

MAJELIS AHAD SORE
RINDU HIDAYAH

PENGAJIAN
KE-64

Kediaman Bpk. H. Rofik Hananto, S.E.
Alamat: Perum Griya Perwira Asri Blok C/3 Karangsentul Purbalingga

Ahad, 16 Zulhijah 1445/ 23 Juni 2024

SOLUSI MENGHADAPI MASALAH KEHIDUPAN

Oleh: H. Taryudi, Lc., M.Ag.

1. Doa di bawah ini dari Nabi saw untuk mengatasi masalah dalam kehidupan manusia:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْجُبْنِ وَالْبُخْلِ وَأَعُوذُ
بِكَ مِنْ غَلَبَةِ الدَّيْنِ وَقَهْرِ الرِّجَالِ

ALLAAHUMMA INNII A'UUDZU BIK MINAL HAMMI WAL HAZANI, WA A'UUDZU
BIKA MINAL 'AJZI WAL KASALI, WA A'UUDZU BIK MINAL JUBNI WAL BUKHLI,
WA A'UUDZU BIK MIN GHALABATID DAINI WA QAHRIR RIJAAL.

Artinya: Ya Allah, aku berlindung kepada-Mu dari kekhawatiran dan kesedihan. Aku berlindung kepada-Mu dari kelemahan dan kemalasan. Aku berlindung kepada-Mu dari sikap penakut dan bakhil. Aku berlindung kepada-Mu dari terlilit hutang dan pemimpin yang sewenang-wenang.

2. Doa Nabi itu memuat 8 kondisi yang menjadi sumber masalah dalam kehidupan, yakni: *al-Hamm* (gelisah), *al-Hazan* (sedih), *al-'Ajz* (lemah), *al-Kasal* (malas), *al-Jubn* (takut), *al-Bukhl* (bakhil), *Ghalabah al-Dain* (terlilit hutang), dan *Qahr al-Rijal* (pemimpin zalim).
3. Keutamaan mengamalkan doa di atas sebagai wirid harian.

عن أبي سعيد الخدري رضي الله عنه قال: قال دخل رسول الله صلى الله عليه وسلم ذات يوم المسجد فإذا هو برجل من الأنصار يقال له أبو أمامة فقال: يا أبا أمامة ما لي أراك جالسا في المسجد في وقت صلاة؟ قال: همومٌ لزممتني وديونٌ يا رسول الله! قال: ((أفلا أعلمك كلاماً إذا قلته أذهب الله همك، وقضى عنك دينك؟)). قال: قلت: بلى. قال: ((قل إذا أصبحت وإذا أمسيت: اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن، وأعوذ بك من العجز والكسل، وأعوذ بك من البخل والجبن، وأعوذ بك من غلبة الدين وقهر الرجال)). قال: ففعلت ذلك، فأذهب الله همي، وقضى عني ديني

Dari Abu Sa'id al-Khudri *radhiyallahu 'anhu*, ia berkata: Suatu hari Rasulullah saw masuk masjid, ternyata di dalamnya ada laki-laki dari kelompok Anshar, konon namanya Abu Umamah, lalu Beliau bertanya kepadanya: Wahai Abu Umamah, aku melihatmu ada di masjid ini tidak pada waktu salat? Ia menjawab: Saya terbebani kekhawatiran dan hutang, ya Rasulullah! Nabi saw bersabda: "Maukah aku mengajarimu sesuatu yang jika kamu ucapkan, semoga Allah menghilangkan kekhawatiranmu dan melunasi hutangmu?" Dia berkata: Saya berkata: Tentu ya Rasulullah. Beliau bersabda: ((Katakanlah di waktu pagi dan sore hari: ALLAAHUMMA INNII A'UUDZU BIK MINAL HAMMI WAL HAZANI, WA A'UUDZU BIK MINAL 'AJZI WAL KASALI, WA A'UUDZU BIK MINAL JUBNI WAL BUKHLI, WA A'UUDZU BIK MIN GHALABATID DAINI WA QAHRIR RIJAAL.)) Laki-laki itu berkata: Maka aku melakukan itu, dan Allah menghilangkan kekhawatiranku dan hutangku lunas. (HR Abu Dawud). []