

# Kesedihan dalam Al-Qur'an

---

<"xml encoding="UTF-8">

Kesedihan itu melemahkan hati. Karenanya kita seringkali mendapati ayat Al-Qur'an yang melarang manusia untuk bersedih hati, atau menafikan kesedihan itu dari kehidupan seorang .mukmin

: Allah swt berfirman

وَلَا تَهْنُوا وَلَا تَحْزُنُوا

(Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati." (QS.Ali 'Imran:139"

: Atau dalam ayat lainnya Allah swt menafikan kesedihan dari hati seorang mukmin sejati

فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزُنُونَ

Tidak ada rasa khawatir pada mereka, dan mereka tidak (pula) bersedih hati." (QS.Al-

"(Ahqaf:13

?Mengapa Al-Qur'an selalu ingin menjauhkan kita dari kesedihan

Karena kesedihan itu melemahkan hati dan menurunkan semangat hidup. Kesedihan itu .merusak niat dan kegigihan kita untuk melakukan sesuatu

:Tiada yang lebih disukai setan seperti kesedihan orang mukmin, bukankah Allah swt berfirman

إِنَّمَا أَنْجَحُ وَئِي مِنَ الْشَّيْءِ طُنْ لِيَحْ بُنْ الْذِينَ ءَامَنُوا

Sesungguhnya pembicaraan rahasia itu termasuk (perbuatan) setan, agar orang-orang yang" (beriman itu bersedih hati." (QS.Al-Mujadilah:10

..Maka tersenyumlah dan berbahagialah

..Jangan pernah berburuk sangka kepada Allah dan pasrahkan semua yang terjadi kepada-Nya

Hiduplah dengan penuh keyakinan bahwa Allah swt tidak akan memberi kecuali yang terbaik, .maka dengan itu engkau akan menemukan kebahagiaan hati dalam setiap kondisi

.Semoga bermanfaat