

Hikmah yang Dipetik dari Salat

Ditulis oleh Supadilah Iskandar pada Rabu, 28 Juli 2021



Dalam novel *Perasaan Orang Banten (POB)*, yang disebut-sebut banyak pengamat sebagai cermin realitas masyarakat kita, sang penulis mengambil *setting* lokasi di wilayah Banten sebagai tanah kelahirannya. Kebanyakan tokohnya mencerminkan watak masyarakat muslim Indonesia, yang tak lepas dari gugatan beberapa analis: mengapa penulis menampilkan tokoh-tokoh yang rajin melaksanakan salat, tetapi sekaligus rajin pula melakukan kriminal dan kemaksiatan?

Bahkan, tidak ragu-ragu ditampilkan tokoh Pak Salim dan Tohir si penjaga masjid (marbot), yang mengalami baku-hantam dengan orang-orang Batak justru setelah melakukan salat Jumat. Bukankah dalam khutbah Jumat senantiasa dikumandangkan pentingnya hidup dalam garis-garis ketakwaan? Kejadian itu seakan menghubungkan imajinasi pembaca dengan fenomena menteri agama baru-baru ini, yang berani melakukan korupsi berskala miliaran. Bukankah di dalam Alquran (al-Ankabut: 45) ditegaskan,

bahwa salat itu mencegah perbuatan jahat (*fahsya*) dan lalim (*mungkar*)?

Kita bisa melihat Indeks Persepsi Korupsi 2020 yang menempatkan negara-negara mayoritas muslim di peringkat 100 ke bawah, termasuk Indonesia. Artinya, negara-negara yang sebagian besar penduduknya para pelaku salat, justru tak becus mengelola harta milik publik. Bukankah negara berpenduduk mayoritas muslim setidaknya bisa memperoleh peringkat yang lebih baik daripada negara-negara yang sering disebut-sebut “kafir”?

Kecenderungan berislam tanpa ritual, seperti terjadi di kalangan liberal yang mendorong berislam secara rasional, atau di kalangan praktisi spiritual perkotaan yang lebih mengutamakan hakikat (hubungan manusia dengan Tuhan) ketimbang syariat, tak luput dari perhatian intelektual kita akhir-akhir ini. Demikian pula dengan tokoh-tokoh dalam novel POB seperti Bang Jali atau seniman Taufik, yang juga tak terlampau mengikatkan diri dalam aturan-aturan syariat dan formalisme agama.

Di dalam Alquran, setidaknya ada 234 ayat yang menyinggung soal salat, demikian pula ratusan dalam hadis-hadis Nabi. Namun demikian, tidak sedikit ayat dan hadis yang mengecam para pelaku salat, misalnya dalam surah *al-Ma'un* yang terang-terangan mendeklarasikan “kemalangan” bagi pelaku salat, yakni para pelaku salat yang gemar menghalangi kebaikan antar sesama. Di sisi lain – pada surah yang sama – ditegaskan mengenai kesia-siaan orang salat di satu sisi, tetapi mengharap-harap pujian dan sanjungan (*riya*) dari pihak lain. Alquran menegaskan mereka itu adalah orang-orang yang lalai terhadap salatnya, bahkan disebut pula sebagai orang-orang yang mendustakan agamanya.

Terkait dengan itu, Rasulullah pernah menyatakan tentang orang salat yang sama sekali tak berefek positif terhadap perbuatan: “Sia-sia orang yang salatnya tidak menjauhkan dirinya dari perbuatan keji dan mungkar.” Pada kesempatan lain, dinyatakan pula tentang adanya orang yang terus-menerus melakukan salat selama 50 tahun, tetapi Tuhan tak pernah menerima satu pun dari salat-salatnya itu.

Karena itu, percuma saja bagi orang yang tak sanggup menangkap *massage* dari salatnya, yakni nilai-nilai yang tersirat dari upaya mendirikan salat. Mengingat fenomena korupsi yang masih marak di republik ini, mudah sekali ditarik kesimpulan, bahwa tidak sedikit orang yang salatnya hanya sebatas ucapan dan gerakan yang diulang-ulang (kuantitas), tanpa menghiraukan substansi dan nilai-nilai dari salat (kualitas). Padahal, justru nilai-nilai itulah yang menentukan diterima atau ditolaknya salat seseorang.

Nilai-nilai itu tak lain sebagai akibat yang lahir dari perbuatan salat, yakni menjauhi

perilaku keji dan mungkar, yang keduanya selalu menyertai ayat atau hadis Nabi perihal efek dari mendirikan salat. Jadi, salat yang benar dalam logika Islam, niscaya akan mencegah pelakunya dari kekejian dan kemungkaran, serta mendorong pelakunya agar berbuat baik dan benar. Maka, konsekuensi logisnya, tanpa memunculkan efek tersebut, salat seseorang dapat dikatakan sebagai salat yang tertolak dan sia-sia belaka.

Salat yang benar ada kaitannya juga dengan “khusyuk”, sebagai kunci yang membuka pintu gerbang menuju selaksa kenikmatan dan kemanfaatan salat. Di dalam surah al-Baqarah ayat 45, dinyatakan bahwa Allah berfirman: “*Sesungguhnya melakukan salat itu sesuatu yang berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyuk.*”

Dengan demikian, salat hanya akan memiliki nilai jika pelakunya mampu melaksanakannya dengan khusyuk, yakni kesadaran akan kerendahan diri seorang hamba di hadapan Tuhannya. Karena bagaimanapun, efek dari perilaku rendah-diri di hadapan Sang Pencipta (vertikal) niscaya akan melahirkan sikap rendah-hati di hadapan manusia dan lingkungannya (horisontal). Cinta kepada Tuhan Sang Pencipta (al-Khaliq) pada gilirannya akan memunculkan rasa cinta kepada ciptaan-ciptaanNya.

Ketika orang melatih kekhusyukan melalui salat, ia akan merasakan kehadiran Tuhan di sisinya. Ia akan mewaspadaikan kecintaan berlebihan kepada selain-Nya, dan mencegah dirinya dari perbuatan yang akan menyakiti dirinya serta orang lain. Dengan terus menjaga kekhusyukan setiap hari, pelaku salat sejati tak memiliki tempat lain dalam hatinya kecuali dihuni oleh kesadaran dirinya akan kehambaan dan ketuhanan.

Selain itu, ada kunci lain untuk mencapai kekhusyukan dalam salat, yakni “*thuma'ninah*”. Ia didefinisikan sebagai ketenangan saat melafalkan bacaan dan melakukan gerakan-gerakan di dalam salat. Di dalam *thuma'ninah*, pelaku salat tidak diperkenankan melakukan gerakan atau bacaan yang terburu-buru.

Istilah *thuma'ninah* memiliki akar kata yang sama dengan *muthma'innah* yang termaktub dalam Alquran, yakni perjalanan jiwa dari *al-nafs al-ammarah* (sifat dengki) menuju *al-nafs al-lawwamah* (sifat yang mengoreksi diri), kemudian berpuncak pada *al-nafs al-muthma'innah* (jiwa yang damai dan lapang). Dalam bahasa yang berbeda, Sigmund Freud pernah menyinggung soal ini dalam konsep psikoanalisisnya tentang *id* (naluri), *ego* (kesadaran diri), dan *super ego* (kesadaran tertinggi).

Jiwa yang damai dan lapang dapat diidentikkan sebagai jiwa yang kembali kepada PemilikNya, atau kepada asal-muasalnya (fitrahnya) dengan berserah diri sepenuhnya. Dapat pula diartikan sebagai ketundukan seorang hamba dengan penuh penghambaan

kepada kebesaran dan keagungan Tuhan sebagai Sang Pencipta. Terkait dengan ini, kita mengenal adagium bahwa seorang hamba yang jiwanya khushyuk, ia akan berbisik di lapisan bumi saat bersujud, tetapi gaungnya terdengar hingga menembus ketinggian langit.

Bersujud di hadapan Sang Maha Damai dan berkomunikasi dengan-Nya sudah semestinya membuat pelaku salat selalu berada dalam keadaan damai dan lapang. Tidak ada tempat dalam jiwanya bagi hasutan dan kedengkian kepada Sang Pencipta dan ciptaan-Nya, dan tak ada dorongan-dorongan untuk berlaku kasar dan anarkis.

Jiwa yang damai dan lapang dikenal dalam istilah psikologi positif sebagai “flow” yang paralel juga dengan makna “*thuma'ninah*” tadi. Flow dapat diartikan dengan kondisi jiwa yang selaras dan seimbang, sehaluan dengan sikap yang fokus dan penuh konsentrasi yang terkendali. Jiwa yang *flow* tak akan terkecoh oleh berbagai isu dan rumor negatif (hoaks), termasuk simpang-siurnya informasi yang meninabobokan saat ini.

Jiwa yang *flow* tidak membuat pikiran seseorang bercabang ke mana-mana (istilah Sunda: “loba kahayang”). Ia dapat membedakan yang penting dari yang sampingan, bahkan yang terpenting dari yang penting (esensial). Kondisi inilah yang dapat mendatangkan kebahagiaan hidup, bahkan berperan dalam penyembuhan berbagai-macam penyakit seperti Covid-19, jantung, stroke, dan depresi.

Bagi seorang pengarang atau sastrawan, kondisi *flow* ini akan membuat sang penulis peka dan peduli, sampai kemudian memahami dengan cerdas perihal tema terpenting yang akan digoreskan dengan pena, demi untuk memajukan peradaban bangsa ini. Jadi, tidak asal mengarang dan ngelindur ke mana-mana, sementara persoalan paling esensial mengenai situasi politik 1965 dan 1998 diabaikan begitu saja.

Menurut Herbert Benson, seorang ahli ilmu kedokteran di Universitas Harvard menegaskan dalam bukunya, “Relaxation Response”, bahwa kondisi *flow* dapat memacu kreativitas serta memunculkan gagasan-gagasan baru yang mencerahkan intelektual kita. Dalam kondisi *flow*, otak manusia mentransmisikan gelombang *tetha*, yakni gelombang yang berada di antara gelombang *alpha* (dipancarkan saat terjaga) dan gelombang *betha* (yang dipancarkan saat tertidur). Saat otak mentransmisikan gelombang *tetha* inilah, seorang penulis memperoleh ide dan gagasannya yang paling cemerlang.

Banyak filosof muslim dan kaum sufi berpandangan bahwa pengetahuan tertinggi tidak bisa diperoleh melalui penalaran rasional tulen, tetapi berdasarkan kehadiran-diri melalui pengalaman spiritual yang disebut ilmu *hudhuri*. Menurut ulama dan sastrawan Mustofa

Bisri, salat yang benar adalah medium paling pas jika dibandingkan dengan jenis-jenis yoga atau meditasi lainnya. Di dalam salat terdapat gerakan fisik yang rileks dan bacaan yang diulang-ulang. Akan menjadi optimal jika pelaku salat mampu menghayati makna puitis dan simbolik di balik bacaan dan gerakan salat seperti halnya kaum sufi.

Salat yang benar adalah sarana penting untuk menuju hakikat dan pencerahan intelektual. Sangat disayangkan jika umat Islam Indonesia tak dapat mengambil manfaat serta kenikmatan yang dihadirkan dari pelaksanaan salat mereka. (*)

Baca juga: Iman Si Amin