

Bismillaahirrohmaanirrohiim..  
Assalamu'alaikum warohmatullahi wa barokaatuuh..

Alhamdulillahirobbil 'alamin, washolatu wasalmu'ala ashrofil ambya'i walmursalin,  
wa 'ala alihi washohbihi aj'mangin. Ama ba'du...

Bapak Ibu jama'ah yang dimuliakan Allah, syukur Alhamdulillah kita haturkan ke  
hadhirat Allah, Sang Pemberi petunjuk, Yang menguasai dan mengendalikan  
seluruh hati manusia. Puji syukur kita haturkan pula kepada Allah, karena dengan  
rahmat dan hidayahnya, kita bisa merasakan nikmatnya ibadah dan ketaatan  
kepada-Nya.

Salam dan shalawat semoga tetap terlimpahkan kepada Rasulullah Muhammad  
Shallahu 'alaihi wasallam, keluarga, sahabat dan para pengikutnya yang senantiasa  
istiqomah. Amin..

Jama'ah yang dirahmati Allah, pada kesempatan kali ini saya akan membacakan  
sebuah kultum dengan tema:

### **Mengobati Penyakit Hati**

Dalam hadist dari Abbas bin Abdul Muthalib radhiyallahu 'anhu, Rasulullah  
shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda,

“Akan merasakan nikmatnya iman, orang yang ridha Allah sebagai Rabnya, islam  
sebagai agamanya, dan Muhammad shallallahu 'alaihi wa sallam, sebagai rasulnya.”  
(HR. Muslim, Turmudzi dan yang lainnya).

Dalam hadis di atas, Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam menyebut tiga kriteria  
untuk dapat merasakan lezatnya iman:

1. Orang yang mentauhidkan Allah dengan sepenuhnya, sebagai bukti dia ridha Allah sebagai Rabnya,
2. dia menjadikan syariat islam sebagai aturan hidupnya, sebagai bukti dia ridha bahwa islam sebagai agamanya,
3. dia mengikuti petunjuk Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam dalam hidupnya.

Iman, islam, dan segala turunannya merupakan kenikmatan dan bisa dirasakan  
lezatnya. Namun, mengapa banyak orang justru merasa berat atau bahkan merasa  
tersiksa ketika melakukan ketaatan? Bisa jadi, bahkan termasuk kita, seringkali  
masih menganggap ketaatan itu sesuatu beban yang sulit bagi kita.

Kasus semacam ini juga dialami oleh fisik manusia. Ketika seseorang sakit, selezat  
apapun makanan yang diberikan, orang tersebut akan merasakannya sebagai  
sesuatu yang pahit dan tidak nikmat.

Seperti itulah orang yang sedang sakit hati dan mentalnya. Selezat apapun nutrisi  
yang diberikan, dia akan merasakan pahit dan berusaha menolaknya. Untuk bisa

mengembalikan pada kondisi normal, tentu penyakit tersebut harus diobati. Hati sakit yang dibiarkan, selamanya akan sulit untuk menikmati lezatnya iman.

Imam Ibnul Qoyim, dalam karyanya Ighatsatul Lahafan menjelaskan bahwa ada 3 teori pokok untuk mengobati sesuatu yang sakit. Teori ini juga digunakan dalam ilmu medis, ketika seorang dokter hendak mengobati pasien.

**Pertama, menjaga kekuatan.** Ketika mengobati pasien, dokter akan menyarankan agar pasien banyak makan yang bergizi, banyak istirahat, tenangkan pikiran, tidak lupa, sang dokter juga memberikan multivitamin atau suplemen. Semua ini dilakukan dalam rangka menjaga kekuatan fisik pasien.

Ibnul Qoyim menjelaskan, orang yang sakit hati, salah satu upaya yang harus dilakukan adalah menjaga kekuatan mentalnya, dengan ilmu yang bermanfaat dan melakukan berbagai ketaatan. Hatinya harus dipaksa untuk mendengarkan nasehat dan ilmu yang bersumber dari Al-Quran dan sunah, serta fisiknya dipaksa untuk melakukan ibadah dan ketaatan. Karena ilmu dan amal adalah nutrisi bagi hati manusia. Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam dalam hadis riwayat Bukhari, memisalkan ilmu sebagaimana hujan dan hati manusia sebagaimana tanah. Karena hati senantiasa butuh nutrisi berupa ilmu.

**Kedua, melindungi pasien dari munculnya penyakit yang baru atau sesuatu yang bisa memparah sakitnya.**

Dalam mengobati pasien, tahapan lain yang dilakukan dokter adalah menyarankan pasien untuk menghindari berbagai pantangan sesuai jenis penyakit yang diderita pasien.

Hal yang sama juga berlaku untuk penyakit hati. Seperti yang dijelaskan Ibnul Qoyim, orang yang sakit harus menghindari segala yang bisa memperparah panyakit dalam hatinya, yaitu dengan menjauhi semua perbuatan dosa dan maksiat. Karena dosa dan maksiat adalah sumber penyakit bagi hati. Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam menggambarkan bagaimana bahaya dosa bagi hati manusia dalam potongan hadist yang artinya:

Sesungguhnya seorang hamba, apabila melakukan perbuatan maksiat maka akan dititikkan dalam hatinya satu titik hitam. Jika dia meninggalkan maksiat itu, memohon ampun dan bertaubat, hatinya akan dibersihkan. Namun jika dia kembali maksiat, akan ditambahkan titik hitam tersebut hingga menutupi hatinya. (HR. Turmudzi, Ibnu Majah dan sanadnya dinilai kuat oleh Syaib Al-Arnauth).

**Ketiga, menghilangkan penyakit yang ada dalam dirinya**

Tahapan terakhir, setelah dokter memastikan jenis penyakit yang diderita pasien, dokter akan memberikan obat untuk menghilangkan penyakit tersebut dengan dosis yang sesuai dengan penyakit pasien.

Ibnul Qoyim menjelaskan bahwa cara untuk menghilangkan penyakit yang merusak hati adalah dengan banyak bertaubat, beristighfar, dan memohon

ampunan kepada Allah. Jika kesalahan itu harus ditutupi dengan membayar kaffarah maka dia siap membayarnya. Jika terkait dengan hak orang lain, diapun siap dengan meminta maaf kepadanya.

Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam menggambarkan:  
Orang yang bertaubat dari satu perbuatan dosa, seperti orang yang tidak melakukan dosa itu. (HR. Ibnu Majah).

Karena dengan taubat, berarti dia menghilangkan penyakit hati berupa dosa dalam dirinya.

Jamaah yang berbahagia,

Semoga Allah melindungi kita dari segala penyakit hati yang berbahaya, dan menjadikan hati kita, hati yang sehat, yang bisa merasakan lezatnya iman, islam, dan amal soleh. Aamiin.

Demikianlah sedikit yang dapat saya sampaikan. Kurang lebihnya saya mohon maaf. Billahitaufik walhidayah.. Wassalamu'alaikum warohmatullahi wa barokaatuuh.

**Diupload Oleh: [WartaSolo.COM](http://WartaSolo.COM)**