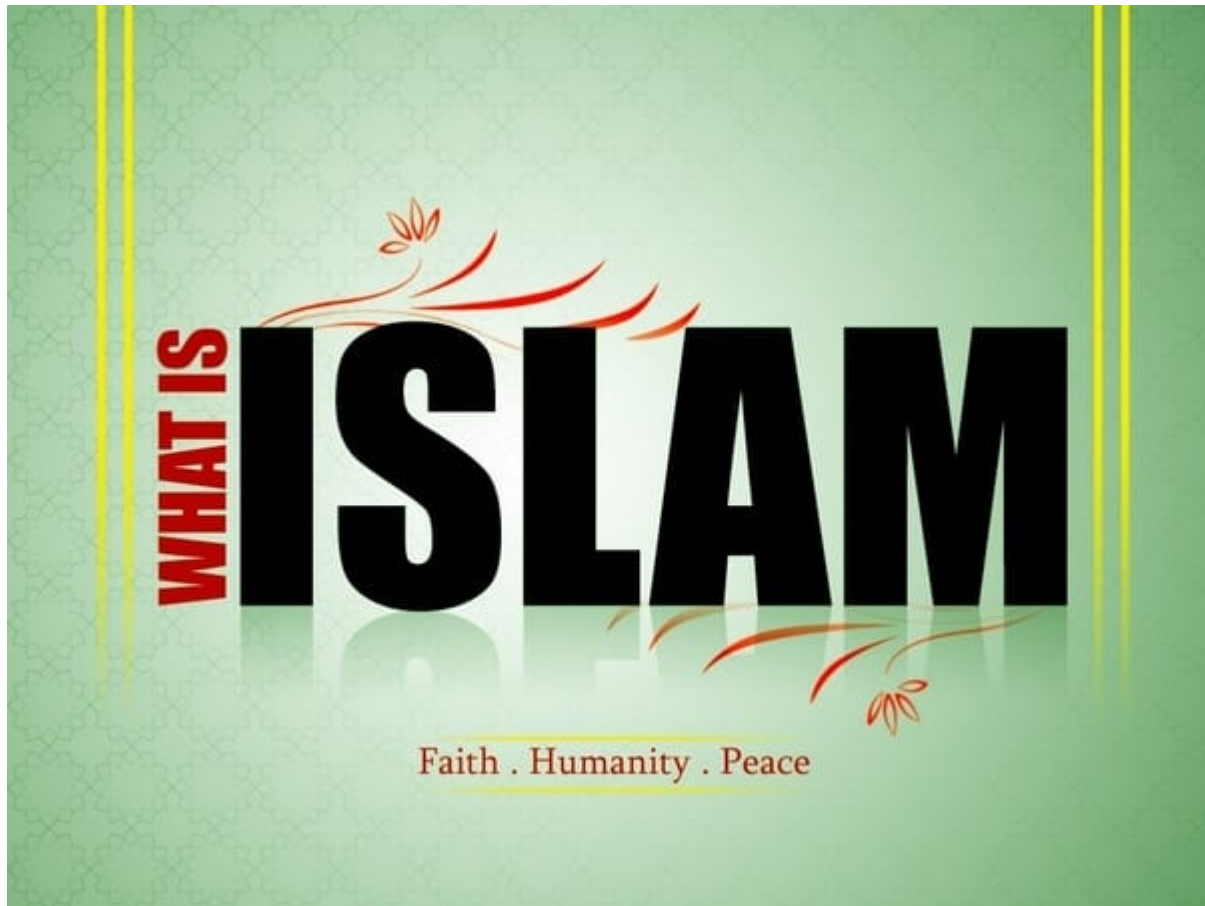


Islam Tidak Mengajarkan Anda Menjadi Muslim Pemarah

written by Dr. (c) Khalilullah, S.Ag., M.Ag.



Hingga kini tak terasa Ramadhan begitu cepet berlalu. Seakan perjalanan [Ramadhan](#) bak kilat mengibas perkotaan. Begitulah waktu. Siapa yang lalai akan menyesal kemudian. Bukankah banyak usia tua belum dewasa, karena belum menghargai waktu? Suka berteriak-teriak bak anak kecil yang kegirangan bermain. Bertindak semaunya sendiri, tanpa melihat dampak di hari kemudian. Tuhan amat sangat serius berbicara soal waktu sampai bersumpah dalam Qs. al-Ashr ayat 1, *Demi masa.*

Ramadhan merupakan momen sekali dalam setahun. Karena itu, Ramadhan benar-benar dijadikan media *riyadhah*, melatih diri menjadi pribadi lebih baik (*khaira ummah*) bukan muslim pemarah. Pribadi yang baik adalah muslim yang baik. Siapa yang merasa menyandang predikat “muslim”, maka ia akan selalu berusaha [mengimplementasikan nilai-nilai keislaman](#) dalam kehidupan sehari-hari. Bila menyadari sifat kemanusiannya, orang ini akan selalu berusaha

menghormati saudaranya sendiri yang jelas-jelas sama-sama manusia; hak-haknya dipenuhi, tidak dibedakan, dan saling membangun hidup yang harmonis dan tidak menjadi muslim pemarah.

Sebagai media *training*, Ramadhan hendaknya benar-benar dimanfaatkan semaksimal mungkin. Memperbanyak ibadah. Membantu sesama. Tidak berbuat *people power* yang dapat menghilangkan harmonisasi Ramadhan. Suka bermuka ceria, senyum, dan berbaik sangka. Sebab, *people power* dan berwajah murung adalah implementasi dari rasa marah yang keterlaluan.

Perbuatan baik yang diimplementasikan, baik dalam jiwa maupun dalam lahir, akan menjadi bukti perkembangan Ramadhan seseorang. Siapa yang sebelum Ramadhan perilakunya kurang baik, kemudian saat dan pula sesudah Ramadhan sikapnya berubah menjadi baik, maka bisa dibilang Ramadhan mampu mendidik jiwa seseorang itu.

Tragisnya, sebelum dan saat Ramadhan berlangsung sikapnya belum ada perubahan. Yang sebelumnya gemar marah-marah, masih menjadi muslim pemarah, saat Ramadhan tiba sikapnya belum *hijrah*. Orang ini masih gemar menjadikan marah sebagai pelampiasan dari kegelisahan batinnya. Dan, penting dicatat bahwa yang tidak diperbolehkan bagi seseorang bukan marahnya, tapi melampiaskan marah itu kepada orang lain.

Ada sebuah riwayat yang mengisahkan seorang lelaki yang datang menemui Rasulullah Saw. dan mengatakan, "*Wahai Rasulullah, ajarkanlah kepada saya sebuah ilmu yang bisa mendekatkan saya ke surga dan menjauhkan dari neraka.*" Maka beliau bersabda, "*Jangan tumpahkan kemarahanmu. Niscaya surga akan kau dapatkan.*" (HR. Thabrani).

Pesan Nabi Saw. tersebut adalah larangan melampiaskan amarah kepada orang lain. Karena, dampaknya amat sangat fatal, paling tidak dapat menghilangkan harmonisasi hidup, malahan akan menyulut api permusuhan. Lebih dari itu, orang yang dimarahi akan sakit hati, apalagi dimarahi di depan umum, sehingga merasa dipermalukan. Siapa yang gemar melampiaskan rasa marah, maka neraka akan menjadi balasan yang setimpal. Paling tidak, pemarah akan tersiksa batinnya, kotor hatinya, dan suram masa depannya. Pemarah akan dijauhi teman dekatnya, karena memandangnya tidak menyejukkan. Pemarah akan tertutup rezekinya, karena konsumen takut membangun kerja sama. *Naudzu billah.*

Muslim seharusnya menjaga diri agar tidak menumpahkan amarahnya. Muslim selalu berwajah ceria, suka tersenyum, dan menyelamatkan saudaranya dari kemafsadatan, lebih-lebih saudara seiman. Menumpahkan kemarahan merupakan insyarat belum sempurna keislamannya. Karena Islam mencita-citakan sikap lemah lembut, bukan tindakan kekerasan. Tindakan kekerasan, pemaksaan, dan pembatasan ruang gerak lebih cocok diaplikasikan pada anak kecil yang membutuhkan perhatian lebih dan belum mampu menghirup udara kebebasan atas pilihannya sendiri. Islam selalu berpesan kepada pemeluknya untuk selalu menjaga lisan dan tangan sehingga tidak gampang menyakiti saudaranya sendiri.

Menjelang Ramadhan seharusnya sikap muslim lebih baik dari bulan-bulan yang lain. Bila seseorang gemar menumpahkan amarah tanpa kendali, maka pada bulan Ramadhan ia seharusnya belajar mengendalikan amarah itu. Sebenarnya, untuk mengatasi amarah itu mudah. Perbanyaklah senyum. Karena, pesan sebuah hadis, *“Senyummu di depan saudaramu adalah sedekah.”* Apa sulitnya tersenyum? Bukannya sudah merugi siapa yang mengerutkan dahinya? Tersenyumlah, karena senyum itu akan menjadi sedekah. Siapa yang gemar bersedekah, maka ia akan mendapatkan limpahan rezeki dari Allah Swt.

Bila orang itu sulit tersenyum, sedang ia gemar menumpahkan marah, sementara ia pula sedang berpuasa, maka ia tidak akan termasuk dalam jaminan hadis Nabi Saw., yang berbunyi: *“Demi Zat yang berkuasa atas nyawaku, sungguh bau mulut orang puasa itu lebih wangi menurut Allah daripada bau misik.”* Mulut yang digunakan menumpahkan kemarahan bukanlah bau mulut orang yang berpuasa, namun, bau mulut orang emosi yang dikendalikan nafsu amarahnya, sehingga pintu surga ditutup, pintu neraka dibuka, dan ikat setan dilepas dengan amarahnya.[] *Shallallah ala Muhammad.*