَّهُ لَكُمْ وَهُوَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ

Dia (Yusuf ) berkata, "Pada hari ini tidak

ada cercaan terhadap kamu, mudah-mudahan

Allah Mengampuni kamu. Dan Dia Maha Penyayang

(di antara para penyayang." (QS.Yusuf:92

Semoga kita mendapatkan taufik untuk memiliki

hati yang lapang dalam menghadapi segala

.masalah dalam hidup