

KONSEP HIDUP TENANG



AH

DR AZURA HASHIM

KONSEP HIDUP TENANG

Allah mencipta manusia dengan satu hati. Seharusnya dengan hati yang satu itulah kita semaikan rasa cinta kepada Allah.



Jika cinta Allah yang bertakhta di hati, maka segala cinta yang lain turut bertakhta. Namun jika cinta lain yang menerpa, maka cinta Allah akan menjauh.

Sahabat yang saya sayangi... Jika hilang cinta Allah. Bagaimana hidup kita bisa tenang?

Dalam Surah At-Taubah (9:40).

“Janganlah takut, Allah bersama-sama kita”.

Ayat ini di turunkan untuk memujuk hati dan menenangkan Rasulullah SAW. Hebatnya baginda, Allah sentiasa di hati.



Berbalik semula kepada diri kita, ketenangan banyak dalam kehidupan bergantung kepada pilihan gaya hidup . Ada yang memilih ikut trend, travel sana sini, gadget yang terkini dan up- to- date. Namun ada pula yang terpaksa membuat 2, 3 kerja disebabkan gaya hidup. Sebaliknya, kita boleh pilih untuk bersederhana, cari ilmu dan melabur secara bijak untuk hidup luar biasa.

Ada juga yang mengalami depression akibat hidup tidak memenuhi keinginan yang diharapkan. Sememangnya kehidupan ini memerlukan kita memilih.



BEBAS HUTANG







BEBAS HUTANG

Pengurusan kewangan yang carcamerbamembawa kepada kesan jangka masa panjang yang tidak sihat dan kehidupan tidak stabil. Ulasan daripada akhbar Star Online menyatakan golongan remaja belia adalah kumpulan yang merbahaya dan kronik.

Peringkat umur antara 25 hingga 44 tahun berpotensi untuk cepat bankrap. Punca utamanya adalah perbelanjaan mewah dan melebihi pendapatan. Ini menunjukkan tahap pengetahuan masyarakat kini mengenai pengurusan kewangan berada pada tahap yang rendah.

Faktor tertinggi yang membawa kepada bankrap adalah penggunaan kad kredit tanpa had, pinjaman peribadi dan pinjaman pendidikan. Pinjaman pendidikan misalnya, masih menunjukkan tahap kesedaran yang rendah.



Pelbagai usaha kerajaan dilaksanakan untuk meningkatkan kesedaran mengenai bayaran hutang. Cukup membimbangkan. Bayangkan kesan yang bakal diterima apabila diri diisytihar bankrap. Jadi, bagaimana hidup mahu tenang?

Perkara yang perlu di ambil berat adalah langsaikan hutang. Kebuntuan pada masalah belunggu ini menjadikan masyarakat mengambil jalan pintas dengan melakukan kerja-kerja yang mengundang bahaya.

Oleh itu, Bank Negara Malaysia telah menyediakan rujukan buat mereka di luar sana melalui Agensi Kaunseling dan Pengurusan Kredit (AKPK). AKPK berfungsi untuk memberi nasihat dan kaunseling, menguruskan kewangan, menguruskan kad kredit dan penstrukturan semula hutang. Menariknya perkhidmatan yang disediakan oleh AKPK adalah percuma. Mudah-mudahan usaha kita dalam menyelesaikan hutang akan dipandang oleh Allah sebagai satu kebaikan.



Mohonlah pada Allah Ya Baari’,

Kami menyerahkan seluruh jiwa raga dan kehidupan kami, keluarga kami, kewangan kami, pekerjaan kami dan perniagaan untuk agendaMu. Jadikan kami khalifahMu yang cemerlang “. Jaminan kebahagiaan yang Allah tawarkan pada hambaNya adalah tawakal. Konsep tawakal iaitu berserah segala-galanya pada Allah setelah berusaha dan bersungguh.





GAYA DAN BUDAYA




GAYA DAN BUDAYA

Gaya hidup sederhana dan bersahaja cara Rasulullah. Masyarakat pada zaman Rasulullah s.a.w mempunyai ketahanan mental yang kuat dan jiwa yang besar. Meninggalkan kekayaan dunia dan memilih kesederhanaan. Meskipun kehidupan Rasulullah s.a.w bersahaja dan dalam kesederhanaan, Baginda tidak pernah melarang umatnya untuk menjadi kaya.

Pada zaman Rasulullah, ada seorang sahabat baginda yang kaya raya iaitu Usman bin Affan. Usman bin Affan memanfaatkan kekayaannya pada situasi yang betul seperti menafkahkan harta untuk dakwah islam dan bantuan untuk strategi peperangan.

Islam tidak menentang malah menggalakkan penganutnya menjadi kaya agar dapat disalurkan pada jalan yang betul. Cuma ada masa kita berlebihan dalam sesuatu dan seumpama tiada perancangan. Inilah yang perlu kita ubah, biarlah bersederhana. Kesederhanaan memberi kita ruang untuk berfikir lebih dalam makna kehidupan.



Qanaah adalah redha. Berasa redha dan cukup dengan nikmat yang Allah beri. Firman Allah bermaksud:

“Sesungguhnya Tuhanmu yang meluaskan rezeki bagi sesiapa yang dikehendaki-Nya (menurut peraturan-Nya) dan Dia juga yang menyempitkannya (bagi sesiapa yang Dia kehendaki). Sesungguhnya Dia Maha Mengetahui, lagi Maha Melihat akan hamba-hambaNya.” (Surah Al-Isra 17:30)

Qanaah juga dapat mensucikan hati dari cemburu dan hasad. Bersyukur dan tambahkan usaha untuk mendapat apa yang diinginkan. Rasulullah SAW juga mendidik mengenai sifat qanaah.

“Jadilah seorang yang warak, nescaya kamu menjadi manusia paling baik dalam beribadat. Dan jadilah seorang yang memiliki sifat qanaah, nescaya kamu menjadi manusia paling bersyukur.” (Riwayat Ibnu Majah)

Didik diri menerima seadanya. Gantikan kemahuan dengan mensyukuri apa yang sudah dimiliki. Orang bersyukur tenang menerima kelapangan dan kesempitan dengan hati yang lapang. Bersyukur apabila dimiliki dan tidak memiliki.

KERJA JANGAN BERTANGGUH

THE PROCRASTINATION CYCLE




KERJA JANGAN BERTANGGUH

Suka bertangguh itu mengundang kerugian dan bahaya. Nabi Muhammad SAW menyeru umatnya tidak membuang masa dan bersegera melaksanakan kebaikan selagi ada kesempatan.

Hadis diriwayatkan Baihaqi yang bermaksud :

“Pergunakanlah lima kesempatan sebelum datangnya lima kesempatan iaitu: pergunakan kesempatan sihatmu sebelum datang sakitmu; pergunakan kesempatan lapangmu sebelum datang kesempitan; pergunakan hari mudamu sebelum datang hari tuamu; pergunakan kesempatan waktu engkau kaya sebelum datang kemiskinan; pergunakan kesempatan masa hidupmu sebelum datang saat kematian.”





Telah diperingatkan Allah s.w.t dalam surah Al-‘Asr, mengenai betapa kita akan dalam kerugian jika melengah-lengahkan masa dan bersikap malas,

“Demi masa, sesungguhnya manusia itu berada dalam kerugian, melainkan orang yang beriman dan beramal soleh dan orang yang menyeru kepada kebenaran dan kesabaran.”

Berdasarkan ayat ‘manusia didalam kerugian’, dapat dijelaskan dalam beberapa keadaan contohnya dalam masa yang dilalui itu nyatalah bahawa manusia sentiasa rugi, dalam hidup melalui masa itu tidak ada keuntungan sama sekali.

Sebagai contoh, sewaktu muda dan gagah perkasa harapan masih banyak, tetapi bila usia mulai lanjut, barulah timbul insaf dan sedar bahawa tidak semua yang diangankan atau diimpikan ketika muda tercapai.

Disambung pula dengan ‘kecuali orang yang beriman’, orang yang beriman sahaja yang tidak akan merasa kerugian. Itu mereka yang mempunyai kepercayaan bahawa hidup nya adalah atas kehendak Allah.



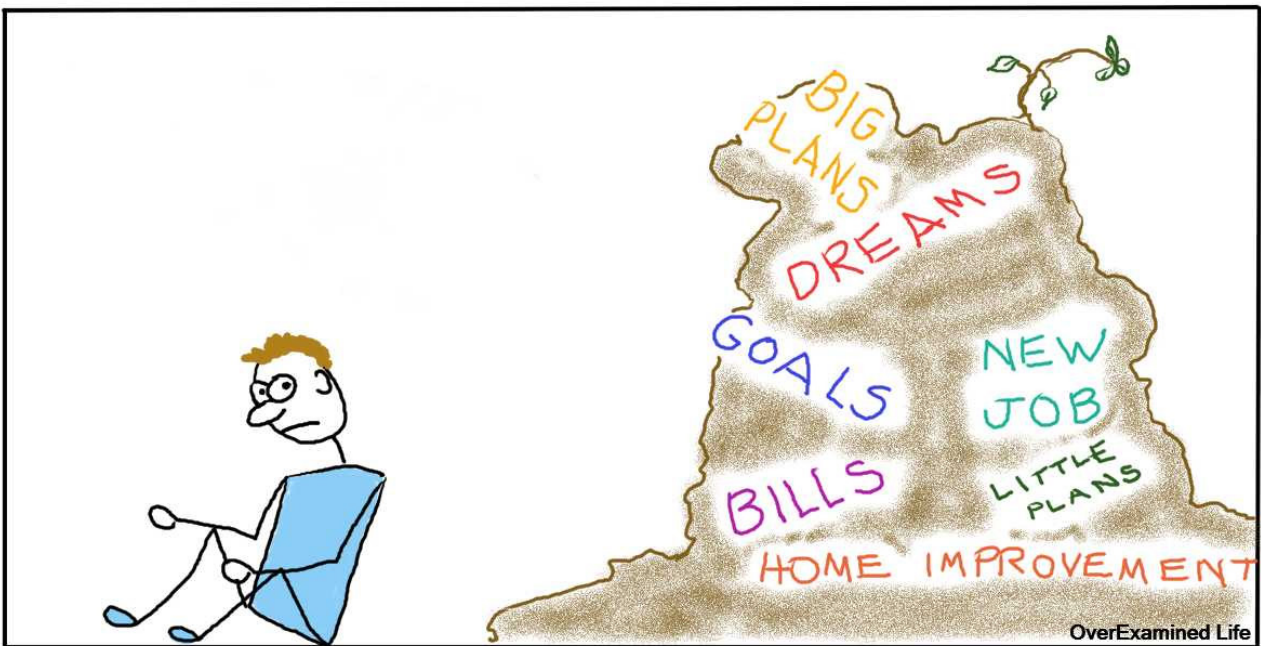
Manusia dilahirkan ke dunia hanyalah sementara. Jika masa sementara itu dapat diisi dengan sesuatu yang baik, pasti tidak akan merasa kerugian itu. Iman menyebabkan manusia berasa insaf dan sedar bahawa hidup di dunia ini hanya lah untuk berbakti kepada Yang Maha Esa. Jangan pernah putus asa dan kecewa dengan Allah. Kehidupan ternyata satu proses pembelajaran.

Apabila Allah bersumpah dengan masa, bermakna ketegasan Allah akan ia. Masa akan berjalan dan tidak akan berpatah semula. Hakikat masa berjalan dengan pantas, sedar-sedar kita sudah di satu usia. Sebab itu sangat penting untuk mempunyai matlamat dan pelan kehidupan.

Sahabat.. sayang jika tidak menguruskan masa dengan baik terutamanya untuk manfaat. Salah satu kerugian adalah suka bertangguh. Pelbagai sebab menjadikan seseorang itu suka menangguhkan kerja. Imbas kembali berapa banyak masa yang berlalu dan yang sudah dibiarkan berlalu begitu sahaja.



TIP ELAK BERTANGGUH





Tip elak bertangguh

Usahakan untuk allocate kan masa untuk satu kerja. Fokus.

Contohnya dalam 30 minit, berikan 100% perhatian pada ia sahaja. Masa yang pendek, lebih mudah untuk fokus. Mulakan menyelesaikannya dengan tenang dan tahan diri dari godaan! Walaupun rasa malas datang, usaha untuk mulakannya.

Langkah pertama untuk menyiapkan tugas adalah dengan memulakannya. Jika sudah, teruskan langkah sehingga sampai ke garisan penamat.

Bermohon kepada Allah, supaya mengalirkan ilham dan petunjuk dan menjadikan hasil kerja sebagai ibadah.

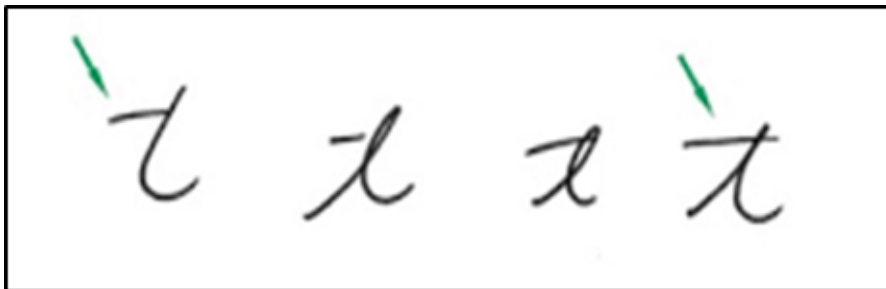
TULISAN YANG MENUNJUKKAN SIKAP BERTANGGUH





Sahabat yang baik...

Tahukah kalian, kita boleh mengenalpasti sikap suka bertangguh melalui tulisan tangan? Jom semak huruf 't' kalian sekarang.



Huruf 't' di atas adalah contoh tulisan individu suka bertangguh. Sepanjang menganalisis tulisan tangan, saya menemui banyak tulisan yang huruf 't'nya palang di bahagian kiri. Disini kalian berpotensi untuk menanggungkan kerja yang boleh diselesaikan. Ini akan menyebabkan lama-kelamaan dikhuatiri kerja semakin menimbun dan muncul sikap malas. Jika palang 't' kalian banyak sebelah kiri, sila ubah. Tulis dengan lengkap sehingga ke kanan.

Tahniah! jika sudah membaca sehingga ayat ini bermakna kalian bukanlah yang suka bertangguh.

Sahabat yang mulia.. Nikmatnya jika sentiasa mengingati Allah, berzikir disamping melaksanakan ibadah yang wajib kepadaNya. Serahkan kepercayaan 100% kepada Allah kerana sebagai manusia, kita hanya hamba.

*'Bertakwalah kamu kepada Allah,
sungguh Allah Maha Mengetahui segala
isi hati' (Surah Al-Maidah, 5:7).*

Salam sayang,

Dr Azura Hashim