



MATERI KAJIAN TEMATIK

Judul Kajian:

Bincang Sehat: Seputar Sistem Cerna (Tinjauan Secara Medis dan Syariat Islam)

Jadwal Kajian:

Ahad, 19 Jumadal Awwal 1442H (3 Januari 2021) ~ Pukul 12.30 - selesai

Pemateri:

Ustadz Abu Ahmad Abdurrahman Dani حفظه الله تعالى



بسم الله الرحمن الرحيم

: الحمد لله والصلاة والسلام على نبينا محمد ﷺ وعلى آله وصحبه أجمعين، أما بعد

Ketahuiilah saudara/i-ku, Allah ﷻ telah menciptakan kita betul-betul dalam keadaan sesempurnanya, dan bahkan Dia ﷻ meyakinkan untuk menunjukkan hal itu hingga bersumpah tiga kali dalam satu surat yakni surat at-Tiin.

Surat ini merupakan surat ke-95 dalam Al-quran ;

وَالَّتِيْنَ وَالزَّيْتُوْنَ ۝

1. Demi (buah) Tin dan (buah) Zaitun,

وَطُوْرٍ سِيْنٍ ۝

2. demi gunung Sinai,

وَهٰذَا الْبَلَدِ الْاَمِيْنِ ۝

3. dan demi negeri (Mekah) yang aman ini.

لَقَدْ خَلَقْنَا الْاِنْسَانَ فِىْ اَحْسَنِ تَقْوِيْمٍ ۝

4. Sungguh, Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya,

ثُمَّ رَدَدْنٰهُ اَسْفَلَ سَافِلِيْنَ ۝

5. kemudian Kami kembalikan dia ke tempat yang serendah-rendahnya,

اِلَّا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا وَعَمِلُوا الصَّٰلِحٰتِ فَلَهُمْ اَجْرٌ غَيْرٌ مِّمَّنْ حُوْنٍ ۝

6. kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan; maka mereka akan mendapat pahala yang tidak ada putus-putusnya.

قَمَّا يَكْذِبُكَ بَعْدُ يَالِدِّينَ

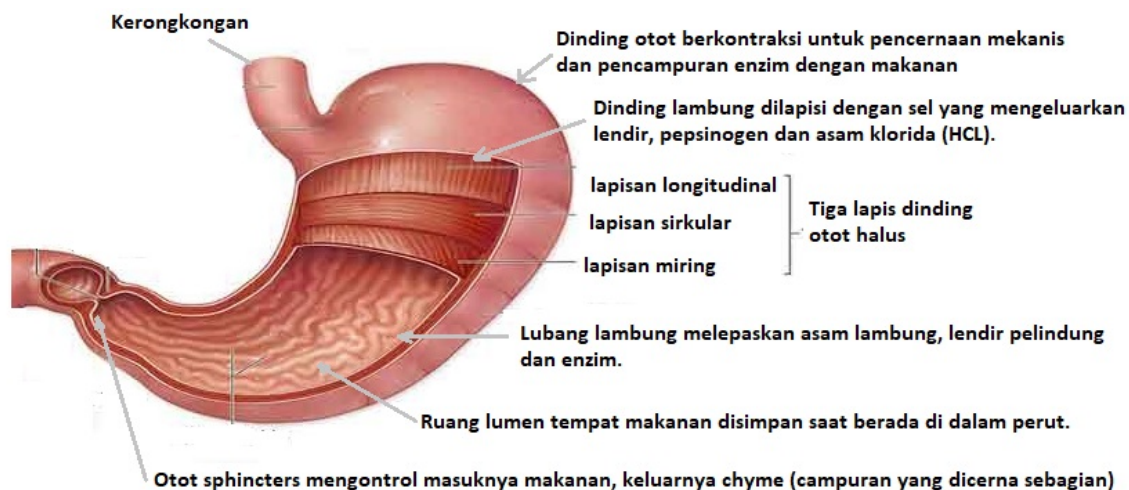
7. Maka apa yang menyebabkan (mereka) mendustakanmu (tentang) hari pembalasan setelah (adanya keterangan-keterangan) itu?

آلِهَ سَ اللّٰهُ يَآ كَمُ الْحَكِيمِ

8. Bukankah Allah hakim yang paling adil?

👉 Perhatikan seksama, dalami, hayati dan tadabburi ayat ke 4 di atas.

Termasuk sempurnanya ciptaan Allah ﷻ dari manusia ini adalah bagaimana Allah ﷻ menciptakan sistem pencernaan kita, anatominya, fisiologinya, jadwal organnya dan kaitannya perut kita dengan kesehatan kita.



[gambar sistem cerna manusia]

Berikut ungkapan dari hasil telaah dokter masa silam dan dokter sekarang terkait pencernaan kita ;

1. Dokter Yunani Klasik, Hipokrates (Seorang dokter Yunani Kuno yang lahir sekitar tahun 460 SM) ;

"Biarkan makanan menjadi obatmu, dan obat-obatan menjadi makananmu."

2. Dokter Arab Klasik, Al-Harits bin Kaldah ;

“Perut adalah sumber inti penyakit, dan menjaga pola makan adalah inti dari pengobatan. Maka kembalikanlah tubuh pada kondisi awalnya (normalnya)”

3. Dokter modern di masa ini berkata :

“80% penyebab penyakit adalah makanan”

“Perut adalah otak kedua”

Ini menunjukkan betapa pentingnya organ pencernaan, bahkan termasuk faktor makro dari sebab sehat-sakitnya seseorang.

Jadi Sehat-sakit/gemuk-kurus juga pilihan anda !!! Jangan salahkan takdir Allah.

Berkata Al-Hafidz Ibnu Hajar dalam Fathul Bari ketika menjelaskan kasus sakit mata ;

“...Sebabnya adalah penumpukan salah satu campuran atau uap yang naik ke lambung menuju otak. Jika uap itu terkumpul di hidung maka akan terjadi pilek, jika terkumpul di mata maka akan menyebabkan infeksi mata, jika naik ke uvula (anak lidah) maka akan menyebabkan pilek dan suara ngorok, jika terkumpul di paru-paru maka akan menyebabkan infeksi paru, jika menumpuk di jantung maka akan menyebabkan nyeri perut karena angin, dan jika menumpuk di kepala akan menyebabkan pusing”.

Syariat juga membahas hal terkait urusan perut kita, diantaranya seperti ;

1. Firman-Nya Surat ‘Abasa Ayat 24 :

فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَىٰ طَعَامِهِ

Maka hendaklah manusia itu memperhatikan makanannya.

2. Juga dalam surat Al-A'raf ayat 31 ;

وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا ۚ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ

Makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan.

3. Sabdanya Nabi ﷺ dari hadits Miqdam Ibn Ma'di Karib dimana beliau mendengar bahwa Rasulullah Sallallahu 'Alahi Wasallam bersabda :

ما ملأ ابن آدم وعاء شراً من بطن بحسب ابن آدم لقيمات يقمن صلبه . فإن كان لا محالة فثلث لطعامه وثلث لشرابه وثلث لنفسه

“Tiada tempat yang paling buruk yang dipenuhi oleh manusia daripada perutnya. Cukup bagi manusia beberapa suap saja untuk menegakkan tulang belakangnya, dan jika tidak maka sepertiga (dari perutnya) untuk makanannya, sepertiga lagi untuk minumannya dan sepertiga lagi untuk nafasnya”.

(HR. Ahmad, Tirmidzi, Ibnu Majah dan Hakim. Imam Tirmidzi berkata : hadits hasan)

Wallahu A'lam bi shawwab.

(Materi disusun oleh Ustadz Abu Ahmad Abdurrahman Dani hafidzahullah untuk Kajian Tematik MUMTAZ 3/01/2021) #nunung6/87