

Dr. Hadarah Rajab, M. Ag.

Akhlak Tasawuf

Media
KALAM

AKHLAK TASAWUF

@ Penulis: Dr. Hadarah Rajab, M. Ag.

ISBN : 978-623-93027-1-9

Cetakan : I, Tahun 2020

Diterbitkan Oleh:

MEDIA KALAM

Jl. Dewi Sartika No. 22 Ciayung Ciputat Tangerang Selatan

Tlp. 0878-4128-5008

Copyright @ 2020

All Rights Reserved

Hak cipta dilindungi oleh Undang-undang.

PRAKATA PENULIS

Ajaran Islam terdiri dari dua dimensi yakni dimensi Lahiriah dan dimensi batiniyah. Pada dimensi batin, mengisyaratkan manusia senantiasa memperhatikan fungsi dan peran hati nurani sebagai mana seruan Ibnu Taimiyah "Ingatlah wahai orang yang hatinya mati, harapanmu untuk mendapatkan sorga menghalangimu untuk sampai kepada Allah SWT.¹ Harapan itu hendaknya dimatikan dan diganti dengan harapan untuk bersatu dengan Allah SWT. Apabila hatinya telah merasakan Cinta dan Ridha (**Zawy dan Wajd**), Ketika itu berzikir kepada Allah SWT. ia merasakan keagungan Allah SWT. (**Jalal**) serta merasakan keindahan-Nya (**Jamal**). Inilah seruan para "sufi".

Tidakkah kita pernah merasakan hal semacam itu walau hanya sekali?. Namun, mustahil terjadi bila hati seseorang tidak senantiasa dekat dengan Allah SWT. Untuk mencapai semua hal itu, metode dan jalan (*thariq-nya*) telah tertuang secara sistimatik pembahasannya dalam buku "*Akhlak Tasawuf*" yang ada ditangan para pembaca yang budiman.

Buku ini dijadikan penuntun untuk menapaki semua gang, lorong dan jalan yang panjang untuk menuju jalan-Nya hingga dapat menyaksikan Diri-Nya secara "Rohaniyah". Sebab Allah SWT. sendiri berkata

¹ Ibn Taymiyyah, *Baik dan Buruk* (Serambi Ilmu Semesta, 2005).

dalam firman-Nya² bahwa **"Akan tidak lari jauh, melainkan Aku dekat dan Lebih Dekat dari urat Nadi yang ada dilehermu "**.

"Akhlak Tasawuf" pada dasarnya akan menyentuh pada substansi kehidupan Sufi yakni cara-cara hidup seseorang yang mendalami makna ketauhidan serta istiqamah dalam menjalankan aturan dan rambu-rambu Syariat yang menjadi norma agama Islam. Pengamalan dan penghayatan tidak bisa dipisahkan antara keduanya yakni Tauhid dan Syariat, sebab dengan begitu pemahaman kita bulat (utuh) tidak varisial itulah menjadi pondasi munculnya perilaku setiap insan pada derajat yang mulia dan tinggi yakni "Ihsan"

Agama seringkali menjadi simbol kehidupan belaka, menjadikan agama sebagai tameng sosial dalam setiap berinteraksi terutama bagi masyarakat Islam secara khusus, dapat lihat bagaimana perang sarah akhir-akhir ini yang cukup mewarnai bangsa Indonesia dan dunia pada umumnya. Namun jika ditelaah dengan sungguh-sungguh, maka nampak bahwa masyarakat Islam yang mendominasi atau lebih banyak di setiap daerah, fenomena tersebut ditemukan pula bahwa ternyata kejahatan moral dan kekufuran justru muncul lebih nyata ditengah-tengah mereka, patutlah dipikirkan bersama, dan menjadi tugas para ulama dan pemikir Islam mengapa fenomena itu terjadi. Dalam hal ini penulis menilai bahwa persoalan itu bukanlah semata-mata kebejatan (kehatan) moral, melainkan ada unsur ketidaktahuan masyarakat karenanya diperlukan peran dakwah yang lebih intensif. Memberikan pencerahan

² R.I. Departemen Agama, 'Al-quran dan Terjemah', *Surat Al Hujuraat (Kamar-Kamar) ayat*, vol. 11 (2002).

dan pengkajian secara tepat dan berkesinambungan terhadap nilai agama sebab dengan dangkalnya pemahaman agama masyarakat akan menyebabkan munculnya gagal paham diantara mereka, hilang arah dan kurangnya keteladan diantara mereka sehingga memicu semakin kuatnya kekaburari pemahaman masyarakat. Ibarat ingin berjalan melalui lorong gelap, tidak tahu arah, tidak mengerti cara dan langkah yang harus mereka tempuh untuk mendekatkan diri pada Tuhan dan meninggalkan kejahatan dan kebatilan.

Sebagai fitrah, manusia memang selalu dan selamanya dalam kesalahan sebab intrik-intrik dunia dengan segala isinya yang demikian memabukkan, membuat hati dan pikiran seakan tidak berjalan seiring, kadang pikiran mengungguli peran hati, menyebabkan hati sanubari tidak dapat menjadi pengendali pada sendiri-sendiri organ tubuh hingga berdampak pada sendi kehidupan sehari-hari.

Melakukan kesalahan (khilaf) adalah rutinitas manusia dan kadangkalah justru lamban menyadarinya sehingga luput melakukan pertobatan hingga datangnya musibah dan petaka yang berkelanjutan. Tuhan menilai kebaikan hamba-Nya bukan karena dia tidak melakukan kesalahan, namun justru jika manusia itu selalu sadar dan cepat keluar dari kesalahannya, maka itulah kesempatan (*momentum*) Allah SWT. jika berkenan melakukan pengampunan dan mengembalikannya pada derajat yang Mulia.

Adakah manusia patuh pada jalan ini ?, tentu saja ada walaupun sedikit jumlahnya.

Dalam buku ini, penulis akan mengurai secara detail dan tuntas terkait pendalaman ke-Tauhidan serta pendalaman pengamalan Syariat dalam waktu berjenjang dan berkesinambungan, dengan demikian menjadi dasar munculnya sikap yang amanah, santun, dan berperilaku baik yang disebut Ihsan.

Buku akhlak Tasawuf menjadi kajian inspiratif dan tuntunan bagi pembaca khususnya bagi mahasiswa dengan mata kuliah Akhlak Tasawuf dalam menjalankan ibadah dengan sungguh-sungguh dan penuh penghayatan. Menjadikan ibadah adalah sebuah kebutuhan bukan semata-mata karena kewajiban belaka.

Semua orang bisa salah dalam bertindak, namun jangan pernah salah dalam memahami esensi Tuhan yang disembahnya, sehingga dengan menyembah Tuhan secara pasti bukan “kira-kira” jika hal ini terjadi, maka dapat khushyu’ dan bahagia, menjadikan zikir dan wirid sebagai media berkomunikasi dirinya dengan Tuhannya, sebagai tempat Curhat non stop tanpa batas waktu dan juga dipastikan aman, tidak ada dampak sosial (tidak aneh-aneh). paling tidak belajar tentang ilmu-ilmu *ke-Ma’rifat-an* (pengenalan diri dan Pengenalan Tuhan), baca artikel penulis,³ inti dari tulisan ini memuat kajian pembelajaran bagaimana

³ Lalu Muchsin Effendi, ‘Pertautan Epistemologi Filsafat dan Tasawuf: Telaah Sistem Pemikiran Abdul Halim Mahmud’, *Ulumuna*, vol. 17, no. 1 (2013), pp. 153–90.

seseorang bisa secara keilmuan dapat mengolah pikiran, batin dan perilakunya untuk memperoleh ketenangan jiwa sebagaimana Allah SWT dalam firman-Nya 'senantiasa menyapa hamba-Nya bagi yang dalam keadaan jiwa yang tenang dengan memakai kata Nafsu' ***Hai nafsu yang tenang***, dan disini jelas bahwa Allah SWT. hanya akan memanggil mereka yang tenang hatinya saja, lalu selain itu akan kemana? Apakah akan gentayangan selamanya di alam sana?

Semoga para mahasiswa, mahasiswi dan para pembaca yang dirahmati Allah SWT. tulisan ini tentunya tidak lupuk dari kesalahan dan kekeliruan, oleh karenanya atas nama penulis memohon maaf yang setulus hati, dan penuh harapan semoga semua pihak berkenan memberikan saran, kritikan dan masukan yang membangun demi kesempurnaan buku ini selanjutnya. Akhir kata mari kita menjadikan buku ini sebagai salah satu wadah atau media informasi, menambah pengetahuan yang manfaat, menginspirasi dan meneguhkan langkah menuju jalan Ilahi. Amin.

Bangka Belitung, Maret 2020

Penulis

DAFTAR ISI

PRAKATA PENULIS – iii
DAFTAR ISI - vii

BAB I PENDAHULUAN

1. Latar Belakang_1
2. Masalah Fenomena Kehidupan Sosial_3
3. Metode Penulisan_6
4. Simpulan_9

BAB II PENGERTIAN AKHLAK TASAWUF

- A. Pengertian Akhlak Tasawuf_12
 1. Pengertian AKhlak Menurut Bahasa (Etimologi)_12
 2. Pengertian Akhlak Menurut Istilah (Terminologi)_12
- B. Ruang Lingkup Kajian Akhlak Tasawuf_14
- C. Keutamaan Pelajaran Akhlak Tasawuf_18
 1. Proses Pembelajaran Akhlak melalui Iman (Tauhid)_18
 2. Proses Pembelajaran Melalui Syariat_21
- D. Pendidikan Akhlak Tasawuf_22

BAB III IHSAN DAN IMPLEMENTASINYA

- A. Pengertian dan Makna Ihsan_24
- B. Hubungan Iman, Islam dan Ihsan_26
 1. Iman_26
 2. Islam_28
 3. Ihsan_31
- C. Ruang Lingkup dan Operasionalnya_33

- D. Aktualisasinya Dalam Segala Aspek Kehidupan_35
- E. Sasaran Yang Akan dicapai dalam Pembinaannya (Tawwabin, Muttaqin, Mukhlisin)_36

BAB IV PENGENALAN DIRI (*MA'RIFATUNNAFS*)

- A. Pengertian *Ma'rifat*_46
- B. Cara Menuju *Ma'rifat*_48
- C. Sumber Daya Manusia (SDM) Yang Harus Dima'rifati Menurut Kejadiannya_50
- D. Pembinaan Melalui *Zuluk* Dan *Tarekat*_54

BAB V STRUKTUR SUMBER DAYA MANUSIA (SDM) DALAM ASPEK TASAWUF

1. Komposisi Sumber Daya Manusia (SDM) Menurut Potensinya _62
 - A. An-Nafs_ 62
 - B. Al-Qalbu (Hati)_66
 - C. Ar-Ruh (Roh)_73
 - D. Al-Akal (Akal)_ 77
2. Struktur Operasionalnya_82
3. Tazkiyah al-Nafs_89
4. *Taqarub* Kepada Allah SWT_96
5. Kekhususan *Qalbu*_99

BAB VI PENYAKIT DAN KESEMPURNAAN JIWA

- A. Was-was (*al-khatir*), Pengertian dan Pembagiannya_102
- B. Menghilangkan Was-Was dan Menumbuhkan Ilham_105
- C. Pintu-pintu Andalan Setan_110
- D. Cara Memerangi Setan dan Tipu Dayanya_115

BAB VII KESUNGGUHAN HATI TERHADAP ALLAH
MELAWAN HAWA NAFSU (MUJAHADATUN
NAFS)

- A. Pengertian dan Cara *Bermujahadah*_ 120
- B. Peran Akhlak Mulia_ 127
- C. Makna Akhlak_ 129
- D. Keutamaan Akhlak_ 130

BAB VIII POTENSI SUMBER DAYA MANUSIA (SDM),
PENGENDALIAN DAN KEUTAMAANNYA

- A. Pembagian Potensi Sumber Daya Manusia
(SDM)_ 133
 - 1. Nafsu Syahwat (*Nafsu Nabati*)_ 134
 - 2. Nafsu Binatang (*Nafsu Ghadab*)_ 135
 - 3. Nafsu Akal Manusia (*Nafsu Insani*)_ 137
- B. Keutamaan Potensi Sumber Daya Manusia
(SDM)_ 139

BAB IX RIYADHATUN NAFS

- A. Pengertian *Riyadhatun Nafs*_ 150
- B. Makna *Riyadhatun Nafs*_ 153
- C. Taubat dan Hakekatnya_ 157
- D. Sabar dan Hakekatnya_ 163
- E. Zikir dan Keutamaannya_ 168

BAB X PENGAWASAN DIRI (*MURAQABAH*)
DAN MENGOREKSI DIRI (*MUHASABAH*)

- A. Pengertian *Muraqabah*_ 188
- B. Pengertian *Muhasabah*_ 190
- C. *Hakekat Muraqabah* dan Faedahnya_ 191
- D. *Hakekat Muhasabah* dan Faedahnya_ 195
- E. Perwujudan *Muraqabah* dan
*Muhasabah*_ 198
- F. Dampaknya pada Hubungan terhadap Allah
SWT. (*Habluminallah*), dan Hubungan
Terhadap Sesama Manusia
(*Habluminannas*)_ 199

BAB XI QANA'AH DAN SYUKUR

A .*Pengertian Qana'ah dan Syukur*_202

B. Urgensinya dalam Kehidupan Manusia_204

C. *Manfaat dalam Kehidupan Sehari-Hari*_205

BAB XII TAWAKKAL DAN RIDHA

A. *Pengertian Tawakkal dan Ridh*_208

B. Urgensinya Pada Kehidupan Manusia_212

C. *Manfaatnya Pada Hablun Minallah dan Hablun Minannas*_215

BAB XIII PENUTUP

A. Kesimpulan_219

B. Saran_222

REFERENSI_223

BAB I

PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Dunia modern menunjukkan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi yang luar biasa, menuntut semua lapisan masyarakat, khususnya yang berkecimpung dalam dunia akademik dan pendidikan serta bersosial secara universal. Jaman modern ditandai dengan era industri 4.0 era ini pun disebut sebagai era Milenial. Patut disyukuri semua kemajuan ini sekaligus wajib waspadah dan menyimpan rasa cemas sepanjang menjalani hidup di jaman modern ini.

Sangat nyata kehidupan masyarakat se-antero dunia menjadi serba mudah dan cepat. Gambaran hidup dengan sebuah skenario kehidupan yang serba android otomatis dan terkoneksi dengan jaringan Internet serta komputerisasi. Ini sebagai bahan renungan sebuah kehidupan di masa kini dan masa depan generasi bangsa ini, kita dan merekapun hidup di erah yang serba moderen, serba cepat dan mendukung. Penerangan dari PLN lancar, tinggal di rumah yang serba nyaman dan asri, menikmati fasilitas serba dingin karena full AC dibarengi dengan iringan musik yang *syahduh*, dapat menikmati makanan dengan cukup dan serba tersedia, tidak harus repot menanam dan mengail. Lengkap dengan kendaraan dan fasilitas *Smartphone*. Dapat mengakses informasi dengan mudah dan terjamin. Bekerja dengan memakai laptop yang terkoneksi dengan internet sehingga bekerja sembari bisa melakukan *virtual*

meeting dengan kawan-kawan di sosial media dengan jangkauan dunia luar dan sebagainya. Ini adalah gambaran dari fenomena yang kita jalani dalam kehidupan sehari-hari di erah industri 4.0. Untuk hal ini patut diapresiasi, akan tetapi jangan sampai lengah dan dibutakan dengan efek dari sebuah jaman.

Belum lagi, dengan fenomena sosial di lingkungan remaja, peserta didik dan masyarakat biasa semuanya sudah merubah responnya terhadap cara bersosial, bertindak untuk diri, keluarga dan lingkungan sosialnya, ia cenderung mengabaikan banyak hal akibat asyiknya dengan dunia maya yang ia jalankan dan ini tidak pandang kelas dan status, mulai dari anak-anak tentu menunya adalah Game atau permainan ringan yang cocok dengan umurnya, remaja lebih meningkat pada tuntutan kebutuhan *hedonistic*-nya yaitu mereka disibukkan dengan program *Game online* dan berbayar, kalangan ibu-ibu dengan kesibukannya pada dunia sosial media (*sosmed*) mereka menjadikan dirinya sebagai perempuan "*sosialita*" yang menurutnya adalah sebuah *trendy* dan jika tidak demikian, ia ketinggalan jaman atau disebut jaman *Old* (jadul). Tidak ketinggalan pula kaum pria dan Bapak-bapak juga antusias secara kencang dengan FB, Intagram. Dan jaringan sosial media lainnya hingga pada perjudian secara *virtual* dengan cukup melalui android atau *smarf phon*. Ini adalah fakta kehidupan masa kini dan bagaimana di masa depan ?. Sampai disini apakah kita tidak menyimpan rasa prihatin dengan semua keadaan saat ini? dan menjadi tugas siapa untuk memulihkan dan menjamin kestabilan psikologis, mental dan masa depan generasi mendatang menjadi lebih aman dan terjamin ?.

belum lagi dengan tahun 2020 sebagai tahun *musibah* untuk seluruh dunia karena COVID- 19, seluruh dunia terpapar dan tidak berdaya termasuk seluruh masyarakat Bangsa Indonesia.

2. Masalah Fenomena Kehidupan Sosial

Perubahan *meanset* seseorang akan menjadi faktor atas perubahan sikap dan perilaku mereka. Respon terhadap perkembangan dan lingkungan sosialnya menjadi bablas dalam arti belum tentu terkendali kecuali semua pihak memberikan *piranti* yang menjadi tameng. Semua *stek holder* harus turut andil dalam mengatasi semua masalah yang multi tipe saat ini. Pihak pemerintah harus memiliki pilter pengamanan melalui analisis kebijakan terhadap Undang-Undang IT, orang tua wajib memberikan edukasi secara sistemik dan humanis terhadap putra putrinya sehingga tidak akan menuai hidup yang suram dimasa tua. Kalangan pendidikan dalam hal ini adalah tugas guru memberikan edukasi yang terpola, terukur melalui strategi pembelajaran yang baru sekaligus memiliki pola pendampingan terhadap anak didik, mereka dapat menjalani masa-masa pertumbuhannya sesuai jamannya saat ini (anak Milenial). Modern dan berkembang ke arah yang lebih maju dan baik adalah suatu keharusan, namun tidak boleh lengah dengan arus globalisasi yang memuat dua sisi yakni sisi positive dan sisi negative. Hidup harus menjalani masa-masanya dan tidak mungkin mundur ke jaman kakek dan nenek moyang kita khususnya dibidang ilmu dan tekhnologi. Akan tetapi semua kemajuan dunia yang serba modern tidak dapat melupakan nilai absolut yang sudah ada sejak awal

kejadian manusia yang disebut keabadian.

Bagaimana respon seluruh manusia penghuni dunia ini dengan dilumpuhkannya seluruh antero Dunia melalui bencana Corona, fakta menunjukkan seluruh penduduk negeri terpapar yang dimulai dari Negara Cina di Kota Wuhan yang mulai muncul dan bergejolak awal tahun 2020, hingga menelan nyawah Jutaan manusia yang menimbulkan polemik dan teka-teki dari berbagai kalangan. Corona Menjadikan seluruh dunia harus merubah polah pikir, pola hidup, pola pergaulan yang semula serba konvensional menjadi serba runyam dan tidak tahu harus menciptakan pola apa tepat kecuali meratapi setiap laporan jumlah korban yang berguguran dari seluruh belahan dunia sehingga muncul berita dunia dengan tiga kata “Dunia Melawan COVID 19” . Dunia porak peranda dibuatnya dan hingga manusia sehebat apapun tidak ada apa-apanya, Si Covid 19 (Corona) menjadi penguasa sesaat. Menjadi bintang Dunia peraih novelty sebagai “Pembunuh kelas kakap”. Sekaligus membuat kehidupan manusia tak berarti apapun kecuali saling menyalahkan disatu sisi, saling bahu membahu membantu sesama di sisi lain. Jutaan manusia kelaparan. Dengan sistim kerja Covid 19 yang demikian luar bisa singkat yang hanya perlu waktu hanya empat belas hari untuk dapat merenggut nyawa setiap orang yang dijangkitinya. Sedangkang satu orang yang sudah dinyatakan positif terjakit oleh si Covid 19, akan menulari sejumlah orang tanpa batas tergantung pada luasnya jangkauan kontak person (sentuhan) kepada orang lain sekalipun hanya berjabat tangan, demikin simple cukup hanya berjabat tangan saat itu juga dapat menular ke orang tersebut. Menjadi hal yang sangat dasyat

sepanjang sejarah dunia dalam hal Virus. Dan anehnya seluruh dunia pun dengan waktu yang panjang belum bisa menemukan obat atau Vaksin untuk penangkal Covid 19 tersebut.

Para ulama pun bersigap memberi pandangan (fatwah MUI), pakar pendidik dan pemerintah melakukan gerakan pencegahan penyebaran dengan berbagai cara, melakukan penyemprotan pembunuh kuman, melakukan himbauan untuk selalu bersih, jaga jarak dengan sesama, sering mencuci tangan dan memperbanyak makan vitamin dan makan bergizi. Pada akhirnya pemerintah melakukan kebijakan pelarang berkumpul dengan batas lima orang, pesta pernikahan pun ditiadakan cukup di KUA saja, dalam berbagai macam gerakan cepat yang dilakukan oleh semua lapisan masyarakat. Yang paling menyedihkan adalah munculnya sejumlah manusia yang sulit bertahan hidup akibat kekurangan makanan, sehingga mereka pun siap melanggar anjuran pemerintah untuk tinggal di rumah. Bagi mereka yang bekerja buru, jualan kaki lima bahwa keluar rumah mati, tinggal dalam rumah juga mati karena tidak dapat makan, sehingga mereka berperinsip siap mati demi mencari rejeki karena itu juga ibadah. Himbauan pemerintah mulai dari Presiden, Perdana Menteri, Sultan, Gubernur, Wali Kota, Camat dan Kepala Desa hingga RT-RW semua menguras Pembentukan moral agama sangat penting menjadi benteng bagi pertumbuhan mental, kreatifitas dan intelektual bagi seluruh anak bangsa.

Pada dasarnya permasalahan yang ada adalah:

1. Manusia terlahir secara alami atau natural, dan sejak awal kelahirannya telah menyimak dan merekam

berbagai aspek yang dapat mendukung pertumbuhannya baik secara rekternal dan internal; secara eksternal pengaruh alam dan lingkungan sekitarnya, faktor internal adalah potensi bawaannya yang diperoleh sejak dalam kandungan dan itulah yang akan diolah dan berkembang, mulai dari janin hingga lahir dan berkembang atau bertumbuh menjadi lebih dewasa,

2. Apakah ia mendapatkan pengaruh positif di lingkungan sosialnya sehingga bisa tumbuh secara tepat, baik dan terarah. Mampukah ia membentengi dirinya sehingga menjadi sosok yang tangguh. Apa medianya ?
3. Bagaimana pembentukan akhlak mereka dengan peran agama yang mereka yakini?

3. Metode Penulisan

Sebagai pendidik yang berstatus Dosen menjadi kewajiban baginya melakukan pengamatan dan menuliskan segala hasil dari apa yang diamatinya. Bagi dosen (pendidik dan pengajar) profesinya lainnya adalah sebagai peneliti sepanjang kariernya. Khusus pada bidang Akhlak Tasawuf pada bidang kajian pemikiran Islam menjadi konsentrasi keilmuan penulis, sehingga senantiasa merasa terpanggil melakukan penelitian terkait bidang Akhlak dan perilaku sosial masyarakat secara umum. Untuk agar ide dan pandangan penulis dapat terbaca oleh banyak pihak, maka perlu menuangkannya dalam karya tulis ilmiah berupa buku dan berbagai jurnal dengan berbagai tingkatan.

Penelitian dan pengamatan yang dilakukan

dengan pendekatan kualitatif fenomenologis terhadap gejala sosial masyarakat secara global. Dan penelitian ini pun karena sepanjang masa dan berbagai tempat, yaitu awal pertama kali melakukan penelitian di Provinsi Sulawesi Selatan sekitar tahun 1996, berlanjut ke Sawangan Bogor pada tahun 1997, Kemudian ke Batam Kepulauan Riau tahun 1997-2000,, melakukan penelitian di Sumatra Barat kab. Payakumbu terhadap perkumpulan empat puluh tarekat yang *Mu'tabarah* pada tahun 2010. Juga melakukan penelitian di kepulauan Bangka Belitung tahun 2015

Adapun alasan memilih beberapa lokasi sebagaimana uraian di atas, yaitu lokasi penelitian dipilih adalah yang berkenaan dengan kelompok pengamal Tarekat Nagsyabandiyah Khalidiyah yang terdapat di berbagai daerah termasuk daerah yang disebutkan di atas. Namun peneliti juga tertarik melakukan penelitian terhadap berbagai macam tarekat yang berbeda, keperluan data tersebut untuk menjadi sebagai perbandingan dan pengayaan daya imajinasi pada saat pengolahan dan menganalisa data. Dalam hal ini dipilih beberapa kelompok Tarekat yang berbeda seperti Khalwatiyah Yusuf al-Makassary, Naqsyabandiyah wa Qadiriyah, Nur Muhammadiyah. Sattariyah. Sedangkan cara pengambilan data di lapangan melalui metode partisipasi yakni peneliti melibatkan diri dalam situasi yang diteliti, menjalani proses dan mengikuti aturan sesuai standar operasional dalam setiap lembaga Tarekat. Sebagai catatan penting bahwa penelitian terhadap amalan tarekat datanya bisa diperoleh secara lengkap dan mendalam hanya melalui pendekatan pelibatan diri di dalam komunitas yang menjadi objek

penelitian tersebut. Meneliti tentang tasa dan praktek untuk mendapatkan “rasa” yakni kondisi spiritual tidak bisa terjadi jika tidak ikut mempraktekkan dan sekaligus dapat merasakannya. Analogi, anak kecil pun paham bahwa gula adalah manis, namun rasa manis tersebut tidak bisa dibahasakan namun hanya dapat dirasakan, maka kisanya menjadi lengkap dan meyakinkan.

Analisis data melalui pendekatan dan pendalam Filsafat, baik secara ontology, epistemologi dan aksiologinya. Mencari akar urgensi dan keutamaan dari sebuah pengalaman yang dilakukang kelompok masyarakat tertentu sejak jaman dahulu hingga saat ini. Amalan tersebut kekal sepanjang masa meskipun pembimbingnya selaku Guru Rohani (Syekh Mursyid) yang menjadi syarat sah sebuah kelompok atau aliran ketarekatan adalah ahli silsilah guru rohani yang turun temurun dan sambung menyambung tidak terputus dari orang/guru yang pertamanya hingga munculnya ahli silsilah yang terkini. Ada sesuatu hakikat yang menjadi manifestasi dalam setiap kelompok Tarekat yaitu Mursyid, Mursyid inilah yang menjadi lokomotif pemegang kendali atas semua jama'ahnya untuk memberikan bekal ruhani beserta teknik pengamalannya yang terdapat dalam Wirid dan Zaikir rutin yang mereka lakukan secara berkesinambungan (be-ulang). Aspek epistemologinya kuat dan kental yaitu sumber ilmu dari Allah turun ke Nabi Muhammad yang disampaikan melalui Abu Bakar hingga ke Ahli Silsilah yang terakhir untuk berdampingan secara langsung pada setiap murid. Melalui proses *ba'at* atau proses pelimpahan dan serah terima ilmu dari sang Mursyid ke murid, diyakini sebagai jalan kebenaran untuk mengimplementasikan ajaran

Islam secara kaffah. Dan pada intinya adalah setiap pengamal tarekat melaraskan manfaat yang luar biasa bagi dirinya sehingga mereka pun dapat bertahan dalam kelompok tersebut, sebab tidak mungkin menjalankan dan mempraktekkan suatu ajaran jika tidak merasakan manfaatnya secara positif.

4. Simpulan

Pada akhirnya, untuk pendahuluan sebagai pengantar buku Akhlak Tasawuf terdiri dari hasil penelitian yang cukup panjang dan menjadi konsentrasi keilmuan penulis sebagai ilmuwan di bidang Filsafat dan Pemikiran Islam, mengajarkan ilmu Akhlak Tasawuf di Perguruan Tinggi dengan pendekatan kajian dan analisis melalui Filsafat. Sehingga data dikemas dalam untaian kalimat panjang yang tersusun secara bab demi bab beserta rinciannya, dianalisis secara filosofis, mendalam dan menggunakan waktu yang cukup lama, penjiwaan personal menulis dalam setiap keheningan. Harapannya semoga pembaca dapat meluangkan waktu dan konsentrasi menyimak setiap pesan yang disampaikan, berikan rasa dan interpretasi secara pribadi, petik dan simak yang dianggap penting, tinggal dan abaikan jika tidak ada nilai positifnya.

Secara khusus bagi kalangan umat Muslim dapat meningkatkan pembinaan akhlak bagi putra-putri kita dan bahkan semua lapisan masyarakat tidak terkecuali untuk kalangan dewasa dan orang tua. Pendidikan akhlak secara sistematis dan berjenjang sudah diuraikan dalam buku ini, dengan harapan agar semua pihak dan khalayak umum dapat menjadikan buku ini sebagai bahan representasi dan rujukan

khususnya pada pola pembentukan perilaku secara menyeluruh (*komprensif*), melalui landasan syariat yang benar dan pendekatan secara batin melalui peningkatan iman kemudian berakhir pada kajian ihsan sebagai implementasi atas sikap *istiqamah* menjalankan syariat secara baik dan benar, konsisten atas keyakinan atas intervensi Tuhan disetiap sisi kehidupan seluruh makhluk ciptaan-Nya termasuk manusia (*hakkul yakin*), itulah sebagai manifestasi sebuah diri manusia beriman menjadi sempurna.

Semua musibah muibah pasti ada sebabnya sebagaimana hukum causalitas berlaku dan tidak ada yang terjadi tanpa ada sebab dan maksud yang tersirat di dalam setiap kejadiannya. Jika anak remaja dan seluruh generasi bangsa ini cerdas dan ber-Akhlak yang baik tentu saja bukan hal kebetulan, melainkan bermula dari proses yang berkesinambungan yang dijalankan sesuai tahapannya secara *sunnatullah*. Pada perinsipnya tidak ada hasil sebuah tindakan tanpa proses, maka semua beralasan secara natural, jika ia menjadi buruk itu bukan karena semata-mata takdir dari Tuhan, yakinlah bahwa pilihan hidup semua menentukan corak kehidupan masing-masing. Ulama dan umara' bertugas meberikan wejangan, stimulus dan pencerahan, akan tetapi penentu paling inti adalah diri sendiri. Sebagaimana Allah dalam Firman-Nya bahwa "tidak berubah nasib suatu kaum jika bukan ia yang merubahnya"

Demikianlah uraian penulis dalam sebuah pengantar pendahuluan, semoga dapat menjadi salah satu bahan bacaan menambah referensi khalayak ramai khususnya kaum pelajar hingga ke jenjang perguruan

Tinggi. Jika ada hal yang kurang baik dari tehnik penulisan maupun substansi dari materi kajian dalam buku ini dari awal hingga akhir, penulis dengan penuh rasa tulus membuka pintu menerima saran dan kritikan demi kesempurnaan tulisan selanjutnya. Dan pada akhirnya penulis mohan maaf atas segala kekurangan yang tertera dalam buku ini, jika terdapat hal yang baik maka itu Milik Allah SWT, namun kekeliruan adalah semata-mata karena keterbatan penulis dan karenanya mohon maaf dari lubuk hati yang paling dalam. Wassalamu 'Alaikum Warahmatullah Wa Barakatuh.

BAB II

PENGERTIAN AKHLAK TASAWUF

A. Pengertian Akhlak Tasawuf

1. Pengertian Akhlak Menurut Bahasa (Etimologi)

Dalam kamus Bahasa Indonesia pengertian akhlak adalah budi pekerti meliputi watak, tabiat dan kelakuan¹ Pengertian secara bahasa Arab berasal dari kata jamak “khuluk” berarti perangai. Dalam bahasa sehari-hari dimaknai sebagai budi pekerti, sifat susila dan sopan santun.

2. Pengertian Akhlak Menurut Istilah (Terminologi)

Mengacu pada pendapat al-Ghazali sebagai Bapak pendidikan Akhlak Tasawuf “Sufi”. Mengambil berbagai pendekatan kajian yang dilakukan oleh para penulis akhlak, pada kajian ini penulis memakai pendekatan tasawuf falsafi sebagai landasan, maka uraiannya lebih mendalam dan *pholosopy*, dengan menyandarkan pada teori-teori al-Ghazali, dalam pendekatan ini tentu memiliki ciri khas yang berbeda dengan kajian pada umumnya. Dasar ini lebih menekankan pada pendekatan teori dan pemaknaan pada perilaku secara manusia secara komprehensif

¹ Tim Redaksi Kamus Bahasa Indonesia, ‘Kamus Bahasa

dan mendalam.² Capaiannya adalah dengan proses ihsan mencapai puncak implementasi yaitu pada periku layaknya seorang “Sufi”

Al-Ghazali sebagai sosok ilmuan yang berlian, Besar dibidang kelimuannya di wilayah Nizamiyah yang mengalami degradasi yakni kejenuhan (*syakk*) kaya raya dan bergelimang harta yang kemudian pada akhir usianya ia menjalani hidup dan kehidupan dengan nuansa ilmu tasawuf, hingga mendapatkan ketenangan hidup menjadi Sufi³ kemudian akhir kariernya ia mendapat gelar ‘*hujjatul Islam*’.

Menurut al-Ghazali terdapat enam hal penting dalam pembinaan akhlak dalam dimensi tasawuf;

Pertama Tobat. Meliputi tiga unsur yakni; ilmu, sikap dan perbuatan.

Kedua ‘*sabar*. Meliputi wilayah pada tiga unsur yakni daya jiwa, daya nalar dan dorongan (Nafsu) untuk berbuat kebaikan dan berbuat kejahatan. Diharapkan jiwa kebaikan mempengaruhi jiwa kejahatan dan usaha itu berhasil, maka manusia telah dinyatakan mencapai tingkatan ‘Sabar.

Ketiga; kefakiran yakni berusaha untuk menghindarkan diri dari hal-hal diperlukan dalam arti kata meskipun sedang memerlukan sesuatu yang banyak, seperti makan namun harus diteliti lebih dahulu apakah makanan itu halal atau tidak, atau

² Ina Amalia Mashita, *Tasawuf modern: studi komparasi pemikiran antara Hamka dan Nasaruddin Umar* (UIN Sunan Ampel Surabaya, 2018).

³ Ahmad Zaini, ‘Pemikiran Tasawuf Imam Al-Ghazali’, *Esoterik*, vol. 2, no. 148 (2016), pp. 146–59.

subhat (diragukan kehalalannya). Jika meyakini haram atau *subhat* harus ditolak.

Keempat; zuhud, dalam hal ini seseorang harus meninggalkan kesenangan duniawi dan hanya mengharapkan kesenangan ukhrawi.⁴ Pendidikan ini penting agar menjadi perisai dalam diri setiap ingin mengambil keputusan atau bertindak (membiasakan diri).

Kelima adalah *tawakkal*,⁵ sikap ini muncul sebagai bentuk dari keyakinan yang teguh terhadap kemahakuasaan Allah SWT. atas segala hal ihwal kehidupan manusia.⁶

Keenam adalah *ma'rifat* yaitu mengetahui rahasia Allah SWT. dan peraturan-peraturan-Nya tentang segala yang ada.⁷

B. Ruang Lingkup Kajian Akhlak Tasawuf

Sebagai dasar pemikiran bahwa setiap ilmu memiliki objek atau ruang lingkup kajian yang disebut sebagai objek formal sebagai benda atau bahan yang menjadi pembahasan umum suatu ilmu, dan objek material adalah sifat, keadaan atau perilaku tertentu dari suatu atau sifatnya. Oleh karena itulah memungkinkan terdapatnya berbagai macam bentuk objek ilmu yang menjadi bahan yang akan dikaji selanjutnya.

⁴ Moh Fudholi, 'Konsep Zuhud al-Qushayrî dalam Risâlah al-Qushayriyah', *TEOSOFI: Jurnal Tasawuf dan Pemikiran Islam*, vol. 1, no. 1 (2011), pp. 38–54.

⁵ Salahudin Salahudin, *Konsep Tawakkal menurut Al-Ghazali* (UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2006).

⁶ Nurhasan, 'Konsep Tawakkal Menurut Jalaluddin Rumi', *Jurnal Studi Islam: Pancawahana*, vol. 14, no. 2 (2019), pp. 100–13.

⁷ Zaini, 'Pemikiran Tasawuf Imam Al-Ghazali'.

Contoh objek material dan objek formal ilmu, seperti Antropologi, Sosiologi, kedokteran, Matematika dan lainnya. Dan objek formal ilmu ini semuanya bertumpu pada manusia. Namun, semuanya menjadi berbeda berhubung karena berbedanya objek material dari setiap ilmu tersebut.⁸

Objek material Antropologi adalah cita, karsa dan budaya manusia, objek material sosiologi adalah hubungan sosial manusia sebagai makhluk individu dan masyarakat, sedangkan objek material ilmu kedokteran adalah kesehatan tubuh manusia.⁹ Objek material ilmu matematika adalah kemampuan seseorang dalam logi berhitung dan seterusnya.

Akhlak sudah merupakan ilmu yang berdiri sendiri dalam khazanah keilmuan Islam sama halnya dengan Tauhid, Tafsir, Hadist, Fiqhi, Ilmu Sejarah Kebudayaan Islam.¹⁰ Dan dibuktikan dengan banyaknya karya-karya para ilmuan ‘ulama’ yang muncul dengan berbagai macam kajian dan pendekatan, yang sudah menjadi mata pelajaran di setiap lembaga pendidikan Islam mulai dari tingkat dasar hingga tingkat perguruan Tinggi¹¹.

Menurut Ahmad Amin “tidaklah semua perbuatan itu dapat diberi hukuman” artinya tidak semua perbuatan dapat diberi nilai dan karena tidak semua perbuatan itu pelakunya dapat dituntut atau diberi hukum¹².

⁸ Ahmad Syatori, ‘Risalah Tasawuf’, *Putih Jurnal Pengetahuan Tentang Ilmu dan Hikmah*, vol. 4, no. 1 (2019), pp. 104–38.

⁹ Miswar Miswar et al., *Akhlak Tasawuf: membangun karakter Islami* (Perdana Publishing, 2015).

¹⁰ Syafi’in Mansur, *Akhlak Tasawuf* (IAIB PRESS, 2015).

¹¹ Rasyad Rasyad, ‘Dimensi Akhlak dalam Filsafat Islam’, *SUBSTANTIA*, vol. 17, no. 1 (2015), pp. 89–102.

¹² Ahmad Amin, ‘Etika (Ilmu Akhlak), Terj, KH Farid Ma’ruf, Cet. 3’, *Jakarta: Bulan Bintang*, vol. 3 (1983).

Selanjutnya ia mengatakan bahwa perbuatan manusia itu ada yang timbul tiada dengan kehendak bernafas, detak jantung, dan memicingkan mata dengan tiba-tiba waktu berpindah dari gelap kecahaya, maka ini bukanlah pokok persoalan etika atau ilmu akhlak, dan tidak dapat diberi hukum “baik atau buruk”, dan bagi yang menjalankan tidak dapat disebut orang yang buruk, dan tidak dapat dituntut. Dan adapula perbuatan yang timbul karena kehendak dan setelah difikir mateng-mateng akan buah dan akibatnya, sebagaimana orang yang melihat akan buah dan akibatnya.

Dalam buku Akhlak tasawuf, menguraikan pembentukan keperibadian manusia untuk menjadi manusia yang mulia (***tawwabin, muttaqin dan mukhlisin***) yakni senantiasa takwa, tobat dan ikhlas, dimana pembentukan watak manusia tidak hanya harus konsisten pada hukum-hukum Syari'ah tetapi penekanannya pada aspek rohani. Dengan demikian menciptakan manusia yang dapat menghambakan dirinya dengan baik dan benar terhadap sesama manusia (***hablun Minannas***) dan terlebih hubungannya kepada Allah SWT (***hablun Minallah***). Itulah gambaran manusia masa depan bangsa dan agama.

Sufi adalah orang yang bersih hatinya dan bebas dari cengkaman hal-hal yang bersifat kebendaan dan jasmaniah. Apabila hati sang sufi telah mengamalkan apa yang telah diperintahkan dalam Alquran dan Hadis Nabi Saw. maka, amal itu akan membawanya dekat dengan Allah SWT. Dia akan menerima Ilham dari Allah SWT. sehingga ia menjadi seorang yang Arif, yang ilmunya berasal dari ilmu ***ladunni***

(bukan hanya ilmu dunia tetapi lebih pada ilmu Allah) yang dengan ilmu itu ia mengetahui mana yang benar dan mana yang salah. Apa yang datang dari bisikan setan, ataukah merupakan limpahan Allah SWT. Hatinya akan merasakan betapa dirinya dekat dengan Allah SWT. Ketika itu perasaan aman dan damai akan menyelubungi hatinya sehingga ia menjadi lapang dan sangat tentram. Tentu semua manusia ingin mencapai kedamaian itu, termasuk para pembaca yang budiman. Sebab itu menjadi kebutuhan yang mutlak dalam kehidupan kita sebagai umat manusia.

Ketika itu dia tidak takut kepada siapa pun di muka bumi ini, dan tidak sibuk hanya mengejar dunia semata. Melainkan kepada Allah SWT dan hanya Allah SWT semata. Ketika orang lain hanya sibuk mengejar dunia, sedang dia sibuk mengejar **ma'rifat** kepada Allah SWT. dan tidak pernah berhenti mengerjakan ibadah untuk mendekatkan diri dengan Allah SWT. karena itulah hatinya terus subur dengan menghadapkan pandangan kepada Allah SWT. dengan melalui *riyadhatun nafs* (latihan secara rohani).

Kekasih-kekasih Allah SWT. berbeda dengan orang-orang biasa. Perbedaan itu terlihat dari cara mereka bertingkah laku. Ketika pertama kali melakukan perjalanan rohani (*zuluk*) menuju Allah SWT. yakni ketika mereka berada pada tahap awal, tingkah laku mereka tampak seimbang antara yang buruk dengan yang baik. Semakin tinggi tingkat *zuluk* atau kondisi spiritual mereka hingga ke tingkat **madya** (pertengahan), tingkah laku mereka semakin penuh dengan kebaikan. Kebaikan yang mereka peroleh itu merupakan buah kepatuhan mereka kepada syari'at Allah SWT. dan tentu

sesuai dengan peringkat mereka masing-masing. Itulah "Akhlak" tertinggi bagi seorang 'Arif yang corak kehidupan seorang "Sufi".

Setelah mereka dapat menaklukkan ego dan hawa nafsu berkat kalimat **Laa Ilaaha Illallah** dan mencapai suatu peringkat yang dapat baik dan buruk, antara dosa dan pahala, mengutuk dosa dalam diri mereka dan menginginkan kebenaran, berkat nama Allah SWT. **al-Haqq** (yang sebenarnya), dan setelah mereka mengarahkan hawa nafsunya kepada kehendak Allah SWT. serta rela dengan takdir Allah SWT, maka dari dirinya bersinarlah cahaya sebagai **nur ilahi** yang diberi simbol "warna putih". Inilah peringkat terakhir yang dicapai dalam perjalanan rohani (**zuluk**). Warna putih melambangkan kebersihan dan kesucian hati.

C. Keutamaan Pelajaran Akhlak Tasawuf

1. Proses Pembelajaran Akhlak melalui Iman (Tauhid)

Iman yang juga disebut tauhid sebagai aqidah bagi kalangan Muslim terdiri dari enam pilar Iman yaitu; kepada Allah, kepada Kitab, kepada Malaikat, Iman kepada Rasul, kepada hari kemudian dan kepada Qada/Qadar Allah. Hal ini sesuai dengan hadis Rasulullah SAW:

الإِيمَانُ هِيَ أَنْ تُؤْمِنَ بِاللَّهِ وَمَلَائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ وَلْيَوْمِ الْآخِرِ
وَتُؤْمِنَ بِالْقَدَرِ خَيْرِهِ وَشَرِّهِ مِنَ اللَّهِ تَعَالَى (رواه البخاري ومسلم).

Artinya; "Iman ialah percaya kepada Allah, Malaikat, kitab-kitab-Nya, Rasul-Nya, hari akhirat, iman kepada ketentuan

Allah. Baik dan buruknya sesuatu sudah ketentuan Allah (HR. Bukhari dan Muslim).

Ilmu ini dinamai ilmu tauhid karena yang terpenting dari tujuan mempelajari ilmu ini adalah agar manusia mengenal Allah SWT. mengakui ke-Esaan-Nya sebagai pencipta atas segala jagad raya ini, mengatur, memelihara, mengendalikan, peristiwa alam dan seluruh isinya baik yang akan terjadi maupun yang sudah terjadi. Mengakui bahwa Allah SWT. sebagai tempat kembali segala makhluk di bumi dan seluruh alam semesta. Mewujudkan dalam kehidupan sehari-hari.¹³

Pada dasarnya manusia adalah ciptaan Allah SWT. yang paling sempurna dibandingkan dengan makhluk ciptaan lainnya, struktur anatomi tubuh yang terdiri dari jasmani dan rohani dapat menjadikan ia memperoleh derajat kemuliaan. Dari aspek mental dan spiritual yang terbina memicu kemampuan dasarnya menjadi lebih sempurna.¹⁴

Islam memandang bahwa Firtah manusia sebagai makhluk yang suci bagaikan kertas yang putih bersih menjadi bekal sejak munculnya di bumi dalam Islam, namun dalam perjalanan hidupnya melalui medan kehidupan yang terjal, panjang dan berliku memungkinkan dirinya ternoda bahkan terhempas jauh dari fitrahnya semula. Jika manusia pada level seperti ini diperlukan pengobat yang ampuh untuk

¹³ Miswar et al., *Akhlak Tasawuf: membangun karakter Islami*.

¹⁴ Hasni Noor, 'Tauhid Sebagai Dasar Pendidikan Islam', *AL'ULUM*, vol. 53, no. 3 (2012).

mengembalikannya pada posisi kesuciannya melalui media pertobatan.

Tauhid menjadi landasan seorang Muslim¹⁵ untuk membuat persaksian dirinya dengan Tuhan yang disembahnya dalam dimensi esotektik, ia mengesakan Tuhan dan menjadikan Nabi Muhammad SAW. sebagai panutan melalui *syahadatain*, lasim bagi seorang muslim ber-ikrar dalam batin secara sungguh-sungguh bahwa "tiada Tuhan yang disembah kecuali Allah SWT. dan Nabi Muhammad adalah utusan Allah SWT.menjadi wakil-Nya di bumi untuk menjadi penuntun ummat manusia".

Konsep Iman sebagai dasar tauhid yang memuat enam unsur yaitu; iman kepada Allah SWT. iman kepada Kitab, iman kepada Rasul. Iman kepada Malaikat. Iman kepada *qada'* dan *qadar*. Iman kepada hari akhirat. Inilah sebagai pondasi yang menjadikan bangunan keyakinan kepada sang Pencipta. Pendidikan tauhid menjadi landasan utama bagi seluruh ummat muslim menjadi barometer penentu terhadap identitas ketauhidannya secara benar. Tauhid berperan menentukan keteguhan dan keyakinan diri manusia dalam melaksanakan nilai-nilai ajaran Islam. Tahud harus menjadi pemanis dan pewarnah dalam kehidupan seseorang dan harus mampu menjaga integrasi sosialnya dengan seluruh lapisan masyarakat.¹⁶

¹⁵ Hafiedh Hasan, 'Sistem Pendidikan Nasional Berdasarkan Tauhid', *Madaniyah*, vol. 4, no. 1 (2014), pp. 78–92.

¹⁶ *Ibid.*

2. Proses Pembelajaran Melalui Syariat

Akhlak mulia merupakan tujuan pokok dalam pendidikan perilaku manusia. Akhlak seseorang akan dianggap mulia jika tindakannya mencerminkan nilai-nilai Islam. Dalam hal ini peran akhlak sangat penting dalam kehidupan manusia, untuk mengantar manusia pada kehidupan terarah yang diridhai oleh Allah SWT. secara garis besar tujuan pendidikan akhlak tasawuf adalah mewujudkan masyarakat beriman, istiqamah di jalan Tuhan melalui tindakan dan perbuatan-perbuatan yang benar dalam kehidupan sehari-hari. Menjaga dan memagari diri dari pengaruh gemerlapnya kehidupan dan intrik-intrik kemewahan. Dan juga pendidikan Islam sebagai tujuan terbesarnya adalah mendorong masyarakat lebih berwawasan luas, berpengetahuan tinggi dan bersikap humanis.¹⁷

Rambu-rambu kehidupan yang disebut syariat penting adalah unsur terpenting dalam rangka menjaga stabilitas kehidupan manusia yang utuh, komprehensif secara permanen. Mejalin hubungan secara horizontal kepada sesama manusia melalui mu'amalah serta senantiasa tidak melupakan tugasnya untuk menjaga hubungan vertikal secara permanen dirinya dengan penciptanya. Menjadikan syahadat sebagai pakaian rohani, melafaskannya di setiap waktu.

Perlu diuraikan pengertian syahadat sebagai perisai untuk menjadi pengontrol hidup dan kehidupan bermasyarakat hubungannya dengan akhlak. Secara

¹⁷ *Ibid.*

bahasa Arab *syahida* yang berarti telah beraksi. Kemudian secara harfiah maknanya ialah memberikan kesaksian dan memberikan pengakuan sebagai janji atau ikrar yang terangkai dalam dua kalimat syahadat. Secara lisan telah berikrar dan harus memahami makna yang terkandung di dalam kedua kalimat tersebut yang disebut *syahadatain* serta segala konsekwensinya. Penuh janji secara sungguh-sungguh dan menjaga amalan-amalan senantiasa *istiqamah* dan tidak akan melenceng dari nilai-nilai syahadat tersebut.

Menjaga sikap takwah kepada Allah SWT. dengan tekun menjalankan segala perintahnya dan menjauhi segala larangannya. Menyembah hanya semata-mata kepada Allah dan tidak menduakannya (*musyrik*), kalimat syahadat dilafadskan “*asyhadu Anna Illallah wa ayshadu Anna Muhammadarrasulullah* (aku bersaksi bahwa tiada Tuhan selain Allah dan Muhammad adalah utusan-Nya).

D. Pendidikan Akhlak Tasawuf

Tasawuf yang dimaksudkan adalah upaya untuk mengembangkan nuansa keilmuan dalam hal spiritual (*riyadah*), psikologis, keilmuan dalam bentuk fisik yang dipercaya mampu mendukung proses penyucian jiwa atau hati.¹⁸ Dalam aspek pendidikan, tasawuf dalam prakteknya sangat menekankan pada sikap hidup *zuhud* yakni sikap menahan diri dari kecintaan duniawi. Anjuran bersikap *zuhud* dalam kehidupan bertasawuf

¹⁸ Haidar Bagir, 2005, *Buku Saku Tasawuf*, Bandung : Arazy Mizan, hal.91

dilatarbelakangi oleh keyakinan para sufi bahwa manusia cenderung terlalu menikmati hal-hal keduniaan sehingga akhirnya, ia akan terjerumus kedalam sikap berlebihan dan terlalu mencintai materi yang akan memalingkan dirinya untuk mengingat Allah. Karenanya dalam kata tasawuf atau sufi sering diidentikkan dengan gambaran sosok manusia yang cenderung tidak banyak bergaul dan cenderung menyendiri, berpakaian sederhana, serta hidup serba kekurangan dan menghabiskan waktunya untuk melakukan ibadah.¹⁹

¹⁹Ibid,hal 107

BAB III

IHSAN DAN IMPLEMENTASINYA

A. Pengertian dan Makna Ihsan

Ihsan menurut bahasa ialah membuat sesuatu memberi manfaat, atau berbuat sesuatu sebaik-baiknya. Menurut istilah *syara'* para ulama memberi pengertian :

1. Ihsan dalam dua pengertian:, 1) Menyampaikan manfaat atau kebajikan kepada orang; 2) mengerjakan sesuatu dengan sebaik-baiknya.
2. Ihsan ialah suatu perilaku terpuji yakni menunaikan kewajiban dengan sempurna.²⁰
3. Ihsan amat ringkas tetapi padat, yakni ikhlas. Ikhlas artinya bersih, tidak ada campuran, bagaikan emas tulen, atau pekerjaan ikhlas artinya dengan senang hati dan penuh keridhaan murni tanpa mengharapkan upah dan pujian dari siapapun, maka pekerjaannya baik bila niatnya baik dan tentu nilainya juga murni.²¹

Dari pengertian tersebut disimpulkan bahwa ihsan ialah menyampaikan pesan kebaikan, melakukan kebajikan dengan sebaik-baiknya yakni ikhlas karena Allah SWT. tanpa motivasi atau tendensi lain.

²⁰ Mahmud Yunus, *Akhlak*, Jakarta, Hidayah Karya Agung, 1999, h.7.

²¹ Umar Hasyim, *Hadith Arba'in an-Nawawiyah*, Surabaya, Bina Ilmu. 1984, h.24.

Sebuah riwayat menjelaskan bahwa pernah suatu peristiwa terjadi dikala Rasulullah SAW. memimpin jamaah (majelis), bersama dengan beberapa sahabat dan beberapa jamaah lainnya, lalu datang seseorang tidak dikenal dan tidak satupun diantara jamaah mengenalnya berperawakan tua dan berpakaian rapi, masuk dan langsung duduk berhadapan dengan Rasulullah SAW. lalu merapatkan lututnya dengan Rasulullah SAW. kemudian ia berkata "wahai Rasulullah SAW. tahukah engkau tentang perihal Ihsan, Iman, dan Islam"?

Rasulullah dalam menjawab pertanyaan Jibril menerangkan tentang **Ihsan** sebagai berikut²²:

إِلَّا حَسَانٌ أَنْ تَعْبُدَ اللَّهَ كَمَا تَرَاهُ ، فَإِنْ لَمْ تَكُنْ تَرَاهُ فَإِنَّهُ يَرَاكَ

Artinya;

"Ihsan itu ialah: bahwasanya engkau mengabdikan kepada Allah SWT. seakan-akan engkau melihat-Nya, jika engkau tidak melihat-Nya maka Yakinkan bahwa Allah SWT. Melihat engkau.

Hadis tersebut mengandung makna bahwa kebajikan dilakukan baru dapat mempunyai makna dan kualitas, apabila dilaksanakan dengan "ikhlas" karena Allah SWT. semata. Memenuhi segala kewajiban yang diperintahkan dan merasa diri selalu diawasi oleh-Nya. Menyatakan kebesaran dan keagungan-Nya sejak permulaan melaksanakan sesuatu sampai selesai. Orang Islam yang tiada ber-

²² Al-Asqalani Ali bin Hajar bin Ahmad, Fath al-Barry, *Shahih al-Bukhary*, Juz I. Dar al-Ma'rifah, Bairut Libanon, t.th. h. 114.

ihsan akan menjadi orang *riya'* lagi **takabbur**, demikian pula akan mudah terjangkiti kemunafikan, bahkan dapat menjadi orang musyrik. Sebagaimana hadis Rasulullah SAW. Berbunyi²³:

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: إِنَّ أَخْوَفَ مَا أَخَافُ عَلَيْكُمْ
الشِّرْكَ الْأَصْغَرَ. فَسُئِلَ عَنْهُ فَقَالَ: الرِّيَاءُ

Artinya;

“Nabi SAW bersabda; Sesungguhnya suatu yang paling aku takutkan menimpa kamu sekalian ialah syirik kecil ketika Nabi ditanya, apa itu syirik kecil ? Nabi menjawab “riya”

B. Hubungan Iman, Islam dan Ihsan

1. Iman

Jibril bertanya lagi; apa itu Iman? Rasulullah SAW. menjawab²⁴:

الْإِيمَانُ أَنْ تُؤْمِنَ بِاللَّهِ وَمَلَائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ وَلْيَوْمِ الْآخِرِ
وَتُؤْمِنَ بِالْقَدْرِ خَيْرِهِ وَشَرِّهِ (رواه البخارى)

Artinya:

Iman itu ialah bahwa engkau (mesti) percaya kepada Allah SWT. Kepada Malaikat-malaikat-Nya, Kepada kitab-kitab-Nya kepada rasul-rasul-Nya, kepada hari kemudian, yang engkau (mesti) percaya

Iman adalah percaya, orang beriman dinamakan mu'min, artinya orang yang percaya. Allah

²³ Ahmad bin Hanbal, *Musnad Ahmad bin Hanbal*, cet. I, Juz I, 1992/1412H. Dar al-Fikri. Makkah al-Mukaarramah, h. 176.

²⁴ Shahih al-Bukhary. *Op.Cit.*, h. 114.

SWT. mempertegas pernyataan di atas: sbb. ²⁵

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا ءَامِنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ ءَالِكِتَابِ الَّذِي نَزَّلَ
عَلَى رَسُولِهِ ءَالِكِتَابِ الَّذِي أَنْزَلَ مِنْ قَبْلُ ءَمَنْ يَكْفُرْ بِاللَّهِ
وَمَلَئِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ ءَالْيَوْمِ ءَالْآخِرِ فَقَدْ ضَلَّ ضَلَالًا
بَعِيدًا ﴿١٦﴾

Terjemahnya;

"Hai orang-orang yang beriman! Berimanlah (sungguh-sungguh) Kepada Allah SWT. Kepada rasul-Nya, Kepada kitab-Nya yang ia turunkan lebih dahulu, karena barang siapa yang tidak percaya kepada Allah SWT Kepada malaikat-malaikat-Nya, Kepada kitab-kitab-Nya, Kepada rasul-rasul-Nya, dan kepada hari kemudian, maka sesungguhnya sesatlah ia satu kesesatan yang jauh.

Kemudian dapat dilihat firman Allah SWT²⁶ :

قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ
فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ﴿١٦﴾

Terjemahnya;

"Katakanlah (bahwa) tidak akan mengenai kami melainkan apa yang telah ditentukan oleh Allah SWT bagi kami: Ia itu Tuhan kami, dan kepada Allah SWT. hendak-Nya orang mu'min berserah diri :

Abu Abdullah bin Khafif berkata, Iman berarti

²⁵ Lihat QS. An-Nisa' [4]:136.

²⁶ Lihat QS. At-Taubah [9]:51.

penetapan kalbu terhadap apa yang telah dijelaskan oleh **Al-Haq** mengenai hal yang gaib.²⁷

Abul Abbas as-Sayyaary berkata, "Pemberian Allah SWT. ada dua macam yaitu **karamah** dan **istidraj**. Segala hal yang tetap abadi dalam dirimu adalah **karamah**, dan segala yang sirnah dari dirimu adalah **istidraj**. Maka katakan saja "Aku yakin Insy Allah!".

Sahl bin Abdullah at-Tustary menandakan, "Orang-orang, yang beriman melihat Allah SWT. dengan mata hati, tanpa akal batasan dan kawasan."²⁸

Iman intinya menanamkan kepercayaan sedalam-dalamnya sehingga tidak akan pernah goyah, kemudian meyakini bahwa segala yang akan terjadi pada diri kita mesti terjadi, maka kita tidak patut untuk takut kepada sesuatu selain kepada Allah SWT. dan wajib kita mengerjakan perintah-penintah-Nya dengan berserah diri kepada-Nya di dalam segala hal. Iman tertanam dalam kalbu dan telah dikunci secara lahir dan batin melahirkan **sikap istiqamah**.

2. Islam

Jibril bertanya lagi tentang Islam, maka Rasulullah Saw. menjawab :²⁹

لِلْإِسْلَامِ أَنْ تَشْهَدَ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَنَّ مُحَمَّدًا رَسُولُ اللَّهِ وَتُقِيمَ
الصَّلَاةَ وَتُؤْتِيَ الزَّكَاةَ وَتَصُومَ رَمَضَانَ وَتَحُجَّ الْبَيْتَ إِنْ
اسْتَطَعْتَ إِلَيْهِ سَبِيلًا (رواه البخارى)

²⁷Al-Qusyairiyah an-Naisabury, *Risalatul Qusyairiyah, Induk Ilmu Tasawuif*, cet. I Risalah Gusti Surabaya, 1997, h. 10.

²⁸ *Ibid.*,

²⁹ Shahih al-Bukhary. *Op.Cit.*

Artinya bahwa; "Kita wajib mengerjakan lima perkara yang dinamakan rukun, pokok-pokok atau tiang-tiang Islam, **yaitu mengucapkan dua kalimat syahadat, melaksanakan sembahyang, mengeluarkan zakat, berpuasa di bulan ramadhan, naik haji bagi yang mampu.**

Islam artinya keselamatan, masuk dalam keselamatan, berserah diri, ta'at dan pada aturannya. Orang yang mengerjakan rukun-rukun itu dinamakan muslim artinya orang selamat, orang masuk dalam keselamatan, orang menyerahkan dirinya, serta orang ta'at.³⁰

Firman Allah SWT³¹:

فَإِنْ تَوَلَّوْا فَقُولُوا اشْهَدُوا بِأَنَا مُسْلِمُونَ ﴿١٤﴾

Terjemahnya;

"Jika mereka berpaling maka katakanlah kepada mereka saksikanlah bahwasannya kami ini orang Islam"

Adapun rukun-rukun Islam yang lainnya, bukan hanya pengakuan, tetapi perbuatan atau amalan.

Firman Allah SWT³²:

فَأَقِمْوْا الصَّلَاةَ ۚ إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَّوْقُوتًا ﴿١٦﴾

³⁰ A. Hassan, *Pengajaran Shalat*, cet XXII. Diponegoro, 1986. H. 162.

³¹ Lihat QS. *Ali-Imran* [3]:64.

³² Lihat QS. *An-Nisa* ' [4]:103.

Terjemahnya;

Dirikanlah shalat karena sesungguhnya shalat adalah salah satu kewajiban yang ditentukan waktunya atas orang-orang mu'min

Firman Allah SWT. ³³

وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَآتُوا الزَّكَاةَ وَارْكَعُوا مَعَ الرَّاكِعِينَ ﴿١١٠﴾

Terjemahnya;

Dirikanlah shalat dan dan keluarkan zakat :

Firman Allah SWT ³⁴:

يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى
الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ﴿١٨٣﴾

Terjemahnya;

"Diwajibkan atas kamu berpuasa (Ramadhan) sebagaimana diwajibkan atas ummat terdahulu supaya kamu bertaqwa.

Firman Allah SWT.

"Karena Allah SWT. wajib atas manusia mengerjakan haji ke Baitullah, (yaitu) siapa yang berkemampuan.

³³ Lihat QS. Al-Baqarah [2]:43.

³⁴ Lihat QS. Al-Baqarah [2]:183.

Rasulullah Saw. Bersabda ³⁵:

الإِسْلَامُ أَنْ تَشْهَدَ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَنَّ مُحَمَّدًا رَسُولُ اللَّهِ وَتُقِيمَ
الصَّلَاةَ وَتُؤْتِيَ الزَّكَاةَ وَتَصُومَ رَمَضَانَ وَتَحُجَّ الْبَيْتَ إِنْ
اسْتَطَعْتَ إِلَيْهِ سَبِيلًا (رواه البخارى)

Artinya;

“Islam ialah mengaku (dengan lidahmu), bahwa tidak ada Tuhan (Yang patut disembah) melainkan Allah SWT. dan bahwa Mumammad saw. pesuruh Allah, mengerjakan sembahyang, mengeluarkan zakat, berpuasa di bulan Ramadhan, mengerjakan haji ke baitullah jika mampu.”

3. *Ihsan* :

Ihsan, digambarkan oleh Rasulullah Saw. sebagai suatu keadaan dimana seorang hamba pada saat melaksanakan perintah Allah SWT. seakan-akan melihat Allah SWT. Dan jikalau tidak melihat-Nya, maka tetaplah yakin bahwa Allah SWT. pasti melihat diri kamu. Sebagaimana sabda Rasulullah Saw :

إِلَّا حَسَانٌ أَنْ تَعْبُدَ اللَّهَ كَمَا تَرَاهُ ، فَإِنْ لَمْ تَكُنْ تَرَاهُ فَإِنَّهُ يَرَاكَ

Artinya;

“Engkau menyembah kepada Allah SWT seakan-akan engkau melihat-Nya, sekalipun engkau tidak melihat maka yakinlah bahwa Allah SWT, pasti melihat engkau”.

Kemudian dipertegas Allah dalam Firman-Nya ³⁶:

³⁵ Shahih al-Bukhary. *Op.Cit.*

³⁶ Lihat QS. Al-Baqarah [2]:112.

بَلَىٰ مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَلَا
خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴿١١٢﴾

Ayat ini menyebutkan kata **Ihsan** setelah **Islam**, artinya: (tidak demikian) *bahkan barang siapa menyerahkan diri kepada Allah SWT. sedang ia berbuat kebajikan maka baginya pahala pada sisi tuhan-Nya dan tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak pada mereka bersedih hati.*

Jadi Iman, Islam dan ihsan, kelihatannya seperti tidak saling berhubungan, namun sesungguhnya ketiga hal itu hanyalah satu cara hakiki (*hakekat*). Sebagaimana dapat diketahui bahwa: ihsan adalah aspek rohaniah atau dimensi batiniah, diwujudkan pada diri setiap hamba untuk mengabdikan dirinya dihadapan Tuhannya. Sedangkan Islam adalah hukum yang senantiasa mengatur tata cara hidup manusia secara *lahiriah* (pisik), namun tidak dipisahkan dengan hal-hal *metafisik* atau aspek rohaniah. Jadi *Iman* disini adalah "*aqidah*", *Islam* adalah "*syari'ah*", sedangkan *Ihsan* adalah perpaduan antara hasil sinergi *aqidah dan syari'ah* itu adalah aspek *amaliah* atau tindakan, dan inilah melahirkan potensi pada diri manusia yang sifatnya berdiri sendiri disebut "*Ihsan*" yakni *ketundukan hati pada unsur keilahan*.

Ketundukan hati pada unsur keilahan melahirkan tiga tingkatan nur, yaitu nurul Islam, nurul Iman dan nurul Ihsan.

1. Nurul Islam

Mengusir gelapnya kekafiran dan kemaksiatan, ketika itu maka nampaklah Nur keimanan dan

ketaatan. Dengan jalan ini, mata hati dapat melihat kebenaran yang hakiki, dimana hati menolak jeleknya kekafiran dan kemaksiatan dan menerima baiknya nurul Islam dan ketaatan. Ketika itu hati dapat tunduk kepada ketaatan yang dapat mendekatkannya kepada Allah SWT. dan menghindar dari apa-apa yang dapat menjauhkan ia kepada Allah SWT.

2. **Nurul Iman**, ia mengusir gelapnya kemusyrikan, ketika itu juga, maka tampaklah pancaran keikhlasan. Mata hati dapat melihat kebenaran hakiki, hati menolak jeleknya kemusyrikan yang gelap itu, dan menerima baiknya manfaat ikhlas. Dalam kondisi ini tunduklah hati kepada meng-Esakan Allah SWT. dan engganlah hati daripada kemusyrikan dan segala bentuk kejelekan.
3. **Nurul Ihsan**, ialah mengusir gelapnya kesamaan atau sikap menduakan Allah SWT. Ketika itu tampaklah nur wujud Allah SWT. Mata hati ketika itu dapat melihat kebenaran yang hakiki, dimana hati sadar akan mudaratnya kegelapan tanda-tanda bekas, dan manfaatnya kebaikan pembuat tanda-tanda bekas itu. Dengan jalan ini hati dapat menerima pancaran "**makrifah** ", dan hilang lenyaplah segala-galanya selain Allah SWT.³⁷

C. Ruang Lingkup Dan Operasionalnya

Dalam diri manusia terdiri dari dua aspek penentu yaitu aspek rohaniah dan aspek lahiriah. Aspek rohaniah terdiri dari *unsur illahiah* dan aspek lahiriah

³⁷ Mustafa Zahri, *Kunci Memahami Ilmu Tasawuf*. Bina Ilmu, Surabaya, 1979, h. 207-207.

terdiri dari unsur *insaniah*

Dua unsur ini harus diaktualisasikan dalam kehidupan manusia yaitu menjalin hubungan kepada Allah SWT. dengan melakukan penyembahan sungguh-sungguh, dimana disaat menyembah dapat merasakan keharuan. Dan menjalin hubungan kepada sesama manusia dengan penuh kearifan.

Jadi di dalam potensi rohaniah manusia berusaha mengaplikasikan nilai-nilai ketuhanan.

Contoh: "**Amanah**" ini bukan hanya pada aspek lahiriah (bagian luar), tetapi lebih berat penekannya pada aspek batiniah (bagian dalam).

Jadi Islam secara konseptual didalamnya terdapat dua indikasi pengabdian yaitu bagaimana menjalin hubungan dengan Allah SWT. (*hablun minallah*) dan bagaimana menjalin hubungan kemanusiaan dengan baik dan benar (*hablun minan nas*). Kemudian aspek akhlak yaitu mewujudkan sikap dan perilaku baik dan mulia lahir batin, dan diaktualisasikan dalam kehidupan sehari-hari.

Contoh: Ketika hendak makan harus dimulai dengan membaca "**basmalah**" (aspek aqidah) dan tata cara makan harus dengan "**tangan kanan**" (aspek syariah). Kemudian pada saat makan, secara etika (menurut tata krama) memakan makanan yang ada dihadapanmu jangan mengambil yang jauh dari hadapanmu (aspek ihsan).³⁸

³⁸ Muhammad bin Isa bin Saurah al-Tirmizy: *Sunan at-Turmuzy al-Jami'u as-Shahih*, yang ditahqiq oleh Ibrahim Utuwah. Darul Imarat. Bairut. Bab 48, pembasan masalah makan-makanan, h. 277.

عَنْ عُمَرَ بْنِ أَبِي سَلَمَةَ أَنَّهُ دَخَلَ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ : أَدْنُ يَا بُنَيَّ، فَسَمَّ اللَّهَ وَ كُلَّ بِئِمِينِكَ وَ كُلَّ مِمَّا يَلِيكَ (رواه الترمذی)

"Wahai anak-anak makanlah dengan memulai menyebut nama Allah SWT. dan makanlah dengan menggunakan tangan kananmu, dan makanlah makanan yang ada dihadapanmu".

D. Aktualisasinya dalam Segala Aspek Kehidupan

Puncak akhir perjalanan menuju Allah SWT. adalah seseorang penempuh jalan (*as-salik*) tersebut sampai pada tingkatan *maqam ihsan* yang diungkapkan hadis sahih tersebut di atas "Hendaknya kamu menyembah Allah SWT. seakan-akan kamu melihat-Nya, jika tidak melihat-Nya, maka Dialah yang melihatmu (Hadis Riwayat Muslim).

Ditinjau dari teks hadis di atas, tingkatan-tingkatan pertama; hendaklah kamu menyembah Allah SWT. seakan-akan kamu melihat-Nya" merupakan tingkatan yang paling tinggi. Setiap *thariqah* bersandar pada beberapa makna untuk sampai pada *maqam* ini. Ilmu dan zikir adalah dua rukun dari pencapaian *maqam* (perjalan ruhani), dan disitu ragam ilmu memiliki kaitan dengan *maqam ihsan*. Di situ juga ada beberapa nilai yang harus diperhatikan oleh seorang penempuh perjalanan ruhani ditengah melakukan zikir, agar bisa sampai pada pencapaian *maqam* ini.

Penekanan akhlak terdapat pada dimensi lahir dan dimensi batin (lahir dan batin), sebab manusia itu tersusun dari jasad (tubuh) yang terlihat dengan mata, dan

dari roh/jiwa terlihat dengan mata hati, masing-masing mempunyai keadaan dan bentuk adakalanya cantik adakalanya buruk. Maka jiwa terlihat dengan mata hati itu lebih besar nilainya, dibandingkan dengan tubuh yang terlihat dengan mata kepala³⁹. Karena itulah diagungkan oleh Allah SWT. urusan jiwa, dengan didasarkan pada firman-Nya"⁴⁰.

إِنِّي خَلَقْتُ بَشَرًا مِّنْ طِينٍ ﴿٧٦﴾ فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُّوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ ﴿٧٧﴾

Terjemahnya;

"Sesungguhnya Aku menciptakan manusia dari tanah, dan ketika Aku bentuk dengan sempurna dan ketika kutiupkan kehidupan kedalamnya ruh-Ku, hendaknya kamu tunduk merendahkan dirimu kepadaNya.

Dengan ayat di atas Allah SWT. memberitahukan bahwa jasad (tubuh) itu dihubungkan kepada tanah, sedang ruh (jiwa) kepada Tuhan semesta alam, maka jiwa menetap didalamnya, dan daripadanya muncul semua perbuatan dengan gampang dan mudah tanpa memerlukan pemikiran dan penelitian, itulah wujud dari akhlak yang baik.

E. Sasaran Yang Akan dicapai dalam

Pembinaannya (*Tawwabin, Muttaqin, Mukhlisin*)

Pemeliharaan ihsan akan melahirkan **Tawwabin (Taubat)**, menurut bahasa berarti kembali. Jadi *tawwabin* adalah seseorang yang tengah melakukan pertobatan.

³⁹ Sayyid Abdul Wahab As-Sya'rani, *Al-Minab as-Syaniyab*, diterjemahkan dengan judul "Menjadi Kekasih Allah Swt.", cet. III. Mitra Pustaka, Yogyakarta. 1990. H.1.

⁴⁰ Lihat *QS. Shaad* [38]:71-72.

Sedangkan menurut syara', *tawwabin* (taubat) adalah kembali dari melakukan perbuatan terlarang menuju kepada perbuatan terpuji.⁴¹

Tawwabin (taubat) mempunyai tiga tahapan. *Pertama*. Seseorang mesti bertaubat dari dosa besar, kemudian dari dosa kecil, perkara makruh, dan perbuatan yang kurang baik. *Kedua*. secara berurutan, bertaubat dari anggapan bahwa dirinya baik, bertaubat dari anggapan bahwa dirinya termasuk orang yang dikasihi Tuhan, bertaubat dari anggapan bahwa dirinya telah benar dalam bertaubat, dan bertaubat dari segala kehendaknya, bertaubat dari lupa *musyadah* kepada Allah SWT, walau hanya sekejap⁴².

"Siapa yang memperkuat taubatnya, maka Allah SWT. akan menjaga-Nya dari segala yang merusak kesucian amalnya."

Pemeliharaan ihsan akan *melahirkan Muttakin* (Takwa) dengan menjaga diri dari syirik, dosa dan kejahatan lainnya, dan hal-hal yang meragukan (*syubhat*), serta kemudian meninggalkan hal-hal utama (yang menyenangkan). Takwa merupakan kemampuan seluruh kebaikan, dan hakikatnya adalah seseorang melindungi dirinya dari hukuman Tuhan dengan ketundukan kepada-Nya. Bersikap dengan akhlak yang baik kepada manusia merupakan karakter dari ketakwaan, alasannya karena takwa tidak bisa mencapai kesempurnaan kecuali dengan akhlak budi yang baik.⁴³

⁴¹ Sayyid Abdul Wahab As-Sya'rani, *Al-Minab as-Syaniyab*, diterjemahkan dengan judul "*Menjadi Kekasih Allah Swt.*", Op.Cit H. 1.

⁴² *Ibid.*, h. 2.

⁴³ Umar bin Musa Hafidz, *Qala Ibn Rajab*, dengan judul,

Allah SWT. Berfirman ⁴⁴:

إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَىٰكُمْ ۚ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴿٣٨﴾

Terjemahnya;

"Sesungguhnya orang yang paling mulia di dunia diantara kamu disisi Allah SWT. ialah orang yang paling bertaqwa diantara kamu"

Diriwayatkan oleh Abu Sa'id al-Khudry bahwa seseorang menghadap Nabi Saw. Dan berkata, "Wahai Rasulullah. nasehatilah saya" Beliau menjawab⁴⁵:

عَلَيْكَ بِتَقْوَى اللَّهِ فَإِنَّهُ جَمَاعٌ كُلِّ جَبْرٍ، وَعَلَيْكَ بِلِجْهَادِ فَإِنَّهُ
رَهْبَانِيَّةُ الْمُسْلِمِ، وَعَلَيْكَ بِذِكْرِ اللَّهِ فَإِنَّهُ نُورٌ لَكَ

Artinya;

"Engkau harus mempunyai ketakwaan kepada Allah SWT., karena ketakwaan adalah kumpulan seluruh kebaikan. Engkau harus melaksanakan jihad, karena jihad adalah kerahiban kaum Muslim. Dan engkau harus dzikir kepada Allah SWT. karena dzikir adalah cahaya bagimu"

Anas r.a. meriwayatkan, seseorang bertanya kepada Rasulullah Saw. "Siapakah keluarga Muhammad? "Beliau menjawab, yaitu "Setiap orang yang bertaqwa".⁴⁶

Mahligai Taqwa Memetik Mutiara Hikmah, oleh Ibnu Rajab al-Hambaly, Cet I. Pustaka Azzam, 1419H/1998, h. 224.

⁴⁴ Lihat QS. Al-Hujurat [49]:13.

⁴⁵ Al-Qusyairiyah an-Naisabury, *Risalatul Qusyairiyah, Induk Ilmu Tasawuif, Op.Cit*, h.97.

⁴⁶ Al-Qusyairiyah an-Naisabury, *Risalatul Qusyairiyah, Induk Ilmu Tasawuif, Op.Cit*, h.98.

An-Nashr Abadzy menjelaskan, "Takwa adalah hamba waspada terhadap segala sesuatu selain Allah SWT. Barang siapa menginginkan takwa yang sempurna, hendaknya menghindari setiap dosa. Siapapun teguh dalam takwa akan merindukan perpisahan dengan dunia,⁴⁷ karena Allah SWT. Berfirman⁴⁸:

وَلِلدَّارِ الْآخِرَةِ خَيْرٌ لِّلَّذِينَ يَتَّقُونَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ ط

Terjemahnya;

"Dan sungguh kampung akhirat itu lebih baik bagi orang-orang yang bertaqwa. Maka kamu memahaminya?"

Perkataan seorang Sufi "Tuhan menjadikan manusia berpaling dari dunia dengan mudah bagi orang benar-benar bertakwa." Abu Abdullah ar-Rudzbariy mengatakan, "Taqwa menghindarkan diri dari segala sesuatu menjadikan diri jauh dari Allah SWT⁴⁹."

Hal yang ketiga dihasilkan oleh ihsan yaitu *Mukhlisin* (ikhlas). *Mukhlisin* dari kata ikhlas. Yaitu segala sesuatu adalah bersih dan terhindar dari kotoran, maka itu dinamakan *khalis* (bersih). Pekerjaan membersihkan disebut *khalis*. Allah SWT. memerintahkan kepada umat manusia supaya beramal dengan ikhlas semata kepada Allah SWT.

Ikhlas atau keikhlasan berarti; mensucikan amal-amal perbuatan dari campur tangan sesama makhluk. Syekh Abu Ali ad-Daqqaq berkata: Keikhlasan

⁴⁷ Risalah al-Qusyairiyah, Ibid., h. 98.

⁴⁸ QS. Al-An'am [6]:32.

⁴⁹ Risalah al-Qusyairiyah, *Op. Cit.*, h. 243-244.

menjaga diri dari campur tangan makhluk, dan sifat **siddiq** berarti membersihkan diri dari kesadaran sendiri. Orang ikhlas tidaklah bersikap *riya'* dan orang jujur tidaklah **takjub** pada diri sendiri."⁵⁰

Selanjutnya Abu Usman mengatakan; Keikhlasan adalah melupakan pandangan makhluk melalui perhatian terus-menerus kepada **Khaliq**.⁵¹

Disisi lain dikatakan bahwa; siapapun tujuannya semata-mata untuk mendekati diri kepada Allah SWT. maka dia juga disebut orang **muklisin**. Tetapi sudah menjadi tradisi bahwa istilah ikhlas itu khusus berkenaan dengan tujuan semata-mata mencari **taqarrub** (kedekatan) kepada Allah SWT. dan pelakunya disebut **mukhlis** atau **mukhlisin**.⁵²

Lebih jelas lagi Allah SWT. dengan firman-Nya menjelaskan bagaimana ikhlas itu⁵³:

وَمَا أُمِرُوا إِلَّا لِيَعْبُدُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ حُنَفَاءَ وَيُقِيمُوا
الصَّلَاةَ وَيُؤْتُوا الزَّكَاةَ وَذَلِكَ دِينُ الْقَيِّمَةِ ﴿٥٣﴾

Terjemahnya;

"Padahal mereka tidak disuruh kecuali supaya menyembah Allah SWT. dengan memurnikan keta'atan kepada-Nya dalam (menjalankan) agama dengan lurus, dan supaya mereka mendirikan shalat dan menunaikan zakat, dan yang demikian itulah agama

⁵⁰ Risalah al-Qusyairiyah, Ibid.

⁵¹ Risalah al-Qusyairiyah, Ibid.

⁵² Sa'id Hawwa, *al-Mustakhlash fii Tazkiyatul Anfus*, diterjemahkan dengan judul *Mensucikan Jiwa*, cet III. Darus Salam, Robbani Press Jakarta, 1999, h. 318.

⁵³ QS. Al-Bayinah [98]:5.

yang lurus”.

Telah dijelaskan makna istilah **Tawwabin (Taubat)**, **Muttaqin (Takwa)** dan **Mukhlisin (Ikhlas)** dan hubungannya secara **hirarkis**, dan telah digambarkan tentang keberadaan jiwa merdeka. Marilah kita lihat penyebab-penyebab kesenangan jiwa dan membuatnya menjadi duka, jiwa akan senang dan sehat jika ia memahami hakekat wujud dan keadaan sesungguhnya. Hal ini dapat membebaskan jiwa dari penjara sempit hawa nafsu, keserakahan serta segala belenggu lainnya yang menghalanginya menuju kesempurnaan, yaitu dekat kepada Allah SWT. Inilah tujuan kebijaksanaan.⁵⁴

Orang telah memiliki dua kemampuan (**potensi**) terpadu dalam dirinya yakni kebijaksanaan "pemikiran" (**intelegensia**) dan kebijaksanaan "amaliah" (**action**), dengan mudah membangun kemampuan (**potensi**) **qalbiah** itulah proses pencerahan **qalbiah** paling dasar untuk menghindari dari kesenangan dunia dan materi menuju hidup sederhana (**zuhud**).

MAQAM IHSAN

Puncak akhir perjalanan menuju Allah SWT. adalah seseorang penempuh jalan (**as-salik**) tersebut sampai pada tingkatan **maqam** ihsan seperti ungkapkan hadis sahih Bukhari di atas dimaknai bahwa⁵⁵ :

⁵⁴ Al-Ghazali, Ihya' Ulumuddin, terjemah "Penghimpunan Kebahagiaan", 3 Cet.V.

⁵⁵ Shahih al-Bukhary, Ibid.,

إِلَّا حَسَانٌ أَنْ تَعْبُدَ اللَّهَ كَمَا تَرَاهُ ، فَإِنْ لَمْ تَكُنْ تَرَاهُ فَاتَّهُ يَرَاكَ

Artinya;

"Hendaknya kamu menyembuh Allah SWT. seakan-akan kamu melihatnya. Jika tidak melihat-Nya, maka dialah yang melihatmu.

Redaksi hadis di atas mempunyai dua tingkatan makna. Kedua tingkatan dalam ihsan ini seakan-akan melihat Allah SWT ketika beribadah dan merasakan bahwa Allah SWT. melihat ketika beribadah), masih menjadi bahan perdebatan pendapat antara para ulama, tingkatan mana yang lebih tinggi. Masalah ini tidak menarik diperdebatkan dalam kajian kita.

Ditinjau dari teks hadis di atas, tingkatan pertama: "*hendaklah kamu menyembah Allah SWT. seakan-akan kamu melihat-Nya* " merupakan tingkatan yang paling tinggi. Setiap *thariqah* bersandar pada beberapa makna untuk sampai pada *maqam* ini. Ilmu dan zikir adalah dua rukun dari pencapaian *maqam* (perjalan ruhani sufi), dan disitu ragam ilmu memiliki kaitan dengan *maqam* ihsan. Disitu juga ada beberapa nilai yang harus diperhatikan oleh seorang penempuh perjalanan ruhani "Sufi" di tengah-tengah melakukan zikir, agar bisa sampai dan mencapai *maqam* ini.

Secara umum, sufi menapaki jalannya dengan tujuan mencapai *maqam* ihsan yang bisa diistilahkan oleh kaum sufi dengan istilah ke *fana'-an (al-fana'at)*: *fana'* dalam *af-al*, dimana seseorang merasakan segala sesuatu sebagai perbuatan (*fi'lun*) Allah SWT. *Fana'* dalam sifat, dimana seseorang mampu merasakan sifat-sifat Allah SWT; dan *fana'* dalam zat di mana ia merasakan ketinggian Zat Allah SWT. dan *ke-shamad-*

annya. Orang yang telah benar-benar sampai pada tingkat ini berarti telah bersemayam dan telah mencapai *maqam* ihsan, dan pada proses selanjutnya ia berusaha untuk berpindah dan naik pada *maqam musyahadah* (penyaksian Tuhan) dengan tetap melihat (sadar) bahwa dirinya adalah makhluk. Ini biasa mereka sebut *maqam baqa'*.

Kadang-kadang seorang sufi langsung mencapai dan sampai *fana' fi dzat* yakni lenyap perasaan bersama Allah SWT. kemudian merasakan fenomena ruhani lainnya, sebagai mana kami nyatakan: setiap *thariqah* (tarekat) memperhatikan beberapa makna di tengah-tengah pelaksanaan zikir dan di tengah-tengah perjalanan ruhani agar sang murid sampai dan mencapai sasaran tersebut. Sejumlah konsentrasi dan perhatian itu bisa berupa percobaan atau berupa pengejawantahan beberapa ayat Alquran. Menurut *ijma'* (konsensus) kaum sufi, zikir dengan *isim* (nama nama) Allah SWT. dalam ragam zikir terkuat yang mampu mempercepat proses tercapainya *maqam* ihsan.

Menurut para ulama, kata Ibnu Abidin, tidak ada zikir yang lebih tinggi dan zikir dengan *isim* Tunggal (Allah) bagi pemilik *maqam* ihsan (orang yang mencapai tingkat ihsan). Tetapi saya katakan, bahwa berdasarkan *ijma'* para ulama juga, penggunaan *isim* tunggal bukanlah syarat dalam mencapai Allah SWT. (*ma'rifatullah*). Jadi orang yang berpandangan selain dari pandangan ini berarti telah melakukan kesalahan dan menyalahi *ijma'*.

Dalam kesimpulan kajian ini akan dibuatkan dua contoh dari proses mencapai tingkatan "Akhlaq Tasawuf bagi Sufi" yakni *maqam* ihsan menurut para syaikh :

a. Diantara beberapa hal yang dapat

mengantarkan pada *muraqabah* menurut al-Ghazali adalah dalam diri seseorang harus terhimpun *muhasabah* yang *kontinu* (berkelanjutan) dan abadi berikut *istighfar*. Itu adalah jalan yang sempurna untuk mencapai ihsan. Diantara yang disebutkan oleh al-Ghazali adalah seseorang hendaknya menekuni satu zikir seperti *Subhanallah* atau Allah. Ia harus membaca zikir tersebut hingga *isim* (nama) itu bersemayam dalam kalbunya, kemudian mampu 'merasakan' maknanya.

- b. Diantara kaum sufi ada yang memasukkan sang murid dalam *khalwat* yang menyuruhnya berzikir dengan *isim* tunggal yaitu Allah SWT. Pada tahap pertama menyuruhnya untuk membaca seluruh alam *zahir* (lahir) dengan *Asma'* (nama) Allah SWT. sebagai perwujudan menurut pendapat mereka dari firman Allah SWT.⁵⁶

أَقْرَأْ بِأَسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ

Terjemahnya;

"Bacalah dengan nama Tuhanmu yang telah menciptakan"

Pada tahap berikutnya, menyuruh membaca alam gaib dengan *isim* itu juga (yaitu Allah). Kemudian dengan zikir *isim* itu, ia disuruh untuk memperhatikan dan mengkonsentrasikan diri pada ketinggian Allah SWT. dan *ke-shamad-annya* melalui beberapa makna. Dengan demikian sang syaikh itu telah memberikan benih "Akhlak Sufi *"maqam"* ihsan kepada sang murid.

⁵⁶ QS. Al-Bayinah [98]:5.

Setelah itu sang Syaikh menyuruhnya untuk terus berzikir dengan isim *mufrad* (tunggal) berikut wirid-wiridan lainnya, sehingga benih yang diberikan itu tumbuh, dan selanjutnya menghasilkan buah.

Para sufi menyatakan, "Allah SWT. memiliki banyak cara *thariqah* sesuai bilangan makhluk manusia. Kadang-kadang seseorang mencapai "Akhlak Sufi" *maqam* ihsan dengan suatu bentuk atau dengan bentuk lain, selama kewajiban-kewajiban itu ditunaikan dan dilaksanakan dengan baik. Mengarahkan diri pada Allah SWT. itu ada, dan ilmu adalah pemimpinnya, sedangkan Syaikh yang paripurna mampu mempersingkat jalan ruhani"⁵⁷

⁵⁷ Sa'id Hawwa, *Tarbiyatur-Ruhiyah* diterjemahkan dengan judul "Jalan Ruhani", cet. V. Mizan Bandung, 1997, h. 318-320.

BAB IV

PENGENALAN DIRI (*MA'RIFATUNNAFS*)

A. Pengertian *Ma'rifat*

Ma'rifat adalah kedekatan (*qurb*) yaitu yang menguasai hati dan memberikan pengaruh didalamnya dengan sesuatu yang berpengaruh terhadap anggota-anggota badan. Sebuah contoh, ilmu seperti melihat api, sedangkan *ma'rifat* adalah seperti merasakannya.⁵⁸

Ma'rifat secara bahasa (*etimologis*) pengetahuan Ilahi. *Ma'rifat* adalah cahaya yang disorot pada hati siapa saja yang dikehendaki-Nya. Inilah pengetahuan hakiki yang datang melalui "penyingkapan" (*kasyf*), "penyaksian" (*musyahadah*), dan "cita' rasa" (*dzawq*). Pengetahuan ini berasal dari Allah SWT.⁵⁹

Jadi *ma'rifat* berarti ilmu yang tidak menerima keraguan. Secara *terminology* *ma'rifat* adalah ilmu yang didahului oleh ketidaktahuan. Di dalam istilah sufi, *ma'rifat* berarti ilmu yang tidak menerima keraguan apabila objeknya adalah dzat dan sifat-sifat Allah SWT. Jika ada yang bertanya, apa *ma'rifat dzat* dan apa *ma'rifat sifat*? Maka jawabnya, *ma'rifat dzat* adalah mengetahui bahwa Allah SWT. ada, Maha Esa, Maha

⁵⁸ Pilar-pilar Rohani, h.35.

⁵⁹ Amatullah Armstrong, *Khazanah Istilah Sufi, Kunci Memasuki Dunia Tasawuf*, cet. II. Bandung:Mizan, 1998, h.177.

Tunggal, Dzat yang Maha Agung, yang berdiri sendiri dan tidak ada yang menyerupainya; *ma'rifat* sifat adalah engkau mengenai bahwa Allah SWT. Maha Hidup, Maha Mengetahui, Maha Kuasa, Maha mendengar, Maha melihat, dan sifat-sifatnya yang lain.⁶⁰

Al-Junayd berkata, hajat hikma pertama yang dibutuhkan oleh hamba adalah *ma'rifat* makhluk terhadap Khalik. Mengenal sifat-sifat pencipta dan yang tercipta bagaimana ia diciptakan. Sehingga diketahui sifat pencipta (*Khalik*) dari makhluk.⁶¹

Jika ditanya apa tanda-tanda *ma'rifat*, jawabnya tanda-tandanya adalah hatinya telah hidup bersama Allah SWT. Allah SWT. mewahyukan kepada Nabi Daud, tahukah kamu, apakah *ma'rifat* itu ?. Daud menjawab "Tidak", Allah SWT. berfirman, "ialah hati yang hidup ketika melihat-Ku".⁶²

Ma'rifat tentang *nafs* merupakan jalan untuk berma'rifat kepada Allah SWT. Jika kamu mengamati dirimu; kelemahannya, kekafirannya (kebutuhannya), kekurangannya, dan ketidakberdayaannya, kemudian manusia mengerti bahwa diri kita tak mampu mendatangkan suatu manfaat dan tidak kuasa untuk mencegah segala keburukan yang muncul, maka manusia sadar bahwa *nafs* pasti memiliki Tuhan dan Pencipta.⁶³

Ini memberikan gambaran bahwa *ma'rifat* tidak lain adalah pengenalan diri manusia pada unsur-unsur ilahi melalui segala bentuk keterbatasan dan

⁶⁰ *Ibid*

⁶¹ Risalatul Qusyairiyah, h. 8.

⁶² Jalan Menuju Tuhan, h. 34.

⁶³ Tanya Jawab Sufistik, h. 99.

kemampuan yang dimiliki manusia, semakin dalam seseorang menerangi segala kelemahannya, maka akan semakin meningkatkan kedalaman pemahamannya tentang ke-Mahakuasaan Allah SWT. serta segala sifat-sifatNya (*asmaul husna*) yang lain.

Seorang arif (bijak) ditanya, "dengan apa kamu mengenal Tuhanmu"? ia menjawab, "dengan melemahnya kemauan". Maksudnya, manusia kadang kala berkemauan keras untuk melaksanakan sesuatu pekerjaan, tetapi gagal. Dan kadang kala bertekad membatalkan suatu perkara tetapi justru mengukuhkannya. Dengan inilah manusia mendapatkan pelajaran, bahwa kepentingannya dalam kekuasaan selain dirinya, yakni terhadap genggamannya Allah SWT., dzat yang Maha Agung lagi Maha Bijaksana.⁶⁴

B. Cara Menuju *Ma'rifat*

Meskipun mata tertidur, niat dan cita-cita untuk mencapai *ma'rifat* itu ada di dalam hati, kemudian *ma'rifat* tersebut hendaknya dicari dengan kebenaran hati dan pikiran sehingga Tuhan memberikan karuniaNya yang terbesar kepadanya.

Ma'rifat tidak dapat dibeli atau dicapai melalui usaha manusia. *Ma'rifat* adalah anugerah dari Allah SWT. setelah seseorang berada pada tingkatan *ma'rifat*. Si "Arif (ahli *ma'rifat*) akan mengenal rahasia-rahasia Alla SWT. Allah SWT. memperkenalkan rahasia-rahasiaNya kepada mereka hanya apabila hati mereka hidup dan sadar, melalui zikrullah, dan hati memiliki

⁶⁴ Ibid,

bakat, hasrat dan keinginan untuk menerima rahasia ketuhanan. Sebagaimana yang pernah disabdakan oleh Nabi Muhammad Saw. bahwa "Mataku tidur tetapi hatiku senantiasa tetap terjaga."⁶⁵

Abu Yazid al-Bisthamy ditanya "dengan apa engkau mencapai ma'rifat?" dia menjawab melalui perut yang lapar dan tubuh yang telanjang.⁶⁶

Al-Junayd menyatakan, "seorang Arif tidak akan menjadi arif sampai dia menjadi seperti bumi diinjak oleh orang yang baik maupun jahat, dan sampai dia menjadi seperti awan; menerangi semua makhluk, dan sampai dia menjadi seperti hujan; menyirami segala sesuatu, baik yang mencintainya maupun yang membencinya."⁶⁷

Abu Yazid al-Bistamy berkata, "mereka mencapai ma'rifat hanya dengan mengorbankan apa yang mereka miliki dan tinggal dengan apa yang jadi milik-Nya."⁶⁸

Abu Hafs berkata; "sejak diriku mencapai *ma'rifat* tiada lagi kebenaran ataupun kebatilan yang memasuki hatiku. Ucapan Abu Hafs ini mengandung kemustahilan. Mungkin sekali Abu Hafs menunjukkan bahwa dalam pandangan *ma'rifat* menjadikan sang hamba kosong dari dirinya sendiri, karena dia dilimpahi oleh *dzikir* kepadanya dengan demikian, tidak melihat apapun selain Allah SWT."⁶⁹

⁶⁵ Rahasia Sufi, h. 104.

⁶⁶ Risalatul Qusyairiyah, h. 394.

⁶⁷ Ibid,

⁶⁸ Ibid,

⁶⁹ Risalatul Qusyairiyah, h. 391.

C. Sumber Daya Manusia (SDM) Yang Harus Dima'rifati Menurut Kejadiannya

Berbicara tentang Sumber Daya Manusia (SDM) yang harus *dima'rifati* (dikenali) dalam pandangan kaum sufistik, tentunya kajian kita harus berawal dari proses kejadian manusia secara umum, hingga ada yang disebut sebagai manusia pertama yakni "Adam AS.". Proses penciptaan manusia yaitu melalui proses keterlibatan Tuhan, dan bersama selain-Nya yaitu dengan keterlibatan Ibu dan Bapak. Keterlibatan Ibu dan Bapak mempunyai pengaruh menyangkut bentuk fisik dan psikis anak, kecuali diri Adam as. Kejadiannya tidak melibatkan unsur Ibu dan Bapak.⁷⁰

Alquran tidak menguraikan secara rinci proses kejadian Adam as. Oleh mayoritas ulama menamakan sebagai manusia pertama. Yang ada hanya; bahan awal manusia adalah tanah. Bahan tersebut kemudian disempurnakan. Setelah proses penyempurnaannya selesai, ditiupkan kepadanya Ruh Ilahi Allah SWT. Beriman :⁷¹

وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي خَلَقْتُ بَشَرًا مِّنْ صَلْصَلٍ مِّنْ حَمَإٍ
مَّسْنُونٍ ﴿٢٨﴾ فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِن رُّوحِي فَقَعُوا لَهُ
سَاجِدِينَ ﴿٢٩﴾

Terjemahnya;

"Ingat ketika Tuhanmu berfirman kepada para malaikat

⁷⁰ Qurais Shihab, *Wawasan Al-Qur'an*, cet. III, Mizan Bandung, 1996 h. 281.

⁷¹ Lihat QS Al-Hijr [15]:28-29.

“sesungguhnya aku akan menciptakan manusia dari tanah liat kering (berasal) dari lumpur hitam yang diberi bentuk. Maka apabila aku telah menyempurnakan kejadiannya, dan telah meniupkan kedalamnya dengan bersujud”.

Proses kejadian manusia dalam pandangan Alquran adalah berasal dari tanah, secara filosofis dapat dimaknai bahwa tanah sebagai sumber awal kehidupan, memberikan manusia lahan untuk menanam tumbuh-tumbuhan, tumbuh-tumbuhan itulah dikonsumsi manusia sehingga tumbuh dan berkembang biak (hingga melahirkan keturunan). Dalam pandangan al-Farabi (filosof Islam) dia menyebutnya sebagai pancaran "**emanasi**" pertama atau intelek pertama (**al-akl al-awwal**).⁷²

Allah SWT. Berfirman⁷³:

فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ مِمَّ خُلِقَ ﴿٥٠﴾

Terjemahnya;

“Pandanglah kepada manusia darimana dia diciptakan”.

Berikut analisis ilmu kedokteran dipadukan konsep Alquran serta pandangan filosof muslim tentang proses kejadian manusia bahwa :

1. Air mani sebagai hasil perpaduan antara sel sperma laki-laki yang kemudian bercampur/bersenyawa dengan sel ovum dari perempuan, kemudian air mani memancar dan mengendap di dalam rahim ibu selama

⁷² Paryana Suryadipura, *Alam Pikiran*, cet. IV, 1993, h. 53.

⁷³ Lihat QS At-Thariq [85]:5.

- empat puluh hari lamanya, itulah disebut sebagai kehidupan yang pertama.
2. Empat puluh hari kemudian tetesan air mani tersebut berproses, lalu menjadi **segumpal darah** dan gumpalan darah itu kemudian mengendap selama empat puluh hari lamanya, maka akan menjadi segumpal daging.
 3. Empat puluh hari gumpalan daging ini kemudian berubah menjadi kehidupan yang nyata, dapat dideteksi dan dapat dirabah. Itulah saat dihembuskannya Ruh.
 4. Seratus dua puluh hari lamanya kemudian janin dalam kandungan mengalami hidup atau sudah ada hayat dikandung badan.

Sampai pada proses yang ke empat maka ditiupkanlah ruh kedalam diri manusia sebagai pertanda ia hidup, maka kemampuan manusia dan para ilmuwan tidak dapat lagi memberikan penjelasan secara ilmiah maupun secara medis. Allah SWT. Berfirman⁷⁴ :

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ
الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا

Terjemahnya;

"Dan mereka bertanya kepadamu tentang ruh, katakanlah ruh adalah urusan Tuhan-ku, kamu tidak diberi ilmu kecuali ilmu yang sedikit sekali".

At-Tirmidzi berpendapat, bahwa jiwa manusia

⁷⁴ Lihat QS Al-Isra' [17]:85.

terbagi menjadi dua bagian; yakni jiwa lahiriah dan jiwa batiniah. Menurutny jiwa lahiriah bersifat tidak baik dan juga tidak buruk, akan tetapi tergantung kepada faktor yang mengalahkannya. Adapun jiwa batiniah merupakan substansi dari sesuatu.⁷⁵

Ternyata pemahaman kaum sufi tentang jiwa sangat dalam, dimana setelah mereka mengenalnya, mereka lalu membaginya baik sifat-sifatnya maupun tabiatnya. Hal tersebut menandakan betapa mereka, kaum sufi sangat mengenal jiwa manusia. Kaum sufi menunjukkan adanya nafsu **al-ammarah** yang mempunyai kecenderungan terhadap tipe kejasmanian; selalu menyeruh kepada kelesatan syahwat, selalu menarik hati agar menghadap ke arah bawah, dimana arah bawah itu merupakan sarang keburukan dan sumber dari pelaku tercela. Adapun **nafsu al-lawwamah** adalah jiwa yang disinari oleh cahaya hati, disamping juga masih memperhatikan kebutuhan. Setiap kali jiwa **al-ammarah** berbuat keburukan, sebagai akibat dari kegelapan hatinya, maka saat itu ia juga meminta ampun dan berbuat. Lain halnya nafsu **al-lawwamah** yang selalu disinari oleh cahaya hati, sehingga mampu menghilangkan sifat-sifat tercela dan berperilaku rendah. Lalu berperilaku dengan perilaku yang terpuji.⁷⁶

Atas dasar ini, kaum sufi membagi kekuatan/daya yang terdapat di dalam diri manusia menjadi, jiwa, ruh, hati, dan al-*Qalbu* (yang harus dikenali). Mayoritas kaum sufi melihat jiwa sebagai sumber dan pusat syahwat, kelezatan serta sumber dan perilaku tercela. Dan melihat ruh sebagai sumber kehidupan serta perilaku terpuji.

⁷⁵ Ilmu Jiwa Tasawuf. H. 48.

⁷⁶ Ibid.,

Sedangkan hati menurut mereka merupakan tempat mengenai *ma'rifat* dan **as-sirru** (kesadaran tertinggi (*fuad*) sebagai tempat **al-Musyahahad** (kesaksian).

D. Pembinaan melalui **Zuluk Dan Tarekat**

Pengertian tarekat secara bahasa (*etimologis*) kata "tarekat" berasal dari bahasa Arab "*thariq*" atau "*thariqah* " atau dalam bentuk jamaknya *thariq* yang berarti jalan, tempat lalu lintas, aliran, mazhab, metode, mode atau sistem. Kemudian kata **thariqah** dalam bahasa Arab ini dibakukan dalam bahasa Indonesia menjadi "tarekat".

Arti etimologis itu lebih lanjut dapat dilihat dalam kamus diantaranya :

- a. Tarekat berarti jalan, mode, cara, metode, prosedur, sistem persaudaraan keagamaan.⁷⁷
- b. Tarekat berarti jalan, cara atau aturan hidup.⁷⁸
- c. Tarekat berarti jalan, lorong, gang, cara, metode, sistem, mazhab, aliran, hukum, keadaan.⁷⁹
- d. Tarekat berarti perjalanan hidup, hal, mazhab, metode, jalan, tempat lalu lintas.⁸⁰
- e. Tarekat berarti jalan, tempat lalu, perjalanan hidup, hal, mazhab, metode.⁸¹

Pengertian dari beberapa kamus tersebut, jelas bahwa tarekat adalah sebuah jalan hidup seseorang dalam rangka menuju sebuah kebenaran. Jalan yang

⁷⁷ *A Dictionary of Modern Written Arabic.*

⁷⁸ *Kamus Umum Bahasa Indonesia (W.J.S.*

Poerwodarminto).

⁷⁹ *Kamus Al-Munawir (Ahmad Warson Munawwir).*

⁸⁰ *Kamus Arab Indonesia (Mahmud Yunus)*

⁸¹ *Kamus al-Kamil (Abdul Jamil Zahwan).*

dimaksud bukanlah dalam bentuk materi seperti jalan raya, lorong, gang, melainkan merupakan jalan hidup agamis Islami dalam rangka menuju kebenaran yang hak (perjalanan spiritual kaum sufi).

Pengertian tarekat secara *terminologis* menurut para ahli mengemukakan defenisinya masing-masing tentang tarekat, seperti :

- a. Harun Nasution bahwa tarekat berarti jalan yang harus ditempuh seorang sufi dalam tujuan berada sedekat mungkin dengan Tuhan.⁸² Tarekat kemudian mengandung arti organisasi, tiap tarekat mempunyai Syekh, upacara ritual dalam, bentuk zikir sendiri.
- b. E. St. Harahap; bahwa tarekat adalah jalan menuju kebenaran, ilmu kebajikan agama, persaudaraan dalam kebatinan pada kerohanian.
- c. Abu Bakar Adjeh; bahwa tarekat artinya jalan, petunjuk dalam melaksanakan suatu ibadah sesuai dengan ajaran yang ditentukan dan dicontohkan oleh Nabi Saw. dan dikerjakan oleh sahabat dan *tabi'in*, turun temurun sampai kepada guru secara sambung menyambung dan rantai berantai. Atau suatu cara mengajar atau mendidik, kemudian berkembang menjadi sebuah kumpulan kekeluargaan yang mengikat penganut kawan sufi yang sepaham dan sealaran, agama memudahkan menerima ajaran-ajaran dan latihan-latihan dari para pemimpinnya dalam suatu ikatan.⁸³
- d. H.A.RGibb; bahwa tarekat adalah suatu cara fisiologi moral sebagai pengendalian diri secara praktis dari

⁸² *Falsafah dan Mistisisme Dalam Islam.*

⁸³ *Pengantar Sejarah Sufi dan Tasawuf.*

individu-individu yang disebut *mistik*.

- e. Syekh al-Jurjani; bahwa tarekat adalah jalan atau tingkah laku tertentu bagi orang-orang yang berjalan (beribadah) kepada Allah SWT. dengan melalui pos dan meningkat ke tingkat yang lebih tinggi yaitu **station-station (maqam)**.⁸⁴

Tujuan tarekat. Tarekat sebagai sebuah jalan hidup *sufisme*, memiliki tujuan yang hendak dicapai oleh para pengamalannya. Sebagaimana banyak disinggung dalam pengertian di atas, tujuan utama ialah mendekatkan diri sedekat mungkin dengan Allah SWT. Dengan tarekat, seorang Muslim yakin akan dapat mengamalkan sesuai dengan kehendak syariat Islam itu sendiri.⁸⁵

Menurut Umar Abu Amar lebih lanjut menjelaskan tujuan tarekat dari sisi pelakunya dalam mengamalkan tarekat diantaranya :

- a. Mengadakan latihan (**riyadhah**) dan berjuang melawan nafsu (**mujahadah**), untuk membersihkan diri dari sifat-sifat tercela dan mengisinya dengan sifat-sifat terpuji melalui perbaikan budi pekerti dari berbagai seginya.
- b. Mewujudkan rasa ingat selalu kepada Allah SWT. Dzat yang Maha Besar lagi Maha Kuasa, melalui pengamalan wirid, zikir dan tafakur secara terus menerus.
- c. Menunjukkan rasa takut kepada Allah SWT, sehingga seseorang akan secara terus-menerus berusaha menghindarkan diri dari segala macam pengaruh duniawi yang menyesatkan.
- d. Menumbuhkan ketulusan dalam bertahap

⁸⁴ *Tasawuf, Tarekat dan Para Sufi*, (Induk Kutipan), h.35-34.

⁸⁵ KH. Iskandar al-Barsany, *Tasawuf Tarekat Para Sufi*, h. 55.

mengamalkan perintah Allah SWT. serta menjauhi larangannya, sehingga dapat mencapai tingkat *ma'rifat* yang dengannya dapat diketahui segala rahasia dibalik tabir cahaya Islam yang terang benderang :

- e. Mengantarkan manusia kejalan yang benar sesuai dengan apa yang dikehendaki oleh syariat Islam untuk meraih kebahagiaan dunia dan akhirat sekaligus.⁸⁶

Dari pengertian (*terminologi*) tersebut kiranya dapat ditarik kesimpulan bahwa tarekat adalah sebuah jalan hidup khusus pada perakter tasawuf yang ditempuh oleh seorang sufi dalam rangka mendekatkan diri sedekat mungkin dengan Allah SWT. dan pada gilirannya jalan hidup seorang sufi tersebut diikuti oleh banyak orang dari generasi ke generasi sebagai metode praktis untuk menuntun diri mereka menuju kedekatan sedekat mungkin dengan Allah SWT. Pengertian **zuluk**; pengamal tarekat biasa disebut sebagai *salik*. Sedangkan perbuatannya disebut *zuluk*. Artinya perjalanan menuju kepada Allah SWT.

Orang yang dalam proses *zuluk* dapat dibedakan ke dalam tiga fungsi yaitu :

- a. Menghasilkan pengalaman batin yang kian mendalam dan pandangan keakhiratan yang kian terarah.
- b. Mendapatkan pemahaman mendasar dan akhlak terpuji.
- c. Mendapatkan jiwa yang ikhlas dan akal yang jernih.⁸⁷

Sebagaimana dijelaskan Imam al-Ghazali

⁸⁶ *Ibid.*, h. 55-56.

⁸⁷ *Tasawuf, Tarekat dan Para Sufi*, h.67.

bahwa *zuluk* adalah proses pendidikan budi pekerti, perbuatan dan pengetahuan. Proses ini meliputi pembersihan lahir dan batin. Seluruh perbuatan hamba yang menjalani *zuluk* selalu tertuju kepada Allah SWT. dengan cara membersihkan hati sebagai persiapan mencapai derajat **wushul** (sampai pada Allah SWT).

Ada dua hal yang bisa merusak orang yang sedang menjalani *zuluk*;

Pertama; mengikuti keringanan dengan berbagai takwil.

Kedua; mengikuti orang-orang salah yang menuruti hawa nafsu. Barang siapa menyia-nyiakan waktu, maka dia adalah orang bodoh. Adapun orang yang suka menunda dia adalah orang yang lalai. Sedangkan orang yang bermalas-malasan adalah orang yang lemah.

Iradah seorang murid belum sah sebelum Allah SWT. dan Rasul-Nya mengiringi detak hatinya. Pada siang hari ia senantiasa berpuasa dan lisannya diam. Terlalu banyak makan, terlalu banyak bicara dan terlalu banyak tidur, menyebabkan hati menjadi keras. Walaupun badan ruku' dan bersujud, dan mata meneteskan air mata. Hati orang ini selalu bersedih, dan meskipun lidahnya berzikir.

Kesimpulannya, seluruh anggota badan orang yang menempuh *zuluk* sibuk dengan perbuatan-perbuatan yang diperintahkan Allah SWT. dan Rasulullah Saw. dan meninggalkan larangan-larangan-Nya. Dia juga sangat **wara'** (tidak melakukan hal-hal yang **subhat**), senantiasa menjauhkan diri dari hawa nafsu dan syahwat. Dia juga merasa bahwa kelebihan yang ada pada dirinya terjadi karena **ridha** Allah SWT. Dia menganggap

kelebihan yang dia miliki adalah ujian, bukan ganjaran. Siapa memperhatikan hasil ibadahnya, maka dia akan melihat amalnya, walaupun hatinya telah meninggalkan syahwat. Karena cita-cita dapat dicapai dengan meninggalkan keraguan dan tetap konsisten. Seperti syair berikut :

Aku ingin bertemu dengan-Nya Tetapi
Dia ingin menjauhiku
Maka, aku tinggalkan apa yang aku inginkan
Demi memenuhi apa yang Dia kehendaki

Tinggalkan makhluk dengan hikmah Allah SWT. Tinggalkan nafsumu dengan perintah Allah SWT. Tinggalkan kehendakmu dengan perbuatan Allah SWT. Setelah semua itu kamu lakukan, maka layak menjadi wadah ilmu Allah SWT.

Adapun tanda-tanda kamu telah meninggalkan makhluk adalah keterputusan dari mereka, tidak bergantung kepada mereka dan tidak ada hubungan dengan urusan-urusan mereka.

Sedangkan tanda-tanda bahwa hatimu telah lebur, engkau tidak tergantung kepada suatu sebab dalam mendapatkan kebaikan dan menolak musibah. Hatimu tidak mengusikmu. Hatimu tidak lagi di bawa pengawasanmu juga mengawasimu atau membahayakanmu. Tetapi kamu mewakilkannya kepada Dzat yang menguasaimu, yang menjadi penolong ketika kamu membutuhkan kasih sayang atau kamu membutuhkan susuan ketika masih dalam ayunan.

Sementara itu, tanda-tanda bahwa *iradah*-mu telah hilang, perbuatan Allah SWT. adalah kamu tidak mempunyai kehendak. Kamu tidak mengharap sesuatu

karena kehendak Allah SWT. Bahkan perbuatan Allah SWT. berlaku atas dirimu. Kemudian kamu menjadi kehendak dan perbuatan Allah SWT. anggota tubuh menjadi tenang, hatimu menjadi tentram, dadamu menjadi lapang, wajahmu bersinar, dan batinmu sejahtera. **Qudrah** akan mengubahmu. Lisan yang Maha Abadi akan memanggilmu. Tuhan semesta alam akan mengajarmu pengetahuan, memberimu busana cahaya dan menempatkan dirimu pada derajat kaum salaf yang berilmu.⁸⁸

Demikian juga dengan hubungannya terhadap masalah *Uzlah* (mengasingkan diri). Orang yang menjalani *zuluk* harus ber-**uzlah** (mengasingkan diri) agar bisa tampak musuh-musuhnya. *Uzlah* ada dua macam; **faridhah** dan **fadhilah**, berarti menjauhkan diri dari hal-hal yang berlebihan dan para pelakunya.

Uzlah adalah memisahkan diri dan hawa nafsu serta sesuatu yang membangkitkan hawa nafsu, dan hal-hal yang membuat manusia lalai dari beribadah kepada Allah SWT.

Untuk mendapatkan keselamatan diperlukan sepuluh hal, sembilan dan sepuluh hal tersebut adalah karena diam dan yang satunya adalah diperoleh dari *Uzlah*.

Bekal utama bagi orang yang menjalani *zuluk* adalah memperbanyak zikir, baik dalam hati, lisan dan gerakannya, sampai-sampai zikir tersebut menyatu dengan anggota badan dan berjalan pada keringatnya, kemudian berpindah menuju hati. Pada waktu itu, lisannya diam, namun tanpa sadar hatinya berzikir, mengucapkan

⁸⁸ *Jalan Menuju Tuhan*, h. 9-12.

Allah, Allah... "kemudian, hati menjadi sangat tenang,⁸⁹ sehingga mencapai apa yang diinginkan, tenggelam bersama-Nya, tergila-gila kepada-Nya dan bisa melihat-Nya. Disini, jiwanya hilang karena melihat-Nya, seakan-akan dirinya menyatu dengan-Nya.⁹⁰

⁸⁹ Dalam setiap amalan ketarekatan, memang memiliki metode-metode tertentu yang menjadi model penempatan setiap murid untuk mencapai *maqam* tertentu, hingga sang murid dapat merasakan kelezatan zikir yang dilakukannya. Khusus pada tarekat *Naqsabandiyah* memiliki metode penempatan yang sangat spesifik dan khusus bahkan tidak ditemukan di dalam tarekat yang lain, sehingga setiap murid tidak mengalami kerumitan di dalam beramal untuk berma'rifah kepada Allah Swt.

⁹⁰ *Ibid*, h. 12.

BAB V

STRUKTUR SUMBER DAYA MANUSIA (SDM) DALAM ASPEK TASAWUF

1. Komposisi Sumber Daya Manusia (SDM) Menurut Potensinya

Telah dijelaskan tentang Sumber Daya Manusia (SDM) pada kajian sebelumnya berkenaan dengan Sumber Daya Manusia (SDM) yang harus ***dima'rifati***. Pada bagian tersebut lebih banyak memberikan penjelasan dalam bentuk ***global (umum)*** tidak secara sistematis membagi sumber daya yang dimaksud. Maka bagian ini akan dikaji lebih terperinci dan sistematis serta pembagian Sumber Daya Manusia masing-masing yakni sebagai berikut :

A. An-Nafs

An-Nafs memiliki dua makna; pertama, ***Nafs-I-syay'*** (***nafs*** dari sesuatu) yang berupa esensi (zad) dan hakikat (***haqiqah***) sesuatu. Dengan demikian, dinyatakan bahwa dengan *nafs-nya* sendiri, sesuatu bisa berdiri; kedua, ***nafs-I-nathiqah-I-insani*** (***nafs*** rasional manusia) yang merupakan abstrak dari berbagai anugerah dalam tubuh, yang disebut fitrah manusia, dan suatu kecemerlangan (yang dianugerahkan kepadanya dari kemuliaan jiwa manusia) yang dengan kecemerlangannya tubuh menjadi tempat pengungkapan

kedekatan dan kesalihan, seperti disebutkan Alquran.⁹¹

Mengenal semua sifat nafs (**ma'rifatun-nafs**) sangatlah sulit, sebab nafs punya sifat seperti bunglon yang gampang berubah. Bisa tampak dengan warna tertentu dan di tempat lain pun tampak dengan warna yang berbeda. Isyarat-isyarat akan pengalaman nafs dan kondisi dalam mengenal Allah SWT. (**ma'rifatullah**).⁹²

Abu Bakar Timistani mengatakan, "**nafs** itu seperti api". Apa bila dipadamkan, ia selalu menyala lagi di tempat lain, jika nafs ditenangkan di satu tempat, dia akan muncul di tempat lain.⁹³

Ada juga kata **an-nafs** (jiwa) yang memiliki konotasi makna sebagai isyarat terhadap apa yang tersirat di dalam jiwa manusia dan di dalam **dhamir** (kata ganti)nya, seperti terdapat di dalam firman Allah SWT.⁹⁴

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ

Terjemahnya;

"Sesungguhnya Allah SWT. Tidak akan merubah nasib satu kaum kecuali mereka merubahnya sendiri".

Kata nafs juga dapat mempunyai makna satu asal keturunan manusia.⁹⁵ Seperti dalam firman Allah SWT.⁹⁶

⁹¹ *Al-Wa'rif al-Ma'arif*, cet. I. h. 131.

⁹² *Ibid*,

⁹³ *Psikologi Sufi*, h. 7.

⁹⁴ Lihat *QS: Ar-Ra'd* [13] :11.

⁹⁵ *Ilmu Jiwa dan Tasawuf*, h.37.

⁹⁶ *QS: An-Nisa'* [4] :1.

يَتَأْتِيهَا النَّاسُ أَتَقُوا رَبَّكُمْ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ

Terjemahnya;

“Dialah yang telah menciptakan kalian dari jiwa yang satu”.

At-Tirmidzi memiliki tiga pendapat mengenai jiwa:

1. *An-Nafs* (jiwa) bermakna nafas yang dapat memberikan hidup. Dimana nafas itu terpecah dari ruh, seperti meluapnya sesuatu dari atas ke bawah.
2. *An-Nafs* (jiwa) sebagai *gharisah* (*insting*) yang dihiasi oleh setan dengan segala bentuk tipu daya yang bertujuan untuk menang dan merusak. Dalam posisi ini, jiwa sangat lemah di hadapan setan.
3. *An-Nafs* (jiwa) sebagai teman dan penolong setan, dan jiwa semacam ini ikut serta di dalam kejahatan, bahkan merupakan bagian dari kejahatan itu sendiri.

Pada ungkapan yang pertama, At-Tirmidzi melihat jiwa sebagai indikasi kehidupan, *ma'rifat* (pengenalan) dan kekekalan. Pada ungkapan yang kedua dan ketiga, melihat jiwa dari sisi sikapnya terhadap kebaikan dan keburukan.⁹⁷

Kaum *Sufi* sepakat bahwa jiwa merupakan sumber kejahatan dan sarang dari keburukan. Sebagian dari kaum *Sufi* ada yang membagi jiwa menjadi empat bagian yaitu:

1. Jiwa yang memiliki sifat *ar-Rububiyah*, seperti keagungan, pemaksaan, senang terhadap pujian, kemuliaan, kekayaan dan sebagainya.
2. Jiwa yang memiliki muatan setan; seperti penipu, selalu mencari-mencari kesalahan orang lain,

⁹⁷ *Ilmu Jiwa dan Tasawuf*, h.39.

- hasud, buruk prasangka dan sebagainya.
3. Jiwa yang memiliki muatan sifat binatang; seperti suka makan, minum, suka kawin dan sebagainya.
 4. Jiwa yang memiliki muatan sifat **“ubudiyah”**; seperti rasa takut, tawadhu, rendah hati dan sebagainya.

Menurut kaum sufi, seorang murid belum dapat dikatakan telah merubah jiwanya, sebelum dirinya merubah muatan sifat **ar-rububiyah** menjadi muatan sifat **al-‘ubudiyah**, sehingga dapat merubah akhlak setan menjadi akhlak orang-orang yang beriman, dan merubah tabiat binatang menjadi tabiat ahli ruhani.⁹⁸

Nafs merupakan sarana kemurkaan Allah SWT. semua kejahatan dan keburukan muncul dari padanya. Alquran menyatakan “sesungguhnya, nafs selalu menyeruh kepada kejahatan nafs mengenakan pakaian kemurkaan Allah SWT. dan karena itu mengenal Allah SWT. hanya dalam aspek kekuatan kehendak-Nya sebagaimana Nabi bersabda kata hikmah kaum ‘arif (orang bijak) **“man arafa nafsahu faqad ‘arafa rabbahu** “artinya siapa yang mengenal nafsnya/dirinya akan mengenal Tuhannya”.⁹⁹

An-Nafs adalah berhala sebagaimana Rumi (Tokoh Sufi) telah menyatakan:

induk semua berhala adalah nafsu-mu

Jika berhala adalah ular, *nafs* adalah seekor naga.¹⁰⁰

⁹⁸ *Ibid*, h.41.

⁹⁹ *Psikologi Sufi*, h. 9.

¹⁰⁰ *Ibid*.

Daya tarik *nafs* adalah selubung paling rumit. *Nafs* menghalangi menuju Allah SWT., dan dasar kekafiran terletak dalam pemenuhan hasrat *nafs*. Jika rasa *nafs* dinikmati, maka nikmat kebaikan tidak akan pernah dirasakan.

Lebih jelas *nafs* hasil dari ruh, sedangkan ruh hasil dari perintah Allah SWT. sebab dengan dirinya sendiri tanpa sebab lain Allah SWT. menciptakan ruh; dengan ruh Dia menciptakan segenap makhluk yang lainnya.¹⁰¹

Jadi dapat dimaknai bahwa pada hakekatnya kecenderungan untuk berbuat baik atau potensi positif pada manusia masih lebih kuat dari pada kecenderungan untuk berbuat buruk atau potensi negatifnya, akan tetapi daya tarik keburukan lebih kuat daripada daya tarik kebaikan, karena itu manusia dituntut agar memelihara kesucian *nafs*. Firman Allah SWT.¹⁰²

يَأْتِيهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾ أَرْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكَ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً

Terjemahnya;

“Hai *nafs* yang tenang, kembalilah kepada tuhanmu dengan hati tenang yang diridhai-Nya”

B. *Al-Qalbu* (Hati)

Al-Qalbu memiliki dua makna; pertama daging berbentuk kerucut tersimpan di dalam bagian kiri, didalamnya terdapat rongga berisi darah hitam, ini merupakan sumber hewani (*ruh al-haywani*); kedua,

¹⁰¹ *Al-Wa'rif al-Ma'arif*, cet. I. h. 138.

¹⁰² QS: Al-Fajr [89] :27-28.

Lathifatu Rabbani (sifat **lathifatu rabbani**) ia memiliki hubungan dengan hati bersifat jasmani, serta hubungan sifat dan yang disifati. **Luthf** merupakan hakikat, diberi pahala dan mendapatkan siksaan.¹⁰³

Hati ibarat anak-anak yang harus dijaga. Orang-orang sufi menyebut keadaan ruhani tersebut sebagai **'tifli'** yang berarti "bayi" atau "anak-anak hati". Bayi itu dilahirkan, dipelihara dan dibesarkan di dalam hati. Hati ibarat seorang "ibu" yang memeliharanya, menyusuinya, dan menimang-nimangnya, sebagaimana anak-anak di alam nyata yang diajarkan ilmu fisikal, anak-anak hati atau **"tifli"** juga dibekali dengan ilmu, namun ilmu yang diajarkan oleh hati adalah ilmu ruhani dan ilmu ketuhanan. Sebagaimana anak-anak yang belum dipengaruhi oleh kejahatan noda, dan dosa, demikian juga dengan anak-anak hati yang masih bersih dan suci, tidak dinodai oleh maksiat keegoan, prasangka, dan keraguan. Anak-anak atau bayi adalah makhluk yang suci bersih dan dapat menarik perhatian siapa yang menimangnya. Demikian keadaan dalam alam fisikal. Dalam alam mimpi, keindahan anak-anak hati itu terlahir dalam bentuk malaikat. Seseorang biasanya mengharapkan surga sebagai hasil dari amal ibadahnya. Tetapi kenikmatan surga itu datang ke dunia melalui tangan anak-anak hati itu.¹⁰⁴

Apa bila hati seorang hamba bersih dan suci, dan *basirah*-nya bercahaya terang-benderang, akan tersingkap semua tabir hitam yang menutupi hatinya. Ketika itu pula ia akan merasakan segala kenikmatan yang indah tentang *ma'rifah* kepada Allah SWT. yang akan melebihi

¹⁰³ *Pilar-pilar Rohani*, h.40.

¹⁰⁴ *Rahasia Sufi*, h. 17.

keindahan kenikmatan surga yang akan dikecapnya nanti.

Allah SWT. Berfirman¹⁰⁵:

فِي جَنَّاتِ النَّعِيمِ ﴿١٢﴾ ثَلَاثَةٌ مِّنَ الْأَوَّلِينَ ﴿١٣﴾ وَقَلِيلٌ مِّنَ
الْآخِرِينَ ﴿١٤﴾ عَلَى سُرُرٍ مَّوْضُونَةٍ ﴿١٥﴾ مُتَّكِنِينَ عَلَيْهَا
مُتَقَبِّلِينَ ﴿١٦﴾ يَطُوفُ عَلَيْهِمْ وُلْدَانٌ مُّخَلَّدُونَ ﴿١٧﴾

Terjemahnya; “Dalam surga-surga kenikmatan, segolongan besar orang-orang yang terdahulu, dan segolongan kecil orang-orang yang lahir kemudian mereka berada di atas dipan yang bertahtakan emas dan permata, seraya bertelekan di atasnya berhadap-hadapan, mereka dikelilingi oleh anak-anak muda yang tetap muda “.

Lebih lanjut firman Allah SWT. ¹⁰⁶

﴿١٨﴾ وَيَطُوفُ عَلَيْهِمْ غِلْمَانٌ غُلَامَانٌ هُمْ كَأَنَّهم لؤلؤ مكنون ﴿١٩﴾

Terjemahnya; Dan berkeliling disekitar mereka anak-anak muda untuk melayani mereka, seakan-akan mereka itu adalah mutiara yang tersimpan”

Ini adalah anak-anak atau bayi hati, yaitu kesadaran orang-orang sufi yang dikarunia ilham yang tinggi oleh Illahi. Kesadaran ini muncul dari “anak-anak atau bayi hati”

¹⁰⁵ Lihat QS: Al-Waqi'ah [56] :12-17.

¹⁰⁶ QS: At-Tur [52] :24.

karena keindahan dan kesuciannya. Namun, kesucian dan keindahan itu terlahir dalam diri (**jisim**) manusia di dunia. Kesadaran juga adalah insan yang sebenarnya yang selalu bersandar dengan khaliknya. Kesadaran itu melambangkan atau mewakili substansi manusia yang sebenar-benarnya. Di dalamnya tidak ada sifat kebendaan (**jisim**) dan ia tidak menganggap dirinya sebagai benda (**jisim**). Tidak ada hijab, tidak ada tirai, tidak ada halangan antara dirinya dengan pintu hatinya itu terus menjurus menuju ke hadirat zat Allah SWT. yang mencipta.

Sudah jelas yang mempusakai ini bukan jasmani kita (termasuk otak, fikiran-fikiran dan lain-lain), tetapi ruh diri sendiri juga. Dunia sekarang ini ada beserta dengan jasmani kita; suatu saat nanti ketika sakaratul maut ia bercerai dengan jasmani kita; masing-masing kembali pada asalnya. Kalau jasad kembali ketanah karena isi dan asalnya adalah dari tanah. Ruh kita ini kembali kemana?, apakah selama ini isinya (substansinya) berisi kalimat Allah SWT. asli?. Jika demikian sudah jelas ia pasti kembali pada Allah SWT., karena dalam hidupnya sudah selalu bersama dengan Allah SWT. itu.¹⁰⁷

Kesimpulannya hati (**al-Qalbu**) adalah wadah pengajaran, kasih sayang, takut dan keimanan. Jadi hati (**al-Qalbu**) tempat menampung hal-hal yang berkenaan dengan kesadaran manusianya. ini merupakan hal yang berbeda dengan *nafs*. Selain itu **al-**

¹⁰⁷ H. Kadirun Yahya, *Capita Selecta, Tentang Agama Metafisika Ilmu Eksakta*. II. Medan: Universitas Panca Budi (UNPAD), 1981, h.25.

Qalbu (hati) sebagai alat untuk mencapai penghayatan dan pengenalan Allah SWT. (**ma'rifatullah**) yang tidak dapat dicapai oleh anggota tubuh lainnya. Sehingga hati itulah yang 'alim kepada Allah SWT. berusaha menuju Allah SWT. serta menjadi pembuka tabir untuk menghayati alam gaib.

Semua orang mempunyai hati, tetapi tidak semua orang memiliki hati yang hidup (*hati yang penuh spiritual*). Hati adalah sebuah medan peperangan antara tentara ruh atau karakter-karakter spiritual serta berbagai temperamen yang terpuji di satu sisi, dan tentara *nafs* atau karakter-karakter *nafs* dan berbagai temperamen tercela disisi lain. Jika hati jatuh kedalam pengendalian *nafs* dan sifat-sifatnya, maka hati menjadi mati. Sedangkan jika hati terisi dengan sifat-sifat spiritual dan kemanusiaan, hati akan hidup, dan seseorang yang memiliki hati demikian disebut yang memiliki hati (**shahib al-qalb**).

Ketika seseorang berkata, "hatiku mengatakan bahwa sesuatu akan terjadi" ini menunjukkan bahwa hati dipengaruhi Oleh **nafs**. Hati yang sempurna mampu melihat sesuatu yang akan terjadi ataupun yang telah terjadi, dia tidak membutuhkan peramalan atau karamah.¹⁰⁸

Orang yang memiliki hati tidaklah mempunyai keinginan. Ini diperlihatkan dalam sebuah cerita seorang petapa ketika ia ditanya tentang apa yang diinginkan hatinya. Dia menjawab "hatiku sudah tidak memiliki keinginan lagi", Tuhan tahu apa yang kuingini dan Dia mengubahnya sebagaimana yang Dia kehendaki.

¹⁰⁸ *Psikologi Sufi*, h. 144-146

Apabila jiwa manusia telah mencapai kesempurnaan pada tingkat perkembangan ruh, maka jiwa akan sampai pada tingkat perkembangan kesadaran batin (**sirr**), yang merupakan tempat dari pandangan kontemplatif (**syuhud**).

Sebagai tingkatan yang lebih tinggi dari pada ruh, kesadaran batin adalah akal malaikat yang sakral, terletak di kegaiban lillahiah yang telah memberikan amanah kepada ruh. Penyingkapan (**kasyaf**) sifat-sifat Ketuhanan yang mengalir kepada kesadaran batin dari alam **haqiqat** Allah SWT. dirasakan oleh ruh. Inilah tempat realitas-realitas spiritual (ma'na) dari pengetahuan Allah SWT. Obyek apapun yang terlihat oleh kesadaran batin itu adalah tersembunyi bagi ruh dan hati. karena obyek tersebut adalah pengetahuan Allah SWT. yang terlihat, yang secara langsung menyentuh kesadaran batin tanpa sepengetahuan ruh. Kesadaran batin lebih halus daripada ruh, lebih mulia daripada hati.

Kesadaran batin adalah kesadaran terhadap rahasia yang disembunyikan oleh Allah SWT. yang ia sendiri senantiasa melindunginya. Kesadaran batin wali-wali Allah SWT. menjadi penjaga rahasia-rahasia Allah SWT, yang Allah menyebutnya Alam Kegaiban, yaitu yang tersembunyi bahkan dari pandangan batiniah sekalipun, dan hanya terlihat oleh pandangan dengan kesadaran batin (**as-sirr**).

Para sufi mengatakan, "Kesadaran batin mampu melihat penyingkapan sifat-sifat Allah SWT. dalam bentuk cahaya. Kesadaran batin adalah intisari seseorang yang dekat dengan Allah SWT. ia tersembunyi, sehingga tidak ada lidah yang dapat

meng gambarkannya, tidak juga diri individu sendiri mampu memberikan gambaran terhadapnya. Rahasia yang dalam ini terdiri dari tiga jenis:

Pertama adalah rahasia yang tersembunyi dari orang lain, merupakan ketaatan dan pengasingan diri, yang dengan sendirinya melibatkan tiga hal, yaitu mengetahui kondisi pengabdian, tidak merebut hak-hak orang lain dan mencegah dirinya agar tidak membahayakan orang lain. Pengasingan diri akan merupakan suatu kesalahan bagi siapa saja yang tidak mentaati hal-hal tersebut.

Kedua adalah rahasia yang tersembunyi dari para malaikat, merupakan penyingkapan *haqiqat*; rahasia ini memiliki tiga indikasi, yaitu perkembangan hati dalam menerima Ketuhanan Allah SWT., tidak menerima membenaran orang lain untuk menghindari tanggung jawab yang berkenaan dengan Allah SWT. dan pembukaan pandangan seseorang terhadap karunia Allah SWT.

Ketiga adalah rahasia yang tersembunyi dari dirinya sendiri, yang tenggelam dalam penyatuan dengan Allah SWT., yang merupakan suatu kilatan cahaya yang memuaskan pandangan hati seseorang yang salah terhadap Allah SWT. Ini menyentuh tiga hal; yaitu kecemasan terhadap sesuatu, harapan terhadap sesuatu dan cinta terhadap sesuatu. Sesuatu itu adalah Allah SWT. dan apa saja selain Dia akan lenyap.¹⁰⁹

Kesimpulannya; bahwa peran para syekh sufi dalam menuntun para muridnya bertujuan untuk

¹⁰⁹ *Psikologi Sufi*, h. 227-235

memperkuat ruh dan bala tentaranya, yaitu cinta, sehingga hati para sufi dapat terbebas dari genggaman *nafs* dan semua kekuatannya, yaitu hasrat *nafs*. Melalui jalan ini, hati dapat dibersihkan dengan cinta (Cinta Allah SWT). dan berkembang ke tingkat ruh, kesadaran batin hingga sampai kepada kesadaran batin yang paling dalam.

C. Ar-Ruh (Roh)

Roh memiliki dua makna;

Pertama, *benda lembut*, seperti udara yang dibawah darah hitam. Sumbernya adalah rongga hati jasmani. Dengan perantaraan pembuluh darah, ia menyebar kebagian-bagian tubuh dan mengalir di dalam tubuh sehingga melimpahkan cahaya kehidupan, rasa, penglihatan, pendengaran, dan penciuman yang dihasilkan anggota-anggota tubuh sama seperti limpahan cahaya yang dihasilkan di dinding, dan roh laksana lampu. Aliran dan gerakan roh dalam tubuh ibarat gerakan lampu di sudut-sudut rumah yang seirama dengan gerakan penggeraknya. Jika para dokter menyebutkan kata roh, yang mereka maksudkan roh dalam pengertian ini, berupa udara lembut yang dimatangkan dengan panas di dalam hati. Sangat berbeda dengan pengertian kaum sufi.

Kedua, *luthf* yang mengenali dan mengetahui dalam diri manusia. Ia merupakan salah satu dari dua makna hati. Itulah yang dimaksud Allah SWT. di dalam firman-Nya.¹¹⁰

¹¹⁰ QS: Al-Isra' [17] :85.

وَسَأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ
الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا

Terjemahnya;

“Dan mereka bertanya kepadamu Muhammad tentang roh, maka katakanlah bahwa roh itu adalah urusan Tuhanku “.

Ruh merupakan keajaiban rabbani; akal dan pemahaman tidak sanggup mengenali dan memahami hakekatnya.¹¹¹ Menurut at-Tirmidzi seorang sufi besar abad ke II H. ia telah menganalisa ruh dalam kaitannya dengan jiwa (*nafs*). Ia mengatakan, “Ruh adalah sesuatu yang sangat halus, serta bersifat malakut, berada di dalam darah dan daging manusia, dan Allah SWT. memerintahkan agar diantara di dalamnya Ruh itu merupakan angin (*raiham*), dan angin yang sangat halus sangat ringan serta bersifat *as-samawi* (langit). Menurutny ruh merupakan kumpulan dari beberapa karakter berupa *ma’rifat*, kehidupan yang tanpa awal dan tanpa akhir (*as-sarmadiyah*). berupa sejumlah cahaya, air dan udara.¹¹²

Setiap pribadi memiliki komposisi yang berbeda-beda dalam hubungannya dengan unsur-unsur karakter tersebut, sehingga dapat mempengaruhi terhadap sifat dan watak tabiat tiap-tiap pribadi.

Mengenai hubungan antara jiwa dan ruh,

¹¹¹ *Pilar-pilar Rohani*, h. 41.

¹¹² Dr. Abdul Muhsin al-Husaini, *al-Ma’rifat inda al-Hakim*, at-Tirmidzy, h. 368-369 dan lihat *Ilmu Jiwa Dalam Ilmu Tasawuf*, h. 59.

Tirmidzi mengatakan “sesungguhnya ruh dan jiwa, keduanya merupakan sumber kebaikan dan kejahatan di dalam diri manusia. Dan keduanya sangat berbeda di dalam tabiat serta substansinya. Jiwa menurutnya berasal dari ruh, dan *nafs* berasal dari jiwa. Hubungan keduanya jelas, dimana ruh bersifat dingin dan jiwa bersifat panas. Ruh bersifat **as-samawi** dan jiwa bersifat **al-ardiyah**. Ruh mempunyai tabi'at taat, sedang jiwa memiliki syahwat.”¹¹³

Menurut imam al-Ghazali bahwa pengertian ini ada dua; pertama, suatu substansi yang amat lembut yang ditiupkan oleh Allah SWT. sebagai pembawa dara merah, bersumber dari hati menyebar keseluruh badan melalui perantaraan syaraf yang berdenyut, sehingga manusia merasakan hidup, punya indra, melihat, mendengar dan meraba. Ruh bagaikan pelita yang menyinari jiwa. Para pakar ilmu jiwa mengatakan, ruh merupakan substansi yang sangat lembut yang bergerak dalam hati.

Kedua; substansi yang amat lembut. Ia juga berarti hati dan tidak bisa diilmiahkan atau tidak bisa dimengerti dengan akal pikiran.¹¹⁴

Dalam buku “Seni Menata Hati” oleh Husein Shahab, membagi tiga macam ruh yang harus diketahui yaitu:

- a. **Ruh thabi'i**, yakni ruh yang bersifat natural atau alami. Dalam pengertian bebasnya disebut ‘nyawa’, dikalangan Barat menyebut kehidupan adalah lahir dari hukum sebab akibat (**causalitas**), misalnya ketika terjadi percampuran **sperma** dengan **ovum** yang

¹¹³ *Ilmu Jiwa Dalam Ilmu Tasawuf*, h. 58-59.

¹¹⁴ *Jalan Menuju Tuhan*, h. 40.

sukses dalam proses pembuahannya, maka sangat memungkinkan terjadinya sebuah kelahiran hingga manusia **eksis** (berada). Mereka tidak percaya adanya faktor supra natural yang dapat mempengaruhi proses tersebut sebagaimana yang diyakini oleh kelompok orang-orang yang beriman bahwa Tuhan meniupkan ruh di dalam jasad manusia.

- b. Ruh yang dia sebut **haywani**. Ruh ini lebih tinggi sedikit daripada ruh **thabi'i**, ruh yang membedakan kita dengan jenis benda-benda lain. Yang memberikan kita kemampuan memilih. Manusia mempunyai ruh **haywani** karena ia mempunyai kecenderungan biologis, seperti rasa ingin dengan sesuatu dan banyak hal, sama seperti hewan. Itu semua merupakan karakter hewan yang ada dalam diri manusia.
- c. **Ruh nafsani**. Dia dalam Alquran sering kali menggunakan kalimat *nafs*. Misalnya **wanafsin wama sawwaha**, disitu digunakan kata **nafs**. Ada lagi misalnya **kullu nafs dzaiqatul maut**.¹¹⁵

Tempat ruh membentuk di dalam kehidupan manusia tidak lain adalah hati. Ruh adalah lapisan hati yang menikmati titik pandang cahaya Allah SWT. yang pada bagian itu Allah SWT. memperlihatkan perwujudan-Nya tanpa tabir penutup. Hati merupakan kulit kerang dan ruh adalah mutiara.

Apabila jiwa mencapai tingkat perkembangan ruh, dia akan memperoleh kehidupan dan Sifat “Yang Maha hidup” dan menjadi esensi dan semua hal melalui

¹¹⁵ *Seni Menata Hati*, h. 99.

Sifat “Yang Hidup Kekal”. Pernyataan ini dilandasi dengan pernyataan Allah SWT. dalam firman-Nya sendiri, yang menunjukkan tidak adanya penghalang bagi seorang hamba dengan Dirinya (Allah SWT.) pada saat ia menjadikan Allah SWT. segalanya bagi dirinya. Sebagaimana difirmankan¹¹⁶:

وَمَا رَمَيْتَ إِذْ رَمَيْتَ وَلَيْكِنَّ اللَّهَ رَمَىٰ

Terjemahnya;

“Dan waktu kami melempar sesungguhnya bukanlah kamu yang melempar, melainkan yang melempar itu adalah Allah SWT.”

Orang yang hatinya datang melalui cinta
Tidak akan pernah mati;
Umur panjangku dicap dan distempel
Dalam catatan dunia.
Namamu dikenang, dirindu
Disebut-sebut dengan kalimat yang baik.

Ruh sebagai wilayah cinta. Persahabatan membentuk tiga perkembangan jiwa, yaitu; hasrat dan merupakan sifat tubuh; kebajikan yang penuh kasih sayang, yang merupakan sifat hati; serta cinta yang merupakan sifat ruh.

D. Al-Akal (Akal)

Istilah *akal (al-aql)*, dalam hal ini terbagi menjadi dua makna, yaitu: Pertama, pengetahuan tentang hakikat permasalahan. Akal dalam pengertian

¹¹⁶ QS: Al-Anfal [7] :17.

ini merupakan sifat dari suatu ilmu yang pangkalnya ada dalam hati, kedua, adakalanya bermakna daya pengenalan ilmu pengetahuan, dan ini sebenarnya adalah **al-qalb**, yakni sifat **latifiah** sebagai hakikat manusia. Lepas dari semua itu, baik Alquran maupun **as-Sunnah** juga telah menyebutkan istilah **al-qalb**. Yang dimaksud dengan akal adalah media untuk memahami atau untuk mengetahui hakikat sesuatu. Sesekali akal juga disebut sebagai **qalb** jasmani yang ada dalam dada, sebab di antara "**qalb** jasmani dan sifat **al-lathifah al-alimah**" itulah sebenarnya terletak hakikat manusia, dalam arti bahwa keterkaitan sifat **al-lathifah al-alamiah** dengan seluruh anggota tubuh manusia harus melalui akal. Dengan demikian, akal bagi sifat **al-lathifat al-alamiah** merupakan kerajaan, pengatur dan pengelolah utarnanya. Sementara **al-qalb al-jasmani** dan dada bagi manusia dapat diumpamakan sebagai **arasy** dan kursi dalam kaitannya dengan Allah SWT.

Dalam istilah-istilah keislaman kita pun mendapatkan akal **taklifi** dan akal **syar'i**. Akal **taklifi** dimiliki oleh setiap orang selama dia tidak gila, dan manusia dibebani akal **taklifi** tersebut.

Akal ini adalah tingkatan terendah yang dimiliki oleh seorang **mukallaf**. Dan karenanya ia dibebani tanggung jawab, dia akan ditanya untuk mempertanggung jawabkan perbuatan-perbuatannya nanti dihadapan Allah SWT. Kemudian, manusia itu terdiri dari dua golongan. Golongan pertama, mereka yang mengenal Allah SWT., paham akan perintah-Nya, beriman kepada-Nya, dan konsisten dengan ajaran-ajaran-Nya.

Mereka itulah yang benar-benar berakal.¹¹⁷

Golongan kedua, mereka yang tidak mengenal Allah SWT. dan tidak konsisten. Mereka itu belum sampai dan mencapai tingkat akal syar'i, dan mereka berkata seperti difirmankan Allah SWT.¹¹⁸

وَقَالُوا لَوْ كُنَّا نَسْمَعُ أَوْ نَعْقِلُ مَا كُنَّا فِي أَصْحَابِ السَّعِيرِ ﴿٦٧﴾

Terjemahnya;

“Seandainya kami mendengarkan atau memikirkan (peringatan itu) niscaya tidaklah kami termasuk penghuni - penghuni neraka yang menyala-nyala”.

Ragam akal yang demikian itu bertempat di dalam hati, dan memiliki tingkatan-tingkatan. Disitu manifestasi akal syar'i yang sempurna, adalah pengekan manusia terhadap nafsunya atas perintah Allah SWT. berikut pengenalan terhadap-Nya dan penyerahan diri pada-Nya. Ragam akal ini, dan cara mencapai tingkatan akal yang demikian, merupakan salah satu objek kajian ilmu tasawuf (akhlak tasawuf).

Bagaimana kita paham dan mengenal akan Allah SWT.?, bagaimana kita mengekan nafsu sesuai dengan perintah Allah SWT., dan jalan apa yang bisa ditempuh untuk itu?. Pembicaraan dengan akal ini, dari satu sisi berkaitan dengan dunia hati, dan di sisi lain, berkaitan dengan dunia **an-nafs**. Pada saat hati lemah di hadapan kekuatan **an-nafsul amarah bissu'**, hati akan menyerah pada keinginan-keinginannya dan menyerah pada birahi yang bertentangan dengan ajaran

¹¹⁷ Sa'ad, *Jalan Ruhani, Bimbingan Tasawuf untuk Para Aktifis Islam* Mizan Bandung, cet V, 1997, h. 61-62.

¹¹⁸ QS: Al-Mulk [67] :10.

Allah SWT. Sebaliknya, setiap kali hati mampu dan kuat, mulailah ia menentang keinginan-keinginan hawa nafsu itu.

Hanya saja hati tetap lemah di depan nafsu pada beberapa kesempatan lainnya. Bersamaan dengan kebenciannya kepada maksiat, kita dapatkan hati kalah dan tunduk pada perintahnya kadang-kadang dihadapan hawa nafsunya yang menyuruh kepada kejahatan.

Begitulah kita dapatkan macam-macam manusia. Kadang-kadang kekuatan pengekangan mereka terhadap nafsu birahinya terus beranjak naik dari nol sampai seratus hingga mencapai derajat dirinya yang sesuai dengan kesempurnaannya. Pengekangan yang sempurna adalah akal *syar'i* yang sempurna. Bagaimana cara menyempurnakan proses peningkatan akal dari titik penghabisan di mana pengenalan terhadap Allah SWT. dimulai sampai titik penghabisan sesuai perjalanan ruhani manusia betul-betul sesuai dengan perintah Allah - SWT. dalam segala hal.

Maksud yang sesuai dengan perintah Allah SWT. bukan berarti manusia keluar dari seluruh ***nafsu-syahwatnya***, sebab manusia diuji dengan syahwat-syahwatnya tersebut. Allah SWT. telah memberikan petunjuk-petunjuk yang benar untuk nafsu syahwat yang wajar (boleh) dan membuka pintu untuknya agar mampu menyelamatkan diri dari nafsu birahi yang diharamkan. Ini semua merupakan sebagian dari perjalanan ruhani.

Sebagai kata kunci untuk lebih memperjelas uraian di atas adalah bahwa perjalanan yang sebenarnya menuju Allah SWT. ialah perjalanan yang sesuai dengan fitrah. Tidak bertentangan dan tidak

memerangnya tidak kontra produktif. Kita dapatkan seorang Muslim tekun bertobat dari zina, misalnya. Ketika ia terperangkap dalam kondisi nafsu birahi, ternyata ia kalah pada perintahnya dan terseret pada perbuatan maksiat di samping nafsu dan setannya, bersamaan dengan kebenciannya setelah ia telah melakukannya. Bagaimana seharusnya seorang Muslim tersebut bertindak agar hatinya kuat dan mampu menahan serta menjauhi maksiat (zina).

Di situ ada sejumlah hal: Seyogyanya cahaya hatinya selalu bertambah, jiwanya selalu tersucikan, ia juga harus menempuh jalan yang benar untuk memenuhi hajat hawa nafsu yang dibolehkan atau meningkatkan dorongan-dorongan hawa nafsu dengan berbagai terapi dan latihan. Seperti menyederhanakan makanan, membuat jasmani lelah, dan lain-lain. Semua itu merupakan sebagian dari tindak **preventif** agar seorang Muslim mampu mengalahkan maksiat. Kemenangan atas maksiat adalah kemenangan akal.

Masalahnya tidaklah mudah, di situ terdapat nafsu birahi yang tampak dan nafsu birahi yang tidak tampak, seperti mabuk kekuasaan, kehormatan, tamak atas dunia, dan lain-lain. Di situ juga ada kerja pengeangan anggota tubuh, seperti, mengekang lisan sesuai dengan perintah Allah SWT; dan terdapat perjalanan yang harus dilakukan untuk mewujudkan semua perintah. Semua itu adalah sebagian pengaruh dari adanya akal **syar'i** pada diri manusia.¹¹⁹

Agar manusia dapat mencapai tingkatan 'akal **syar'i**', ia wajib menempuh jalan yang harus

¹¹⁹ Sa'ad, *Ibid.*, h. 63.

dilakukannya. Ini merupakan salah satu objek kajian pokok dari disiplin ilmu akhlak tasawuf ini; dan ilmu inilah yang mewarnai segala sikap dan perilaku orang yang sudah mencapai tingkatan akhlak tasawuf tertinggi yang disebut 'sufi' yang nampak pada kehidupan kesehariannya. Dan tiada lain kesemuanya itu adalah perjalanan untuk mencapai akal **syar'i** yang sempurna. Mereka yang cinta dengan ilmu sufi ini, wajib merealisasikan kecintaannya.

Semua terjemahan dan terminologi yang telah disebutkan di atas, dapat diketahui bahwa pembicaraan tentang jiwa bisa berarti pembicaraan tentang kalbu dan bisa juga bukan berarti pembicaraan tentang kalbu. Dalam konsep imam al-Ghazali bahwa jiwa (**an-Nafs**), hati, akal pikiran, dan roh bisa saja bermakna tunggal, dan pada saat tertentu bisa bermakna sesuai dengan indikatornya masing-masing. Akan tetapi uraian yang panjang dalam tulisan ini akan semakin memberikan kejelasan kepada kita semua, sehingga persamaan dan perbedaan makna yang dikandung dapat disimak secara variatif sesuai sub bagiannya sendiri-sendiri.

2. Struktur Operasionalnya

Ruh merupakan suatu yang tinggi dan bersifat samawi, halus, karena diciptakan dari udara bercampur air, maka sifat jiwa adalah rendah "**ardiyah**". Yaitu bersifat kebumihan, penuh dengan kotoran, karena memang diciptakan dari unsur tanah dan api. Sementara jiwa itulah yang memberikan nafas dan apabila bernafas, maka keluar darinya letupan api dari kerongkongan. Sehingga dapat memberikan rasa hangat (panas) di dalam jasmani. Untuk itu barang siapa yang menekan dan

membakar gejala jiwanya, maka ia akan mendapatkan pahala dari sisi Allah SWT.

At-Tirmidzi mengatakan, bahwa ruh disamping sebagai asal kehidupan juga memanggil hati agar selalu taat kepada Allah SWT. sedangkan jiwa sebagai sumber kehidupan mengajak kepada perilaku syahwat dan kesenangan.¹²⁰

Dalam konteks ini, At-Tirmidzi memberikan gambaran tentang kondisi lahir dan batin mengenai jiwa serta ruh sebagai berikut; "Jiwa itu bertempat tinggal di paru-paru, dan menyebar ke seluruh jasad. Sedangkan ruh tempat tinggalnya di kepala sampai ke ujung lubang telinga dan terkait dengan **al-watin**;"¹²¹ serta ruh itu tersebar juga ke seluruh tubuh manusia, ruh juga memberikan kehidupan sebagaimana jiwa juga memberikan kehidupan.

Keduanya saling memberikan pengaruh terhadap kehidupan manusia, sesuai dengan hidupnya jiwa dan ruh. Seluruh anggota tubuh bergerak, baik lahir maupun batin, akibat dari adanya kedua unsur yakni jiwa dan ruh. Ruh adalah cahaya bagi kehidupan, sementara jiwa merupakan ruh kotor, karena jenisnya berasal dari tanah. Adapun tempat dari **ar-Rahmah** adalah ada di dalam **al-Kibid**, yaitu "hati". Dan tempat dari **ar-Ra'fah** di dalam limpa. Menurutnya, ginjal manusia itu merupakan tempat perbuatan makar dan tempat dari ilmu pengetahuan tentang sesuatu yang berada di **as-Shadru** (dada) dan begitu juga tempat dari **ad-Dihnu**

¹²⁰ At-tirmidzy, *al-Haqiqah al-Adamiyah*, h. 64-65, lihat pula *Ilmu Jiwa Dalam Tasawuf*, h. 46.

¹²¹ *Al-Watin* itu adalah sebuah urat di dalam hati, yang manakala urat itu putus, maka manusia akan mati.

(pikiran) adalah di dalam **as-Shadru** (dada). Kesemua unsur di atas kemudian menyebar ke seluruh tubuh manusia.

Adapun tempat air mani (**sperma**) terdapat dibagian tulang rusuk. Dan dari air mani itu diambil janji (sumpah) oleh Allah SWT. yakni ketika air mani itu keluar dari tulang punggung mereka, lalu Allah SWT. meletakkannya kepada Nabi Adam as. Ada sebagian dari air **sperma** itu yang tidak diambil janji (sumpah) atasnya, akan tetapi air mani tersebut langsung masuk dari tulang rusuknya menuju ke dalam jiwanya. Setelah itu Allah SWT. menaruh perasaan senang di dalam hati dan menyalurkan rasa senang itu menuju tulang rusuknya. Dalam waktu yang sama, rasa hangat dari perasaan senang masuk ke dalam tulang rusuk, sehingga membuat air sperma menjadi cair. Dengan tekanan dan kekuatan rasa senang, maka dapat memancarkan air mani dari tulang rusuk manusia. Jika seseorang tidak mempunyai rasa senang, maka tidak akan dapat memancarkan air mani, dan hal ini akan terjadi dikalangan mayoritas anak Adam.¹²²

Setelah itu Allah SWT. memberikan kekhususan bagi orang-orang mu'min, yaitu cahaya akal, dan bertempat di dalam otak, serta memiliki pintu langsung dari otak menuju ke dada, agar cahaya akal tersebut dapat menyinari mata hati, dengan cahaya akal yang menyinari mata hati, maka diharapkan dapat membedakan berbagai persoalan. Kemudian Allah SWT. menaruh cahaya tauhid di dalam batin, yaitu di dalam sebuah gumpalan yang disebut dengan **al-Qalbu**

¹²² Ilmu Jiwa Dalam Tasawuf, h. 47.

(kalbu). Dan didalamnya terdapat cahaya kehidupan. Maka dari itu, hati selalu hidup bersama dengan Allah SWT. Pada waktu mata hati (*fuad*) terbuka, cahaya tauhid bersinar ke seluruh dada melalui pintu **al-Qalbu** (kalbu), dan mata hati (**al-Fuad**) dapat melihat dengan cahaya kehidupan, cahaya tauhid, yang menyebabkan mengesakan Allah SWT. dan mengenalnya.

Melalui akal manusia dapat membedakan beberapa ilmu pengetahuan yang diberikan oleh **ad-Dihnu** (pikiran) dan diletakkan di dalam dada secara keseluruhan (**jumlatan**). Setelah itu, ilmu pengetahuan yang bersifat global dibagi-bagi menjadi beberapa bagian, dan itulah perbuatan akal yang terdapat di dalam dada.

Dalam ilmu **metafisika** mengungkapkan, bahwa dalam diri pribadi seorang mukmin yang perkasa (tangguh) ia memiliki tenaga Oer Atom yang Maha Dasyat dan tak terhingga, yang hanya dapat dimunculkan dengan jalan mengamalkan firman-firman Allah SWT. dan al-Hadis yang terletak dalam hukum-hukum bidang tasawuf dan sufi dengan memakai suatu metode yang halus dan hebat dalam Alquran "**Siratal Mustaqim**" terdapat jalan yang sangat halus dan sangat suci, langsung menuju Dzat yang Maha Suci dan Maha Halus, yaitu Maha Raja diraja bumi dan langit; "**Malikul Mulki**, Yang Maha Agung, Maha Perkasa, Yang **Wahdahu La syarikalah**".

Metode yang halus dan dalam, yang dimaksud di atas ialah antara lain yang diuraikan oleh "Ilmu Kerohanian Dan Metafisika Eksakta", secara ilmiah atas dasar teknologi Modern dan atas dasar hukum-hukum eksakta,

sehingga ilmu yang dimiliki dapat lebih ilmiah dan Islamiah dan sekaligus dapat membukakan pula tabir rohaniah ke Maha Dasyat Energi kalimat Allah SWT. yang kita agung-agungkan, yang mampu melebur gunung, dosa, iblis, setan dan seluruh jagad ini, jika perlu !!! Bahkan juga sebaliknya, mampu pula menghindarkan, menyingkirkan, membatalkan mala petaka alam, bencana alam.¹²³

Dibawah ini dapat dilihat beberapa ayat Alquran yang mengiaskan kehebatan seorang mukmin yang selalu disertai dengan tenaga Oer Atom yang Maha Dasyat itu, agar kaum Muslimin dapat berpikir dan merenungkannya serta dapat memanfaatkannya untuk kemenangan hidup dunia akhirat dalam sektor kehidupan.

Allah SWT. berfirman: *Tak dapat memuat zatKu, bumi dan langit-Ku; yang dapat memuatnya adalah hati hambaKu yang mukmin, lunak, tenang (HR. Ahmad dari Wahab bin Munabbih).*

Jadi pengertiannya ialah dalam kalbu seorang mukmin, berada tenaga Oer Atom yang Maha Dahsyat, yang ia harus pandai/mampu mencari metode/caranya, untuk mengeluarkan dan memanfaatkannya. Kemudian firman Allah SWT. dalam Alquran.¹²⁴

وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ ﴿٥٠﴾

Terjemahnya; “dan kami lebih dekat kepadanya dari pada urat lehernya sendiri”.

¹²³ Kadirun Yahya, h. 32.

¹²⁴ QS: Al-Qaf [50] :15.

Kesimpulan yang dapat diambil adalah bahwa Tenaga dahsyat itu sangat hampir (dekat) pada sang mukmin, sayang ia tidak mengerti cara pelaksanaan teknis untuk memanfaatkannya. Ia percaya tetapi tak dapat menghasilkannya !!! sayang seribu kali sayang!!! Maka sebab itulah ia tetap kalah dalam perjuangan hidupnya terhadap lawannya (iblis)¹²⁵

Petikan puisi dari kalbu 'ala'al-Ma'ari :

Tidak ada kalbu yang gelap
Selama akal menyala tetap¹²⁶

Memang benar kata Hayran (seorang filosof-sufi). Demi Allah SWT. Kalbu seseorang tidak akan gelap apabila kepalanya senantiasa menyala pelita dari akal-akal pikiran yang sehat. Dengan akal-akal pikiran ini, sosok yang cerdas, yang terdiri dari dunia, dan penyabar, ini meyakini eksistensi Allah SWT, Al-Ma'ari sangat mempercayai dan memegang teguh akal pikiran. Ia senantiasa memberontak setiap pendapat atau berita yang dengan hukum-hukum akal yang pasti sebagaimana Nampak jelas pada bagian kata-kata sebagai berikut :

Jangan terimah isu yang mereka serukan
Jika tak diperkuat dengan akal-akal pikiran
Cermin-cermin mata yang tampak padamu adalah
kebenaran
Jadikan untukmu sebagai cermin akal-akal pikiran
Kikuti mereka yang serius menyerukan kebaikan
Ataupun mungkin kutinggalkan,
sebab imamku hanyalah
Akal-akal pikiranku.¹²⁷

¹²⁵ Kadirun Yahya, h. 33.

¹²⁶ Syaikh Nadim al-Jisr, *Para Pencari Tuhan*, h. 117.

Seorang sufi telah dapat menghilangkan kotoran-kotoran jiwanya (**syahwatnya**), maka ia akan mampu untuk menghilangkan kekacauan dan emosional kejiwaannya yang selalu datang di dalam dirinya. Itulah yang menyebabkan seorang sufi hidup tenang dan sejahtera, setiap kali jiwa manusia tenang, tentu ketenangan itu akan bertambah dan menuju ke dalam al-qalbu. Setelah al-qalbu itu penuh dengan cahaya iman, penuh dengan keyakinan, maka akan naik setingkat menuju ke dalam ruh. Dalam hal ini **al-Qalbu** menjembatani jiwa dan ruh, sehingga **al-Qalbu** itu bisa tunduk kepada keduanya sesuai dengan volume pengaruh masing-masing. Bisa saja pada suatu saat jiwa mengalahkan **al-Qalbu** atau disaat yang lain ruh dapat mengalahkan dan mempengaruhi **al-Qalbu** pada waktu ruh memiliki cahaya yang kuat dan tersirat didalamnya cahaya yakin (**nuur al-Yaqin**), maka ruh akan merasakan kenikmatan **al-musyahahadah**. Dan setiap kali terjadi **al-musyahahadah** (penyaksian), maka akan terjadi peningkatan dari alam ruh ke dalam **as-Sirru** atau yang tersembunyi.

Adapun kekuasaan yang dapat melawan jiwa batiniyah dengan cara memerangi dan memusuhinya tidak lain kecuali **al-Qalbu** yang terdapat didalamnya adalah malaikat, **nur** (cahaya) dan akal, bukannya ruh, sedangkan ruh berfungsi untuk memerangi jiwa lahiriah dan mengendalikannya. Jika ruh dapat mengalahkan jiwa lahiriah, niscaya dapat pula mengalahkan jiwa batiniyah. Dan jika jiwa batiniyah dapat mengalahkan ruh, maka jiwa batiniyah dapat menguasai **al-Qalbu** dan akan menekannya.¹²⁸

¹²⁷ *Ibid.*, h. 118.

¹²⁸ *Ilmu Jiwa Dalam Tasawuf*, h. 49.

3. Tazkiyah al-Nafs

Kata **tazkiyah** berarti membersihkan atau mensucikan. *Tazkiyah* adalah salah satu tugas yang diemban Rasulullah Saw. Allah SWT. berfirman.¹²⁹

هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الْأُمَمِينَ رَسُولًا مِنْهُمْ يَتْلُوا عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ
وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِنْ قَبْلُ لَفِي
ضَلَالٍ مُبِينٍ ﴿٦٢﴾

Terjemahnya; “Dialah yang mengutus ummat yang ummi seorang Rasul dari kalangan mereka. Dia membacakannya kepada mereka, membersihkan jiwa mereka dan mengajarkan kitab dan hikmah kepada mereka. Sesungguhnya sebelum itu mereka benar-benar berada dalam kesesatan yang nyata “.

Manusia yang hidup pasti memerlukan kebersihan diri. Manusia yang hidupnya kotor, tidak seorang pun yang ingin berkawan dengannya, atau menghampirinya, atau ber-*muamalah* dengannya. Tegasnya, ia dibenci orang dan senantiasa dipandang sebagai orang yang menjijikkan di mata orang banyak, sehingga ia merasa dirinya terpercil dari mereka. Karena itulah, apabila badannya kotor atau pakainnya terkena kotoran, ia akan segera membersihkannya atau menukarkannya dengan yang lain.

Demikian yang dianjurkan oleh Syari'at Islam supaya manusia senantiasa berada dalam keadaan bersih suci, baik secara lahir maupun batin. Tetapi yang

¹²⁹ Lihat QS: Al-Jumu'ah [62] :2.

selalu diutamakan dan menjadi perhatian manusia selama ini hanyalah yang tampak secara lahiriah, sedangkan yang ada di dalam batin sering kali dilalaikan dan dibiarkan, karena itu, pembicaraan dalam bagian ini akan mencoba memberikan petunjuk ke arah pembersihan lahir maupun batin.

Ada dua cara untuk membersihkan diri kita dari hal-hal yang di jauhi oleh Agama.

Pertama; pembersihan diri yang jasmani (zahir) dengan menggunakan air mutlak (air wudhu) sebagaimana yang diperintahkan oleh syari'at Islam.

Kedua; pembersihan diri secara batin atau jiwa. Kita hendaknya sadar akan adanya kotoran dalam jiwa atau batin kita. Kotoran itu adalah dosa dan kesalahan kita sendiri. Cara menyucikannya adalah dengan bertaubat sebenar-benarnya taubat (**taubatan nasuha**). Cara menyucikan batin kita ialah dengan masuk atau menempuh suatu jalan ruhani atau **tariqah** yang dibimbing oleh guru ruhani atau Sufi.¹³⁰

Menurut hukum syari'at, **wudhu** akan batal bila kita membuang air kecil atau membuang air besar, menyentuh kemaluan dengan telapak tangan atau jari, mabuk, dan sebagainya. Setelah bersetubuh atau selepas haid dan nifas, diwajibkan pula kepada kita untuk mandi untuk membersihkan hadas besar dari badan, yaitu dengan berwudhu dan mandi.

Mengenai **wudhu**, ada yang mengatakan bahwa Nabi Saw. pernah berkata: "Setiap kali seseorang memperbaharui *Wudhunya*, maka Allah SWT. akan memperbaharui imannya pula. dan cahaya

¹³⁰ *Rahasia Sufi*, h. 158.

imannya akan berkilau seperti semula dan menjadi semakin terang,” atau yang sama maksudnya dengan hal ini. Apa yang dikatakan Nabi Saw. itu sudah jelas karena bukankah *wudhu* itu juga menggugurkan kesalahan-kesalahan kecil. yang dilakukan oleh manusia, baik disengaja atau tidak disengaja. Karena itu pula beliau pernah menyatakan lebih lanjut bahwa pembersihan, yakni **wudhu** dan mandi dari hadas itu apabila dilakukan berulang kali akan menjadi cahaya di atas *cahaya*, **Wallahu a'lam**. Karena itu, syari'at Islam menganjurkan **tajdid al-wudu'** atau senantiasa memperbaharui **wudhu** ketika akan melaksanakan ibadah shalat ataupun sesudah membuang hadas kecil.

Dalam mimpinya Nabi SAW. Pernah mendengar bunyi terompet sahabatnya, Bilal (**mu'azzin beliau**) di dalam surga. Kemudian beliau bertanya kepada Bilal, “Hai Bilal! apa yang engkau lakukan sehingga aku mendengar bunyi terompetmu di dalam surga?”.

Bilal menjawab, **"Hai Rasulullah! Tidak ada yang aku lakukan selain sering memperbaharui wudhuku setiap kali aku berhadhas, dan kemudian aku bersalat sunnat wudhu' atau sunnah wudhu' selepas itu.**¹³¹

Kini kita mengerti bahwa kebersihan diri amat penting bagi setiap muslim. Selain itu, manfaatnya sungguh besar bagi orang yang melakukannya, yang seharusnya tidak boleh kita abaikan.

Hakikat batin atau keadaan hati kita juga bisa tercemar, jika kita terus melalaikan diri kita dan tidak menjaga

¹³¹ *Ibid.*

gerak-geriknya. Sebagaimana yang tampak pada fisik kita yang bisa saja menjadi kotor, demikian pula batin kita. Ia dapat dikotori oleh perangai dan perbuatan yang jahat, serta tindakan yang membahayakan diri sendiri dan orang lain. Semua tingkah laku yang baik akan membahayakan batin kita, termasuk sifat-sifat negatif, seperti sombong, takabur, dengki, congkak, suka mengadu domba manusia, fitnah, marah, hasud, syirik, dan lainnya.

Ruh atau jiwa bisa kotor karena memakan makanan haram, lisan yang mengeluarkan kata-kata **culas** dan ungkapan-ungkapan yang menyakitkan hati, telinga yang suka mendengar fitnah dan mengumpat orang, tangan yang suka melakukan perbuatan buruk, kaki yang melangkah ke tempat maksiat atau mengikuti orang-orang yang zalim, kemaluan yang melakukan zina, dan sebagainya. Zina dalam hal ini berlaku umum, bukan hanya berlaku untuk kemaluan, tetapi dapat pula berlaku untuk mata, telinga, hidung, kaki dan tangan, dan lain sebagainya. Zina mata dilakukan dengan melihat hal-hal yang dilarang Allah SWT., seperti filem atau adengan-adengan pornoh (**blue**) dan segala hal yang dapat membangkitkan gairah seksual. Zina telinga, dilakukan dengan mendengarkan hal-hal yang culas; zina hidung dilakukan dengan mencium; zina tangan dilakukan dengan memegang, dan zina kaki dilakukan dengan berjalan ke arah kemaksiatan.

Dari uraian di atas, maka siapa pun yang mengharapkan Allah SWT. dan akhirat, mesti memperhatikan keberhasilan jiwanya. Allah SWT. juga telah menjadikan kebahagiaan seorang hamba tergantung kepada **tazkiyah an-Nafs**. Contoh mengeluarkan sadakah harta dinamakan zakat, artinya

dengan keluarnya hak Allah SWT. dari harta itu, ia menjadi suci bersih.¹³²

Adapun cara melakukan **tazkiyah an-Nafs** membersihkan atau (mensucikan jiwa) antara lain; senantiasa mengajari diri selalu dalam keadaan “ikhlas, **zuhud** terhadap dunia, **bermuhasabah** (mengintrospeksi diri, selalu mengetahui segala aib diri), sabar, syukur, tawakkal, mencintai Allah SWT. **Ridha** terhadap **qadha** (ketentuan Allah SWT), **raja'** (tenang dan senang hati), **khauf** (rasa ketakutan), **taubat**.

Sehubungan dengan **tazkiyah**, perlu pula dihubungkan dengan masalah hati yang khusus menyangkut “Tentara Hati”. Ketahuilah bahwa Allah SWT. menempatkan tentara-tentara-Nya dalam hati atau ruh manusia atau di alam lainnya. Tentara-tentara itu tidak dapat diketahui hakikat dan jumlahnya kecuali oleh Allah SWT. sendiri.

Terkait dengan keterangan tentang tentara hati di atas, Imam al-Ghazali membaginya ke dalam dua bagian; yakni yang dapat dilihat dengan mata lahir (**al-abshar**), dan yang hanya dapat dilihat dengan mata hati (**al-bashar**). Kedudukan hati ini bagaikan seorang raja, dengan tentaranya yang tidak ubahnya seperti para pelayan dan pembantunya.

Tentara hati yang dapat dilihat dengan mata lahir adalah; tangan, kaki, telinga, mata dan lisan. Secara umum tentara hati ini dapat dibagi menjadi tiga golongan, yakni:

1. Daya pendorong yang selalu memotivasi untuk memperoleh sesuatu yang bermanfaat, seperti

¹³² *Tazkiyah an-Nafs*, h. 9-10.

syahwat, dan daya penolak terhadap yang tidak diinginkan dan mengandung bahaya, seperti perasaan marah.

2. Tentara hati berupa daya yang menggerakkan anggota tubuh manusia dalam upaya meraih yang dituju. Daya penggerak ini dapat disebut sebagai *al-qudrah* (kekuatan). Tentara seperti ini tersebar di seluruh anggota tubuh.
3. Tentara hati berupa kekuatan pengenalan (*kognitif*). Biasanya kekuatan seperti ini untuk mengenali semua yang ada, seperti halnya kerja para spinose. Tentara-tentara seperti; pendengaran, penglihatan, penciuman, perasa dan peraba, semuanya tersebar di seluruh bagian anggota tubuh lahiriah yang tersusun dari daging, lemak, syaraf, darah dan tulang. Bagian ketiga ini secara keseluruhan dinamakan tentara *al-mudrik* (pengenal). Kekuatan untuk mengenal segala sesuatu ini dapat dibagi menjadi dua: pertama menempati posisi lahiriah, dan ini dinamakan panca indra, yaitu pendengaran, penglihatan, penciuman, perasa dan peraba. Kedua; yaitu menempati posisi batin, yaitu yang terdapat pada rongga-rongga otak yang lima, daya persepsi umum (**al-his al-mustarak**), daya hayal, daya pikiran, daya ingatan dan daya hafalan.

Mengenai tentara hati tersebut di atas sangat terkait dengan masalah **tazkiyah an-nafs**, sebab untuk mengadakan penyucian batiniah terlebih dahulu harus mengenai hal-hal yang berhubungan dengan hati tersebut, sehingga memudahkan setiap orang untuk mencapai sasaran kebersihan hati.

Dinyatakan dalam sebuah hadist bahwa: **tidak masuk surge orang yang di dalam hatinya menyimpan**

kecongkakan seberat batu kecil” (HR.Muslim). dari hadis ini diketahui bahwa hati sakit karena penyakit **kibir** (kecongkakan/kesombongan). Dalam nash Alquran Allah SWT. berfirman: ¹³³

قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّهَا ﴿٦﴾ وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّهَا ﴿٧﴾

Terjemahnya; “Sesungguhnya beruntunglah orang yang menyucikan jiwa itu, dan sesungguhnya merugilah orang-orang yang mengotorinya”.

Tidak syak lagi bahwa salah satu kerja dan proses penyucian diri jiwa adalah hendaknya seseorang membersihkan dan menyucikan diri dari kesombongan dan kecongkakan. Bahwa salah satu terminologi penyucian jiwa adalah hendaknya manusia membersihkan dan menyucikan jiwanya dari syirik yang merupakan realitas terhina dan terendah serta kecongkakan.

Allah SWT. Berfirman ¹³⁴:

سَأَصْرِفُ عَنْ آيَاتِيَ الَّذِينَ يَتَكَبَّرُونَ فِي الْأَرْضِ بِغَيْرِ الْحَقِّ
وَإِنْ يَرَوْا كُلاًّ آيَةٍ لَا يُؤْمِنُوا بِهَا وَإِنْ يَرَوْا سَبِيلَ الرُّشْدِ لَا
يَتَّخِذُوهُ سَبِيلًا وَإِنْ يَرَوْا سَبِيلَ الغَىِّ يَتَّخِذُوهُ سَبِيلًا ۗ ذَٰلِكَ
بِأَنَّهُمْ كَذَّبُوا بِآيَاتِنَا وَكَانُوا عَنْهَا غَافِلِينَ ﴿٤٦﴾

Terjemahnya; “Aku akan memalingkan orang-orang yang menyombongkan dirinya di muka bumi

¹³³ QS: As-Syams [91] :9-10.

¹³⁴ QS: Al-A'raf [7] :146.

tanpa alasan yang benar dari tanda-tanda kekuasaan-Ku. Jika mereka melihat ayat-ayat-Ku, mereka tidak beriman kepadanya. Dan jika mereka melihat jalan yang membawa kepada petunjuk mereka tidak mau menempuhnya, tetapi jika mereka melihat jalan kesesatan, mereka terus menempuhnya. Yang demikian itu karena mereka selalu lalai kepadanya”.

Meskipun telah dipaparkan demikian, uraian di atas (cara **tazkiyah**) akan terurai secara menyeluruh pada seluruh rangkaian pembahasan buku ini (berupa penjabaran lanjutan), meskipun tidak terperinci lagi satu persatu, dan bahkan seluruh bahagian akan terkait secara otomatis.

4. Taqarub Kepada Allah SWT.

Selain hukum-hukum umum yang digunakan sebagai aspek zahir manusia terdapat pula aspek ruhani/batin atau orang-orang yang bersih jiwanya, yang kerap kali di sebut insan suci. Tujuan mereka ini ingin dekat dan bertanggung jawab dengan Allah SWT. maka jalan untuk mencapai tujuan itu ialah dengan ilmu dan hakikat.

Setiap orang hendaknya berusaha mencapai tempat yang dituju (**destinasi**) dalam hidupnya di bumi ini. Pada tingkat destinasi ini tidak ada perbedaan antara terjaga dan tertidur, karena dalam keadaan tidur pun ruh dapat keluar ke tempat asalnya, yaitu ke alam ruh dan akan kembali ke jasad dengan membawa berita. Inilah mimpi yang benar. Seperti peristiwa Isra' Mi'raj Nabi Muhammad Saw. Firman Allah SWT.¹³⁵

¹³⁵ QS: Az-Zumar [39] :42.

اللَّهُ يَتَوَقَّى الْأَنْفُسَ حِينَ مَوْتِهَا وَالَّتِي لَمْ تَمُتْ فِي مَنَامِهَا
فِي مَمْسِكِ الَّتِي قَضَىٰ عَلَيْهَا الْمَوْتَ وَيُرْسِلُ الْأُخْرَىٰ إِلَىٰ أَجَلٍ
مُّسَمًّى ۚ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٥٦﴾

Terjemahnya; “Allah SWT. memegang jiwa orang yang mati dan jiwa yang masih hidup (belum mati) diwaktu tidurnya, maka ditahannya ruh (jiwa) yang telah ditetapkan matinya dan ia melepaskan jiwa yang lain sampai waktu yang ditentukan. Sesungguhnya pada yang demikian itu terdapat tanda-tanda (kekuasaan) Allah bagi kaum yang berpikir”.

Insan adalah rahasia Allah SWT. dan Allah SWT. pula adalah insan bagi manusia. Ilmu hakikat adalah ilmu batin yakni rahasia dari rahasia-rahasia Allah SWT. dan disimpannya ilmu ke dalam hal hamba-hambanya yang saleh dan baik tidak ada seorang pun yang tahu keadaanya, kecuali Allah SWT.

Allah itu sebagaimana yang dikenali oleh para hamba-Allah SWT. akan bersamanya. Jika sang hamba menyebut nama Allah SWT. maka disitu ada Allah SWT. bersamanya. Pahamiilah.¹³⁶

Bagaimana caranya manusia ber-**taqarrub** (**mendekatkan diri**) kepada Allah SWT.

Cara yang paling baik mencapai martabat kedekatan *taqarrub* dengan Allah SWT, ialah dengan *tafakur* atau meditasi secara ahli sufi. Amalan ini jarang diamalkan oleh orang biasa karena mereka umumnya belum mengenal hakikat

¹³⁶ *Rahasia Sufi*, h. 21.

Allah SWT. sebagaimana yang dikenali oleh Allah SWT, padahal mengenali zat Allah SWT. wajib bagi semua orang yang mengaku beriman kepada Allah SWT.

Nabi pernah bersabda yang maksudnya; "**tafakur**" sesaat itu adalah lebih baik setahun ibadah. "Baginda Rasulullah juga berkata "**tafakur**" sesaat lebih baik dari pada tujuh puluh tahun ibadah ". ada tiga perkara tentang tafakur atau meditasi ini:

Pertama; barang siapa ber-**tafakur** tentang sesuatu hal dan menyelidiki sebabnya, ia akan mendapat setiap bagian dari hal itu mempunyai banyak bagiannya yang lain, dan setiap bagian itu menerbitkan banyak lagi hal-hal yang lain. Inilah **tafakur** yang nilainya setahun ibadah.

Kedua; barang siapa ber-**bertafakur** tentang ibadahnya dan mencari sebabnya dan mengenal sebab itu, maka **Tafakur**-Nya itu bernilai tujuh puluh tahun ibadah.

Ketiga; barang siapa yang bertafakur tentang mengenai Allah SWT, dengan adzam yang kuat untuk mengenalnya, maka tafakurnya itu bernilai seribu tahun ibadah. Inilah ilmu yang hakikat/hakiki.

Ilmu yang hakiki adalah suatu keadaan kesadaran atau perasaan tentang keesaan (**tauhid**) dimana terasa diri ini "berpadu" dan **taqarrub** dengan Allah SWT. Dari alam kebendaan terbang dengan sayap kerohanian ke alam yang tinggi, yaitu alam kesadaran rasa "berpadu" dengan yang Maha Esa. **Si Abid** (ahli ibadah) berjalan kaki ke surga, tetapi si "Arif (**Ahli ma'rifah**) terbang ke hadirat Allah SWT. Si Arif atau ahli **ma'rifah** adalah mereka yang sangat mencintai Allah SWT.

Orang yang cinta memiliki pandangan mata batin
(**bazirah**)

Orang yang tak cinta buta matanya tak menentu arah

Cinta itu sayap bukan daging dan darah
Boleh menerbangkannya ke alam Malaikat dan
berjumpa Allah SWT.

Penerbangan ini berlaku dalam alam batin atau dalam dunia seorang yang 'Arif yang peribadatnya dirasakan benar-benar dihadapkan kepada Allah SWT. lantaran itu mereka mendapat gelar orang yang benar atau ahli hakikat, atau kekasih Allah SWT. yang kerap dikenal dengan wali Allah SWT. karena itu Allah menjadi kekasih bagi mereka.

Seorang Wali Allah SWT. yang bernama Abu Yazid al-Bistami pernah berkata bahwa orang yang memiliki ma'rifat adalah kekasih Allah SWT. Begitu juga kata auliyah-auliyah yang lain.¹³⁷

5. Kekhususan *Qalbu*

Al-Qalbu menjadi tenang karena apabila keinginan rendahnya yang sering timbul karena mengikuti hawa nafsu, menjadi lawak, tunduk, merendah kepada Allah SWT. dengan demikian hilang darinya sikap bangga, sikap sombong, dan sikap menganggap diri besar. Manakala suasana *qalbu* sudah tercipta seperti itu, niscaya seluruh organ tubuh, gerakan, bahkan suasananya pun ikut *khusyu'*. Dalam Alquran Allah SWT. berfirman, yang menyipatkan suara-suara dengan *kekhusyuan*, yaitu “dan merendahkan segala suara kepada Tuhan yang Maha Rahman.”

¹³⁷ *Rahasia Sufi*, h. 22.

Kesimpulannya, **khusyu'** berarti berdirinya kalbu dihadapan **Rabb** dengan penuh kerendahan, kepatuhan, konsentrasi, ta'zim, pengaguman, pemuliaan, penghormatan, takut dan malu. Dengan demikian kalbu merasa kala dihadapan Allah SWT. dengan kekalahan yang berbaur dengan rasa takut, malu, cinta dan kesaksian akan nikmat Allah SWT. Akhirnya secara pasti kalbu menjadi **khusyu'** yang kemudian seluruh organ tubuh mengikutinya.

Orang yang kalbunya **khusyu'** kepada Allah SWT. adalah hamba yang api syahwatnya telah padam dan kabut asapnya telah menipis dari dalam dadanya, sehingga dadanya menjadi tenang. Maka bersinarlah cahaya keagungan yang mengakibatkan lumpuhnya keinginan-keinginan duniawi disebabkan oleh rasa takut dan segan. Setelah itu seluruh anggota tubuh terkendali.

Proses timbulnya kekhusyu'an itu terjadi dengan cara mengamati ketidaksempurnaan jiwa serta amal perbuatan, juga dengan cara melihat kepada setiap orang yang memiliki jasa kepada anda. Menanti tampaknya kekurangan atau cacat serta kekurangan tersebut. Biasanya cela tersebut terdiri dari sifat sombong., **ujub, riya'**, lemah kejujuran, minim keyakinan, niat yang bercabang, tidak bersih dari faktor yang membangkitkan hawa nafsu, tidak menempatkan perbuatan pada tempat yang membuat ridha Tuhan, dan aib-aib jiwa serta perusak amal lainnya.¹³⁸

Selanjutnya, kekhusyuan itu akan sempurna dengan jalan usahakan supaya anda menyembunyikan kondisi pribadi anda dari penglihatan orang lain, seperti keadaan **khusyu'**, keadaan tunduk dan lunaknya kalbu

¹³⁸ Menuju Kesucian hati, h. 261.

anda, agar anda tidak merasa bangga setelah orang mengetahui dan melihatnya sehingga menyebabkan rusaknya waktu anda, kalbu anda, dan keadaan anda bersama Allah SWT. Perhatikan, betapa banyak di antara penempuh jalan yang terperangkap dalam perangkap ini. Padahal orang yang terpelihara adalah orang yang dipelihara oleh Allah SWT. sehingga tidak ada sesuatu yang lebih bermanfaat bagi orang yang jujur selain merealisasikan didalam kemiskinan, kebersahajaan, dan kerendahan.

Hakekat ***khusyu'*** adalah ketenangan dan ketentraman hati serta badan ketika menghadapi suatu persoalan berat dan menakutkan serta mengejutkan.

BAB VI

PENYAKIT DAN KESEMPURNAAN JIWA

A. Was-was (*al-khatir*), Pengertian Dan Pembagiannya

Hidup di dunia bagaikan musim yang silih berganti ada musim bunga dan ada musim dingin, ada musim hujan dan ada musim kemarau semuanya terjadi silih berganti. Demikian pula jiwa manusia senantiasa mengalami perubahan akibat adanya pengaruh: pengaruh dari dalam dan dari luar. Ada yang penuh kedamaian, tenang dan bahagia, namun ada juga yang gelisah dan tidak tentu arah. Banyak yang tidak tahu mengapa ada kegelisahan dan tidak tenang, mereka merasakan jiwa yang hampa dan kosong, meskipun mereka memiliki segalanya. Begitulah keadaan jiwa yang selalu berubah akibat adanya' penyakit.

Firman Allah SWT¹³⁹ :

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لِفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

Terjemahnya;

"Demi masa, sesungguhnya manusia itu dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan beramal saleh serta saling berpesan supaya mentaati kebenaran dan saling nasehat menasehati, supaya menjalankan kesabaran.

¹³⁹ QS: Al-Asr [103] :1-3.

Mereka yang merugi adalah mereka yang memiliki jiwa yang kosong, selalu ditimpa keresahan dan kebimbangan. Mencari kebahagiaan hidup menurut kehendak hawa nafsu belaka, mereka mengikuti arus zaman yang semakin lari dari kebenaran. Kebenaran yang diagungkan bukanlah kebenaran menurut konsep Allah SWT., namun kebenaran menurut konsep pemikiran mereka saja, yang direkayasa sesuai dengan kehendak nafsu dan selera mereka sendiri, semua ini adalah penyakit jiwa.

Penyakit-penyakit kejiwaan hanya akan menimbulkan keresahan, kebimbangan, kesunyian, kekosongan hati, rendah diri, putus asa dan sebagainya. Ini umum terjadi pada mereka yang telah melakukan berbagai kesalahan dan dosa besar. Sehingga dengan sendirinya, hari demi hari keresahan itu bersarang dalam jiwa.

Penyakit jiwa dampaknya antara lain:

1. Merupakan sifat buruk yang merusak dalam batin manusia dan mengganggu kebahagiaan.
2. Merupakan sifat mental yang buruk, mendesak dan menghalangi pribadi untuk memperoleh keridhaan Allah SWT.
3. Merupakan sifat dan sikap di dalam jiwa yang tidak diridhai yang mendorong pribadi melakukan perbuatan buruk dan dilarang oleh agama.¹⁴⁰

Uraian tentang penyakit jiwa di atas dapat digariskan secara tegas bahwa pada dasarnya ada dua inti jenis penyakit yang sering berjangkit pada jiwa manusia

¹⁴⁰ *Penawar Jiwa dan Pikiran*, h. 1.

yaitu: penyakit **syahwat** dan penyakit **subhat**.¹⁴¹

Sesungguhnya kaum sufi telah jauh memasuki kedalaman dan dasar jiwa manusia untuk menyingkap rahasia-rahasia yang terdapat didalamnya, seperti was-was jiwa yang kerap disebut **al-khawatir**, menurut imam al-Ghazali **al-khawatir** (was-was) ini adalah sebuah pikiran yang datang tiba-tiba atau beliaupun menyebutnya sebagai lintasan pikiran.¹⁴²

Attustari mengatakan bahwa setiap pemikiran mengenai masa yang lalu, baik berupa suatu pikiran kebaikan maupun pikiran yang buruk, tetapi tidak memberatkan seseorang, maka tidak disebut sebagai was-was. Sesungguhnya segala sesuatu yang dilakukan tanpa Allah SWT. itulah was-was. Dan barang siapa yang menginginkan dunia tetapi tidak berhasil, itu termasuk was-was.

Menurutnya sumber daripada was-was adalah **nafsu amarah** yang selalu mengajak kepada keburukan. Maka dari itu, seharusnya di dalam segala urusanmu, makananmu dan minumanmu, pemberianmu dan permintaanmu serta hatimu harus selalu bersama dengan Allah SWT.¹⁴³

Adapun pembagian **al-khawatir** (was-was) yaitu terbagi menjadi empat macam yaitu:

1. **Al-khawatir**/khawatir yaitu yang diciptakan Allah SWT. dari dalam hati sejak pertama kali.
2. **Al-khaatir**/khawatir sebagai nafsu, yaitu kata hati yang sesuai dengan tabiat manusia.
3. **Al-khaatir**/khawatir sebagai was-was, yaitu kata

¹⁴¹ *Menjaga Kesucian Hati*, h. 27.

¹⁴² *Seni Menata Hati*, h. 23.

¹⁴³ *Ilmu Jiwa dalam Tasawuf*, h. 143.

hati yang timbul karena ajakan setan.

4. **Al-khaatir**/khawatir sebagai Ilham yang berasal dari Allah SWT. secara langsung.

Bagian pertama kadang-kadang bisikan kata hati bermaksud baik dan kadang-kadang bermaksud jahat. Adapun ilham pasti bertujuan baik, karena ia berasal dari Allah SWT. sebagai penasehat dan petunjuk.

Adapun was-was yang berasal dari setan bertujuan jahat, begitu juga kata hati yang timbul karena nafsu.¹⁴⁴

B. Menghilangkan Was-Was dan Menumbuhkan Ilham

Al-Faqih Muhammad bin Abdurrahman Mazru' bertanya tentang bisikan-bisikan dalam hatinya yang sangat mengganggu, Habib Abdullah Al-Haddad r.a. menjawab "ketahuilah, kamu tidak akan bisa menghilangkan bisikan-bisikan itu dengan sesuatu yang lebih manjur dari pada cara berikut: yaitu berpalinglah dan' bisikan-bisikan itu, berusaha untuk melupakannya dan perbanyaklah membaca doa."¹⁴⁵

Cara paling utama dalam memerangi setan dan menolak keburukannya, adalah dengan memohon perlindungan Allah SWT, lalu melakukan tiga hal;

Pertama; mengetahui kiat dan tipu daya setan.

Kedua; Memperkecil panggilannya dan melepaskan hati dari keterkaitannya/tidak memperdulikan ajakannya dan tidak membiarkan hati oleh ajakannya.

¹⁴⁴ *Tanya Jawab Sufistik*, h. 87.

¹⁴⁵ *Mihrab*, h. 131.

Ketiga; selalu mengingat Allah SWT. dengan hati dan lisan.

Kemudian ada tiga hal yang sangat penting diketahui oleh setiap orang yaitu:

1. Seseorang harus dapat mengetahui perbedaan kata hati yang baik dan kata hati yang menyeru kejahatan. Untuk itu engkau harus menimbang-nimbang agar menjadi jelas bagimu. Caranya adalah kembalikan perintah kata hatimu itu kepada hukum syariat, jika sesuai dengan hukum syariah berarti itu baik, dan boleh melakukannya. Jika kata hatimu menyalahi hukum-hukum syariah berarti ia menyeru kejahatan, maka janganlah mengikutinya dan ikutilah orang-orang yang shahih.
2. Jika engkau ingin membedakan antara kata hati yang berasal dari setan atau yang berasal dari hawa nafsumu dan yang berasal dari Allah SWT. Maka perhatikanlah tiga hal berikut:
 - a. Jika engkau mendapatkannya tetap dalam satu keadaan saja dan tidak berubah, maka ia berasal dari Allah SWT. Jika kata hatimu selalu berubah dan ragu, maka ia berasal dari setan.
 - b. Jika dalam kata hatimu timbul penyesalan setelah melaksanakan dosa, maka ia berasal dari Allah SWT. Jika tidak, maka dari nafsumu atau dari setan.
 - c. Jika kata hati yang membisikkan hatimu melemahkan zikirmu kepada Allah SWT. maka ia berasal dari setan, jika tidak maka ia berasal dari Allah SWT.
3. Jika engkau membedakan kebaikan yang terlintas dalam hatimu, maka perhatikanlah dua hal berikut:

- a. Seandainya ia tidak berubah-ubah, maka ketahuilah, ia datang dari Allah SWT. Jika engkau merasakannya selalu berubah-ubah, maka ia berasal dari Malaikat.
- b. Jika kebaikan yang terlintas itu timbul setelah engkau melakukan ***mujahadah*** dan ketaatan (***istiqamah***), maka ia berasal dari Allah SWT. Seandainya tidak maka ia dari Malaikat. Jika ia terjadi pada pokok-pokok keimanan atau perbuatan-perbuatan batin, maka ia dari Allah SWT.

Ada kalanya bisikan yang baik itu berasal dari setan, namun dengan tujuan agar manusia tertipu olehnya, untuk mengetahui itu berasal dari setan, maka lihatlah pada dirimu sendiri. Jika engkau melakukan apa yang dibisikkan dalam hatimu itu dengan tergesah-gesah, ceroboh dan kau juga tidak mengetahui apa akibat dari perbuatan tersebut, maka apa yang terlintas dalam hatimu itu berasal dari setan. Karena itu tinggalkanlah.¹⁴⁶

Ketiga dasar pokok inilah yang harus ketahui, karena dalam masalah ini, ketiganya merupakan rahasi-rahasia yang mulia.

Imam Al-Ghazali mengistilahkan hati seperti cermin walaupun hati ini lebih sensitif dari pada cermin. Cermin, apapun yang melintas di hadapannya, pasti akan menimbulkan bayangan (kesan) dalam cermin itu. Diperkuat dengan firman Allah SWT.¹⁴⁷

¹⁴⁶ *Jalan Menuju Tuhan*, h. 90-91.

¹⁴⁷ QS: An-Nur [24] :35.

ج
مَثَلُ نُورِهِ كَمَشْكُورٍ فِيهَا مَصْبَاحٌ مَصْبَاحٌ فِي زُجَاجَةٍ ص
الزُّجَاجَةُ كَأَنَّهَا كَوْكَبٌ دُرِّيٌّ ﴿٢٥﴾

Terjemahnya; "Perumpamaan cahaya Allah SWT adalah seperti sebuah lubang yang tak tembus, yang di dalamnya ada pelita besar. Pelita itu di dalam kaca, yang kaca itu seakan-akan bintang (Yang bercahaya) seperti mutiara."

Apabila gambar itu atau benda yang semula berada di hadapannya pergi, maka gambar bayangan tadi tidak ada lagi di hadapannya atau pergi, maka gambar bayangan tadi tidak ada lagi demikian pula hati, apa bila ada obyek yang melintas dihadapannya lantaran aktivitas panca indra manusia ia akan memberikan kesan di dalamnya sekalipun obyek tersebut telah pergi karena itu, kenapa Islam melarang kita melakukan aktivitas yang dapat meninggalkan kesan negatif dalam hati. Artinya panca indra yang merupakan bala tentara hati eksternal penimbul kesan-kesan dalam hati tidak dianjurkan melakukan hal-hal yang dapat meninggalkan kesan negatif pada hati. Melainkan kita dianjurkan membaca Alquran atau mendengarkan orang-orang membaca Alquran, memperbanyak berdoa dan senantiasa selalu penuh dengan zikir.

Hati itu adalah sesuatu yang sangat sensitif, menampung segala kesan dari apa yang dilakukan oleh bala tentara dari luar (**eksternal**). Demikian juga bala tentara internal hati seperti marah, intelek, syahwat dan lain-lain. Seandainya daya (**internal**) internal ini melakukan aktivitas, maka akan menimbulkan kesan negatif, oleh karena itu dalam Islam kita tidak diperbolehkan hasut, tidak diperbolehkan iri hati dan sebagainya.

Karena itu akan mencelakakan manusia.

Untuk dapat membasmi was-was yang kemudian akhinya dapat menumbuhkan ilham, harus mengetahui penyebab rasa was-was tersebut diantaranya:

Pertama ; Tamak dan Dengki, sifat ini menjadikan manusia berpikir jelek. Was-was akan tumbuh subur bila dalam hati manusia ada sifat tamak dan dengki ini.

Kedua ; Marah dan syahwat, marah sangat diperlukan hanya ketika kita ingin mengusir musuh atau untuk mencegah perbuatan mungkar. Tetapi kalau marah tidak pada tempatnya, sehingga hilang kesadarannya maka itu akan mendatangkan was-was itu. Syahwat yang tidak disalurkan dengan semestinya, juga akan menyebabkan timbulnya was-was.

Ketiga; Berhias dan Cinta dunia. Berhias dalam arti disini yaitu berlebih-lebihan dalam berdandan dan diperuntukkan untuk memamerkan diri untuk kepada orang lain. Ini menjadi penyebab timbulnya was-was.

Keempat ; Perut Kenyang. Orang dalam keadaan kenyang syahwatnya akan naik. Kenyang dan banyak tidur adalah penghambat datangnya ilham, penyubur was-was dan memperlambat datangnya ilmu dari Allah SWT. Itulah diantara media-media yang mendatangkan was-was yang dapat menghalangi manusia melakukan amal kebaikan untuk mensucikan hati manusia.

Untuk menumbuhkan ilham, tentu harus melakukan usaha penentangan terhadap sifat-sifat **muhlikat** (tercela) tersebut di atas kemudian mengisi dengan lawan dari sifat itu.¹⁴⁸

¹⁴⁸ *Seni Menata Hati*, h. 30-35.

Sebagaimana hadis Rasulullah Saw.¹⁴⁹

عَنْ عَامِرٍ قَالَ: سَمِعْتُ النَّعْمَانَ بْنَ بَشِيرٍ يَقُولُ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: إِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْغَةً إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ (رواه البخارى)

Artinya; “Di dalam tubuh manusia terdapat segumpal daging, apa bila daging tersebut baik maka, baiklah seluruh tubuh manusia itu, akan tetapi bila daging tersebut rusak/jahat maka, seluruh tubuh menjadi rusak pula. Daging itu tiada lain adalah hati.

C. Pintu-pintu Andalan Setan

Apabila kondisi dalam keadaan baik, yakni dalam keadaan senang dan baik ada rasa takut didalamnya, membuat diri tergesah-gesah dan tidak pernah memikirkan hasil akhir dari perbuatanmu itu, ketahuilah bahwa goresan itu sekalipun baik, tetapi itu merupakan goresan setan yang harus dijauhi.

Alquran menyebutkan bahwa sesungguhnya was-was hanya bagi orang yang lemah hubungannya dengan Allah SWT. dapat dilihat firman-Nya yang maknanya kurang lebih sebagai berikut: ***"Barang siapa yang berpaling dari pengajaran Tuhan yang Maha Pemurah, Kami adakan baginya setan (yang menyesatkan), maka setan itulah yang menjadi teman yang selalu menyesatkan"***;

¹⁴⁹ Ahmad bin Ali Ibn Hajar al-Asqalani, Fath al-Barry Syarah, *Shahih Bukhari*, JuzI. Dar al-Ma'rifah, Bairut Libanon. T.th, h. 125.

Ayat di atas mengandung makna bahwa orang yang tidak memperkuat hubungannya dengan Allah SWT., tidak mengerjakan shalat pada awal waktunya dan dia lalai dari' mengingat Allah SWT. maka setan senantiasa menyertainya, dan akan meniupkan bisikan-bisikan kepadanya dan memasukkai kesesatan di dalam hatinya.¹⁵⁰

Tetapi jika anda mengalami kondisi yang sebaliknya maka goresan hatimu (**was-was**) itu berasal dari Allah SWT. atau kadang dari malaikat. Pada umumnya orang terlena dengan kegembiraan lalu membuat dirinya lebih giat melakukan perbuatan, sekalipun ia tidak mengerti apa yang dilakukannya. Dan ia pun lebih giat pula menyebutkan pahala apa yang telah dilakukan.

Sifat berhati-hati (**al-ta'anni**) adalah perilaku terpuji, kecuali dalam beberapa persoalan saja. Sedangkan sifat takut (**al-khauf**) keberadannya bisa menjadi penyempurna pekerjaan seseorang, sehingga mudah diterima Allah SWT.

Langkah untuk mengetahui keburukan diakhir perbuatan adalah upaya baik, dan itupun langkah untuk mengetahui petunjuk. Begitu pula langkah untuk mengetahui pahala diakhir sebuah pekerjaan adalah suatu upaya yang baik, karena menimbulkan pahala.¹⁵¹

Jadi, malaikat dengan ilham, syaitan dengan was-was selalu berpengaruh pada diri manusia, disini lah peranan manusia dalam mengendalikan dirinya bila hal itu ternyata dari syaitan atau was-was. Dan bahkan datang dari malaikat sekalipun, itu harus diketahui.

¹⁵⁰ Husain Mazhari, h. 102.

¹⁵¹ *Ibid*, h. 134-135.

Syaitan itu selalu membawa mailusia menjadi was-was atau ragu. Firman Allah SWT.¹⁵²

مِن شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ ﴿٤﴾ الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ
النَّاسِ ﴿٥﴾ مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ ﴿٦﴾

Terjemahnya; “Dari kejahatan (bisikan syaitan) yang biasa bersembunyi, yang membisikkan kejahatan ke dalam dada manusia, dari golongan jin dan manusia.”

Adapun tempat-tempat masuknya syaitan dan pintu-pintunya ialah sifat-sifat hamba. Jumlahnya sangat banyak, namun yang disebutkan disini hanyalah sebagian saja, yang termasuk pintu yang besar yaitu:

1. Marah dan nafsu syahwat. Marah adalah biasanya pada akal, apabila tentara akal melemah, maka tentara setan menyerang.
2. Kenyang dari makanan. Meskipun makanan itu halal dan bersih karena kenyang itu menguatkan nafsu.
3. Mencintai perhiasan dan perabot rumah, serta kain mewah dan rumah mewah.
4. Sifat loba pada manusia. Sifat loba artinya orang itu senang melakukan pendekatan kepada seseorang dengan berbagai macam cara (menyenangkannya) dengan mengharapkan sesuatu padanya, dengan melalui bermacam-macam sikap yang penuh riya' dan kepalsuan.

¹⁵² QS: An-Nas [114] :4-6.

5. Terburu-buru dan meninggalkan ketetapan tentang semua urusan. Firman Allah SWT. "Terburu-buru itu dari setan dan pelan-pelan itu dari Allah SWT. Kemudian firman Allah SWT, "Manusia itu diciptakan bersifat tergesah-gesah". "Dan manusia itu tergesah-gesah".
6. Dirham, dinar (uang) dan tanah ladang, sesungguhnya yang melebihi dari sekedar makanan penting dan diperlukat, adalah tempat ketetapan setan.
7. Fanatik mazhab (menganggap kelompoknya yang benar), hawa nafsu dengki kepada musuh, memandang kepada musuh dengan pandangan rendah dan hina.
8. Kikir dan takut miskin, demikian la enggan bersadakah dan membelanjakan harta.
9. Mengajari seseorang ilmu yang tidak bisa dimengerti, kemudian diyakininya.
10. Buruk sangka kepada kaum muslim. Allah SWT.¹⁵³

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا اجْتَنِبُوْا كَثِيْرًا مِّنَ الظَّنِّ اِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ
اِثْمٌ

Terjemahnya; "Hai orang-orang yang beriman jauhilah kebanyakan buruk sangka (kecurigaan), karena sebagian dari buruk sangka itu dosa".

Seorang laki-laki bertanya kepada al-Hasan r.a, "Abu Sa'ad, apakah setan tidur?."

Al-Hasan r.a. menjawab, "Sesungguhnya setan

¹⁵³ QS: Al-Hujurat [49] :12.

tidur, tentu kita dapat beristirahat. Ketahuilah, seorang Mukmin tidak akan terlepas dari gangguan setan,”

Rasulullah Saw. bersabda, “Sesungguhnya seorang mulanin dapat menundukkan setan seperti salah seorang dari kalian dapat mengendalikan untanya dalam suatu perjalanan.”

Ibn Sa'ad r.a. berkata bahwa setan yang menyertai seorang mukmin, badannya kurus kening.

Qays ibn al-Hajjaj r.a. berkata, “Setan berkata kepadaku, “Ketahuilah aku ke mulutmu, aku berupa seekor domba gemuk. Namun, sekarang aku menjadi seekor burung yang kurus. “Aku bertanya, “Mengapa sampai demikian?. Setan menjawab, “zikirmu kepada Allah SWT. telah mengecilkan tubuhku.”

Orang-orang yang bertakwa sangat menjaga pintu masuk setan ke dalam diri mereka. Mereka bersikap hati-hati menjaga pintu lahir tempat masuknya setan, yaitu pintu maksiat. Sesungguhnya jalan-jalan tempat setan masuk ke dalam hal sangat banyak, sedangkan jalan tempat masuknya malaikat hanya satu. Pintu yang hanya satu itu pun kadang-kadang dihalang-halangi oleh pintu setan yang begitu banyak, kecuali jika dijaga oleh hal yang telah dicerahkan dengan cahaya ketakwaan dan ilmu yang diperoleh dari Kitabullah dan Sunnah Rasul-Nya.

Diceritakan, His laknatullah mendatangi Nabi Isa a.s. dalam bentuk manusia. Lalu berkata, "Wahai Isa', ucapkanlah bahwa tiada Tuhan selain Allah SWT, “

Nabi Isa a.s. berkata, “Kalimat itu memang benar, Namun, aku tidak akan mengucapkannya melalui perantaraanmu.”

Nabi Isa a.s. berkata demikian karena la tahu

bahwa dengan kalimat itu setan telah mencampuradukkan antara kebenaran dan kebatilan; dengan kalimat itu setan menggelincirkan para ahli ibadah, ahli zuhud, orang-orang kaya, dan semua manusia lainnya kecuali orang yang dijaga Allah SWT. Mudah-mudahan Allah SWT. melindungi kita dari tipu daya setan sampai kita berjumpa dengan Allah SWT.¹⁵⁴

D. Cara Memerangi Setan Dan Tipu Dayanya

Hendaklah orang berakal mengekang hawa nafsunya dengan lapar, sebab lapar dapat menundukkan musuh Allah SWT. Nabi Saw bersabda, **“setan merasuk pada anak Adam melalui aliran darah. Oleh karena itu persempitlah aliran-aliran darah itu dengan lapar dan dahaga”**:

Manusia yang paling dekat kepada Allah SWT. pada hari kiamat adalah orang yang banyak lapar dan dahaga. Sesuatu yang paling dasyat membinasakan anak Adam adalah syahwat perut. Dengan syahwat perut ini Adam dan Hawa dikeluarkan dari kampung keabadian ke kampung kehinaan dan kesusahan. Mereka dilarang memakan buah pohon itu. Akan tetapi syahwat mengalahkan mereka hingga mereka memakannya. Oleh karena itu, tampaklah kepada mereka akibat buruknya. Perut adalah sumber syahwat.

Seorang bijak berkata, “Barang siapa dikuasai oleh nafsunya, ia menjadi tawanan di dalam mencintai nafsu syahwat dan terpenjara di dalam penjara hawa nafsu. Kalbunya tercegah dan memperoleh hikmah. Barang siapa menyirami anggota tubuhnya

¹⁵⁴ Imam al-Ghazali, *Menyingkap Hati Menghampiri Ilahi*, Ziarah Ruhani, h. 106-107.

dengan syahwat, ia telah menanam pohon penyesalan dalam kalbunya”.

Allah SWT. menciptakan makhluk dalam tiga kelompok, yaitu (1) malaikat yang dibekali akal dan tidak dibekali syahwat, (2) binatang yang dibekali syahwat tetapi tidak dibekali akal, (3) manusia yang dibekali syahwat dan akal. Barang siapa yang syahwatnya menguasai akalnya, binatang lebih baik ketimbang dirinya. Sebaliknya, barang siapa yang akalnya menguasai syahwatnya, ia lebih baik daripada malaikat.¹⁵⁵

Seorang ahli *ma`rifat* berkata “jihad itu ada tiga bagian, yaitu :

1. Jihad melawan orang-orang kafir, inilah jihad .yang tanpak, seperti difirmankan Allah SWT.¹⁵⁶ **“mereka berjihad di jalan Allah”**.
2. Jihad melawan ahli kebatilan dengan ilmu dan argumentasi, seperti difirmankan.¹⁵⁷

وَجَدِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ ۗ

Terjemahnya; “Bantahlah mereka dengan cara yang baik”.

3. Jihad yang selalu memerintahkan kejahatan, seperti difirmankan Allah SWT.¹⁵⁸

¹⁵⁵ Imam al-Ghazali, *Mukasyafah al-Qulub; al-Muqarrib ila Hadharah ‘Allam al Ghuyub fi’ilm al-Tashafut*, terjemahnya Menyingkap Hati Menghampiri Ilahi, cet I. 1999, h. 110.

¹⁵⁶ QS: Al-Maidah [5] :54.

¹⁵⁷ QS: An-Nahl [16] :125.

¹⁵⁸ QS: Al-Ankabut [29] :69.

وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا

Terjemahnya' "Orang-orang yang berjihad mencari ke-ridha-an", kami benar-benar akan tunjukkan kepada mereka jalan-jalan Kami.

Nabi Saw. bersabda, "**Jihad yang paling utama adalah jihad melawan hawa nafsu.**"

Apa bila para sahabat r.a. kembali dari jihad melawan orang-orang kafir, mereka mengatakan "kita kembali dari jihad kecil menuju jihad besar."

Semata-mata mereka menyebut jihad melawan nafsu itu sebagai jihad paling besar karena jihad itu bersifat kekal. Sedangkan jihad melawan orang-orang kafir hanya pada waktu-waktu tertentu saja. Sebab prajurit tersebut melihat musuh, tetapi ia tidak dapat melihat setan. Berjihad melawan musuh yang terlihat lebih mudah dari pada berjihad melawan musuh yang tidak nampak. Selain itu setan memiliki penolong dari dalam diri anda yaitu hawa nafsu anda sendiri. Sementara orang kafir tidak memiliki penolong dalam diri anda, oleh karena itu, setan adalah musuh yang paling besar, jika anda membunuh orang kafir anda, memperoleh kemenangan dan harta rampasan perang. Jika anda terbunuh orang kafir anda memperoleh kesyahidan dan surga. Sebaliknya anda tidak dapat membunuh setan akan tetapi, jika setan membunuh anda, anda jatuh kedalam siksaan **ar-Rahman**; "sebagaimana orang mengatakan "orang yang kudanya kabur meninggalkannya dalam peperangan, ia jatuh ketangan orang-orang kafir. Sementara orang yang keimanannya lari dari dirinya ia jatuh kedalam murkah zat yang Mahaperkasa."

Kita berlindung kepada Allah SWT. dari hal demikian, barang siapa yang jatuh ketangan orang-orang kafir, tidak diikat tangannya ke lehernya, tidak diikat kakinya, tidak lapar perutnya dan tidak telanjang badannya. Akan tetapi orang yang jatuh ketangan orang murkah zat yang Maha Perkasa, wajahnya menjadi hitam, tangannya diikat ke lehernya dengan rantai dan kakinya diikat dengan tali dari api, makanan, minuman, dan pakaiannya dari api.¹⁵⁹

Ketika nafsu yang redah (nafs) musuh di dalam hati dan jiwa, kepatuhan kepada perintah Allah SWT. akan menggantikan tempatnya. Ketika itupula sang hamba akan menjadi buta terhadap semua **ghairullah**, dan hanya mampu melihat **wujudullah**, yakni adanya Allah SWT. dan KekalNya Allah SWT., begitu pula apabila dunia hilang dari musuh di dalam hati dan perasaan, tempatnya akan digantikan oleh ingatan dan pandangan tentang akhirat. Seorang hamba akan memalingkan diri dari semua yang dinamakan dunia dan keindahannya dan akan mengharapkan akhirat dan keindahannya. Inilah martabat “para sufi”. Wali Allah SWT. dan orang-orang yang dikasihi Allah SWT. dalam martabatnya atau derajatnya yang tertinggi.

Dalam keadaan tersebut, sang hamba masih dapat meningkat ke tempat yang lebih tinggi lagi, yaitu puncak tingkat, tingkat dari segala tingkat. Ini berarti bila ingatan dan pandangannya tentang akhirat kelak musnah, karena ia telah mengenali salah satu keadaan yang tiada ternilai harganya dibandingkan dengan yang lain. Maka tempatnya itu akan digantikan dengan “**taqarrub**

¹⁵⁹ Imam al-Ghazali, *Menyingkap*, h.111-112.

“(pendekatan) atau kedekatan dengan Allah SWT. dan berada di sisinya. Dalam keadaan semacam itu, sang hamba akan merasa aman, damai dan sentosa.¹⁶⁰

¹⁶⁰ *Rahasia Sufi*, h.95.

BAB VII

KESUNGGUHAN HATI TERHADAP ALLAH MELAWAN HAWA NAFSU (MUJAHADATHUN NAFS)

A. Pengertian dan Cara *Bermujahadah*

Wahai kekasihku, pejamkanlah mata dan perhatikan apa yang kamu lihat, Jika kamu mengatakan, “Aku tidak melihat apa-apa,” maka kamu salah, sebenarnya kamu melihat, akan tetapi ada hijab yang sangat dekat denganmu, sampai-sampai kamu tidak bisa melihatnya. Jikalau kamu ingin menemukan dan melihatnya walau dengan mata terpejam maka jauhkan sifat wujud jasadmu dari dirimu dengan jalan *mujahadah*.¹⁶¹

Mujahadah adalah berjuang melawan hawa nafsu (jiwa) dan mengendalikannya adalah dengan jalan memotong apa yang menjadi kebiasaannya serta mengarahkan jiwa untuk selalu menentang hawa nafsunya setiap waktu.¹⁶²

An-Nafs adalah pengeras utama terhadap jiwa dan hati. Jika kita terlalu mengikuti kehendaknya, akhirnya kita akan binasa, karena sekali saja nafsu dapat mengalahkan kita, maka ia akan terus meminta setiap waktu sehingga kita tidak berdaya lagi.

An-Nafs kelamin atau seksualitas pada diri manusia terbuka dan berkembang sedikit demi

¹⁶¹ Al-Ghazali, *Jalan Menuju Tuhan*, h. 13.

¹⁶² *Al-Qusyairiyah*, h. 90-91.

sedikit, dan hal itu merupakan hal yang biasa (**natural**). Menurut sebagian kalangan, seksualitas merupakan realitas suatu penyakit, bahkan mereka berpikir tentang cara menumbuhkan dan mematikannya. Ini jelas merupakan kesalahan dalam memahami suatu objek persoalan. Dalam Islam, anda dituntut untuk menikah sebagian manifestasi dari hikmah adanya seksualitas. Anda juga wajib menguasai dan mengatur seksualitas setelah perkawinan sesuai dengan aturan yang normal. Sebelum menikah, anda wajib mengekang nafsu kelamin ini dengan berbagai cara **preventif dan kuratif**. Hal itu bisa dilakukan dengan berpuasa, memilih makanan-makanan tertentu, menggelamkan diri dalam banyak kegiatan dan zikir, serta aneka macam bentuk olah raga. Pada tahapan yang demikian ini unsur 'manusianya' begitu penting.

Jika **nafsu syahwat** menuntut dan mendorong untuk melakukan zina (seks di luar nikah) atau homoseks, lesbian, atau apa saja yang dilarang oleh ajaran agama Islam, maka orang tersebut harus memotong jalan ke sana atau menghambatnya melalui jalan yang telah ditentukan di atas. Dan andai kata pada situasi yang demikian, hati menuruti hawa nafsu-atau memenuhi kebutuhan jasad maka sesungguhnya hati itu berada dalam kondisi yang sakit, sebab nafsu syahwat dapat menyalahkannya. Allah SWT, berfirman ¹⁶³

وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا

¹⁶³ QS: Al-Ankabut [29] :69.

Terjemahnya; “Dan orang-orang yang berjihad untuk (mencari keridhaan) kami, benar-benar akan kami tunjukkan kepada mereka jalan-jalan kami.”

Kita tahu dan ayat ini bahwa jalan yang dapat mengantarkan kepada Allah SWT. dari **ridhah**-nya adalah pengaruh dan dampak positif dari **mujahadah** (perjuangan rohani). **Mujahadah** merupakan usaha manusia, sedangkan **hidayah** merupakan pemberian dan karunia Allah SWT. kepada manusia. Manusia dan **hidayah** tidak bisa utuh dan sempurna tanpa taufik dan pertolongan Allah SWT. Itulah sebabnya Allah SWT, mengajarkan kita shalat untuk memohon: “**hanya Engkaulah yang kami sembah dan hanya kepada Engkaulah kami memohon pertolongan.**

Mujahadah adalah sarana dari hidayah rohani kepada Allah SWT. dan ridhah-Nya, sedangkan hidayah merupakan permulaan dari takwa. Mengenai hal ini Allah SWT. Berfirman¹⁶⁴

وَالَّذِينَ أَهْتَدُوا زَادَهُمْ هُدًى وَءَاتَاهُمْ تَقْوَاهُمْ ﴿١٧﴾

Terjemahnya; “Dan orang-orang yang mendapat petunjuk, Allah SWT. menambahkan petunjuk bagi mereka dan memberikan kepada mereka balasan ketakwaan “

Mujahadah diawali dengan iman kepada Allah SWT. berikut ke Esaan-Nya, dan bahwa Muhammad benar-benar Rasul utusan-Nya. Seorang Muslim yang tumbuh di tengah-tengah lingkungan Islam kadang-kadang tidak sadar bahwa hal ini termasuk

¹⁶⁴ QS: Muhammad [47] :17.

dalam lingkungan **mujahadah**. Ini kesalahan besar. Oleh sebab itu, maka satu hal yang paling membutuhkan **mujahadah** adalah keluar dari kekufuran menuju iman atau menampakkan keimanannya di tengah-tengah lingkungan kafir.

Dalam hal ini Allah SWT. Berfirman ¹⁶⁵.

وَمَنْ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُ ۗ

Terjemahnya;

"Barang siapa yang beriman kepada Allah SWT, niscaya Dia akan memberi petunjuk kepada hatinya"

Tahap kedua dari **mujahadah** adalah menegakkan dan melaksanakan kewajiban-kewajiban atau tuntunan-tuntunan waktu (**furud/rul waktu**), misalnya shalat bila telah tiba waktunya, puasa bila telah tiba bulan **ramadhan**, menunaikan zakat bila telah **haul** (batas waktu) dan cukup **nisab-nya** (batas pemilikan harta), menunaikan haji jika mampu dan telah waktunya tiba, atau melangsungkan pernikahan jika dorongan-dorongan seksualitasnya begitu tinggi, karena hal itu tidak menyulitkan baginya. Disamping itu, bermasyarakat sesuai ajaran-ajaran Islam, misalnya dalam berbisnis, dalam memberi upah, melakukan silaturahmi, berbakti kepada orang tua dan sebagainya.

Unsur ketiga **mujahadah** adalah program ruhaniah yang harus dilakukan secara teratur dan terencana oleh seseorang. Seperti ibadah-ibadah sunnah, shalat, zakat, puasa, l'tikaf, haji, doa, zikir, membaca Alquran, termasuk dalam hal ini adalah apa yang kita telah singgung yaitu latihan-latihan rohani dan wiridan-

¹⁶⁵ QS: t-Taghabun [64] :11.

wiridan harian. Inilah aspek ketiga dalam **mujahadah**.

Unsur keempat adalah apa yang dinamakan rukun-rukun **mujahadah**. Para pembahas **mujahadah** menyebutkan ada empat rukun: mengasingkan diri (**al-uzlah**), berdiam diri (**ashshumtu**), lapar (**al ju'**) dan menjaga malam (**as-sahru**) untuk shalat tengah malam.

Dan uraian di atas barang kali juga dapat kita pahami mengapa empat perkara tersebut dinyatakan sebagai rukun-rukun **nrujuhaduh**. Dan jika seorang muslim mampu mengatur dan mengendalikan pembicaraan, makan, tidur, pergaulannya, sangat memungkinkan baginya untuk mengatur dan mengendalikan selain ke empat hal itu. Setiap orang selayaknya berlatih dan mengendalikan pembicaraan, makan, tidur, dan pergaulannya agar setelah itu ia mampu menjalankan hidupnya secara terkendali sesuai dengan batasan terendah atau bahkan batasan tertinggi dari keempat perkara tersebut. Itulah sebenarnya kondisi dan susunan yang wajar bagi kehidupan seseorang Muslim.¹⁶⁶

Dengan demikian kita tahu peran dan kedudukan seorang Muslim di hadapan tuntutan-tuntutan hawa nafsu, dimana maksud hawa nafsu disini adalah tuntutan jasmani. Sementara bila dia dapat mengetahui makna dari penyakit jiwa, maka maksud *an-nafs* di sini adalah hati, serta tahu mengapa sebagian ulama menggunakan istilah *an-nafs* untuk hati, dan mengapa kadangkala mereka membedakan antara pengertian *an-nafs* dan hati.

Membunuh semua dorongan atau kebutuhan hawa nafsu dalam bentuk apa pun yang dilakukan oleh

¹⁶⁶ Sa'ad Hawwa, *Jalan Ruhani*. H.167.

sebagian orang merupakan suatu kesalahan; sebab dalam sebuah hadis. disebutkan: Kamu memiliki kewajiban untuk memenuhi hak dirimu (nafsumu) (HR Bukhari). Sementara seseorang memenuhi dan memberikan semua yang disukai oleh hawa nafsunya, ini juga tindakan yang salah Allah SWT. berfirman¹⁶⁷:

وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ ۗ فَإِنَّ
الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ ﴿٤١﴾

Terjemahnya;

“Dan adapun orang-orang yang takut kepada kebesaran Tuhannya dan menahan diri dari keinginan-keinginan hawa nafsunya, maka sesungguhnya surgalah tempat tinggalnya”.

Terlalu larut dalam pengaruh nafsu dan kebendaan dapat mengeraskan hati, melemahkan akal pikiran, menambah banyak tidur dan lalai, menimbulkan **tabia'at** tamak dan serakah, serta menarik manusia kepada angan-angan yang kosong. Tabiat-tabiat ini ibarat penyakit yang kronik, yang apa bila menimpa jiwa, alamat celaka akan menimpa diri kita, baik di dunia maupun di akhirat. Dalam hal ini **mujahadah** sangat berperan untuk menentukan keberhasilan dunia dan akhirat seseorang.

Mujahadah berarti mencurahkan tenaga untuk menolak atau membunuh **al-aqhyar** yang berupa jasad, nafsu dan setan. Untuk mencurahkan tenaga tersebut manusia harus melalui jalan jalan tertentu:

Pertama : Sedikit makan dengan bertahap, karena terlalu banyak makan memperkuat hawa nafsu setan. Dan,

¹⁶⁷ QS: An-Nazi'at [79] :40-41.

dengan mengurangi makan bisa menekan kekuatan hawa nafsu tersebut.

Kedua: Tidak memilih atau pandang bulu. Hendaknya segala permasalahan dimintakan petunjuk kepada guru yang diyakininya.

Ketiga: ialah yang dijalani al-Junaidi yaitu; suci, puasa, diam, khalwat, selalu berzikir seraya mengucapkan **La ilaha Illallah** hormat dan cinta kepada guru, tidak pernah merasa ragu-ragu, tidak mengeluh kepada Allah SWT. ketika dalam keadaan susah dan bersyukur dalam keadaan senang serta tidak minta surga dan tidak takut neraka.¹⁶⁸

Dzun Nuun al-Mishry mengatakan, kerusakan memasuki diri manusia dikarenakan enam hal; 1) mereka memiliki niat yang pernah lalai dalam melakukan amal untuk akhirat, 2) Tubuh mereka diperbudak oleh nafsu, 3) Mereka tidak henti-hentinya mengharapakan perolehan duniawi, bahkan menjelang ajal, 4) Mereka lebih suka menyenangkan makhluk, mengalahkan **ridha** sang pencipta, 5) Mereka perturutkan hawa nafsunya, dan tidak menaruh perhatian yang cukup kepada Sunnah Nabi Saw., 6) Mereka membela diri dengan menyebutkan beberapa kesalahan orang lain, dan mengubur prestasi pendahulunya.¹⁶⁹

Al-Hujuwairi menegaskan betapa pentingnya **mujahadah** jiwa sebab **mujahadah** jiwa memiliki pengaruh yang sangat besar di dalam mengenal **al-Haq** serta lebih mengutamakan permohonan dalam kehidupan dunia, bila dibandingkan permohonan kehidupan akhirat karena akhirat menurutnya

¹⁶⁸ Al-Ghazali, *Jalan Menuju Tuhan*, h. 13-14.

¹⁶⁹ *Al-Qusyairiyah*, h. 91.

merupakan hasil daripada kehidupan di dunia, engkau akan memperoleh kedekatan dengan Allah SWT. melalui pengabdian. Oleh karena itu jadilah engkau seorang ahli **mujahadah** sebagai penyebab sampainya kepada **al-Haq**, dan kesaksian **al-Haq** itu merupakan warisan dari **mujahadah** (perjuangan melawan hawa nafsu).¹⁷⁰

B. Peran Akhlak Mulia

Kesatria ruhani menyempurnakan kebaikan moral (nurani) sambil mengubah penghindaran bahaya/sakit menjadi keberanian. Kebaikan moral berarti “melayani sesama dan tidak menyombongkan diri dalam melakukan perannya dalam segala hal, dan mengikutinya” jadilah kamu orang yang benar-benar penegak keadilan, Allah SWT. Berfirman.¹⁷¹

خُذِ الْعَفْوَ وَأْمُرْ بِالْعُرْفِ وَأَعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ ﴿١٥٩﴾

Terjemahnya; “Jadilah pemaaf, dan surulah (manusia) berbuat baik dan berpaling dari orang-orang yang bodoh “.

Al-Ghazali melihat ada **empat daya** dalam hati manusia itu, ketika kita berbicara tentang **khuluq**, maka kita membicarakan tentang hati atau **qalb**. Orang apa saja yang dimiliki **oleh qalb** itu?. Daya apa saja yang dominan dalam menentukan baik buruknya **qalb**? Daya inilah nantinya menentukan seseorang mempunyai akhlak yang baik (**khuluq al-hasanah**) atau akhlak yang jelek (**khuluq al-sayyiat**). Daya-daya itu adalah **intelek, ghadab, syahwat**

¹⁷⁰ Ilmu Jiwa Tasawuf h. 255.

¹⁷¹ QS: Al-A'raf [7] :199.

dan daya **penyeimbang**.¹⁷² Inilah pilar-pilar yang akan menentukan kesempurnaan perilaku seseorang.¹⁷³

Akhlaq yang baik (**akhlaq al-Karimah**) harus diupayakan dengan sungguh-sungguh. Harus ada kemauan untuk mewujudkan kesempurnaan akhlaq itu, seandainya usaha kita minimal, maka hasilnya pun akan minimal.

Akhlaq yang buruk itu adalah penyakit, sama seperti penyakit tubuh manusia. Tetapi akhlaq yang buruk adalah penyakit ruhani manusia. Karena itu manusia harus mencari obat penawar untuk kesempurnaan penyakit yang diderita itu, Allah SWT berfirman¹⁷⁴

❦ لَا حَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِّنْ نَّجْوَاهُمْ إِلَّا مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ
أَوْ إِصْلَاحٍ بَيْنَ النَّاسِ ﴿٥١﴾

Terjemahnya; “Tidak ada kebaikan pada kebanyakan bisikan-bisikan mereka, kecuali bisikan-bisikan dari orang yang menyuruh manusia memberi sedekah atau berbuat kebaikan atau menganjurkan perdamaian diantara manusia “.

Barang siapa diantara hamba-hambanya yang berakhlak mulia seperti yang disebutkan di atas, maka

¹⁷² Secara sistematik, pembahasan mengenai daya-daya yang ada pada manusia yang dimaksudkan dalam bagian ini, akan diuraikan lebih rinci dalam satu bab tertentu sehingga memberikan gambaran lebih jelas dan lebih terinci, maka lihat pada Bab VIII (Pembagian Potensi SDM dan keutamannya).

¹⁷³ *Seni Menata Hati*, h. 45.

¹⁷⁴ QS: An-Nisa' [4] :114.

Allah SWT. akan mencintainya, dan kemuliaan jiwa akan tercapai dengan menjaga jiwa itu dari perbuatan-perbuatan hina dan keserakahan. Sesungguhnya yang membedakan manusia dengan makhluk lainnya adalah terdapatnya sifat-sifat manusiawi pada dirinya itu terutama sifat-sifat mulia tersebut di atas yang merupakan sifat-sifat malaikat. Jika manusia telah bersifat yang **diridhai** dan mencapai kelompok para Ruh.

C. Makna Akhlak

Kata **khuluq** (kata tunggal dari akhlaq) dari **akhlaq** (yakni bentuk ciptaan atau fisik). Jadi **khuluq** adalah sifat batiniah manusia dan **akhlaq** adalah bentuk lahiriyahnya.

Kata **khuluq** berarti suatu perangai (watak, tabiat) yang menetap kuat dalam jiwa seseorang dan merupakan sumber timbulnya perbuatan-perbuatan tertentu dari dirinya, secara mudah dan ringan, tanpa perlu dipikirkan atau direncanakan sebelumnya. Maka apabila dari perangai tersebut timbul perbuatan-perbuatan yang baik dan yang terpuji menurut akal sehat dan syariat, dapatlah ia disebut sebagai perangai atau **khuluq** yang baik.

Jelas bahwa suatu **khuluq** (perangai, watak, tabiat) tidaklah identik dengan perbuatan, sebab ada kalanya seseorang berwatak dermawan namun ia tidak menyumbangkan sesuatu. Baik karena ia tidak memiliki sesuatu ataupun karena adanya hambatan lainnya. Sebaliknya adakalanya ia berwatak kikir namun ia menyumbang, baik karena terdorong oleh suatu

kepentingan dirinya ataupun karena ingin dipuji.¹⁷⁵

Ia juga tidak identik dengan kemampuan (atau kuasa diri), sebab kaitan kemampuan seseorang dalam hal memberi atau tidak memberi, adalah sama saja. Setiap orang secara naluri memiliki kemampuan atau kuasa untuk memberi atau tidak memberi. Dan hal itu tidak mengharuskan adanya watak kekikiran ataupun kedermawanan dalam dirinya.

Ia juga tidak identik dengan pengetahuan tentang sesuatu, sebab pengetahuan berkaitan dengan yang baik maupun yang buruk. Keduanya sama saja.

Yang benar adalah bahwa apa yang disebut perangai atau watak (**khuluq**) ialah sesuatu yang dengannya jiwa manusia memiliki kesiapan bagi timbulnya kedermawanan ataupun kekikiran. Dengan kata lain, ia adalah bentuk atau rupa batiniah dari jiwa seseorang.

D. Keutamaan Akhlak

Dalam Alquran Allah SWT. berfirman¹⁷⁶

خُذِ الْعَفْوَ وَأْمُرْ بِالْعُرْفِ وَأَعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ ﴿١٩١﴾

Terjemahnya; “Jadilah kamu pemaaf dan surulah orang mengerjakan yang ma'ruf serta berpaling dari orang yang bodoh”

Maksud ayat di atas adalah hendaknya engkau mau memaafkan orang yang menzalimimu, memberi orang yang tidak membantumu, menyambung talisilaturrehmi

¹⁷⁵ Al-Ghazali, *Mengobati Penyakit Hati*, h. 32.

¹⁷⁶ QS: Al-A'raf [7] :199.

dengan orang yang memutuskannya, berpaling dari orang jahil, dan berbuat baik kepada orang yang bermaksud jahat kepadamu. Sesungguhnya Rasulullah Saw. diutus dengan membawa misi akhlak yang mulia.

Beliau berdoa, “Ya Allah ampunilah umatku, karena sesungguhnya mereka tidak mengetahui”.

Salah satu tanda kedermawanan adalah mengucapkan salam kepada saudara sesama muslim, memberi makan, gemar bersilaturrehmi serta mengerjakan shalat malam disaat semua manusia tidur.
177

Akhlak mulia adalah akhlaknya penduduk surga. Dan kemudian dicapai dengan meninggalkan sesuatu yang diharamkan, sesungguhnya akhlak mulia adalah salah satu ciri kesempumaan iman seseorang, Rasulullah Saw. bersabda, “Orang Mukmin yang paling sempurna imannya adalah yang terbaik akhlaknya diantara mereka.”¹⁷⁸

Begitu pula Rasulullah Saw. telah menerangkan sifat-sifat yang harus melekat pada diri setiap mukmin, secara umum sifat-sifat itu disebut dengan akhlak yang baik dan mulia, antara lain seorang mukmin harus mencintai saudaranya, sebagaimana ia mencintai dirinya sendiri, ia harus menjalin tali persaudaraan, harus memuliakan tamunya dengan mengucapkan kata-kata yang baik atau berdiam, ia harus berpaling dari orang-orang yang jahil, ia harus memberi kepada orang yang tidak memberi kepadanya. ia harus memaafkan orang yang menganiayanya, tidak boleh hagnya untuk menyakiti tetangganya, tidak boleh baginya untuk menakut-nakuti

¹⁷⁷ Al-Ghazali, *Jalan Menujut Tuhan*, h. 137.

¹⁷⁸ Sunan Abu Daud, Op.Cit.

sesama mukmin, tidak berbuat aniaya kepadanya, tidak menghina, tidak merendahnya, tidak membuka rahasia saudaranya, tidak melakukan perbuatan keji, tidak menghasut dan tidak membicarakan aib orang lain.

Diantara akhlak mulia adalah bersabar, menahan marah, tidak menyakiti orang lain, lembut, santun, malu, berani, adil murah hati, menjaga kehormatan dirinya dengan tidak melakukan perbuatan hina.¹⁷⁹

¹⁷⁹ Adnan Tarsyah, h. 205.

BAB VIII

POTENSI SUMBER DAYA MANUSIA (SDM), PENGENDALIAN DAN KEUTAMAANNYA

A. Pembagian Potensi Sumber Daya Manusia (SDM)

Al-Ghazali melihat ada empat daya dalam hati manusia. Ini kaitannya dengan kajian akhlak Tasawuf dalam buku ini, yaitu **khuluq** (akhlak) yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka kita membicarakan tentang hati atau **qalb**. Organ apa saja yang dimiliki oleh **qalb** itu? Daya apa yang dominan dalam menentukan baik buruknya **qalb**? Daya inilah yang nantinya menentukan seseorang itu mempunyai akhlak yang baik (**khuluq al-hasanah**) atau akhlak yang jelek (**khuluq al-sayyiat**). Daya-daya tersebut adalah; **inteleq** (kecerdasan akal), **ghadhab** (nafsu binatang), **syahwat** (nafsu/gairah jiwa) dan daya penyeimbang. Inilah pilar-pilar akhlak yang menentukan kesempurnaan perilaku seseorang.¹⁸⁰

Untuk mendapatkan akhlak yang sempurna manusia harus dapat menormalkan fungsi dari keempat daya tersebut di atas, sehingga tidak terjadi kekurangan dan kelebihan dari penggunaan daya itu. Bila manusia dapat mengendalikan dengan sempurna, sesuai dengan proporsinya maka akan menimbulkan akhlak yang baik. Jika tidak, maka akan sebaliknya. Berikut pembagiannya:

¹⁸⁰ Husein Shahb, *Seni Menata Hati, Terapi Sufistik*, Penerbit Hikmah, cet. 2, 2002, h. 44-45 .

1. Nafsu Syahwat (*Nafsu Nabati*)

Daya syahwat atau nafsu syahwat (*nafsu nabati*). Pada hakekatnya kesempurnaan akhlak adalah terletak pada keseimbangan pemanfaatan daya-daya tersebut, termasuk daya **syahwat** ini. Seseorang tidak boleh menyalurkan syahwatnya secara *over* (berlebihan). Dalam arti tidak mengindahkan norma-norma agama yang ada. Bila manusia menyalurkan syahwatnya tidak pada tempatnya, ia akan kehilangan eksistensi dirinya. Demikian juga, Islam melarang orang menghilangkan daya syahwatnya.

Banyak anjuran Nabi yang berkenaan dengan pemenuhan syahwat ini. Diantaranya Nabi bersabda, **"Nikah itu adalah sunnahku dan barang siapa enggan menerima sunnahku, maka ia bukan dari golonganku.** "Bahkan kalau kita perhatikan riwayat-riwayat para Nabi, kecuali Nabi Isa as. misalnya, semua mereka berkeluarga. Jadi daya syahwat harus dikembangkan sesuai dengan etika yang ada. Sesuai dengan aturan yang digariskan di dalam Islam. Menyimpang darinya termasuk akhlak yang buruk (***khuluq al-sayyi'at***).¹⁸¹

Dalam hidup manusia diperlukan suatu konsep keseimbangan.¹⁸² Keseimbangan alami organisme hidup mencakup keseimbangan antara tendensi-tendensi untuk menonjolkan diri dan untuk berintegrasi. Nafsu misalnya; sangatlah berguna bagi kelangsungan aktivitas manusia karena dibutuhkan pada waktu-waktu tertentu

¹⁸¹ Ibid, h. 47.

¹⁸² Fritjo Capra, *The Turning Point*, diterjemahkan "Titik Balik Peradaban", cet. III, Yogyakarta, 1999, h. 460.

sebagai pembangkit energi, sebaliknya dilain waktu ia tidak lagi dibutuhkan sehingga sampai pada suatu konsekuensi bahwa untuk mencapai derajat tertinggi sebagai hamba Allah SWT. nafsu tidak lagi berperan aktif dan bahkan secara otomatis ia mati (*fana'*)

2. Nafsu Binatang (*Nafsu Ghadab*)

Nafsu Hewani (*nafsu ghadab*) yaitu nafsu binatang buas, sebagai nafsu kebinatangan akibat dari padanya muncul sifat amarah tidak terkendali. Oleh karenanya orang yang dikuasai nafsu ini sudah menyerupai binatang buas dan orang dalam kondisi ini sangat sulit untuk menerima nasehat.

Meskipun *nafsu ghadab* adalah suatu daya emosi, namun ia juga merupakan anugerah Allah SWT. yang harus dimanfaatkan secara seimbang. Seseorang tidak boleh selalu marah dan juga tidak boleh selalu tidak marah. Artinya selalu menerima perlakuan terhadap dirinya, walaupun perlakuan itu merendahkan dirinya.

Daya emosi yang kita manfaatkan secara positif akan memunculkan akhlak yang terpuji. Kita akan tercela, bila kita berhadapan dengan orang-orang kafir, yang merendahkan agama kita, sementara kita tidak marah. Begitu juga kalau kita tidak marah ketika Nabi kita dihina oleh mereka. Atau sebaliknya, kita selalu marah. Kita maunya ingin menang sendiri.

Dalam keluarga pasangan suami istri inginnya selalu berkuasa. Tidak melihat pertimbangan lain, pokoknya harus demikian, apabila tidak, mereka pun marah. Ini juga merupakan akhlak tercela. Karena itu yang disebut akhlak yang sempurna adalah apabila

kita dapat mengendalikan marah ini dengan sempurna dan proporsional. Kita harus mampu menentukan kapan kita harus marah, dan kapan kita harus menahan marah.

Kekuatan amarah yang cenderung menolak bahaya, marah akan menjadi lurus dan sempurna manakala dia diarahkan oleh hikmah, dengan cara mengetahui kapan harus marah dan kapan harus ditahan. Marah tidak ubahnya seperti anjing yang terlatih membunuh.

Kekuatan amarah yang ada unsur lurusnya, ia dinamakan **as-saja'ah** (keberanian), sifat berani melahirkan sifat murah hati, suka menolong, kuat menahan marah dan setia terhadap janji.¹⁸³

As-Saja'ah adalah sifat berani, sedangkan yang dimaksud berani adalah keteguhan hati dalam membela dan mempertahankan kebenaran, tidak mundur karena dicela, tidak maju karena dipuji, jika ia salah ia berterus terang dan tidak malu mengakui kesalahannya. Ia berani memberantas yang batil dengan sebuah pedoman; bahwa berani karena benar takut karena salah.

Nafsu amarah adalah nafsu kebinatangan (**al-ghadab**) yang dengan suatu pengendaliannya ada isyarat bahwa fisik yang mulia harus direbahkan ketempat rendah, agar rasa sombong, yang merupakan sumber pemicu amarah itu dapat hilang dari diri hamba. Dengan demikian hamba akan menyadarii jati dirinya yang sebenarnya, yaitu sebagai hamba yang lemah yang tidak layak untuk bersikap takabbur. Rasulullah Saw. bersabda: **“Sikap lemah lembut seseorang akan mencapai derajat orang yang mendirikan shalat**

¹⁸³ Al-Ghazali, *Mihrab*, h. 164-165.

tahajjut dan puasa. Dan disisi Allah SWT. orang tersebut akan dicatat sebagai seseorang yang perkasa meskipun yang dikuasanya tidak lain sanak keluarganya saja.¹⁸⁴

3. Nafsu Akal Manusia (*Nafsu Insani*)

Manusia dikarunia akal atau **intelekt**. Ini yang membedakan kita dengan hewan. Tidak seekor hewan pun mempunyai daya *intelekt* ini. Daya ini harus dimanfaatkan dengan proporsional. Artinya tidak boleh lebih (**over**), dan juga tidak boleh kurang (**less**). Dengan **intelekt** ini, manusia dapat memunculkan karya-karya yang bermanfaat untuk umat manusia. Ketika daya intelekt ini tidak dimanfaatkan dengan normal atau tidak dimanfaatkan sama sekali, maka apa bedanya dengan binatang. Pada hal **intelekt** inilah kelebihan kita dibanding dari binatang.

Rasulullah Saw. bersabda, "**tidak ada sesuatu yang lebih utama diberikan Allah SWT. kepada para hamba daripada akal**": Tidurnya orang berakal lebih utama daripada terjaganya orang bodoh. Berdirinya orang berakal lebih utama daripada berjalannya orang bodoh. Allah SWT, tidak mengutus seorang Nabi dan Rasul sebelum menyempurnakan akalinya. Akalnya menjadi lebih utama daripada semua akal umatnya. Keutamaan ibadah yang diperoleh semua ahli ibadah tidak sama dengan keutamaan yang diperoleh orang berakal.¹⁸⁵ Orang berakal adalah **ulul albab** sebagaimana Allah SWT. Berfirman¹⁸⁶

¹⁸⁴ Al-Ghazali, *Teosofia*, h. 138.

¹⁸⁵ Sayyid Abbas Nuruddin, h. 45.

¹⁸⁶ QS: Al-Baqarah [2] :269

وَمَا يَذْكُرُ إِلَّا أَوْلُوا الْأَلْبَابِ

Terjemahnya; “Dan tidak ada yang mengambil pelajaran kecuali orang berfikir (ulul albab).”

Manusia memang diwajibkan menuntut ilmu sebanyak-banyaknya, tetapi dalam waktu yang sama, ia juga harus menanamkan keimanan dalam dirinya. Karena itu nabi Muhammad Saw. pernah berdoa, “**Ya Allah, aku berlindung kepada-Mu dari ilmu yang tidak bermanfaat**”. Bermanfaat disini adalah dalam tahap keadaan yang seimbang, tidak berlebihan (*over*) dan tidak terlalu tertinggal (*less*).

Orang yang pandai keuangan, misalnya dengan daya akal yang ia pergunakan, ia mempunyai keahlian dalam bidang keuangan. Tetapi kalau itu dilakukan dengan boros (*over*), dengan memanfaatkannya untuk memanipulasi data-data yang ada, maka ia akan membahayakan dan merupakan akhlak yang buruk. Kelebihan pemanfaatan daya akan melahirkan akhlak yang buruk. Demikian juga, tidak memanfaatkannya akan mengukir akhlak yang baru.¹⁸⁷

Al-Hikmah sebagai bagian dari nafsu manusia (akal pikiran), bila akal ini berjalan beriringan dengan nilai-nilai **spiritual** (zikir) maka nafsu manusia akan menjadi terkendali, kemudian nampaklah **hikmah** (kepandaian), jika hikmah ini menjadi lebih meningkat bobotnya maka akan melahirkan **ma'rifah (sinergi zikir dan pikir)**. Inilah tingkatan pencapaian al-Imam al-Ghazali.

Lurus dalam **hal** adalah kekuatan hikmah bisa

¹⁸⁷ Husein Shahab, h. 46.

bersifat **alfitrah, altafrif, dan al-wasat**. Sifat **al-wasat** inilah yang terpuji dan dinarnakan **al-Hikmah**. Dengan kelurusan akhlak akan melahirkali kemampuan untuk mengatur dengan pendayagunaan pikiran dan pemahaman yang jernih terhadap pekerjaan atau perbuatan serta mampu memahami rahasia godaan jiwa.¹⁸⁸

B. Keutamaan Potensi Sumber Daya Manusia (SDM)

Apabila kita telah mengetahui bahwa kesempurnaan akhlak adalah terletak pada bagaimana memfungsikan daya-daya tersebut di atas secara seimbang, normal, dan proporsional, maka bagaimana cara kita mendapatkan akhlak yang baik itu. Apabila ada kelebihan dan kekurangan pemanfaatannya dalam diri manusia, bagaimana menghilangkannya? Dalam hal ini, ada dua tipe yang biasa dipergunakan. Pertama adalah karunia Ilahi. Inilah yang diberikan oleh Allah SWT. kepada para nabi. Kedua, menurut para **mutashawifin**, melalui usaha yang bersungguh-sungguh.

Yang pertama, maksudnya, bila seorang itu telah dipilih oleh Allah SWT. untuk menjadi utusan-utusan-Nya, atau para imam-imam yang suci, biasanya dari kecil sudah dikarunia akhlak yang terpuji. Ada perhatian khusus yang diberikan Allah SWT. kepadanya. Misalnya kita sering mendengar cerita Nabi Muhammad ketika masih kecil. Ketika dia bermain bersama teman-temannya dia melihat ada orang-orang yang sedang membangun rumah.

¹⁸⁸ Al-Ghazali, *Mihrab* h. 165.

Dengan teman-temannya, Muhammad ingin membantu mengangkat batu bata untuk bangunan itu. Seperti temannya yang lain mereka mengangkatnya dengan bajunya yang panjang, waktu itu tradisi anak adalah memakai baju gamis yang panjang sampai ke kaki. Sehingga dengan itu mereka dapat mengangkat batu bata dengan baju gamisnya. Tetapi ketika Muhammad kecil ini ingin mengangkat batu bata dengan gamisnya, tiba-tiba seperti ada tangan yang menepis. Berkali-kali Muhammad mau melakukan itu, selalu ada saja tangan yang menepisnya. Sehingga Nabi kecil ini tidak jadi mengangkutnya.

Itu sebagai gambaran, betapa para nabi sudah sejak kecil mendapat perhatian khusus dari Allah SWT. Mereka tidak diizinkan melakukan hal-hal yang mengurangi kesempurnaan akhlaknya, walau masih kecil sekalipun. Kita dapat membayangkan pada apa yang dialami Muhammad tadi. Seandainya Muhammad tetap membawa batu dengan gamisnya berarti auratnya akan kelihatan. Jadi ini merupakan peringatan langsung dari Allah SWT. tentang tidak bolehnya membuka aurat. Itu di antara sekian perlakuan Allah terhadap nabi-Nya agar tidak melakukan hal-hal yang dilarang oleh agama.¹⁸⁹

Bagaimana dengan kita? Dapatkah akhlak yang baik ini juga tumbuh dalam diri kita. Untuk manusia seperti kita, akhlak ***al-karimah*** harus diupayakan dengan sungguh-sungguh. Harus ada kemauan yang sesungguhnya untuk mewujudkan kesempurnaan akhlak itu. Seandainya usaha kita minimal, maka hasilnya pun akan minimal.

¹⁸⁹ Ibid, h.49.

Akhlak yang buruk itu adalah penyakit, sama seperti penyakit tubuh manusia. Tetapi akhlak yang buruk adalah penyakit ruhani manusia. Karena itu untuk mendapatkan akhlak yang baik, sama seperti kita ingin mendapati kesembuhan penyakit luar kita.

Dalam dunia medis, kalau anak mendadak mempunyai suhu badan panas melebihi suhu normal badan yang sehat, maka untuk menurunkannya harus dengan menggunakan hal-hal yang berlawanan dengannya. Mereka akan dikompres dengan air, atau dengan es, atau diberi obat yang dapat menetralkan suhu itu sehingga turun pada tingkat yang normal. Demikian juga halnya dengan akhlak yang buruk. Contoh akhlak yang buruk adalah **bakhil** (*kikir*) yang merupakan hasil dan kerja daya syahwat untuk menumpuk harta, karena pengobatannya harus dengan yang berlawanan. Mereka harus dipaksa dermawan. Harus dipaksa untuk ber-*imfak* sebanyak-banyaknya. Dengan demikian mereka akan menetralkan daya syahwat (**bakhil**) tersebut.

Kalau seseorang itu bodoh, akibat kurang dimanfaatkannya daya intelegnya, maka pengobatannya adalah mereka harus belajar sekuat tenaga. Sehingga dengan itu mereka akan menambah kecerdasan. Demikian seterusnya harus dilakukan dengan hal-hal yang berlawanan dari penyakit yang dideritanya.

Pada akhirnya, seperti kata kaum **mutashawifin** untuk menciptakan akhlak yang baik kita harus melucuti semua sifat yang jelek yang pada diri kita. Kemudian kita harus menghiasi dengan sifat-sifat yang terpuji. Dalam istilah tasawufnya, mereka perlu **al-takhally**, artinya

mengosongkan diri dari sifat buruk. Kemudian **al-tahally**, yakni mengisi dengan sifat yang baik. Jadi langkah yang awal adalah temukan sifat buruk apa yang ada pada kita, lalu kita lakukan sifat anti tesis dari sifat buruk itu kalau ini dilakukan sungguh-sungguh, insya Allah akan diperoleh **tajally** yakni kesempurnaan akhlak dengan sikap **fana'**.

Demikian pula dengan nafsu syahwat. Pada dasarnya kekuatan syahwat membawa manfaat, karena syahwat juga merupakan ciptaan Tuhan, yaitu apa bila syahwat bisa taat kepada akal, dan kebaikan serta kelurusan syahwat adalah jika syahwat tunduk kepada hikmah.¹⁹⁰ Dapat diuraikan sebagai berikut:

Pertama; Dengan nafsu syahwat yang terkendali akan melahirkan sifat kehati-hatian yang disebut **iffah**, yakni proses pembersihan segala sifat nafsu syahwat, sikap lalai dari segala sifat-sifat kebinatangan lainnya, itu kemudian menjadilah hidup sederhana, dan pelatihan (**riyadhatun nafs**) dengan **istiqamah** kesemuanya itu akan menuju pada hidup **zuhud**. Jadi **iffah** melahirkan buah kezuhudan, dengan hidup **zuhud** membuat diri hamba merasakan kedekatan kepada Allah SWT. bahkan dapat bertemu denganNya (secara rohaniah).

Al-Iffah sebagai bahagian penting yang harus dicapai dalam menempuh latihan-latihan pengendalian nafsu syahwat (**riyadhatun nafs**), karena **iffah** adalah sikap berhati-hati dalam segala aspek kehidupan manusia sehari-hari. Kalau sifat ini terkendali menjadi lebih baik atau bobotnya lebih tinggi maka melahirkan sifat yang disebut "**zuhud**". Dan kezuhudan inilah memungkinkan seorang pengamal tarekat menjadi **fana'**.

¹⁹⁰ Al-Ghazali, *Mihrab*, h. 164.

Inilah yang dicapai seorang tokoh sufi yang lebih terkenal yaitu Hasan al-Bannah.

Hakekat kezuhudan adalah pencapaian Allah SWT. seseorang juga harus meninggalkan pengaruh dunia. Rasulullah Saw. pernah menyatakan “**Cinta harta dan kedudukan mudah menimbulkan sifat munafik, sebagaimana air “sudah menumbuhkan sayur-sayuran”**”.¹⁹¹

Sifat *iffah* sebagai hasil dan pengendalian nafsu syahwat akan menimbulkan pula perilaku **as-sakha** (dermawan), sabar, **wara'**, suka membantu serta tidak serakah, suka memaafkan, merasa puas dengan apa yang ada dan yang sejenisnya.

Kekuatan **syahwat** adakalanya juga bersifat **tafrif** (menjadi hal melampaui batas), sehingga menimbulkan sifat-sifat seperti hasut, suka mencaci, menyalahkan orang lain dan sebagainya.¹⁹² Jadi induk akhlak yang terpuji adalah; hikmah (**al-hikmah**), berani (**al-syaja'ah**), sikap bijak dan sederhana (**al-iffah**), dan sikap adil (**al-adalah**).

Kedua; Nafsu ghadab (nafsu kebinatangan). Pengendalian atas segala bentuk kemarahan atau nafsu **ghadab** tersebut di atas, itulah sikap untuk mencapai **as-saja'ah** (berani) dan **hub** (cinta) yaitu seorang harus melakukan tindakan pencegahan (**prefentif**) dengan dua cara; yaitu pertama: menahan amarah secara bertahap dengan latihan-latihan (**riyadha**) secara intensif. Meskipun bukan untuk mematikan amarah

¹⁹¹ Sayyid Abdul Wahab Asy-Sya'rani, *Al-Minab al-Syaniah*, diterjemahkan “*Menjalin Kekasih Tuhan*”, cet III. Mutiara Pustaka Yogyakarta, 1999, h. 5.

¹⁹² Al-Ghazali, *Mihrab*, h. 165.

tersebut secara total, sebab sifat amarah itu kadang kala dibutuhkan dikala ingin menghadapi orang kafir, mencegah kemungkaran dan melakukan berbagai kebaikan yang memerlukan sifat marah.

Potensi marah, itu ibarat anjing pemburu, ia perlu terus menerus di latih dan dibinah agar tunduk pada pertimbangan akal sehat dan syariat agama, dapat dingin atas petunjuknya pula sebagaimana anjing pemburu, dapat diam, mengejar, dan duduk bahkan dapat memburuh atas perintah tuannya. Pengendalian ini hanya mungkin dilakukan dengan perjuangan (***mujuhadah***), yaitu membiasakan bersikap lembut dan menahan diri dengan mencegah kemarahan. Kedua; menahan amarah ketika mencapai puncaknya dengan jalan berdiam diri. Hal ini dapat ditempuh dengan ilmu dan amal. Melalui ilmu, kita mengetahui sepenuhnya bahwa tiada sesuatu pun yang menyebabkan seseorang marah, kecuali bahwa orang tersebut mengingkari takdir Allah SWT. yang merupakan pangkal kebodohan.

Menurut Imam al-Ghazali marah adalah nyala api dari neraka Allah SWT. yang menjilat hingga ke relung hati. Orang yang tidak mampu menahan amarahnya identik dengan orang yang telah menggeser perangnya pada perangai setan yang meniang diciptakan dan api, oleh karena itu kemampuan mengendalikan nafsu amarah dipandang penting oleh agama.¹⁹³ Rasulullah Saw. Bersabda¹⁹⁴.

¹⁹³ Ibnu Miskawaih, h. 44.

¹⁹⁴ Imam al-Bukhari dalam kitab *Shahih* Bukhari, cet Maktabah Dahlan, t.th, Indonesia h. 2471.

لَيْسَ الشَّدِيدُ بِ الصُّرْعَةِ إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ
الْعُضْبِ

Terjemahnya;

“Bukanlah orang-orang yang kuat itu karena kemampuannya bergulat, tetapi orang yang kuat itu adalah orang yang bisa mengendalikan nafsunva ketika marah”.

Langkah yang harus dilakukan untuk meredakan amarah ialah;

1. Perbanyaklah membaca **ta'awwuz**, karena api amarah itu sendiri berasal nafsu dan setan.
2. Bila **amarah** tidak kunjung meredah, sebaiknya duduk jika anda tengah berdiri, dan berbaringlah bila anda dalam keadaan duduk.
3. Kalau belum juga terpadamkan dengan cara berpindah-pindah tempat, maka pergila berwudu dan shalat atau membaca Alquran. Jika langkah itu tidak kunjung redah, itulah peranan zikrullah yang harus melekat pada diri setiap orang dengan melalui metode yang benar.

Dengan **fadhillah saja'ah**, maka timbul daripadanya sifat-sifat kemurahan, pertolongan, keberanian, menghancurkan nafsu, menanggung penderitaan, lemah lembut, teguh pendirian (**istiqamah**), menahan kekasaran, hati mulia, kasih sayang dan lain-lain yang merupakan budi pekerti yang terpuji.¹⁹⁵

Ketiga; Keutamaan akal pikiran (**akal Insani**). Kearifan merupakan keutamaan dari jiwa berfikir dan mengetahui, yakni mengetahui segala yang ada. Lebih

¹⁹⁵ Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin*, h. 146.

dalam lagi, mengetahui segala yang Ilahiyah dan manusiawi. Mengetahui hal-hal yang mana yang harus dilakukan atau tidak mungkin dan tidak boleh dilakukan.¹⁹⁶

Adapun **hikmah**, ialah keadaan jiwa yang dengan itu dapat diketahui kebenaran dari kesalahan pada semua perbuatan ikhtiar (dilaksanakan dengan pilihan dan kemauan sendiri). Adil yang dimaksud di sini adalah keadaan dan kekuatan jiwa, **amarah dan syahwat** dituntut di bawah kehendak **hikmah**. Dan mengendalikannya pada pelepasan dan pengekangan menurut kehendak **hikmah** itu pula.

Beriman kepada Allah SWT. dan Rasul-Nya tanpa ragu, itulah keyakinan yang kuat, buah akal dan kesudahan **hikmah**. Berjuang dengan harta, ialah kemurahan hati yang kembali kepada pengekangan kekuatan nafsu syahwat. Berjuang dengan jiwa (diri) ialah *saja'ah* (keberanian), yang kembali kepada penahanan kekuatan **amarah** menurut kekuatan akal dalam batas keharusan.¹⁹⁷

Makna akal yaitu sebagai pengetahuan terhadap hakekat segala hal. Karena itu akal adalah **konotatif** dan sifat ilmu bertempat dalam **khasanah** kalbu. Arti kedua adalah sifat memahami dan menemukan pengetahuan, sehingga kadang-kadang disebut pula dengan kalbu. Yakni **lathifah** sebagai jati din manusia.¹⁹⁸

Akal merupakan nikmat Allah SWT. yang paling besar. Maka wajib bagi setiap manusia menjaganya dengan segala cara yang dianjurkan, dan mendayagunakannya untuk menyingkap keutamaan-

¹⁹⁶ Ibnu Miskawaih, h. 45.

¹⁹⁷ Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin*, h. 147-148.

¹⁹⁸ Al-Ghazali, *Raudha*, h. 48.

keutamaan atau **hikmah** dari semua peristiwa, serta memikirkan apa yang ada dalam alam **malakut** langit dan bumi, demi kebaikan dan kebahagiaan semua makhluk di dunia. Kalau sudah merealisasikan perintah tersebut berarti telah mensyukuri nikmat yang besar ini.

Akal merupakan sumber **hikmah**, pelita hidayah, cahaya nurani dan sarana atau jalan menuju hidup bahagia di dunia dan di akhirat. Dengannya manusia diberi kitab oleh Allah SWT. **Ansa Wa Jallah** serta diberi hak memegang **khilafah** (kepemimpinan) di muka bumi ini. Dengan akal ini pula manusia sempurna dan mulia serta berbeda dengan semua makhluk lainnya.

Kalau tidak karena akal, tak mungkin manusia memiliki kemuliaan yang dijunjung tinggi oleh para Malaikat diangkat kederajat Malaikat tertinggi. Itu sebabnya akal menjadi landasan **taqlif** (pembebanan kewajiban agama) dengan konsekwensi berupa sanksi dan ganjaran baik di dunia maupun di akhirat, sesuai dengan kadar dan kemampuan pengetahuannya. Inilah nikmat besar yang dimiliki manusia.

Dengan kemampuan akalnya ia mampu meraih kejayaan hidup dan menguasai seluruh penjuru bumi, menjadi motor semua penemuan; serta menjadi pengikat antara kehidupan pemerintahan, kepemilikan, maupun sosial, serta menjadi pengikat segala problem hingga meraih suatu tujuan.

Berikut petikan puisi dari Abu al-Ala' al-Ma'ari:

Tiada kalbu yang gelap
Selama akal menyala tetap.¹⁹⁹

¹⁹⁹ Syaikh Nadim al-Jisr, *Para Pencari Tuhan*, h. 117.

Perkataan tersebut di atas dibenarkan oleh Hayran. Demi Allah SVVT. kalbu seseorang tidak akan gelap apabila dikepalanya senantiasa menyala pelita dan akal pikiran yang sehat. Dengan akal pikiran ini, sosok yang cerdas, yang tersisih di dunia, dan penyebaran ini meyakini eksistensi Allah SWT. Al-Ma'am sangat mempercayai dan memegang teguh akal pikiran. Ia senantiasa memberontak setiap pendapat atau berita yang berlawanan dengan hukum-hukum akal yang pasti sebagaimana nampak jelas pada bagian kata-katanya sebagai berikut:

Jangan terima isu yang mereka sebar
Jika tak diperkuat akal pikiran
Cermin-cermin mata yang tampak padamu adalah
kebenaran
Jadikan untukmu sebagai cermin akal pikiran
Kuikuti mereka yang serius menyerukan kebaikan
Ataupun mungkin kutinggalkan,
Sebab imanku hanyalah akal pikiranku.²⁰⁰

Dengan pendayagunaan akal manusia akan mampu mengenal Tuhannya sebagai pencipta, sehingga iapun akan taat dan mengakui kesempurnaan dan kebesaran-Nya, dan mengikis segala kekurangan dan ketidak sempurnaan. Dia juga akan mempercayai Rasul dan para Nabi yang menjadi menyampaikan apa yang diperintahkan Allah SWT. kepada manusia, sekaligus penyebar kabar gembira dan duka. Dengan pendayagunaan akal pula, manusia akan mengetahui mana yang halal dan yang haram, berguna dan yang sia-sia, serta yang baik dan jelek.

²⁰⁰ Syaikh Nadim al-Jisr, *Para Pencari Tuhan*, h. 118.

Menjaga akal adalah memeliharanya dari segala bentuk bahaya yang merusak akal dan hal yang menyebabkan berbuat kejahatan. Diantara hak syariat terhadap akal ialah menjaga kebaikan-kebaikan, demi menghindari dosa dan kejahatan. Oleh karena itu, untuk menjaga kebaikan-kebaikan tersebut syariat Islam memberikan sanksi kepada peminum hamar dan pengonsumsi barang-barang terlarang dalam bentuk dan model apapun.²⁰¹

Al-Hikmah adalah keutamaan jiwa ***natiqah*** (binatang) untuk mengetahui segala yang ada sebagaimana adanya. Atau dengan kata lain mengetahui hal-hal menyangkut ketuhanan dan kemanusiaan. Sebagai hasil pengetahuan tersebut mengetahui sesuatu yang dapat dijangkau oleh akal, dapat membedakan yang wajib dilakukan dan harus ditinggalkan.

²⁰¹ Muslih Muhammad, *Membangun Kesehatan Jiwa*, cet. I Pustaka Hidayah, Bandung, 2002, h. 186-188.

BAB IX

RIYADHATUN NAFS

A. Pengertian *Riyadhatun Nafs*

Riyadha qalbiyah (latihan rohani) sebagai langkah awal melatih hati melalui serangkaian amalan peribadatan. Sebab diri manusia telah diasuh dalam pangkuan tabiat, disusui dengan air susunya. Olehnya itu ia akrab dengan kelezatannya, sehingga kebangkitan menjadi sulit baginya, perjalanan menjadi mustahil, bila dapat bangkit itu merupakan mukjizat.²⁰²

Riyadhatun nafs adalah upaya atau latihan sekuat tenaga untuk menolak atau memamatkan rangsangan hawa nafsu setan dengan cara-cara tertentu yaitu:

Bila ingin mendapatkan dan melihat Allah SWT. dengan penglihatan mata tertutup (***mata batin***), kurangilah aktivitasnya kemudian mulailah berkonsentrasi kepada Allah SWT. sedikit demi sedikit yaitu:

Pertama; secara bertahap mengurangi makan, karena vitalitas wujud, nafsu setan bersumber dari makanan, bila makanan sudah dikurangi, maka kekuatan (kekuasaan) makanan itu pun akan mengecil. Dan pada tahap inilah disebut kalangan sufi sebagai proses penyucian dan pembersihan hati atau ***takhally***.

Kedua; meninggalkan ikhtiar (***preference***) dan menyerahkan kepada seorang syekh (***guru spiritual***) agar dia dapat memilihkan yang terbaik untukmu, seorang murid (***sulik***) pada dasamya seperti bayi dan

²⁰² Sayyid Abbad Nuruddin, h. 22.

orang bodoh, mereka membutuhkan seorang wali (**mursyid**) bertanggung jawab atas diri mereka. Dan pada tahap ini kaum sufi menyebutnya sebagai proses pengisian hati yang telah bersih atau **tahally**.

Ketiga; melalui tarekat (cara tertentu menuju Allah SWT). Ketiga langkah ini adalah masih sebagai latihan pembersihan hati (**riyadha**). Dan sasarannya yaitu menanamkan nilai kebaikan semata (**tajally**).

Yahya ibn adzar-Razi r.a. berkata, "perangilah nafsu anda dengan ketaatan dan **riyadha** (latihan rohani). **Riyadha** itu adalah mengurangi tidur, sedikit bicara, menanggung derita dari gangguan orang lain, dan sedikit makan. Dan kurang tidur dihasilkan kejernihan keinginan. Dan sedikit bicara dihasilkan keselamatan dan segala penyakit. Dengan menanggung derita akan dicapai segala tujuan. Dan sedikit makan dihasilkan kematian syahwat, sebab dengan banyak makan dihasilkan kekerasan hati dan kehilangan dan kehilangan cahayanya.

Cahaya hikmah adalah lapar, sedangkan kenyang akan membuat jauh dari Allah SWT. Sebagaimana sabda Rasulullah Saw. *"terangilah kalbu kalian dengan lapar dan dahaga. kekalkanlah perlindungan di pintu surga dengan lapar. Sebab, pahala di dalam hal itu adalah seperti pahala orang yang berperang di jalan Allah SWT. padahal, tidak ada perbuatan yang lebih dicintai Allah SWT. ketimbang lapar dan dahaga, orang yang memenuhi perutnya tidak akan masuk ke kerajaan langit dan tidak merasakan manisnya ibadah."*

Abu Bakar ash-Shiddiq r.a. berkata, "saya tidak pernah kenyang sejak masuk Islam, karena itu saya

merasakan manisnya beribadah kepada Tuhan. Saya tidak pernah puas sejak masuk Islam, karena itu saya merindukan pertemuan dengan Tuhan. Sebab, banyak makan menyebabkan sedikit ibadah. Apabila seseorang banyak makan, badannya terasa berat, matanya terserang kantuk dan anggota tubuhnya menjadi lemah. Darinya tidak diperoleh sesuatu apapun; tidak dapat bersungguh-sungguh selain tidur. Oleh karena itu, ia menjadi seperti bangkai yang dilemparkan. “demikian diikuti dari **minhajal –‘Abidin’**”.

Nabi Saw. bersabda, *janganlah kalian mematikan hati dengan banyak makan dan minum. Sebab, hati itu akan mati bagai tanaman yang sering disiram air*”.

Hal itu seperti yang dikemukakan orang-orang soleh, dan asab sampai padanya. Banyaknya asap akan mengotori dan menghitamkannya. Banyak makan menyebabkan sedikit pemahaman dan perolehan ilmu. Sebab, kenyang dapat menghilangkan kecerdasan.

Dikisahkan dan Yahya ibn Zakatiyah a.s. “bahwa iblis menampakkan diri kepadanya dengan membawa gantungan. Yahya bertanya kepadanya “apa ini?”

"Ini adalah syahwat yang diburuh anak-anak Adam," jawab iblis.

"Apakah engkau menemukan gantungan untukku? Tanya Yahya.

"Tidak, kecuali jika pada suatu malam engkau pernah merasa kenyang dengan itu, kami membuatmu merasa berat untuk menunaikan shalat,"jawab iblis.

“Tidak diragukan, bahwa saya tidak pernah lagi

kenyang sesudah itu," kata Yahya.

"Tidak diragukan lagi, bahwa saya tidak menasehati siapa pun selamanya," jawab iblis.

Ini berkenaan dengan orang yang tidak pernah kenyang sepanjang hidupnya, kecuali satu malam saja; apa lagi bagi orang yang tidak pernah lapar semalamipun sepanjang hidupnya, bagaimana ia dapat gemar beribadah?

Juga dikisahkan dari Yahya ibn Zakariyah a.s. bahwa pada suatu saat, ia pernah memakan roti gandum hingga kenyang. Lalu, pada malam itu ia tidur hingga meninggalkan wiridnya. Lantas, Allah SWT. berfirman kepadanya, "Yahya, apakah engkau menemukan sebuah rumah yang lebih baik bagimu dari pada rumah-Ku ? atau, apakah engkau menemukan tetangga yang lebih baik bagimu dari pada bertetangga dengan-Ku?. Demi keagungan dan kemuliaan-Ku, kalau engkau melihat surga Firdaus dan memandang neraka jahannam, niscaya engkau menangis dengan nanah campur darah sebagai ganti air mata, dan engkau mengenakan baju besi sebagai ganti tenunan kasar."²⁰³

B. Makna *Riyadhatun Nafs*

Allah SWT. berfirman kepada Musa a.s. "*Wahai Musa, jika engkau menginginkan agar Aku lebih dekat kepadamu daripada percakapanmu kepada lidahmu; dari pada bisikan hatimu kepada kalbumu; daripada ruhmu kepada badanmu daripada cahaya penglihatanmu kepada kedua matamu; dan dari pada pendengaranmu kepada telinga, maka*

²⁰³ Imam al-Ghazali, *Menyingkap Hati Menghampiri Ilahi*, h. 100-101.

perbanyaklah shalawat kepada Muhammad Saw.

Firman Allah SWT.²⁰⁴

وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ

Terjemahnya;

“Hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok. (yakni telah anda kerjakan untuk hari kiamat).

Hendaknya diketahui, **nafsu ammarah bi as-su'** (nafsu yang mengajak pada kejahatan) adalah lebih besar permusuhannya kepada anda daripada iblis. Setan hanya berani kepada anda karena hawa **nafsu dan syahwat**. Jangan sampai hawa nafsu anda memperdayakan anda dengan angan-angan dan tipuan. Sebab, tabiat nafsu adalah merasa aman dan lalai kepada Allah SWT., menunda-nunda perbuatan baik, dan malas (telah dibahas sebelumnya). Ajakan semua itu adalah batil dan masing-masing merupakan tipuan.

Jika anda senang kepadanya dan mengikuti perintahnya, niscaya anda binasa. Jika anda lupa mengawasinya, niscaya anda tenggelam kedalamnya. Jika anda tidak mampu mengingkarinya dan mengikuti rayuannya, niscaya ia menggiring anda ke dalam neraka. **Nafsu** tidak dapat dikembalikan pada kebaikan. Ia merupakan induk segala bencana dan aib. Ia adalah **khazanah** iblis dan tempat berlindung setiap kejahatan yang tidak diketahui kecuali oleh penciptanya. Takutlah kepada Allah SWT. sesungguhnya Allah SWT. adalah Mahatahu terhadap apa yang anda semua kerjakan, baik berupa

²⁰⁴ QS: Al-Hasyr [59] :18.

kebajikan maupun kejahatan.

Seandainya seorang hamba merenungkan sebagian umur yang telah dilaluinya untuk mencari kepentingan akhiratnya, perenungan itu akan membersihkan kalbunya, sebagaimana sabda Rasulullah Saw. “ **sesaat merenung adalah lebih baik daripada ibadah satu tahun**”; (telah disebutkan pada bab sebelumnya).

Seperti itu pula yang disebutkan di dalam tafsir Abu al-Lays. Jadi hendaknya orang berakal bertobat dari dosa-dosa yang telah lalu dan memikirkan apa yang akan mendekatkan diri kepada Allah SWT. dan menyelamatkannya di kampung akhirat. Hendaklah ia memendekkan angan-angan, menyegerakan tobat, mengingat Allah SWT., meninggalkan segala larangan, bersabar, dan tidak mengikuti **nafsu syahwatnya**. **Nafsu** itu adalah berhala. Barangsiapa yang menyembah **nafsu**, ia menyembah berhala. Barang siapa yang menyembah Allah SWT. dengan penuh keikhlasan, ia telah menundukkan **nafsu-nya**.

Diriwayatkan, Malik ibn Dinar berjalan - jalan di pasar Basrah. Lalu ia melihat buah tin dan sangat menginginkannya. Ia pun melepaskan sandalnya dan memberikannya kepada tukang sayur, lalu berkata, “berikan kepada saya buah tin itu.”

Melihat sandal itu, tukang sayur berkata, “Nilai sandal ini tidak sebanding sedikitpun dengan harga buah tin.”

Malik pun pergi. Lalu, seseorang bertanya kepada tukang sayur, “tidakkah anda mengenali siapa orang itu?.

Tidak jawabanya.

Ia adalah Malik ibn Dinar, “orang itu memberi

penjelasan. Tukang sayur itu pun memberi sepiring buah tin yang dibawah di atas kepala budaknya. Ia berkata kepada budaknya, jika ia menerima ini darimu, kamu merdeka.”

Lalu, budak itu berlari mengejar Malik ibn Dinar. Budak itu berkata kepada Malik, “terimalah ini dari saya.”

Akan tetapi, Malik menolak. Lalu, budak itu berkata lagi, “terimalah ini dari saya, sebab disitu terdapat kemerdekaan saya.”

Jika disitu terdapat kemerdekaanmu, disitu pula terdapat azab untukku, “kata Malik ibn Dinar kepada budak itu.

Budak itu terus mendesaknya. Malik lantas berkata, “aku telah bersumpah untuk tidak menjual agama dengan buah tin dan tidak memakan buah tin hingga hari kiamat.”

Dikisahkan, Malik ibn Dinar jatuh sakit. Sakit itulah yang menyebabkan kematiannya. Sebelumnya, ia sangat menginginkan segelas madu dan susu untuk dicelupkan padanya roti panas. Lantas, pelayannya datang membawa apa yang didinginkannya. Malik ibn Dinar pun mengambilnya dan memandangnya sesaat. Kemudian ia berkata, “duhai diri”, engkau telah bersabar selama tiga puluh tahun dan tersisa umurnya sesaat.”

Kemudian, ia melemparkan gelas yang ada ditangannya, menahan nafsunya, dan kemudian meninggal dunia. Demikian keadaan para nabi, para wali, para **shiddiqin**, para pecinta Allah SWT. dan orang-orang **zuhud**.

Sulayman ibn Dawud a.s. berkata, “orang yang mengalahkan nafsunya lebih kuat daripada orang yang menaklukkan satu kota.”

All ibn Abi Thalib berkata, “aku dan nafsuku hanyalah seperti penggembala domba. Setiap kali ia mengumpulkan domba-domba di satu sisi, maka domba-domba itu berpecah di sisi yang lain. Barangsiapa yang mengendalikan nafsunya, ia dibungkus dengan kain kafan Rahmat Allah SWT. dan dikubur di dalam tanah kemuliaan. Sebaliknya, barang siapa yang melalaikan kalbunya, ia dibungkus dengan kain kafan laknat dan dikubur di dalam tanah siksaan.”²⁰⁵

C. Taubat dan Hakekatnya

Dalam perjalanan menuju Allah SWT. (*zuluk, turiyah*) terdapat beberapa tingkatan atau **maqam**. Setiap tingkatan dicapai melalui taubat terlebih dahulu. Cara bertaubat dapat dipelajari dari orang-orang yang mengetahui bagaimana taubat itu dilakukan. Dan orang yang diminta petunjuk tentang cara-cara bertaubat harus tergolong orang yang selalu bertaubat. Taubat yang benar adalah langkah pertama yang perlu dilakukan sebelum memulai perjalanan menuju Allah SWT. Firman-Nya

²⁰⁶

إِذْ جَعَلَ الَّذِينَ كَفَرُوا فِي قُلُوبِهِمُ الْحَمِيَّةَ الْحَمِيَّةَ الْجَاهِلِيَّةَ فَأَنْزَلَ
اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَى رَسُولِهِ وَعَلَى الْمُؤْمِنِينَ وَأَلْزَمَهُمْ
كَلِمَةَ التَّقْوَى وَكَانُوا أَحَقَّ بِهَا وَأَهْلَهَا وَكَانَ اللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ
عَلِيمًا

²⁰⁵ Imam al-Ghazali, *Menyingkap Hati Menghampiri Ilahi*, h. 97-99.

²⁰⁶ QS: Al-Fath [48] :26.

Terjemahnya; “Ketika orang-orang kafir menanamkan kekosongan dalam batin mereka, yaitu kekesongan jahiliyah, kemudian Allah SWT. merupakan ketenangan kepada RasulNya dan kepada orang-orang mu'min dan Allah SWT. mewajibkan kepada mereka kalimat taqwa, dan mereka berhak dengan hakikat takwa itu dan patut memilikinya. Dan adalah Allah SWT. Maha Mengetahui segala sesuatu”.

Kalimat takwa tersebut juga mengandung maksud “takut” kepada Allah SWT dan taubat. Keadaan takwa kepada Allah SWT. itu membawa pengertian yang sama dengan maksud kalimat tauhid **Laa Ilaaha Illallah** yang berarti tidak ada Tuhan kecuali Allah SWT.

Orang yang memahami maksud kalimat tauhid itu senantiasa merasa khawatir, bimbang, dan takut kalau-kalau hatinya kehilangan ingatan kepada Allah SWT, kehilangan **Rahmat** dan kasih sayang Allah SWT., kehilangan rasa dekat dengan-Nya dan rasa berpadu dengan-Nya.

Orang itu malu kepada Allah SWT, kalau melakukan dosa dan maksiat kepada-Nya, karena dia yakin Allah SWT. melihat segala perbuatannya, dimanapun ia berada. ia takut dengan azab Allah SWT. Jika perasaan itu belum tumbuh juga dalam diri kita maka hendaklah mencari orang-orang yang takut kepada Allah SWT. dan kita menuntut ilmu kepadanya agar ia dapat membimbing kita. Untuk patuh kepada ajaran Allah SWT.

Wadah atau tempat yang bersih kalimat tauhid hendaknya dicuci dan dibersihkan dari **ghairullah** (segala selain Allah SWT), barang siapa yang dalam dirinya bersemayam kalimat tauhid, tentu dapat

membedakan antara dosa dan pahala, antara perkataan yang datang dari orang yang berhati bersih dengan perkataan yang muncul dari orang berhati kotor. Si penerima kalimat tauhid ini hendaknya mengenal bagaimana sebenarnya kalimat itu. Hal ini penting karena ada perkataan atau kalimat yang sama, tetapi mengandung maksud yang berbeda. Tidaklah sama perkataan yang keluar dari seorang yang berjiwa suci dengan perkataan yang terbit dari mulut seseorang yang kotor atau jahil jiwanya.²⁰⁷

Sadarkan diri sebelum terlambat:

Aduhai orang yang menjauhkan diri dari ***al-Haq!***

Aduhai orang yang melarikan diri dari ***syari'at!***

Aduhai orang yang tidak memperdulikan agama!

Aduhai orang yang menyembah ***Gairullah !***

Aduhai orang yang melupakan Allah SWT.

Kamu sekalian tidak akan terlepas dari hukuman Allah SWT. Tuhan yang kuasa-Nya meliputi segala sesuatu, dan yang sekecil-kecilnya kepada yang sebesar-besarnya. Datanglah dengan merendahkan diri kepada Allah SWT. Memohonlah ***rahmat*** daripada-Nya, mintalah segala yang baik daripada-Nya! Bertaubatlah kepada-Nya, jika kamu telah berdosa! Ingatlah dengan memperbanyak berzikir kepada-Nya! Sembahlah Dia dengan khusyuk dan kerendahan diri! Niscaya Dia akan memberikan kepada kamu segala apa yang dicita-citakan itu.

Tetapi semua itu mestilah dilakukan dengan penuh ikhlas, dengan membelakangi semua tuntutan hawa nafsu kamu, karena hawa nafsu itu akan menarik kamu jauh

²⁰⁷ *Rahasia Sufi*, h. 60-70.

dari pada Allah SWT. sedang segala urusan gagal dan runtuh, apabila Tuhan tidak merestuinnya. Lantaran itulah hendaklah kamu sadar.²⁰⁸

Apabila kebersihan batin atau ruhani tercemar dan **wudlu** keruhanian batal, maka penyucian diri perlu (wudhu atau mandi keruhanian) diperbaharui dengan taubat, yaitu menyadari dosa yang telah dilakukan dengan penuh penyesalan hingga mengeluarkan air mata, dan dengan berazam dan bertekad tidak akan mengulangi kembali kesalahan atau dosa yang sama, serta memohon ampun dan berdoa kepada Allah SWT. agar terhindar dari dosa.

Masalah ini tampaknya mudah, namun pada hakikatnya tidak demikian, karena **tawbatan nasuha** yang harus dilakukan manusia itu mempunyai beberapa persyaratan yang jika tidak dipenuhi, tidak akan diterima taubat seseorang itu. Penyesalan adalah salah satu syarat **tawbatan nasuha**. Tegasnya, bertaubat dengan lisan semata tanpa diikuti oleh hati dan perasaan menyesal, tidak akan berfaedah sama sekali. Maka hal itu bisa membawa manusia pada celaka dan dosa yang lebih besar. Oleh karena itu, hendaknya kita berhati-hati dalam bertaubat.²⁰⁹

Hati terlebih dahulu harus dibersihkan dari segala yang mengganggu. Pengganggu hati yang pertama adalah tuntutan dalam diri terhadap kebendaan dan keinginan hawa nafsu. Dialah selalu mencemarkan hati. Apabila hati telah bersih, niscaya manusia akan

²⁰⁸ *Rahasia Sufi*, h. 24.

²⁰⁹ Baca *Taubat dan Liku-Likunya* (edisi terbaru dan lengkap, 1995), karya Imam al-Ghazali yang diterjemahkan oleh Syed Ahmad Semait (PI).

mencari jalan menuju kepada Allah SWT. Ketika itu hatinya akan dipenuhi dengan takut kepada Allah SWT.,takwanya akan terlihat dari segala gerak-geriknya, karena ketakutannya itu telah menariknya dekat kepada Allah SWT. kini ia akan melakukan perbuatan-perbuatan yang baik saja. Apabila hatinya teringat pada perbuatan yang jahat, tentu sifat takutnya akan menghalangi dan mengingatkannya tentang balasan Allah SWT . Dalam keadaan seperti inilah taubatnya akan beralasan dan kemudian menjadi ***Tawbatan nasuha.***

Mukmin itu harus meninggalkan tabiat yang terdahulu dan bergerak ke arah Tuhannya. Selagi dia mengikuti jalan yang biasa, yakni jalan tabiatnya yang dahulu, niscaya dia akan terjerumus ke dalam pengaruh-pengaruh negative yang akan mencelakakan dirinya. Dia akan kembali berbuat dosa dan kesalahan yang sudah biasa dilakukannya, karena tabiat sudah melekat pada dirinya.

Dosa yang terus-menerus dilakukan itu melanggar perintah syari'at, dan perintah sayari'at juga merupakan perintah Allah SWT.

Seandainya dia gagal menahan diri dari perbuatan buruk dan jahat itu, maka hendaknya dia memohon bantuan kepada Allah SWT. dengan jujur dan ikhlas agar Allah SWT. melimpahkan taufik dan hidayah-Nya sehingga dia dapat meninggalkan dosa dan maksiat itu. Semua perasaannya seharusnya ditujukan hanya kepada Allah SWT. semata, tidak kepada yang selain Dia.²¹⁰

²¹⁰ *Rahasia Sufi*, h. 160.

Shalat adalah menghadirkan diri di hadapan Allah SWT. Bersuci dan berada dalam keadaan suci merupakan suatu kewajiban yang harus dilakukan sebelum melaksanakan ibadah shalat. Orang yang bijaksana mengetahui bahwa kebersihan, secara zahir saja tidak cukup. Allah SWT. melihat jauh ke dalam hati (jiwa atau ruh) manusia, dan hati perlu disucikan. Penyucian dilakukan dengan salah satu jalan adalah bertaubat, adapun cara bertaubat hanya dalam keadaan suci, shalat yang kita lakukan akan diterima Allah SWT.

Ingatlah, bahwa hal ini amatlah penting, yang tidak boleh dilalaikan secara terus-menerus. Segeralah kembali kepada Allah SWT. dan mensucikan diri dengan memperbanyak taubat yang sebenar-benarnya. Allah SWT. berfirman²¹¹

﴿وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهَ الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ﴾

Terjemahnya; "Dan bertaubatlah (kembalilah) kepada Allah SWT. wahai orang-orang yang beriman sekalian, mudah-mudahan kamu akan beruntung"

Allah SWT. Juga berfirman²¹²

﴿هَذَا مَا تُوْعَدُونَ لِكُلِّ أَوَّابٍ حَفِيظٍ﴾

Terjemahnya; " inilah yang dijanjikan kepadamu, yaitu bagi setiap hamba yang selalu kembali bertaubat (bertaubat sebenarnya kepada Allah SWT) lagi memelihara (semua peraturan-peraturannya)"

²¹¹ QS: An-Nur [24] :31.

²¹² QS: Qaf [50] :32.

D. Sabar Dan Hakekatnya

Pengertian sabar. Sabar merupakan media yang paling ampuh dalam memberikan terapi pada penyakit jiwa, sabar buat si penderita itu menjadi obat jiwa, seperti yang dikatakan oleh al-Qishar, “Seseorang tidak akan mengeluh atas musibah kecuali yang menuduh *Rabb-nya*,”

Allah SWT. berfirman,²¹³

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا اَصْبِرُوْا وَصَابِرُوْا

Terjemahnya; “Wahai orang-orang yang beriman, sabarlah kalian dan saling bersabarlah.”

Alquran mengajak orang-orang mukmin untuk menghiasi diri dengan sabar karena didalamnya terdapat faedah yang besar dalam mendidik jiwa dan memperkuat pribadi (jati diri), menambah kemampuan seseorang memikul kesulitan, menghadapi problematika hidup dan bebannya, benda-benda zaman dan musibah-musibahnya dan untuk membangkitkan kemampuan-kemampuan untuk melanjutkan perjuangan dalam meninggikan kalimat Allah SWT. Firman-Nya²¹⁴ “Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, Dan sesungguhnya orang demikian itu sungguh berat, kecuali bagi orang-orang yang **khusyu**”.

Demikian pula firman Allah SWT.²¹⁵

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا اَصْبِرُوْا وَصَابِرُوْا وَرَابِطُوْا وَاَتَّقُوا اللّٰهَ

²¹³ QS: Ali-Imran [3] :200.

²¹⁴ QS: Ali-Baqarah [2] :45.

²¹⁵ QS: Ali-Imran [3] :200.

لَعَلَّكُمْ تَفْلِحُونَ ﴿٣١﴾

Terjemahnya; "Hai orang-orang yang beriman, bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu dan tetaplah bersiap siaga (diperbatasan negerimu) dan bertakwalah kepada Allah SWT. supaya kamu beruntung".

Orang mukmin yang sabar tidak merasa sakit saat menjumpai rasa sakit, tidak lemah, dan tidak pulah jatuh jika menderita akan musibah-musibah zaman dan bencana-bencananya, karena Allah SWT. telah memerintahnya dengan bersabar dan memberitahunya bahwa apa yang menyimpannya dalam kehidupannya di dunia hanyalah ujian dan cobaan dari Allah SWT. guna mengetahui orang-orang yang sabar diantara kita. Firman Allah SWT.²¹⁶

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ حَتَّىٰ نَعْلَمَ الْمُجْتَهِدِينَ مِنكُمْ وَالصَّابِرِينَ وَتَبْلُواْ
أَخْبَارَكُمْ ﴿٣١﴾

Terjemahnya; "Dan sesungguhnya Kami benar-benar akan menguji kamu agar Kami mengetahui orang-orang yang berjihad dan bersabar di antara kamu, dan agar Kami menyatakan (baik-buruknya) hal ihwal".

Firman Allah SWT. "Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan

²¹⁶ QS: Muhammad :31.

berikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah mereka mengatakan "Inna Lillahi Wa Inna Ilahii Raji'un. "Mereka itulah Yang mendapat keberkatan yang sempurna dan rahmat dari Tuhan mereka, dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk".

HAKEKAT SABAR

Sabar dapat disebut sebagai penolong bagi setiap hamba yang dalam keadaan susah dan mengalami berbagai macam kesengsaraan hidup, sebagaimana firman-Nya,²¹⁷

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ۚ إِنَّ اللَّهَ مَعَ
الصَّابِرِينَ ﴿١٥٣﴾

Terjemahnya; "Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah SWT. beserta orang-orang yang sabar".

Barang siapa ingin selamat dari azab Allah SWT. memperoleh pahala dan rahmat-Nya, serta masuk ke dalam surga-Nya, hendaklah ia menahan dirinya dari keinginan kepada keduniaan, hendaklah ia bersabar atas kesengsaraan dan bencana dalam kehidupan dunia. Allah SWT. Berfirman²¹⁸

وَاللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ ﴿١٤٦﴾

²¹⁷ QS: Al-Baqarah [2] :153.

²¹⁸ QS: Ali-Imran [3] :146.

Terjemahnya; “Allah SWT, menyukai orang-orang yang sabar”

Kesabaran itu ada tiga yaitu; sabar dalam ketaatan kepada Allah SWT. sabar terhadap hal-hal yang diharamkan Allah SWT.; serta sabar atas musibah dan ketika mendapat goncangan jiwa. Yang terakhir inilah yang paling utama.

Barangsiapa bersabar dalam ketaatan kepada Allah SWT. pada hari kiamat Allah SWT. memberinya tiga ratus derajat di surga, sementara tinggi masing-masing derajat itu adalah setinggi antara langit dan bumi. Barang siapa bersabar terhadap hal-hal yang diharamkan Allah SWT. pada hari kiamat Allah SWT. memberinya enam ratus derajat di surga, dan tinggi masing-masing derajat adalah setinggi antara langit ketujuh dan lapisan bumi ketujuh. Barang siapa bersabar atas musibah, pada hari kiamat Allah SWT. memberinya tujuh ratus derajat di surga, dan tinggi masing-masing derajat itu adalah setinggi antara "Arasy dan bintang Kartika.

Diriwayatkan dari Nabi Saw. bahwa beliau bersabda. “Allah SWT. berfirman: *“Tidak ada hamba yang ditimpa bencana lalu bergantung pada-Ku, melainkan Aku memberinya sebelum ia memohon kepada-Ku, dan aku mengabulkannya sebelum ia berdoa kepada-Ku. Tidak ada hamba Yang ditimpa bencana lalu bergantung pada makhluk selain Aku, melainkan Aku menutupkan baginya pintu-pintu langit. “*

Dengan demikian, bagi orang yang berakal, ia wajib bersabar atas bencana dan tidak mengeluh, sehingga ia akan selamat dari azab dunia dan akhirat. Sebab, bencana yang paling keras adalah yang

ditimpakan kepada para nabi dan para wali.

Al-Junayd al-Baghdadi r.a. berkata, "Bencana adalah pelita para `Arif, pengingat para murid, kebaikan bagi kaum Mukmin, dan kebinasaan bagi orang-orang yang lalai. Seseorang tidak merasakan manisnya keimanan sebelum ditimpakan kepadanya bencana, sementara ia merasa senang dan bersabar."²¹⁹

Sabar mengajarkan seseorang untuk terbiasa bekerja dan mengarahkan segala usaha guna merealisasikan tujuan-tujuan praktis dan ilmiah. Karena sesungguhnya sebagian besar tujuan seseorang dalam hidup, baik dalam lingkup kehidupan praktis aplikatif seperti; sosial, ekonomi, dan politik ataupun dalam lingkup penelitian ilmiah, membutuhkan banyak waktu dan usaha sehingga memungkinkan guna mencapainya dan merealisasikannya. Untuk kebiasaan mencurahkan segala usaha dan bersabar terhadap penderitaan-penderitaan dalam bekerja dan riset (penelitian) merupakan sifat yang sangat penting (*signifikan*) Untuk mencapai kesesatan dan merealisasikan tujuan-tujuan.

220

Sabar dan ketekunan berhubungan erat dengan kekuatan keinginan, seorang penyabar memiliki keinginan kuat, keteguhannya tidak lemah, dan tidak frustrasi meskipun menjumpai kesulitan dan konsekuensi-konsekuensi. Dan dengan kemauan yang kuat memungkinkan seseorang menyelesaikan pekerjaan-

²¹⁹ Imam al-Ghazali, *Menyingkap Hati Menghampiri Ilahi*, h. 244.

²²⁰ Dr. Muhammad Utsman Najali, *Jiwa Manusia Dalam Sorotan Al-Qur'an*, cet III, 1987, h. 328-329.

pekerjaan besar dan merealisasikan tujuan-tujuan luhur.²²¹

Apabila seseorang belajar bersabar memiliki kualitas hidup, musibah zaman, bersabar atas orang-orang yang menyakiti dan permusuhan mereka, bersabar dalam menyembah Allah SWT. dan taat kepada-Nya. Menentang syahwat-syahwat dan emosi-emosinya, serta bersabar dalam bekerja dan berkepribadian matang, bijaksana, integritas, produksi dan efektif dan ia menjadi durhaka atas kegelisahan dan merasa aman dari penyakit-penyakit psikologis atau penyakit-penyakit hati.

Oleh karena itu, kedudukan sabar bagi manusia seperti kedudukan kepala bagi tubuh, tidak dikatakan beriman orang yang tidak bersabar, seperti halnya tidak disebut tubuh bagi orang yang tidak punya kepala.

Rasulullah Saw. Bahwa Allah SWT. berfirman, *"Jika kamu melihat seorang hamba Allah SWT. yang tertimpa musibah pada tubuh, suatu benda, atau akhirnya kemudian dia menghadapinya dengan kesabaran, Aku (kata Allah SWT.) akan membebaskannya dari timbangan amal dan penghakiman dihari akhirat."*²²²

E. Zikir dan Keutamaannya

Mengembalikan ruh pada kesempurnaan semula bukanlah pekerjaan mudah dan tidak dapat dilakukan secara sempurna oleh setiap manusia. Disiplin ilmu ini membahas persoalan yang berkenaan dengan kerja pengembalian tersebut. Ruh harus kembali pada pengetahuannya yang sempurna terhadap Allah SWT. Jadi orang yang telah berada pada posisi ini, ia dapat

²²¹ Ibid, h. 239.

²²² Membangun Kesehatan Jiwa, h. 67.

dicontoh dan diikuti.

Adapun cara atau jalan yang dapat digunakan untuk mengembalikan ruh mengenal pada keadaan semula adalah Allah SWT. berikut sifat-sifat-Nya, mengetahui tentang penghambaan yang murni berikut cara-caranya, belajarlah pada ahli *ma'rifat* dan mengikuti jejak mereka, dengan senantiasa melakukan zikir yang banyak dan selalu mengingat akhirat.

Masalah zikir kami tekankan, karena melalui zikir perwujudan yang sempurna terhadap asma-asma Allah SWT. dan terhadap pengenalan kepada-Nya bisa terpenuhi. Rasulullah SAW. mengutarakan apa yang diriwayatkan dari tuhanNya "Aku bersamanya, bila dia berzikir mengingat-Ku. (HR. Bukhari dan Muslim)

Allah SWT. bersama seorang hamba bila hamba tersebut mengingat-Nya. Kebersamaan Allah SWT. dengan seorang hamba sangat banyak pengaruhnya. Diantaranya: Allah SWT. melindungi dan memelihara hamba tersebut, sehingga dia tidak tergelincir dan melakukan kesalahan; Allah SWT. mewujudkan (keinginan hamba tersebut) dengan asma-asma-Nya yang selalu disebutkan. Jadi kebesaran Allah SWT. dengan ruh seorang manusia, menjadikan ruh tersebut memperoleh (suatu hal) dari atau melalui asma-asma Allah SWT. atau sifat-sifat-Nya seperti: ilmu, hikmah. Rahmat, berikut perwujudan penghambaan kepada-Nya. Inilah objek pertama dari pencapaian "akhlak sufi"²²³

Dia juga berfirman²²⁴ ketika menjelaskan tentang pelemparan jumrah :

²²³ Jalan Ruhani, h. 57.

²²⁴ QS: Al-Baqarah [2] :203.

﴿ وَادْكُرُوا اللَّهَ فِي أَيَّامٍ مَّعْدُودَاتٍ ۚ ﴾

Terjemahnya; "Dan berzikirlah (dengan menyebut) Allah SWT. dalam beberapa hari yang berbilang":

Begitulah kita dapatkan bahwa segenap ibadah adalah zikir, atau merupakan suatu makna yang membantu kita untuk sampai pada zikir, atau suatu pengertian dari penekan zikir. Karena itu kami sebutkan sebelumnya bahwa ada dua rukun dari perjalanan ruhani menuju Allah SWT. adalah zikir dan ilmu. Kalau kita mau merincinya lebih jelas lagi, maka kita katakan bahwa tuntutan tertinggi dan manusia adalah takwa, sedangkan takwa tidak bisa dicapai tanpa ilmu dan ibadah. Para sufi pernah berkata :

Setiap orang yang beramal tanpa ilmu

Seluruh amal perbuatannya tertolak, tidak diterima

Ibadah adalah jalan menuju takwa, Allah SWT. Berfirman ²²⁵:

يَتَأْتِيهَا النَّاسُ أَعْبُدُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ وَالَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ﴿٢٢٥﴾

Terjemahnya "Hai manusia sembahlah Tuhanmu yang telah menciptakanmu dan orang-orang sebelum kamu, agar kamu bertakwa ".

Dengan takwa kita memperoleh **ridha** Allah SWT. Dia berfirman ²²⁶

²²⁵ QS: Al-Baqarah [2] :21.

²²⁶ QS: Al-Hajj [22] :37.

لَنْ يَنَالَ اللَّهَ لُحُومُهَا وَلَا دِمَاؤُهَا وَلَكِنْ يَنَالُهُ التَّقْوَىٰ مِنْكُمْ

Terjemahnya; "Daging-daging unta dan darahnya sekali-kali tidak dapat mencapai keridhaan Allah SWT. tetapi dari ketakwaan kamulah yang dapat mencapainya"

Ibadah adalah zikir atau makna yang dengannya zikir itu ditegakkan. Dari sinilah kita tahu peran penting zikir dalam agama Allah SWT. Berfirman ²²⁷:

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ
وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا ﴿٢٢٧﴾

Terjemahnya; "Sesungguhnya telah ada pada diri Rasulullah Saw. Itu suri teladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang-orang Yang mengharap (rahmat) Allah SWT. dan (kedatangan hari kiamat) dan dia banyak menyebut Allah SWT".

Jadi, zikir adalah tujuan dari perintah (kewajiban). Lalu Allah SWT. Berfirman ²²⁸ :

إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ ۗ وَلَذِكْرُ اللَّهِ
أَكْبَرُ ﴿٢٢٨﴾

Terjemahnya; "Sesungguhnya shalat itu mencegah dari perbuatan-perbuatan keji dan mungkar. Dan sesungguhnya mengingat Allah SWT. (shalat) lebih besar (keutamannya dari ibadah-ibadah yang lain)"

²²⁷ QS: Al-Ahzab [33] :21.

²²⁸ QS: Al-Ankabut [33] :21.

Dan dia berfirman dalam mensifati orang-orang munafik²²⁹:

وَإِذَا قَامُوا إِلَى الصَّلَاةِ قَامُوا كُسَالَى يُرَاءُونَ النَّاسَ وَلَا يَذْكُرُونَ اللَّهَ إِلَّا قَلِيلًا



Terjemahnya,"Dan apabila mereka berdiri untuk bershalat, mereka berdiri dengan malas. Mereka bermaksud riya' (dengan shalat) di hadapan manusia. Dan tidaklah menyebut Allah SWT. kecuali sedikit sekali".

Rasulullah Saw. bersabda dalam hadis shahih Bukhari²³⁰:

قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : مَثَلُ الَّذِي يَذْكُرُ رَبَّهُ وَالَّذِي لَا يَذْكُرُ مَثَلُ الْحَيِّ وَالْمَيِّتِ

"Perumpamaan orang yang menyebut (berzikir kepada) Tuhannya dan orang yang tidak menyebut (berzikir kepada) Tuhannya, adalah seperti hidup dan mati.

Jika demikian, pesan shalat dan zikir, maka berikut ini akan kami bicarakan masalah shalat kemudian masalah zikir secara menyeluruh dan gamblang.

Coba kita perhatikan secara (lebih) spesifik bahwa setiap perintah Allah SWT. dalam bentuk zikir sudah tercakup seluruhnya dalam shalat. Karena itu shalat merupakan manifestasi yang paling sempurna dan

²²⁹ QS: Al-Nisa' [4] :142.

²³⁰ *Shahih Bukhari*, Jilid IV. Cet Maktabah Dahlan, t.tp, t.th h. 258.

pelaksanaan perintah Alquran untuk berzikir. Ia adalah manifestasi dan wujud yang tertinggal serta paling sempurna dari zikir kepada Allah SWT. selain itu juga merupakan wujud dan manifestasi tertinggi dari ibadah amaliyah, karena perbuatan dan mencakup beberapa kegiatan; rukuk, sujud, dan *qunut*, oleh sebab itu pembicaraan tentang shalat dalam lingkup pembicaraan tentang zikir merupakan titik mula yang benar dan setiap pembahasan.

Allah SWT. memerintahkan setiap Muslim untuk ***bertasbi, bertakbir*** dan membaca ayat-ayat Alquran dalam shalat. Juga diperintahkan untuk membaca ***shalawat*** dan salam kepada Rasulullah Saw., membaca ***tahmid, istigfar***, dan doa. Semua itu adalah zikir.

Setiap zikir mempunyai pengaruh dan dampak positif dalam jiwa manusia, berikut dalam kerja penyuciannya dan pengenalannya terhadap Allah SWT. Dampak dan pengaruh itu betul-betul ada dalam shalat atau dalam setiap zikir yang tercakup didalamnya. Karena itulah shalat merupakan pelaksanaan zikir yang sempurna. Maka dari itu Allah SWT. menjadikan shalat lima waktu itu sebagai kewajiban (bagi kita Umat Islam), dan Rasulullah SAW. mensunahkan beberapa shalat sunnah sebagai tambahan dan penyempurnaan amal-amal kebaikan.

Diantara perintah zikir dalam Alquran adalah firman Allah SWT²³¹

وَكَبِّرْهُ تَكْبِيرًا

²³¹ QS: Al-Isra' [17] :111.

Terjemahnya;

"... dan agungkanlah Dia dengan pengagungan yang sebenarnya"

Allah SWT. telah menjadikan **takbiratul ihram** dalam shalat sebagai kewajiban (rukun yang wajib hukumnya); sedangkan **takbir-takbir** peralihan antara berdiri dan rukuk, dan dari berdiri ke sujud, serta dari sujud ke duduk, Dia jadikan sunnat. Rasulullah Saw. mensunahkan kepada kita untuk bertakbir sebanyak tiga puluh tiga kali setiap setelah shalat **fardhu**. Itu semua adalah penjelasan dan penegasan bahwa Allah SWT. Maha besar dan lebih Agung dari segala sesuatu.

Diantara perintah Alquran adalah firman-Nya:
"Sucikanlah nama Tuhanmu Yang Paling Tinggi, firmanNya²³²

فَسَبِّحْ بِاسْمِ رَبِّكَ الْعَظِيمِ ﴿٧٤﴾

Terjemahnya;

"Maka bertasbihlah dengan menyebut nama Tuhanmu yang maha besar".

Kemudian beberapa ketentuan Alquran ialah²³³

فَسُبِّحَنَّ اللَّهُ حِينَ تُمْسُونَ وَحِينَ تُصْبِحُونَ ﴿٧٤﴾ وَلَهُ
الْحَمْدُ فِي السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَعَشِيًّا وَحِينَ تُظْهِرُونَ ﴿٧٥﴾
تُخْرِجُ الْحَيَّ مِنَ الْمَمِيتِ وَتُخْرِجُ الْمَمِيتَ مِنَ الْحَيِّ وَنُحْيِي الْأَرْضَ
بَعْدَ مَوْتِهَا ۗ وَكَذَلِكَ نُخْرِجُكَ ﴿٧٦﴾

²³² QS: Al-A'la [87] :1.

²³³ QS: Ar-Rum [30] :17-19.

Terjemahnya;

"Maka bertasbilah kepada Allah SWT. di waktu kamu berdiri dipetang hari dan di waktu kamu berada di waktu subuh, dan bagi-Nya-lah segala puji di langit dan di bumi dan waktu kamu berada di waktu zuhur. Dia mengeluarkan yang hidup dari yang mati dan menghidupkan yang mati dan hidup dan menghidupkan bumi setelah matinya. Dan seperti itulah kamu akan dikeluarkan (dari kubur).

Shalat diawali dengan doa puji-puji :

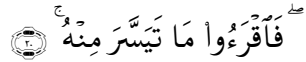
"Maha suci Engkau Ya Allah dan dengan segala keterpujian Engkau dan Maha Agung asma-Mu".

Dalam ruku' kita mengucapkan **Subhana Rabbiyal Azhim** (Maha suci Tuhanku Yang Maha Tinggi). Setiap selesai shalat kita **bertasbi** sebanyak 33 kali.

Karena shalat lima waktu dan shalat-shalat *nawafi* (sunnat) mcmenuhi banyak kesempatan (waktu), maka shalat anda dapatkan sebagai perwujudan nyata dan praktis dari seluruh perintah-perintah tersebut. Dan melalui itulah rasa menyucikan Allah SWT. rasa akan kebesaran dari ketinggian-Nya semakin menghujan di dalam kalbu manusia, begitu juga "rasa dan perasaan" bahwa Dia Pemilik segala puji, sebab Dialah Pemberi nikmat.

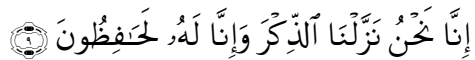
Di antara sekian perintah Alquran, tersebut firman-Nya yang berbunyi²³⁴ :

²³⁴ QS: Al-'Muzzammil [73] :20.



"... maka bacalah apa yang mudah bagimu dari al qur'an

Seperti diketahui Alquran itu adalah zikir (zikir, pengingatan). Allah SWT. Berfirman²³⁵



Terjemahnya; *Sesungguhnya Kamilah yang menurunkan al-qur'an dan sesungguhnya kami benar-benar memeliharanya:*

Membaca (beberapa ayat) Alquran merupakan salah satu rukun shalat. Allah SWT. juga menyuruh kita untuk memuji-Nya: "Dan katakanlah *Alhumdulillah* (Segala Puji bagi Allah).²³⁶

Di antara zikir yang ada dalam shalat adalah *sami'a allahu liman hamidah, rabbana lakal-hamdu* (Maha Mendengar Allah, Zat Yang memiliki segala puji-puji; Tuhan kami, bagi-Mulah segala puji-puji).

Allah SWT. juga memerintahkan pada kita untuk mengucapkan shalawat dan salam kepada Rasulullah Saw, *Assalamu alaika ayyuhan nabiyyu warahmatulaahi wa barakatuh* (Salam dan barakah serta rahmat Allah SWT. atasmu wahai Nabi). *Allahumma Shalli ala Muhammad wa`ala ali Muhamrad* (Ya Allah, sampaikanlah shalawat

²³⁵ QS: Al-Hijr [15] :9.

²³⁶ QS: Al-Isra' [17] :111.

kepada Muhammad dan kepada keluarganya). Allah SWT.²³⁷ menyuruh kita **beristighfar** (meminta ampunan) :

وَأَنْ أَسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ ﴿٢٣٧﴾

Terjemahnya; "...dan hendaklah kamu meminta ampun kepada Tuhanmu dan bertobatlah kepada-Nya ...

Rasulullah Saw. menganjurkan kepada kita untuk membaca **astaghfirullah, astaghfirullah, dan astaghfirullah**, setiap selesai mengerjakan shalat fardu.

Begitulah, shalat berikut seluruh zikir yang ada di dalamnya mencakup seluruh zikir sentral (zikir yang penting). Shalat itu merupakan perwujudan yang paling agung dari perintah untuk berfikir. sebagaimana juga merupakan wujud dari perintah rukuk, sujud, dan merendahkan diri di hadapan-Nya serta wujud dari perintah-perintah lainnya yang serupa. Karena itu shalat merupakan tiang bagi agama Islam. Islam tidak akan tegak tanpa shalat. Seperti disabdakan oleh Rasulullah Saw²³⁸

قَالَ : رَأْسُ الْأَمْرِ الْإِسْلَامُ، وَعَمُودُهُ الصَّلَاةُ، وَذُرْوَةٌ سَنَامِهِ الْجِهَادُ
Pusat dari perkara adalah Islam tiangnya adalah shalat, dan puncak bangunannya adalah jihad

Karena itu seseorang tidak akan berzikir, tanpa shalat. Dengan shalat orang dicatat sebagai golongan

²³⁷ QS: Al-Hud [11] :3.

²³⁸ Imam Turmudzi, *Sunan Turmudzy*, cet Darul Fiqr. Bairut Libanon, Jilid IV, 1994. h. 280.

orang-orang yang banyak berzikir kepada Allah SWT.

Jadi, shalat merupakan wujud dari kegiatan menyucikan Allah SWT., bersyukur kepada-Nya, beribadah kepada-Nya, tunduk kepada-Nya, dan merendahkan diri kepada-Nya. Ia juga merupakan manifestasi yang pertama dari beban tanggung jawab atau kewajiban-kewajiban agama.

Jiwa manusia langsung beralih dan lingkup *ujub* sombong, congkak menuju 'lingkup' sifat-sifat mulia yang terpuji jika shalat berikut zikir-zikirnya bekerja efektif dalam jiwa tersebut. Itu merupakan peralihan bagi jiwa, dari suatu lingkup ke lingkup lainnya dari satu posisi ke posisi yang lebih sempurna.

Demikian kedudukan dan posisi shalat dalam Islam dan dalam perintah zikir. Kita harus melaksanakan shalat dan memfungsikannya sebagaimana mestinya dan sebenar-benarnya; demikian pada zikir.

Shalat ada yang wajib dan ada yang sunnah. Ada yang berulang-ulang setiap hari, ada yang dilaksanakan secara mingguan, ada yang tahunan, dan ada pula yang dilaksanakan pada situasi dan kondisi tertentu.

Shalat memiliki sejumlah zikir yang merupakan unsur dari shalat itu sendiri. Memiliki zikir sebelum pelaksanaannya dan sesudah penunaianya. Semua itu tercurah dan mengalir dalam masalah *ma'rifatullah*, dan proses penyucian jiwa manusia. Itu pulalah diantaranya yang memperkuat pengegakan kewajiban-kewajiban manusia terhadap Allah SWT.²³⁹

²³⁹ QS: Al-Ankabut [29] :45.

إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ ۗ

Terjemahnya; "Sesungguhnya sholat itu mencegah dari perbuatan (perbuatan-perbuatan) dan munkar “

Setelah mengetahui kedudukan shalat dalam masalah zikir, maka kita tahu bahwa zikir di luar shalat menapikan penyempurna dan pelengkap shalat berikut tujuan-tujuannya; dan pada waktu yang bersamaan zikir menjadi sarana yang berpengaruh bagi penegakan shalat.

Melalui kondisi kalbu dalam shalat, seseorang dapat mengetahui keadaan dirinya yang hakiki bersama Allah SWT. Shalat itu tertunaikan dengan sebenar-benarnya jika kalbu itu beranjak naik pada kondisi ruhani yang tinggi dan ruh pun dapat mengenal Allah SWT. Oleh sebab itu shalat bagi Rasulullah Saw. adalah biji-matanya (hal kesayangan yang tiada bandingnya): "Biji matakku (kesayanganku) adalah dalam shalat." Jadi, shalat dan rikir-zikir itu saling menyempurnakan tiada zikir tanpa shalat. Sedangkan shalat tanpa sejumlah zikir yang dapat menghidupkan kalbu dan meningkatkan (derajat) ruh bukanlah shalat yang khusyuk. dan zikir-zikir itu tidak akan mendatangkan hikmah yang sempurna kalau tidak termasuk dalam (unsur) perjalanan ruhani yang benar.

Setelah kita tahu bahwa shalat adalah zikir, dan kita tahu bahwa shalat memiliki zikir-zikir yang ada di dalamnya serta sejumlah zikir yang menyertainya, seperti **azan**, **iqamah**, dan doa antara **azan** dan **iqamah**; maka selanjutnya kita harus tahu bahwa Rasulullah Saw. selalu menyebut Allah SWT. dan

berzikir kepada-Nya setiap saat dan setiap waktu. Itulah sebabnya beliau menganjurkan kepada kita (pembacaan) sejumlah zikir yang meliputi seluruh keadaan kehidupan. Diantaranya adalah zikir-zikir yang berkaitan dengan peristiwa-peristiwa, zikir sehari-hari, zikir tahunan, zikir bulanan, dan zikir untuk seumur hidup. Maka, ada sejumlah zikir yang terikat dengan jumlah, waktu dan tempat, juga ada yang hanya terikat dengan jumlah.

Seorang Muslim harus mengetahui zikir-zikir tersebut. Dan perlu diperhatikan bahwa pada keadaan tertentu zikir dan doa bergabung menjadi satu. Setiap zikir adalah doa amaliah (praktis), dan setiap doa adalah zikir kepada Allah SWT. Karena di dalamnya terhimpun pengakuan, pengenalan, dan pengaduan, permohonan kepada Allah SWT. oleh sebab itu "doa adalah inti ibadah".

Karena hal pertama yang paling penting bagi seorang sufi (penempuh perjalanan ruhani menuju Allah SWT.) adalah ketekunan melakukan zikir, juga karena tidak mudah bagi seseorang untuk menghafalkan zikir dan doa dalam jumlah yang cukup banyak pada tahap awal. Maka para sufi telah membuat tahapan untuk menjadikannya sebagai wiridan harian, dan selalu menekuniya secara kontinu. Yang jelas, konsep perjalanan ruhani (**thariqah**) sangat banyak jumlahnya.

Suatu konsep **thariqah** berperan pada sejumlah zikir. sementara **thariqah-thariqah** lain berperan pada sejumlah zikir yang berbeda. Setiap **thariqah** menyatakan zikir-zikirnya memiliki keistimewaan dalam *zulak*.

Yang perlu saya katakan adalah bahwa seorang **mursyid** yang paripurna adalah pewaris Rasulullah Saw, Warisan yang ia terima dapat dan mampu menghidupkan **sunnah** Rasulullah dalam hal zikir, sebagaimana mampu menghidupkan sunnah beliau dalam hal lainnya. Keterpusatan pada zikir tidak menjadi persoalan; tapi yang sudah tersebar luas di beberapa wilayah adalah bahwa pembaca zikir lainnya yang tidak berdasarkan pada **thariqat** itu hampir merupakan suatu kesalahan. Ini merupakan hal yang melampaui batas dalam agama, dan perasaan seorang pewaris Nabi adalah membasmi dan mengeluarkan hal yang melampaui batas tersebut.

Yang ditekankan disini adalah fungsi dan peran pewaris Nabi. Fungsi dan peran tersebut dengan cara menghidupkan cara, metode, **thariqat** atau konsep perjalanan ruhani Rasulullah Saw ia harus memperhatikan perilaku-perilaku Rasulullah Saw. dalam hal ini. Beliau memberikan santapan rohani kepada seseorang sesuai dengan kondisinya, memberikan beberapa zikir dan mengajarkannya kepada kaum Muslim sesuai dengan kondisinya, dan meninggalkan warisan pada kita (**suri tauladan**) dalam segala hal.

Sejumlah ibadah yang wajib atau yang sunnah, sejumlah doa dan zikir memperdalam **ma'rifatullah** (pengenalan terhadap Allah SWT) di dalam kalbu, sebagaimana juga mendorong kewajiban bersyukur kepada-Nya. Alquran adalah pemikat (kita) pada Allah SWT. pemberitahuan (kita) akan Allah SWT. dan guru yang mengajari kita tentang segala sesuatu. Karena itu Alquran merupakan zikir yang murni.

Oleh sebab itu kita wajib memenuhi hak kita dalam

hal ini semua, agar kita menjadi orang yang benar-benar berzikir (ingat) pada Allah SWT., menjadi orang yang benar-benar kenal (**arifun**) Allah SWT. dan benar-benar menjadi hamba-Nya.²⁴⁰

Ada berbagai peringkat zikirilah, setiap peringkat memiliki jalan tersendiri. Ada zikir yang diucapkan dengan mengeraskan suara, yang hanya dengan mengeraskan suara itu akan membawa hati kepada kekhusyukan. Ada zikir yang hanya diucapkan di dalam hati. inilah zikir orang-orang yang sudah teguh hatinya karena kuat ma'rifatnya. Pada tingkat permulaan, lebih baik zikir itu diucapkan dengan mengeraskan suara.

Setelah itu zikrullah akan merayap naik setingkat demi setingkat keseluruhan diri kita dan turun ke hati, kejiwaan atau ruh, dan akhirnya ketingkat rahasia. Dari peringkat rahasia, zikrullah terus bergerak kepada tingkat yang paling rahasia (**as-sirr**), yaitu rahasia dalam rahasia. Sejauh mana zikrullah nantinya dapat merambah naik ke peringkat-peringkat itu, sangat bergantung kepada karunia dan izin dari Allah SWT. yang berhak menentukannya.²⁴¹

Pembagian Zikir

Zikrullah yang hanya diucapkan oleh mulut, hanya manifestasi dari hati agar tidak melupakan Allah SWT. Zikir senyap atau zikir hati adalah pergerakan emosi atau perasaan. Zikir hati muncul melalui `rasa`,

²⁴⁰ Sa'ad Hawwa, *Jalan Ruhani*, h. 324-330.

²⁴¹ Demikianlah peringkat-peringkat zikir yang disebutkan di sini. Semuanya itu hanya merupakan suatu pendekatan agar kita dapat memahaminya. Namun, hakikat zikir tidak dapat diketahui, kecuali dapat merasakannya secara langsung..

yaitu rasa tentang penzahiran keagungan dan keindahan Allah SWT.

Zikir ruh lahir melalui sinar **nurullah** (caha-Nya) yang dipancarkan oleh keagungan dan keindahan Allah SWT. Zikir peringkat rahasia lahir melalui 'zaug' yang dirasakan dan hasil melihat rahasia Allah SWT. Zikir peringkat rahasia bagi segala rahasia atau zikir rahasia dalam rahasia membawa kita kepada pengertian ayat-ayat ini²⁴²

فِي مَقْعَدِ صِدْقٍ عِنْدَ مَلِيكٍ مُّقْتَدِرٍ ﴿٥٥﴾

Terjemahnya; "Ditempatkan terakhir yang disenangi disisi Tuhan yang berkuasa".

Zikir peringkat terakhir adalah zikir '**Khafiy al-akhfa**' yaitu yang paling dalam dan paling tersembunyi. Ini membawa kita keperingkat perasaan **fana** atau lenyap diri dan perasaan dan berpadu dengan Allah SWT.

Pada akhirnya, tidak seorang pun kecuali Allah SWT. yang mengetahui keadaan seseorang yang telah memasuki peringkat itu, yang didalamnya terkandung semua ilmu. Disitulah ujung atau penambat segala dan setiap sesuatu. Firman Allah S WT.²⁴³

فَإِنَّهُ يَعْلَمُ الْسِّرَّ وَأَخْفَى ﴿٧﴾

Terjemahnya;
"Dia mengetahui yang Rahasia dan yang tersembunyi"

²⁴² QS: Al-Qamar [54] :55.

²⁴³ QS: Thaha [20] :7.

Keuntungan Ber-Zikir

Apabila seseorang telah melewati peringkat zikir *'zikrullah'* itu, seolah-olah akan muncul keadaan ruhania yang baru yang berbeda dengan yang terdahulu yang terzahir pada orang yang berzikir itu. Ruh itu lebih suci dan lebih indah daripada ruh-ruh yang lainnya. Itulah yang disebut dengan 'anak hati' atau 'anak ruh'.

Ketika berbentuk benih, 'anak hati' akan mengajak dan menarik manusia untuk mencari hakikat, selepasnya ia dari yang sahir, 'anak ruh' akan mendorong manusia mencari zad Allah SWT. yang Maha Tinggi. Ruh baru yang disebut 'akhlak' tersebut dengan segala potensinya belum tentu ada di dalam diri setiap orang ia hanya ada pada mukmin sejati dan suci.

Apapun yang kita lakukan, secara jasmani hendaknya kita mengikuti jalan yang lurus. Perbuatan mengikuti jalan yang lurus ini hanya dapat dilakukan dengan cara mematuhi dan memelihara syariat agama kita (Islam). Oleh karena itu, setiap orang hendaknya sadar dan senantiasa mengingat Allah SWT. (zikrullah) di waktu siang dan malam, baik secara zahir maupun secara batin. baik mereka yang memandang hakikat (yaitu Allah SWT), zikrul lah adalah wajib hukumnya atau tidak boleh ditinggalkan. mengapa harus meninggalkannya padahal ia adalah sumber ketegangan hati dan jiwa? Firman Allah SWT²⁴⁴

فَاذْكُرُوا اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِكُمْ

Terjemahnya;

"...ingatlah Allah SWT. diwaktu berdiri, di waktu duduk,

²⁴⁴ QS: An-Nisa' [4]:103.

dan di waktu berbaring”

Berfikirilah mengingat Allah SWT. di setiap gerak dan detik, setiap berdiri dan duduk, setiap berjalan dan berbaring, karena perbuatan itu menambah *taqarrub* atau kedekatan kepada Allah SVVT. bukankah setiap disebut naman Allah SWT. Dia berada bersama-Nya? Firman Allah SWT.²⁴⁵

الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَطْلًا تُسَبِّحُكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ﴿١٣١﴾

Terjemahnya; "Orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri dan duduk, maupun dalam keadaan berbaring, dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi seraya berkata: "ya Tuhan kami, Tidakkah Engkau menciptakan ini dengan sia-sia. maha Suci Engkau, maka peliharalah kami dari siksa neraka !.

Orang yang senantiasa mengingat Allah SWT. akan selalu diingat pula oleh Allah SWT. bahkan Allah SWT. lebih sering mengingatnya dan lebih spontan dari pada dirinya sendiri. Bukankah ini suatu keuntungan yang tidak dapat ditandangi oleh keuntungan lainnya?. Betapa seorang hamba-Mu menyianiyakan-Nya!

²⁴⁵ QS: Ali-Imran [3] :191.

Syarat Untuk Berzikir

Salah satu syarat untuk bersyikir adalah membersihkan badan (wudhu atau mandi) dan ***khusyu'*** berkonsentrasi mengingat Allah SWT. tidak menging yang lain kecuali Allah SWT.

Pada tingkat awal berzikir hendaknya dilakukan dengan lisan, yakni dengan mengeraskan suara agar lebih merasuk ke dalam diri kita. Bacaan zikir yang paling baik adalah ***Laa Ilaha Ilallah***. Zikir ini hendaknya dibaca dengan penuh kesadaran dan penuh kekhusyukan (konsentrasi).

Dengan cara seperti itu, hal yang mendengar sebutan zikir tersebut akan bersinar karena cahaya zikrullah di dalam hati. Ketika itu hati akan menerima suatu tenaga baru yang menjadikannya hidup. Bukan saja hidup di dunia, bahkan cahaya itu akan terus hidup di akhirat Allah SWT. menggambarkan hidup yang kekal itu dalam firmanNya.²⁴⁶

لَا يَذُوقُونَ فِيهَا الْمَوْتَ إِلَّا الْمَوْتَةَ الْأُولَىٰ وَوَقَّعَهُمْ
عَذَابَ الْجَحِيمِ ﴿٥٦﴾

Terjemahnya; "Mereka tidak akan merasakan kematian di sana, kecuali kematian di dunia. Dan Allah SWT. memelihara mereka dari azab neraka".

Orang-orang mukmin sebenarnya tidak mati, meskipun kita melihat mereka pindah dari kehidupan dunia. Namun perpindahan itu sama dengan perpindahan dari kehidupan yang satu menuju kehidupan yang lain.

²⁴⁶ QS: Ad-Dukhan [46] :56.

Tegasnya suatu perpindahan dari kehidupan dunia yang *fana'*, menuju ke kehidupan yang *baqa'* yaitu kehidupan di akhirat.

Diriwayatkan bahwa para Nabi dan mereka yang dekat dengan Allah (Sufi dan Wali-wali Allah SWT) terus beribadah di dalam kubumya, sebagaimana mereka beribadah di dalam rumah mereka. Maksud ibadah itu adalah zikrullah dengan ruh mereka, bukan shalat dengan gerakan jasmani, seperti rukuk, sujud, berdiri, dan duduk, sebagaimana yang kita lakukan selama di dunia. Zikrullah dengan hati adalah satu tanda yang paling kokoh untuk menentukan apakah seseorang itu adalah mukmin yang sebenarnya atau bukan.

BAB X

PENGAWASAN DIRI (*MURAQABAH*) DAN MENGOREKSI DIRI (*MUHASABAH*)

A. Pengertian *Muraqabah*

Muraqabah, istilah ini diterapkan pada konsentrasi penuh waspada, dengan segenap kekuatan jiwa, pikiran, dan imajinasi, serta pemeriksaan yang dengannya sang hamba mengawasi dirinya sendiri dengan cermat. Selama *muraqabah*-nya berlangsung, sang hamba mengamati bagaimana Allah SWT. *maujud* dengan jelas dalam kosmos dan dalam dirinya sendiri.²⁴⁷

Muraqabah adalah mengadakan pengawasan pada diri dan perbuatannya, sebab selalu merasa bahwa Allah SWT, melihat dan selalu mengawasi segala hidup dan tindakannya pula. Dalam hal ini *muraqabah* sangat erat kaitannya dengan ihsan.²⁴⁸

Malu secara umum ini disinggung dalam hadis Rasulullah Saw. "Maluh kalian kepada Allah SWT. dengan sebenar-benar malu". Mereka berkata, "Sesungguhnya kami malu, wahai Rasulullah". Beliau menjawab, "Bukanlah malu seperti ini. Tetapi, barang siapa malu kepada Allah SWT. dengan sebenar-benar malu,

²⁴⁷ Amatullah Armstrong, *Khazanah Istilah Sufi, Kunci Memasuki Dunia Tasawuf*, Mizan Bandung, cet. II, 1998. H. 197.

²⁴⁸ Untuk memperdalam kajian dan pemahaman kita tentang *muraqabah*, dapat dihubungkan dengan masalah ihsan pada Bab I Bagian A. Dan kedua masalah ini memang sangat berhubungan dan bahkan tidak dapat dipisahkan..

hendaknya ia memelihara pikiran, perut dan makanannya. Serta hendaknya ia selalu mengingat kematian dan bersabar dalam menghadapi cobaan. Dan barang siapa menginginkan akhirat, hendaknya ia meninggalkan kemewahan dunia. Barang siapa melaksanakan hal itu, sungguh ia benar-benar malu kepada Allah SWT.

Pengertian kata malu secara khusus adalah sebagaimana yang telah diriwayatkan dari sahabat Utsman bin Affan R.A. Beliau berkata, "Sungguh aku telah mandi di rumah yang gelap, maka aku menundukkan diriku karena malu kepada Allah SWT.

Dari Ahmad bin Shalih dia berkata, "Saya mendengar Muhammad bin Abbas al-Muadzbin berkata, sahabat karibku berkata kepadaku, jagalah perkataan ini, sesungguhnya malu dan cinta selalu bersama dalam hati. Apabila keduanya bertempat pada hati yang; **zuhud** serta **wara'**, maka akan kekal di dalamnya. jika tidak, maka ia pergi meninggalkannya".

Malu adalah menundukkan ruh, agar mengangungkan Allah SWT. sedangkan, cinta adalah bersenang-senangnya dalam keindahan Allah SWT. Apabila keduanya berkumpul menjadi satu, maka tercapailah cita-cita yang agung.

Berkata Dzun al-Nun, "Malu adalah adanya rasa takut dalam hati dengan penyesalan atas perbuatan di masa lalu."

Ibnu `Atha' berkata, "Ilmu yang agung adalah rasa takut dan malu. Apabila keduanya hilang, maka tidak akan ada kebaikan sedikitpun pada hamba.

Abu Sulaiman meniatkan, "Sesungguhnya hamba itu beramal atas empat derajat yaitu: karena takut, karena mengharap balasan, karena mengagumkan dan beramal karena malu. Yang paling mulia diantaranya adalah

beramal karena malu, karena ia yakin bahwa Allah SWT. Maha Melihat dalam setiap keadaan. Rasa malu golongan ini melebihi rasa malu orang-orang durhaka".

Sebagian ulama yang lain mengatakan, "Pada umumnya, rasa *ta'dhim* kepada Allah SWT. selalu hinggap pada hati orang-orang yang malu kepada Allah SWT., karena mereka selalu merasa diawasi oleh-Nya.

Muraqabah itu ada dua tingkatan: ***muraqabah al-Shiddiqin*** dan ***muraqabah ashhab al yamin.***

Tingkatan pertama (*muraqabah al-Shiddiqin*) adalah *muraqabah* orang-orang yang dekat dengan Allah SWT. dan juga orang-orang yang benar imannya, karena hati mereka telah tenggelam dalam keagungan-Nya, luluh atas kebesaran-Nya dan tidak mungkin untuk berpaling kepada selain-Nya. Anggota badannya tidak lagi bergerak kecuali hanya untuk taat kepada Allah SWT. Badannya tidak lagi dipaksa untuk beribadah (sudah bergerak sendiri karena terbiasa), sehingga dia tidak tergelincir dari jalan yang licin.

Tingkatan kedua (*muraqabah ashhab al-yamin*) adalah *muraqabah* orang-orang yang *wara*. Hati dan badan mereka telah mendapat perhatian dari Allah SWT. Mereka bisa melihat Allah SWT, di dunia dengan mata hati.²⁴⁹

B. Pengertian Muhasabah

Al-Muhasabah ialah analisis terus-menerus atas hati berikut keadaannya yang selalu berubah. Selama *muhasabah*, orang yang merenung pun memeriksa gerakan hati yang paling tersembunyi dan

²⁴⁹ *Jalan Menuju Tuhan*, 62-63.

paling rahasia. Dia menghisab dirinya sendiri sekarang tanpa menunggu hingga hari Kebangkitan.²⁵⁰

Al-muhasabah ialah mengoreksi diri, yakni melihat dan merenungi kembali segala apa yang telah diperbuat dimasa lampau dan memantau (merenungi) apa yang akan terjadi di masa yang akan datang.

Dengan *Muhasabah*, seorang muslim berpegang teguh kepada kitab Allah SWT. dan menjaga diri dari larangan-larangannya akan selalu menegakkan hukum-hukum Allah SWT. dan selalu konsekuen berpegang kepada ajaran-ajaran agama Islam.

Kata Imam al-Ghazali bahwa hukum *al-muhasabah* adalah wajib. Sedangkan ilmu yang tersirat dalam *al-muhasabah* adalah lalhimya keyakinan bahwa Allah SWT. selalu menghitung amal perbuatan manusia. Dengan demikian, *al-muhasabah* mewajibkan sikap ***al-'tisiram***. Perbedaan *al-i'tisham* dengan *al-istiyamah* adalah *al-i'tisham* berpegang teguh kepada kitab Allah SWT. dan menjaga ke-ajek-an dan sikap *i'tidal* (tegak) dalam persoalan yang harus dijaga.²⁵¹

C. Hakekat *muraqabah* dan Faedahnya

Al-Muraqabah hakekatnya ialah pengawasan, kata `Awarif al-Ma'arif, ia menyebutnya sebagai renungan disertai rasa takut.²⁵²

Puncak dari derajat malu dan *muraqabah*, adalah ihsan. Malu dan *muraqabah* akan membuahkan

²⁵⁰ *Kunci Memasuki Dunia Tasawuf*, op. cit. h. 183.

²⁵¹ Imam al-Ghazali, *Mihrab*, h. 183.

²⁵² Syaikh Syihabuddin Umar Suhrawardi, *Awarif al-Ma'arif* h.205.

perlindungan dan pemeliharaan dari Allah SWT. Malu adalah *maqam* pertama dari *maqam* orang-orang yang mendekati diri kepada Allah SWT. sebagaimana taubat adalah *maqam* pertama dan orang yang bertaqwa.²⁵³

Seorang hamba akan merasa malu apabila ia mengetahui bukti semua perilakunya selalu diawasi Allah SWT. Bahkan, juga, wajib mengakui kesalahan dan kekurangannya di hadapan Allah SWT.

Dengan mengetahui kesalahan dan aibnya, maka seorang hamba akan mempunyai rasa malu kepada Allah SWT. Hatinya tertunduk karena malu, sehingga ia terdorong untuk meninggalkan larangan-laranyan-Nya serta melaksanakan kewajiban.

Menurut Syaikh Fadhlalla Haeri *muraqabah* adalah mendekati diri. Kegiatan ini dilakukan untuk memantapkan dan menenangkan kondisi batin seseorang. Dengan praktek mendekati diri, akan muncul kepekaan yang semakin besar yang menghasilkan kemampuan untuk mengalami pembekuan batin.²⁵⁴

Adapun *muraqabah dan ihsan* adalah dua kata yang saling berkaitan dan mempunyai satu makna. Buah dan *muraqabah* adalah terpeliharanya seorang hamba dari bisikan nafsu dan terselesaikannya segala permasalahan. Adapun jalan *muraqabah* adalah merasa malu, baik secara umum maupun secara khusus.

Kriteria keberhasilan dalam perjalanan menuju Allah SWT. adalah pencapaian (*wushul*) ke *maqam ihsan* yang tersebut dalam hadis Rasulullah Saw²⁵⁵. (Lihat Bab I)

²⁵³ *Pilar-pilar Ruhani*, h. 61.

²⁵⁴ Syaikh Fadhlalla, *Jenang-jenang Sufisme*, h. 112.

²⁵⁵ Bukhory Muslim, op. cit.

إِلَّا حَسَانٌ أَنْ تَعْبُدَ اللَّهَ كَمَا تَرَاهُ ، فَإِنْ لَمْ تَكُنْ تَرَاهُ فَإِنَّهُ يَرَاكَ
Artinya; "Kamu beribadah kepada Allah SWT. seolah-olah kamu melihat-Nya, Jika kamu tidak melihat-Nya maka sesungguhnya Dia melihat engkau ".

Hal inilah yang diungkapkan dengan dua unsur yakni; *muhasabah* dan *Muraqabah*. *Muraqabah* adalah merasakan bahwa Allah SWT. melihatmu. Sedangkan *muhasabah* adalah kamu beribadah kepada-Nya seolah-olah kamu melihat-Nya.

Muraqabah adalah keadaan kontemplatif yang didalamnya ia memperlihatkan Allah SWT. Yang selalu memelihara dan mengawasinya. Inilah esensi zikir berkenaan dengan *muraqabah*, jika ia kelelahan, dan diliputi oleh banyak godaan dan pikiran, maka ia bisa beristirahat dengan tidur sebentar sehingga nafsnya beristirahat, setelah itu kembali mengerjakan amal dengan perasaan senang.

Tentang keutamaan *muraqabah*, jibril a.s. pernah bertanya tentang ihsan ialah rasulullah Saw. menjawab "Engkau beribadah kepada Allah SWT. seolah-olah engkau melihat-Nya (HR. Bukhari dan Muslim) lihat konteks hadis di atas. Kemudian sambungan hadisnya bahwa "Jika engkau tidak melihat-Nya, sesungguhnya Dia melihat engkau, " jadi makna yang dikandung dalam hadis ini adalah keadaan mawas diri kepada Allah SWT. (*muraqabah*), sebab mawas diri adalah kesadaran hamba bahwa Allah SWT. senantiasa melihat dirinya. Tetapi dalam kesadaran ini merupakan *muraqabah* kepada Allah SWT. Inilah sumber kebaikan baginya. Firman Allah SWT.²⁵⁶

²⁵⁶ QS: Al-Alaq [96] :14.

أَلَمْ يَعْلَم بِأَنَّ اللَّهَ يَرَىٰ ﴿١٤﴾

Terjemahnya; "Tidak dia mengetahui bahwa sesungguhnya Allah SWT. melihat segala perbuatannya?"

Demikian firman-Nya²⁵⁷

وَالَّذِينَ هُمْ لِأَمْتِنَتِهِمْ وَعَهْدِهِمْ رَاعُونَ ﴿٣٢﴾ وَالَّذِينَ هُمْ
بِشَهَادَتِهِمْ قَائِمُونَ ﴿٣٣﴾

Terjemahnya "Dan orang-orang yang memelihara amanat-amanat (yang dipikulnya) dan janjinya. Dan orang-orang yang memberikan kesaksiannya.

Diceritakan bahwa seorang Syaikh mempunyai seorang murid mudah yang dihormatinya dan diutamakannya, lalu sebagian kawannya berkata kepada Syaikh; "bagaimana engkau menghormati anak mudah ini padahal kami lebih tua?". Kemudian Syaikh meminta sejumlah burung dan memberikan seekor burung kepada setiap orang dan mereka berikan sebila pisau seraya berkata: masing-masing kalian hendaklah menyembelih burung di tempat yang tidak dilihat oleh siapa pun. Kemudian ia pun menyerahkan burung berikut sebila pisau kepada murid mudah tersebut dan berkata kepadanya dengan perkataan yang sama. Kemudian masing-masing mereka kembali dengan membawa burung yang telah disembelih, kecuali murid mudah yang kembali dengan membawa burung yang

²⁵⁷ QS: Al-Ma'arij [70] :32-33.

diberikan dalam keadaan masih hidup di tangannya. Syaikh lalu bertanya; mengapa kamu tidak menyembelohnya sebagaimana yang dilakukannya kawan-kawanmu?, murid mudah itu menjawab "Aku tidak menemukan tempat dimana Aku tidak dilihat oleh siapa pun, karena Allah SWT. senantiasa melihatku di setiap tempat". Akhirnya mereka mengakui kebaikan *muraqabah* anak mudah tersebut berkata anda berhak dihormati.²⁵⁸

D. Hakekat *Muhasabah* Dan Faedahnya

Seperti disebutkan di atas, kalau hakekat *muraqabah* adalah pengawasan, atau perenungan yang disertai dengan rasa takut, maka dalam bagian ini *al-muhasabah* adalah `koreksi diri'²⁵⁹, yakni dari segala perbuatan yang telah lalu dan memikirkan lebih mendalam tentang apa yang akan diperbuat di masa yang akan datang.

Muhasabah adalah melihat kembali segala yang telah terjadi dan memantau yang akan terjadi, menurut ijma' hukumnya adalah wajib. Sedangkan ilmu yang tersirat dalam *al-muhasabah* adalah lahirnya keyakinan bahwa Allah SWT. selalu menghitung amal perbuatan manusia. Dengan demikian *al-muhasabah* mewajibkan sikap *al-l'tisham* yakni berpegang teguh kepada Kitab Allah SWT. dan menjaga ketentuan-ketentuan-Nya, sedangkan *istiqamah* adalah ke-ajek-an dan sikap *i'tidal* (tegak) dalam persoalan yang harus dijaga.²⁶⁰

²⁵⁸ *Intisari Ihya' Ulumuddin*, h. 138.

²⁵⁹ *Awarif al-Ma'arif*, op. cit., h. 205.

²⁶⁰ Lihat Kembali *Mihrab* h. 183.

Tentang, keutamaan *muhasabah*, Allah SWT. Berfirman.²⁶¹

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ

Terjemahnya; "Hai orang-orang yang beriman, bertaqwalah kepada Allah SWT. dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat). "

Ini adalah isyarat kepada kita tentang muhasabah terhadap amal perbuatan yang telah dikerjakan. Oleh karena itu Umar R.A. berkata "Hisablah dirimu sebelum kamu dihisab, dan timbanglah dia sebelum kamu ditimbang."²⁶²

Demikian kata imam al-Ghazali, bahwa hakekat *muraqah* adalah mengoreksi dan memikirkan apa yang telah diperbuat di masa lalu dan apa yang akan diperbuat dimasa yang akan datang. Berdasarkan ijma' sunat, hukum *muhasabah* adalah wajib. Faktor yang menyebabkan seseorang mau *ber-muhasabah* adalah keimanan dan keyakinan bahwa Allah SWT. akan menghui amal semua hamba-Nya. Jika amalannya baik, maka Allah SWT. Akan memberikan balasan yang baik pula. Sebaliknya, jika amalannya buruk, maka ia akan mendapatkan balasan yang buruk pula.²⁶³

Muhasabah bermakna timbangan dalam diri setiap manusia. Dikatakan bahwa jika anda ingin mengetahui kekurangan anda dari kesempurnaan seharusnya dicapai, atau ingin mengetahui keteledoran anda dari

²⁶¹ QS: Al-Hasr [59] :18.

²⁶² Hadis ini dikutip oleh Imam al-Ghazali, lihat *Ihya' Ulumuddin*, h. 195.

²⁶³ *Jalan Menuju Tuhan*, h . 123.

keparipurnaan seharusnya anda upayakan, maka carilah kedua *maqam*, di atas yang terdapat di dalam hati anda; karena hal itu merupakan timbangan yang tidak pernah salah. Jika anda menemukan *muraqabah* (pengawasan) atau *muhasabah* (koreksi diri) di dalam hati anda, maka anda adalah orang tengah berjalan atau berhasil dalam perjalanan (menuju Allah SWT). Maka berupayalah sekuat tenaga untuk *wushul* (sampai ke tujuan). Itulah makna terhadap pengenalan jati diri yang paling tinggi, dengan pengenalan tersebut. maka mudah untuk mengenal Allah SWT (*ma'rifatullah*).

Peranan *muraqabah* dan *muhasabah* dalam segala aspek kehidupan sangatlah penting, baik menyangkut urusan keduniaan terlebih pada urusan keakhiratan. Sebab keduanya dapat menghasilkan nilai yang baik dan menjadi sebuah keutamaan dalam diri seseorang.

Faedah *muhasabah diri*:

- a. Untuk mengenali aib atau kekurangan diri sendiri. Orang yang tidak mengenali kekurangannya, mustahil baginya untuk menghilangkan kekurangannya.
- b. Supaya mengetahui akan hak Allah SWT. yang wajib atas dirinya. Akhirnya orang-orang menghisab dirinya atau *muhasabah* terhadap nafsunya, akan terbuka pintu baginya untuk merendahkan diri dan bertaqarrub kepada Allah SWT. Merasa kecil dihadapan Allah SWT. dan merasa bahwa sesungguhnya keselamatan itu tidak akan

tercapai kecuali atas ampunan dan rahmat Allah SWT.²⁶⁴

E. Perwujudan *Muraqabah* Dan *Muhasabah*

Muraqabah dan muhasabah: adalah dua hal yang merupakan tangga atau jenjang untuk mencapai pendekatan diri kepada Allah SWT. Tentu setelah melewati anak tangga lainnya. Dapat tercapainya hasil tersebut, setiap diri manusia dituntut agar menjaga dan mempertahankan nilai-nilai ihsan (perilaku baik dan benar) sepanjang waktu, yakni harus dengan jalan "*Istiqamah*" terhadap kedua ketentuan di atas, dan disertai berbagai perilaku baik lainnya.

Manusia, dalam segala ihwal keadaan untuk, tidak terlepas dari gerak dan diam. apabila ia merasakan *muraqabahtullah* (pengawasan) pada semua aspek dengan niat perbuatan yang baik dan menjaga adab, maka ia adalah orang yang telah berhasil melakukan *muhasabah* (timbangan) pada dirinya dan mendapat pujian dari Allah SWT.

Dalam ketaatan *muraqabah*-nya ialah dengan ikhlas, menyempurnakan, menjaga adab, dan melindunginya dari berbagai cacat. Dalam kemaksiatan *muraqabah*-nya ialah dengan `taubat', melepaskan, malu dan sibuk melakukan *tafakkur*.

Dalam hal *mubah* (samar-samar), maka *muraqabah*-nya adalah dengan menjaga adab kemudian menyaksikan pemberi nikmat dalam kenikmatan yang di dapat dan mensyukurinya.²⁶⁵ Ibarat sebuah usaha perdagangan, didalam-Nya terjamin

²⁶⁴ Muhammad Isa Slamet, *Penawar Jiwa dan Pikiran*, h. 73.

²⁶⁵ *Intisari Ihya'* . h. 139.

unsur mitra kerja dengan pengusaha yang lain, untuk itu sebelumnya harus dibuat syarat (*musyarathah*) kemudian diadakan pengawasan (*musyarathah*), dan kemudian diadakan (*muhasabah*).

Maka menjadi keharusan bagi setiap orang yang beriman kepada Allah SWT. dan akhirat untuk tidak lalai melakukan *muhasabah* terhadap jiwanya, memperketat dalam berbagai gerak. diam, lintasan dan langkah-langkahnya.²⁶⁶

F. Dampaknya pada Hubungan terhadap Allah SWT. (*Habluminallah*), dan Hubungan Terhadap Sesama Manusia (*Habluminannas*)

Dalam semua keadaan, seorang hamba tidak terlepas dari ujian yang harus disikapi dengan kesabaran, dan nikmat yang harus disyukuri. Semua itu adalah ***muraqabah***. Bahkan dalam semua keadaan, seorang hamba tidak terlepas dari: 1) *fardu* Allah SWT. kepada-Nya yang harus dilaksanakan, 2) atau larangan yang harus dihindari, atau ujian yang dianjurkan kepadanya agar ia segerah mendapatkan ampunan Allah SWT. 3) atau hal yang memberikan kemaslahatan jasa dan batinnya disamping menjadi dukungan terhadap ketaatannya. Masing-masing dari hal tersebut memiliki batasan-batasan yang harus dijaga dengan *senantiasa muraqabah*. firmanAllah SWT:"²⁶⁷

²⁶⁶ Ibid., h. 136.

²⁶⁷ QS: At-Thalaq [65] :1.

وَمَنْ يَتَعَدَّ حُدُودَ اللَّهِ فَقَدْ ظَلَمَ نَفْسَهُ ۖ

Terjemahnya

"Dan barang siapa yang melanggar batas-batas Allah SWT. maka sesungguhnya dia telah berbuat zalim terhadap dirinya sendiri":

Seorang hamba harus mengontrol dirinya dalam semua waktu melalui tiga cara tersebut di atas. Jika telah menyelesaikan berbagai kewajiban dan mampu melakukan berbagai keutamaan maka hendaklah ia mencari amal yang paling utama untuk ditekuninya. Jika luput mendapatkan tambahan keuntungan padahal ia mampu untuk mendapatkannya, maka ia menjadi orang yang terperdaya.²⁶⁸

Berbagai keuntungan diperoleh melalui berbagai keutamaan yang istimewa. Dengannyalah seseorang hamba menjadikan bagian dunianya untuk akhirlatnya, sebagaimana firman Allah SWT :²⁶⁹

وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا ۗ

Terjemahnya;

"Dan janganlah kamu melupakan bagianmu dari (kenikmatan) dunia.

Demikianlah *muraqabah* dengan senantiasa mengawasi amal perbuatan kita masing-masing.

²⁶⁸ *Intisari Ihya'*, h. 139.

²⁶⁹ QS: Al-Qashash [28] :77.

Kesimpulan yang dapat disimak adalah seseorang yang menanamkan (menciptakan) dua faktor (muraqabah dan muhasabah) yakni mawas diri dan koreksi diri selalu ada, maka:

Pertama; orang yang *muraqabah dan muhasabah* kepada Allah SWT. dalam benaknya, niscaya Allah SWT. akan menjaga anggota badannya.

Kedua; orang yang mewujudkan *muraqabah dan muhasabah* hanyalah karena semata-mata takut akan kehilangan bagian dari Allah SWT. tidak karena yang lain, maka kepada siapa pun, dimana pun dan kapan pun juga ia selalu mendapat penghargaan (keutamaan) dari orang lain, baik dari teman, keluarga, pimpinan (atasan).

BAB XI

QANA'AH DAN SYUKUR

A. Pengertian *Qana'ah dan Syukur*

Akar kata *qana'ah* adalah *qana'a*, pelakunya disebut *qani'*, sedangkan *qunu* secara bahasa adalah meminta dan merendahkan diri. Intinya adalah tunduk.²⁷⁰

Al-Farra' berkata bahwa *qani'* adalah orang yang meminta kepadamu apa yang telah kamu berikan sebelumnya.

Jadi, *qana'a* adalah rela terhadap pemberian atau pasrah. Ia disebut juga dengan *qan'u*, *quit'* dan *aqni'ah*, yaitu sesuatu yang rela menerimanya (puas).²⁷¹

Seorang penyair berkata :

Mereka berkata, "Engkau telah makmur"

Lalu berkata, "tidak, akan tetapi aku makmur karena *qana'ah*."

Kedudukan *qana'ah* hampir serupa dengan sifat rela, menurut pendapat sebagian pakar ilmu, *Qunu'* kadang kala sebanding dengan *ridha*, sedangkan *qani'* (orang yang *qana'ah*) sebanding dengan *radhi* (orang yang *ridha*).

Al-Qana'ah adalah menemukan kecukupan di dalam apa yang ada dan tidak menginginkan apa yang

²⁷⁰ Muslih Muhammad, *Al 'illaj ar-Rabbani li-Maradh al-'Ashran-Nafsani*, diterjemahkan "Membangun Kesehatan Jiwa", cet. I. Pustaka Hidayah Bandung, 1986, h. 49.

²⁷¹ Ibid.

tidak ada,²⁷² merasa cukup apa yang diterima dan telah dimiliki.²⁷³

Diriwayatkan oleh Jabir bin Abdullah bahwa Rasulullah saw. telah bersabda: "*Qana'ah (menerima pemberian Allah SWT) adalah harta yang tidak pernah sirna.*"²⁷⁴

Sebagian besar *mufassir* mengatakan bahwa kehidupan yang baik untuk direalisasikan di dunia adalah *al-Qana'ah*, ia merupakan sifat pemberian Allah SWT.

Qana'ah adalah selalu merasa cukup dengan apa yang telah ada dan tidak memiliki keinginan mengejar-ngejar apa yang tidak ada. Sedangkan *syukur* adalah merasa senang dan bahagia, serta rela menerima nikmat Allah SWT. yang telah didapatkan.

Selain itu *qana'ah* adalah rela menerima pemberian Allah SWT. Sedangkan *syukur* buahnya yaitu suka cita, termasuk salah satu *maqam* para penempuh jalan ruhani (*salikin*). *Syukur* juga tersusun dari ilmu, *hal* (kondisi spiritual) melahirkan amal perbuatan.²⁷⁵

Sedangkan pengertian *syukur* biasanya *ridha* selalu bersama dengan *syukur*, bahkan *syukur* itu biasanya selalu menyertainya, dimana setiap kali *syukur* itu bertambah, setiap kali *ridha* itu bertambah dalam pula.

Hakikat *syukur* bagi ahli *tahqiq* adalah mengakui nikmat yang diberikan oleh sang pemberi nikmat secara *tawadhu*, atas dasar inilah Allah SWT. mensifati diri-Nya

²⁷² *Risalah*, Op. Cit, h. 174.

²⁷³ *Mihrab*, h. 208.

²⁷⁴ HR. Thabrani dikutip oleh al-Qusyairi, *Risalah*, h. 173.

²⁷⁵ *Intisari Ihya'* h. 366.

dengan "Asy-syukur" yang bermakna bahwa Allah SWT. memberi pahala bagi hambanya yang selalu *bersyukur*, lalu pahala dari *syukur* itu disebut dengan "syakur", biasa juga dikatakan bahwa hakikat daripada *syukur* itu adalah memuji kepada orang yang berbuat baik, dengan menyebut kebaikannya, lalu yang membuat baik *bersyukur* kepada Allah SWT. dengan memuji kepada-Nya serta taat kepada-Nya.²⁷⁶

Imam al-Qusyairi berkata bersyukur Allah SWT. adalah pemberi balasan yang melimpah bagi amal yang sedikit, seperti kata pepatah, "Seekor binatang dikatakan *bersyukur*, jika ia mencari makanan melebihi jerami yang diberikan kepadanya."²⁷⁷

Kita mungkin dapat mengatakan bahwa hakikat *bersyukur* adalah memuji Sang Pemberi kebaikan dengan mengingat-ingat anugerah yang telah diberikan-Nya, senantiasa berusaha untuk selalu mencari ridha-Nya, *syukur* dibagi menjadi: *Syukur* dengan lisan, yang berupa pengakuan atas anugerah dalam derajat kepasrahan, dan *syukur* dengan tubuh, yang berarti mengambil sikap setia dan mengabdikan; *syukur* dengan hati adalah tentram dalam latar *musyahadah* dengan terus menerus melaksanakan pemuliaan.²⁷⁸

B. Urgensinya dalam Kehidupan Manusia

Seperti penjelasan di atas bahwa *syukur* tersusun dari *ilmu*, *hal* (kondisi spiritual) kemudian *hal* menimbulkan *amal perbuatan* maka; *Ilmu* adalah mengetahui nikmat dari pemberi nikmat. *Hal* adalah

²⁷⁶ *Ilmu Jiwa Dalam Tasawuf*, h. 251.

²⁷⁷ *Ibid*, h. 195.

²⁷⁸ *Ibid*, h. 196.

kegembiraan yang terjadi karena pemberian ni'mat-Nya. Sedangkan *perbuatan* adalah melaksanakan apa yang menjadi tujuan pemberi nikmat dan apa yang dicintai-Nya.

Dasar pertama: *Ilmu*, yakni seseorang belum *bersyukur* kecuali dengan mengetahui bahwa semua yang ada di alam ini adalah berasal dari diri-Nya. Jika terbesit keraguan dalam masalah ini di dalam diri, maka tidak akan mengetahui ni'mat dan pemberi nikmat.

Dasar kedua: *Hal* (kondisi spiritual). *Syukur* hanya terjadi apabila ia telah memenuhi syaratnya, yaitu hendaknya kegembiraan seseorang ditujukan kepada Pemberi ni'mat bukan kepada nikmat itu sendiri.

Dasar ketiga: *Amal* perbuatan sesuai dengan tuntutan kegembiraan yang terjadi dari pengetahuan tentang Pemberi nikmat. Amal perbuatan ini berkaitan dengan hati, lisan dan anggota badan.

Syukur lisan ialah menampakkan rasa *Syukur* kepada Allah SWT dengan berbagai pujian kepada-Nya. Sedangkan kaitannya dengan anggota badan ialah mempergunakan ni'mat-ni'mat Allah SWT. untuk menta'ati-Nya dan tidak menggunakannya sebagai sarana bermaksiat kepada-Nya.

C. Manfaat dalam Kehidupan Sehari-Hari yakni pada *Habluminannas* dan *habluminnallah*

Orang yang *bersyukur* selalu meningkat karena ia berada dihadapan nikmat. "Allah SWT. berfirman²⁷⁹

لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ ۖ

²⁷⁹ QS: Ibrahim [14] :7.

Terjemahnya;

"Jika kamu bersyukur, niscaya Aku akan menambahkan (nikmat-Ku) kepadamu".

Mensyukuri kenikmatan adalah wajib, dan bersyukur bagian dari keimanan. Adapun keadaan spiritual yang tumbuh akibat bersyukur adalah rasa senang dan gembira atas kenikmatan Allah SWT. Kegembiraan itu sendiri merupakan syukur, karena itu adalah hakikatnya.²⁸⁰

Dalam suatu cerita disebutkan, "seorang laki-laki melihat seorang bijaksana sedang mengunyah potongan-potongan sayur dibuang di tempat air, dan berkata kepadanya. "Jika saja anda mau mengabdikan kepada sultan, niscaya anda tidak perlu makan makanan begini. Orang bijak itu menjawab, seandainya saja anda mau *berqana'ah* dengan makanan begini, niscaya anda tidak perlu mengabdikan kepada sultan."²⁸¹

Dari kisah di atas mengandung makna bahwa seseorang yang dalam dirinya telah tertanam sifat *qana'ah* dan rasa *syukur*, ia tidak gentar dan resah menjalani hidup, meskipun dalam keadaan hidup apa adanya.

Banyak orang tidak pernah kelihatan gembira dan tidak pernah merasa hidupnya damai dan nikmat itu akibat dari ketiadaan rasa bersyukur pada dirinya, sehingga kehidupannya terasa penuh kegersangan.

Imam al-Qusyairi membagi tiga tingkatan syukur: syukur dengan lisan, yang berupa pengakuan atas anugerah dalam derajat kepasrahan, dan syukur dengan tubuh, yang berarti mengambil sikap setia dan

²⁸⁰ *Pilar-pilar Ruhani*, h.140.

²⁸¹ *Risalatul Qusyairiyah*, h. 175.

mengabdikan, syukur dengan hati, adalah tertanam dalam hati merasa *syukur* dengan terus menerus melaksanakannya. Dikatakan bahwa kaum cendekiawan bersyukur dengan lidah mereka, kaum pencinta bersyukur dengan perbuatan mereka dan kaum 'arifin' bersyukur dengan *istiqamah* (teguh pendirian) mereka terhadapnya di dalam semua perilaku mereka.

282

Zunnun al-Mishri' berkata: ***al-Anasu Billah*** adalah cahaya cemerlang dan ***al-anasu Bil Khalqi*** (dekat dengan makhluk) adalah kegelapan yang nyata. Dikala seorang sufi dekat dengan Allah SWT. ia sungguh santai kepada puncak kebahagiaan dan ridha, karena ia telah mendapatkan akhir dari sesuatu.

283

²⁸² *Risalatul Qusyairiyah*, h. 195-196.

²⁸³ *Ilmu Jiwa Dalam Tasawuf*, h. 252.

BAB XII

TAWAKKAL DAN RIDHA

A. Pengertian *Tawakkal dan Ridha*

Tawakkal berarti mempercayakan segala urusan kepada Pelaku Mutlak (Allah SWT); mempercayakan di dalam jaminan rezeki kepada-Nya. Tahap ini terletak sesudah harapan (*raja'*); sebab, masalah itu (yakni, mempercayakan) adalah masalah seseorang yang pertama akan memahami rahmat-Nya. *Tawakkal* adalah hasil dari kebenaran keimanan melalui pertimbangan yang baik dan takdir.²⁸⁴

Tawakkal adalah pecahan kata dari *wakala* (perwakilan). Dikatakan *wakala amaruhu ilaa fulan* yakni ia menyerahkan urusan kepadanya dan bersandar kepadanya dalam urusan itu. Orang yang diserahi urusan itu disebut wakil. Sedangkan orang yang menyerahkan urusan itu disebut sebagai orang yang berserah diri kepadanya. Dia merasa tenang dengannya dan percaya kepadanya tanpa menuduhnya curang dan tidak menganggapnya kurang mampu.²⁸⁵

Jadi, arti *tawakkal* adalah bersandarnya hati kepada wakil sernata-mata. Yakni *tawakkal* diletakkan pada urusan Allah SWT, dilakukan bila selesai melakukan sebuah tindakan atau telah berusaha. Bisa pula ditegaskan bahwa *tawakkal* tertanam dalam hati sanubari sejak awal sebagai keimanan (*aqidah*),

²⁸⁴ *Awarif al-Ma'arif*, h. 177.

²⁸⁵ *Intisari Ihya'*, h. 331.

kemudian melanjutkan sebuah usaha, sehingga keberhasilan atau kegagalan yang datang tidak akan merubah bobot penyembahan kepada Allah SWT. Sebagaimana seorang bayi yang hanya mengenal air susu ibunya, begitulah orang yang percaya kepada Allah SWT. hanya mengenal kasih sayang Allah SWT. Dan di dalam "tangan" Allah-lah ia serahkan tubuhnya yang telah mati sebagaimana ia pasrah pada tangan-tangan yang merawatnya di saat penguburannya.²⁸⁶

Rasulullah Saw. bersabda²⁸⁷:

يَقُولُ : لَوْ أَنَّكُمْ تَوَكَّلْتُمْ عَلَى اللَّهِ حَقَّ تَوَكُّلِهِ، لَرَزَقْنَاكُمْ كَمَا يَرْزُقُ الطَّيْرَ، تَغْدُو خِمَاصًا وَتَرُوحُ بِطَانًا

"Andai kata kamu sekalian bertawakkal kepada Allah SWT. dengan sebenar-benarnya tawakkal, niscaya Dia akan memberimu reski sebagaimana Dia memberi reski kepada burung: pergi waktu pagi dalam keadaan lapar dan datang (pulang) waktu sore dalam keadaan kenyang "

Beliau juga bersabda,²⁸⁸ *"Barang siapa mempergunakan seluruh waktunya untuk Allah SWT., niscaya Allah mencukupkan seluruh kebutuhan makan minumannya dan memberinya reski dari arah yang tidak disangka-sangka. Dan barang siapa mempergunakan waktunya untuk (urusan/kepentingan) duniawi, niscaya Allah SWT. akan menjadikan dia patuh pada dunia (urusan*

²⁸⁶ *Risalah*, h.99 dan 102.

²⁸⁷ *Sunan Ibnu Majah*, jilid II, cet. Maktabat Dahlan Indonesia, t.th, h. 1394.

²⁸⁸ *Sunan Abu Daud*, hadis ke 26 Bab Witir, jilid II, cet. Maktabah Dahlan Indonesia.

duniawi). Konteks hadis ini diartikan pula lebih substansial oleh Imam al Ghazali²⁸⁹

Jika keluarga Rasulullah Saw. ditimpah kesengsaraan (kemiskinan), beliau bersabda, "Dirikanlah shalat!" saya menambahkan "beginilah tuhanku (kata Rasul) memerintahkan aku. Sebagaimana Dia berfirman.²⁹⁰

وَأْمُرْ أَهْلَكَ بِالصَّلَاةِ وَاصْطَبِرْ عَلَيْهَا لَا نَسْأَلُكَ رِزْقًا لَّٰكِن نَّرْزُقُكَ
وَالْعَقِبَةُ لِلتَّقْوَى ۝

Terjemahnya; "Dan perintahkanlah kepada keluargamu mendirikan shalat dari bersabarlah kamu dalam mengerjakannya. Kamilah tidak meminta reski kepadamu. Kamilah yang memberikan reski kepadamu. Dan akibat (yang baik) itulah bagi orang yang bertakwa":

Ridha bermakna mengangkat (dan menghilangkan) kebencian pada *qadha* dan *qadr*; dan memandang kepahitan dalam berbagai ketentuannya sebagai sesuatu yang rasanya manis. Sesudah melewati tahapan-tahapan *tawakkal* yakni sudah dapat mempercayakan segala urusan kepada Allah SWT. tahap berikutnya adalah *ridha*.²⁹¹

²⁸⁹ Teosofi al-Qur'an, h. 270-271.

²⁹⁰ QS: Thaha [20] :132.

²⁹¹ Awarif al-Ma'arif, h. 181.

Keutamaan *ridha*, Allah SWT. Berfirman : ²⁹²

رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ

Terjemahnya; "Allah *ridha* terhadap mereka dan mereka pun *ridha* kepada-Nya.

Dapat dikatakan bahwa "awal *ridha* adalah sesuatu yang dicapai oleh hamba dan merupakan *maqam*, meskipun pada akhirnya *ridha* merupakan kondisi ruhani (*hal*) dan bukan sesuatu yang diperoleh dengan upaya."²⁹³

Ketika pandanya *Ridwan Ilahi* memikat hati, timbullah *ridha* didalamnya. Kemudian, tanda kebersatuan *Ridwan Ilahi* dengan hati sang hamba adalah kebersatuan bagian-bagian sang hamba dengan-Nya. Demikianlah kata Sahl Abdullah. Karena *ridha* sang hamba adalah kebutuhan *Ridwan Ilahi*, kebersatuan dengan *Ridwan Ilahi* muncul tidak di tempat yang kosong dari *Ilahi*. Demikianlah kata Rabi'ah kepada Sufyan ats-Tsawari.²⁹⁴

Puncak insah adalah *ridha* Allah SWT. terhadap hamba-Nya yaitu ganjaran *ridha* hamba terhadap Allah SWT.

Tawakkal adalah merupakan buah dari *al-tafwid*, *al-taslim*, *al-tsiqat* dan *al-ridha*. karena semuanya ini merupakan adab untuk mencapai "*tawakkal*". Adapun ilmu yang tersirat di dalam

²⁹² QS: Al-Maidah [5] :119.

²⁹³ *Risalah*, h. 233.

²⁹⁴ *Awarif al-Ma'arif*, h. 183.

tawakkal adalah pengakuan bahwa Allah SWT. berdiri dengan Dzat-Nya sendiri (*qaim bi nafsih*) dan Dialah yang menjadikan selain-Nya berdiri, kemudian mengakui pula terhadap kekuasaan ilmu, hikmat dan kesempumaan kekuasaan-Nya.²⁹⁵

Sedangkan *ridha* terjadi setelah penetapan sesuatu, mulanya menetapkan suatu keyakinan, menjadikan akalNya rela meskipun akhirnya saat itu membencinya, sebab kebencian tidak masuk dalam ikhtiar seorang hamba.²⁹⁶

B. Urgensinya Pada Kehidupan Manusia

Secara hakikat (*esensial*) *tawakkal* merupakan kondisi rohani yang lahir dari tauhid, dan pengaruhnya terwujud dalam amal nyata. *Tawakkal* memiliki tiga pilar: pengenalan diri akan Allah SWT. (*ma'rifatullah*), kondisi *tawakkal* (*haal*) dan amal.

Pilar *pertama*: *Ma'rifat* inilah dasar *tawakkal*. Yakni, tauhid. Orang yang bertawakkal hanya berserah diri kepada Allah SWT. Kesempurnaan *ma'rifat* ini tersimpul dalam ucapan anda; "*Tidak ada Tuhan selain Allah SWT. sendiri tiada berserikat, milik-Nya adalah segenap kekuasaanmu dan segala bentuk perjanjian. Dan dia Maha Kuasa atas segala sesuatu.*

Dalam ucapan tersebut terkandung, keimanan penuh tauhid, mengandung kekuasaan yang sempurna dan wujud yang sempurna, serta

²⁹⁵ *Mihrab*, h. 187.

²⁹⁶ *Ibid*, 188.

hikmah, yang karenanya ia berhak mendapat pujian.

Orang yang mengucapkan kalimat tersebut dengan penuh kejujuran dan ketulusan (ikhlas), berarti tauhidnya telah sempurna. Dalam hatinya tertancap dasar yang dapat melahirkan kondisi *tawakkal*.

Penuh kejujuran artinya, makna dan ucapan *lafadz* tersebut telah menjadi predikat yang lazim bagi dirinya, dan predikat tersebut telah menguasai kalbunya.

Tauhid semacam ini memiliki dua sari pati dan dua kulit dengan empat lapisan, seperti dua badan; memiliki isi, kemudian minyak yang merupakan saripatinya. Kulit bagian luar adalah kulit yang membungkus bagian dalamnya.

Jadi kulit bagian luar itu adalah, dengan pernyataan lisan belaka (lapisan pertama) kulit bagian dalam adalah, meyakinkannya dengan kalbu sepenuhnya (lapisan kedua). Tingkatan ini adalah tingkatan orang-orang awam dan para ahli kalam (*mutakallimun*). Karena tidak ada perbedaan antara tingkatan orang awam dengan tingkatan orang ahli kalam, kecuali mengenal taktik dalam melawan kebingungan dan kesemrautan yang berbau *bid'ah* dari keyakinan tersebut.

Lapisan ketiga adalah inti, yakni ketersingkapkan hakikat tauhid dengan cahaya Allah SWT. dengan ketersingkapkan rahasia tauhid dengan hakikat. Fenomenanya, ketika diperlihatkan banyak hal dimana diketahui betul bahwa keseluruhannya bersumber dan lahir dari subjek yang satu secara teratur. Dalam hal ini seseorang harus mengetahui mata rantai

sebab akibat serta keterkaitannya antara rangkaian pertama dengan sebab pertama. Orang yang telah mencapai *maqam* ini, jauh dari kondisi keanekaan, karena dia menyaksikan banyak perilaku dan keragamannya yang terikat dengan sang Pencipta.

Lapisan ke empat adalah sari inti. Ia tidak menyaksikan dalam wujud ini kecuali hanya satu, dan dia tahu bahwa pada hakikatnya yang ada itu hanyalah satu. *Pluralitas* (keragaman) yang terdapat didalamnya, sebenarnya akibat dari keterpecahan penglihatannya saja, seperti melihat sosok orang, misalnya, lewat kakinya. Kemudian melihat tangan, wajah, lalu kepalanya; sehingga tampak banyak. Berbeda dengan melihat sosok orang secara utuh dan keseluruhan, tentu dalam kalbunya tidak terbetik keimanan tersebut, bahkan justru ia seakan-akan menyaksikan sesuatu yang tinggal. Demikian pula seorang yang menunggal (*muwahhid*) penglihatannya tidak terpecah-pecah antara langit dan *bumi* serta antara seluruh yang ada, tapi justru ia melihat seluruhnya satu kesatuan hukum.

Jika telah sepenuhnya meyakini bahwa tidak ada pelaku kecuali Allah SWT. disamping itu juga meyakini akan kesempumaan pengetahuan dan kekuasaan-Nya dalam mencukupi para hambaNya juga kesempumaan perhatian dan kasih sayang-Nya terhadap hamba, dan bahwa tidak ada kekuatan, pengetahuan, kasih sayang dan perhatian yang dapat menandingi apalagi melebihi kekuatan, pengetahuan kasih sayang dan perhatian-Nya, maka hati anda pasti akan bertawakkal kepada-Nya.

Sesungguhnya tidak ada kekuatan dan daya kecuali dengan pertolongan Allah SWT. Daya merupakan ungkapan tentang gerakan sedangkan kekuatan

merupakan ungkapan tentang kemampuan. Jika tidak mendapati keadaan ini di dalam diri, maka itu disebabkan salah satu diantara dua hal; Lemahnya keyakinan terhadap salah satu dari empat sifat tersebut, atau lemah dan sakitnya hati akibat didominasi rasa takut dan bimbang yang muncul karena berbagai keraguan menguasainya. Jadi *tawakkal* tidak akan terwujud dengan baik kecuali dengan kekuatan hati dan kekuatan keyakinan secara terpadu. Sebab dengan keduanya akan tercapai ketenangan hati. Ketenangan hati berbeda dengan keyakinan. Banyak orang yang yakin tetapi tidak tenang.²⁹⁷

Begitu pula seorang hamba tidak akan mendekati derajat *ridha* kecuali Allah SWT. *ridha* terhadapnya, sebab Allah SWT. telah berfirman "*Allah ridha kepada mereka, dan mereka pun rela kepada-Nya.*"

C. Manfaatnya pada *Hablun minallah* dan *Hablun Minannas*

Jika anda telah mengetahui makna *tawakkal* dan keadaan yang disebut *tawakkal* maka ketahuilah bahwa keadaan itu memiliki tiga tingkatan :

Pertama: apa yang telah kami sebutkan, yaitu keadaannya menyangkut hak Allah SWT. dan keyakinan-Nya kepada Tuhan dan perhatian-Nya adalah seperti keyakinannya kepada wakil. *Kedua:* lebih kuat, yaitu keadaannya bersama Allah SWT. Adalah seperti keadaan anak kecil bersama ibunya, dimana ia tidak mengenal yang lainnya, tidak cemas kepada siapapun kecuali kepadanya, dan tidak bersandar kecuali

²⁹⁷ *Intisari Ihya'*, h. 333.

kepadanya. Bila ia melihatnya, ia senantiasa bergantung kepadanya dan tidak melepaskannya dalam segala keadaan.

Ketiga: yang tertinggi, yaitu hendaknya ia berada di hadapan Allah SWT. dalam semua gerak dan diamnya seperti mayat yang ada di tangan orang yang memandikannya. Orang yang *ridha* dengan Allah SWT. adalah sama sekali tidak menentang takdir-Nya. Dan kewajiban bagi hamba adalah rela terhadap ketentuan Allah SWT. yang telah diperintahkan agar ia *ridha* dengan-Nya.²⁹⁸

Keridhaan adalah gerbang Allah SWT. terbesar. "Maksudnya adalah bahwa barang siapa mendapat kehormatan dengan *ridha*, berarti ia telah disambut dengan sambutan paling sempurna dan dihormati dengan penghormatan tertinggi.

Iman dengan hanya bertauhid pada pekerjaan dan zad Allah SWT. Tidaklah cukup, sebagai unsur yang mempengaruhi sikap tawakkal (*halatut-tawakkul*), kecuali dalam keimanan tersebut telah terhimpun keyakinan akan kasih sayang, *Rahmat dan hikmah* Tuhan, dimana dengan hal itu, kebulatan keyakinan menyerahkan diri kepada Allah SWT. dapat terwujud. Suatu keyakinan yang nyata bulat dan pasti. Atau melalui mata batin yang tersingkap dalam diri anda, bahwa jika Allah SWT. menciptakan seluruh makhluk yang memiliki akal paling cerdas dan sempurna, kemudian setelah itu ditambahkan pula kepada mereka dengan ilmu dan *hikmah* yang berlipat ganda, disingkapkan kepada mereka rahasia kerajaan jagad raya, rahasia detail *hikmah*

²⁹⁸ *Risalah*, h. 224.

dan rahasia baik dan buruk. Kemudian mereka diperintahkan untuk mengatur dan mengurus kerajaan jagad raya ini; niscaya mereka tidak akan dapat mengaturnya sebagaimana Allah SWT. mampu mengaturnya sedemikian rupa. Mereka tidak akan mampu menambah atau mengurangi sayap-sayapnya, tidak akan mampu mencegah penyakit, menolak penyakit, cacat, kekurangan, kemiskinan, marah bahaya, kebodohan dan kekufuran.²⁹⁹

Orang yang ma'rifatnya telah sempurna, akan mengetahui bahwa persoalan reski, ajal, penciptaan dan kekuasaan itu ada di tangan Allah SWT. Dia Maha Tunggal tidak berserikat, dan bahwa kasih, *hikmah* dan kasih sayang-Nya tanpa batas, dan tidak dapat disamai dengan kasih sayang ciptaan-Nya (manusia/orang). Tentu, kalbunya hanya terpaut kepada-Nya, perhatiannya tidak terarah kepada selain Allah SWT.

Sebaliknya, bila perhatiannya masih terarah pula kepada selain Allah SWT. maka hal tersebut disebabkan oleh salah satu diantara dua faktor berikut :

Pertama, lemahnya keyakinan terhadap hal yang telah kami sebutkan di atas. Keyakinan yang lemah itu timbul karena rasa ragu masih dapat menembusnya, dan karena keyakinan itu tidak mampu menguasai kalbu.

Maut itu merupakan sesuatu yang pasti, dan diyakini bahwa mesti tiba. Namun bila tidak menguasai kalbu, maka maut itu seperti sesuai yang meragukan. Sehingga keyakinan terhadap maut itu tidak meyakinkan karena keraguan tersebut.

Kedua, kalbu dalam wataknya yang takut lagi lemah.

²⁹⁹ *Teosofia al-Qur'an*, h. 273-275.

Takut dan berani adalah dua watak. Rasa takut berakibat pada ketundukan dan kepatuhan jiwa pada angan-angan, padahal angan-angan itu jelas jelas keliru, bahkan kadang-kadang orang yang takut untuk tidur bersama mayat di atas ranjang atau disebuah rumah, padahal dia tahu bahwa Allah SWT. tidak akan menghidupkannya saat itu, dan kekuasaan Allah SWT. Terhadap hal tersebut identik dengan kekuasaannya untuk mengubah tongkat yang ditangannya menjadi ular, besar, dimana ia tidak merasa takut kepada ular tersebut.

Sebenarnya sikap tawakkal dalam hat ini dilakukan dengan dua hal :

Pertama, hendaklah anda tahu bahwa tangan, makanan, benih dan kemampuan untuk menggapainya merupakan kekuasaan Allah SWT.

Kedua; jangan bergantung pada tangan, makanan, dan benih, tapi bergantunglah kepada Sang Penciptanya atas segala sesuatu.³⁰⁰

³⁰⁰ Ibid., h. 280.

BAB XIII

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Dalam Buku Akhlak Tasawuf telah memuat jbaran ilmu tasawuf, praktek tasawuf yang disebut Tarekat. Menekankan pada aspek pengamalan syariat Islam secara lahir dan batin. Melaksanakan syariat, tarekat, secara hakikat dan hingga mencapai ma'rifat (pengetahuan tertinggi). Secara khusus bagi kalangan umat Muslim dapat meningkatkan pembinaan akhlak bagi putra-putrinya dan bahkan semua lapisan masyarakat tidak terkecuali untuk kalangan dewasa dan orang tua. Pendidikan akhlak secara sistimatis dan berjenjang sudah diuraikan dalam buku ini, dengan harapan agar semua pihak dan khalayak umum dapat menjadikan buku ini sebagai bahan referensi dan rujukan khususnya pada pola pembentukan perilaku secara menyeluruh (*komprensif*), melalui landasan syariat yang benar dan pendekatan secara batin melalui peningkatan iman kemudian berakhir pada kajian ihsan sebagai implementasi atas sikap *istiqamah* menjalankan syariat secara baik dan benar, konsisten atas keyakinan terhadap interpersi Tuhan disetiap sisi kehidupan seluruh makhluk ciptaan-Nya termasuk manusia. Hakekat Ihsan adalah ber-prasangka baik kepada Eksistensi Tuhan yang senantiasa selalu menyaksikan pengawasan dan pendampingan pada setiap diri hamba tanpa pengecualian. Dan bagi yang merasakan hal itu ia akan menangkap isyarat bisa melalui simbol yang dalam

ilmu tasawuf disebut *muraqabah* dan bisa juga melalui mimpi (mimpi yang bukan bunga tidur), namun mimpi bagi Sufi adalah merupakan *hidayah* (petunjuk).

Selalu percaya akan adanya *muraqabah* atau pemantauan Allah SWT.. Ia tidak pernah Tidur, Tidak Tuli dan Tidak Buta, sehingga semua makhluk dapat percaya semua hal itu (*Hakkul yakin*). Ia sangat dekat dan lebih dekat dari urat nadi di lehernya sendiri, itulah sebagai manifestasi sebuah diri manusia beriman menjadi sempurna (*Insan Kamil*).

Semua *musibah* pasti ada sebabnya sebagaimana hukum *causalitas* berlaku dan tidak ada yang terjadi tanpa ada sebab, namun terdapat maksud yang tersirat di dalam setiap kejadian. Jika anak remaja dan seluruh generasi bangsa ini cerdas dan ber-Akhlak baik (mulia) tentu saja bukan hal kebetulan, melainkan bermula dari proses yang berkesinambungan yang dijalankan sesuai tahapannya secara *sunnatullah*. Pada perinsipnya tidak ada hasil yang baik atau buruk atas sebuah tindakan tanpa melalui proses, sehingga jika ia menjadi buruk itu bukan karena takdir dari Tuhan, demikian juga jika bernilai baik tentu atas ikhtiar dan ijabah Tuhan. Demikianlah cara ummat Islam menangkap makna sesuatu iman, dan penting juga diyakini bahwa pilihan hidup dapat menentukan corak nasib masing-masing. Ulama dan umara' bertugas memberikan wejangan, stimulus dan pencerahan, akan tetapi penentu paling inti adalah diri sendiri. Sebagaimana Allah SWT. dalam Firman-Nya bahwa "*tidak berubah nasib suatu kaum jika bukan ia yang merubahnya*". Telah tertuang dan telah dijabarkan dalam isi buku Akhlak Tasawuf

Analisis terhadap fenomena yang sangat Viral dan menggemparkan seluruh Dunia tanpa terkecuali. Semua Negara terserang dan terpapar tanpa perlawanan, yaitu Virus Corona yang kemudian berkembang tanpa pencegahan yang memadai menjadikan Corano ini sebagai *Pandemi*. Sering juga disebut sebagai Covid 19 yang muncul dan menyebar pada awal tahun 2020 sebagai wabah penyakit yang sangat dasyat, dapat mematikan jutaan manusia dalam hitungan waktu masa inkubasinya hanya 14 hari. Anggapan orang beriman menjadi multi tafsir terkadang dalam hati kecil menganggap remeh dan cenderung mengabaikan begitu saja, namun kadangkalah muncul kecemasan berlebihan. Himbauan pihak pemerintah dan ulama serta umara agar masyarakat tidak menjadi panik sebab dengan panik bisa saja justru menurunkan daya tahan tubuh (imun) seseorang. Masyarakat dilouckdown (dirumahkan) dan semua perkerja kantor dan pedagang asongan, pedagang kaki lima dan semua perusahaan pun harus ditutup kecuali pada 8 perusahaan (rumah sakit, telekomunikasi, tokoh logistic/makan, dan apotik), selain itu harus dihentikan sementara selama Covid 19 belum berhenti. Akibatnya secara otomatis masyarakat menjadi semakin susah dan dalam dilemma, keluar rumah berpotensi akan terjangkit virus, namun tinggal di rumah pun akan mati akibat tidak ada makanan.

Virus corana lebih singkatnya dinalai dengan sekurang-kurangnya tiga anggapan

Pertama; bisa saja Covid 19 (Covid) adalah ujian, bermakna bahwa setiap ummat manusia wajib bersabar, tekun menjalani ujian tersebut, siapkan bahan dan usahakan supaya lulus dari ujian itu. *Kedua*; Covid

19 adalah peringatan, dapat mengandung makna bahwa ada pelanggaran serius yang manusia telah lakukan yang akan membuat kekacauan dalam hidupnya sehingga perlu diberikan peringatan agar kembali ke jalan hidup yang benar. *Ketiga*; adalah hukuman (kutukan), pada poin ini bisa diberikan makna adanya kesalahan yang benar-benar tidak bisa lagi dapat diberi toleransi karena itulah Allah menghentikannya melalui Covid 19.

B. SARAN

Sebagai pesan penting bahwa kematian adalah suatu keniscayaan dan pasti akan terjadi bagi setiap makhluk yang hidup, namun yang perlu diperhatikan adalah semua manusia perlu mempersiapkan diri sedini mungkin agar kematian tersebut bukan menjadi persoalan yang mengerikan (*horror*) bagi siapa pun. Demikian pesan berikutnya adalah benahi hidup masing-masing agar kehidupan menjadi bermakna, indah dan tidak sia-sia. Memperbanyak berbuat kebaikan, bersikap amanah pada saat setiap menerima tugas dan tanggungjawab baik itu sebagai masyarakat sipil atau pun aparatur Negara semua tanpa pengecualian, oleh karena yang akan dihisab atau diperhitungkan pada akhir masa di “akhirat” adalah nilai perbuatan manusia bukan hal lain. Pertanyaan terakhir “sudah siapkah bekal Anda ?. harapannya dengan membaca buku Akhlak Tasawuf ini Insya Allah ada pencerahan dan persiapan. Amin Ya Rabbal ‘Alamin.

REFERENSI

- Abu Zakaria Yahya; alih bahasa; Salim Bahreisy; *Tarjamah Riadhus Shalihin*. Cet. IX. Alma'arif, Bandung. 1987
- Abu thalib al-Makki, *Qutal-Qulub*, Kairo, 1310 H.
- Abu al-Qasyim al-Qusyayri, *Ar-Risalah*, Bulaq, 1867 M.
- Abul Hadi bin Hasan Wahbi, *Menuju Kesucian Hati*, cet. I. Bandung: Remaja Rosdakarva, 2000.
- Achmad Mubarak, *Panduan Akhlak Mulia, Membangun Manusia Dan Bangsa Berkarya*, cet. I. Jakarta Selatan: Bina Rena Pariwisata, 2001.
- Adnan Tarsyah, *Madya Yuhibullah Jalla Jalahu wa Madza Yubghidnu, diterjemah; Yang Dicintai Dan Dibenci .Allah*, cet. I. Jakarta Selatan: Pustaka Azzam, 2001
- Ahmad bin Hanbal, *Musnad Alrmaid bin Hanbal*, cet. L Juz. I. 1992 M.
- Ahmad bin All bin Hajar al-Asqalani. *Fath al-Baryy Sharah. Shalrirl al-Bukhary. Juz. 1*. Dar al-Ma'rifah. Baerut Lubnan. Th.
- Al-As-Qalani All bin Hajar bin Ahmad Fat al-Bary Syarh, *Shahih al- Bukhary*, juz. I, cet: Daral-Ma'rifah, Baerut Libanon. Th.
- Al-Imam Al-Arifurrabani Saiyedil Abd. Wahab Asy Sya'rani al-Azhariah al-Misriah, *Al-Yawaqitul Wal Jawahir, Juz. 1*.1321 H.
- Al-Gharali, Muhammad. bin Muhammad, *Ihya Ulumuddin*. 1272 H.
- _____; *Ihya Ulumuddin*, terjemahnya "Menghidupkan Kembali Ilmu-Ilmu Agama", jilid. IV, cet. VII, Faisan, Jakarta Selatan, 1986.

Referensi

- _____; "*Rawdhah ath-Thalibin wa Umdah as-Salikin*. Diterjemahkan dengan judul "*Pilar-Pilar Rohani*", cet. II Lentera, Jakarta, 2000 M.
- _____; *Mukasyafah al-Qulub al-Muqarrib ila Hadhrah Allam al-Ghuyub fi Ilm al-Tasawwuf*, cet. 1. Bandung: Pustaka Hidayah, 1999.
- _____; *Tahdzib al-Akhlay wa Mu'alajat Amrah al-Qulub*, diterjemah; *Mengobati Penyakit Hati, Membentuk Akhlak Mulia*, cet. II. Bandung: Karisma, 1994.
- _____; *Tawdhah al-Thalibin wa Umdali al-Salikin*, terjemah; *Jalan Menuju Tuhan*, cet. 1. Jakarta Timur: Azan, 2001
- _____; *Metafisika Alam Akhirat*, cet. L Risalah Gusti, Surabaya, 1997M.
- _____; *Mihrab Kaum `Arifin, Apresiasi Sufistik Untuk Para Salikin*, cet. L Pustaka Progresif, Surabaya, 1999.
- _____; *Raudhatul Thalibien Umdatul Saalikien*. Beirut: Danil Fikr, t. th. Diterjemahkan Mohammad Luqman Hakim, dengan judul *Raudha Taman Jiwa Kaunt Sufi*, cet. III. Risalah Gusti, Surabaya. 1997.
- _____; *Kitabul Arba'in fi Ushuluddin*, diterjemahkan dengan judul "*Teosofia al-Qur'an*", cet. L Risalah Gusti, Surabaya. 1996.
- _____; *Al-munqidz, minadh-Dhalal*, diterjemahkan dengan judul "*Penyelamatan Dari Kesesatan* ", cet. I. Risala Jl. Gusti. Surabaya. 1997.
- Ahmad bin Hanbal, *Musnad Ahmad bin Hanbal*, cet. I. Juz. I. Dar al-Fikr, Makkah al-Mukarramah, 1992
- Ahmad Farid (Pentahqig), *Tazkiah An-Nafs*, cet. I. Solo: Pustaka Arafah, t. th.
- Amin, Ahmad, 'Etika (Ilmu Akhlak), Terj, KH Farid Ma'ruf, Cet. 3', Jakarta: Bulan Bintang, vol. 3, 1983.

Referensi

- Amatullah Amstrong, *Kunci Memasuki Dunia Tasawuf*, Khazanah Istilah Sufi, II Bandung: Mizan, 1998.
- Amir An-Najjar, *Al-Ilmu An-Nafsi Ash-Sh0ufiyah*, diterjemah; *Ilmu Jiwa Dalam Tasawuf, Studi Komparatif dengan Ilmu Jiwa Kontemporer*, cet. I. Jakarta Selatan: Paramadina, 1999.
- Al-Munawar. *Asrar at-Tauhid*, Petrograd, 1899 M.
- Ashadi Falih, dan Cahyo Yusuf; *Akhlak Membentuk Pribadi Muslim*, Cet. 1.
- Al-Naraq; *Penghimpun Kebahagiaan*, cet. V. Hikmah, Maktab E. Quran, India, 1985.
- Butrot al-Bustany. *Qutru I-Muhit*, Baerut: Maktab Lunan. 1961.
E. .J. W. Gibb, *Ottoman Poems*, London, 1882
- Departemen Agama, R.I., 'Al-quran dan Terjemah', *Surat Al Hujuraat (Kamar-Kamar) ayat*, vol. 11, 2002.
- Effendi, Lalu Muchsin, 'Pertautan Epistemologi Filsafat dan Tasawuf: Telaah Sistem Pemikiran Abdul Halim Mahmud', *Ulumuna*, vol. 17, no. 1, 2013, pp. 153–90.
- Fritjof Capra, *The Turning Point*, diterjemahkan dalam *Titik Balik Peradaban*, cet. IIL Yogyakarta. 1999
- Fudholi, Moh, 'Konsep Zuhud al-Qushayrî dalam Risâlah al-Qushayrîyah', *TEOSOFI: Jurnal Tasawuf dan Pemikiran Islam*, vol. 1, no. 1, 2011, pp. 38–54.
- Hasan, Hafiedh, 'Sistem Pendidikan Nasional Berdasarkan Tauhid', *Madaniyah*, vol. 4, no. 1, 2014, pp. 78–92.
- Harun Nasution; *Falsafah dan Mistisisme dalam Islam*, cet. III. Bulan Bintang. Jakarta, 1983
- Haderanie. KH; *Ilmu Ketuhanan, Ma'rifat, Musyahadah, Mukasyafah, Mahabbah (4.M)*. Amin Surabaya, t.th.
- Hamka, *Tusauf Moderen*, Nurul Islam, cet. XII. Medan. 1977.
- Hassan, *Pengajaran Shalat*, cet. XXII. Diponegoro.

Bandung. 1986

Husain Mazhahiri, *Al-Fadha'il wa ar-radha'il: fi akhlaq al - israh wa al-mujtama'*, diterjemahkan ke dalam judul *Membentuk Pribadi menguatkan rohani*, cet. I. Lentera Basritama, Jakarta. 2001

Husein Shahab, *Seni Menata Hati*, Cet. L Bandung: Hikmah, 2002.

Ibn `Arabi, *Sufis of Andalus* cet. Diterjemahkan kedalam Sufi-Sufi Andalusi, cet. L Mizan Bandung. 1994.

Ibnu Maskawaihy, *Tahzibu l-Akhlak Wa Thathiru l-Araq*, cet. II: Al-Maktibul 1-Ahliyah. 1982.

_____; Terjemahkan oleh Helmi Hidayat dengan judul asli "*Talrid;ib al-Akhlak* dengan judul "*Menuju Kesempurnaan Akhlaq*", cet. I. Mizan, Lebanon, 1985.

Javad Nubakhsy, *Psychology of Sufisme (Del wa Nafs)*, diterjemah; *Psikologi Sufi*, cet. 1. Yogyakarta: Fajar Pustalca Baru, 1998.

Laleh Bakhtiar, *Meneladani Akhlak Allah Melalui Al-Asma' al-Husna*, cet. L Bandung: Mizan, 2002

Louis Ma'luf, *.91-Muujid fi al-Lugah wal-A'lam*. Dar al Masvriq. Baerut Libanon. 1986.

Mahmud Yunus, *Akhlak*, cet. L Hidayat Karya, Jakarta, 1979

Muhammad bin Isa bin Sain`ah al-Turmizv, *Sunan al-Tumzy* juz. III. Dar al-Fikr. Baerut, cet. II. 1983.

Indonesia, Tim Redaksi Kamus Bahasa, 'Kamus Bahasa Indonesia', *Jakarta: Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional*, vol. 725, 2008, p. 27.

Mansur, Syafi'in, *Akhlak Tasawuf*, IAIB PRESS, 2015.

Mashita, Ina Amalia, *Tasawuf modern: studi komparasi*

Referensi

- pemikiran antara Hamka dan Nasaruddin Umar*, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2018.
- Muhammad bin Hasan Imaduddin, *Hayat al-Qulub* (catatan pinggir *Qut al-Qulub*), Kairo, 1310 H.
- Muhammad `Utsman tijati, *Al-Qur'an wa Ilmu an-Nafs*, diterjemah; *Jiwa /manusia dalam Sorotan Alquran*, cet. I Jakarta: Cendekia Sentra Muslim, 2001.
- Muhammad Gallab, *al-Ma'rifahtu Inda Islamina*, juz. IV. Mesir, Daru 1-Mishriyah al-Ta'lifi wat-Tarjamah. 1966.
- Muhammad Isa Slamet, *Penawar Jiwa Dan Pikiran*, cet. I. Jakarta: Kalam Muliah, 2001.
- Muslih Muhammad, *Al-`Ilaj ar-Rabbani al-Maradh al-`Ashr an-Nafsani*, diterjemah; *Membangun Kesehatan Jiwa*, cet. L Bandung: Pustaka Hidayah, 2002
- Mustafa Ahmad al-Maragy, *Tafsir I-Maragy*, Mesir. Syariqah Maqtabhah al-Babi 1-Halaby. 1955.
- Mustafa Zahri; *Kunci Memahami Ilmu Tasawwuf. Bina ilmu*, t.th.
- Mohammad Luqman Hakiem; *Risalahtul Qusyairy*), terjemah *Induk Ilmu Tasawuf*, cet. I. Risalah Gusti, Surabaya, 1997.
- Miswar, Miswar et al., *Akhlak Tasawuf: membangun karakter Islami*, Perdana Publishing, 2015.
- Noor, Hasni, 'Tauhid Sebagai Dasar Pendidikan Islam', *Al'ulum*, Vol. 53, No. 3, 2012.
- Nurhasan, Nurhasan, 'Konsep Tawakkal Menurut Jalaluddin Rumi', *Jurnal Studi Islam: Pancawahana*, vol. 14, no. 2, 2019, pp. 100–13.
- Paryana Suryadipura, *Alam Pikiran*, cet. IV. Bumi Aksara, Jakarta. 1993.
- Quraish Shihab. M; *Wawasan al-Qur'an*, cet. III. Mizan, Bandung, 1996

Referensi

- Rasyad, Rasyad, 'Dimensi Akhlak dalam Filsafat Islam', *SUBSTANTIA*, vol. 17, no. 1, 2015, pp. 89–102.
- Rifal Ka'bah, *Dzikir Dau Do'a Dalam Alquran*, cet. I. Jakarta Selatan: Paramadina, 1999.
- Sahabuddin, *Metode Mempelajari ilmu Tasawuf menurut ulama Sufi*, cet. II Surabaya. 1995.
- Sa'ad Hawwa *Al-Mustakhlash fii-Tazkiyatil Aufirs*, diterjemahkan dengan judul *Intisari Ihya' Ulumuddin al-Ghazali, Mensucikan Jiwa* ; cet. III. Daarus Sa-laam. Robbani Press. Jakarta, 1999 M.
- Sayid Muhammad Mahdi Thathaba' 1 Bahrul *Ulum, As-Sair wa As-Suluk*, cet. I. Jakarta: Lentera Basritama, 2000.
- Syaikh Nadim al-Jisr, *Para Pencari Tuhan*, cet. I. Bandung: Pustaka Hidayah, 1998.
- Sayyaid Abdul Wahab Asy-Sya'rani; *Menjalani Kekasih Terbaik. Judul asli" Al-Minab as-Sadnyab*, cet. III. Mitra Pustaka, Yogyakarta, 1999.
- Sayyid Abbas Nuruddin, *Durus fi Tahdzib an-Nafs* diterjemahkan kedalam *Menerbitkan Cahaya Diri; sebuah Risalah Sufistik tentang Pendidikan Jiwa*, cet. L Lentera Basritaula, Jakarta. 2001
- Seyyed Hossein Nasr, *Theology, Philosophy and spirituality*, diterjemahkan dalam *Intelektual Islam, Teologi, Filsafat dan Gnosis*, cet. I. 1991
- Simuh, *Tasawuf Dan Perkembangannya dalam Islam*. cet. I. Raja Grafindo Persada, Jakarta. 1996
- Smith, Margater, *Rabi'ah the Mystic and Her Fellow-Saints in Islam*. Cambridge University Press. London. 1928.
- Syaikh Syahabuddin `Umar Suhrawardi; *`Awa'rifal-Ma'arif*, cet. 1. Pustaka Hidayat. 1990.
- Syaikh Fadhlalla Haeri, *The Element of Sufism*, diterjemahkan

Referensi

- kedalam *Jenjang-Jenjang Sufisme*, cet. I. Pustaka Pelajar, Yogyakarta. 2000.
- Syekh Abdul Qadir .lailani RA. *Al-Fatlrur Rabbani wal Faidhurrahmani*, diterjemahkan kedalam judul *Lima Puluh Fatwa/Wejangan*, cet. I. 1997
- _____; *Sir al-Asrar fi ma Yahtaju Ilaihi al-Abrar*, diterjemah, *Rahasia Sufi*, cet. 1. Yogyakarta: Pustaka Sufi, 2002.
- Syekh Kadirun Yahya, *Capita Selekta Tentang Agama, metafisika, Ilmu Eksakta*, jilid. I IL & III Medan: Di Universitas Panca Budi, 1981.
- Salahudin, Salahudin, *Konsep Tawakkal menurut Al-Ghazali*, UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2006.
- Syatori, Ahmad, 'Risalah Tasawuf', *Putih Jurnal Pengetahuan Tentang Ilmu Dan Hikmah*, Vol. 4, no. 1, 2019, pp. 104–38.
- Taymiyyah, Ibn, *Baik dan Buruk*, Serambi Ilmu Semesta, 2005.
- Umar Hasyim, *Memburu Kebahagiaan*, cet. I. Pustaka al - Husna, Jakarta. 1980
- Umar bin Musa Hafidz, *Qala Ibnu Rajab*, diterjemahkan oleh Syamsuddin TU dengan judul "*Mahligai Taqwa*", cet. I. Pustaka Azzam, 1998.
- Yasien Mohamed; *Insan Yang Suci, Konsep Fitrah dalam Islam*, cet. 1. London, 1997.
- Zaini, Ahmad, 'Pemikiran Tasawuf Imam Al-Ghazali', *Esoterik*, vol. 2, no. 148, 2016, pp. 146–59.