



## **Ketika Sehat Menjadi Sangat Luar Biasa Nikmatnya**

Pelangi » Percik | Jum'at, 24 September 2010 18:15

**Penulis : Adinda Poetri**

Setiap manusia di dunia ini pastinya ingin selalu diberikan nikmat berupa kesehatan, salah satu dari sekian banyak keinginan. Karena dengan sehat, semua kegiatan bisa dilakukan. Coba bayangkan kalo kita mengalami sakit, pasti akan ada kegiatan yang terhambat sehingga kegiatan tersebut tidak bisa kita lakukan. Makan yang enak pun, akan terasa hambar dan tidak enak manakala indra perasa kita tidak berfungsi dengan normal. Tidur pun akan terasa tidak menyenangkan manakala ada sebagian anggota tubuh mengalami sakit walaupun hanya sebagiannya saja.

Memang, sehat akan dipandang biasa-biasa saja ketika badan dalam keadaan sehat, tapi sehat bisa menjadi sesuatu yang sangat luar biasa nikmatnya ketika mengalami sakit. Kadang kita sering melupakan nikmat dan anugerah sehat yang Allah berikan kepada kita. Seringkali kita tidak peduli dengan kesehatan kita, makan, minum, tidur, dan pola gaya hidup lainnya yang tidak teratur. Ujung-ujungnya berapa banyak uang yang harus kita keluarkan akibat dari pola makan dan gaya hidup yang tidak teratur tersebut? Betapa sehat itu mahal harganya ketika kita mengalami sakit.

Tapi, sakit juga merupakan suatu nikmat dan anugerah dari-Nya. Karena dengan mengalami sakit, kita bisa merasakan nikmatnya sehat. Seperti ketika kita sedang haus, akan terasa nikmatnya jika kita minum walaupun hanya dengan segelas air putih. Subhanallah, segala sesuatu yang Allah berikan kepada kita itu semuanya tidak ada yang sia-sia.

Maka mulai dari sekarang, jagalah pola makan dan pola gaya hidup kita!