



## Senyum

Pelangi » Refleksi | Jum'at, 29 Januari 2010 15:50

**Penulis : Lizsa Anggraeny**

Senyum... Sesuatu kata yang mudah diucapkan tapi terkadang sulit dilakukan. Secara naluri, setiap orang dapat tersenyum. Namun kadangkala disebabkan ketidakseimbangan batin yang ada, saya merasa sulit untuk melakukannya, terutama saat hati gundah. Meskipun saya tahu bahwa senyum disaat hati gundah merupakan tanda ketabahan dan kepasrahan semata kepada Allah SWT.

Saya pernah membaca, bahwa secara filosofi, senyum adalah ekspresi optimisme dan harapan. Islam memandang senyum adalah shadaqah. Rasulullah SAW bersabda, "Senyummu kepada saudaramu adalah sedekah." (HR. Muslim).

Karena senyum adalah sedekah yang paling mudah, maka saya berpendapat bahwa orang yang mampu tersenyum adalah orang yang mampu memberikan rasa aman dan rasa persahabatan pada orang lain. Saya pun berpendapat bahwa senyum juga dapat menggambarkan karakter kondisi si pemberi senyum bahwa ia mempunyai sifat lembut, ramah, dan bersahaja.

Untuk memotivasi para sahabat, suatu hari Rasulullah SAW berpesan, "Janganlah kalian menganggap remeh kebaikan itu, walaupun itu hanya bermuka cerah pada orang lain." (HR Muslim).

Dalam dunia kesehatan sendiri ditemukan bahwa orang yang dapat tersenyum dan tertawa tidak berlebihan, adalah orang dapat membuat jasmani dan rohaninya sehat. Karena senyuman dapat mengendorkan ketegangan otot wajah. Dengan senyuman pula wajah akan tampak awet muda dan selalu terlihat berseri serta indah dipandang.

Dalam kebersamaan bersama semua, saya ingin banyak menebar senyum dan merajut ukhuwah. Senyum ikhlas tanpa menimbulkan fitnah. Insya Allah. Tegurlah saya jika tidak ramah menyapa sahabat-sahabat semua.

Wallahu a'lam.