

# Puasa Dalam Perspektif Para Sufi

Oleh Azhari Akmal Tarigan

Penulis adalah Koordinator Tim Penulis Alqur'an karya Ulama Tiga Serangkai, Penulis buku, 40 Puasa Ramadhan dan 30 Mutiara Ramadhan.

"Ada rasa manis yang tersembunyi di dalam kekosongan perut. Saat tubuh kosong dan tetap kosong, Tuhan memenuhinya dengan kesturi dan mutiara." (Jalaluddin Rumi)

Rumi melihat Ramadhan tidak sekedar bulan yang Allah SWT mewajibkan puasa bagi umat Islam. Persis apa yang telah Allah wajibkan terhadap umat-umat terdahulu. Rumi juga tidak melihat Ramadhan sebagai urutan bulan-bulan Arab dengan segala peristiwa besar yang ada di dalamnya. Sebut saja pada bulan muharram nabi melakukan hijrah sebagai titik balik peradaban Islam. Rabi' Al-Awwal sebagai bulan lahirnya Nabi Muhammad (Maulid Nabi). Rajab ada peristiwa Isra' dan Mi'raj. Lalu Ramadhan adalah bulan yang Allah mewajibkan puasa. Setelah itu, Syawal sebagai hari kemenangan (*id al-fitr*) dan akhirnya ditutup dengan Zulhijjah sebagai bulan haji.

Di atas semua itu, Rumi melihat Ramadhan sebagai momentum untuk "bersama" Allah dalam setiap detik nafas orang berpuasa. Puasa adalah peluang emas untuk merasakan belaian kasih sayang (rahman dan rahim) Allah. Dalam hadis qudsi, Allah SWT berkata, "Puasa itu untukku dan akulah yang akan membalasnya".

Lain pula halnya dengan Ibn Arabi yang disebut-sebut sebagai Syaikhul Akbar kaum sufi. Sufi besar kelahiran Spanyol itu menggugat tentang keberadaan puasa. Ia mempertanyakan apakah puasa itu amalan atau bukan. Shalat disebut amalan karena di dalamnya ada gerak. Mulai dari berdiri, membaca al-fatihah, ruku', sujud dan seterusnya. Di dalamnya ada aktivitas fisik. Bahkan di dalam tarifiya, shalat adalah sebuah aktivitas yang diawali dengan takbir dan diakhiri dengan salam. Demikian pula halnya dengan haji. Ada beragam aktivitas dalam pelaksanaan haji yang semuanya menyertakan gerakan fisik. Seperti thawaf, sa'i, melontar jamarat dan sebagainya. Kendati di dalam kedua amalan tersebut hati juga bekerja namun yang sangat dominan adalah aktivitas gerak atau fisik.

Berbeda halnya dengan puasa. Dengan menggunakan perspektif di atas, puasa tidak bisa disebut amalan. Puasa sebagaimana definisi yang diberikan para ulama adalah *il-imsak* (menahan). Arti lain dari *il-imsak* adalah mengontrol diri untuk tidak melakukan sesuatu. Tidak makan, tidak minum, tidak melakukan hubungan seksual dan tidak melakukan hal-hal yang merugikan nilai dari puasa. Dengan demikian, para sufi melihat puasa meru-

upakan ibadah yang unik di antara ibadah Islam lainnya, meminjau bahasanya Haidar Baqir, di dalam ibadah lainnya kita mesti melakukan sesuatu (*something that we do*), tapi di dalam puasa kita tidak melakukan sesuatu (*we do not do*).

Dengan demikian, puasa hakikatnya adalah merasakan kehidupan Tuhan untuk dapat selalu bersamanya. Jika Tuhan tidak makan, tidak minum dan tidak melakukan hubungan seksual, maka semestinya kita melakukan hal yang sama. Pada saat itulah kita akan dapat merasakan kehidupan Tuhan dan tentu lebih lanjut kita akan dapat merasa bersama bahkan menyatu dengan Allah SWT.

M. Quraish Shihab menggunakan bahasa yang lebih lunak. Puasa sesungguhnya adalah meniru sifat-sifat Allah SWT. Dalam bentuk yang sederhana, meniru sifat-sifat Allah SWT dilakukan dengan puasa yaitu meredam kebutuhan *fa'ali* kita, makan, minum dan hubungan sex. Pada perkembangan selanjutnya, kita dapat meniru sifat-sifat Allah lainnya seperti *rahman* (pengasih), *rahim* (penyayang), *latif* (lembut), *hakim* (bijaksana), *alim* (Berilmu), *mushawwir* (yang mencipta, membentuk), *razzaq* (pemberi rezeki) dan sebagainya.

Puasa dalam perspektif sufi sesungguhnya bukan sebatas menunaikan kewajiban sebagaimana yang ditetapkan dalam fikih. Ukuran sahnya juga tidak terbatas pada terpeliharanya diri dari hal-hal yang membatalkan puasa. Para sufi cenderung memahami sah atau tidaknya puasa mengacu pada terbangunnya kualitas batin setiap orang yang berpuasa. Dan itu harus dimulai dengan *tazkiyah al-nafs*.

Menarik untuk dikaji, kandungan arti di dalam kata Ramadhan juga sudah mengarah tentang pentingnya *tazkiyah al-nafs*.

Apakah makna Ramadhan membakar atau mengasah, keduanya bisa dikontekstualisasikan dengan apa yang sesungguhnya terjadi pada bulan Ramadhan. Isyarat-isyarat Alquran dan hadis Nabi sangat jelas menyatakan bahwa bulan Ramadhan adalah bulan yang dipertaruhkan bagi manusia untuk membakar segala dosa-dosanya yang telah lalu. Dalam sebuah hadis yang sangat populer dinyatakan, *man shama ramadhan imanana wa ihtisaban ghuyfira lahu mataqqadma min zambih* (siapa yang melaksanakan puasa dengan iman dan ihtisab, maka dosanya yang telah lalu akan diampuni Allah). Di dalam riwayat lain, hadis tersebut dilengkapi dengan kata "*taakhkhara*"

**Ramadhan sebagai momentum untuk "bersama" Allah dalam setiap detik nafas orang berpuasa. Puasa adalah peluang emas untuk merasakan belaian kasih sayang (rahman dan rahim) Allah.**

artinya dosa-dosa yang akan datang.

Demikian juga halnya dengan mengasah. Artinya, pada bulan Ramadhan setiap umat Islam dituntut untuk mengasah jiwanya agar kembali otentik sesuai dengan fitrah penciptaannya. Kehidupan dunia kerap membuat jiwa manusia menjadi kotor dan berdebu. Ketika itulah, jiwanya tidak lagi peka menangkap sinyal-sinyal dehumanisasi yang terjadi dalam berbagai bidang kehidupan. Orang kaya tidak lagi peduli dengan orang lemah, miskin dan anak-anak yatim.

Akhirnya, jiwa yang pada awalnya bersih tak bernoda itu tertutup oleh kerak-kerak kerakusan. Di sinilah, ibadah puasa Ramadhan diharapkan dapat membersihkan kerak-kerak tersebut dan mengembalikan kepada bentuknya yang paling awal.

Jika kita merujuk kepada Alquran dan hadis, maka kita akan meraih mutiara-mutiara dibalik keagungan bulan Ramadhan. *Pertama*, Ramadhan adalah bulan yang didalamnya umat Islam diwajibkan untuk melaksanakan puasa. Puasa merupakan ibadah yang sangat penting sampai-sampai di dalam hadis qudsi dinyatakan Allah, "*puasa itu untukku dan Aku-lah yang akan membalasnya*". Sebaiknya kewajiban puasa itu bukan bersifat eksternal. Sebaliknya, kitalah yang mewajibkan puasa karena kita membutuhkannya dalam rangka membersihkan diri. Sama halnya dengan shalat yang dilakukan berangkat dari kebutuhan untuk berkomunikasi dengan Allah.

*Kedua*, Ramadhan dipilih Allah sebagai bulan yang di dalamnya Alquran diturunkan (*nuzul al-Qur'an*). Oleh karena itu, nama lain bulan Ramadhan adalah *syahr Alquran*. Konsekuensinya, interaksi dan dialog kita dengan Alqur'an harus lebih ditingkatkan. Bagaimana kita mampu memahaminya dan mengamalkannya dengan baik.

*Ketiga*, Ramadhan juga disebut sebagai *syahr al-shabr* atau bulan sabar. Yaitu bulan untuk melatih kesabaran. Kendati secara fiqh sahar dikaitkan dalam konteks tidak makan, minum dan berhubungan seks; tetapi secara substantif sabar

yang dimaksud adalah mengendalikan diri atau mengendalikan hawa nafsu. Dalam bahasa kontemporer, puasa sejatinya akan melatih kita untuk menjadi orang yang cerdas secara emosional dan spiritual.

*Keempat*, Ramadhan juga bulan mulia karena didalamnya terdapat satu malam agung yang dinamai malam qadar. Siapa yang mendapatkannya, maka ia memperoleh banyak keajaiban (keutamaan). Malam qadar lebih baik daripada seribu bulan (*alfu syahrin*). Kendati malam qadar masih misterius dan kita terkadang menjadi putus asa karena tidak mendapatkannya, namun harapan untuk bertemu dengan malam mulia itu harus tetap dipelihara.

*Kelima*, Ramadhan adalah *syahr al-maghfirah* atau bulan pengampunan. Bagi siapa yang sadar kerap melakukan dosa, bulan Ramadhan adalah momentum untuk kembali membersihkan diri dan "kembali pada" bentuk penciptaan kita yang paling awal (*fitrah*). Kendatipun setiap bulan, setiap detik dan menit, bisa digunakan untuk memohon ampunan Allah SWT, namun kesadaran sebagai pendosa itu sering muncul pada bulan Ramadhan.

Hemat penulis, sepanjang orang yang berpuasa mampu menterjemahkan lima mutiara Ramadhan tersebut dalam bentuk amalan-amalan yang lebih konkrit, maka dipastikan orang yang berpuasa akan sampai pada kondisi "merasakan kehidupan Tuhan atau meniru sifat-sifat Allah". Perilaku kesehariannya akan mencerminkan keagungan akhlak muslim. Dengan demikian, keberhasilan puasa tidak bisa diukur hanya dengan kemampuan orang berpuasa untuk menahan diri dari fajar sampai waktu berbuka. Justru keberhasilan puasa ditentukan oleh kebersihan hati dan akhlak mulia.

Semestinya puasa yang dilakukan umat Islam saat ini tidak lagi sebatas mengikuti ukuran-ukuran fikih semata. Namun harus masuk pada suasana batinnya. Hanya dengan inilah "rasa" puasa kita akan berbeda dari tahun-tahun sebelumnya.



**LEMBAR**  
**HASIL PENILAIAN SEJAWAT SEBIDANG ATAU PEER REVIEW**  
**KARYA ILMIAH : KORAN/MAJALAH**

Judul Artikel : Puasa Dalam Perspektif Para Sufi  
(Koran/Majalah) WASPADA

Penulis : Dr. H. Azhari Akmal Tarigan, M.Ag

Kenaikan Pangkat : Dari Pembina (IV/a) ke Pembina Tk. I (IV/b)

Identitas Koran/Majalah :

- a. Nama : WASPADA  
Koran/Majalah
- b. Nomor/Volume : -
- c. Edisi (bulan/tahun) : Jum'at/12 Juli 2015
- d. Penerbit : Waspada
- e. Jumlah Halaman : 1

Kategori Publikasi karya :  Hasil Penelitian pada Koran Waspada  
ilmiah Koran/Majalah (beri  
√ pada kategori yang tepat)

Hasil Penilaian Peer Review :

Komponen Yang Dinilai		Nilai Maksimal Koran/Majalah 1 <input checked="" type="checkbox"/>	Nilai Akhir Yang Diperoleh
a.	Kelengkapan unsur isi artikel (10%)	0,1	0,1
b.	Ruang lingkup dan kedalaman pembahasan (30%)	0,3	0,3
c.	Kecukupan dan kemutakhiran data / informasi dan metodologi (30%)	0,3	0,3
d.	Kelengkapan unsur dan kualitas penerbit (30%)	0,3	0,3
Total = (100%)		1	1

Medan, 27 Februari 2015

Reviewer 1,



Prof. Dr. H. Ahmad Qanib, MA  
NIP. 19580414 198703 1 002

Unit Kerja: Fakultas Syarifah  
IAIN Sumatera Utara Medan

**LEMBAR**  
**HASIL PENILAIAN SEJAWAT SEBIDANG ATAU PEER REVIEW**  
**KARYA ILMIAH : KORAN/MAJALAH**

Judul Artikel : Puasa Dalam Perspektif Para Sufi  
 (Koran/Majalah) WASPADA  
 Penulis : Dr. H. Azhari Akmal Tarigan, M.Ag  
 Kenaikan Pangkat : Dari Pembina (IV/a) Ke Pembina Tk. I (IV/b)  
 Identitas Koran/Majalah : a. Nama : WASPADA  
 Koran/Majalah  
 b. Nomor/Volume : -  
 c. Edisi (bulan/tahun) : Jum'at/12 Juli 2013  
 d. Penerbit : Waspada  
 e. Jumlah Halaman : 1

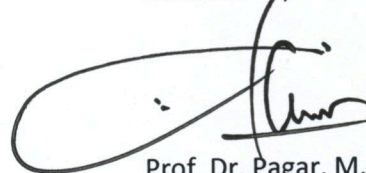
Kategori Publikasi karya :  Hasil Penelitian pada Koran Waspada  
 Ilmiah Koran/Majalah (beri  
 v pada kategori yang tepat)

Hasil Penilaian Peer Review :

Komponen Yang Dinilai		Nilai Maksimal Koran/Majalah 1 <input checked="" type="checkbox"/>	Nilai Akhir Yang Diperoleh
a.	Kelengkapan unsur isi artikel (10%)	0,1	0,1
b.	Ruang lingkup dan kedalaman pembahasan (30%)	0,3	0,25
c.	Kecukupan dan kemutakhiran data / informasi dan metodologi (30%)	0,3	0,25
d.	Kelengkapan unsur dan kualitas penerbit (30%)	0,3	0,25
Total = (100%)		1	0,85

Medan, 02-04-2015

Reviewer II,



Prof. Dr. Pagar, M.Ag  
 NIP. 19581231 198803 1 016

Unit Kerja: Fakultas Syari'ah  
 IAIN Sumatera Utara Medan