



قماچاءن خطبه جمعة سيري 7/ 2022
(Bulan Julai Tahun 2022)

ب	تاجوق	تاريخ
1.	نعمت يث ترلوقا	1.7.2022M/ 1 Zulhijjah 1443H
2.	إيستيمواڻ ذوالحجه	8.7.2022M/ 8 Zulhijjah 1443H
3.	قناور مندقني تكن	15.7.2022M/ 15 Zulhijjah 1443H
4.	رينتيهن قعھوني سقر	22.7.2022M/ 22 Zulhijjah 1443H
5.	هجرة معھنچوركن جاهلية (خطبة سمقنا مع الهجرة)	29.7.2022M/ 29 Zulhijjah 1443H
	خطبه كدوا	

فرچيتقن ديباياءى:



زكاة فولاو فينغ

تليفون : 549808-04

*Jawatankuasa Panel Semakan Teks Khutbah
Negeri Pulau Pinang*

1. **SS Dato' Seri Dr. Haji Wan Salim bin Wan Mohd Noor (Pengerusi)**
Mufti Kerajaan Negeri Pulau Pinang
2. **Prof. Madya Dr. Atikullah bin Abdullah**
Pensyarah, Pusat Pengajian Ilmu Kemanusiaan,
Universiti Sains Malaysia
3. **Ustaz Rosli bin Othman**
Ketua Penolong Pengarah, Sektor Pendidikan Islam,
Jabatan Pendidikan Negeri Pulau Pinang
4. **Ustaz Ahmad bin Hashim**
Ketua Pusat Pengajian Tahfiz Al-Quran,
Kolej Islam Teknologi Antarabangsa Pulau Pinang (KITAB)
5. **Ustazah Rohayati binti Daud**
Penyelaras Program Intervensi Kaunseling,
Universiti Sains Malaysia
6. **Ustaz Mohd Salmi bin Shaimi**
Guru, Madrasah Irshad Al-Ashraf Al-Wataniah, SPS
7. **Ustaz Subki bin Mohamed**
Pensyarah, IPG Kampus Tuanku Bainun
8. **Ustaz Mohd Hanif bin Omar @ Wahab (Setiausaha)**
Ketua Penolong Pengarah, Bahagian Dakwah
Jabatan Hal Ehwal Agama Islam Pulau Pinang (JHEAIPP)





PENAWAR MENDEPANI TEKANAN

(15 Julai 2022M / 16 Zulhijjah 1443H)

الْحَمْدُ لِلَّهِ كَتَبَ الْفَلَاحَ لِعِبَادِهِ الْمُؤْمِنِينَ، وَضَمِنَ السَّعَادَةَ لِأَوْلِيَائِهِ الْمُخْلِصِينَ.
وَأَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُ اللَّهِ وَرَسُولُهُ،
اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَى قُدُّوتِنَا مُحَمَّدٍ، وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ إِلَى يَوْمِ الدِّينِ .
أَمَّا بَعْدُ؛ أَيُّهَا الْمُسْلِمُونَ، اتَّقُوا اللَّهَ تَعَالَى فَإِنَّ تَقْوَى اللَّهَ خَيْرٌ لِبَاسٍ وَزَادٍ، وَأَفْضَلُ
وَسِيلَةٍ إِلَى رَبِّ الْعِبَادِ.

MUSLIMIN YANG DIRAHMATI ALLAH,

Saban minggu khatib menyeru sidang jemaah sekalian, agar sama-sama kita memperkukuhkan iman dan taqwa kita terhadap Allah. Manfaatkan setiap saat yang diberikan Allah ini untuk terus melakukan kebaikan serta meninggalkan segala tegahan. Semoga kitalah hamba Allah yang paling dikasihi kerana tingginya tahap iman dan taqwa.

Sebelum melanjutkan bicara, dengarkanlah adab-adab mendengar khutbah berikut. Pertama, jangan berbual-bual. Kedua jangan bermain telefon bimbit. Manakala yang ketiga jangan tidur dengan sengaja ketika khatib berkhutbah. Semoga ganjaran pahala yang besar mengiringi ibadat yang kita tunaikan semata-mata kerana Allah. Pada hari yang berkat ini, mari kita berikan sepenuh tumpuan kepada khutbah yang bertajuk: “**PENAWAR MENDEPANI TEKANAN.**”

SIDANG JEMAAH YANG DIMULIAKAN,

Bekerja merupakan satu ibadah. Ini adalah pernyataan yang menjadi motivasi utama kita. Ia sepatutnya mendatangkan rasa seronok kepada individu mukmin. Mana mungkin ibadah dikerjakan dalam keadaan terpaksa. Rasa



keterpaksaan itu pada hakikatnya berada pada jiwa yang tidak ikhlas. Ikhlas pula menjadi asas dan ruh ibadah kepada Allah **سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى**.

Namun demikian, di dada media seringkali kita membaca tajuk berita yang mengundang kebimbangan. Misalnya artikel “Bahana Kerja Lebih Masa” yang mengisi Berita Harian bertarikh 2 Februari 2020. Berita ini jelas menunjukkan, ada di antara kita yang mengalami tekanan atau *stress* melampau di tempat kerja. Rasa resah, cemas, tegang akibat tekanan dan bebanan mental mahupun fizikal seringkali membelenggu diri.

Sememangnya kita menghabiskan masa yang lama di tempat kerja iaitu kira-kira 9 jam sehari. Dalam tempoh masa ini, pelbagai masalah dan cabaran yang kita hadapi. Antara lain masalah hubungan dan komunikasi dengan majikan, masalah dengan rakan sekerja, bebanan kerja yang tidak berjaya diselesaikan, masalah hutang dan kewangan pasti akan menambah kesan buruk kepada jiwa dan mental pekerja.

Kesan buruk tekanan tersebut bukan sahaja dialami kepada mereka yang tertekan tetapi akan merebak kepada majikan, institusi dan juga negara. Hasil produktiviti menjadi semakin menurun dan tahap kesihatan pekerja akan terjejas.

SIDANG MUSLIMIN RAHIMAKUMULLAH,

Secara asasnya dan sebagai penyelesaian kepada masalah tersebut, kita perlu yakin bahawa pada setiap kepayahan pasti diiringi kemudahan. Seperti yang dinyatakan dalam Surah Al-Insyirah, ayat 5-6 :

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۝ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۝

Maksudnya: “Oleh itu, maka (tetapkanlah kepercayaanmu) bahawa sesungguhnya tiap-tiap kesukaran disertai kemudahan. (Sekali lagi ditegaskan): Bahawa sesungguhnya tiap-tiap kesukaran disertai kemudahan.”

Masalah yang dihadapi bukan untuk dirunsingkan tetapi perlu diurus dengan bijaksana. Setiap yang berlaku pastinya mempunyai hikmah. Setidak-tidaknya,

berfikir dan bersangka baiklah dengan Allah bahawa ujian hidup adalah ruang dan peluang untuk kita mendapat pahala sabar. Sehubungan dengan itu, suka khatib mencadangkan beberapa pendekatan yang boleh diambil bagi mengatasi tekanan khususnya yang berkaitan di tempat kerja, antaranya:

Pertama: Mulakan Kerja Dengan Doa, Bacaan Al-Qur'an Dan Solat Dhuha

Berdoa, membaca al-Quran dan solat merupakan medium untuk kita berkomunikasi dengan Allah سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى. Ia disebut zikrullah. Dengan menjaga zikrullah, ia akan membantu menjaga ketenteraman hati sehingga mampu mengatasi segala permasalahan emosi yang kita rasakan. Apa yang penting pelaksanaannya mestilah dengan hati yang khushyuk dan tenang serta dilakukan dengan penuh keikhlasan dan penuh pengharapan kepada Allah. Hal ini bertepatan dengan firman Allah dalam surah al-Ra'du ayat 28:

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

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

Kedua: Menerima Amanah Bukan Menerima Arahan.

Jika kita menganggap pekerjaan sebagai satu amanah dan melaksanakannya dengan baik, maka kita akan tergolong dalam kalangan *al-Amin*. Tinggi darjat kita di sisi Allah apabila kita berlaku jujur dan amanah. Namun jika kita menganggap kerja sebagai satu arahan semata-mata, maka jadilah kita hamba kepada majikan. Setiap manusia boleh memilih untuk berfikir sama ada positif atau negatif. Kita perlu sentiasa berfikiran positif terhadap segala yang terjadi, sama ada baik atau buruk. Rasulullah صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ mengajar kita melalui hadisnya:

Dari Suhaib bin Sinan رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ katanya Rasulullah صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ bersabda:

عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ لَهُ خَيْرٌ، وَلَيْسَ ذَلِكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ، إِنْ أَصَابَتْهُ
سَرَاءٌ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ، وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ

Yang bermaksud: "Sungguh menakjubkan urusan seorang mukmin, Sesungguhnya seluruh urusan itu baik. Dan hal itu tidak dimiliki kecuali oleh seorang mukmin. Apabila dia mendapat nikmat dia bersyukur. Dan apabila dia mendapat musibah dia sabar dan itu baik baginya."

(Hadis Riwayat Imam Muslim)

SIDANG JEMAAH YANG DIMULIAKAN,

Ketiga: Menambah Syukur Dengan Nikmat Yang Diperolehi

Mungkin ramai yang lupa, kita adalah hamba bertuah yang dipilih untuk menjawat pekerjaan sekarang. Kita yang memohon untuk bekerja tanpa dipaksa oleh sesiapa. Bersyukur akan membuat kita redha dan pasrah atas apa yang berlaku.

Bayangkan berapa ramai lagi manusia di luar sana yang tidak mempunyai pekerjaan. Terpaksa berhempas pulas demi mencari rezeki. Begitu juga ramai lagi yang terpaksa meninggalkan isteri dan keluarga tercinta untuk berhijrah mencari sesuap rezeki. Nabi ﷺ bersabda dalam satu hadis sahih yang bermaksud:

"Lihatlah kepada orang yang berada di bawahmu dan jangan melihat orang yang berada di atasmu, kerana yang demikian lebih patut, agar kalian tidak meremehkan nikmat Allah yang telah diberikan kepadamu."

(Hadis Riwayat al-Bukhari dan Muslim)

Keempat: Uruskan Masa Dengan Bijak

Semua orang diberikan masa yang sama, 24 jam dalam sehari. Tidak terlebih dan tidak terkurang, namun kerap kali kita merasakan seolah-olah masa yang ada tidak mencukupi. Setiap kerja dilaksanakan dalam kelam kabut .

Faktor berlakunya perkara ini adalah kerana kita tidak membuat perancangan dalam pelaksanaan kerja. Oleh itu, rancanglah dan jangan bertanggung dalam menyelesaikan sesuatu pekerjaan. Tumpukan kepada penyelesaian kerja utama terlebih dahulu dan kemudian baru kita laksanakan tugas-tugas sampingan.

SIDANG JEMAAH YANG DIMULIAKAN,

Sebagai kesimpulan dari khutbah hari ini, kaedah dan cara yang telah dikemukakan adalah saranan dan ajaran agama yang diwahyukan kepada kita semua yang boleh disesuaikan dalam pekerjaan masing-masing. Mudah-mudahan kita semua dapat bekerja dalam suasana penuh kegembiraan dan ketenangan yang memberi kesan baik kepada diri sendiri dan juga kepada majikan.

Ayuh, kita urus emosi dalam menghadapi tekanan. Berusahalah menyuburkan rasa gembira, minat dan bersungguh-sungguh dalam pekerjaan kerana usaha ini juga adalah kunci keberkatan pada rezeki yang diperolehi.

أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ

... قَالُوا رَبَّنَا أَفْرِغْ عَلَيْنَا صَبْرًا وَثَبِّتْ أَقْدَامَنَا وَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ﴿٣٥﴾

Maksudnya: "...Ya Tuhan kami, limpahkanlah kesabaran kepada kami, kukuhkanlah langkah kami dan bantulah kami menghadapi orang-orang kafir."

بَارَكَ اللَّهُ لِي وَلَكُمْ فِي الْكِتَابِ وَالسُّنَّةِ، وَنَفَعَنِي وَإِيَّاكُمْ بِالْآيَاتِ وَالْحِكْمَةِ، أَقُولُ قَوْلِي هَذَا ، إِنَّ كَانَ صَوَابًا فَمِنَ اللَّهِ الْمَنَّانِ، وَإِنْ كَانَ خَطَأً فَمِنْ نَفْسِي وَالشَّيْطَانِ، وَاسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمَ لِي وَلَكُمْ وَلِسَائِرِ الْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ وَالْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ.



Khutbah Kedua Bulan Julai

2022M/ 1443H

الْحَمْدُ لِلَّهِ عَلَى آلائِهِ وَإِحْسَانِهِ، وَالشُّكْرُ لَهُ عَلَى تَوْفِيقِهِ وَامْتِنَانِهِ،
وَأَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ تَعْظِيمًا لِسَانِهِ،
وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ دَاعِيًا إِلَى رِضْوَانِهِ.
صَلَّى اللَّهُ وَسَلَّم عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ، عَدَدَ خَلْقِهِ وَرِضَا نَفْسِهِ،
وَزِنَةَ عَرْشِهِ وَمِدَادَ كَلِمَاتِهِ.

أَمَّا بَعْدُ، فَيَا عِبَادَ اللَّهِ، اتَّقُوا اللَّهَ تَعَالَى رَبَّكُمْ حَقَّ تَقَاتِهِ، وَاعْمَلُوا بِطَاعَتِهِ وَمَرْضَاتِهِ،
ثُمَّ اْعَلَمُوا أَنَّ اللَّهَ سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى أَمْرُكُمْ بِأَمْرِ بَدَأَ فِيهِ بِنَفْسِهِ؛ فَقَالَ - عَلِيمًا حَكِيمًا:

إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا ﴿٥٦﴾

[الأحزاب: 56]

اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلَّم عَلَى عَبْدِكَ وَرَسُولِكَ مُحَمَّدٍ الْبَشِيرِ النَّذِيرِ، وَالسَّرَاجِ الْمُنِيرِ،
وَارْضَ اللَّهُمَّ عَنْ آلِهِ وَصَحَابَتِهِ أَجْمَعِينَ، وَعَنِ التَّابِعِينَ، وَمَنْ تَبِعَهُمْ بِإِحْسَانٍ إِلَى
يَوْمِ الدِّينِ، وَعَنَّا مَعَهُمْ بِعَفْوِكَ وَكَرَمِكَ وَإِحْسَانِكَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ.

اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِلْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ وَالْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ الْأَحْيَاءِ مِنْهُمْ وَالْأَمْوَاتِ،
اللَّهُمَّ آمِنَّا فِي أَوْطَانِنَا، وَأَصْلِحْ وَاحْفَظْ أَيْمَتَنَا وَعُلَمَاءَنَا وَوُزَرَائِنَا وَوُلَاةَ أُمُورِنَا.
اللَّهُمَّ وَفِّقْهُمْ لِمَا فِيهِ عِزُّ دِينِكَ وَنَصْرُ شَرِيعَتِكَ، اللَّهُمَّ اجْعَلْهُمْ هُدَاةً مُهْتَدِينَ
صَالِحِينَ مُصْلِحِينَ وَاشْمَلِ اللَّهُمَّ بِعِنَايَتِكَ وَتَوْفِيقِكَ عَلَى صَاحِبِ الْجَلَالَةِ،

Kebawah Duli Yang Maha Mulia Seri Paduka Baginda Yang di-Pertuan
Agong, Al-Sultan Abdullah Ri'ayatuddin Al-Mustafa Billah Shah Ibni
Almarhum Sultan Haji Ahmad Shah Al-Musta'in Billah dan Kebawah Duli
Yang Maha Mulia Seri Paduka Baginda Raja Permaisuri Agong, Tunku



Hajah Azizah Aminah Maimunah Iskandariah Binti Almarhum Al-Mutawakkil Alallah Sultan Iskandar Al-Haj;

وَكَذَلِكَ صَاحِبُ الْفَخَامَةِ،

Tuan Yang Terutama, Tun Dato' Seri Utama Ahmad Fuzi Bin Haji Abdul Razak, Yang di-Pertua Negeri Pulau Pinang.

اللَّهُمَّ اذْفَعْ عَنَّا الْبَلَاءَ وَالْوَبَاءَ وَالْغَلَاءَ وَالرِّيَاءَ، وَالرِّبَا وَالزَّنَا وَالزَّلَازِلَ وَالْمِحْنَ وَسُوءَ الْفِتَنِ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَنَ عَنْ بَلَدِنَا هَذَا خَاصَّةً، وَعَنْ سَائِرِ بِلَادِ الْمُسْلِمِينَ عَامَّةً يَا رَبَّ الْعَالَمِينَ.

اللَّهُمَّ إِنَّا نَعُوذُ بِكَ مِنَ الْبَرَصِ وَالْجُنُونِ وَالْجُدَامِ وَمِنْ سَيِّئِ الْأَسْقَامِ، يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ.

Ya Allah! Dengan sifat-Mu yang Maha Pemurah dan Maha Mendengar, jadikanlah kami dan keturunan kami orang-orang yang istiqamah mendirikan solat secara berjemaah serta mengeluarkan zakat dan melaksanakan waqaf.

Ya Allah! Berilah petunjuk-Mu kepada kami, pemuda-pemuda kami, pemimpin-pemimpin kami untuk memberikan khidmat bakti yang terbaik kepada agama, bangsa dan negara.

Ya Allah! Kau hindarilah kami daripada perbuatan-perbuatan khianat dan durjana yang merosakkan kepentingan agama, masyarakat dan negara.

رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ.
عِبَادَ اللَّهِ! إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْإِحْسَانِ وَإِيتَايَ ذِي الْقُرْبَى وَيَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَالْبَغْيِ يَعِظُكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ ﴿١٠﴾ فَادْكُرُوا اللَّهَ الْجَلِيلَ يَذْكُرْكُمْ، وَاشْكُرُوهُ عَلَى نِعَمِهِ يَزِدْكُمْ، وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ ﴿١١﴾