

SYIAR RAMADAN

(MENJADI LEBIH BAIK)

Qolb untuk Memahami Ayat-Ayat Allah

RAJAR JOGJA • Jumat 3 Agustus 2012

NABI Muhammad SAW bersabda: "Tegallah bahasa di dalam jasadmu sebagaimana terdapat daging. Jika dia baik maka akan baik seluruh jasadnya, dan jika rusak akan rusak seluruh jasadnya. Tegallah dia itu qolb!"

Ketertarikan bda kita melihat di sekitar Masjidilharum Makkah atau di Masjid Nabawi Madinah akan ditemui larangan merokok dengan memasang kata qolb yang artinya jantung dan akan rusak karena rokok.

Beberapa tahun yang lalu hingga saat ini banyak orang-orang bahwa jantung diartikan atau artinya menurut kamus-kamus otak. Paradigma ilmiah kita pun mengira bahwa respons emosi kita datang dari otak saja. Tapi sekarang ternyata

tidak demikian. Riset dari Heart Math Institute menunjukkan bahwa emosi melibatkan jantung dan tubuh secara bersama-sama.

Menurut Dawson dan Szafron Allenby (2010) dalam bukunya *Master Retraining Using EFT: Rewrite Your Past, Transform Your Future*, jantung ternyata memiliki system saraf yang independen. Sistem saraf ini merupakan sistem yang kompleks sehingga disebut otak jantung. Ia menerima dan menghantarkan informasi kembali ke otak, menciptakan komunikasi dua arah antara jantung dan otak.

Hal yang serupa juga dijelaskan oleh Lopez, Shane L. dan C. R. Snyder dalam bukunya: *Oxford Handbook of Positive*

Psychology.

Secara sederhana ditunjukkan bahwa jantung mengirim lebih banyak sinyal ke otak daripada otak ke jantung. Jantung juga membangkitkan medan magnet listrik yang terbesar dalam tubuh. Biasanya lebih dari 60 kali dari otak dan menyebarkan serta meliputi tiap sel dalam tubuh. Komponen magnetik kira-kira 5 ribu kali lebih kuat daripada medan magnet otak dan dapat dideteksi beberapa meter jaraknya dari tubuh dengan alat magnetometer yang sensitif.

Struktur jantung dipengaruhi oleh emosi. Marah, benci, frustrasi, takut, stres, dan rasa ingin memisahkan diri dari jantung yang berdetak tidak tenang. Di sisi lain,



Oris:

Dr. Moh Diponegoro

hati yang percaya, pengharapan, syukur dan rasa ingin menciptakan diri jantung yang tenang. Mereka yang melakukan

ini dan memperhatikan pernyataan ini terdiri atas para pakar jantung, ahli-otak, dan biologi-biologi ilmu lain yang relevan.

Bagaimana hubungannya dengan Islam?

Alquran menyebut qolb atau jantung beberapa kali, baik dalam bentuk jamak maupun tunggal. Dalam ayat-ayat di bawah tertera kata hati yang merupakan perantara dari qolb.

16:78. Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatu pun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bersyukur.

7:179. Dan sesungguhnya Kami jadikan untuk is manusia kebanyakan dari jin dan manusia,

mereka mempunyai hati, tetapi tidak dipergunakannya untuk memahami (ayat-ayat Allah) dan mereka mempunyai mata (tetapi) tidak dipergunakannya untuk melihat (tanda-tanda kekuasaan Allah), dan mereka mempunyai telinga (tetapi) tidak dipergunakannya untuk mendengar (ayat-ayat Allah). Mereka itu sebagai binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat lagi. Mereka itulah orang-orang yang lalai.

22:46. Maka apakah mereka tidak berjalan di muka bumi, lalu mereka mempunyai hati yang dengan itu mereka dapat memahami atau mempunyai telinga yang dengan itu mereka dapat mendengar? Karena sesungguhnya

mereka baik-baik, mereka mempunyai hati yang dengan itu mereka dapat mendengar (ayat-ayat Allah). Mereka itu sebagai binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat lagi. Mereka itulah orang-orang yang lalai.

22:46. Maka apakah mereka tidak berjalan di muka bumi, lalu mereka mempunyai hati yang dengan itu mereka dapat memahami atau mempunyai telinga yang dengan itu mereka dapat mendengar? Karena sesungguhnya

mereka baik-baik, mereka mempunyai hati yang dengan itu mereka dapat mendengar (ayat-ayat Allah). Mereka itu sebagai binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat lagi. Mereka itulah orang-orang yang lalai.

22:46. Maka apakah mereka tidak berjalan di muka bumi, lalu mereka mempunyai hati yang dengan itu mereka dapat memahami atau mempunyai telinga yang dengan itu mereka dapat mendengar? Karena sesungguhnya