



RINDU KERANA MENUNGGU, KECEWA KERANA MENGHARAP

Panduan Menenangkan Hati Ketika Penantian Terasa Panjang

**Oleh:
Hj Che Alim Hj Che Haron**

Tentang Kulit eBook Ini

Kulit eBook ini menggambarkan sebuah jam pasir yang terapung lembut di bawah cahaya bulan sabit — simbol masa yang terus berjalan walaupun hati sedang menanti. Pasir yang jatuh bertukar menjadi zarah-zarah cahaya keemasan, melambangkan bahawa setiap saat penantian, jika diiringi sabar dan doa, tidak pernah sia-sia di sisi Allah ﷻ.

Di bahagian bawah jam pasir, cahaya berkumpul membentuk sebuah hati yang bersinar — mewakili hati yang tenang dan redha, walaupun sedang merindu dan menanti sesuatu yang dihajati. Zarah-zarah cahaya yang melayang naik ke arah bulan melambangkan doa dan tawakal, manakala siluet kubah masjid dan pokok kurma di kaki langit mengingatkan kita bahawa ketenangan sejati datang daripada mengembalikan segala urusan kepada Allah ﷻ.

Semoga kulit ini menjadi peringatan lembut: rindu kerana menunggu dan kecewa kerana mengharap adalah fitrah manusia — tetapi hati yang bersandar kepada Allah ﷻ tidak akan pernah benar-benar kehilangan cahaya harapan.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

RINDU KERANA MENUNGGU, KECEWA KERANA MENGHARAP

Panduan Menenangkan Hati Ketika Penantian Terasa Panjang

**OLEH
HJ CHE ALIM HJ CHE HARON
AK (Kelantan)**

© Hak Cipta Terpeliharanya 1448/2026

PENGENALAN

Ada satu jenis penat yang tidak kelihatan pada wajah. Ia bukan penat kerja, bukan penat berjalan jauh. Ia penat menunggu.

Menunggu jodoh yang belum muncul. Menunggu rezeki yang belum longgar. Menunggu doa yang sudah bertahun dipanjatkan tapi jawapannya masih senyap. Menunggu keadaan bertukar, sedangkan hari demi hari terasa sama sahaja.

Kalau anda sedang di fasa ini, saya nak anda tahu satu perkara dahulu sebelum kita masuk lebih jauh: perasaan rindu kerana menunggu, dan kecewa kerana mengharap, bukan tanda iman anda lemah. Ia tanda anda seorang manusia yang hatinya masih hidup, yang masih mengharapkan sesuatu yang baik untuk dirinya.

Buku kecil ini bukan nak suruh anda “sabar sahaja” dan berhenti di situ. Nasihat itu selalu betul, tapi selalu juga terasa kosong bila diucapkan tanpa penjelasan — macam doktor suruh pesakit “kuatkan semangat” tanpa beritahu apa ubatnya.

Saya sendiri pernah lalui detik-detik ini — malam yang panjang bertanya kenapa, subuh yang sunyi selepas doa yang sama diulang bertahun. Apa yang saya kongsikan di sini bukan teori yang saya baca sahaja, tapi renungan yang saya kumpul sepanjang perjalanan itu sendiri, digandingkan dengan apa yang Al-Qur'an dan Sunnah ajar tentang erti sabar dan tawakal yang sebenar.

Apa yang saya cuba buat di sini ialah bawa anda faham dengan lebih dalam: kenapa penantian terasa seberat ini, di mana silapnya kalau harapan kita selalu berakhir dengan kecewa, dan macam mana nak uruskan hati supaya ia tenang — bukan kerana keadaan sudah berubah, tapi kerana cara kita memegang harapan itu sendiri sudah berubah.

Buku ini ditulis untuk sesiapa sahaja — tidak kira anda sedang menunggu jodoh, menunggu rezeki lapang, menunggu kesihatan pulih, menunggu anak, menunggu jawapan doa yang sudah lama dipanjatkan, atau sekadar menunggu hidup terasa lebih ringan. Prinsip yang kita bincangkan sama, walaupun bentuk penantian setiap orang berbeza.

Satu masalah yang kita semua pernah dan akan lalui. Satu jawapan yang, insya-Allah, boleh anda pegang bila-bila masa penantian terasa panjang.

Jom kita mula.



KONTEKS: KENAPA MENUNGGU TERASA BEGITU BERAT

Cuba imbas kembali. Kenapa menunggu bas yang lewat 10 minit rasa lebih lama berbanding 10 minit menonton cerita kegemaran? Kenapa menunggu keputusan peperiksaan rasa lebih berat berbanding menunggu waktu buka puasa, walaupun dua-dua ada tempoh masa yang sama?

Jawapannya mudah: bukan tempoh masa yang buat penantian terasa berat. Ketidakpastian itu yang berat.

Bila kita tahu bas akan sampai dalam 10 minit, hati kita tenang kerana ada kepastian. Tapi bila kita tak tahu bila jodoh akan datang, bila rezeki akan longgar, bila doa akan dimakbulkan — hati kita berlegar-legar dalam ketidaktahuan itu. Dan hati manusia, secara semula jadi, tidak suka ketidakpastian. Ia mahu kawalan. Ia mahu tahu “bila”.

Di sinilah silap pertama mula terbentuk — kita cuba rebut kawalan yang sebenarnya bukan milik kita. Kita cuba paksa kepastian yang Allah ﷻ sengaja simpan sebagai rahsia, sebagai sebahagian daripada takdir yang hanya Dia tahu.

Tapi ada lagi satu lapisan yang buat penantian bertukar jadi kekecewaan yang menyakitkan — iaitu di mana kita letak harapan.

Cuba fikir. Bila kita berharap sangat pada seorang manusia untuk faham perasaan kita, dan dia tak faham — kita kecewa dengan manusia itu. Bila kita berharap sangat pada satu peluang kerjaya untuk selesaikan semua masalah kewangan, dan peluang itu tak menjadi — kita kecewa dengan keadaan. Bila kita berharap Allah ﷻ makbulkan doa ikut jadual yang kita sendiri tetapkan, dan ia tak berlaku ikut jadual itu — kita mula rasa kecewa, malah kadang tertanya-tanya, adakah Allah dengar doa aku?

Perhatikan corak ini: setiap kali harapan kita letak 100 peratus pada sesuatu yang kita sendiri tak boleh kawal — hasilnya, jadual, tindak balas orang lain — kita sedang bina jambatan menuju kekecewaan.

Ini bukan bermakna kita tak boleh berharap. Berharap adalah fitrah. Malah berharap kepada Allah ﷻ adalah ibadah. Tapi ada beza besar antara berharap dengan cara yang membina, dan berharap dengan cara yang meletihkan diri sendiri. Beza itu yang akan kita bongkar satu-persatu dalam bab-bab seterusnya.

Ada juga satu fenomena yang saya panggil “keletihan menunggu” — di mana seseorang bukan sahaja resah kerana belum dapat apa yang dia mahu, tetapi turut penat kerana terus-menerus mengharap tanpa melihat sebarang kemajuan. Keletihan ini nyata, dan ia tidak salah untuk dirasai. Yang penting ialah kita tidak biarkan keletihan itu menjadi alasan untuk berhenti berdoa atau berhenti berusaha sepenuhnya.



BAB 1: APA BEZA RINDU, MENUNGGU, DAN BERHARAP

Sebelum kita selesaikan sesuatu masalah, kita perlu faham dulu apa sebenarnya masalah itu. Tiga perasaan ini — rindu, menunggu, berharap — selalu bercampur aduk dalam hati sampai kita sendiri tak pasti yang mana sedang kita rasa.

Rindu ialah rasa hati yang tertarik kuat pada sesuatu yang belum ada, atau sesuatu yang pernah ada dan kini hilang. Ia emosi. Ia datang tanpa diundang, waktu malam sunyi, waktu tengok orang lain sudah dapat apa yang kita masih tunggu.

Menunggu pula ialah keadaan. Ia bukan perasaan, ia posisi kita dalam masa — antara titik permulaan (kita mula berharap atau berdoa) dan titik hasil (perkara itu berlaku atau tidak). Menunggu boleh dilalui dengan tenang, boleh juga dilalui dengan resah — bergantung apa yang kita buat semasa berada dalam tempoh itu.

Berharap ialah tindakan hati meletakkan sandaran pada sesuatu perkara terjadi di masa depan. Dan di sinilah letaknya kunci penting: berharap itu sendiri neutral. Ia jadi baik atau buruk bergantung kepada di mana kita letakkan sandaran itu.

Sebagai contoh: seorang yang rindu boleh jadi teringat waktu-waktu bahagia bersama seseorang yang telah tiada, atau membayangkan kehidupan berkeluarga yang belum tiba. Seorang yang menunggu boleh jadi seorang pelajar yang sedang menantikan keputusan permohonan, hari demi hari menyemak emel dengan jantung berdebar. Seorang yang berharap boleh jadi seorang usahawan yang telah menghantar berpuluh proposal perniagaan, menaruh harap besar pada satu jawapan positif.

Kalau kita letak sandaran pada Allah ﷻ — bahawa apa jua yang berlaku, baik ikut kehendak kita atau tidak, ada hikmah dan kebaikan di sebaliknya — harapan jenis ini menenangkan. Ia memberi kekuatan untuk terus melangkah walaupun hasil belum kelihatan.

Tapi kalau kita letak sandaran sepenuhnya pada hasil tertentu — perkahwinan ini mesti jadi, kerja ini mesti dapat, doa ini mesti dimakbulkan tepat macam yang aku minta — harapan jenis ini rapuh. Ia berdiri di atas sesuatu yang kita tak boleh kawal, dan bila ia goyah, seluruh emosi kita turut goyah.

Latihan kecil untuk anda: kali seterusnya anda rasa berat kerana menunggu sesuatu, cuba tanya diri sendiri — adakah aku sedang berharap pada Allah ﷻ, atau aku sedang berharap pada hasil yang aku sendiri tetapkan? Jawapan kepada soalan ini selalunya membuka banyak kefahaman.



BAB 2: KENAPA ALLAH UJI KITA DENGAN PENANTIAN

Ramai orang anggap penantian yang panjang sebagai tanda Allah ﷻ tidak mendengar doa mereka, atau tanda mereka kurang bertuah berbanding orang lain. Tapi kalau kita rujuk kembali kepada ajaran Islam, penantian dan ujian sebenarnya membawa makna yang jauh lebih dalam daripada itu.

Rasulullah ﷺ bersabda:

حَدَّثَنَا هَدَّابُ بْنُ خَالِدٍ الْأَزْدِيُّ، وَشَيْبَانُ بْنُ فَرُّوخَ، جَمِيعًا عَنْ سُلَيْمَانَ بْنِ الْمُغِيرَةِ، - وَاللَّفْظُ لَشَيْبَانَ - حَدَّثَنَا سُلَيْمَانُ، حَدَّثَنَا ثَابِتٌ، عَنْ عَبْدِ الرَّحْمَنِ بْنِ أَبِي لَيْلَى، عَنْ صُهَيْبٍ، قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ "عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ وَلَيْسَ ذَاكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَاءٌ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ".

SANAD (RANGKAIAN PERAWI):

Telah menceritakan kepada kami [Haddab bin Khalid Al-Azdi](#), dan [Syaiban bin Farrukh](#), kedua-duanya daripada [Sulaiman bin Al-Mughirah](#) — dan lafaznya adalah lafaz Syaiban — telah menceritakan kepada kami Sulaiman, telah menceritakan kepada kami [Thabit](#), daripada [Abdur Rahman bin Abu Laila](#), daripada [Suhaib](#), katanya: Rasulullah ﷺ bersabda:

MATAN (TEKS HADITH):

"Sungguh menakjubkan urusan orang mukmin! Sesungguhnya seluruh urusannya adalah baik baginya, dan yang demikian itu tidak dimiliki oleh sesiapa pun melainkan orang mukmin: sekiranya dia ditimpa kesenangan, dia bersyukur, maka itu baik baginya; dan sekiranya dia ditimpa kesusahan, dia bersabar, maka itu juga baik baginya."

✦ NOTA:

- Hadith ini diriwayatkan oleh Imam Muslim daripada Suhaib bin Sinan Ar-Rumi رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.
- Hadith ini merupakan salah satu hadith paling terkenal berkaitan konsep **redha dan tawakal** kepada qada' dan qadar Allah ﷻ — bahawa seorang mukmin sejati sentiasa berada dalam keadaan "menang" dalam erti kata rohani, tidak kira baik atau buruk keadaannya di dunia, kerana kedua-duanya membawa kebaikan (pahala) apabila disikapi dengan sepatutnya (syukur atau sabar).

- Sangat sesuai dijadikan rujukan dalam bab-bab berkaitan **penyakit hati** seperti keluh-kesah (*jaza'*), tidak reda dengan takdir, atau kekurangan sabar dan syukur — dan boleh juga digunakan sebagai penutup motivasi dalam mana-mana installment Siri Penyakit Hati.

Berikut ialah **huraian dan pengajaran utama** daripada Hadith ini (*Sahih Muslim 2999*):

TEKS HADITH

Rasulullah ﷺ bersabda:

"Sungguh menakjubkan urusan orang beriman. Sesungguhnya seluruh urusannya adalah baik, dan itu tidak dimiliki oleh sesiapa pun kecuali orang beriman. Jika dia mendapat kesenangan, dia bersyukur — maka itu baik baginya. Jika dia ditimpa kesusahan, dia bersabar — maka itu baik baginya."

1 MENGAPA "Menakjubkan"?

Kerana biasanya manusia melihat:

- Nikmat = baik
- Musibah = buruk

Tetapi bagi mukmin:

- ☒ Nikmat menjadi pahala dengan syukur
- ☒ Musibah menjadi pahala dengan sabar

Dalam kedua-dua keadaan, dia tetap untung.

2 KETIKA MENDAPAT KESENANGAN (سَرَاءَ)

Kesenangan termasuk:

- Rezeki
- Kesihatan
- Kejayaan
- Keluarga

Mukmin tidak lalai, tetapi:

- ✓ Mengakui nikmat dari Allah ﷻ
- ✓ Mengucap syukur
- ✓ Menggunakan nikmat untuk kebaikan

Syukur menjadikan nikmat bernilai akhirat.

3 KETIKA DITIMPA KESUSAHAN (ضَرَاءَ)

Kesusahan termasuk:

- Sakit
- Kehilangan
- Ujian hidup
- Kegagalan

Mukmin bersabar:

- ✓ Tidak memberontak terhadap takdir
- ✓ Tidak putus asa
- ✓ Tetap berbaik sangka kepada Allah ﷻ

Sabar mengubah musibah menjadi ganjaran.

4 RAHSIA BESAR HADITH INI

Kunci kepada "semuanya baik" ialah:

🔑 Iman

Tanpa iman:

- Nikmat membawa lalai
- Musibah membawa putus asa

Dengan iman:

- Nikmat → syukur
- Ujian → sabar

Kedua-duanya → pahala.

5 FORMULA KEHIDUPAN MUKMIN

Dua sayap kehidupan:

- ✓ Syukur
- ✓ Sabar

Jika dua ini ada, tiada keadaan yang merugikan.

✦ **PENGAJARAN PENTING**

- ✓ Jangan tertipu dengan nikmat.
- ✓ Jangan hancur dengan musibah.
- ✓ Nilai sesuatu bukan pada keadaan, tetapi pada respon hati.

🌿 **RENUNGAN**

Orang beriman tidak menilai hidup berdasarkan:

"Adakah aku senang?"

Tetapi berdasarkan:

"Bagaimana aku bertindak terhadap apa yang Allah beri?"

Jika bersyukur ketika senang, dan bersabar ketika susah — maka seluruh hidupnya menjadi kebaikan.

Semoga Allah ﷻ menjadikan kita termasuk dalam golongan mukmin yang setiap keadaannya bernilai pahala.

Riwayat Imam Muslim dalam Sahih Muslim, Kitab az-Zuhd war-Raqaiq, Hadith No. 2999. Darjat: Sahih.

<https://sunnah.com/muslim:2999>

Perhatikan struktur hadith ini. Kesenangan itu baik. Kesusahan pun baik. Bukan kerana kesusahan itu sendiri sesuatu yang indah, tapi kerana cara seorang mukmin bertindak balas terhadapnya — dengan sabar — yang menjadikannya baik. Artinya, penantian yang anda sedang lalui ini bukan hukuman. Ia ruang untuk anda kumpul kebaikan, asalkan anda bertindak balas dengannya dengan cara yang betul.

Ada lagi satu hadith yang selalu memberi ketenangan pada saya sendiri bila dalam waktu susah:

حَدَّثَنِي عَبْدُ اللَّهِ بْنُ مُحَمَّدٍ، حَدَّثَنَا عَبْدُ الْمَلِكِ بْنُ عَمْرٍو، حَدَّثَنَا زُهَيْرُ بْنُ مُحَمَّدٍ، عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ عَمْرٍو بْنِ حُلَّةٍ، عَنْ عَطَاءِ بْنِ يَسَّارٍ، عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ، وَعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، عَنِ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ " مَا يُصِيبُ الْمُسْلِمَ مِنْ نَصَبٍ وَلَا وَصَبٍ وَلَا هَمٍّ وَلَا حُزْنٍ وَلَا أَذًى وَلَا غَمٍّ حَتَّى الشَّوْكَةِ يُشَاكُهَا، إِلَّا كَفَّرَ اللَّهُ بِهَا مِنْ خَطَايَاهُ " .

📄 **SANAD (RANGKAIAN PERAWI):**

Telah menceritakan kepadaku [Abdullah bin Muhammad](#), telah menceritakan kepada kami [Abdul Malik bin Amr](#), telah menceritakan kepada kami [Zuhair bin Muhammad](#), daripada [Muhammad bin Amr bin Halhalah](#), daripada [Atha' bin Yasar](#), daripada [Abu Sa'id Al-Khudri](#), dan daripada [Abu Hurairah](#), daripada Nabi ﷺ, baginda bersabda:

MATAN (TEKS HADITH):

"Tidaklah seseorang Muslim itu ditimpa keletihan, penyakit yang berpanjangan, kerisauan, kesedihan, sesuatu yang menyakitkan, mahupun kesusahan hati — sehinggakan (tercucuk) duri sekalipun — melainkan Allah ﷻ hapuskan dengannya sebahagian daripada dosa-dosanya."

NOTA:

- Hadith ini diriwayatkan oleh Imam Bukhari daripada dua sahabat sekali gus — Abu Sa'id Al-Khudri رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ dan Abu Hurairah رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.
- Enam jenis ujian disebut secara khusus: **naṣab** (keletihan/kepenatan), **waṣab** (penyakit berpanjangan), **hamm** (kerisauan/kebimbangan), **huzn** (kesedihan), **adzaa** (gangguan/kesakitan), dan **ghamm** (kesusahan/tekanan hati) — kemudian ditegaskan lagi dengan contoh sekecil-kecil ujian, iaitu cucuk duri.
- Hadith ini amat sesuai dijadikan rujukan dalam bab-bab **penyakit hati** berkaitan keluh-kesah, putus asa, atau kurang sabar menghadapi ujian — kerana ia menunjukkan bahawa setiap kesusahan yang menimpa seorang mukmin, walau sekecil mana pun, membawa hikmah penghapusan dosa jika dihadapi dengan sabar dan redha.

Berikut ialah **huraian dan pengajaran utama** daripada Hadith ini (*Sahih al-Bukhari 5641–5642*):

TEKS HADITH

Rasulullah ﷺ bersabda:

"Tidaklah seorang Muslim ditimpa keletihan, penyakit, kebimbangan, kesedihan, gangguan, atau kesusahan — hatta duri yang menusuknya — melainkan Allah ﷻ akan menghapuskan sebahagian daripada dosa-dosanya dengan sebab itu."

1 KELUASAN RAHMAT ALLAH

Hadith ini menunjukkan:

- ✓ Setiap kesakitan ada nilai di sisi Allah ﷻ.
- ✓ Setiap ujian ada hikmah.
- ✓ Tiada penderitaan yang sia-sia bagi orang beriman.

Walaupun sekecil:

- 🌿 Duri yang menusuk kulit.

2 PERINCIAN PERKATAAN DALAM HADITH

Nabi ﷺ menyebut beberapa jenis kesusahan:

- نَصَبٌ → keletihan fizikal
- وَصَبٌ → penyakit berpanjangan
- هَمٌّ → kebimbangan tentang masa depan
- حُزْنٌ → kesedihan atas perkara yang telah berlaku
- أَذًى → gangguan daripada orang lain
- غَمٌّ → tekanan yang menyempitkan dada

Ini merangkumi:

- ✓ Fizikal
- ✓ Emosi
- ✓ Mental
- ✓ Sosial

Semua termasuk dalam rahmat penghapusan dosa.

3 SYARAT TERSEMBUNYI: KESABARAN

Walaupun Hadith tidak menyebut secara jelas, ulama menerangkan bahawa ganjaran ini sempurna dengan:

- ✓ Sabar
- ✓ Tidak berputus asa
- ✓ Tidak menyalahkan Allah ﷻ

Ujian + sabar = penghapusan dosa + pahala.

4 HIKMAH UJIAN

Kadang-kadang kita hairan:

"Mengapa aku diuji?"

Hadith ini menjawab:

- 👉 Untuk membersihkan dosa.
- 👉 Untuk meninggikan darjat.
- 👉 Untuk mendekatkan hati kepada Allah ﷻ.

5 PERUBAHAN CARA PANDANG

Orang biasa melihat musibah sebagai kerugian.

Mukmin melihatnya sebagai:

- ✅ Pembersihan
- ✅ Penebusan
- ✅ Rahmat tersembunyi

Kesakitan dunia yang sementara, menghindarkan azab akhirat yang jauh lebih berat.

✦ PENGAJARAN BESAR

- ✅ Jangan meremehkan ujian kecil.
- ✅ Jangan menganggap sakit itu sia-sia.
- ✅ Bersabar ketika diuji.
- ✅ Yakin Allah ﷻ tidak menzalimi hamba-Nya.

🌿 RENUNGAN

Kadang kita menangis kerana sakit.

Sedangkan pada saat itu:

Dosa sedang gugur satu demi satu.

Boleh jadi satu duri di dunia, menyelamatkan kita daripada azab di akhirat.

Semoga Allah ﷻ menjadikan setiap ujian sebagai sebab pengampunan dan peningkatan darjat kita di sisi-Nya.

Riwayat Imam al-Bukhari dalam Sahih al-Bukhari, Kitab al-Marda, Hadith No. 5641. Darjat: Sahih.

<https://sunnah.com/bukhari:5641>

Ini bukan bermakna kita perlu cari kesusahan sengaja. Tapi bila kesusahan — termasuk penat menunggu, resah menanti, sedih kerana harapan tertangguh — datang dengan sendirinya, ada tawaran besar di sebaliknya: penghapusan dosa, peningkatan darjat, latihan kesabaran yang menguatkan jiwa untuk ujian-ujian akan datang.

Al-Qur'an turut menjanjikan sesuatu yang amat besar untuk mereka yang bersabar — bukan sekadar pahala biasa, tetapi pahala tanpa batas:

إِنَّمَا يُوفَّى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ

"Sesungguhnya hanya orang-orang yang bersabarlah yang disempurnakan pahala mereka tanpa hisab (tanpa batas kiraan)."

Al-Qur'an, Surah Az-Zumar (39), ayat 10 (petikan).

Perhatikan frasa "tanpa hisab" — tanpa kiraan, tanpa had. Ini bermakna Allah ﷻ tidak mengukur ganjaran kesabaran seperti Dia mengukur amalan lain. Ia diberikan dengan kemurahan yang jauh melampaui apa yang kita bayangkan. Bayangkan — setiap saat anda tahan diri daripada mengeluh berlebihan, setiap kali anda pilih untuk terus berdoa walaupun penat, semua itu sedang dikira oleh Allah ﷻ dengan cara yang kita sendiri tidak mampu bayangkan skalanya.

Cuba fikirkan begini. Kalau setiap kali kita minta sesuatu, Allah ﷻ terus berikan serta-merta tanpa sebarang tempoh menunggu, bila masa untuk kita belajar bersabar? Bila masa untuk kita rapat dengan Allah ﷻ melalui doa yang berulang kali dipanjatkan? Bila masa untuk kita nilai semula, adakah perkara yang kita minta itu benar-benar baik untuk kita, atau kita sendiri yang tak nampak hikmah di sebalik penangguhannya?

Penantian, dilihat dari sudut ini, bukan Allah ﷻ sedang menjauhkan diri daripada kita. Sebaliknya, ia salah satu cara Allah ﷻ mendekatkan kita kepada-Nya — melalui doa yang berterusan, melalui sabar yang dilatih, melalui hati yang dipaksa kembali bersandar sepenuhnya kepada-Nya kerana tiada tempat lain untuk kita berpaut.



BAB 3: SILAP YANG BUAT PENANTIAN MAKIN MENYAKITKAN

Kalau penantian itu sendiri sudah cukup berat, ada beberapa silap yang — tanpa kita sedari — buat ia terasa jauh lebih menyakitkan daripada sepatutnya. Mari kita bongkar satu-persatu.

SILAP PERTAMA: MELETAKKAN 100 PERATUS HARAPAN PADA MANUSIA ATAU HASIL TERTENTU

Bila kita letak seluruh harapan pada satu orang untuk faham kita, satu peluang untuk selesaikan semua masalah, satu keputusan untuk tentukan seluruh masa depan — kita sebenarnya sedang membina rumah di atas fondasi yang tak stabil. Manusia silap. Keadaan berubah. Peluang boleh hilang atas sebab yang di luar kawalan kita. Bila fondasi itu goyah, seluruh rumah runtuh sama.

Ini bukan bermakna kita tak boleh berusaha atau berharap pada ikhtiar yang kita buat. Tapi harapan yang sihat sentiasa ada ruang untuk berkata: "Aku dah usaha sedaya upaya, tapi hasil akhir aku serahkan pada Allah ﷻ." Bukan: "Ini **MESTI** jadi, kalau tidak hidup aku hancur."

SILAP KEDUA: BERDOA TANPA TAWAKAL, ATAU TAWAKAL TANPA BERDOA

Ada dua kumpulan orang yang sama-sama tersasar. Kumpulan pertama berdoa bersungguh-sungguh tapi tak buat sebarang usaha — mengharap keajaiban jatuh dari langit tanpa ikhtiar. Kumpulan kedua berusaha bermati-matian tapi lupa berdoa — seolah-olah hasil sepenuhnya di tangan mereka sendiri. Kedua-dua cara ini timpang. Yang betul ialah gabungan — usaha penuh, doa penuh, dan hasil diserahkan sepenuhnya kepada Allah ﷻ tanpa syarat.

SILAP KETIGA: TERGESA-GESA DAN MULA PUTUS ASA DALAM BERDOA

Ini silap yang paling biasa, dan Rasulullah ﷺ sendiri sudah beri amaran mengenainya:

حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ يُسُفَ، أَخْبَرَنَا مَالِكٌ، عَنْ ابْنِ شِهَابٍ، عَنْ أَبِي عُبَيْدٍ، مَوْلَى ابْنِ أَزْهَرَ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ قَالَ "يُسْتَجَابُ لِأَحَدِكُمْ مَا لَمْ يَعْجَلْ يَقُولْ دَعْوَتُ فَلَمْ يُسْتَجَبْ لِي".

SANAD (RANGKAIAN PERAWI):

Telah menceritakan kepada kami [Abdullah bin Yusuf](#), telah mengkhabarkan kepada kami [Malik](#), daripada [Ibnu Syihab](#), daripada [Abu 'Ubaid](#), *maula* (bekas hamba yang dimerdekan) Ibnu Azhar, daripada [Abu Hurairah](#), bahawa Rasulullah ﷺ bersabda:

MATAN (TEKS HADITH):

"Akan diperkenankan doa seseorang daripada kamu selagi dia tidak tergesa-gesa, iaitu dengan berkata: 'Aku telah berdoa, tetapi doaku tidak diperkenankan.'"

✦ NOTA:

- Hadith ini diriwayatkan oleh Imam Bukhari daripada Abu Hurairah رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ.
- Hadith ini memberi amaran terhadap sifat **tergesa-gesa (al-'ajalah)** dalam berdoa — iaitu sikap mudah berputus asa atau merungut apabila doa tidak dimakbulkan serta-merta, sedangkan pengabulan doa boleh berlaku dalam pelbagai bentuk (dikabulkan terus, ditangguhkan, atau digantikan dengan kebaikan/dihindarkan daripada keburukan) mengikut hikmah Allah ﷻ.
- Sangat sesuai dijadikan rujukan dalam bab-bab **penyakit hati** berkaitan tergesa-gesa, kurang sabar, prasangka buruk terhadap Allah ﷻ (*su'uzhan billah*), atau putus asa daripada rahmat-Nya.

Berikut ialah **huraian dan pengajaran utama** daripada Hadith ini (*Sahih al-Bukhari 6340*):

📄 TEKS HADITH

Rasulullah ﷺ bersabda:

"Akan diperkenankan doa seseorang daripada kamu selama dia tidak tergesa-gesa, dengan berkata: 'Aku telah berdoa tetapi belum juga diperkenankan bagiku.'"

1 MAKSUD "Tidak Tergesa-gesa"

Tergesa-gesa di sini ialah:

- ✗ Putus asa dalam berdoa
- ✗ Menganggap Allah ﷻ tidak mendengar
- ✗ Berhenti berdoa kerana kecewa

Seolah-olah seseorang menetapkan tempoh kepada Allah ﷻ.

2 HAKIKAT ISTIJABAH (Diperkenankan Doa)

Diperkenankan doa tidak semestinya bermaksud:

- ✓ Diberi segera
- ✓ Diberi tepat seperti yang diminta

Boleh jadi dalam bentuk:

- 1 Dikabulkan segera.
- 2 Ditangguhkan pada waktu terbaik.
- 3 Diganti dengan sesuatu yang lebih baik.
- 4 Disimpan sebagai pahala di akhirat.

Allah ﷻ Maha Mengetahui, kita tidak.

3 Doa Adalah Ibadah

Doa bukan sekadar alat untuk mendapatkan sesuatu.

Ia adalah:

- ✓ Tanda kehambaan
- ✓ Bukti pergantungan kepada Allah ﷻ
- ✓ Ibadah yang dicintai Allah ﷻ

Walaupun belum nampak hasil, setiap doa sudah bernilai pahala.

4 UJIAN KESABARAN DALAM BERDOA

Kadang-kadang Allah ﷻ menangguhkan jawapan kerana:

- Menguji kesungguhan
- Membersihkan hati
- Meningkatkan darjat
- Memberi pada waktu yang lebih sesuai

Penangguhan bukan penolakan.

5 SIKAP SEORANG MUKMIN

Mukmin tidak berkata:

| "Mengapa Allah ﷻ tidak jawab?"

Tetapi berkata:

| "Allah ﷻ pasti memilih yang terbaik untukku."

✦ PENGAJARAN BESAR

- ✓ Jangan berhenti berdoa.
- ✓ Jangan menetapkan tempoh kepada Allah ﷻ.
- ✓ Yakin setiap doa didengar.
- ✓ Bersabar adalah sebahagian daripada doa.

🌱 RENUNGAN

Kadang kita rasa doa lambat dimakbulkan.

Sedangkan mungkin:

Allah sedang menyusun sesuatu yang lebih indah.

Teruslah berdoa.

Kerana selama kita tidak putus asa, kita berada dalam janji istijabah Rasulullah ﷺ.

Semoga Allah ﷻ menjadikan kita hamba yang sabar dalam berdoa dan yakin dengan hikmah-Nya.

Riwayat Imam al-Bukhari dalam Sahih al-Bukhari, Kitab ad-Da'awat, Hadith No. 6340. Darjat: Sahih.

<https://sunnah.com/bukhari:6340>

Perhatikan — bukan doa itu yang tak dimakbulkan. Sikap tergesa-gesa dan putus asa itu sendiri yang menjadi penghalang. Bayangkan seseorang tanam pokok, siram setiap hari, tapi baru dua minggu sudah putus asa dan cabut semula pokok itu kerana belum nampak buah. Bukan pokok itu tak boleh berbuah — masanya belum sampai, dan dia sendiri yang gagalkan proses dengan tak sabar.

SILAP KEEMPAT: MEMBANDINGKAN PENANTIAN KITA DENGAN ORANG LAIN

"Kenapa dia dapat lebih cepat? Kenapa aku yang lebih berusaha, lebih rajin berdoa, tapi masih tertangguh?" Perbandingan ini racun senyap. Setiap orang ada jadual Allah yang berbeza, hikmah yang berbeza, ujian yang berbeza. Nabi-nabi terdahulu sendiri menunggu bertahun, malah berpuluh tahun, sebelum doa mereka dimakbulkan dengan cara yang paling sempurna. Jadual kita bukan jadual orang lain, dan itu bukan tanda kita kurang, ia tanda perjalanan kita memang berbeza.

SILAP KELIMA: MENGANGGAP DIRI SAHAJA YANG DIUJI

Bila penantian terasa lama, mudah untuk kita rasa seolah-olah kita seorang sahaja di dunia ini yang sedang bergelut. Realitinya, setiap orang yang anda temui —

termasuk yang kelihatan paling bahagia di media sosial — ada penantian dan ujian tersendiri yang tidak kelihatan. Perasaan terasing ini, walaupun natural, boleh menambah berat sesuatu yang sememangnya sudah berat. Ingatkan diri: anda tidak keseorangan dalam perjalanan ini, walaupun ia terasa sunyi.

SILAP KEENAM: DIAM-DIAM MARAH PADA ALLAH TANPA KITA SEDARI

Kadang-kadang, tanpa kita sedari, penantian yang panjang menimbulkan rasa kecewa yang tersasar arah — kita kata kita redha, tapi jauh di sudut hati, ada rasa marah yang tidak kita luahkan, malah kepada Allah ﷻ sendiri. Ini bahaya kerana ia sering bertopengkan diam, bukan protes terang-terangan. Cara mengatasinya ialah jujur — luahkan rasa itu kepada Allah ﷻ dalam doa, bukan pendam sehingga ia mengeraskan hati.



BAB 4: CARA URUSKAN HATI KETIKA MENUNGGU

Sekarang kita masuk bahagian yang paling praktikal — apa sebenarnya boleh kita buat, hari demi hari, semasa dalam tempoh menunggu, supaya hati kekal tenang walaupun hasil belum kelihatan.

SATU — SABAR AKTIF, BUKAN SABAR PASIF

Ramai salah faham sabar sebagai berdiam diri, tak buat apa-apa, sekadar tunggu masa berlalu. Itu sabar pasif, dan ia sebenarnya lebih dekat dengan putus asa berbalut kesabaran. Sabar aktif pula bermaksud kita terus berusaha, terus berdoa, terus perbaiki diri — sambil hati redha menerima yang hasilnya di tangan Allah ﷻ, bukan di tangan kita. Sabar aktif ada gerakan. Sabar pasif hanya diam menunggu nasib.

DUA — ZIKIR UNTUK MENENANGKAN HATI YANG RESAH

Allah berfirman dalam surah Ar-Ra'd, ayat 28:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

"(Iaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ketahuilah, dengan mengingat Allah itu hati menjadi tenteram."

Al-Qur'an, Surah Ar-Ra'd (13), ayat 28.

Bila hati mula resah kerana penantian terasa panjang, kembali kepada zikir bukan sekadar amalan agama — ia satu bentuk terapi. Ucapan seperti "Ya Hayyu Ya Qayyum", istighfar berulang, atau sekadar duduk sebentar mengingat Allah, ada kesan menenangkan yang nyata pada hati yang gelisah.

TIGA — MUHASABAH, BUKAN HANYA MENUNGGU

Guna tempoh menunggu ini untuk tanya diri: apa yang sebenarnya aku perlu perbaiki semasa aku tunggu ini? Adakah aku sudah bersedia untuk perkara yang aku minta, kalau ia datang esok? Muhasabah menukar penantian daripada tempoh kosong yang membazir, kepada tempoh persediaan yang bermakna.

EMPAT — KURANGKAN PENDEDAHAN KEPADA PERKARA YANG MENCETUSKAN PERBANDINGAN

Kalau melihat media sosial buat anda semakin resah membandingkan pencapaian sendiri dengan orang lain, kurangkan. Ini bukan lari daripada realiti, ia melindungi hati daripada racun perbandingan yang kita bincangkan tadi.

LIMA — TULISKAN DOA DAN HARAPAN ANDA

Ada kuasa tersendiri bila kita tuliskan apa yang kita minta daripada Allah ﷻ, berserta tarikh. Bukan untuk desak Allah ﷻ supaya cepat makbulkan, tapi untuk kita sendiri nampak, kelak, betapa jauh perjalanan sabar yang kita sudah lalui — dan betapa Allah ﷻ sentiasa jawab doa, cuma dengan cara dan masa yang Dia pilih, bukan yang kita pilih.

ENAM — KELILINGI DIRI DENGAN ORANG YANG MENGUATKAN

Bukan semua orang di sekeliling kita membantu ketika kita menunggu. Sesetengah, walaupun tanpa niat jahat, hanya menambah tekanan dengan soalan berulang seperti “bila lagi?” atau “kenapa belum...?”. Pilih untuk lebih rapat dengan mereka yang faham erti sabar, yang boleh duduk bersama anda tanpa perlu segera memberi jalan penyelesaian, dan yang turut mendoakan kebaikan untuk anda tanpa menghakimi tempoh penantian anda.

TUJUH — AMALKAN SEDEKAH WALAUPUN KECIL

Bersedekah, walaupun dengan jumlah yang kecil, ada kesan menenangkan yang tersendiri semasa hati resah. Ia mengalihkan fokus daripada “apa yang aku belum ada” kepada “apa yang aku masih boleh kongsi”, dan ini sering membuka semula rasa syukur yang mungkin sudah pudar akibat penantian yang panjang.



BAB 5: TAWAKAL — SENI MELEPASKAN TANPA BERPUTUS ASA

Ramai orang keliru antara tawakal dan berputus asa. Kedua-duanya kelihatan serupa pada zahirnya — sama-sama "berhenti risau". Namun pada hakikatnya, kedua-dua perkara ini berpunca daripada asas yang amat berbeza.

Sikap berputus asa lahir daripada perasaan kecewa. "Aku sudah cuba, namun tidak berjaya juga, maka aku memilih untuk berhenti mengharap." Ia merupakan keputusan yang diambil kerana keletihan dan kekecewaan, dan lazimnya disertai rasa hampa yang berpanjangan.

Tawakal pula lahir daripada rasa yakin. "Aku telah berusaha sedaya upaya, aku telah menyerahkan selebihnya kepada Allah ﷻ, dan aku percaya apa jua ketentuan-Nya adalah yang terbaik untukku." Ia bukanlah berhenti mengharap — sebaliknya ia mengubah sandaran harapan daripada sesuatu hasil yang tertentu, kepada Allah ﷻ yang menentukan hasil tersebut.

Rasulullah ﷺ mengajar kita erti tawakal melalui satu perumpamaan yang indah:

حَدَّثَنَا عَلِيُّ بْنُ سَعِيدٍ الْكِنْدِيُّ، حَدَّثَنَا ابْنُ الْمُبَارَكِ، عَنْ حَيَّوَةَ بْنِ شُرَيْحٍ، عَنْ بَكْرِ بْنِ عَمْرٍو، عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ هُبَيْرَةَ، عَنْ أَبِي تَمِيمٍ الْجَيْشَانِيِّ، عَنْ عُمَرَ بْنِ الْخَطَّابِ، قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ " لَوْ أَنَّكُمْ كُنْتُمْ تَوَكَّلُونَ عَلَى اللَّهِ حَقَّ تَوَكُّلِهِ لَرُزِقْتُمْ كَمَا تُرْزَقُ الطَّيْرُ تَغْدُو خِمَاصًا وَتَرُوحُ بِطَانًا " . قَالَ أَبُو عِيسَى هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ صَحِيحٌ لَا نَعْرِفُهُ إِلَّا مِنْ هَذَا الْوَجْهِ . وَأَبُو تَمِيمٍ الْجَيْشَانِيُّ اسْمُهُ عَبْدُ اللَّهِ بْنُ مَالِكٍ .

SANAD (RANGKAIAN PERAWI):

Telah menceritakan kepada kami [Ali bin Sa'id Al-Kindi](#), telah menceritakan kepada kami [Ibnul Mubarak](#), daripada [Haiwah bin Syuraih](#), daripada [Bakr bin Amr](#), daripada [Abdullah bin Hubairah](#), daripada [Abu Tamim Al-Jaisyani](#), daripada [Umar bin Al-Khattab](#), katanya: Rasulullah ﷺ bersabda:

MATAN (TEKS HADITH):

"Sekiranya kamu benar-benar bertawakal kepada Allah ﷻ dengan sebenar-benar tawakal, nescaya kamu akan diberi rezeki sebagaimana burung diberi rezeki: ia keluar (pada waktu pagi) dalam keadaan lapar perutnya, dan pulang (pada waktu petang) dalam keadaan kenyang perutnya."

Kata Abu Isa (Imam At-Tirmizi): Hadith ini **hasan sahih**; kami tidak mengetahuinya melainkan daripada jalan (sanad) ini sahaja. Dan Abu Tamim Al-Jaisyani, namanya ialah Abdullah bin Malik.

✦ NOTA:

- Hadith ini diriwayatkan oleh Imam At-Tirmizi daripada Umar bin Al-Khattab رَضِيَ اللهُ عَنْهُ, dan disahihkan sendiri oleh beliau (hasan sahih).
- Hadith ini merupakan salah satu hadith paling masyhur berkaitan konsep **tawakal (bergantung sepenuhnya kepada Allah ﷻ)** dalam mencari rezeki, dengan perumpamaan burung yang keluar mencari rezeki dalam keadaan lapar dan pulang dalam keadaan kenyang — menunjukkan bahawa tawakal yang sebenar tidak bermakna meninggalkan usaha (*sa'ī*), sebaliknya usaha disertai kebergantungan hati sepenuhnya kepada Allah ﷻ.
- Sangat sesuai dijadikan rujukan dalam bab-bab **penyakit hati** berkaitan kurang tawakal, gelisah tentang rezeki, tamak dunia, atau bergantung kepada sebab semata-mata tanpa menyandarkan hati kepada Allah ﷻ.

Berikut ialah **huraian dan pengajaran utama** daripada Hadith ini (*Jami' at-Tirmidhi 2344 – Hasan Sahih*):

TEKS HADITH

Rasulullah ﷺ bersabda:

"Seandainya kamu bertawakal kepada Allah ﷻ dengan sebenar-benar tawakal, nescaya kamu akan diberi rezeki sebagaimana burung diberi rezeki; ia keluar pagi dalam keadaan lapar dan pulang petang dalam keadaan kenyang."

1 APA ITU TAWAKAL SEBENAR?

Tawakal bukan bermaksud:

- ✗ Duduk diam tanpa usaha
- ✗ Berserah tanpa ikhtiar

Tetapi:

- ✓ Yakin sepenuh hati kepada Allah ﷻ
- ✓ Berusaha dengan sebab yang dibenarkan
- ✓ Hati tidak bergantung kepada sebab, tetapi kepada Allah ﷻ

Tawakal ialah gabungan:

 **Usaha + Yakin**

2 MENGAPA NABI ﷺ MENYEBUT BURUNG?

Perhatikan burung:

- Ia tidak duduk di sarang menunggu makanan.
- Ia keluar setiap pagi mencari rezeki.
- Ia tidak tahu di mana rezekinya, tetapi tetap terbang.

Burung:

- ☒ Berusaha
- ☒ Tidak risau berlebihan
- ☒ Tidak menyimpan bekalan bertahun-tahun
- ☒ Tetap yakin rezeki ada

Ini contoh tawakal yang hidup.

3 "PERGI LAPAR, PULANG KENYANG"

Ungkapan ini menunjukkan:

- ☒ Rezeki datang setelah usaha
- ☒ Hasil datang secara berperingkat
- ☒ Keyakinan mendahului hasil

Allah menjamin rezeki, tetapi bukan tanpa pergerakan.

4 KESALAHAN FAHAM TENTANG TAWAKAL

Sebahagian orang menyangka tawakal ialah pasif.

Sedangkan Nabi ﷺ sendiri:

- Berniaga
- Berhijrah dengan perancangan
- Memakai baju besi dalam peperangan

Baginda paling bertawakal, tetapi juga paling kuat berusaha.

5 HUBUNGAN TAWAKAL & REZEKI

Rezeki bukan hanya wang.

Ia termasuk:

- ✓ Kesihatan
- ✓ Ketenangan
- ✓ Keluarga
- ✓ Ilmu
- ✓ Keberkatan

Tawakal melahirkan ketenangan walaupun hasil belum kelihatan.

✦ PENGAJARAN BESAR

- ✓ Jangan takut tentang rezeki secara berlebihan.
- ✓ Usaha bersungguh-sungguh.
- ✓ Letakkan keyakinan kepada Allah ﷻ, bukan kepada manusia.
- ✓ Jangan jadikan kegagalan sementara sebagai alasan putus asa.

🌿 RENUNGAN

Setiap pagi burung keluar tanpa jaminan di tangannya.

Namun ia tidak pernah mati kelaparan kerana risau.

Jika burung yang kecil pun dijamin Allah ﷻ, apatah lagi manusia yang beriman.

Tawakal bukan mengabaikan usaha, tetapi menenangkan hati selepas usaha.

Semoga Allah ﷻ mengurniakan kepada kita tawakal yang benar dan rezeki yang penuh keberkatan.

Riwayat Imam at-Tirmidzi dalam Jami' at-Tirmidzi, Kitab az-Zuhd, Hadith No. 2344. Darjat: Hasan Sahih.

<https://sunnah.com/tirmidhi:2344>

Perhatikan dengan teliti — burung dalam hadith ini tidak duduk diam dalam sarang menunggu rezeki jatuh. Ia keluar. Ia terbang. Ia berusaha mencari. Tapi ia tak simpan rezeki berlebihan kerana bimbang esok, tak resah sepanjang perjalanan mencari kerana ia yakin Allah ﷻ akan cukupkan.

Itulah tawakal yang sebenar — usaha penuh di luar, ketenangan penuh di dalam. Bukan berhenti bergerak, tapi berhenti resah. Bukan berhenti berharap, tapi berhenti letakkan harapan itu pada sesuatu selain Allah ﷻ.

Bagaimana nak amalkan ini dalam situasi menunggu jodoh, rezeki, atau jawapan doa? Mulakan dengan soalan ringkas setiap kali resah datang: "Apa yang aku masih boleh usahakan hari ini?" — buat itu. Kemudian soalan kedua: "Apa yang di luar kawalan aku?" — lepaskan itu kepada Allah ﷻ, dengan hati yang benar-benar percaya, bukan sekadar mulut yang mengucap.

Dalam konteks menunggu jodoh, ini bermaksud terus membaiki diri, terus terbuka kepada langkah yang baik, tanpa memaksa sesuatu perkenalan menjadi apa yang ia bukan. Dalam konteks menunggu rezeki, ini bermaksud terus bekerja dengan bersungguh, terus mencuba peluang baru, tanpa membiarkan kegagalan satu percubaan mematikan semangat untuk mencuba yang seterusnya. Dalam konteks menunggu kesihatan atau jawapan doa yang lain, ini bermaksud terus berikhtiar — berjumpa doktor, menjaga makan minum, berdoa — sambil hati tenang menerima apa jua ketentuan Allah ﷻ sebagai yang terbaik.



BAB 6: KISAH PARA NABI YANG MENUNGGU

Kalau kita rasa penantian kita berat, cuba renung kisah tiga orang Nabi yang turut melalui penantian panjang — malah lebih panjang dan lebih berat daripada kebanyakan kita. Kisah mereka bukan sekadar cerita sejarah; ia bukti bahawa sabar yang berpanjangan, apabila digandingkan dengan doa yang tidak putus, sentiasa berakhir dengan kebaikan daripada Allah ﷻ — walaupun masanya panjang.

NABI YAAKUB عليه السلام — BERTAHUN MENUNGGU YUSUF

Nabi Yaakub عليه السلام kehilangan anak kesayangannya, Yusuf عليه السلام, dalam keadaan yang menyayat hati — dikhianati oleh abang-abangnya sendiri. Bertahun-tahun berlalu tanpa berita, sehingga matanya sendiri menjadi putih kerana terlalu banyak menangis. Namun, di tengah kesedihan yang mendalam itu, dengar bagaimana baginda menjawab anak-anaknya:

قَالَ إِنَّمَا أَشْكُو بَثِّي وَحُزْنِي إِلَى اللَّهِ وَأَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ ﴿٨٦﴾

"Dia (Yaakub) berkata: "Sesungguhnya aku hanya mengadukan kesusahan dan kesedihanku kepada Allah, dan aku mengetahui daripada Allah apa yang kamu tidak ketahui."

Al-Qur'an, Surah Yusuf (12), ayat 86.

Perhatikan kata-kata baginda — bukan mengadu kepada manusia, bukan mengadu kepada keadaan, tetapi mengadu terus kepada Allah ﷻ sahaja. Dan baginda menyatakan sesuatu yang penting: "aku mengetahui daripada Allah ﷻ apa yang kamu tidak ketahui" — satu bentuk keyakinan bahawa Allah ﷻ ada rancangan yang lebih besar, walaupun ketika itu baginda sendiri belum nampak bagaimana ia akan berakhir. Dan seperti yang kita tahu, penantian panjang itu akhirnya berakhir dengan pertemuan semula yang penuh kegembiraan antara baginda dan Yusuf عليه السلام.

NABI ZAKARIA عليه السلام — MENUNGGU ZURIAT DI USIA TUA

Nabi Zakaria عليه السلام pula menunggu sesuatu yang, secara logik manusia, hampir mustahil — seorang anak, di usia tua, dengan isteri yang juga uzur dan mandul sepanjang hayat mereka berkahwin. Baginda tidak berhenti berdoa, walaupun bertahun tanpa jawapan. Dengarkan rayuan baginda:

قَالَ رَبِّ إِنِّي وَهَنَ الْعَظْمُ مِنِّي وَاشْتَعَلَ الرَّأْسُ شَيْبًا وَلَمْ أَكُنْ بِدُعَائِكَ رَبِّ شَقِيًّا



"Dia (Zakaria) berkata: "Ya Tuhanku, sesungguhnya tulangku telah lemah dan kepalaku telah dipenuhi uban, dan aku belum pernah kecewa dalam berdoa kepada-Mu, ya Tuhanku."

Al-Qur'an, Surah Maryam (19), ayat 4.

Ayat ini menunjukkan sesuatu yang indah — baginda mengakui kelemahan fizikalnya secara jujur di hadapan Allah ﷻ, tanpa berpura-pura kuat. Tapi baginda juga menegaskan satu perkara: "aku belum pernah kecewa dalam berdoa kepada-Mu." Sekian lama berdoa tanpa jawapan, baginda tetap tidak nampak doanya sebagai sia-sia. Dan hasilnya, Allah ﷻ kurniakan kepada baginda seorang anak — Nabi Yahya عليه السلام — pada waktu yang, dari sudut manusia, sudah dianggap mustahil.

NABI AYYUB عليه السلام — MENUNGGU KESEMBUHAN BERTAHUN LAMANYA

Nabi Ayyub عليه السلام diuji dengan penyakit yang berpanjangan, kehilangan harta dan kesihatan dalam tempoh yang sangat lama. Namun baginda tidak pernah berhenti bersangka baik kepada Allah ﷻ. Doanya ringkas, tapi penuh pengharapan:

وَأَيُّوبَ إِذْ نَادَىٰ رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الضُّرُّ وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ ﴿٨٣﴾ فَاسْتَجَبْنَا لَهُ فَكَشَفْنَا مَا بِهِ مِنْ ضِرٍّ وَأَتَيْنَاهُ أَهْلَهُ وَمِثْلَهُمْ مَعَهُمْ رَحْمَةً مِنَّا وَعِندَنَا وَذَكَرْنَا لِلْعَابِدِينَ ﴿٨٤﴾

"Dan (ingatlah kisah) Ayyub, ketika dia berdoa merayu kepada Tuhannya: "Sesungguhnya aku telah ditimpa penyakit, sedang Engkaulah sahaja yang lebih mengasihani daripada segala yang mengasihani." Maka Kami perkenankan doanya, lalu Kami hapuskan penyakit yang menimpanya, dan Kami kurniakan kepadanya keluarganya dengan seganda lagi ramainya, sebagai satu rahmat daripada Kami dan peringatan bagi orang-orang yang taat."

Al-Qur'an, Surah Al-Anbiyaa' (21), ayat 83–84.

Perhatikan doa baginda — tidak merungut panjang, tidak mempersoalkan kenapa, hanya menyatakan keadaannya dan menyandarkan harapan sepenuhnya kepada sifat Allah Yang Maha Penyayang. Dan Allah ﷻ bukan sahaja sembuhkan

penyakitnya, malah kurniakan gantian yang berganda daripada apa yang telah hilang.

RASULULLAH ﷺ — MENUNGGU WAHYU SEMASA FATRAH AL-WAHYI

Selepas menerima wahyu pertama di Gua Hira, Rasulullah ﷺ mengalami satu tempoh yang dikenali sebagai fatrah al-wahyi — jeda penurunan wahyu yang berlarutan selama beberapa waktu. Sepanjang tempoh ini, baginda amat rindu dan resah menantikan wahyu seterusnya, malah sesetengah riwayat menyebut golongan musyrikin mula mengejek, mendakwa Tuhan baginda telah meninggalkannya. Maka turunlah ayat yang menenangkan hati baginda:

وَالضُّحَىٰ ۝ وَاللَّيْلِ إِذَا سَجَىٰ ۝ مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلَىٰ ۝

"Demi waktu dhuha (ketika matahari naik sepenggalah), dan demi malam apabila ia sunyi-sepi — Tuhanmu tidak meninggalkan engkau, dan Dia tidak pula benci kepadamu."

Al-Qur'an, Surah Adh-Dhuha (93), ayat 1–3.

Bayangkan — walaupun baginda ﷺ adalah kekasih Allah ﷻ yang paling dicintai, baginda tetap melalui tempoh menunggu yang penuh kerinduan dan sedikit kebimbangan. Dan jawapan Allah ﷻ bukan sekadar "nanti wahyu akan turun", tetapi lebih dalam daripada itu — satu jaminan bahawa Dia tidak pernah meninggalkan baginda walau seketika, walaupun keadaan ketika itu kelihatan sunyi. Jaminan yang sama berlaku untuk kita — sunyinya penantian bukan bukti Allah ﷻ menjauh, ia hanya fasa yang perlu kita lalui dengan yakin.

Empat kisah ini punya satu benang merah yang sama: penantian panjang, doa dan harap yang berterusan tanpa putus asa, dan pengakhiran yang baik daripada Allah ﷻ — walaupun jalannya panjang dan sukar. Kalau para Nabi, kekasih-kekasih Allah ﷻ, turut diuji dengan penantian yang panjang, maka penantian yang kita lalui bukan tanda kita dijauhi. Sebaliknya ia sunnatullah yang turut dilalui oleh hamba-hambanya yang paling dikasihi.



BAB 7: SOALAN LAZIM TENTANG SABAR DAN MENUNGGU

Berikut beberapa soalan yang biasa ditanya semasa seseorang melalui tempoh menunggu yang panjang. Semoga jawapan ringkas ini membantu.

KENAPA DOA AKU MASIH BELUM DIMAKBULKAN WALAUPUN AKU DAH LAMA SABAR?

Allah ﷻ menjawab setiap doa dalam salah satu daripada tiga cara — dimakbulkan serta-merta, ditangguhkan ke waktu yang lebih baik, atau digantikan dengan sesuatu yang lebih baik daripada apa yang diminta, ataupun disimpan sebagai penghapus dosa di akhirat kelak. “Belum dimakbulkan” tidak semestinya bermaksud “tidak dimakbulkan”. Ia mungkin sedang dalam proses ditangguhkan kepada waktu yang lebih tepat.

MACAM MANA NAK BEZAKAN ANTARA SABAR DENGAN SEKADAR PASRAH ATAU PUTUS ASA?

Sabar ada usaha yang berterusan dan hati yang tenang menerima proses. Pasrah atau putus asa pula berhenti berusaha dan berhenti berharap sepenuhnya. Ujian mudah: tanya diri, adakah aku masih berusaha dan berdoa? Kalau ya, itu tanda sabar, bukan putus asa.

ADAKAH SALAH UNTUK RASA SEDIH WALAUPUN AKU DAH CUBA REDHA?

Tidak salah sama sekali. Redha bukan bermakna tidak berasa apa-apa. Nabi-nabi sendiri menangis, merayu, dan meluahkan kesedihan mereka kepada Allah ﷻ, seperti yang kita lihat dalam Bab 6 tadi. Yang penting, sedih itu disalurkan kepada Allah ﷻ melalui doa, bukan kepada rasa marah atau putus asa terhadap-Nya.

BAGAIMANA KALAU AKU DAH TERLALU LETIH UNTUK TERUS BERHARAP?

Rehat sebentar tidak sama dengan berhenti selamanya. Kurangkan sedikit ekspektasi harian, fokus pada satu langkah kecil sahaja setiap hari, dan beri ruang untuk diri berehat secara emosi tanpa rasa bersalah. Allah ﷻ faham keletihan hamba-Nya, dan Dia tidak membebankan seseorang melebihi kemampuannya.

BILAKAH WAKTU AKU PATUT UBAH USAHA, BUKAN SEKADAR TUNGGU?

Kalau usaha yang sama sudah dicuba berulang kali tanpa sebarang kemajuan langsung, itu petanda baik untuk menilai semula pendekatan — bukan berhenti berusaha, tetapi cuba jalan atau kaedah yang berbeza. Tawakal tidak bermaksud kekal statik; ia bermaksud terus bergerak dengan bijak sambil hati tenang menyerah hasil kepada Allah ﷻ.

MACAM MANA AKU BOLEH BANTU ORANG LAIN YANG SEDANG MENUNGGU DENGAN BERAT HATI?

Cara terbaik ialah hadir tanpa menghakimi. Elak soalan seperti “bila lagi?” yang menambah tekanan. Sebaliknya, tawarkan untuk mendengar, doakan mereka secara senyap atau terang-terangan, dan ingatkan mereka — dengan lembut, bukan memaksa — bahawa Allah ﷻ tidak pernah lupa akan hamba-Nya yang bersabar.

ADAKAH BERDOA UNTUK PERKARA YANG SAMA BERULANG KALI TANDA KURANG YAKIN?

Tidak. Mengulang doa yang sama malah digalakkan — ia tanda ketekunan, bukan kekurangan yakin. Nabi-nabi sendiri mengulang doa yang sama bertahun-tahun, seperti yang kita lihat dalam kisah Nabi Zakaria عليه السلام di Bab 6.

MACAM MANA NAK KEKAL BERSEMANGAT BILA SEMUA IKHTIAR NAMPAK TIDAK MEMBUAHKAN HASIL?

Alihkan fokus daripada “adakah ini akan berjaya” kepada “adakah aku sudah buat yang termampu hari ini”. Fokus pada proses yang berada dalam kawalan kita, bukan hasil yang berada di luar kawalan kita, membantu mengekalkan semangat dalam jangka masa panjang.

PERLUKAH AKU BERITAHU ORANG LAIN TENTANG APA YANG AKU SEDANG TUNGGU?

Ini pilihan peribadi. Sesetengah orang mendapat kekuatan daripada berkongsi dan menerima sokongan, manakala sesetengah lagi lebih selesa menyimpannya sebagai urusan peribadi antara diri dan Allah ﷻ. Kedua-duanya tidak salah, selagi ia tidak menambah tekanan kepada diri sendiri.

BAGAIMANA AKU TAHU PENANTIAN INI AKAN BERAKHIR DENGAN BAIK?

Kita tidak akan pernah tahu bentuk akhir sesuatu penantian sehingga ia benar-benar berakhir. Tapi apa yang kita boleh pegang ialah janji Allah ﷻ bahawa Dia tidak akan mensia-siakan hamba-Nya yang bersabar dan terus bersangka baik kepada-Nya — walaupun bentuk “baik” itu mungkin berbeza daripada yang kita bayangkan.



BAB 8: LAPAN PULUH RENUNGAN HARIAN UNTUK HATI YANG MENUNGGU

Baca satu renungan setiap hari sepanjang tempoh akan datang. Jadikan ia titik permulaan untuk muhasabah ringkas sebelum memulakan atau menutup hari anda.

Hari 1 — *Sabar bukan bermakna kita tidak berasa sakit. Ia bermakna kita memilih untuk terus berjalan walaupun hati masih berat.*

Hari 2 — *Doa yang belum dimakbulkan bukan doa yang sia-sia. Ia sedang disimpan, ditukar, atau ditangguhkan ke waktu yang lebih baik.*

Hari 3 — *Allah ﷻ tidak pernah terlewat. Kita sahaja yang selalu tergesa-gesa mengukur masa dengan kesabaran kita yang terhad.*

Hari 4 — *Setiap kali kamu memilih untuk tidak putus asa, kamu sedang menulis satu lagi baris kesabaran yang Allah ﷻ catat tanpa hisab.*

Hari 5 — *Redha bukan bermakna berhenti berharap. Ia bermakna berhenti memaksa Allah ﷻ ikut jadual kita.*

Hari 6 — *Kalau hari ini terasa berat, ingat — burung yang keluar lapar pagi tadi pun tidak tahu di mana rezekinya, tapi ia tetap terbang.*

Hari 7 — *Rindu yang kamu rasa hari ini bukan tanda kamu lemah. Ia tanda hatimu masih mampu mengharap sesuatu yang baik.*

Hari 8 — *Bandingkan dirimu hari ini dengan dirimu semalam, bukan dengan orang lain yang jadualnya berbeza denganmu.*

Hari 9 — *Kadang-kadang Allah ﷻ menahan sesuatu daripada kita bukan kerana Dia tidak sayang, tetapi kerana Dia sayang lebih daripada yang kita faham.*

Hari 10 — *Sabar yang sebenar ada gerakan di dalamnya — ia terus berusaha sambil hati tenang menunggu hasil.*

Hari 11 — *Setiap air mata yang jatuh semasa berdoa bukan tanda lemah iman, ia tanda hati yang jujur di hadapan Allah ﷻ.*

Hari 12 — *Jangan biar penantian merampas rasa syukur kamu terhadap apa yang sudah ada hari ini.*

Hari 13 — *Tawakal ialah berlari kencang ke arah usaha, sambil hati berhenti berlari daripada takdir.*

Hari 14 — *Kamu tidak keseorangan. Ramai yang turut menunggu malam ini, walaupun kamu tidak nampak air mata mereka.*

Hari 15 — *Setiap kali kamu ditangguhkan, ingat — mungkin Allah ﷻ sedang menyiapkan sesuatu yang kamu belum bersedia menerimanya hari ini.*

Hari 16 — Doa yang diulang seribu kali bukan tanda Allah ﷻ tuli. Ia tanda hubunganmu dengan-Nya semakin dekat setiap kali kamu kembali kepada-Nya.

Hari 17 — Jangan biarkan satu penantian yang belum selesai memadamkan rasa syukur untuk seribu nikmat yang sudah selesai.

Hari 18 — Berhenti sebentar untuk berehat bukan bermakna kamu berhenti berharap. Ia bermakna kamu manusia yang jujur dengan keletihanmu.

Hari 19 — Sabar yang paling berat selalunya sabar yang paling senyap — yang tidak dilihat sesiapa melainkan Allah ﷻ.

Hari 20 — Kamu tidak perlu faham hikmah sepenuhnya hari ini untuk terus percaya bahawa ada hikmah di sebaliknya.

Hari 21 — Setiap kali kamu memilih husnuzhon kepada Allah berbanding buruk sangka, kamu sedang memperkuat imanmu sendiri.

Hari 22 — Menunggu dengan hati yang tenang ialah satu bentuk ibadah yang jarang disebut, tapi amat besar ganjarannya.

Hari 23 — Kalau Nabi Yaakub boleh menanti bertahun tanpa putus harap, penantianmu hari ini bukan sesuatu yang tidak mampu kamu lalui.

Hari 24 — Setiap doa yang kamu panjatkan didengar, walaupun jawapannya belum sampai ke tanganmu.

Hari 25 — Jangan biar rasa cemburu pada pencapaian orang lain memadamkan usahamu sendiri yang masih dalam proses.

Hari 26 — Allah tidak menguji untuk menjatuhkan kamu. Dia menguji untuk menguatkan bahagian dalam dirimu yang belum kamu sedar wujud.

Hari 27 — Setiap kali kamu bangun semula selepas kecewa, itu bukti bahawa hatimu masih hidup dan masih mahu cuba.

Hari 28 — Kesabaran bukan garis penamat yang kamu capai sekali sahaja. Ia latihan harian yang kamu pilih semula setiap pagi.

Hari 29 — Kalau hari ini kamu hanya mampu berdoa tanpa airmata yang deras, itu sudah cukup. Allah melihat niat, bukan hanya emosi yang ditunjukkan.

Hari 30 — Ingatlah — matahari yang terbenam malam ini akan terbit semula esok. Begitu juga harapanmu, walaupun malam ini terasa gelap.

Hari 31 — Kadang-kadang jawapan kepada doamu bukan "ya" atau "tidak", tetapi "bukan sekarang, tunggu waktu yang lebih baik."

Hari 32 — Bersyukur di tengah penantian bukan mengabaikan kesakitan, ia memilih untuk tidak biarkan kesakitan itu menutup seluruh pandangan kamu.

Hari 33 — Setiap langkah kecil yang kamu ambil hari ini, walaupun kelihatan tidak seberapa, sedang membina jalan ke arah sesuatu yang lebih besar.

Hari 34 — Allah ﷻ tahu nama kamu, tahu keresahan kamu, dan tahu tarikh yang tepat untuk menjawab doamu — walaupun kamu tidak tahu.

Hari 35 — Jangan biar satu penantian yang belum berakhir membuatkan kamu lupa berapa banyak penantian lain yang sudah pernah dimakbulkan Allah ﷻ dalam hidupmu.

Hari 36 — Sabar yang paling indah ialah sabar yang tidak menunggu diberi pengiktirafan daripada sesiapa, kerana ia dibuat semata-mata untuk Allah ﷻ.

Hari 37 — Kalau kamu penat berdoa dengan kata-kata yang sama, cuba doakan orang lain yang juga sedang menunggu. Ia sering membuka semula pintu hati yang tertutup.

Hari 38 — Ketetapan Allah ﷻ sentiasa tepat pada waktunya, walaupun ia jarang tepat pada waktu yang kita jangkakan.

Hari 39 — Jangan takut untuk berharap semula selepas kecewa. Harapan yang bangkit semula selepas jatuh adalah harapan yang paling kukuh.

Hari 40 — Apa jua yang kamu tunggu hari ini, ingat — Allah ﷻ tidak pernah lupa akan hamba-Nya yang terus bersangka baik kepada-Nya.

Hari 41 — Ketenangan tidak datang daripada tahu bila penantian akan berakhir, tetapi daripada yakin siapa yang mengawal pengakhirannya.

Hari 42 — Jangan biarkan satu jawapan "belum" daripada Allah ﷻ menutup pintu untuk terus bertanya dan berdoa esok.

Hari 43 — Sabar yang dipaksa terasa berat. Sabar yang dipilih dengan redha terasa ringan, walaupun ujiannya sama beratnya.

Hari 44 — Kalau kamu rasa doamu tidak istimewa berbanding orang lain, ingat — setiap doa yang keluar dari hati yang ikhlas itu istimewa di sisi Allah ﷻ.

Hari 45 — Kekuatan bukan bermakna tidak pernah runtuh. Ia bermakna bangun semula setiap kali runtuh, walau berapa kali sekalipun.

Hari 46 — Ada hikmah dalam waktu tunggu yang hanya akan kamu fahami selepas ia berlalu — percayalah pada proses itu.

Hari 47 — Jangan ukur kasih sayang Allah ﷻ berdasarkan secepat mana doamu dimakbulkan. Ukur ia berdasarkan berapa banyak nikmat lain yang kamu masih ada.

Hari 48 — Setiap kali kamu tersenyum walaupun hati resah, itu satu bentuk sedekah kepada diri sendiri dan orang di sekelilingmu.

Hari 49 — Waktu terbaik untuk berdoa bukan hanya ketika susah, tetapi juga ketika lapang — supaya Allah kenal suaramu ketika kamu memerlukan-Nya.

Hari 50 — Perjalanan penantian ini sedang membentuk seseorang yang lebih kuat, lebih matang, dan lebih dekat dengan Allah ﷻ — walaupun kamu belum nampak hasil akhirnya.

Hari 51 — *Jangan biar rasa gagal dalam satu percubaan menakrifkan seluruh kemampuan dirimu.*

Hari 52 — *Setiap hari yang kamu lalui dengan sabar, walaupun tidak sempurna, tetap dikira oleh Allah ﷻ sebagai usaha yang bernilai.*

Hari 53 — *Kamu tidak perlu kuat sepanjang masa. Kadang-kadang cukup sekadar bertahan untuk hari ini sahaja.*

Hari 54 — *Allah ﷻ memberi ujian mengikut kemampuan hamba-Nya, bukan mengikut apa yang kelihatan mudah pada orang lain.*

Hari 55 — *Doa yang dipanjatkan dengan air mata sunyi di sepertiga malam sering menjadi doa yang paling dekat kepada kemakbulan.*

Hari 56 — *Jangan biar penantian membuatkan kamu lupa untuk turut mendoakan orang lain yang juga sedang menanti sesuatu.*

Hari 57 — *Setiap kali kamu memilih untuk terus percaya kepada Allah ﷻ walaupun keadaan tidak menentu, itu satu bentuk keimanan yang tinggi.*

Hari 58 — *Rasa kecewa yang kamu simpan hari ini, kalau disalurkan kepada Allah ﷻ dengan jujur, boleh bertukar menjadi kekuatan esok.*

Hari 59 — *Bersabarlah seperti benih yang ditanam — ia tidak nampak apa-apa perubahan di permukaan, sedangkan akarnya sedang bekerja keras di bawah tanah.*

Hari 60 — *Apa jua ketentuan Allah ﷻ untukmu, ingatlah — Dia lebih menyayangi dirimu berbanding dirimu sendiri menyayangi diri sendiri.*

Hari 61 — *Doa tidak pernah kembali kosong. Ia sama ada memberi apa yang kamu minta, atau menjauhkan apa yang boleh membahayakanmu.*

Hari 62 — *Kesabaran yang paling indah ialah kesabaran yang tidak pernah kamu ceritakan kepada sesiapa, kerana ia dipersembahkan hanya untuk Allah ﷻ.*

Hari 63 — *Kamu tidak lemah kerana menangis. Kamu kuat kerana masih bangun selepas menangis.*

Hari 64 — *Setiap ujian yang Allah ﷻ hantar datang bersama jalan keluarnya — walaupun jalan itu belum kelihatan buat masa ini.*

Hari 65 — *Jangan biar satu penantian yang panjang membuatkan kamu berhenti bermimpi tentang penantian yang lain.*

Hari 66 — *Yakinlah — waktu yang kamu habiskan menunggu bukan waktu yang terbuang, ia waktu yang sedang membentukmu diam-diam.*

Hari 67 — *Setiap kali kamu memilih untuk husnuzhon walaupun keadaan tidak menentu, kamu sedang menanam benih ketenangan untuk hari-hari akan datang.*

Hari 68 — *Berdoalah seperti kamu yakin ia pasti dimakbulkan, dan berusaha seperti kamu tahu ia bergantung sepenuhnya pada usahamu.*

Hari 69 — Allah tidak akan uji kamu dengan sesuatu yang kamu tidak mampu lalui, walaupun pada masa itu ia terasa di luar kemampuanmu.

Hari 70 — Kekecewaan hari ini bukan penamat cerita hidupmu, ia hanya satu bab yang sedang kamu lalui.

Hari 71 — Setiap kali kamu bersyukur di tengah kesukaran, kamu sedang melatih hati untuk melihat kebaikan walau di mana sahaja kamu berada.

Hari 72 — Jangan biar kesunyian penantian membuatkan kamu lupa bahawa Allah ﷻ sentiasa mendengar, walaupun kamu tidak mendengar jawapan-Nya serta-merta.

Hari 73 — Percayalah — apa yang tertulis untukmu tidak akan pernah tersasar daripadamu, walaupun ia mengambil masa yang lebih panjang daripada yang kamu jangkakan.

Hari 74 — Ketenangan sejati bukan kerana kamu tahu segalanya akan baik-baik sahaja, tetapi kerana kamu yakin Allah ﷻ baik-baik sahaja mengurus segalanya.

Hari 75 — Apa jua yang berlaku esok, ingatlah — kamu sudah melalui hari-hari yang lebih sukar daripada ini, dan kamu masih di sini, masih berharap, masih percaya.

Hari 76 — Jangan takut untuk mulakan semula walaupun sudah berapa kali gagal. Setiap permulaan baru membawa peluang yang baru sama sekali.

Hari 77 — Kesabaran yang dilatih dalam kesunyian selalunya menjadi kekuatan yang paling teguh apabila diuji di khalayak ramai.

Hari 78 — Allah ﷻ tidak pernah salah dalam memberi. Kalau sesuatu belum tiba, mungkin ia sedang menunggu masa yang lebih tepat untuk sampai kepadamu.

Hari 79 — Jadikan setiap kekecewaan sebagai guru, bukan sebagai penentu siapa dirimu selama-lamanya.

Hari 80 — Orang yang paling kuat bukan yang tidak pernah goyah, tetapi yang terus berjalan walaupun kakinya gemetar.

Hari 81 — Sesungguhnya bersama kesukaran itu ada kemudahan — bukan selepas kesukaran, tetapi bersama-samanya, walaupun kita belum nampak ia dengan jelas.

Hari 82 — Setiap kali kamu memilih untuk berdoa berbanding berputus asa, kamu sedang memilih cahaya berbanding gelap.

Hari 83 — Waktu yang kamu rasa paling sunyi mungkin waktu yang Allah ﷻ paling dekat denganmu, mendengar setiap rintihan hatimu.

Hari 84 — Jangan biarkan penantian mengambil kegembiraan hari ini hanya kerana esok masih tidak pasti.

Hari 85 — Setiap orang yang kamu kagumi hari ini pernah melalui waktu di mana mereka juga tidak tahu bagaimana ceritanya akan berakhir.

Hari 86 — Kepercayaan kepada Allah ﷻ bukan bermakna kamu tahu apa yang akan berlaku, tetapi kamu yakin apa jua yang berlaku, ia yang terbaik.

Hari 87 — *Berikan dirimu izin untuk gembira hari ini, walaupun perkara yang kamu tunggu belum sampai.*

Hari 88 — *Setiap kesabaran yang kamu tunjukkan hari ini sedang membina watak yang akan kamu perlukan untuk nikmat yang akan datang.*

Hari 89 — *Ingatlah, doa yang kamu ucapkan malam tadi masih tergantung di langit, menunggu masa yang Allah ﷻ tetapkan untuk turun sebagai jawapan.*



KESIMPULAN: LANGKAH SETERUSNYA

Kita sudah lalui perjalanan yang agak panjang bersama — daripada memahami kenapa penantian terasa begitu berat, kenapa Allah ﷻ uji kita dengannya, silap-silap yang buat ia lebih menyakitkan, cara praktikal menguruskan hati, seni tawakal yang sebenar, sehinggalah kisah para Nabi yang turut melalui penantian panjang.

Kalau saya nak ringkaskan semuanya dalam satu ayat: rindu kerana menunggu itu fitrah, tapi kecewa kerana mengharap itu pilihan — pilihan di mana kita letakkan sandaran **harapan** kita.

Anda tak perlu selesaikan semua ini hari ini. Mulakan dengan satu langkah kecil sahaja. Malam ini, sebelum tidur, cuba tuliskan satu perkara yang anda sedang tunggu, dan ucapkan dalam hati: "Ya Allah ﷻ, aku serahkan ini kepada-Mu. Aku akan terus usaha, aku akan terus berdoa, dan aku percaya jadual-Mu lebih baik daripada jadual aku."

Itu sahaja. Satu langkah. Esok, ulang lagi. Lusa, ulang lagi. Lama-kelamaan, anda akan sedar hati anda sudah bertukar — bukan kerana penantian sudah berakhir, tapi kerana cara anda memegangnya sudah jauh lebih tenang.

Dan ingat kisah Nabi Yaakub عليه السلام, Nabi Zakaria عليه السلام, dan Nabi Ayyub عليه السلام. tadi — setiap penantian panjang yang digandingkan dengan sabar dan doa yang tidak putus, akhirnya bertemu dengan kebaikan daripada Allah ﷻ. Perjalanan anda tidak terkecuali daripada janji itu.

Ya Allah ﷻ, kuatkanlah hati kami yang sedang menunggu, tenangkanlah jiwa kami yang sedang berharap, dan permudahkanlah apa jua yang Engkau tetapkan sebagai yang terbaik untuk kami. Amin.



BONUS: CHECKLIST HARIAN SABAR & TAWAKAL

Gunakan senarai ini setiap kali hati mula resah kerana penantian:

- ☐ Aku sudah buat apa yang termampu hari ini untuk perkara yang aku tunggu?
- ☐ Aku sudah berdoa hari ini — dengan hati yang hadir, bukan sekadar di mulut?
- ☐ Aku sudah berzikir atau beristighfar bila hati mula resah?
- ☐ Aku elak membandingkan penantian aku dengan orang lain hari ini?
- ☐ Aku ingatkan diri sendiri: hasil bukan di tangan aku, ia di tangan Allah?
- ☐ Aku bersyukur atas sekurang-kurangnya satu perkara yang aku sudah ada, walaupun perkara yang aku tunggu belum ada?

SEPULUH SOALAN MUHASABAH

Luangkan masa untuk renung soalan-soalan ini secara jujur bersama diri sendiri:

1. Apakah perkara yang paling aku tunggu sekarang, dan kenapa ia penting bagi aku?
2. Adakah aku sudah berusaha sedaya upaya, atau masih ada ruang untuk cuba dengan cara yang berbeza?
3. Bagaimana cara aku berdoa — dengan hati yang hadir, atau sekadar mengulang kata-kata?
4. Siapakah orang yang menguatkan aku dalam perjalanan ini, dan sudahkah aku menghubungi mereka baru-baru ini?
5. Apakah aku sedang membandingkan penantian aku dengan orang lain, dan bagaimana aku boleh berhenti berbuat begitu?
6. Apakah satu perkara yang aku sudah ada sekarang yang patut aku syukuri, walaupun perkara lain masih belum tiba?
7. Adakah aku memberi ruang untuk diri berehat secara emosi tanpa rasa bersalah?
8. Apakah pengajaran daripada kisah para Nabi yang paling aku perlukan sekarang?
9. Kalau penantian ini berakhir esok, apakah aku sudah bersedia untuk apa yang datang?
10. Apakah satu langkah kecil yang boleh aku ambil hari ini untuk lebih dekat dengan Allah?



PELAN TINDAKAN 7 HARI

Gunakan jadual ringkas ini sebagai permulaan untuk melatih hati anda sepanjang seminggu:

HARI	TINDAKAN
Hari 1	Tuliskan satu perkara yang sedang anda tunggu, dan serahkan dalam doa.
Hari 2	Amalkan istighfar berulang sepanjang hari, terutama bila hati resah.
Hari 3	Buat satu tindakan kecil ke arah perkara yang anda usahakan.
Hari 4	Kurangkan penggunaan media sosial sekurang-kurangnya sejam; elak bandingkan diri.
Hari 5	Baca semula Bab 6 (Kisah Para Nabi) dan renungkan satu pengajaran daripadanya.
Hari 6	Hubungi seseorang yang menguatkan anda, kongsikan sedikit tentang penantian anda.
Hari 7	Muhasabah — tuliskan apa yang berubah dalam cara anda memegang harapan minggu ini.

SENARAI DOA PENDEK UNTUK WAKTU MENUNGGU

1. Ketika resah: "Hasbunallahu wa ni'mal wakil" — Cukuplah Allah ﷻ bagi kami, dan Dia sebaik-baik pelindung.
2. Ketika mahu tenangkan hati: "Ya Hayyu Ya Qayyum, birahmatika astaghith" — Wahai Yang Maha Hidup, Maha Berdiri Sendiri, dengan rahmat-Mu aku memohon pertolongan.
3. Ketika mengulang doa yang sama: "Rabbana atina fid-dunya hasanatan wa fil-akhirati hasanatan wa qina 'adzaban-nar" — Ya Tuhan kami, kurniakanlah kami kebaikan di dunia dan kebaikan di akhirat.
4. Ketika mahu serah hasil kepada Allah ﷻ: "Allahumma la sahla illa ma ja'altahu sahla, wa anta taj'alul-hazna idza syi'ta sahla" — Ya Allah ﷻ, tiada yang mudah kecuali apa yang Engkau mudahkan, dan Engkau boleh jadikan yang susah itu mudah bila Engkau kehendaki.
5. Ketika hampir putus asa: "La tahzan, innallaha ma'ana" — Jangan bersedih, sesungguhnya Allah ﷻ bersama kita.
6. Ketika memohon kurniaan Allah ﷻ: "Allahumma inni as-aluka min fadlika" — Ya Allah, sesungguhnya aku memohon daripada kurniaan-Mu.

7. Ketika menunggu kesembuhan: "Allahumma Rabban-nas, adzhibil-ba's, isyfi, Antas-Syafi" — Ya Allah Tuhan sekalian manusia, hilangkanlah kesakitan ini, sembuhkanlah, Engkaulah Yang Maha Penyembuh.
8. Ketika mahu kekal istiqamah dalam sabar: "Rabbana afrigh 'alayna sabran wa thabbit aqdamana" — Ya Tuhan kami, curahkanlah kesabaran ke atas kami dan teguhkanlah pendirian kami.



TENTANG PENULIS

Hj Che Alim Hj Che Haron menulis untuk berkongsi renungan dan pengajaran daripada Al-Qur'an dan As-Sunnah, khususnya untuk mereka yang sedang melalui detik-detik sukar dalam kehidupan — termasuk tempoh menunggu yang panjang dan melelahkan.

Karya-karya beliau memberi tumpuan kepada gabungan antara kefahaman agama yang kukuh dengan bahasa yang mudah difahami, supaya ilmu itu benar-benar sampai ke hati pembaca, bukan sekadar ke akal.

NOTA AKHIR DARIPADA PENULIS

Terima kasih kerana meluangkan masa membaca buku kecil ini sehingga ke penghujungnya. Kalau ada satu perkara sahaja yang saya harap anda bawa pulang daripada setiap bab yang telah kita lalui bersama, biarlah ia ini: penantian anda dilihat oleh Allah ﷻ, doa anda didengar oleh Allah ﷻ, dan air mata anda tidak pernah sia-sia di sisi-Nya.

Menulis buku ini sendiri satu proses muhasabah untuk saya — mengingatkan diri saya sendiri, sebelum mengingatkan sesiapa yang membacanya, bahawa sabar itu bukan destinasi yang kita capai sekali sahaja, tetapi jalan yang kita pilih semula setiap kali kita bangun pagi menghadapi hari yang baru.

Kalau buku ini memberi sedikit ketenangan kepada hati anda, sila kongsi kepada sesiapa sahaja yang anda kenali sedang melalui tempoh menunggu yang berat — mungkin sahabat, ahli keluarga, atau seseorang yang tidak pernah anda sangka turut bergelut dengan penantian yang sama. Sedekah ilmu, sekecil mana pun, tetap sedekah yang berterusan pahalanya.

Akhir kata, semoga Allah ﷻ permudahkan urusan kita semua, memakbulkan doa-doa yang masih tergantung, dan mengurniakan kepada kita kesabaran yang diredhai-Nya sehingga kita bertemu dengan-Nya kelak dalam keadaan hati yang tenang.

Wallahu a'lam.



RUJUKAN

1. Sahih Muslim 2999, Kitab az-Zuhd war-Raqaiq — <https://sunnah.com/muslim:2999>
2. Sahih al-Bukhari 5641, Kitab al-Marda — <https://sunnah.com/bukhari:5641>
3. Sahih al-Bukhari 6340, Kitab ad-Da'awat — <https://sunnah.com/bukhari:6340>
4. Jami' at-Tirmidzi 2344, Kitab az-Zuhd (Hasan Sahih) — <https://sunnah.com/tirmidhi:2344>
5. Al-Qur'an, Surah Ar-Ra'd, ayat 28
6. Al-Qur'an, Surah az-Zumar, ayat 10
7. Al-Qur'an, Surah Yusuf, ayat 86
8. Al-Qur'an, Surah Maryam, ayat 4
9. Al-Qur'an, Surah Al-Anbiya, ayat 83–84
10. Al-Qur'an, Surah Ad-Dhuha, ayat 1–3

© Hj Che Alim Hj Che Haron. Ditulis untuk sesiapa sahaja yang sedang menunggu dengan hati yang penuh harap.



♦ JEMPUTAN SUMBANGAN ♦

♥ Ilmu Yang Bermanfaat Adalah Sedekah Jariah Yang Tidak Putus ♥

Segala puji bagi Allah ﷻ yang telah menganugerahkan kekuatan, masa, dan ilmu untuk menyempurnakan kajian ini. eBook "**RINDU KERANA MENUNGGU,**

KECEWA KERANA MENGHARAP" ini disediakan sepenuhnya secara percuma untuk manfaat umat Islam di seluruh dunia, tanpa sebarang bayaran atau syarat.

Walau bagaimanapun, usaha penyelidikan, penulisan, dan penyebaran ilmu ini memerlukan masa yang panjang dan kos yang berterusan. Sekiranya eBook ini memberikan manfaat kepada anda — menambah keimanan, membuka minda, atau sekadar memperindah pemahaman anda tentang keajaiban wahyu Allah ﷻ — maka pertimbangkanlah untuk menyumbang bagi membolehkan kerja-kerja dakwah ilmiah ini diteruskan.

"Apabila manusia meninggal dunia, terputuslah amalannya kecuali tiga perkara: sedekah jariah, ilmu yang dimanfaatkan, dan anak soleh yang mendoakannya."

(Riwayat Imam Muslim, Sahih Muslim No. 1631)

Surah Al-Baqarah (2): 261

مَثَلُ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ كَمَثَلِ حَبَّةٍ أَنْبَتَتْ سَبْعَ سَنَابِلَ فِي كُلِّ سُنبُلَةٍ مِئَةُ حَبَّةٍ
وَاللَّهُ يُضَاعِفُ لِمَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ ﴿٢٦١﴾

"Bandingan (derma) orang-orang yang membelanjakan hartanya pada jalan Allah, ialah sama seperti sebiji benih yang tumbuh menerbitkan tujuh tangkai; tiap-tiap tangkai itu pula mengandungi seratus biji. Dan Allah akan melipatgandakan pahala bagi sesiapa yang dikehendaki-Nya."

Surah Saba (34): 39

قُلْ إِنَّ رَبِّي يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ وَيَقْدِرُ لَهُ وَمَا أَنْفَقْتُمْ مِنْ شَيْءٍ فَهُوَ يُخْلِفُهُ وَهُوَ خَيْرُ
الرَّازِقِينَ ﴿٣٩﴾

"Katakanlah: Sesungguhnya Tuhanku memewahkan rezeki bagi sesiapa yang dikehendaki-Nya di antara hamba-hamba-Nya, dan Dia juga yang menyempitkannya; dan apa sahaja yang kamu dermakan maka Allah akan menggantikannya, dan Dia adalah sebaik-baik Pemberi rezeki."

Hadith Sahih Tambahan

مَا نَقَصَتْ صَدَقَةٌ مِنْ مَالٍ وَمَا زَادَ اللَّهُ عَبْدًا بِعَفْوٍ إِلَّا عِزًّا

"Sedekah tidak akan mengurangkan harta; dan Allah tidak akan menambah seseorang hamba dengan sifat pemaaf melainkan kemuliaan."

(Riwayat Imam Muslim, Sahih Muslim No. 2588)

Sumbangan anda — walau sebesar mana pun — akan digunakan untuk:

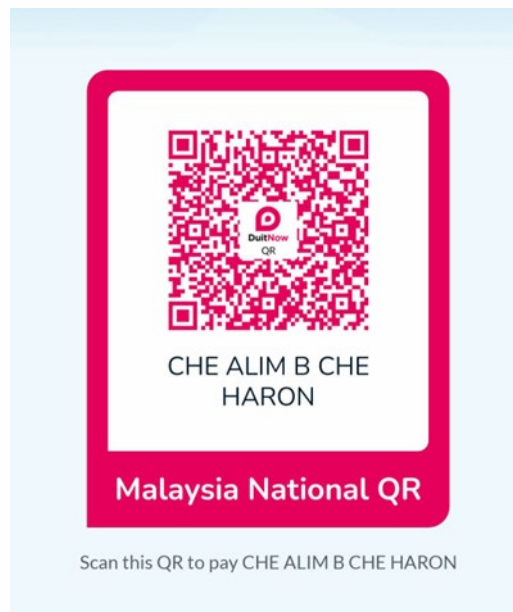
- ✓ Meneruskan penyelidikan dan penulisan siri eBook Al-Qur'an: Sains & Kesihatan
- ✓ Membangunkan laman web quranscience.my sebagai pusat ilmu percuma untuk umat
- ✓ Menyebarkan eBook secara percuma kepada lebih ramai umat Islam di seluruh dunia
- ✓ Menampung kos percetakan untuk golongan yang tiada akses digital



CARA MENYUMBANG



Imbas QR Code DuitNow di bawah menggunakan aplikasi perbankan anda:



CHE ALIM B CHE HARON

Malaysia National QR (DuitNow)

Imbas QR ini untuk membuat sumbangan kepada Che Alim B Che Haron

Dari luar negara? Klik butang di bawah untuk menyumbang melalui PayPal (paypal.me/quranscience).



Semoga Allah SWT membalas jasa baik anda dengan ganjaran yang berlipat ganda di dunia dan akhirat.

🙏 Ameen Ya Rabbal 'Alamin. 🙏

— • —

— Walhamdulillahi Rabbil 'Alamin —

❖ PENGHARGAAN ❖

Kepada isteri tercinta

Zaharah Mohd Latif

dan anak-anak yang dikasihi —

Muhammad Hafiz, Noor Hazwani, Abdul Hakim,

Noor Hidayah, Nor Aqila & Nor Atiqah

Juga Menantu Menantu

Fazilah Malek Hanin Fairizal Firwan

Terima kasih atas segala doa, sokongan dan pengorbanan.

Semoga Allah merahmati kita semua.

وَأَنَّ سَعْيَهُ سَوْفَ يُرَىٰ

“Dan bahawa sesungguhnya usaha itu akan diperlihatkan (balasannya).”

(Surah An-Najm 53:40)

— • —

