

Ini Lima Perkara yang Dapat Merusak Hati

written by IlyasFahmi



Manusia diciptakan tidak dengan main-main dan sembarangan. Manusia juga tidak diciptakan hanya sekedar mengisi bumi agar terdapat kehidupan di dalamnya. Melainkan manusia diciptakan dengan sebaik-baiknya ciptaan. Manusia juga diciptakan dengan tujuan-tujuan mulia. Tujuan mulia yang dimaksud adalah bagaimana sekiranya manusia senantiasa mendekatkan diri kepada Allah SWT selaku pencipta.

Organ yang paling mendasar dari manusia untuk mendekatkan diri adalah hati. Karena hati menurut Imam Abu Hamid al-Ghazali adalah raja bagi jasad (jasmani) setiap individu. Hati yang dimaksud bukanlah sepotong daging yang terletak di bagian kiri badan, melainkan sesuatu yang dapat mengendalikan seluruh tubuh manusia. Karena apabila hati sedang sehat dan berbahagia maka tubuh kita sehat dan bersemangat melakukan aktivitas apapun, begitu pula sebaliknya. Oleh karena itu, karena hati merupakan hal yang paling penting dalam diri manusia terutama untuk mendekatkan diri kepada Allah, maka kita harus merawat hati

sebaik-baiknya.

Agar hati tetap terjaga dengan baik, berikut ini lima perkara yang dapat merusak hati menurut Buya Hamka.

Pertama, salah memilih teman bergaul. Manusia di dunia memang tidak dapat hidup sendiri karena kematangan akal, sikap dan hidup manusia sebagian besar didapat dari pergaulan. Namun hal yang perlu diketahui bahwa kecenderungan hidup manusia ditentukan dengan siapa mereka bergaul. Oleh karena itu, manusia harus pandai-pandai memilih teman. Jadikanlah pergaulan hidup penuh kepositifan terlebih dalam mendekatkan diri kepada tuhan.

Kedua, hidup dalam angan-angan. Manusia yang hidupnya penuh angan-angan akan senantiasa abadi dalam khayalannya karena tidak adanya tindakan. Berbeda dengan mereka yang bercita-cita, mereka akan senantiasa berikhtiar dan berdoa untuk mencapai apa yang didambakan.

Ketiga, menggantungkan hati kepada nikmat yang diberikan, sehingga lupa kepada yang memberikan nikmat. Hal ini merupakan pangkal ketamaan manusia yang dapat mengakibatkan pengingkaran adanya pemberi nikmat sebagai pencipta segala sesuatu yang ada dan terjadi.

Keempat adalah banyak makan. Manusia yang banyak makan akan berakibat pada timbulnya sesuatu yang haram. Haram karena merampas hak-hak manusia lainnya dan haram karena berlebihan mengkonsumsi makanan. Apabila perut sudah kenyang, akan memberatkan manusia dalam beribadah terlebih dapat menimbulkan nafsu kelamin sehingga pikiran hanya berpusat pada nafsunya. Oleh karena itu, Nabi SAW. bersabda “yang kerap kali membawa celaka bagi anak adam ialah mengisi perutnya. Kalau anak adam mau selamat, bagi tigalah perutnya; sebagian untuk makan, sebagian untuk minum, dan sebagian lagi untuk memikirkan diri sendiri”.

Perkara kelima yang dapat merusak hati adalah banyak tidur. Perkara terakhir ini sangat erat kaitannya dengan perkara banyak makan. Biasanya manusia yang perutnya selalu kenyang akan berakibat pada badan lemah, kurang fokus dan mengantuk. Apabila sudah banyak tidur, menyebabkan hati tertidur dan kehilangat semangat beribadah karena beban perut sehingga hatinya akan semakin jauh dari Allah SWT. Wallahu A'lam Bissawab.