

“AWET MUDA”

Oleh Dalih Effendy

Semua wanita ingin tetap cantik dan awet muda. Meski usia dah kepala 4 atau 5 dan seterusnya pasti mereka ingin tetap sehat, cantik dan awet muda. Tidak jarang mereka mengeluarkan uang banyak untuk berobat, olah raga dan membeli alat bahkan ada yang operasi pelastik agar sehat, cantik dan awet muda. Lalu yang gak punya duit, hanya pasrah, usia 30 an tahun tapi muka nampak 50an tahun. Hal ini sering ditakuti oleh seorang isteri yang khawatir suaminya akan berpaling kepada yang lain.

Islam mengajarkan beberapa resep cantik dan awet muda, yaitu mandi, berwudhu, sering senyum, makan yg sehat, minyak zaitun dan berfikir positif dan selalu dimanja dan dibahagiakan oleh pasangannya. Rasulullah saw, bersabda, sebaik baik berhias adalah mandi. Prof. Leopold Warner dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa saat seseorang berwudhu dg benar syaraf syaraf di sebelah dahi, pipi, dan bagian muka lainnya sangat sensitif dg air basuhan sangat berdampak pada kesehatan kulit. Senyummu untuk saudaramu adalah sedekah bagimu, itu sabda Nabi. Menurut peneliti dari australia tadi, orang yg tersenyum hanya menggunakan 17 ototnya, lebih kecil dibandingkan dg orang yg cemberut menggunakan 43 otot. Isteri yang selalu bahagia dengan nafkah lahir dan batin dari suaminya, menyumbang 40 persen tetap cantik dan awet muda. Maka jika isteri menginginkan tetap cantik dan awet muda, maka jangan malu untuk meminta suaminya agar membahagiakan dan memuaskan dirinya dalam berhubungan sex. Isteri yg bahagia akan memproduksi hormon endorpeen yang menyumbang 40 persen wanita akan tetap cantik dan awet muda. Hormon endorpeen akan banyak terproduksi jika isteri sering menikmati dan merasa puas dalam berhubungan biologis dengan suaminya, termasuk jika menikmati saat “menyusui” orang yang dicintainya meski tidak mengeluarkan ASI. Para suami juga jangan egois hanya menginginkan kepuasan untuk dirinya sendiri tanpa usaha memberi kebahagiaan atau kepuasan untuk isterinya. Kebahagiaan seperti ini adalah kebahagiaan yang semu, bukan kebahagiaan hakiki. Kebahagiaan yang hakiki adalah mana kala kita bisa membahagiakan orang lain, terutama orang yang paling dekat dengan kita.

Laki laki juga akan cepat tua, jika hidupnya tidak bahagia. Apa lagi jika sering diomelin oleh isterinya. Suami yang sering dimarahi oleh isterinya mudah kena penyakit bahkan umurnya bisa lebih pendek. Begitu pula isteri yang dikhianati dan disakiti oleh suaminya akan Nampak wajahnya lebih tua 10 tahun dari usia sebenarnya. Artinya orang yang dalam hidupnya sering bermasalah, banyak beban pikiran, selalu bertengkar/marah-marah , mengalami setres, selalu sedih, tidak bahagia dan sebagainya akan cepat tua, sakit-sakitan bahkan berumur pendek.

Alkisah, Imam Syafi'i itu generasi tabi'it tabi'in. Salah satu imam mazhab dalam bidang fiqh. Mazhab Syafi'i ini adalah mazhab terbesar pengikutnya di Indonesia. Imam Syafi'i dikenal ulama mujtahid (ahli ijtihad). Saat ijtihad beliau

kesulitan untuk menentukan ukuran 1 sho' itu sama dengan 4 mud, karena saat itu ukuran 1 mud sama dengan 1 cakupan kedua telapak tangan. Ini dirasa tidak adil karena cakupan tangan orang yang besar ukuran mud menjadi banyak, sedangkan orang yang cakupan tangannya kecil maka ukuran mud menjadi sedikit. Kemudian Imam Syafi'i berinisiasi pergi ke kota Madinah untuk bertemu dengan orang yang paling tua, barangkali orang yang paling tua itu menangi (semasa hidupnya) dengan Rasulullah SAW, beliaupun menemukan orang yang dikehendaki. Kemudian Imam Syafi'i bertanya, "Bapak berumur berapa tahun? Si tua itu menjawab, "umurku 75 tahun." Imam Syafi'i melanjutkan pertanyaannya, "Apakah bapak pernah bertemu dg Rasulullah?" Bapak tua itu menjawab, "Ooo... tidak, coba kamu menemui bapakku saja!" Imam Syafi'i pun menemui bapaknya si tua itu kemudian bertanya, "Umur Bapak berapa tahun? Bapaknya si tua itu menjawab, "Umurku 100 tahun." Lalu Imam Syafi'i bertanya lagi, "Apakah Bapak pernah bertemu Rasulullah?" Bapaknya si tua itu menjawab, "Ooo... tidak, coba kamu bertanya pada bapakku saja!" Lalu Imam Syafi'i pun menjumpai si kakek tua itu dan beliau bertanya, "Umur kakek berapa tahun?" Si kakek tua itu menjawab, "Umurku 125 tahun." Imam Syafi'i terus bertanya, "Apakah kakek menangi (semasa hidupnya) dengan Rasulullah?" Kakek tua itu menjawab, "Iya, aku menangi Rasulullah SAW." Singkat cerita, akhirnya Imam Syafi'i bisa mendapatkan ukuran 1 mud sesuai ukuran Rasulullah lewat penjelasan si kakek tua itu sebagaimana yang kita pahami sekarang ini.

Dari pengembaraan menemui 3 orang tua itu (anak, bapak dan kakek) itu ada sesuatu yang mengagumkan, akhirnya Imam Syafi'i memberanikan diri bertanya pada si kakek tua itu, "Maaf kek, kenapa kakek tampak lebih muda dan gesit dari putra kakek, dan kenapa putra kakek malah kelihatan lebih muda dan gesit dari cucu kakek?" Kakek tua itu dengan tersenyum menjawab, "Cucuku itu terlalu sering dimarahi oleh istrinya, anakku terkadang dimarahi istrinya, sedangkan aku tidak pernah dimarahi oleh istriku."

Ternyata, istri yang galak bisa mempercepat penuaan suami, atau bahkan bisa mempercepat kematian suami. Sebaliknya istri yang lembut itu bisa membuat awet muda dan memperpanjang usia suami?

Yuk kita berusaha untuk saling membahagiakan dengan pasangan kita dan dengan orang orang disekeliling kita dengan tulus. Kebahagiaan yang hakiki adalah manakala kita bahagia karena bisa membahagiakan orang lain. (Def)