

## Cinta atau Nafsu?



Sering sekali kita mendengar pertanyaan :

*"Apa perbedaan antara cinta dan nafsu?"*

*"Bagaimana membedakan antara cinta dan nafsu?"*

Bahkan kadang kita temukan pertanyaan :

*"Cinta dan nafsu itu sama nggak sih?"*

Cinta dan nafsu sangat tipis perbedaannya, mungkin itu yang membuat orang sering terkecoh, tidak bisa membedakan mana nafsu, mana cinta. Sebagai wanita, kita memang sangat perlu mengetahui apa sebenarnya cinta dan apa sebenarnya nafsu. Apakah kita pernah merasakan hal berikut ini?

1. Apabila merasa ada yang kita suka dari seseorang, seperti enak diajak ngobrol dan ramah.
2. Selalu kangen karena sikap dan kata-katanya
3. Jika sedang bersamanya, ingin membuatnya senang dan betah bersama kita
4. Sering teringat dan terbayang tingkah dan raut wajahnya
5. *Jealous/cemburu* berat apabila melihat atau mendengar berita kalau dia akrab dengan orang lain
6. Sering memperhatikan dia dari kejauhan?

Jika kita merasakan beberapa hal tersebut, bisa jadi kita sedang merasa suka karena cinta.

Namun apakah pernah pula merasakan :

Langsung merasa suka, ketika melihat ke-sexy-annya, pinggulnya yang indah

1. Bawaannya selalu kangen terus, dikarenakan belum puas melihat bodynya yang indah.
2. Ketika bertemu dan dekat dengannya, rasanya ingin selalu menyentuhnya. Entah mengusap dagunya, menyolek pinggangnya, dll
3. Ketika tidur sering bermimpi melakukan aktivitas sex denganya, hal itu dikarenakan kita selalu berkhayal dan memikirkan hal-hal yang negatif bersamanya

4. Saat melamun, memikirkan dan teringat pada bagian tubuhnya yang membuat mata segar
5. Ketika melihat yang lain berpakaian minim, kita langsung teringat padanya, dan ngebatin dalam hati, "wah...seandainya saja dia yang berpakaian seperti itu, pasti bakalan lebih sexy daripada tuh cewek"
6. *Jealous*/cemburu pada saat melihat dia dekat dengan orang lain, tapi perasaan itu akan segera hilang pada saat melintas seseorang yang lebih manis di depan mata kita.

Nah kalau kita merasakan hal ini, artinya kita sedang merasakan suka karena nafsu.

Cinta memang tak lepas dari nafsu. Kadang mungkin Anda sering bertanya, apakah cinta saya adalah cinta sejati atau hanya cinta berdasarkan nafsu belaka? Cinta yang tulus dan nafsu yang membara itu mungkin kalau dipisahkan ibarat hanya dibedakan oleh selembur kertas tisu yang tipis sekali.

### ***Menyentuh Tubuh Atau Menyentuh Hati***

Wanita mana yang tak ingin diperlakukan dengan baik oleh pasangannya? Perlakuan yang menunjukkan cinta seseorang bisa dilihat dengan sentuhan. Bagaimana seseorang menyentuh Anda sebagaimana ia mengakui Anda sebagai orang yang berarti baginya.

Sentuhan cinta itu akan berlabuh dan terasa hangat di hati. Pasangan yang baik, akan menjaga Anda hingga memang benar tiba saatnya bagi mereka untuk menyentuh Anda. Sementara sentuhan yang berlandaskan nafsu hanya akan tinggal di mana dia menyentuh Anda dan membayang-bayangi Anda, bahkan bisa menjadi candu meski hanya di fisik saja.

### ***Cinta, Nafsu dan Tanggung Jawab***

Ada cinta, ada nafsu dan ada tanggung jawab. Bagaimana ketiganya dihubungkan adalah sederhana. Cinta itu bertanggung jawab sementara nafsu seringkali meminta pertanggungjawaban. Cinta yang bertanggung jawab membawa seseorang untuk berpikir dua kali atau lebih dalam memutuskan hal yang paling baik bagi hubungannya. Membuat seseorang melakukan sekali atau lebih untuk berusaha menjaga dan memperjuangkan hubungannya. Namun bila Anda tidak menggunakan pertimbangan, usaha dan perjuangan untuk menjaga nafsu Anda, bersiaplah menjadi pihak yang meminta pertanggungjawaban.

### ***Aku Cinta Dia Atau Hanya Nafsu Saja?***

Pada dasarnya nafsu dan cinta itu tidak bisa berdiri sendiri. Keduanya adalah kombinasi yang harus dijaga agar porsinya tetap harmonis dan tidak malah membahayakan hubungan atau salah satu di antara Anda. Tanpa cinta, nafsu hanyalah hasrat yang 'liar' dan bebas tak terkendali. Tanpa nafsu, mungkin cinta tak akan pernah mekar dan bertahan selamanya.

Yang harus kita lakukan adalah menyeimbangkan antara cinta dan nafsu. Biarkan cinta yang menyayangi Anda dan hindari agar nafsu tidak menggerayangi Anda sebelum waktunya. Mungkin nafsu terlihat sebagai kutub yang negatif dan membahayakan, namun bila Anda

mengendalikannya dengan baik, maka Anda bisa menikmati indahnyanya cinta yang sebenarnya.

## **Bagaimana kata Sains?**

### ***Cinta dan Nafsu Itu Kerja Otak, Bukan Hati!***

William Shakespeare, seorang penyair pernah mengajukan pertanyaan menggelitik, "apa itu cinta?", para ilmuwan akhirnya menemukan alternatif jawaban: otak.

Otak, beratnya hanya 1,4 kilogram, tetapi mengandung lebih dari 100 miliar sel saraf. Berfungsi mengatur gerak seluruh badan dan pemikiran, bahkan mampu mengontrol orang lain. Studi terakhir menyebut, otak sejatinya adalah "hati" kita, tempat segala perasaan berkecamuk, termasuk cinta. Namun kita sering menyatakan bahwa "hati" kita yang merasakan cinta. Berikut penjelasannya :

Cinta berada dalam pikiran kita, sebuah emosi kompleks yang melibatkan 12 area spesifik otak yang membentuk jaringan cinta.

Dua belas area spesifik itu dipersempit lagi menjadi beberapa bagian.

Pertama, sisi logis. Adalah area terluar otak yang membantu menentukan kesadaran, persepsi, nalar, dan penilaian. Dalam sebuah hubungan, wilayah ini salah satunya berfungsi menilai apakah pasangan adalah sosok yang melengkapi. Area tersebut juga membuat seseorang fokus ada satu orang dan mengabaikan yang lain. Juga membantu kita memahami niat pasangan.

Sementara itu, thalamus, masa abu-abu besar di sekitar ventrikel otak. Fungsinya mirip stasiun sentral, tempat impuls sensorik dan pergi dan menyatu. Menerima semua informasi dari indra. Thalamus adalah jendela bagi otak untuk melihat dunia.

Terkait itu, para ahli saraf sedang mempelajari otak untuk memahami secara lebih baik bagaimana jejaring cinta bisa membantu dokter, psikolog, dan terapis lain menemukan perawatan atau obat baru yang tepat bagi mereka yang menderita gangguan yang berkaitan dengan disfungsi hubungan, kecanduan cinta, kekurangan kasih sayang, cinta tak berbalas, penolakan, atau perasan kesepian akut.

Yang ketiga dari kategori jaringan cinta adalah sisi emosional. Jauh di dalam otak, satu set kompleks struktur di dalam dan di sekitar sistem limbik bertanggung jawab atas emosi kita. Area ini memainkan peran terhadap perasaan, bagaimana mengekspresikan apa yang kita rasakan. Juga membentuk penyimpanan kenangan buruk dan baik.

## **Tipe Cinta**

Apakah cinta yang dirasakan bisa bermacam-macam jenisnya? Jawabannya, ya.

Dalam dekade terakhir, para ilmuwan melakukan penelitian neuroimaging pada cinta yang

bergairah (antara pasangan yang dimadu kasih), cinta pertemanan, kasih sayang ibu, juga cinta tanpa syarat (mencintai orang lain tanpa mengharapkan imbalan apapun).

Studi-studi itu menunjukkan, daerah otak tertentu diaktifkan oleh berbagai jenis cinta yang berbeda. Untuk seseorang yang tergila-gila dengan cinta, area otak yang berhubungan dengan kesenangan, keinginan mendapat balasan, dan euforia yang sangat aktif adalah yang paling terpengaruh.

Sementara, jatuh bangun cinta terjadi dalam tiga tahap: nafsu, daya tarik, dan ikatan emosional. Selama masing-masing fase, bahan kimia berbeda dilepas dalam otak, yang menimbulkan sikap terbaik, juga terburuk dari seorang kekasih: obsesi, berharap, kecemasan, perhatian, bahkan agresi.

"Cinta yang romantis merupakan salah satu zat yang paling adiktif di muka bumi," kata antropolog biologi, Helen Fisher dari Centre for Human Evolution Studies, Rutgers University, New Jersey, seperti dimuat Sydney Morning Herald (14/2/2013).

### ***Dari Otak Turun ke Jantung***

Apa yang terjadi pada otak, mempengaruhi kerja fisik. Urusan jantung (atau di Indonesia di mana simbol cinta disebut hati) dapat menghasilkan beberapa reaksi fisik cukup kuat. Seperti dimuat News Net 5, sebuah studi dari Stanford University dan State University of New York menguak bahwa gairah cinta bisa mengaktifkan sistem penghargaan (reward) di otak yang mempengaruhi rasa sakit dan reaksi terhadap obat adiktif.

Sebaliknya, patah hati bisa menyakitkan. Hormon stres akan dilepaskan setelah putus cinta. Giliran bagian dari otak yang bertanggung jawab mengirimkan emosi dan rasa sakit, anterior cingulate cortex yang bekerja. Mengirimkan rasa sakit, stres juga membuat perut luar biasa bergolak, dan membuat jantung seakan berhenti. Meski yang sebenarnya terjadi, denyut jantung turun, hanya sementara.

Dari penjelasan tersebut jelas bahwa cinta tak jauh dari sebuah nafsu, jika kita mencintai seseorang karena "sesuatu" yang bersifat fisik, maka sebenarnya otaklah yang merangsang "rasa cinta" dan hal ini tentu kalau tidak kita lengkapi dengan iman akan menuju kepada nafsu.

Namun bila kita menyukai seseorang karena "sesuatu" yang bernama "Allah" dan berasaskan ibadah, maka itulah yang sebenarnya sebuah "rasa cinta", sebuah cinta yang sejati. Cinta karena Ilahi Robbi.