

Dahsyatnya Hati Orang Yang Mampu Menahan Amarah

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

,Allah swt berfirman

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكُظُمِينِ وَالْغَيْظِ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

yaitu) orang yang berinfak, baik di waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang)“
menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan) orang lain. Dan Allah mencintai orang yang
berbuat kebaikan. (QS.Ali ‘Imran:134)

Salah satu tanda orang yang bertakwa adalah kemampuan mereka dalam mengendalikan
amarahnya.

Mereka bukanlah benda mati yang tidak memiliki perasaan. Namun mereka memiliki hati
setebal baja yang mampu memenjarakan amarahnya.

Kepedihan dan rasa sakit tidak mampu menggoyang kebijaksanaan dalam jiwanya.

Caci maki dan tekanan tidak membuatnya kalap dan bertindak diluar batas.

“Dan orang-orang yang mengendalikan amarahnya...”

Adalah sebuah tanda kedewasaan diri dan kematangan jiwa.

Bagi mereka, kesabaran walaupun pahit akan memberi hasil yang manis. Sementara dendam
dan amarah yang meluap-luap hanya akan berakhir pada kerugian dan penyesalan.

Bila kita bertanya, “Apa faktor yang membuat hati mereka kuat menahan segala gangguan dan
hinaan dari orang lain?”

Tentu jawabannya adalah “Keyakinannya yang sangat kuat kepada Allah swt.”

Orang-orang bertakwa sangat yakin bahwa Allah selalu melihat kondisi mereka. Mendengar
rintihan mereka. Merasakan kepedihan hati mereka. Dan Allah tidak akan pernah melupakan
semua itu.

Orang-orang bertakwa lebih memilih diam dan tidak membalas dendam karena mereka yakin
balasan Allah akan jauh lebih indah apabila mereka mampu untuk bersabar.

Dalam beberapa buku tafsir yang membicarakan tentang ayat ini, dikutip sebuah kisah yang
begitu indah tentang cucu Nabi saw yang bernama Imam Ali Zainal Abidin.

Dikisahkan seorang budak wanita Imam Zainal Abidin sedang membantu beliau menuangkan
air untuk berwudhu. Tiba-tiba kendi yang berisi air itu jatuh dari tangannya dan melukai Imam.

Imam Zainal Abidin mengangkat kepalanya dan seketika budak itu berkata,

,”Sesungguhnya Allah swt berfirman

وَالْكُظُمِينِ وَالْغَيْظِ

Dan orang-orang yang menahan amarahnya.”“

Lalu imam berkata kepadanya,

“Aku telah menahan amarahku.”

,Budak itu melanjutkan ayat tersebut

وَأَلْغَا فِينَ عَنِ النَّاسِ

Dan memaafkan (kesalahan) orang lain.”“

Imam menjawab, “Aku telah memaafkanmu.”

,Budak ini melanjutkan ayat yang ia baca

وَاللَّهُ يُحِبُّ آلَ مُحَمَّدٍ سَلَامٌ

Dan Allah mencintai orang yang berbuat kebaikan.”“

Imam menjawab, “Pergilah, engkau telah bebas karena Allah swt.”

Maka tenanglah hatimu, redamlah amarahmu dan nanti lah balasan indah dari Allah swt.

...Semoga bermanfaat