

6 Langkah Anti Malas Beribadah yang Bisa Kita Terapkan Hari Ini!

Category: LifeStyle

Juli 23, 2023



Prolite – Siapa nih yang pernah merasa malas-malasan saat mau beribadah? Entah itu saat ingin shalat, membaca Al-Quran, berdoa, atau bahkan pergi ke tempat ibadah. Tapi, mulai sekarang, yuk, jangan biarin rasa malas menghambat kita untuk beribadah kepada Allah SWT.

Karena, ibadah itu penting banget buat dapetin ketenangan hati, kebahagiaan, dan mendekatkan diri sama Sang Pencipta. Nah, biar kita gak kebanyakan malas, kali ini kita mau bagiin 6 cara jitu buat melawan rasa malas saat beribadah.

Nggak usah cemas, kok, ini cara simpel yang bisa bikin hidup kita makin berarti dan makin semangat dalam beribadah! Siap? Ayo kita mulai!

1. Utarakan Perasaan Kepada Sang Pencipta



freepik

Kalo lagi malas beribadah, coba deh ngobrol sama Allah. Kamu bisa ceritain semua perasaan kamu, curhatin semua masalah yang lagi kamu hadapi, dan minta petunjuk dari-Nya. Kayak lagi ngobrol sama temen deket aja.

Nggak usah sungkan atau takut, karena Allah itu selalu ada buat dengerin keluh kesah dan cerita kamu. Dia adalah sahabat terbaik kita. Bicara pada-Nya bisa bikin rasa malas itu luntur dan perasaan kamu jadi jauh lebih ringan. Rasanya kayak ada beban yang terangkat dari pundak.

Dengan ngobrol santai sama Allah, kita bakal merasa lebih terkoneksi dan dekat dengan-Nya. Rasanya tuh kayak nggak sendirian, karena Allah selalu mendengarkan doa dan curhatan kita.

2. Jadikan Do'a dan Dzikir Sebagai Kebiasaan Sehari-Hari



Dengan memperbanyak istighfar, mohon ampunan kepada Allah, hati kita akan selalu diberi petunjuk untuk selalu melakukan apa yang Allah perintahkan. Nggak cuma itu, dengan rajin berdzikir dan melaksanakan sunnah-sunnahnya, perlahan-lahan kita bakal terbiasa dan konsisten dalam melakukannya.

Ketika kita rutin mengucapkan doa dan dzikir, hubungan kita sama Allah SWT bakal makin dekat dan rasanya makin semangat buat melakukan ibadah-ibadah lainnya. Jadi, nggak ada alasan

lagi buat bermalas-malasan, deh! Doa dan dzikir itu kayak bahan bakar buat semangat beribadah kita.

3. Buat Agenda Untuk Beribadah



reformata

Siapkan agenda ibadah harian atau mingguan. Tuliskan apa saja ibadah yang ingin kamu lakukan dalam sehari atau seminggu ke depan.

Dengan memiliki rencana yang jelas, rasa malas cenderung berkurang karena kamu tahu apa yang harus dilakukan setiap harinya. Jadi, mulai sekarang, catat dan laksanakan agenda ibadahmu!

4. Jaga Kesehatan Fisik dan Mental Itu Penting



antaranews

Kalo kita sehat, pasti badan kita lebih bertenaga dan semangat, kan? Jadi, gak bakal malas-malasan deh buat melaksanakan ibadah dengan baik.

Kesehatan fisik dan mental itu kayak fondasi buat kehidupan kita. Kalau fondasi kita kuat, segala aktivitas, termasuk beribadah, bakal berjalan lebih lancar. Jadi, jangan sampai kita mengabaikan kesehatan ya. Rajin berolahraga, makan makanan sehat, dan jangan lupa istirahat yang cukup.

Nggak cuma fisik, nih, mental juga perlu dijaga. Kita harus belajar tentang *work-life balance* atau keseimbangan antara pekerjaan, studi, atau kegiatan lainnya dengan waktu istirahat dan *refreshing*. Jangan sampe kita kelelahan atau stres

berlebihan, nanti malah bikin semangat beribadah jadi berkurang.

Kamu bisa cek di artikel berikut untuk mengetahui lebih lanjut soal *work life balance* : Stay Balanced! 7 Tips Simpel Dapetin Work Life Balance yang Kece!

Nah, ngomongin istirahat, tidur itu emang super penting! Tidur yang cukup dan berkualitas bikin kita jadi lebih segar dan energik buat beribadah. Kalo kita kurang tidur, pasti badan bakal lemes dan males bergerak, ya kan? Jadi, jangan lupa tidur yang cukup supaya semangat beribadah kita nggak kendor.

5. Ingat Akhirat Sebagai Motivasi



Foto : Istimewa

Jangan lupa, ingetin diri kita sendiri tentang akhirat sebagai motivasi dalam beribadah. Tujuan akhir hidup kita itu bukan cuma di dunia aja, tapi juga di akhirat nanti. Jadi, ibadah kita tuh adalah cara buat deketin diri sama Allah dan dapet kebahagiaan yang nggak terhingga.

Kalo rasa malas datang mengganggu, kita harus ingetin diri kita sendiri tentang janji indah dari Allah. Dia tuh janjiin kebahagiaan abadi buat kita yang beribadah dengan ikhlas. Jadi, jangan sampai kita terpengaruh sama rasa malas yang bisa bikin kita lupa akan janji-Nya yang bikin hati tenang.

Ingat, hidup di dunia ini cuma sebentar. Yang lebih penting lagi adalah persiapan kita buat akhirat, di mana segala amal baik kita bakal dibalas dengan berlipat-lipat pahala. Jadi, jangan biarkan rasa malas nguasain diri kita, tapi kita harus selalu semangat dan konsisten dalam beribadah.

6. Perubahan Itu Perlu Dipaksa, Terpaksa, Lalu Jadi Terbiasa



shutterstock

Nah yang terakhir, kalau kamu lagi merasa malas beribadah, jangan langsung nurutin aja, ya! Paksain diri buat tetap beribadah. Gak peduli seberapa besar rasa malesnya, kamu harus lawan hawa nafsu yang bikin kamu makin malas.

Emang gak ada yang instan, sih, tapi dengan dipaksa, terus terpaksa, akhirnya kamu bakal kebiasaan beribadah dan ibadah bakal jadi bagian dari hidupmu. Pokoknya, perubahan itu memang butuh usaha, konsistensi dan tekad yang kuat.

Jadi, jangan biarin hawa nafsu itu ngatur hidup kamu, tapi kamu yang atur diri sendiri buat makin rajin ibadah. Selalu inget, ibadah itu penting dan berarti banget buat hubungan kamu sama Sang Pencipta. So, tetep semangat dan kalahin rasa malasnya! *You can do it, guys!*

Jadi, semoga enam cara ini bisa membantu kamu melawan rasa malas saat beribadah, ya! Ingat, ibadah adalah bentuk cinta dan ketaatan kita kepada Tuhan. Jangan biarin rasa malas pademin api keimanan kamu.

Tetap semangat dan konsisten dalam beribadah, karena dengan begitu, hidupmu akan semakin penuh berkah dan makna. Selamat beribadah dan semoga menjadi pribadi yang lebih baik dari waktu ke waktu! □

5 Rahasia Cantik Alami ala Muslimah, Keindahan Batin dan Akhlak yang Mulia

Category: LifeStyle

Juli 23, 2023



Prolite – Cantik alami seorang wanita menurut pandangan Islam tidak ditentukan dari fisiknya, melainkan dilihat dari hati dan tingkat ketakwaannya kepada Allah SWT.

Halo sobat Muslimah, pernah denger kalimat “Cantik itu relatif” gak? Yup, kita semua pasti tahu bahwa kecantikan sejati bukan hanya tentang penampilan fisik semata, tapi juga tentang keindahan hati dan jiwa.

Cantik itu sesuatu yang relatif, yang terpancar dari dalam diri seseorang secara menyeluruh, termasuk perilaku, pendapat, cara berpikir, kepribadian, dan cara membawa diri.

Dalam Islam, mempercantik diri adalah sesuatu yang dianjurkan, asalkan dilakukan dengan cara yang sesuai dengan ajaran agama.

Oleh karena itu, yuk kita bahas definisi cantik alami dan tips mempercantik diri sesuai ajaran agama Islam!

Cantik Alami Menurut Islam



Pinterest

Dalam Islam, cantik alami lebih dititikberatkan pada kecantikan batin dan akhlak yang baik. Seorang muslimah yang cantik alami adalah mereka yang memiliki kesabaran, kerendahan hati, kebaikan, dan akhlak yang terpuji. Selain itu, ketulusan hati, keikhlasan dalam beribadah, serta sikap rendah hati akan membuat seseorang terpancar kecantikan yang abadi.

Kebersihan sebagai Ibadah

Islam sangat menekankan pentingnya menjaga kebersihan tubuh. Mandi wajib, mencuci tangan sebelum makan, menjaga kebersihan gigi dan berwudhu merupakan contoh tindakan sederhana yang bisa kita lakukan untuk menjaga kebersihan tubuh kita.

Biasanya orang yang rajin berwudhu, dalam diri dan wajahnya akan berseri-seri dan terlihat sangat terang seperti ada cahaya yang terpancar dari wajahnya, sehingga di dalam jiwanya pun ikut bersih. Dengan menjaga kebersihan diri, kita juga menjaga kesehatan dan menunjukkan ketakwaan kepada Allah SWT.

Berpuasa

Saat kita berpuasa, tubuh kita mengalami proses detoksifikasi alami. Ketika kita puasa, tubuh kita membersihkan racun-racun yang ada di dalamnya. Ini juga berdampak positif buat kecantikan kita. Kulit kita jadi lebih bersih, cerah, dan segar. Kita juga bisa merasakan peningkatan energi dan vitalitas. Bayangin deh, dengan tubuh yang sehat dan segar, tentunya kita bakal tampil lebih cantik dan bersemangat!

Puasa juga dapat membantu kita menjaga berat badan yang sehat. Saat berpuasa, kita mengatur pola makan kita dengan disiplin. Dengan menjaga pola makan yang seimbang, kita bisa menjaga berat badan ideal dan meningkatkan kesehatan tubuh. Sebagai hasilnya, tubuh kita jadi lebih proporsional dan tentunya lebih cantik.

Merawat Penampilan dengan Hidayah

Bagaimanapun, Allah menciptakan kita dengan sebaik-baik ciptaan. Oleh karena itu, kita dianjurkan untuk menjaga penampilan kita dengan memelihara anugerah yang diberikan-Nya. Memakai hijab yang menutupi aurat, menjaga kebersihan tubuh, serta berpakaian sopan dan sesuai dengan syariat Islam adalah langkah awal untuk mempercantik diri sesuai ajaran agama.

Perawatan Kulit dengan Bahan Alami

Bagi kamu yang ingin merawat kulit secara alami, kamu bisa menggunakan bahan-bahan alami yang tersedia di sekitarmu. Misalnya, menggunakan madu sebagai masker wajah untuk menjaga kelembapan kulit, menggunakan minyak zaitun untuk melembutkan kulit, atau menggunakan air mawar sebagai toner alami untuk menyegarkan kulitmu. Perawatan alami ini sesuai dengan ajaran Islam yang mendorong kita untuk menggunakan bahan-bahan alami yang halal dan sehat.

Perhiasan Hati dan Akhlak

Tidak ada perhiasan yang lebih indah daripada hati yang bersih dan akhlak yang baik. Jadi, jangan lupa mempercantik hati dan jiwa kita dengan selalu berbuat baik kepada sesama, memaafkan, berbuat kebaikan, dan menjalankan ajaran Islam dalam kehidupan sehari-hari. Itu adalah perhiasan yang tidak akan pernah pudar.

Doa agar Inner Beauty Terpancar

اللَّهُمَّ بَاعِدْ بَيْنِي وَبَيْنَ خَطَايَايَ كَمَا بَاعَدْتَ
بَيْنَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ، اللَّهُمَّ نَقِّ نَفْسِي مِنَ
خَطَايَايَ كَمَا يُنْقَى الثَّوْبُ الْأَبْيَضُ مِنَ الدَّنَسِ،
اللَّهُمَّ اغْسِلْ نَفْسِي مِنَ خَطَايَايَ بِالثَّلَاجِ وَالْمَاءِ
وَالْبَرَدِ

Allaahumma baa'id baini wa baina khathaayaaya, kamaa baa'adta bainal masyriqi wal maghrib. allaahumma naqqinii min khathaayaaya, kamaa yunaqqats tsaubul abyadhu minad danasi. allahummaghhsilnii khathaayaaya bits tsalji, wal maa-i wal baradi

Artinya: "Ya Allah, jauhkanlah antara diriku dan kesalahanku-kesalahanku, sebagaimana telah Engkau jauhkan antara arah timur dan barat. Ya Allah, bersihkanlah diriku dari dosa-dosa, sebagaimana pakaian putih yang terbebas dari kotoran. Ya Allah, cucilah diriku dari dosa- dosa dengan es, air, dan embun pagi."

Jadi, sobat Muslimah, kecantikan sejati ada di dalam hati dan jiwa kita. Dengan menjaga akhlak, kebersihan, dan memelihara penampilan sesuai dengan ajaran Islam, kita dapat memancarkan kecantikan yang abadi.

Ingatlah bahwa cantik alami adalah kecantikan yang terpancar dari dalam diri kita sebagai hamba-Nya. Semoga artikel ini memberikan inspirasi untuk kalian agar bisa mempercantik diri secara Islami tanpa perlu ribet dan biaya yang mahal.