

## Jangan Bersifat Bengis

Daripada Abu Hurairah RA bahawa seorang lelaki berkata kepada Nabi SAW:

أَوْصِنِي، قَالَ: لَا تَغْضَبْ. فَرَدَّدَ مَرَارًا، قَالَ: لَا تَغْضَبْ

**Maksudnya:** “Wasiatkan kepadaku. Sabda Baginda: Janganlah marah. Kemudian beliau berulang kali bertanya. Sabda Baginda: Janganlah marah.”

Riwayat al-Bukhari (5765)

### Pedoman dan Iktibar Hadis

Antaranya:

1. Imam al-Ghazali berkata: Ahli ilmu berpendapat bahawa berlakunya sifat marah itu kerana urat saraf manusia ditarik oleh syaitan. Ini bermakna orang yang suka marah bererti telah mengikat persahabatan dengan syaitan.
2. Adapun maksud perkataan *Janganlah Marah* yang dikatakan kepada lelaki tersebut ialah jangan menuruti hawa nafsu kemarahan itu, dan bukanlah maksudnya melenyapkan sama sekali nafsu itu. Ini kerana kemarahan adalah satu-satunya daripada tabiat manusia yang tidak mungkin dihapuskan.
3. Oleh itu, maksud Rasulullah SAW dengan larangannya kepada perkara menimbulkan kemarahan itu dan Baginda bersabda pada hadis yang lain: “*Jauhilah kemarahan, kerana ia adalah bara api yang menyala-nyala dalam hati anak Adam. Cubalah lihat apabila salah seorang kamu dalam keadaan marah, kedua matanya merah, urat lehernya kelihatan timbul. Apabila salah seorang merasa marah, maka hendaklah dia berbaring atau duduk di atas bumi.*”

4. Pernah juga Rasulullah SAW menerangkan: *“Bahawa kemarahan itu daripada syaitan. Sesungguhnya syaitan itu dijadikan dari api. Api hanya dapat dipadamkan dengan air. Apabila seseorang di kalangan kamu marah kamu maka hendaklah dia berwuduk.”*
5. Emosi kita harus matang lebih dahulu dalam mengenali dan menerima diri sendiri. Jika tidak, tentu kita akan salah langkah dan yang kita buat sudah tentu perbuatan yang salah. Akhirnya, kita merasa bersalah dan cemas kerananya.
6. Seseorang yang cenderung menggunakan emosinya dalam berfikir menandakan bahawa emosinya belum matang. Kita perhatikan seorang yang sakit jantung, dia datang kepada doktor untuk berubat. Lantas disyorkan supaya berhenti merokok sementara, tetapi kerana emosinya dia mengabaikan saranan doktor tersebut. Maka apa yang berlaku? Dua bulan kemudian dia meninggal dunia akibat penyakit jantung yang parah.
7. Jika kita menurutkan emosi yang meluap-luap sudah tentu kita akan kehilangan arah, ke mana akan melangkah dan apa yang harus dilakukan. Orang matang emosinya cukup mengenali dirinya sendiri untuk menyedari apa yang menganjal di hatinya dan menggunakan sejumlah pengetahuan yang diperolehi dari pengalaman sebelumnya. Ketidakmampuan untuk mengakui batas-batas kemampuan kita atau menjada emosi kemarahan boleh mengakibatkan banyak kecemasan dan kekecewaan.

### Mutiara Hikmah

- ❖ **Luqman al-Hakim** menasihati anaknya seraya berkata: *“Hai anakku, tiga perkara tidak diketahui kecuali pada tiga. Orang yang sabar tidak diketahui kecuali ketika marah, orang yang berani tidak diketahui kecuali ketika perang dan sahabat sejati tidak diketahui ketika berhajat.”*
- ❖ **Pujangga berkata:** Jangan marah, sebab marah hanya akan merosakkan keadaan jiwa, mengubah perilaku, memburukkan pergaulan, merosakkan cinta dan memutuskan tali silaturahim.

## Kisah Teladan

Iblis datang kepada Nabi Musa AS dan berkata: Engkaulah yang dipilih oleh Allah rasul-Nya dan Kalimullah, sedangkan aku seorang makhluk biasa, yang ingin juga bertaubat kepada Tuhan. Maka tolonglah aku, semoga taubatku diterima. Nabi Musa AS merasa gembira lalu ia berwuduk dan sembahyang, kemudian ia berdoa: Ya Tuhan, iblis adalah makhluk-Mu dan dia ingin bertaubat, maka terimalah taubatnya. Maka diturunkan wahyu kepada Nabi Musa: Ya Musa, dia tidak akan bertaubat. Jawab Musa: Ya Tuhan, dia mahu bertaubat. Maka turun wahyu kepada Musa: Aku telah menerima permintaanmu Musa, maka suruhlah ia sujud kepada kubur Adam, maka Aku akan menerima taubatnya.

Nabi Musa sangat gembira dan menyampaikan suara wahyu itu kepada iblis, tiba-tiba iblis marah dan sombong serta berkata: Aku tidak akan sujud kepadanya di masa hidupnya, bagaimana akan sujud sesudah matinya? Lalu iblis berkata: Hai Musa, kerana engkau telah menolongku, maka kini engkau berhak menerima hadiah daripadaku, maka aku berpesan kepadamu tiga perkara:

- Ingatlah kepadaku ketika marah, sebab aku di dalam tubuhmu mengikut saluran darah.
- Ingatlah kepadaku ketika menghadapi musuh ketika perang, sebab aku datang kepada anak Adam mengingatkan kepadanya keadaan isteri, anak, hartanya sehingga dia lari ke belakang.
- Awaslah, jangan duduk sendirian dengan wanita yang bukan mahram, sebab aku sebagai utusannya kepadamu dan utusanmu kepadanya.