

Konsep *al-Huzn* Para Nabi Menurut Psikospiritual Islam

Concept of *al-Huzn* of the Prophets according to Islamic Psychospiritual

Sharifah Basirah Syed Muhsin

Department of Aqidah and Islamic Thought. Academy of Islamic Studies.
Universiti Malaya. Kuala Lumpur. Malaysia.
basirah@um.edu.my

Khairunnas Rajab

Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
Jl. Garuda Sakti Gg. Travo Panam. Pekanbaru. Indonesia
khairunnasrajab@gmail.com

Murshidatun Nur Zainalabidin

Department of Aqidah and Islamic Thought. Academy of Islamic Studies.
Universiti Malaya. Kuala Lumpur. Malaysia.
murshida.zainal@gmail.com

<https://doi.org/10.22452/usuluddin.vol52no1.3>

Abstract

The *al-Huzn*, which translates to sadness and is sometimes classified as depression by Islamic psychologists, is an emotion experienced by individuals when confronted with difficulties, often leading to a sense of deep sadness. These feelings are considered normal human responses to challenging or heartbreaking events. There is a question among some whether prophets also experienced sadness. This confusion stems from the perception that prophets, due to their elevated spiritual status and closeness to Allah SWT, may not experience sadness. This article aims to explore the concept of *al-Huzn* among prophets according to Psychospiritual Islam, and to illustrate the Islamic Psychospiritual elements through which prophets addressed and coped with *al-Huzn*. Article indicates that prophets did indeed experience *al-Huzn*, as interpreted by scholars based on Quranic verses relating to prophets' emotional states. The article also identifies factors that led to *al-Huzn* among prophets, as well as the effects resulting from these emotions. Furthermore, Islamic Psychospiritual elements are discussed as solutions utilized by prophets in facing *al-Huzn*. These elements provide a framework for understanding how prophets navigated their emotional challenges within an Islamic context.

Keywords: Al-Huzn; prophets; Islamic Psychospiritual

Abstrak

Al-Huzn iaitu kesedihan atau terdapat sesetengah ahli psikologi Islam yang mengklasifikasikannya sebagai salah satu kategori kemurungan adalah merupakan suatu bentuk emosi yang dihadapi oleh seseorang apabila berkonfrontasi dengan kesukaran dan sebagainya sehingga terjerumus kepada rasa kedukaan. Perasaan dan emosi ini adalah merupakan suatu perkara yang normal kepada manusia apabila mendepani sesuatu permasalahan atau peristiwa yang menyayat hati. Terdapat persoalan dalam kalangan masyarakat yang keliru sama ada para nabi juga merasai emosi kesedihan. Hal ini adalah mungkin kerana masyarakat memahami bahawa para nabi yang memiliki martabat yang tinggi, tidak akan menghadapi kesedihan kerana eratnya pertalian kerohanian dengan Allah SWT. Oleh yang demikian, artikel ini ditulis dengan tujuan untuk menjelaskan konsep *al-Huzn* para nabi menurut Psikospiritual Islam di samping mengilustrasikan elemen Psikospiritual Islam berdasarkan solusi para nabi dalam menghadapi *al-Huzn*. Artikel mendapati bahawa para nabi mengalami *al-Huzn*. Hal ini dibuktikan berdasarkan tafsiran ulama dalam ayat al-Quran yang berkaitan dengan *al-Huzn* para nabi. Selain itu, terdapat juga faktor yang menyebabkan berlakunya *al-Huzn* kepada para nabi serta kesan yang berlaku akibat daripada mengalami emosi *al-Huzn*. Elemen Psikospiritual Islam yang menjadi solusi kepada para nabi dalam menghadapi *al-Huzn* juga dimuatkan dalam artikel ini bagi menjelaskan lagi konsep *al-Huzn* para nabi menurut Psikospiritual Islam.

Kata Kunci: Al-Huzn; para nabi; Psikospiritual Islam

Pendahuluan

Perkataan *al-Huzn* ialah perkataan yang berasal daripada perkataan *hazana* (حَزَنٌ) yang mana ia disinonimkan dengan perkataan *ghummah* (عُثْمَةٌ) dan diantonimkan pula dengan perkataan *faraha* (فَرَحٌ). Menurut Ibn Manzur, ia diertikan sebagai berkurangnya rasa bahagia atau ia adalah merupakan kata lawan bagi bahagia.¹ Secara umumnya, *al-Huzn* dari sudut bahasa dapat difahami sebagai suatu perkara yang kesat, kasar dan ia merupakan suatu kesusahan, bencana, malapetaka dan berkurangnya rasa bahagia. Secara istilah pula, *al-Huzn* bermakna amat kecewa dan dukacita atau suatu keadaan jiwa yang mengalami perasaan kekecewaan yang teramat

¹ Ibn Manzur, *Lisan al-'Arab* (Beirut: Dar Sadir, 1990), 13: 111.

dalam sepertimana yang disebutkan oleh Ibn ‘Ashur.² Selain itu, al-Razi menyatakan bahawa *al-Huzn* atau kesedihan diertikan sebagai suatu gejala otak yang berlaku disebabkan oleh kehilangan sesuatu yang dicintai. Manakala, menurut Ibnu al-Qayyim *al-Huzn* atau kesedihan adalah hilangnya kebahagiaan dan munculnya kedukacitaan kerana menyesali sesuatu yang telah berlalu atau tersiksa kerana tidak mendapatkan sesuatu.³ Ibn Miskawaih pula berpendapat bahawa *al-Huzn* atau kesedihan muncul berpunca daripada sikap adanya keinginan yang kuat untuk memiliki harta serta kebendaan duniawi, mengeluh apabila kehilangan dan berenggang dengan kebendaan duniawi dan juga tidak dapat memiliki harta duniawi tersebut.⁴

Daripada sudut psikologi barat pula, *al-Huzn* dapat dikenal pasti sebagai sebuah emosi yang tidak menyenangkan dan boleh mengakibatkan kerosakan sama ada dari sudut fizikal seseorang mahupun dari sudut psikologinya⁵

Menurut kamus psikologi daripada American Psychological Association (APA), *al-Huzn* atau turut dikenali sebagai *grief* atau kesedihan itu membawa makna suatu pengalaman pahit atau keperitan yang dialami selepas daripada kehilangan yang sangat besar atau kehilangan sesuatu yang penting dan bermakna, yang kebiasaannya adalah disebabkan oleh kematian orang yang dikasihi. *Grief* juga selalunya dikenali atau difahami dengan membawa makna belasungkawa atau meratap. Ia juga dapat difahami dengan maksud menyesal atas kehilangan sesuatu, penyesalan terhadap sesuatu yang berlaku dan sedih atas kemalangan yang dialami oleh seseorang⁶

Terdapat juga beberapa tokoh Islam yang menerangkan serta membincangkan mengenai konsep *al-Huzn*. Sebagai contoh al-Balkhi. Al-Balkhi⁷ atau nama penuhnya Abu Zayd Ahmad ibn Sahl

² Nabilah Hasan & Faisal Ahmad Shah, “*al-Nafs* sebagai *self* dalam konstruk *self-esteem* menurut perspektif al-hadith,” *Jurnal Islam dan Masyarakat Kontemporari* 20(1) (2019), 3.

³ Mahyuddin Barni, “Menyikapi Kesedihan,” *Jurnal Al-Falah VIII* (13) (2008), 3.

⁴ Mahyuddin, “Menyikapi Kesedihan,4.

⁵ Mahyuddin, “Menyikapi Kesedihan,5.

⁶ “American Psychological Association”, laman sesawang *American Psychological Association*, diakses pada Disember 17 2022, <http://gg.gg/dictionary-apa-org-grief>.

⁷ al-Balkhi atau nama penuhnya Abu Zayd Ahmad ibn Sahl al-Balkhi dilahirkan pada tahun 235H dan dibesarkan di sebuah perkampungan kecil yang bernama Shamistiyah, Balkh dalam wilayah Parsi, yang merupakan salah satu daripada tiga puluh empat buah wilayah di Afghanistan. Beliau menerima pendidikan awal daripada bapanya sendiri dan ada juga

al-Balkhi dilahirkan pada tahun 235H dan beliau dianggap sebagai salah seorang psikologis dalam bidang kognitif pertama dunia. Beliau juga adalah merupakan seorang cendekiawan Islam yang menyumbangkan ilmunya dalam bidang Psikologi Islam. Beliau telah menulis sebuah karya di dalam bidang Psikologi Islam yang berjudul *Masalih al-Abdan wa al-Anfus*. Antara anak muridnya yang terkenal ialah Abu Muhammad al-Hassan ibn al-Waziri’.

Menurut al-Balkhi dalam kitabnya *Masalih al-Abdan wa al-Anfus*, al-Huzn membawa makna dan konsep kemurungan (*depression*)⁸ yang mana ia dapat dibahagikan kepada tiga kategori. Kategori pertama, ia disebutkan sebagai kemurungan normal yang mana ia juga diistilahkan sebagai *al-Huzn* yang normal dan dihadapi oleh manusia biasa. Kategori kedua, al-Balkhi mengkategorikan sebagai kemurungan reaktif, dan yang terakhir disebut sebagai kemurungan endogen.⁹ Kategori pertama tersebut adalah merupakan lumrah dan menjadi kebiasaan kepada manusia untuk mengalami *al-Huzn* secara normalnya. Sementara dalam jenis yang kedua pula iaitu kemurungan reaktif, al-Balkhi menerangkan bahawa ia merupakan kesedihan yang diketahui puncanya seperti kehilangan orang yang tersayang atau kehilangan barang peribadi. Manakala kategori yang ketiga iaitu kemurungan endogen adalah merupakan sesuatu yang tidak mempunyai faktor atau ia adalah penderitaan kesedihan yang mendatang secara tiba-tiba, berterusan sepanjang masa dan menghalang orang yang menderita melakukan aktiviti fizikal atau berasa dan menikmati kebahagiaan dan juga keseronokan.¹⁰ Menurut al-Attas dalam karya beliau yang berjudul

dinyatakan bahawa beliau meneruskan pengajiannya di Baghdad selain banyak mempelajari ilmu sains dan seni dalam masa remajanya. Beliau dianggap sebagai salah seorang psikologis dalam bidang kognitif pertama dunia. Beliau juga merupakan seorang cendekiawan Islam yang menyumbangkan ilmunya dalam bidang Psikospiritual Islam. Beliau telah menulis sebuah karya di dalam bidang Psikologi Islam yang berjudul *Masalih al-Abdan wa al-Anfus*. Antara anak muridnya yang terkenal ialah Abu Muhammad al-Hassan ibn al-Waziri.

⁸ Malik Badri, ed. *Masalih al-Abdan wa al-Anfus*, “Abu Zayd Al-Balkhi’s Sustainance of the Soul: The Cognitive Behavior Therapy of a Ninth Century Physician” (London: The International Institute of Islamic Thought, 2013), 19.

⁹ Salmi Ahmad Sudan, “Principles of Islamic Counselling and Psychotherapy”, *Asian Journal of Management Sciences & Education* 6(3) (2017), 133.

¹⁰ Shahpesandy, H., Al-Kubaisy, T., Mohammed-Ali, R., Oladosu, A., Middleton, R. and Saleh, N, “A Concise History of Islamic Medicine: An Introduction to the Origins of Medicine in Islamic Civilization, Its Impact on the Evolution of Global Medicine, and Its Place in the Medical World Today”, *International Journal of Clinical Medicine* 3(13) (2022): 184-185.

Prolegomena to the Metaphysic of Islam, beliau telah menulis satu artikel yang bertajuk *The Meaning and Experience of Happiness in Islam* yang mana dalam artikel ini menyatakan bahawa perkataan *al-Huzn* adalah merupakan pecahan atau cabang daripada *shaqawah* iaitu masdar daripada perkataan *al-shaqa'* yang membawa makna kesusahan, kepayahan dan kesempitan.¹¹ *Shaqawah* juga adalah perkataan berlawanan bagi perkataan *sa'adah*.¹² Ianya merupakan kata terbitan daripada *sa'ida* dengan makna pertolongan Allah SWT bagi insan yang mendapatkan sesuatu.

Terma *shaqawah* yang digunakan oleh al-Attas membawa makna duka, getir, gundah, lara, *masyghul*, menyesak, merana, pedih dan yang seangkatan dengannya. al-Attas juga menyatakan bahawa terma *shaqawah* tersebut adalah merupakan suatu istilah yang umum kerana ia merangkumi semua jenis kesengsaraan. Terdapat lapan perkataan lain yang disebutkan oleh al-Attas yang termasuk di bawah perkataan *shaqawah* antaranya adalah *al-Huzn* yang membawa makna lebih mendalam daripada perkataan *shaqawah* itu sendiri. *al-Huzn* yang disebutkan oleh al-Attas tersebut adalah *grief sorrow*, *sadness* dan *roughness of soul*. *Grief*¹³, menurut *A Dictionary of the English Language* membawa maksud kesedihan (masalah terhadap sesuatu pada masa lalu), untuk menyusahkan, untuk menyakiti, untuk mengalami kesakitan bagi tempoh waktu yang telah berlalu, berkabung iaitu kesedihan ke atas kematian seseorang. Manakala *sorrow*¹⁴ bermaksud kesedihan,

¹¹ Perkataan *masdar* daripada perkataan *al-shaqa'* (الشَّقَاءُ) yang membawa makna العُسْرُ (العُسْرُ والتعب و الشَّيْطَانُ) iaitu yang membawa makna kesusahan, kepayahan dan kesempitan. Lihat "Majma' al-Lughat al-'Arabiyyah 'al-shaqa'", dalam *al-Mu'jam al-Wasit* (Mesir: Jumhuriyah Misr al-'Arabiyyah, 2004), 490.

¹² Merupakan kata terbitan *sa'ida* (سَعِدَ) dengan makna pertolongan Allah SWT bagi insan yang mendapatkan sesuatu. Lihat Majma' al-Lughat al-'Arabiyyah 'sa'adah', dalam *al-Mu'jam al-Wasit*, 430 atau dengan erti kebahagiaan lihat Husain Unang, 'sa'adah' dalam *Qamus at- Tullab* (Kuala Lumpur: Dar al-Fikr, 2015), 574.

¹³ Kesedihan, masalah untuk sesuatu masa lalu; untuk menyusahkan; untuk menyakiti. Untuk mengalami kesakitan untuk tempoh yang telah berlalu; berkabung; kesedihan, seperti kematian kawan. Lihat Samuel Johnson, 'Grief' dalam *A Dictionary of the English Language* (London: J. Knapton, C.Hitch, L.Hawes, R. and J. Dodsley and M. and T. Longman, t.t.), 466.

¹⁴ Kesedihan, kesakitan untuk sesuatu yang lalu; meratap. Lihat Thomas Sheridan, 'Sorrow' dalam *A General Dictionary of the English Language* (London : J. Dodsley, Pall-Mall, C. Dilly and J.Wilkie, (t.t.), 2/313.

kesakitan untuk sesuatu yang lalu dan meratap, manakala *sadness*¹⁵ bermaksud kesedihan serta kemurungan fikiran yang membuatkan pandangan menjadi sayu. *Roughness of soul*¹⁶ pula berasal daripada dua perkataan yang bergabung iaitu perkataan *roughness* dan perkataan *soul*. Perkataan *roughness* diertikan sebagai ketidaksamaan permukaan, ketelitian mengikut citarasa, rasa keteraturan, kekerasan pada telinga, kekasaran perangai, kekasaran adab, kecenderungan untuk kekasaran, ketiadaan makanan istimewa, keterukan, keganasan disiplin, keganasan operasi dalam ubat-ubatan, keadaan tidak digilap atau belum selesai, tidak elegan pakaian atau penampilan, panas baran, ribut, kekasaran ciri. Manakala, perkataan *soul* pula bermaksud, roh manusia yang tidak material dan abadi, prinsip penting, semangat, intipati, bahagian utama, kuasa dalaman, sebutan biasa bergabung dengan perkataan yang menyatakan kualiti minda, manusia, kuasa aktif, semangat, api, keagungan fikiran, makhluk pintar secara umum. Oleh yang demikian, difahami bahawa makna *roughness of soul* ialah keganasan atau kekerasan kepada roh manusia.

Selain itu menurut al-Attas, perkataan lain yang turut termasuk di bawah cabang *shaqawah* adalah seperti *khawf*¹⁷, *dank*¹⁸, *hasrat*¹⁹, *diq*²⁰, *hamm*²¹, *ghamm*²² dan *'usr*.²³²⁴ *Khawf* bermaksud membuatnya tidak aman, terkejut, bimbang atau secara istilahnya digelar sebagai fobia dan *dank* pula kata terbitan yang membawa makna kesempitan hidup, kesusahan hidup dan kemiskinan. *Hasrat* bermakna bersangatan duka dan sedih, menyesal dan merintih. *Diq* adalah sempit dan susah tidak tertanggung, *hamm* dukacita dan susah hati, *ghamm* menyusahkan

¹⁵ Kesedihan, kemurungan fikiran; pandangan sayu. *Ibid.*, "sadness" 257.

¹⁶ *Ibid.*, "roughness" 251 & "soul" 314.

¹⁷ (خوف) Membuatkannya tidak aman, terkejut, bimbang atau secara istilahnya digelar sebagai fobia. Lihat Husain Unang, "khawf", *op.cit.*, 481.

¹⁸ (ضنك) kata terbitan yang membawa makna kesempitan hidup, kesusahan hidup. Kemiskinan. Lihat Husain Unang, "dank", *op.cit.*, 657.

¹⁹ (حسرة) Membawa makna bersangatan duka dan sedih, menyesal, merintih. Lihat Majma' al-Lughat al-'Arabiyyah, "hasrat", *op.cit.*, 172.

²⁰ (ضيق) sempit, susah tidak tertanggung. Lihat Husain Unang, "diq", *op.cit.*, 658-659.

²¹ (هم) Dukacita, susah hati. *Ibid.*, "hamm", 1080.

²² (غم) Menyusahkan hatinya, mendukacitakan. *Ibid.*, "ghamm", 748.

²³ (عسر) Kesukaran hidup, kesempitan hidup. *Ibid.*, "'usr", 707.

²⁴ Syed Muhammad Naquib al-Attas, "The Meaning and Experience of Happiness in Islam," dalam *Prolegomena to the Metaphysics of Islam*, (Kuala Lumpur: International Institute of Islamic Thought and Civilization (ISTAC), 1995), 98-99.

hati dan mendukacitakan, manakala *usr* beerti kesukaran hidup dan kesempitan hidup. Selain itu, Uthman Najati berpendapat bahawa *al-Huzn* atau *grief* itu merupakan sebuah emosi yang bertentangan dengan emosi kebahagiaan (*joy*) dan kegembiraan (*pleasure*). Menurut Wajahat Khan et al. dalam penulisan jurnalnya bertajuk "Depression; Its Psychological and Islamic Treatment with Islamic Basic Rules & Cognitive Behavioral Therapy, *al-Huzn* atau *grief* ini berlaku dalam kehidupan seseorang apabila kehilangan insan yang amat ia kasihi ataupun kehilangan sesuatu barang kepunyaannya yang mempunyai nilai yang tinggi atau juga gagal untuk memenuhi atau merealisasikan sesuatu misi dalam kehidupannya.²⁵ Selain itu, Selain itu, konsep *al-Huzn* turut dihuraikan oleh tokoh Islam yang hebat seperti Uthman Najati²⁶. Beliau menyatakan bahawa *al-Huzn* atau *grief* juga akan timbul jika seseorang ditimpa oleh malapetaka dan musibah.

***Al-Huzn* Para Nabi dalam Tafsir al-Quran**

Selain daripada konsep *al-Huzn* yang dapat difahami melalui definisi serta pandangan tokoh-tokoh Islam, al-Quran juga banyak menyebutkan serta menggunakan perkataan *al-Huzn* sebagai gambaran kepada perasaan kesedihan. Kebanyakan ayat al-Quran yang menggunakan terma *al-Huzn* tidaklah menceritakan atau membahaskan mengenai kesedihan yang dialami oleh para nabi sahaja. Sebagai contoh firman Allah S.W.T dalam surah-surah tersebut:

²⁵ Wajahat Khan et al., "Depression: Its Psychological and Islamic Treatment (Islamic Basic Rules & Cognitive Behavioral Therapy)," *Palarch's Journal of Archaeology of Egypt/Egyptology* 19(1) (2022), 2118.

²⁶ Uthman Najati atau nama penuhnya adalah Muhammad Uthman Najati ialah seorang yang dilahirkan dalam wilayah tanah Arab, Timur Tengah. Beliau juga merupakan salah seorang pemikir yang cukup produktif dalam menghasilkan karya dalam bidang Psikologi Islam. Antara karya beliau adalah seperti al-Quran wa 'Ilm an-Nafs, al-Hadith an-Nabawiy wa 'Ilm an-Nafs, al-Idrak al-Hissiy 'inda Ibnu Sina: Bahth fi 'Ilm an-Nafs 'Inda 'Arab, al-Dirasat al-Nafsaniyyah 'inda al-Ulama al-Muslimin, Ma'alim at-Tahlil al-Nafsiy terjemahan daripada Sigmund Freud. Thalath Rasail fi Nazariyyat al-Jins terjemahan daripada Sigmund Freud. 'Ilm al-Nafs al-Ikliniki terjemahan dari Juliana Router, alih bahasa oleh Athiyyah Mahmud Hana dan disunting oleh Muhammad Utman Najati. *Al-Ta'allum* terjemahan dari Sarnov A. Medenick Dkk., alih bahasa oleh Muhammad Imaduddin Ismail oleh Muhammad Uthman Najati²⁶ dan banyak lagi.

فُلْنَا أَهْبَطُوا مِنْهَا جَمِيعًا ۖ فِيمَا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنْ تَبِعَ
هُدَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴿٣٨﴾

Turunlah kamu semuanya dari syurga itu! Kemudian jika datang kepada kamu petunjuk dariKu (melalui Rasul-rasul dan Kitab-kitab yang diturunkan kepada mereka), maka sesiapa yang mengikuti petunjukKu itu nescaya tidak ada kebimbangan (dari sesuatu yang tidak baik) terhadap mereka, dan mereka pula tidak akan berdukacita.

(Al-Baqarah 2: 38)

فَرِحِينَ بِمَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَيَسْتَبْشِرُونَ بِالَّذِينَ لَمْ يَلْحَقُوا
بِهِمْ مِنْ خَلْفِهِمْ إِلَّا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴿١٧٠﴾

(Dan juga) mereka bersukacita dengan kurniaan Allah (balasan mati Syahid) yang telah dilimpahkan kepada mereka, dan mereka bergembira dengan berita baik mengenai (saudara-saudaranya) orang-orang (Islam yang sedang berjuang), yang masih tinggal di belakang, yang belum (mati dan belum) sampai kepada mereka, (iaitu) bahawa tidak ada kebimbangan (dari berlakunya kejadian yang tidak baik) terhadap mereka, dan mereka pula tidak akan berdukacita.

(Ali-Imran 3: 170)

يَأْتِيهَا الرُّسُولُ لَا يَحْزَنكَ الَّذِينَ يُسْرِعُونَ فِي الْكُفْرِ مِنَ الَّذِينَ
قَالُوا آمَنَّا بِأَفْوَاهِهِمْ وَلَمْ تُؤْمِن قُلُوبُهُمْ وَمِنَ الَّذِينَ هَادُوا سَمَّعُونَ
لِلْكَذِبِ سَمَّعُونَ لِقَوْمٍ آخَرِينَ لَمْ يَأْتُوكَ يُحَرِّفُونَ الْكَلِمَ مِنْ بَعْدِ
مَوَاضِعِهِ يَقُولُونَ إِنْ أُوتِيتُمْ هَذَا فَخُذُوهُ وَإِنْ لَمْ تُؤْتَوْهُ فَاحْذَرُوا
وَمَنْ يُرِدِ اللَّهُ فِتْنَتَهُ فَلَنْ تَمْلِكَ لَهُ مِنْ اللَّهِ شَيْئًا أُولَئِكَ الَّذِينَ لَمْ

يُرِيدُ اللَّهُ أَنْ يُطَهِّرَ قُلُوبَهُمْ ۗ لَهُمْ فِي الدُّنْيَا حَزَنٌ ۗ وَهُمْ فِي الْآخِرَةِ
عَذَابٌ عَظِيمٌ ﴿٤١﴾

Wahai Rasul Allah! Janganlah engkau menanggung dukacita disebabkan orang-orang yang segera menceburkan diri dalam kekufuran, yaitu dari orang-orang yang berkata dengan mulutnya: "Kami tetap beriman", padahal hatinya tidak beriman; demikian juga dari orang-orang Yahudi, mereka orang-orang yang sangat suka mendengar berita-berita dusta; mereka sangat suka mendengar perkataan golongan lain (pendita-pendita Yahudi) yang tidak pernah datang menemuimu; mereka ini mengubah serta meminda perkataan-perkataan (dalam Kitab Taurat) itu dari tempat-tempatnya yang sebenarnya. Mereka berkata: "Jika disampaikan kepada kamu hukum seperti ini maka terimalah dia, dan jika tidak disampaikannya kepada kamu, maka jagalah diri baik-baik". Dan sesiapa yang dikehendaki Allah kesesatannya, maka engkau tidak berkuasa sama sekali (menolak) sesuatu apapun (yang datang) dari Allah untuknya. Mereka ialah orang-orang yang Allah tidak mahu membersihkan hati mereka; bagi mereka kehinaan di dunia, dan di akhirat kelak mereka beroleh azab seksa yang besar."

(al-Ma'idah 5: 41)

وَمَا نُرْسِلُ الْمُرْسَلِينَ إِلَّا مُبَشِّرِينَ وَمُنذِرِينَ ۗ فَمَنْ ءَامَنَ
وَأَصْلَحَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴿٤٨﴾

Dan tiadalah Kami utuskan Rasul-rasul itu melainkan sebagai pembawa berita gembira dan pembawa amaran; kemudian sesiapa yang beriman soleh, maka tidak ada kebimbangan (dari berlakunya kejadian yang tidak baik)

terhadap mereka, dan mereka tidak akan berdukacita.

(Al-An'am 6: 48)

يٰٓبَنِي ٓءَادَمَ ۙ اِمَّا يٰٓتَيْنٰكُمْ رُسُلًا مِّنْكُمْ يَفْصُوْنَ عَلَيْكُمْ ءَايٰتِيْ ۙ فَمَنْ
اٰتَقٰ وَاَصْلَحَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُوْنَ ﴿٣٥﴾

Wahai anak-anak Adam! Jika datang kepada kamu Rasul-rasul dari kalangan kamu yang menceritakan kepada kamu ayat-ayat (perintah) Ku, maka sesiapa yang bertaqwa dan memperbaiki amalnya, tidak ada kebimbangan (dari berlakunya kejadian yang tidak baik) terhadap mereka, dan mereka pula tidak akan berdukacita.

(Al-A'raf 7: 35)

Terdapat juga penggunaan konsep *al-Huzn* yang menjelaskan mengenai kesedihan tokoh-tokoh lain selain daripada para nabi antaranya seperti kisah para sahabat Rasulullah SAW yang datang kepada Baginda untuk mengikuti peperangan akan tetapi mereka tidak memiliki sebarang kenderaan atau peralatan untuk berperang. Firman Allah SWT dalam surah al-Taubah ayat 92:

وَلَا عَلَى الَّذِينَ إِذَا مَا اتَّوَكَّلْتَ لِيَتَحْمِلَهُمْ قُلْتَ لَا اَجِدُ مَا اَحْمِلُكُمْ
عَلَيْهِ تَوَلَّوْا وَاَعْيُنُهُمْ تَفِيضُ مِنَ الدَّمْعِ حَزَنًا اَلَّا يَجِدُوْا مَا يُفْعَلُوْنَ
﴿٩٢﴾

Terjemahan: Dan tidak ada (pula dosa) atas orang yang datang kepada-mu (Muhammad), agar engkau memberi kenderaan kepada mereka, lalu engkau berkata: “Aku tidak memperolehi kenderaan untuk membawamu,” lalu mereka kembali, sedang mata mereka bercucuran air mata kerana sedih, disebabkan mereka tidak memperoleh apa yang akan mereka infakkan (untuk ikut berperang).”

(Al-Tawbah 9: 92)

Selain itu, kisah ibu Nabi Musa AS ketika mana terpaksa menghayutkan Baginda SWT melalui sungai nil untuk menyelamatkannya daripada dibunuh oleh Firaun:

إِذْ تَمْشِي أُخْتُكَ فَتَقُولُ هَلْ أَدُلُّكُمْ عَلَىٰ مَن يَكْفُلُهُ ۗ فَرَجَعْنَاكَ
إِلَىٰ أُمِّكَ كَيْ تَقَرَّ عَيْنُهَا وَلَا تَحْزَنَ ۗ وَقَتَلْتَ نَفْسًا فَنَجَّيْنَاكَ مِنَ
الْعَمِّ وَقَتَلْتَ فُتُونًا ۗ فَلَبِثْتَ سِنِينَ فِي أَهْلِ مَدْيَنَ ثُمَّ جِئْتَ عَلَىٰ
قَدَرٍ يٰمُوسَىٰ ﴿٤٠﴾

"(Iaitu) ketika saudara perempuanmu berjalan, lalu dia berkata (kepada keluarga Fir'aun), 'Bolehkah saya menunjukkan kepadamu orang yang akan memeliharanya?' Maka kami mengembalikanmu kepada ibumu agar senang hatinya dan tidak bersedih hati. Dan engkau pernah membunuh seseorang, lalu Kami selamatkan engkau dari kesulitan (yang besar) dan Kami telah menduga/menguji mu dengan beberapa ujian/cubaan (yang berat); lalu engkau tinggal beberapa tahun di antara penduduk Madyan, kemudian engkau, wahai Musa, datang menurut waktu yang ditetapkan."

(Al-Quran, Taha 20: 40)

Tambahan itu, kisah Saidatina Maryam, ibu Nabi Isa AS ketika mengandung Nabi Isa AS yang mana pada waktu tersebut Saidatina Maryam terpaksa mengasingkan diri. Firman Allah SWT dalam surah Maryam ayat 24:

فَنَادَاهَا مِن تَحْتِهَا أَلَّا تَحْزَنِي قَدْ جَعَلَ رَبُّكِ تَحْتَكِ سَرِيًّا ﴿٢٤﴾
Terjemahan: Maka dia (Jibril) berseru kepadanya dari tempat yang rendah: 'Janganlah engkau bersedih hati, sesungguhnya Tuhanmu telah menjadikan anak sungai di bawahmu.
(Maryam 19 : 24)

dan juga kisah Saidina Abu Bakar RA ketika bersama-sama dengan Rasulullah SAW dalam perjalanan hijrah ke Madinah:

إِلَّا تَنْصُرُوهُ فَقَدْ نَصَرَهُ اللَّهُ إِذْ أَخْرَجَهُ الَّذِينَ كَفَرُوا ثَانِيَ اثْنَيْنِ إِذْ هُمَا فِي الْغَارِ إِذْ يَقُولُ لِصَاحِبِهِ لَا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا فَأَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَيْهِ وَأَيَّدَهُ بِجُنُودٍ لَمْ تَرَوْهَا وَجَعَلَ كَلِمَةَ الَّذِينَ كَفَرُوا السُّفْلَى ۗ وَكَلِمَةُ اللَّهِ هِيَ الْعُلْيَا ۗ وَاللَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ ﴿٤٠﴾

Terjemahan: Kalau kamu tidak menolongnya (Nabi Muhammad) maka sesungguhnya Allah telahpun menolongnya, iaitu ketika kaum kafir (di Makkah) mengeluarkannya (dari negerinya Makkah) sedang ia salah seorang dari dua (sahabat) semasa mereka berlindung di dalam gua, ketika ia berkata kepada sahabatnya: “Janganlah engkau berdukacita, sesungguhnya Allah bersama kita”. Maka, Allah SWT menurunkan semangat tenang tenteram kepada (Nabi Muhammad) dan menguatkannya dengan bantuan tentera (malaikat) yang kamu tidak melihatnya. Dan Allah menjadikan seruan (syirik) orang-orang kafir terkebawah (kalah dengan sehina-hinanya), dan Kalimah Allah (Islam) ialah yang tertinggi (selama-lamanya), kerana Allah Maha Kuasa, lagi Maha Bijaksana.

(al-Taubah: 40)

Namun demikian, terdapat beberapa ayat al-Quran yang menggambarkan bahawa *al-Huzn* tersebut adalah kesedihan yang dirasakan oleh para nabi antaranya seperti surah al-Baqarah ayat 37 hingga 38 yang menukilkan mengenai Nabi Adam AS:

فَتَلَقَىٰ آدَمَ مِنْ رَبِّهِ كَلِمَاتٍ فَتَابَ عَلَيْهِ ۗ إِنَّهُ هُوَ التَّوَّابُ
الرَّحِيمُ ﴿٣٧﴾ قُلْنَا أَهْبِطُوا مِنْهَا جَمِيعًا ۗ فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي

هُدًى فَمَنْ تَبِعَ هُدَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴿٣٨﴾

﴿٣٨﴾

Terjemahan: Kemudian Nabi Adam menerima dari Tuhannya beberapa kalimah (kata-kata pengakuan taubat yang diamalkannya), lalu Allah menerima taubatnya; sesungguhnya Allah, Dia lah yang Maha Pengampun (Penerima taubat), lagi Maha Mengasihani. Kami berfirman lagi: "Turunlah kamu semuanya dari syurga itu! Kemudian jika datang kepada kamu petunjuk dariKu (melalui Rasul-rasul dan Kitab-kitab yang diturunkan kepada mereka), maka sesiapa yang mengikuti petunjukKu itu nescaya tidak ada kebimbangan (dari sesuatu yang tidak baik) terhadap mereka, dan mereka pula tidak akan berdukacita.

(al-Baqarah 2: 37 – 38)

Surah al-‘Ankabut yang difirmankan mengenai kisah Nabi Lut AS:

وَلَمَّا أَنْ جَاءَتْ رُسُلُنَا لُوطًا سِئَاءَ بِهِمْ وضًاقَ بِهِمْ ذَرْعًا وَقَالُوا لَا تَحْفَ وَلَا تَحْزَنْ ۗ إِنَّا مُنْجُونَ ۗ وَإِنَّا مُنْجُونَ وَأَهْلَكَ إِلَّا أُمَّرَأَتَكَ كَانَتْ مِنْ

الْعَبْرِينَ ﴿٣٣﴾

Terjemahan: Dan ketika datang utusan-utusan Kami kepada Nabi Lut, ia berasa dukacita dengan kedatangan mereka, dan berasa tidak terdaya untuk mengawal mereka (dari gangguan kaumnya); dan (setelah melihatkan halnya yang demikian), utusan-utusan itu berkata: "Janganlah engkau takut dan janganlah berdukacita, sesungguhnya kami akan menyelamatkanmu dan keluargamu (serta pengikut-pengikutmu) - kecuali isterimu, ia adalah dari orang yang dibinasakan.

(Al-‘Ankabut 29: 33)

Tambahan itu, surah Yusuf ayat 84 hingga 86 juga ada mengisahkan berkenaan dengan *al-Huzn* Nabi Ya'qub AS. Firman Allah SWT:

وَتَوَلَّىٰ عَنْهُمْ وَقَالَ يَا سَفَىٰ عَلَىٰ يُوسُفَ وَأَبْيَضَّتْ عَيْنَاهُ مِنَ
الْحُزْنِ فَهُوَ كَظِيمٌ ﴿٨٤﴾ قَالُوا تَاللَّهِ تَفْتَأُ تَذْكُرُ يُوسُفَ حَتَّىٰ
تَكُونَ حَرَضًا أَوْ تَكُونَ مِنَ الْهَالِكِينَ ﴿٨٥﴾ قَالَ إِنَّمَا أَشْكُوا
بِنِيِّ وَحُزْنِي إِلَى اللَّهِ وَأَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ ﴿٨٦﴾

Terjemahan: Dan (bapa mereka - Nabi Ya'qub) pun berpaling dari mereka (kerana berita yang mengharukan itu) sambil berkata: Aduhai sedihnya aku kerana Yusuf, dan putihlah dua belah matanya disebabkan ratap tangis dukacitanya kerana ia orang yang memendamkan marahnya di dalam hati. Mereka berkata: "Demi Allah, ayah tak habis-habis ingat kepada Yusuf, sehingga ayah menjadi sakit merana, atau menjadi dari orang-orang yang binasa" (Nabi Ya'qub) menjawab: "Sesungguhnya aku hanyalah mengadukan kesusahan dan dukacitaku kepada Allah dan aku mengetahui (dengan perantaraan wahyu) dari Allah, apa yang kamu tidak mengetahuinya.

(Yusuf 12: 84-86)

Selain itu, terdapat juga beberapa surah yang menerangkan berkenaan dengan kisah *al-Huzn* Nabi Muhammad SAW. Antaranya ialah:

وَلَا يَحْزَنكَ الَّذِينَ يُسْرِعُونَ فِي الْكُفْرِ ۚ إِنَّهُمْ لَنْ يَضُرُّوْا اللَّهَ شَيْئًا ۗ
يُرِيدُ اللَّهُ أَلَّا يَجْعَلَ لَهُمْ حِطًّا فِي الْآخِرَةِ ۗ وَهُمْ عَذَابٌ عَظِيمٌ
﴿١٧٦﴾

Terjemahan: Dan janganlah engkau berdukacita (wahai Muhammad), disebabkan orang-orang yang segera menceburkan diri dalam kekufuran; kerana sesungguhnya mereka tidak sekali-kali

akan dapat mendatangkan mudarat kepada Allah sedikitpun. Allah menetapkan tidak memberi kepada mereka (balasan baik syurga) pada hari akhirat kelak, dan mereka pula beroleh azab seksa yang amat besar.

(Ali-'Imran 3: 176)

Dalam menjelaskan mengenai kisah Nabi Adam AS Ibn Kathir dalam tafsirnya, menjelaskan bahawa ayat 37 daripada surah al-Baqarah ditafsirkan kepada surah al-A'raf ayat ke 23 yang mana ayat tersebut adalah zikir yang disebutkan oleh Baginda AS yang diwahyukan kepadanya iaitu lafaz:

قَالَا رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ
الْخَاسِرِينَ ﴿٢٣﴾

Terjemahan: Mereka berdua merayu: "Wahai Tuhan kami, kami telah menganiaya diri kami sendiri, dan kalau Engkau tidak mengampunkan kami dan memberi rahmat kepada kami, nescaya menjadilah kami dari orang-orang yang rugi.

(Al- A'raf 7: 23)

Bagi ayat 38 surah al-Baqarah pula, Ibn Kathir mentafsirkan dalam Tafsir al-Quran al-'Azim bahawa kalimah *al-Huzn* adalah dengan maksud kesedihan terhadap perkara keduniaan yang mana tempat tersebut adalah tempat Baginda AS diturunkan setelah dikeluarkan daripada taman syurga.²⁷

Surah al-'Ankabut ayat 33 pula menceritakan bahawa Nabi Lut AS merasa tidak mampu untuk melindungi tetamunya daripada perbuatan keji kaumnya iaitu perlakuan homoseksual dan perkara tersebut telah menjadikannya bersedih hati. Dalam tafsir sufi *Lataif al-Isharat* karya al-Qusyairi menafsirkan bahawa ayat tersebut menunjukkan bahawa hati Nabi Lut AS yang menjadi sempit karena tidak mengetahui bahawa tetamu yang datang kepadanya itu ialah malaikat. Namun, ketika dia dapat mengetahui bahawa tetamunya

²⁷ Abu al-Fida' Imad al-Din, Isma'il bin 'Umar bin Kathir bin Du bin Dar' al-Qurashi al-Dimasqi, *Tafsir al-Quran al-'Azim* (al-Riyadh: Dar Tayyibah, 774H), 1: 238 & 240.

tersebut adalah malaikat, maka hatinya menjadi tenang. Hal ini kerana, perkara yang dikhawatirkan oleh Nabi Lut AS adalah dek kerana resahkan bencana yang akan menimpa oleh sebab Baginda tidak dapat mengatasi perilaku buruk umatnya tersebut. Al-Qusyairi juga mengisyaratkan bahawa dalam surah al-‘Ankabut ayat 33 menceritakan secara tersirat bahawa hati seseorang akan tenang apabila telah menemukan jalan keluar daripada permasalahannya.²⁸

Bagi mengisahkan mengenai *al-Huzn* Nabi Ya’qub AS pula, ketiga-tiga ayat daripada surah Yusuf iaitu ayat 84-86 menceritakan tentang dialog yang berlaku antara Nabi Ya’qub AS dengan anak-anaknya setelah kehilangan anak kesayangannya (Bunyamin) buat kali yang kedua selepas daripada kehilangan Nabi Yusuf AS yang pertama kalinya. Wahbah az-Zuhaili dalam tafsirnya iaitu al-Tafsir al-Munir menyatakan penafsirannya kepada perkataan *al-Huzn* adalah dengan makna menyakiti iaitu dimana pada lafaz ayat:

﴿ إِنَّمَا أَشْكُوا بَنِيَّ وَحُزْنِي إِلَى اللَّهِ ﴾

beliau menafsirkan ayat tersebut dengan menggunakan perkataan *همي الشديد وأسفي* yang membawa maksud kesedihanku yang bersangatan dan kedukaanku.²⁹

Kisah *al-Huzn* Nabi Muhammad SAW pula digambarkan dalam banyak ayat antaranya adalah surah Ali ‘Imran ayat 176, yang mana dalam ayat ini al-Qushayri menjelaskan bahawa ia membawa tafsiran sebagai ayat yang memujuk dengan menyatakan bahawas Dia (iaitu Allah SWT) akan menambahkan kekuatan hatinya (Nabi Muhammad SAW) dengan memperbaharui perjanjiannya bahawa dia tidak akan difitnah oleh musuh dan tidak akan dihubungkan buruk kepadanya oleh mereka.³⁰ Namun demikian, didapati bahawa al-Qushayri tidak menjelaskan secara jelas berkenaan terma *al-Huzn* yang terdapat dalam ayat ini. Di samping itu, Wahbah az-Zuhaili dalam karyanya yang sama iaitu *Lataif al-Isharat* pula menjelaskan penggunaan terma *al-Huzn* di sini bererti tidak menyenangkanmu dan menyakitimu yakni daripada kesedihan tersebut. Beliau juga menerangkan bahawa ayat

²⁸ Al-Qushayri, ‘Abd al-Karim bin Huwazin bin ‘Abd al-Malik bin Talhah bin Muhammad. *Lataif al-Isharat* (Mesir: al-Hai’ah al-Misriyyah al-‘Amah lil Kitab, 2000), 3: 96-97.

²⁹ Al-Zuhaili, Wahbah, *al-Tafsir Al-Munir*, (Damshiq: Dar Fikr; 2003), 7: 51.

³⁰ Al-Qushayri, *Lataif al-Isharat*, 1: 298.

ini mempunyai *sighah* yang sama dengan ayat 41 daripada surah al-Ma'idah³¹ iaitu beliau menafsirkannya sebagai لا يؤمك فعل هؤلاء yang membawa maksud tidak menyakitimu dengan perbuatan mereka itu.³²

Selain itu, kisah *al-Huzn* Nabi Muhammad S.AW turut dikisahkan di dalam surah al-An'am ayat 33 yang mana ayat ini mengisahkan tentang dialog yang berlaku dalam perang badar antara al-Akhnas, Abu Jahl dan Abu al-Hakm. Ibn Kathir menafsirkan ayat ini daripada karyanya yang sama Tafsir al-Quran al-'Azim bahawa Allah SWT telah mengetahui pendustaan kaummu (Wahai Muhammad) kepada kamu, dan kesedihan serta penyesalanmu terhadap mereka. Ibn Kathir menafsirkan perkataan *al-Huzn* di sini sebagai kesedihan dan penyesalan.³³

Manakala dalam surah Yunus ayat 65 yang turut mengisahkan berkenaan dengan *al-Huzn* Nabi Muhammad SAW dijelaskan dalam tafsir al-Munir bahawa ayat ini ditafsirkan sebagai dan janganlah kamu bersedih wahai Rasul (Nabi Muhammad) dengan perkataan kaum musyrikin itu yang mengatakan bahawa kamu tidak diutuskan dan selainnya untuk mendustakanmu dan mensyirikkan Tuhan. Mereka mengancam dan mengatakan bahawa merekalah orang yang kuat dan memiliki harta. Mintalah pertolongan kepada Allah SWT atas mereka dan bertawakkallah kepada-Nya kerana kemuliaan, iaitu kemenangan, kekuasaan dan kezaliman semuanya adalah daripada Allah SWT yakni kepunyaan-Nya semuanya. Dan adapun *terithbatnya* العزة bagi rasul dan bagi orang Mukminin pada ayat sebelumnya yakni ayat ke-23. Mak, a sesungguhnya kemuliaan itu kesemuanya dengan kemuliaan Allah SWT dan kepada Allah SWT.³⁴

Dalam surah al-Hijr ayat 88 pula berdasarkan kepada tafsir al-Qushayri, ayat ini tidak ditafsirkan dalam bentuk pujukan kepada kesedihan akan tetapi ia diertikan sebagai suatu larangan untuk menjaga adab memandang terhadap perkara keduniaan. Hal ini demikian adalah untuk memeliharanya iaitu Rasulullah SAW.

³¹ Al-Zuhaili, Wahbah, *al-Tafsir all-Munir*, 2: 505 & 508.

³² Al-Zuhaili, *al-Tafsir all-Munir*, 3: 542.

³³ Abu al-Fida' Ibn Kathir, *Tafsir al-Quran*, 3: 250-251.

³⁴ Al-Zuhaili, *al-Tafsir all-Munir*, 6: 231.

daripada berubah hatinya yang mana perkara ini adalah mungkin berlaku.³⁵

Akhir sekali, dalam surah Yasin ayat 76 dijelaskan berdasarkan kepada ayat sebelumnya yang mana ia mengisahkan tentang firman Allah SWT yang memperlihatkan bahawa orang musyrikin menyekutukan Allah SWT. Mereka percaya dengan Tuhan itu yang akan menyokong mereka, memberikan rezeki serta membawa lebih dekat kepada Tuhan yang sempurna. Oleh yang demikian, ayat ini adalah ayat kepada Rasulullah SAW supaya tidak bersedih atas perbuatan kufur tersebut kerana Allahlah yang akan membalas segala perbuatan mereka.³⁶

Secara keseluruhannya, penafsiran ulama' di atas jelas menunjukkan bahawa terma *al-Huzn* yang digunakan dalam ayat yang dinyatakan kebanyakannya mengilustrasikan bahawa para nabi mengalami *al-Huzn* yang diertikan sebagai kesedihan atau dukacita. Di samping itu, *al-Huzn* yang dialami tersebut juga mempunyai faktor atau punca berlakunya serta kesan yang dapat dikesan dan diperhatikan akibat daripada *al-Huzn* seperti mana yang dinyatakan.

Faktor dan Kesan *al-Huzn* Para Nabi

Faktor *al-Huzn* dapat dikategorikan kepada dua bahagian iaitu, faktor luaran yang mana ia adalah sebab yang berpunca dari persekitaran atau di luar daripada keadaan seseorang tersebut dan juga faktor dalaman yang didapati terhasil daripada elemen dalaman seseorang. Namun begitu, faktor *al-Huzn* yang dialami oleh para nabi sepertimana yang telah disebutkan dalam penafsiran ulama' di atas adalah kebanyakannya disebabkan oleh faktor luaran. Antaranya adalah seperti :

1. Nabi Lut AS yang bersedih disebabkan oleh kedatangan jejak-jejak tampan yang sebenarnya adalah malaikat sebagai tetamunya. Hal ini adalah disebabkan kekhawatiran Baginda kepada ummatnya lantaran perlakuan mereka yang dimurkai Allah SWT. Baginda berasa sedih kerana tidak dapat melindungi tetamunya dan berasa sedih dan bimbang akan ummatnya yang akan ditimpakan azab oleh Allah

³⁵ Al-Qushayri, *Lataif al-Isharat*, 2: 280-281.

³⁶ Abu al-Fida' Ibn Kathir, *Tafsir al-Quran*, 6: 593.

SWT lantaran sikap mereka yang tidak mempedulikan teguran yang telah diucapkan oleh baginda AS.³⁷

2. Menurut Wahbah al-Zuhaili, Nabi Ya'qub AS yang bersedih dalam tempoh yang bertahun lama panjangnya adalah disebabkan oleh beberapa kenakalan anaknya yang menyebabkannya kehilangan anak kesayangannya. Antara lainnya juga, Baginda AS juga bersedih hati disebabkan oleh kata-kata anak-anaknya yang dapat dikenal pasti tertera dalam ayat ke 85 daripada surah Yusuf tersebut.³⁸
3. Nabi Muhammad SAW yang berdukacita kerana kata-kata serta ucapan ummatnya yang meningkari serta mendustakan segala wahyu dan kebenaran yang disampaikan kepada mereka. Selain itu, Baginda SAW juga bersedih disebabkan perbuatan mereka yang juga menunjukkan kepada keingkaran serta penolakan terhadap ajaran serta dakwah yang dilaksanakan.³⁹

Selain itu, Tafsir al-Quran al-'Azim menyatakan bahawa terdapat juga faktor dalaman yang mengakibatkan kepada berlakunya *al-Huzn* kepada nabi seperti kisah *al-Huzn* yang berlaku kepada *aba al-bashar* iaitu Nabi Adam AS. Kesedihan yang berlaku kepada Baginda AS adalah disebabkan oleh termakannya buah larangan dan kesedihannya juga berlarutan lantaran dikeluarkan daripada taman syurga.⁴⁰

Manakala, antara kesan *al-Huzn* kepada para nabi pula adalah seperti :

1. Nabi Adam

Mengamalkan zikir

Dalam kesedihannya kerana termakan buah larangan dan diturunkannya daripada taman syurga yang penuh dengan kenikmatan, Baginda juga berasa kesedihan apabila dipisahkan dirinya dengan isterinya Saidatina Hawa'. Walau bagaimanapun, Baginda AS telah mendapat wahyu akan kalimah daripada surah al-A'raf ini:

³⁷ Al-Qushayri, *Lataif al-Isharat.*,3: 96-97.

³⁸ Al-Zuhaili, *al-Tafsir al-Munir*, 7: 51.

³⁹ Al-Zuhaili, *al-Tafsir al-Munir*, 2: 505 & 508 juga lihat, 6: 231.

⁴⁰ Abu al-Fida' Ibn Kathir, *Tafsir al-Quran*, 1: 238 & 240

قَالَا رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ

الْحَاسِرِينَ ﴿٢٣﴾

Terjemahan: Mereka berdua merayu: "Wahai Tuhan kami, kami telah menganiaya diri kami sendiri, dan kalau Engkau tidak mengampunkan kami dan memberi rahmat kepada kami, nescaya menjadilah kami dari orang-orang yang rugi".

(al-A'raf 7: 23)

dan Baginda AS telah mengamalkan zikir ini serta memperolehi pengampunan daripada-Nya. Kesan yang dialami oleh Nabi Adam adalah merupakan kesan positif daripada *al-Huzn*⁴¹. Hal ini menunjukkan kesan yang positif dalam menginsafi perbuatan yang telah dibuat serta dapat meningkatkan keimanan kepada Allah SWT.

2. Nabi Lut

Berasa bimbang dan sedih terhadap ummatnya

Kesan *al-Huzn* yang dihadapi oleh Nabi Lut AS adalah apabila Baginda berasa gelisah serta membimbangkan azab Allah SWT yang akan menimpa ummatnya. Hal ini adalah merupakan kesan yang ketara dapat diperhatikan berdasarkan kepada penafsiran yang dilakukan oleh al-Qushayri yang mana beliau menafsirkan perkataan *al-Huzn* sebagai suatu perkara yang dikhawatirkan oleh Nabi Lut AS kerana bimbang akan bencana yang bakal menimpa umatnya yang mana baginda tidak mampu untuk mengatasi perilaku buruk umatnya tersebut.⁴²

3. Nabi Ya'qub

Dalam ayat yang dinyatakan di atas, terdapat dua perkataan yang menunjukkan kesan kepada wujudnya kesedihan dalam hidup Nabi Ya'qub AS.

- i. Kesan yang pertama, ialah menangis dalam tempoh waktu yang sangat lama iaitu selama bertahun-tahun di mana ia

⁴¹ Surah al-Baqarah : 2 : 37-38.

⁴² al-Qushayri, (2000), *Lataif Al-Isharat*,3: 96-97.

digambarkan dengan menggunakan perkataan (أسف) di dalam ayat: *وَتَوَلَّى عَنْهُمْ وَقَالَ يَا سَفَىٰ عَلَىٰ* (أسف) membawa makna kesedihan yang teramat sangat. Ini kerana kesedihan yang telah lama berlaku apabila diikuti dengan kesedihan lain akan membawa kepada kesakitan yang mendalam di dalam jiwa manusia berbanding dengan kesedihan yang pertama kali berlaku.

- ii. Kedua, keadaan mata dan penglihatannya yang rosak akibat daripada menangis yang banyak dapat dilihat berdasarkan kepada perkataan *وَأَبْيَضَّتْ عَيْنَاهُ* dalam ayat ini *وَأَبْيَضَّتْ عَيْنَاهُ* yang berkait rapat dengan apa yang menimpa Nabi Ya'qub AS. Al-Razi mentarjihkan pandangan yang mengatakan bahawa perkataan *(وَأَبْيَضَّتْ عَيْنَاهُ)* adalah kinayah terhadap tangisan melampau. Adapun pandangan lain seperti al-Baidhawi contohnya mengatakan bahawa maksud ayat tersebut adalah buta. Pandangan ketiga pula mengatakan, ia bermaksud penglihatan yang lemah disebabkan kesedihan atas kehilangan Nabi Yusuf AS, dan ini merupakan sebab terbesar di sebalik tangisan Nabi Ya'qub bertahun-tahun lamanya.⁴³

4. Nabi Muhammad

Mengikut kepada pengamatan daripada pelbagai tafsiran ayat-ayat al-Quran yang telah dijelaskan, penulis mendapati bahawa Nabi Muhammad tidak mengalami kesan *al-Huzn*. Hal ini kerana, ayat-ayat al-Quran yang diwahyukan kepada Baginda SAW adalah kebanyakannya berbentuk ayat pujukan supaya Baginda tidak berasa kesedihan dan justeru ia adalah merupakan pengubat kepada *al-Huzn* Baginda SAW.⁴⁴

⁴³ Siti Mardhiyah Kamal Azhar & Norwardatun Mohamed Razali, "Mendepani Kesedihan Di Dalam Kehidupan: Solusi Menerusi Surah Yusuf A.S.", (Kertas Persidangan 7th International Conference on Quran as Foundation of Civilization (SWAT 2021), FPQS, Universiti Sains Islam Malaysia, Nilai, 2021), 533.

⁴⁴ Al-Qushayri, *Lataif Al-Isharat*, 1: 298.

Elemen Psikospiritual Islam berdasarkan Solusi Para Nabi Menghadapi *al-Huzn*

Bagi menerangkan dengan lebih lanjut berkenaan dengan konsep *al-Huzn* para nabi menurut Psikospiritual Islam, disertakan di sini beberapa elemen yang terdapat dalam solusi para nabi menghadapi *al-Huzn* yang mana ia merupakan elemen yang terdapat dalam ilmu tasawuf.

1. Meningkatkan takwa kepada Allah SWT

Takut kepada Allah SWT atau takwa akan membawa seseorang kepada taubat dan kembali kepada Tuhan sekalian alam. Orang yang bertakwa juga akan bertaubat daripada dosa yang telah dilakukan, maka akan bersihlah hatinya dan terhapuslah dosa-dosa dari hatinya. Oleh yang demikian, rasa takut, cemas dan sedih akan dikeluarkan daripadanya, dan tidak akan ada sebarang kemungkinan berlakunya kemurungan. Sesetengah doktor Amerika juga percaya bahawa ketakutan dan kebimbangan memainkan peranan penting dalam kebanyakan gangguan mental, jika ketakutan dan kebimbangan dirawat atas dasar kepercayaan kepada Tuhan, pesakit akan pulih kesihatannya dengan segera.⁴⁵

Hal ini dapat dilihat contohnya kepada Nabi Adam AS yang mengalami *al-Huzn*. Tafsir al-Jalalayn yang ditulis oleh al-Mahalli dan al-Suyuti menghuraikan bahawa disebabkan terlalu kuatnya takwa kepada Allah SWT, Baginda AS melalui kesedihan akibat Baginda termakan akan buah larangan sehinggalah Allah SWT mengampunkannya dan diturunkan Baginda ke bumi ini.⁴⁶ Justeru, difahami bahawa elemen takwa dapat menjadi sebagai salah satu solusi ketika mana seseorang individu mengalami *al-Huzn*.

2. Keimanan kepada Allah SWT yang utuh

Elemen yang kedua ialah elemen beriman kepada Allah SWT yang mana hasil daripada kepercayaan yang kuat dan tinggi kepada Allah

⁴⁵ Wajahat Khan et al., *Depression*, 2122.

⁴⁶ Jalal al-Din al-Mahalli & Jalal al-Din al-Suyuti, *Great Commentaries on the Holy Qur'an: Tafsir al-Jalalayn*, terj. Feras Hamza (Louisville : Fons Vitae, 2008), 6. Lihat juga Abu al-Fida' Ibn Kathir, *Tafsir al-Quran*, 1: 238 & 240.

SWT akan menyebabkan seorang Mukmin itu menyerahkan jiwa dan segala urusan kehidupannya hanya kepada Yang Maha Esa.⁴⁷

Selain itu, orang yang beriman kepada Allah SWT akan dapat merasakan keamanan, ketenangan dan kebahagiaan sepertimana firman Allah SWT dalam surah al-Ra'd ayat 28:

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

Terjemahan: (Iaitu) orang-orang yang beriman dan tenang tenteram hati mereka dengan zikrullah". Ketahuilah dengan "zikrullah" itu, tenang tenteramlah hati manusia.

(Al-Ra'd 13: 28)

Hal ini dapat dilihat daripada apa yang ditunjukkan oleh Nabi Muhammad ketika Baginda menghadapi kesedihan. Dengan iman yang kuat dan keyakinan yang teguh kepada Allah SWT Baginda sering diberikan wahyu yang berbentuk pujukan agartidak selalu berada dalam keadaan *al-Huzn*. Namun demikian, sebagai ummat Nabi Muhammad juga secara tidak langsung menerima ayat pujukan yang sama kerana dikurniakan dan diberikan nikmat yang menerima al-Quran sebagai wahyu dan mukjizat.

3. Mengikuti Petunjuk Allah SWT

Elemen yang seterusnya adalah elemen mengikuti petunjuk Allah SWT. Dengan mengikuti petunjuk yang telah Allah SWT kurniakan, maka ia membuktikan bahawa seseorang itu cuba untuk menghampirkan diri dengan Allah SWT. Apabila seseorang menghampiri kepada Allah SWT, maka ia akan beroleh pertolongan serta bantuan daripada Allah SWT. Hal ini termasuklah perasaan *al-Huzn* yang dihadapi.⁴⁸

Menurut Ibn Kathir ia dapat dibuktikan apabila Nabi Adam AS yang mendapat wahyu mengenai zikir atau lafaz taubat yang diterimanya. Nabi Adam AS mengamalkan zikir tersebut sepanjang berada dalam kesedihan sehinggalah Allah SWT menerima

⁴⁷ Mohd Nasir Masroom, Siti Norlina Muhammad & Siti Aisyah Panatik, "Iman, Islam dan Ihsan: Kaitannya dengan Kesihatan Jiwa," (Kertas Persidangan, Seminar Pendidikan & Penyelidikan Islam (SePPIM13), Johor Bahru, 2013), 5.

⁴⁸ Afrohul Ishmah Harahap, *Tafsir Sufistik*, 101.

taubatnya lalu diturunkanlah Baginda ke dalam bumi yang fana ini.⁴⁹

4. Elemen Tawakkal

Antara kelebihan tawakkal adalah mendapat rahmat serta kasih sayang daripada Allah SWT. Sepertimana yang dijelaskan dalam ayat al-Quran surah Ali 'Imran 3 : 159;

﴿فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ﴾ (١٥٩)

Terjemahan: (Kemudian apabila engkau telah berazam (sesudah bermesyuarat, untuk membuat sesuatu) maka bertawakallah kepada Allah SWT, sesungguhnya Allah Mengasih orang yang bertawakal kepadaNya.

(Ali-'Imran 3: 159)

Dengan kasih sayang serta rahmat yang dilimpahkan oleh Allah SWT kepada hamba-Nya, pastilah ummat tidak akan diazab, tidak akan dijauhkan daripada keredaan-Nya serta tidak akan dihijab daripada pelbagai kenikmatan.⁵⁰ Perkara ini termasuklah mendapat ketenangan dan hilangnya perasaan *al-Huzn*.

Hal ini dapat dilihat dari kisah Nabi Lut yang sedih kerana azab yang akan ditimpakan kepada ummatnya. Namun, Baginda AS bertawakkal dan tetap meninggalkan ummatnya atas arahan serta perintah yang telah diturunkan kepadanya.

5. Elemen Sabar

Kitab *Ihya'* 'Ulum al-Din yang ditulis oleh tokoh Islam yang tersohor iaitu al- Ghazali menghuraikan bahawa sabar adalah suatu *maqam* (tingkat) dalam perjalanan *salik*. Dengan erti kata lain, sabar adalah merupakan sebahagian daripada agama dan ia adalah suatu kedudukan dari kedudukan orang yang berjalan menuju kepada Allah SWT (orang-orang salikin)⁵¹. Terdapat pelbagai kelebihan serta faedah yang didapatkan hasil daripada mengambil iktibar serta

⁴⁹ Jalal al-Din al-Mahalli & Jalal al-Din al-Suyuti, *Tafsir al-Jalalayn*, 6. Lihat juga Abu al-Fida' Ibn Kathir, *Tafsir al-Quran*, 1: 238 & 240.

⁵⁰ Al-Ghazzali, Abu Hamid Muhammad bin Muhammad, *Ihya' 'Ulum al-Din* (Beirut, Lubnan: Dar Ibn Hzm, 2005), 4: 1602.

⁵¹ Al-Ghazzali, *Ihya' 'Ulum al-Din*, 1401.

mengamalkan sabar antaranya seperti yang disebutkan dalam surah al-Anfal ayat 46 dan surah Ali ‘Imran ayat 125:

﴿وَأَصْبِرُوا إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ ٤٦﴾

Terjemahan: Dan sabarlah (menghadapi segala kesukaran dengan cekal hati); sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar.

(Al-Anfal: 8 : 46)

﴿بَلَىٰ إِن تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا وَيَأْتُوكُم مِّن فَوْرِهِمْ هَذَا يُمْدِدْكُمْ رَبُّكُمْ

بِحَمْسَةِ آلَافٍ مِّنَ الْمَلَائِكَةِ مُسَوِّمِينَ ١٢٥﴾

Terjemahan: Bahkan (mencukupi. Dalam pada itu) jika kamu bersabar dan bertaqwa, dan mereka (musuh) datang menyerang kamu dengan serta-merta, nescaya Allah membantu kamu dengan lima ribu malaikat yang bertanda masing-masing.

(Ali ‘Imran 3: 125)

Kedua-dua ayat ini jelas menyatakan bahawa dengan sabar seseorang itu sentiasa berada dekat dengan Allah SWT yang mana Dia menjanjikan dengan bersabar akan diberikan kepada seorang itu pertolongan.

Hal ini dapat dilihat dari kisah Rasulullah SAW yang mana Baginda sentiasa bersabar dengan segala kejian serta tohmahan yang dilontarkan kepadanya saat Baginda menyampaikan dakwah. Sehiiggakan Baginda diberikan tawaran agar diazabkan mereka yang mencacinya. Sekali pun begitu, Baginda tetap bersabar dan tidak mahu ummatnya dikenakan azab oleh Allah SWT.

6. Berdoa

﴿وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ﴾

Terjemahan: Dan Tuhan kamu berfirman:
"Berdoalah kamu kepadaKu nescaya Aku
perkenankan doa permohonan kamu.."

(Ghafir 40: 60)

Allah SWT memerintahkan kepada hamba-Nya dengan firman-Nya supaya berdoa kepadanya dan Dia menjanjikan bahawa pasti akan memakbulkan doa yang meminta terhadap-Nya.⁵² Selain itu, doa juga adalah merupakan salah satu senjata orang Mukmin dalam menghadapi sesuatu perkara. Oleh yang demikian, sewajarnya sebagai seorang hamba terutama apabila sedang berada dalam keadaan yang kegelisahan dan *al-Huzn*, maka berdoa merupakan solusi terbaik daripada kesedihan terus berlarutan.

Tidak disangkal lagi, Nabi Ya'qub juga berdoa kepada Allah SWT ketika mana Baginda menghadapi *al-Huzn* yang bertahun lamanya sehingga mengakibatkan matanya buta. Baginda tetap berdoa dan mengadukan akan hal keadaan kesedihannya kepada Allah SWT.

7. Berkongsi Luahan Hati

Elemen seterusnya yang ditunjukkan melalui surah Yusuf yang mengisahkan mengenai kesedihan atau *al-Huzn* Nabi Ya'qub AS adalah apabila menghadapi *al-Huzn* (kesedihan) adalah berkongsi luahan hati. Ini kerana dengan berkongsi atau meluahkan kedukaan, seseorang akan mendapatkan semula semangat yang hilang, selain mendapat sokongan, motivasi atau pencerahan yang akan mengurangkan kesedihan atau *al-Huzn* di hati. Namun demikian, sebaik-baik tempat mecurahkan rasa hati dan bergantung masalah adalah Allah SWT.

⁵² Al-Ghazzali, *Ihya' 'Ulum Al-Din*, 360.

Ini dapat dilihat apabila Nabi Ya'qub AS mengucapkan:

إِنَّمَا أَشْكُو بَثِّي وَحُزْنِي إِلَى اللَّهِ

Terjemahan: Sesungguhnya aku hanyalah mengadukan kesusahan dan dukacitaku kepada Allah...

(Yusuf 12: 86)

Berdasarkan ayat ini serta penjelasan tafsir yang telah dijelaskan di atas, maka jelaslah bahawa ketika berada dalam situasi atau perasaan *al-Huzn*, maka perasaan itu tidak seharusnya dipendam sendirian sahaja. Sebaliknya mencari tempat yang sesuai untuk berkongsi rasa adalah suatu solusi yang terbaik, dan Allah SWT adalah tempat untuk dikongsi luahan hati yang tepat ketika sedang diuji kerana Dia Maha Mengetahui akan semua perkara.

Kesimpulan

Secara keseluruhannya, konsep *al-Huzn* atau kesedihan adalah merupakan sebuah perasaan atau emosi yang wujud dalam diri seorang insan secara naluri, alami, *tabi'i* atau boleh juga dikatakan ia adalah lumrah dalam kehidupan sebagai seorang manusia atas muka bumi dunia ini. Hal ini demikian, termasuklah juga para nabi yang memiliki martabat serta kedudukan yang tinggi di sisi Allah SWT. Mereka turut melalui fasa serta liku-liku ujian kehidupan sebagai seorang manusia serta hamba Allah SWT. Namun demikian, perlulah difahami bahawa para nabi yang mengalami emosi atau perasaan *al-Huzn*, bukanlah menjatuhkan atau merendahkan kedudukan atau martabat yang tinggi di sisi Allah SWT, bahkan dengan ujian serta dugaan yang dialami dalam kehidupan ini menjadi asbab kepada rapat serta eratny lagi hubungan kerohanian mereka dengan Sang Khaliq.

Selain itu, daripada tafsiran ulama dalam kitab tafsir dapat diperhatikan bahawa konsep *al-Huzn* tidak berlaku atau tidak terjadi dalam kehidupan para nabi melainkan terdapatnya punca atau sebab atau faktor kepada berlaku *al-Huzn* dalam kehidupan. Antaranya seperti kekhuatiran, kehilangan insan yang disayangi, tohmahan dan cacian dan yang terakhir kesalahan atau keterlanjuran diri sendiri. Di samping itu, terdapat juga kesan atau akibat daripada

emosi atau perasaan *al-Huzn* seperti mengamalkan zikir, berasa bimbang, menangis dan keadaan mata yang rosak.

Akhir sekali, konsep *al-Huzn* para nabi menurut Psikospiritual Islam dapat dilihat dalam solusi para nabi ketika berhadapan dengan emosi *al-Huzn*. Para nabi didapati mengaplikasikan ilmu tasawuf yang mana ia adalah merupakan elemen utama dalam Psikospiritual Islam sebagai solusi atau kaedah ketika mana mengharungi samudera ujian kehidupan seperti *al-Huzn*. Antara elemen yang dipraktikkan oleh para nabi tersebut adalah seperti elemen takwa, beriman kepada Allah SWT dan mengikuti petunjuk-Nya, tawakkal, sabar, berdoa dan berkongsi luahan hati.. Dengan demikian jelaslah bahawa konsep *al-Huzn* para nabi menurut Psikospiritual Islam adalah merupakan konsep yang dapat diamalkan oleh masyarakat umum apabila mendapati dirinya turut berkonfrantasi dengan ujian atau dugaan kehidupan seterusnya mengakibatkan hadirnya emosi *al-Huzn*.

Rujukan

- Abu al-Fida', 'Imad ad-Din, Isma'il bin 'Umar bin Kathir bin Du bin Dar' al-Qurashi ad-Dimasqi. *Tafsir al-Quran al-'Azim*. Riyadh: Dar Tayyibah, 774H.
- Afrohul Ishmah Harahap. "Tafsir Sufistik Ayat-ayat Kesedihan Kajian Tafsir Lataif al-Isyarah Karya al-Qusyairi." Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2022.
- Dictionary of the English Language*. London: J. Knapton, C.Hitch, L.Hawes, R. and J. Dodsley and M. and T. Longman, t.t.
- General Dictionary of the English Language*. London: J. Dodsley, Pall-Mall, C. Dilly and J.Wilkie, t.t.
- Husain Unang. *Qamus at- Tullab*. Kuala Lumpur: *Dar al-Fikr*, 2015.
- Ibn Manzur, *Lisan al-'Arab*. Beirut: Dar Sadir, 1990.
- Jalal al-Din al-Mahalli & Jalal al-Din al-Suyuti. *Great Commentaries on the Holy Qur'an: Tafsir al-Jalalayn*, terj. Feras Hamza. Louisville: Fons Vitae, 2008.
- Mahyuddin Barni. "Menyikapi Kesedihan." *Jurnal Al-Falah* VIII, no(13) (2008): 1-30.
- Majma' al-Lughat al-'Arabiyyah. *Al-Mu'jam al-Wasit*. Mesir: Jumhuriyah Misr al-'Arabiyyah, 2004.

- Malik Badri. Ed. *Masalih al-Abdan wa al-Anfus*, Abu Zayd Al-Balkhi's Sustainance of the Soul: The Cognitive Behavior Therapy of a Ninth Century Physician. London: The International Institute of Islamic Thought, 2013.
- Mohd Nasir Masroom, Siti Norlina Muhammad & Siti Aisyah Panatik. "Iman, Islam dan Ihsan: Kaitannya dengan Kesehatan Jiwa." Kertas Persidangan, Seminar Pendidikan & Penyelidikan Islam (SePPIM13), Johor Bahru, 2013.
- Muhammad Yusuf. "Terapi Mengatasi Kesedihan Menurut Al-Kindi." Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, 2007.
- Al-Qushayri, 'Abd al-Karim bin Huwazin bin 'Abd al-Malik bin Talhah bin Muhammad. *Lataif al-Isharat*. Mesir: al-Hai'ah al-Misriyyah al-'Amah lil Kitab, 2000.
- Salmi Ahmad Sudan. "Principles of Islamic Counselling and Psychotherapy." *Asian Journal of Management Sciences & Education* 6(3) (2017): 129-138.
- Shahpesandy, H., Al-Kubaisy, T., Mohammed-Ali, R., Oladosu, A., Middleton, R. and Saleh, N. "A Concise History of Islamic Medicine: An Introduction to the Origins of Medicine in Islamic Civilization, Its Impact on the Evolution of Global Medicine, and Its Place in the Medical World Today", *International Journal of Clinical Medicine* 13 (2022): 180-197.
- Siti Mardhiyah Kamal Azhar & Norwardatun Mohamed Razali. "Mendepani Kesedihan di dalam Kehidupan: Solusi Menerusi Surah Yusuf A.S." Kertas Persidangan 7th International Conference on Quran as Foundation of Civilization (SWAT 2021), FPQS, Universiti Sains Islam Malaysia, Nilai, 2021.
- Syed Muhammad Naquib al-Attas. "The Meaning and Experience of Happiness in Islam." In *Prolegomena to the Metaphysics of Islam*. Kuala Lumpur: International Institute of Islamic Thought and Civilization (ISTAC), 1995.
- Wajahat Khan, Raja Majid Moazzam, Bashir Ahmad Malik, Maqsood Ur, Rehman, Aziz Ahmad and Dr. Zia Ullah. "Depression; Its Psychological and Islamic Treatment (Islamic Basic Rules & Cognitive Behavioral Therapy)",

Sharifah Basirah, Khairunnas & Murshidatun Nur, *Konsep al-Huzn Para Nabi*

Palarch's Journal of Archaeology of Egypt/Egyptology
19(1) (2022): 2114-2126.

Al-Zuhaili, Wahbah. *al-Tafsir al-Munir*. Damshiq: Dar Fikr, 2003.