# Cara Menghilangkan Hasad (Benci pada Nikmat Orang Lain) dari Diri Sendiri




Bagaimana cara menghilangkan hasad atau benci pada nikmat orang lain dari diri sendiri?

Terlebih dahulu kita pahami, apa itu hasad?

Ada dua pengertian hasad. Ada pengertian versi jumhur sebagaimana disebutkan oleh Syaikh Musthafa Al-‘Adawi,

????? ?? ???? ???? ?????? ?? ??????

“Hasad adalah menginginkan hilangnya nikmat yang ada pada orang lain.” (At-Tashiil li Ta’wil At-Tanziil Juz ‘Amma fii Sual wa Jawab, hlm. 720)

Ada juga pengertian hasad sebagaimana dikatakan oleh Ibnu Taimiyah rahimahullah,

????? ?? ????? ???????? ??? ???? ?? ??? ??? ???????

“Hasad adalah membenci dan tidak suka terhadap keadaan baik yang ada pada orang yang dihasad.” (Majmu’ah Al-Fatawa, 10:111).

Hasad adalah sifat jelek karena kebencian yang ada disebabkan oleh kurang berimannya kita kepada takdir Allah dan tidak setuju pada pembagian karunia Allah. Ada juga sebabnya karena cinta dunia, takut disaingi, takut diejek oleh orang lain, dan lemahnya iman.

Sumber: https://ibnutaimiyyah.ponpes.id/cara-menghilangkan-hasad-benci-pada-nikmat-orang-lain-dari-diri-sendiri/
Tanggal download: 27 November 2026, 16:58 WIB

Baca juga: Pengertian Hasad dan Sebabnya

Daftar Isi tutup

1. Bagaimana Cara Mengatasi Agar Diri Kita Tidak Benci pada Nikmat Orang atau Hasad?

1.1. Pertama: Ilmu dan iman, yaitu dengan mengetahui bahwa hasad itu akan berdampak jelek pada diri sendiri di dunia dan akhirat.

1.2. Kedua: Mengingat akibat hasad yang berdampak jelek di dunia maupun di akhirat.

1.3. Ketiga: Selalu bersyukur dengan yang sedikit.

1.4. Keempat: Selalu memandang orang yang di bawahnya dalam masalah dunia.

1.5. Kelima: Banyak mendoakan kebaikan pada orang yang mendapatkan nikmat karena jika mendoakannya, kita akan dapat yang semisalnya.

1.6. Keenam: Melakukan yang bertolak belakang dengan niatan hasad

## Bagaimana Cara Mengatasi Agar Diri Kita Tidak Benci pada Nikmat Orang atau Hasad?

Pertama: Ilmu dan iman, yaitu dengan mengetahui bahwa hasad itu akan berdampak jelek pada diri sendiri di dunia dan akhirat.

Di antara dampak jelek dari hasad adalah:

Orang yang hasad berarti menentang takdir Allah.

Orang yang hasad itu mirip dengan orang musyrik. Orang musyrik itu bersedih kala ada yang memperoleh kebaikan. Akan tetapi jika memperoleh bencana, malah bergembira.

Sumber: https://ibnutaimiyyah.ponpes.id/cara-menghilangkan-hasad-benci-pada-nikmat-orang-lain-dari-diri-sendiri/
Tanggal download: 27 November 2026, 16:58 WIB

Orang yang hasad itu menjadi bala tentara setan.

Orang yang hasad itu memecah bela kaum muslimin.

Kebaikan orang yang hasad akan hilang.

Orang yang hasad akan terus berada dalam keadaan sedih.

Orang yang hasad itu sebenarnya menginginkan sendiri pada dirinya bencana.

Orang yang hasad menyebabkan turunnya musibah karena setiap musibah itu disebabkan karena dosa.

Orang yang hasad tidak disukai manusia.

Kedua: Mengingat akibat hasad yang berdampak jelek di dunia maupun di akhirat.

Syaikh Musthafa Al-‘Adawi hafizhahullah berkata, “Ketahuilah bahwa orang yang didengki (dihasadi) akan mendapatkan kebaikan dari orang yang hasad. Kebaikan dari orang yang hasad akan diambil dan akan diberi pada orang yang dihasadi. Apalagi sampai ada ghibah dan menjelekkan.” (Fiqh Al-Hasad, hlm. 47)

Dari Abu Hurairah radhiyallahu ‘anhu, Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallambersabda,

?? ???? ???? ????? ????? ???????? ????, ???? ??? ?? ????? ??? ???? ?? ??? ?? ???? ????? ?? ??????, ??? ?? ??? ?? ????? ??? ?? ????? ???? ????? ????

“Barangsiapa yang berbuat zalim pada saudaranya, maka hendaknya dia meminta kehalalan padanya, karena kelak di akhirat tiada lagi dinar maupun dirham sebelum kebaikannya diambil untuk saudaranya (yang dia zalimi). Bila tidak memiliki kebaikan maka kejelekan saudaranya (yang dia zalimi) akan diberikan padanya.” (HR. Bukhari, no. 6534)

Baca juga: Akibat Dengki Menuai Petaka pada Diri Sendiri

Ketiga: Selalu bersyukur dengan yang sedikit.

Dari An-Nu’man bin Basyir radhiyallahu ‘anhuma, Nabi shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda,

?? ?? ???? ?????? ?? ???? ??????

Sumber: https://ibnutaimiyyah.ponpes.id/cara-menghilangkan-hasad-benci-pada-nikmat-orang-lain-dari-diri-sendiri/
Tanggal download: 27 November 2026, 16:58 WIB

“Barang siapa yang tidak mensyukuri yang sedikit, maka ia tidak akan mampu mensyukuri sesuatu yang banyak.” (HR. Ahmad, 4: 278. Syaikh Al-Albani mengatakan bahwa hadits ini hasan sebagaimana dalam Silsilah Al-Ahadits Ash-Shahihah, no. 667)

Baca juga: Bersyukur dengan yang Sedikit

Keempat: Selalu memandang orang yang di bawahnya dalam masalah dunia.

Dari Abu Hurairah radhiyallahu ‘anhu, Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallambersabda,

??? ??? ????? ??? ?? ??? ???? ?? ????? ?????? ? ?????? ??? ?? ?? ???? ???

“Jika salah seorang di antara kalian melihat orang lain diberi kelebihan harta dan fisik [atau kenikmatan dunia lainnya], maka lihatlah kepada orang yang berada di bawahnya.” (HR. Bukhari, no. 6490; Muslim, no. 2963)

Dalam hadits lain disebutkan,

?????? ??? ?? ???? ???? ??? ?????? ??? ?? ?? ????? ??? ???? ?? ?? ?????? ???? ???? ?????

“Pandanglah orang yang berada di bawahmu (dalam masalah harta dan dunia) dan janganlah engkau pandang orang yang berada di atasmu. Dengan demikian, hal itu akan membuatmu tidak meremehkan nikmat Allah padamu.” (HR. Muslim, no. 2963)

Baca juga: Lihatlah Orang di Bawah Kita dalam Urusan Dunia

Kelima: Banyak mendoakan kebaikan pada orang yang mendapatkan nikmat karena jika mendoakannya, kita akan dapat yang semisalnya.

Dari Ummu Darda’ radhiyallahu ‘anha, Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallambersabda,

???? ????? ?????? ????? ???? ????? ??????? ??? ???? ??? ???? ???? ??? ????? ???? ??? ????? ?????? ?? ???? ??? ????

“Doa seorang muslim kepada saudaranya ketika saudaranya tidak mengetahuinya adalah doa yang mustajab (terkabulkan). Di sisinya ada malaikat (yang bertugas mengaminkan doanya kepada saudarany). Ketika dia berdoa kebaikan kepada saudaranya, malaikat tersebut berkata: Aamiin, engkau akan mendapatkan yang semisal dengannya.” (HR. Muslim, no. 2733)

Baca juga: Sudah Doakan Saudaramu Di Saat Ia Tidak Mengetahuinya?

Sumber: https://ibnutaimiyyah.ponpes.id/cara-menghilangkan-hasad-benci-pada-nikmat-orang-lain-dari-diri-sendiri/
Tanggal download: 27 November 2026, 16:58 WIB

Keenam: Melakukan yang bertolak belakang dengan niatan hasad

Di antara kiat untuk menghilangkan hasad sebagaimana disarankan oleh Syaikh Musthafa Al-‘Adawi adalah orang yang hasad melakukan hal yang bertolak belakang dengan niatan hasadnya. Hal ini tentu saja akan menghilangkan hasad dari dirinya. Lihat Fiqh Al-Hasad, hlm. 52.

Contoh yang dimaksud Syaikh Musthafa Al-‘Adawi adalah ketika kita tidak suka pada seseorang karena ia punya barang baru, berilah hadiah kepadanya agar hasad dari diri kita hilang. Yang paling minimal yang dilakukan adalah mendoakan yang punya barang baru tersebut kebaikan dan keberkahan.

Baca selengkapnya dalam buku kami “Tafsir Jalalain Tiga Surah Favorit”, pesan di Ruwaifi Store pada WA 085200171222.

—

Ahad siang, 27 Ramadhan 1442 H, 9 Mei 2021 @ Darush Sholihin, Panggang, Gunungkidul DIY

Muhammad Abduh Tuasikal

Artikel Rumaysho.Com

Sumber: Rumaysho.com

Sumber: https://ibnutaimiyyah.ponpes.id/cara-menghilangkan-hasad-benci-pada-nikmat-orang-lain-dari-diri-sendiri/
Tanggal download: 27 November 2026, 16:58 WIB