



## **(Mungkin) Tidak Ada Hypnotherapy di Gaza**

Pelangi » Refleksi | Sabtu, 30 November 2013 18:00

**Penulis : Muhammad Nahar**

*"Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu. Dan sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat kecuali bagi orang-orang yang khusyu', (yaitu) orang-orang yang meyakini bahwa mereka akan menemui Tuhannya dan bahwa mereka akan kembali kepada-Nya." (QS. Al-Baqarah : 45-46).*

Sudah beberapa tahun belakangan ini, pelatihan-pelatihan hypnosis, NLP, Mind Power, dan sejenisnya sangat marak di Indonesia. Pelatihan-pelatihan teknik pemberdayaan pikiran itu diklaim mampu menghasilkan ketenangan, kesuksesan bagi pesertanya. Masalah trauma, kesehatan, karir, keuangan, jodoh, rumah tangga, dan lain sebagainya diklaim mampu diselesaikan jika mereka sudah mengikuti pelatihan-pelatihan tersebut. Apakah ada yang sukses berkat pelatihan-pelatihan tersebut? Mungkin, mengingat banyaknya testimoni yang mengiringi iklan-iklan pelatihan seperti itu. Namun di sisi lain, bukan tidak mungkin banyak yang tidak atau belum berhasil, mengingat begitu banyaknya permasalahan di sekitar kita, baik di bidang ekonomi, kesehatan, keluarga, dan lain sebagainya.

Satu hal yang menarik, kita sepertinya tidak pernah mendengar pelatihan-pelatihan seperti itu ada di suatu daerah yang sudah berpuluh tahun dilanda konflik dan bencana peperangan. Sebuah daerah kecil di bumi Palestina yang penuh berkah, yang berada di bawah kekuasaan HAMAS, bernama Gaza. Para penduduk Gaza mungkin tidak pernah mengikuti pelatihan-pelatihan seperti itu, bahkan mungkin mereka belum pernah mendengarnya sama sekali. Jika kita bertemu dengan mereka dan kita tanyakan tentang hypnotherapy, NLP, atau sejenisnya, mungkin mereka akan terperangah dan bingung dengan apa yang kita bicarakan. Namun demikian, jika kita mau jujur, beban hidup siapakah yang lebih berat? Siapakah yang lebih berat, lebih pedih, dan lebih mengerikan ujian kehidupannya? Kita atau mereka?

Penduduk Gaza telah sungguh-sungguh mengamalkan ayat Al-Baqarah : 45-46 dalam Al-Qur'an yang mengatakan bahwa Allah SWT menyuruh manusia menjadikan sabar dan shalat sebagai penolongnya. Gempuran demi gempuran pasukan Zionis dan para pemukim Yahudi ilegal yang terus menerus meneror mereka setiap hari mereka hadapi dengan penuh ketabahan. Meski harus hidup dalam tekanan penjajahan dan himpitan kemiskinan, mereka tidak pernah menyerah. Meskipun masjid-masjid, rumah-rumah tempat tinggal dan sekolah-sekolah mereka diruntuhkan, kekuatan jiwa dan kesabaran mereka tidak ikut runtuh. Semua karena mereka menjadikan sabar dan shalat sebagai penolong mereka menghadapi semua ujian berat tersebut.

Menjadikan sabar dan shalat sebagai penolong dalam kehidupan tentu tidak mudah. Yang menjadikan sabar dan shalat sebagai sesuatu yang berat adalah karena kedua metode yang disyariatkan itu tidak langsung terasa manfaatnya. Metode ini bukanlah metode-metode ala New Age yang seringkali bisa langsung dirasakan sensasinya hingga membuat orang ketagihan. Hawa nafsu manusia memang menginginkan solusi yang instan, yang segera menghilangkan rasa sakit atau kesulitan yang diderita saat itu.

Maka, jika selama ini kita sudah menghabiskan banyak waktu dan biaya untuk mengikuti beragam pelatihan, namun kita kurang merasakan hasilnya, kita perlu merasa malu pada penduduk Gaza. Mereka mampu bertahan dengan hanya mengandalkan ketaatan dan kedekatan pada Allah SWT tanpa perlu mengikuti pelatihan-pelatihan teknik pemberdayaan pikiran yang kini begitu marak di sekitar kita.

*Tulisan ini terinspirasi dari tulisan-tulisan ustadz Yusdeka Putra.*

