

M. Iqbal Irham, M.Ag.



PUSTAKA AL-IHSAN

Membangun Moral Bangsa Akhlak Tasawuf *Melalui*



Membangun Moral Bangsa Melalui

AKHLAK TASAWUF

M. IQBAL IRHAM, M.Ag



PUSTAKA AL-IHSAN

**MEMBANGUN MORAL BANGSA MELALUI
AKHLAK TASAWUF**

Penulis

M. Iqbal Irham, M.Ag

Editor

Tengku Ratna Soraya M.Pd

ISBN: 978-979-9152-16-9

Hak cipta dilindungi Undang-undang
All right reserved

Cetakan Pertama, Oktober 2012 M / Dzulqaedah 1432 H
Cetakan Kedua, September 2013 M / Dzulqaedah 1433 H

Penerbit

Pustaka Al-Ihsan

Komp. Ditjen Haji al-Mabrur, Jl. Masjid al-Mabrur
No. 111 RT/Rw 01/01, Pisangan, Ciputat 15419
08126550311 - 08126514553

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR _____ iii

DAFTAR ISI _____ v

BAB I : MEMAHAMI TASAWUF ISLAM

- A. Tahapan Menuju Tuhan _____ 1
 - 1. Tasawuf Sebagai terapi _____ 3
 - 2. Empat Tahapan _____ 4
- B. Pengertian Tasawuf _____ 8
- C. Tasawuf Sebagai Moral (Akhlak), Ibadah *Ma'rifah* dan *Mushāhadah* _____ 20
 - 1. Tasawuf Sebagai Moral _____ 22
 - a. Moral Kepada Allah _____ 26
 - b. *Ta'alluq*, *Takhalluq* dan *Tahaqquq* _____ 29
 - c. Moral Kepada Sesama Manusia _____ 31
 - d. Moral Kepada Diri Sendiri _____ 33
 - 2. Tasawuf Sebagai Ibadah _____ 33
 - 3. Tasawuf Sebagai *Ma'rifah* dan *Musyahahadah* _____ 36
- D. Tujuan Tasawuf _____ 47

BAB II : MENGENAL DIRI (MA'RIFAH AN-NAFS)

- A. Anasir Diri : Jasad, Jiwa dan Ruh _____ 50
 - 1. Jasad _____ 51
 - 2. Jiwa _____ 55
 - 3. Ruh _____ 62
- B. Tipologi Rasa Dalam Diri _____ 66
 - 1. Rasa Jasmani _____ 66
 - 2. Rasa Nafsani _____ 69
 - 3. Rasa Ruhani _____ 71
- C. Membangun Kesadaran Diri _____ 77
 - 1. Memahami Makna Kesadaran _____ 77
 - 2. Kesadaran Fisikal _____ 83
 - 3. Kesadaran Emosional _____ 90
 - 4. Kesadaran Spiritual _____ 91

BAB III : KONTRAVERSI DAN SUMBER AJARAN TASAWUF

- A. Kontroversi Asal-Usul Tasawuf _____ 102
 - a. Pengaruh Unsur Nasrani (Kristen) _____ 104
 - b. Pengaruh Unsur Filsafat Yunani _____ 106

	c. Pengaruh Unsur Hindu / Budha _____	108
	d. Pengaruh Unsur Persia _____	109
	e. Pengaruh Unsur Arab Islam _____	110
	B. Sumber Ajaran Tasawuf _____	115
BAB IV : HUBUNGAN ILMU TASAWUF DENGAN ILMU KALAM, FILSAFAT DAN ILMU JIWA AGAMA		
	A. Hubungan Ilmu Tasawuf dengan Ilmu Kalam _____	119
	B. Hubungan Ilmu Tasawuf dengan Filsafat _____	125
	C. Hubungan Ilmu Tasawuf Dengan Ilmu Jiwa Agama (Transpersonal Psikologi) _____	126
BAB V: KERANGKA BERFIKIR 'IRFANI: DASAR-DASAR MAQAMAT DAN AHWAL		
	A. Maqamat _____	132
	1. Taubah _____	133
	2. Zuhud _____	134
	3. Wara' _____	137
	4. Faqr _____	138
	5. Shabr _____	139
	6. Tawakkal _____	140
	7. Ridha _____	141
	B. Al-Ahwal _____	142
	1. Muraqabah (<i>Meditation</i>) _____	143
	2. Al-Khauf (<i>Fear</i>) _____	144
	3. Al-Raja' (<i>Hope</i>) _____	146
	4. Al-Syauq (<i>Longing</i>) _____	147
	5. Al-Uns (<i>Intimacy</i>) _____	148
	6. Mushāhadah (<i>Contemplation</i>) _____	149
	7. Thuma'ninah (<i>Tranquillity</i>) _____	150
	8. Yaqin (<i>Certainty</i>) _____	151
BAB VI : TASAWUF : AKHLAKI DAN FALSAFI		
	A. Tasawuf Akhlaki Dalam Lintasan Sejarah _____	153
	B. Makna dan Esensi Tasawuf Akhlaki _____	155
	a. Takhalli _____	160
	b. Tahalli _____	161
	c. Tajalli _____	162
	C. Tasawuf Falsafi _____	163
	a. Ittihad _____	164

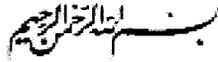
- b. Hulul _____164
- c. Wahdah al-Wujud _____164
- d. Isyraq _____164
- e. Fana' dan Baqa' _____165

**BAB VII : SEJARAH DAN PEMIKIRAN TOKOH-TOKOH
TASAWUF AKHLAKI**

- 1. Hasan al-Bashri _____166
- 2. Al-Muhasibi _____173
- 3. Al-Qusyairi _____176
- 4. Al-Junaid _____178
- 5. Al-Ghazali _____180

DAFTAR PUSTAKA_____190

BIOGRAFI_____199



BAB I

MEMAHAMI TASAWUF ISLAM

A. Tahapan Menuju Tuhan

Manusia adalah makhluk tiga dimensi (bukan dua dimensi), yakni fisik (*jism / jasad / jasmani*), jiwa (*nafs*) dan ruh. Menurut Khayr al-Din al-Zarakli, studi tentang diri manusia dapat dilihat dari tiga sudut pandang. *Pertama*, jasad (fisik), apa dan bagaimana organisme dan sifat-sifat uniknya. *Kedua*, jiwa (psikis) apa dan bagaimana hakikat dan sifat-sifat uniknya. *Ketiga*, jasad dan jiwa (psikofisik), berupa akhlak, perbuatan, gerakan dan sebagainya.¹ Dalam terminologi Islam, ketiga kondisi tersebut lebih dikenal dengan term *al-jasad*, *al-ruh*, dan *al-nafs*. Jasad merupakan aspek biologis atau fisik manusia, ruh merupakan aspek psikologis atau psikis manusia, sedangkan *nafs* merupakan aspek psikofisik manusia yang merupakan sinergi antara jasad dan ruh.²

Ketiga dimensi ini harus memperoleh porsi yang seimbang. Apabila salah satunya diabaikan, maka manusia akan mengalami kepincangan dalam hidupnya. Sisi jasmaninya memerlukan makanan, minuman, pakaian, hubungan perkawinan dan sesuatu yang bersifat biologis lainnya. Sisi jiwa-

¹ Khayr al-Din al-Zarkali (ed.), *Ikhwan al-Shafa', Rasail Ikhwan al-Shafa' wa Khalan al-Wafa'* (Beirut: Dar al-Shadir, 1957), bab III.

² Abdul Mujib, *Kepribadian dalam Psikologi Islam* (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2007), 56.

nya memerlukan ketenangan, kedamaian, kasih sayang dan kebahagiaan yang bersifat horizontal emosional, yakni hubungan dengan sesama manusia, alam dan makhluk lainnya. Sementara ruhnya memerlukan ketenangan, kedamaian, kasih sayang dan kebahagiaan yang bersifat vertikal transendental yakni hubungan kepada Tuhan.

Dalam perkembangan perjalanan kehidupan manusia, diperoleh pengetahuan bahwa fisik manusia mempunyai keterikatan yang tinggi pada jiwanya. Apabila jiwa tidak tenang, mengalami kesedihan, kekecewaan, atau guncangan batin karena munculnya berbagai persoalan, maka fisik jasmani akan ikut merasakannya. Mungkin badannya akan menjadi gemetar, matanya akan mengeluarkan tetesan air, wajahnya akan muram dan kakinya enggan untuk diajak berjalan.

Seseorang yang sedang berada dalam kondisi emosional, akan menampakkan tanda-tanda yang jelas pada fisik jasmaninya. Matanya akan memerah, suaranya akan terdengar meninggi, otaknya akan mengeras dan tubuhnya akan terlihat tegang. Bahkan beberapa penyakit fisik seperti diabetes (kencing manis), darah tinggi, gangguan pencernaan, gangguan pada jantung, liver dan beberapa penyakit lainnya, bermula dari kondisi jiwa yang mengalami kegelisahan, penuh kekhawatiran, atau kehilangan kedamaian dan kasih sayang. Kecemburuan atau ketakutan yang berlebihan pada sesuatu juga akan mendatangkan penyakit pada tubuh jasmani.

Hal-hal di atas harus menjadi perhatian manusia agar hidupnya selalu memperoleh kedamaian dan kebahagiaan baik di dunia maupun di akhirat. Inilah sebenarnya yang menjadi arah tujuan hidup, sehingga manusia tidak terbawa arus pada kesenangan dan dan kebahagiaan sesaat, yakni hanya di dunia. Manusia harus menghidupkan batinnya. Jiwanya harus tercerahkan melalui pencerahan ruhani agar kehidupan abadi di akhirat dapat dipersiapkan dengan baik dan matang. Menghidupkan dimensi ruhani inilah yang dalam kuliah Islam disebut dengan tasawuf. Puncaknya adalah merasakan kedekatan kepada Allah, tanpa dibatasi oleh apapun.

1. Tasawuf Sebagai Terapi

Tasawuf merupakan sisi batin (esoteris) dari ajaran Islam, sementara sisi lahirnya (eksoteris) adalah syari'ah, yang mengandung hukum-hukum keagamaan formal, mengenai apa yang harus dilakukan oleh seseorang (*wajibat*), serta apa yang seharusnya tidak boleh dilakukan (*nahiyat*). Tasawuf selain mengisi sisi batiniah dari syari'ah juga memberikan makna tentang bagaimana hidup berTuhan dengan baik dan benar. Dalam konteks ini, tasawuf memberikan penegasan bahwa hidup tanpa memiliki hubungan yang harmonis dengan Tuhan, adalah hidup yang kosong dan hampa.

Manusia yang telah mencampakkan sisi batin pada dirinya serta tidak memiliki hubungan yang harmonis dan selaras dengan Tuhan, merupakan manusia yang hidup tanpa aturan-aturan dan norma-norma kebaikan. Aturan dan norma ini mereka anggap sebagai pengekangan kebebasan dalam berekspresi. Dalam kondisi seperti ini, manusia tidak lagi mengindahkan nilai halal dan haram, melainkan mengutamakan sesuatu yang enak serta menyenangkan. Paham *hedonisme* bahwa yang baik itu adalah sesuatu yang enak dan menyenangkan tanpa harus terikat dengan aturan dan norma yang ada, telah menjadi motto keseharian kehidupan mereka.

Namun demikian, ketika aturan tidak lagi dipatuhi, saat norma tak lagi diindahkan, maka manusia telah kehilangan arah, kehilangan pedoman dan tanpa pegangan. Ia kemudian banyak mengalami kegalauan dan kesemrawutan hidup, sehingga hidup seakan-akan sendiri, sepi ditengah keramaian dan mengalami keterasingan (*alienasi*) ditengah-tengah masyarakatnya sendiri. Manusia seperti ini adalah manusia kosong (*the hollow man*), manusia hampa, yang telah melemparkan sisi-sisi kemanusiaan dari diri dan kehidupannya. Ia telah melupakan eksistensi dirinya sebagai seorang hamba (*'abd*) dihadapan Tuhan, sehingga akhirnya terjatuh dan ter-perangkap dalam kehampaan.³ Akibatnya, hidup tidak lagi memiliki makna yang berarti dan manusia

³ Hanna Djumhana Bustaman, *Integrasi Psikologi Dengan Islam* (Jakarta: 1997), xx.

tidak lagi mampu menjawab berbagai tantangan dan persoalan.

Untuk mereka yang mengalami kegalauan, keterasingan serta kehampaan hidup seperti ini, tasawuf menjanjikan penyelamatan bagi manusia dan kemanusiaan. Tasawuf memberikan obat penawar ruhani dan memberikan daya tahan dalam menghadapi cobaan hidup. Dalam wacana kontemporer seringkali dijelaskan bahwa tasawuf merupakan obat dalam mengatasi krisis kerohanian manusia modern yang telah terlepas dari pusat dirinya, sehingga ia tidak mengenal lagi siapa dirinya, arti dan tujuan dari kehidupan di dunia ini. Ketidakjelasan atas makna dan tujuan hidup ini, memang sangat tidak mengenakkan dan membuat penderitaan batin. Mata air tasawuf yang menyejukkan ini memberikan penyegaran dan penyelamatan pada manusia-manusia yang terasing itu (*alienasi*). Tasawuf akan membawa pada pencerahan hidup sehingga, seperti kalimat dalam sebuah iklan, "bikin hidup jadi lebih hidup".

2. Empat Tahapan

Ibn al-'Arabi, atau lengkapnya Muhammad ibn Ali ibn Muhammad ibn Ahmad ibn Ali ibn Abdullah ibn Hatim, seorang filsuf yang dikenal sebagai *syekh al-akbar*, gurunya para Sufi, menyebutkan bahwa dalam tasawuf ada empat tahap pengamalan dan pemahaman yaitu *syari'ah* (hukum-hukum keagamaan eksoterik), *thariqah* (jalan untuk mendekat kepada Tuhan), *haqiqah* (mengetahui kebenaran sejati), dan *ma'rifah* (pengalaman merasakan kedekatan dengan Tuhan).⁴

Tahapan pertama adalah *syari'ah*, dasar dari tiga tahapan selanjutnya. *Syariah*, secara bahasa berarti 'jalan'. Ia merupakan jalan yang benar, sebuah rute perjalanan yang baik, yang dapat ditempuh oleh siapapun. *Syariah* memuat hukum-hukum agama yang mengatur hak dan kewajiban antar individu, antar anggota masyarakat dalam

⁴ Robert Frager (Syekh Ragib al-Jerahi), "Heart, Self and Soul : The Sufi Psychology of Growth, Balance and Harmony", terj. Hasmiyah Rauf *Hati, Diri, Jiwa, Psikologi untuk Transformasi* (Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta, Oktober 2005), 12-13.

satu komunitas dan antar masyarakat yang berbeda komunitas. *Syariah* juga memuat dan mengatur hubungan manusia dengan Sang Khaliq, namun hubungan ini seringkali diterjemahkan dalam bentuk-bentuk yang formalistik dan kaku.

Dalam *syariah* ini terdapat suatu kesadaran bahwa terdapat "milikmu dan milikku". Menurut Annemarie Schimmel,⁵ dikalangan masyarakat Turki, *syariah* disebutkan dengan *yours is yours, mine is mine* (milikmu ya milikmu, milikku ya milikku). Disini, bentuk ke'aku'an yang ada pada manusia masih sangat tampak jelas. Mengharapkan imbalan pasca ibadah dalam bentuk pahala dan kenikmatan surgawi, merupakan contoh yang mudah dalam konteks ini. Meskipun demikian, tahapan pertama ini tidak boleh diabaikan untuk menuju pada tahapan berikutnya.

Syariah memberikan petunjuk yang jelas untuk hidup secara tepat di dunia ini. Mencoba mengikuti tasawuf tanpa mengikuti *syariah*, bagaikan membangun sebuah rumah dengan berpondasikan pasir. Tanpa kehidupan teratur yang dibangun dari prinsip moral dan etika yang kuat, maka tidak ada tasawuf yang dapat berkembang.

Tahapan kedua adalah *thariqah* yakni amalan tasawuf. *Thariqah* secara literal berarti jalan tanpa rambu di padang pasir, yang ditempuh kaum Badui dari oasis ke oasis. Jalan ini tidak ditandai dengan rambu keluar yang jelas, laksana jalan bebas hambatan. Ia bahkan bukan jalan yang nyata. Untuk melintasi jalan tanpa rambu ini, seseorang harus mengenal daerah tersebut dengan baik atau ia memerlukan seorang pemandu (*guide*) yang mengetahui arah yang dituju dan akrab dengan tanda-tanda yang ada.

Thariqah merupakan jalan untuk semakin mendekat (*taqarrub*) kepada Yang Maha Rahman dengan melalui zikir-zikir, wirid-wirid, *khalwat* dan *suluk* yang memiliki formulasi tersendiri. Jalan menuju Tuhan ini, yang kemudian dikelom-

⁵ Annemarie Schimmel, "Mystical Dimension of Islam", dikutip dari Jalaluddin Rakhmat, "Berbagai Jalan Menuju Tuhan", dalam *Manusia Modern Mendamba Allah; Renungan Tasawuf Positif* (Jakarta: Penerbit IIMAN dan Hikmah, 2002), 7-8.

pokkan dalam *nawafil* (ibadah yang dianjurkan untuk dilaksanakan), menurut Nabi saw. sebenarnya sangat banyak, yakni sebanyak tarikan nafas seorang insan dalam kehidupan.⁶ Dalam *thariqah* ini, ke'aku'an diri dalam bentuk kesadaran terhadap "milikmu dan milikku" diubah menjadi "milikku adalah milikmu, milikmu adalah milikku" (*mine is yours and yours is mine*). Sehingga dalam tahapan ini, proses penurunan egoisme sudah dimulai. Karena itu mereka yang berlalu di atas jalur *thariqah* ini, diajarkan untuk mengenal sesamanya sebagai *ikhwan* (saudara) sehingga dengan mudah mereka dapat membuka diri masing-masing, membuka hati, saling tolong (*ta'awun*) menolong baik dengan materi, tenaga maupun nasehat.

Jika *syariah* membuat penampilan luar kita menjadi bersih dan menarik, maka *thariqah* diciptakan untuk membersihkan dan menyucikan ruhani (tampilan batin). Jadi antara *syariah* dan *thariqah* terdapat hubungan erat yang tak terpisahkan.

Pada tahapan ketiga ada *haqiqah*, yang merupakan makna terdalam dari praktek dan petunjuk yang ada pada *syariah* dan *thariqah*. Disini seseorang menemukan kebenaran (*fitrah* yang *hanif*) dalam diri mereka yang sesungguhnya bersumber dari Yang Maha Benar (*al-Haq*), melalui pengalaman secara langsung. Tanpa pemahaman yang didasarkan pada pemahaman yang berlandaskan pada pengalaman, maka yang ada hanya sebuah bentuk *taqlid*, peniruan terhadap mereka yang sudah mencapai tingkat *haqiqah* ini.

Pencapaian pada tingkat *haqiqah* ini, menegaskan dan memperkokoh praktek yang telah dilakukan pada dua tahapan sebelumnya yakni *syariah* dan *thariqah*. Sebelum mencapai tingkatan *haqiqah* ini, maka seluruh praktek yang dilakukan selama ini sesungguhnya hanya merupakan sebuah *taqlid* saja.

Tahapan *haqiqah* ini diperoleh setelah seseorang *tawadhu'*, dapat merendahkan diri dan menghancurkan ke-

⁶ Salah satu pernyataan sufi menyebutkan '*al-thariqah ila Allah bi a'dadi anfasi bani Adam*', lihat dalam Abu Nashr al-Saraj al Thusi, *al Luma'* (Kairo: 1990).

sombongan (*takabur*) dalam dirinya. Kerendahan hati ini adalah proses untuk me-*no*-kan diri sehingga tiada lagi egoisme. Pada saat diri sudah merendah dan menunduk dihadapan Yang Maha Agung inilah, akan muncul kesadaran baru bahwa "tidak ada milikku, dan tidak ada milikmu" (*there is no mine and no yours*). Semuanya adalah milik Allah saja.

Tingkatan terakhir dari empat tahapan ini adalah *ma'rifah* yakni kearifan yang dalam, atau pengetahuan akan kebenaran spiritual. *Ma'rifah* merupakan pengetahuan akan realitas yang hanya dicapai oleh segelintir orang. Pada tahapan ini hubungan dengan Tuhan (Allah) sudah semakin dekat bahkan sangat dekat. Tuhan, dengan kemurahan-Nya telah berkenan menyingkapkan tabir-tabir (*hijab*) yang menutupi diri seorang *salik* sehingga pada akhirnya, yang dilihat, didengar dan dirasakannya adalah Tuhan. Pada tahapan ini, kesadaran yang muncul adalah "tidak ada saya, dan tidak ada Anda" (*there is no you and me*). Sesungguhnya semua tiada, yang ada hanyalah Allah (*kullu syai-in halikun illa wajjah*).⁷ Seorang *salik* akan merasakan bahwa yang ada dan yang benar-benar ada secara hakiki sesungguhnya hanyalah Allah, sedangkan seluruh alam ini tidak lain adalah *mazhar Allah*, tempat nyatanya *asma* dan sifat Allah. Seluruh kehidupan ini berawal dari-Nya dan akan kembali kepada-Nya, *Inna lillahi wa inna ilaihi raji'un*. Dengan demikian tidak ada satu makhlukpun yang terpisah dari-Nya.

Perjalanan manusia menuju Tuhan sehingga sampai pada puncak *ma'rifah* (merasakan kedekatan dengan Tuhan) merupakan proses panjang yang harus dijalani dengan ketekunan dan kesabaran. Bagi seorang *salik*, mendekat kepada Tuhan harus dengan membawa segudang kesungguhan (*mujahadah*) agar tidak patah di tengah jalan. Perjalanan menuju Tuhan ini berawal dari *syariah*, meniti jalan *thariqah*, melalui tahapan *haqiqah* hingga akhirnya

⁷ "Tiap-tiap sesuatu pasti binasa, kecuali wajah Allah." (QS. Al-Qashash, 28:88). Dalam ayat lain disebutkan "Semua yang ada di bumi akan binasa. Dan tetap kekal Wajah Tuhanmu yang mem-punyai kebesaran dan kemuliaan".(QS. Ar-Rahman, 55:27-28).

menjemput *ma'rifah* yang merupakan anugerah Allah Yang Maha Penayang.

B. Pengertian Tasawuf

Manusia, sebagaimana disebutkan oleh Ibnu Khaldun,⁸ memiliki panca indera, akal pikiran, dan sanubari (*qalb*). Ketiga potensi ini harus senantiasa dalam keadaan bersih, sehat, berdaya guna, dan dapat bekerja sama secara harmonis antara satu dengan yang lain. Untuk menghasilkan kondisi ideal seperti ini, ada tiga bidang ilmu yang sangat berperan penting. *Pertama*, *fiqh* yang berperan dalam membersihkan dan menyehatkan panca indera dan anggota tubuh lainnya. Istilah yang digunakan *fiqh* untuk pembersihan dan penyehatan panca indera dan anggota tubuh ini adalah *thaharah* (bersuci). *Thaharah* ini kemudian dibagi pada dua yakni mandi (*al-ghusl*) untuk mengangkat *hadats* besar (*janabah*) dan *wudhu'* untuk mengangkat *hadats* kecil. Karena itu maka *fiqh* banyak sekali berurusan dengan dimensi eksoterik (lahiriyah) manusia.

Bidang ilmu yang *kedua* adalah filsafat yang berperan dalam menggerakkan, menyehatkan dan meluruskan pikiran. Karenanya filsafat banyak berurusan dengan dimensi metafisik manusia, dalam rangka menghasilkan konsep-konsep yang menjelaskan inti tentang sesuatu. Adapun bidang ilmu yang *ketiga* adalah tasawuf yang berperan dalam membersihkan sanubari (*qalb*). Dengan demikian tasawuf banyak berurusan dengan dimensi esoterik (batin) manusia. Ketiga bidang ilmu ini harus saling memperkuat untuk menghasilkan kondisi yang baik dan selaras. Dalam konteks ini, yang akan dibicarakan hanya bidang ilmu yang terakhir saja yakni tasawuf.

Memahami tasawuf ini, secara sederhana dapat dilihat dari dua sudut pandang, yakni secara kebahasaan (*etimologi*) dan istilah (*terminologi*). Adapun teori tentang akar kata atau kebahasaan (*etimologi*) dari tasawuf ternyata sudah ada sejak lama. Louis Massignon dan Musthafa Abd al-Raziq, serta beberapa penulis lainnya telah mencoba

⁸ Ali Abu Bayyan, *Qira'at Fi al-Falsafah* (Kairo: al-Qiumiyah, 1967), cet. 1, 14.

mengungkapkan teori-teori tersebut secara memadai. Berikut ini beberapa diantaranya:⁹

Pertama, pendapat yang mengatakan bahwa tasawuf dihubungkan dengan nama suatu kabilah dari orang-orang Arab Baduwi (*nomaden*, kelompok masyarakat yang hidup tidak menetap, melainkan berpindah-pindah) yakni *Bani Shuffah*. Kaitan antara keduanya, kemungkinan karena kesederhanaan dan kesahajaan, baik dalam tata busana maupun perilaku, yang ditunjukkan oleh kaum sufi dan Bani Shuffah.

Kedua, tasawuf dihubungkan dengan nama sebuah tanaman dari jenis gandum, *shufah al-qafa*.

Ketiga, ada juga yang menyebutkan bahwa tasawuf diambil dari kata *al-shufanah*, yakni nama sebuah pohon kayu yang hidup di padang pasir. Dilihat dari tampilan luar, secara fisik lahiriah, pohon ini tampak layu, kering dan hampir mati. Namun pada kenyataannya, ia tetap hidup dan bahkan terus tumbuh dan berkembang. Hal ini kemudian dikaitkan dengan kondisi fisik para sufi yang kebanyakan berbadan kurus karena banyaknya berpuasa dan bangun malam untuk *taqarrub* kepada Allah.¹⁰ Fisik mereka terlihat kurus, namun jiwa dan ruhani mereka tercerahkan dan hidup di alam immateri (ruhani).

Keempat, teori lain mengatakan bahwa kata tasawuf berasal dari kata *shafa* yang artinya suci, bersih dan jernih. Lafaz *shafa* ini, bersama lafaz *shufi*, telah digunakan pada abad 8 Masehi dalam berbagai literatur seperti digunakan untuk *tauriyah* dengan arti '*al-munassik labis al-shuf*'. Kesucian, kebersihan dan kejernihan merupakan simbol dari hati yang dimiliki oleh para sufi. Dalam konteks ini Bisyr ibn al-Harits (w. 277 H.) menyebutkan bahwa seorang sufi

⁹ Lihat misalnya dalam Louis Massignon dan Musthafa Abd al-Raziq, *al-Islam wa al-Tasawuf* (Kairo: Dar as-Sya'b, 1979), 14; dan Harun Nasution, *Filsafat dan Mistisisme Dalam Islam* (Jakarta: Bulan Bintang, 1963), cet III, 56-57.

¹⁰ Amin Syukur, *Tasawuf dan Tanggung Jawab Sosial pada Abad XX* (Semarang: Pusat Penelitian IAIN Walisongo, 1996), 13.

adalah orang yang menjernihkan hatinya demi Allah (*al-shufi man shafa qalbahu lillah*).¹¹

Kelima, tasawuf berasal dari kata *shaf* yang berarti barisan dalam pelaksanaan ibadah shalat yang dilakukan secara berjamaah. Alasan pengambilan kata ini adalah karena kaum sufi yang memiliki iman yang kokoh dan jiwa yang bersih selalu memilih *shaf* yang terdepan dalam pelaksanaan shalat berjamaah. Sebagaimana orang yang shalat pada *shaf* pertama dijanjikan kemuliaan dan ganjaran oleh Allah, maka demikian pula halnya dengan orang hidup *zuhud* dan *wara'*.¹² Makna *shaf* ini juga memberikan indikasi bahwa kaum sufi menempati posisi barisan terdepan di hadapan Allah setelah kedudukan para Nabi dan Rasul.

Keenam, pendapat yang menisbahkan tasawuf kepada *ahl ash-shuffah*,¹³ yakni para sahabat yang menempati sebuah ruangan yang terdapat di emperan atau teras Mesjid Nabawi di Madinah, pada masa awal-awal Islam. Mereka berasal dari golongan Muhajirin yang hidup miskin, yang terpaksa mengungsi meninggalkan kampung halamannya Mekkah menuju Madinah. Mereka hijrah untuk menyelamatkan aqidahnya dari kekejaman kafir Quraisy meskipun tanpa sempat membawa harta bendanya. Dalam konteks ini, *shuffah* bukanlah kediaman yang permanen melainkan tempat sementara waktu, sampai mereka memperoleh tempat kediaman sendiri. Lebih dari itu, *shuffah* merupakan semacam tempat "magang" bagi sejumlah sahabat yang mengkonsentrasikan diri dalam berbagai kegiatan ibadah *mahdhah*. Di tempat inilah mereka selalu melihat, bergaul dan berguru secara langsung pada Rasulullah. Bahkan diriwayatkan bahwa Rasulullah dan beberapa sahabat dari kaum Anshar-lah yang kadang menanggung makan dan minum mereka.

Ahl ash-shuffah adalah sebuah komunitas yang terkenal rajin beribadah dan zuhud. Mereka adalah orang-

¹¹ Abdul Halim Mahmud, "at-Tashawwuf fi al-Islam", terj. *Tasawuf di Dunia Islam* (Bandung: Pustaka Setia, 2002), 27.

¹² Harun Nasution, *Filsafat dan Mistisisme Dalam Islam*. 57.

¹³ Ali Sami' al-Nasyr, *Nasy'at al-Fikr al-Falsafi Fi al-Islam* (Mesir : Dar al-Ma'arif, 1979), jilid III, 37.

orang yang paling siap membentangkan anggota badannya untuk melaksanakan ruku' dan sujud daripada harus bersantai serta orang-orang yang menghindarkan diri dari pinjaman utang. Mereka dijadikan teladan oleh kaum fakir miskin yang tidak memiliki keluarga dan harta benda. Mereka juga tidak diperdaya oleh perdagangan untuk berzikir kepada Allah, tidak bersedih ketika tidak mendapat materi dunia serta tidak bergembira dengan apa yang diperoleh kecuali untuk memperoleh bekal Hari Akhir.¹⁴

Ahl ash-shuffah ini tidur di atas bangku batu dengan memakai pelana,¹⁵ sebagai bantalnya. Meskipun miskin, mereka adalah orang-orang yang berhati baik dan mulia serta tidak mementingkan keduniaan. Sifat-sifat inilah yang dimiliki oleh para sufi. Dan ternyata, belakangan yang terkenal sebagai *zahid*, kebanyakan adalah mereka yang merupakan 'alumni' dari *ahl ash-shuffah* ini. Diantara mereka adalah Abu Dzar al-Ghifari, Miqdad, Abu Hurairah, Salman al-Farisi dan Bilal ibn Rabah.¹⁶ Meskipun kata *suffah* ini dinilai tidak tepat sebagai asal kata tasawuf, namun secara maknawi hal ini dapat dibenarkan.

Ketujuh, kata tasawuf dihubungkan dengan nama seorang tokoh spiritual pada masa sebelum Islam yakni *Shuffah ibn al-Ghaust ibn Amir*, salah seorang pelayan Ka'bah yang senantiasa beribadah dan beri'tikaf di samping Ka'bah.¹⁷ Alasan hubungan ini karena kehidupan para sufi selalu terkonsentrasi pada pengabdian dan ibadah kepada Allah seperti halnya para pelayan Ka'bah. Namun tampaknya pandangan ini tidak memperoleh pengakuan dari kaum sufi sendiri, oleh karena mereka tidak setuju jika tasawuf dihubungkan dengan tokoh yang hidup pada masa pra-Islam

¹⁴ Muhammad Abdullah asy-Syarqawi, terj. Halid Alkaf, *Sufisme & Akal* (Bandung: Pustaka Hidayah, 2003), 27.

¹⁵ Pelana, dalam Bahasa Arab juga disebut *suffah*. Bahasa Inggrisnya adalah *saddle-cushion*. Kata *sofa* dalam bahasa Eropa berasal dari kata *suffah* ini.

¹⁶ Jalaluddin Rakhmat, "Tasawuf Dalam Alquran dan Sunnah", dalam Sukardi (ed.) *Kuliah-Kuliah Tasawuf* (Bandung: Pustaka Hidayah, 2000), 24.

¹⁷ Dikutip dari Abu Bakar Aceh, *Pengantar Sejarah Sufi dan Tasawuf* (Solo: Ramadhani, 1994), 25.

yakni masa Jahiliyah, betapapun tingginya kedudukan spiritual Shuffah al-Ghaust. Bagi kaum sufi sendiri, tidak ada tokoh yang menjadi idola, panutan, dan bapak spiritual selain Rasulullah saw.

Kedelapan, teori dari Barat yang menyebutkan bahwa tasawuf bukan berasal dari bahasa Arab melainkan dari bahasa Yunani yakni *sophia*, yang berarti kearifan atau kebijaksanaan (*hikmah*). Hal ini karena ajaran tasawuf menurut mereka banyak dipengaruhi oleh ajaran Yunani Neo-Platonisme. Istilah *sophia* menurut al-Bairuni merupakan nama bagi sekelompok filosof Yunani yang memandang Penyebab Utama dan Pertama sebagai wujud yang pasti adanya. Dalam filsafat Islam, Tuhan sebagai *al-haq al-awwal* (Penyebab Utama) merupakan zat *wajib al-wujud*, sesuatu yang pasti adanya, tidak disebabkan oleh sesuatu apapun.

Kelemahan teori ini kelihatannya terletak pada kata *sophia* yang menggunakan huruf *sin* dalam bahasa Arab, sedangkan kata tasawuf menggunakan huruf *shad*. Jadi, terdapat perbedaan yang jelas diantara keduanya.¹⁸ Al-Bairuni juga menjelaskan bahwa kata *sophia* merupakan sesuatu yang baru dan tidak sesuai karena penamaan *shufi* memang telah ada sebelum terjemahan kata *sophia* dari bahasa Yunani ke dalam bahasa Arab.¹⁹ Dengan demikian, banyak pakar tasawuf yang menolak teori ini.

Kesembilan, kata tasawuf merupakan bentuk *mashdar* dari *fi'l khumasi* (kata kerja lima huruf) yang bermuara pada kata *shawwafa*, yang berarti *labisa al-shuf* (dia telah memakai wol kasar). *Shuf* merupakan pakaian yang dikenakan oleh para pendahulu pengamal tasawuf, atau oleh mereka yang menempuh cara hidup *wara'*, *zuhud*, taqwa dan *khalwat*. Jenis pakaian ini menjadi pilihan utama bagi orang-orang yang menempuh jalan hidup menuju Allah, karena lebih sesuai dengan model atau gaya hidup sederhana dan layak dalam konteks pendidikan spiritual terutama karena berindikasikan sikap rendah hati (*tawadhu'*).

¹⁸ Louis Massignon dan Musthafa Abd al-Raziq, *al-Islam wa al-Tasawuf*, 14.

¹⁹ Abdul Halim Mahmud, *Tasawuf di Dunia Islam*, 16.

Al-Mas'udi menyebutkan bahwa sahabat-sahabat Rasulullah yang shalih seperti Umar ibn Khatab, Salman al-Farisi dan Abu Abdillah ibn Jarrah sering mengenakan pakaian dari bahan bulu yang kasar. Bahkan diriwayatkan bahwa Imam Hasan al-Bashri pernah menyatakan, siapa yang mengenakan pakaian *shuf* karena sikap rendah hati di hadapan Allah, akan memperoleh cahaya bagi pandangan mata hatinya. Sebaliknya, siapa yang mengengakannya karena sikap sombong dan unjuk kekayaan, akan terbakar olehnya di akhirat bersama orang-orang yang ingkar. Hal ini berarti bahwa tradisi mengenakan *shuf* oleh para sahabat dan para tokoh-tokoh sufi tertentu pada masa awal telah memungkinkan penamaan ini diterima dan populer ditengah masyarakat.

Dari keseluruhan teori yang dikemukakan diatas, tampaknya yang paling banyak dicenderung oleh para pemikir tasawuf dan para sufi sendiri adalah teori yang mengatakan bahwa tasawuf berasal dari kata *al-shuf*, yang berarti bulu domba atau wol kasar. Louis Massignon dan Musthafa Abd al-Raziq, dengan tegas mengatakan bahwa ia berasal dari kata *al-shuf*, sebagaimana yang diungkapkannya bahwa kata *tashawwuf* berarti *labisa al-shuf*. Sedemikian kuatnya mereka berpendapat demikian, sehingga keduanya mengungkapkan kata *wa yanbaghi radd ma'a dzalik*,²⁰ yakni suatu ungkapan yang menolak teori-teori lain. Hal yang sama juga diungkapkan oleh Harun Nasution bahwa pendapat yang banyak diterima dari seluruh teori yang adalah teori yang mengatakan tasawuf berasal dari kata *al-shuf*.²¹ Sejauh ini, Abu Nashr al-Sarraj al-Thusi, salah seorang sufi terkenal, juga berpandangan demikian. Hal ini disebabkan bahwa pada awal pertumbuhannya, yaitu ketika kelompok ahli ibadat hidup dalam pola *zuhud*, mereka memakai pakaian wol kasar sebagai simbol atau lambang hamba Allah yang tulus dan *zuhud*.²²

²⁰ Louis Massignon dan Musthafa Abd al-Raziq, *al-Islam wa al-Tasawuf*, 14.

²¹ Harun Nasution, *Falsafat dan Mistisme Dalam Islam*, 58.

²² Abu Nashr al-Sarraj al-Thusi, *al Luma'*, 40-41.

Teori yang kesembilan ini, meskipun banyak dipegang oleh para pemikir dan tokoh tasawuf seperti Louis Massignon, Musthafa Abd al- Raziq, serta Abu Nashr al-Sarraj penulis kitab *al-Luma'*, namun ternyata tidak sepenuhnya disetujui. Hal ini karena teori ini paling tidak memiliki empat kelemahan.

Kelemahan *pertama* adalah tidak ditemukannya penegasan dari seorang tokoh tasawufpun yang mempersyaratkan pakaian *al-shuf*, dalam keseharian mereka. Sebaliknya tradisi mengenakan *khirqah* (yakni semacam pakaian yang berwarna-warni) justru telah diperkenalkan oleh para sufi profesional yang muncul pada perkembangan selanjutnya. Kelemahan *kedua* adalah bahwa mementingkan pakaian dan penampilan, sebenarnya akan mengalihkan perhatian tentang hakikat dan substansi tasawuf itu sendiri, yakni mengarahkan perhatian dan tujuan hanya kepada Allah saja.

Adapun kelemahan ketiga adalah, dikatakan bahwa pakaian *al-shuf* dipengaruhi oleh tradisi Nasrani, dan dipakai sebagai tanda penebus dosa perseorangan, sebagaimana dilambangkan dengan pakaian Nabi Isa. Hal ini kemudian diperkuat oleh pernyataan Ibn Sirin (w.729 M.) yang tidak menyukai pakaian *shuf* ini, seperti dalam pernyataannya, "*aku lebih suka meniru contoh Rasul yang mengenakan pakaian kapas*".²³ Sedangkan kelemahan *keempat*, yakni bahwa penyebutan sufi dalam kaitannya dengan bulu domba (*shuf*) ini, lebih merupakan semacam ungkapan *stereotif*, sebuah ungkapan yang memberi kesan merendahkan.²⁴ Oleh karena itu, teori kesembilan ini, sesungguhnya juga belum dapat diterima karena masih diperdebatkan argumentasinya. Meskipun demikian, teori ini tampaknya paling banyak diterima.

Adapun tasawuf jika ditinjau dari segi istilah (*terminologi*), tampaknya memiliki kesulitan tersendiri untuk memahaminya. Hal ini disebabkan, diantaranya karena terjadi perbedaan dalam cara memandang aktivitas-aktivitas para

²³ H.A.R. Gibb, *Shorter Encyclopedia of Islam*, (Leiden: Photomechanical reprint, 1961), 579-580.

²⁴ Sahib Khaja Khan, *Studies In Tasawwuf* (New Delhi: Idarat-i Adabiyat-i Delhi, 1978), 150.

kaum sufi. Disamping itu, tasawuf merupakan pengalaman batin yang dialami oleh individu yang tentunya sangat bersifat personal. Namun demikian dari beberapa pendapat yang ada, dapat ditarik beberapa pemahaman tentang hal ini.

Ma'ruf al-Karkhi sebagaimana yang dikutip oleh Suhrawardi mengatakan bahwa tasawuf adalah mengambil hakikat dan meninggalkan apa yang ada di tangan makhluk (*al-akhdzu bi al-haqaiq wa al-ya'su min ma 'inda al-makhlug*).²⁵ Sementara Abu Bakar al-Karkhi sebagaimana yang dikutip oleh al-Ghazali, mengatakan bahwa tasawuf adalah budi pekerti (*akhlaq*). Siapapun yang memberikan bekal budi pekerti atasmu, berarti ia memberikan bekal bagimu atas dirimu dalam tasawuf.

Muhammad Amin al-Kurdi menyebutkan bahwa tasawuf adalah suatu ilmu yang dengannya diketahui hal ihwal kebaikan dan keburukan jiwa. Cara untuk mensucikannya adalah dengan membersihkan jiwa dari berbagai sifat yang tercela dan kemudian mengisinya dengan sifat-sifat yang terpuji. Disamping itu, pensucian ini juga dengan cara melakukan *suluk* dan perjalanan menuju keridhaan Allah dan meninggalkan larangan-Nya menuju kepada perintah-Nya.

Dengan demikian, tasawuf adalah sebuah kegiatan pembersihan jiwa, mengisinya dengan sifat-sifat terpuji (*tahalli*), dan mendekatkan diri (*taqarrub*) dan berada di *hathirat* Allah. Tasawuf sebagaimana disebutkan dalam makna di atas, bertujuan untuk memperoleh hubungan langsung dan dekat dengan Tuhan, tanpa perantara. Dalam ajaran tasawuf seorang sufi ternyata tidak begitu saja dapat berada dekat dengan Tuhan, melainkan terlebih dahulu ia harus menempuh berbagai latihan (*riyadhah*) tertentu. Misalnya ia harus menempuh beberapa *maqam* (stasiun/tahapan) yaitu disiplin keruhanian yang ditunjukkan oleh seorang calon sufi dalam bentuk berbagai pengalaman yang dirasa-kan dan diperoleh melalui usaha-usaha tertentu.²⁶

²⁵ Abd. al-Halim Mahmud (tahqiq), *al-Risalah al-Qusyairiyah li Ibn al-Qasim al-Qusyairi* (Kairo: Dar al-Kutub al-Haditsah, t.t.), Juz II, 552.

²⁶ Asmaran As., *Pengantar Studi Tasawuf* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1996).

Menurut al-Kalabazi,²⁷ para sufi dinamakan demikian karena kemurnian hati dan kebersihan tindakan mereka. Bisyr ibn al-Haris al-Hafi (w.277 H.) mengatakan bahwa orang yang bertasawuf adalah orang yang hatinya tulus (ikhlas) terhadap Allah. Beberapa pernyataan lain telah menyebutkan pengertian yang berbeda sesuai dengan pengalaman masing-masing mereka yang mengalaminya serta penghayatan yang unik secara individu. Sehingga munculnya pengertian tasawuf dalam konteks ini, mungkin sebanyak orang yang mencoba untuk memberikan informasi terhadap pengalaman ruhaninya. Karenanya tasawuf disebut memiliki ciri khusus yang bersifat intuitif subjektif. Faktor kesulitan lain dalam menjelaskan makna tasawuf dari sudut peristilahan ini, adalah karena pertumbuhan dan kesenjangan tasawuf yang melalui berbagai segmen dan dalam kawasan kultur yang bervariasi.

Walaupun sulit mendefinisikan tasawuf secara tepat dan benar, dalam buku "*Tasawuf dari Sufisme Klasik Ke Neo Sufisme*" A. Rivay Siregar,²⁸ menyebutkan bahwa upaya para ahli dalam upaya mendefinisikan tasawuf seperti yang telah dilakukan oleh Ibrahim Basuni adalah sesuatu yang lebih tepat. Dari definisi yang banyak itu, Basuni telah mengelompokkannya kepada tiga kategori yaitu *al-bidayah* (menjelaskan pengalaman para sufi pada tahap awal, permulaan), *al-mujahadat* (membicarakan pengalaman sufi yang memiliki hubungan dengan kesungguhan mereka), dan *al-madzaqat* (membicarakan pengalaman dari segi apa yang dirasakan oleh para sufi).²⁹

Dalam tahap *al-bidayah*, Ibrahim Basyuni telah menytir beberapa definisi yang telah dikemukakan oleh para sufi. Ma'ruf al-Karkhi misalnya, mengatakan bahwa tasawuf adalah mengambil hakikat dan putus asa terhadap apa yang ada pada makhluk. Karena itu, siapa yang tidak benar-benar

²⁷ Al-Kalabazi, "At-Ta'aruf li Mazhab at-Tasawuf", dikutip dari Asmaran As., *Pengantar Studi Tasawuf*, 43.

²⁸ A. Rivay Siregar, *Tasawuf dari Sufisme Klasik ke Neo-Sufisme* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1999), 115.

²⁹ Ibrahim Basyuni, *Nasy'ah al-Tasawuf al-Islami* (Kairo: Dar al-Ma'rif, 1969), 17.

faqir dia tidak benar-benar bertasawuf. Abu al-Husain an-Nuri (w. 295 H./908 M.) mengatakan bahwa tasawuf adalah meninggalkan bagian dirinya supaya *al-Haq* menjadi bagianya. Bagi an-Nuri tasawuf juga berarti membenci dunia dan mencintai Tuhan. Dzu an-Nun al-Mishri mengatakan bahwa sufi adalah orang yang tidak suka meminta kepada makhluk dan tidak merasa susah ketika tidak mempunyai apa-apa.³⁰

Dalam tahap *al-mujahadat*, Ibrahim Basyuni juga mencoba mengemukakan beberapa definisi, seperti menurut al-Jariri yang mengatakan bahwa tasawuf adalah memasuki semua akhlak sunni dan keluar dari semua akhlak yang rendah. Menurut Sahal ibn Abdullah, tasawuf adalah sedikit makan, tenteram dengan Allah dan 'lari' dari manusia. Sedangkan menurut Samnun, tasawuf adalah bahwa engkau tidak merasa memiliki sesuatu dan tidak pula dimiliki oleh sesuatu.³¹

Dalam tahap *al-madzaqat*, Ibrahim Basyuni telah mengutip beberapa definisi sebagai berikut; Menurut Abu al-Hussain al-Muzyun, tasawuf adalah menyerahkan diri (*taslim*) secara utuh kepada yang *Haq*. Ruwaim mendefinisikannya sebagai penyerahan diri kepada Allah menurut kehendak-Nya. Menurut al-Junaid, tasawuf adalah engkau merasa bersama Allah tanpa ada perantara.³²

Dari berbagai definisi-definisi tasawuf diatas, baik pada tahap *bidayah*, *mujahadat*, maupun *madzaqat*, maka dapatlah ditarik suatu pemahaman yang sederhana bahwa tasawuf adalah suatu kesadaran yang sungguh-sungguh untuk beramal melalui berbagai aktifitas jasmani maupun ruhani dalam upaya mendekati diri kepada Allah. Pengertian ini sejalan dengan kesimpulan Harun Nasution yang mengatakan intisari mistisme, termasuk tasawuf, adalah suatu kesadaran akan adanya komunikasi dan dialog antara ruh manusia dengan Tuhan dengan mengasingkan diri (*uzlah*) dan berkontemplasi (*tafakur*).³³

³⁰ Ibrahim Basyuni, *Nasy'ah al-Tasawuf al-Islami*, 18-19.

³¹ Ibrahim Basyuni, *Nasy'ah al-Tasawuf al-Islami*, 21.

³² Ibrahim Basyuni, *Nasy'ah al-Tasawuf al-Islami*, 24.

³³ Harun Nasution, *Falsafat dan Mistisme Dalam Islam*, 56.

Adapun tasawuf dari segi istilah atau pendapat para ahli amat bergantung kepada sudut pandang yang digunakan masing-masing. Selama ini ada tiga sudut pandang yang digunakan para ahli untuk mendefinisikan tasawuf, yaitu *pertama* sudut pandang manusia sebagai makhluk yang memiliki keterbatasan, *kedua*, manusia sebagai makhluk yang harus terus berjuang, dan *ketiga*, manusia sebagai makhluk yang berTuhan.³⁴

Tasawuf dari sudut pandang pertama, didefinisikan sebagai upaya menyucikan diri dengan cara menjauhkan pengaruh kehidupan dunia, dan memusatkan perhatian hanya kepada Allah. Sudut pandang kedua melihat tasawuf sebagai upaya memperbaiki diri dengan akhlak yang bersumber dari ajaran agama dalam rangka mendekatkan diri kepada Allah. Sedangkan dari sudut pandang ketiga, tasawuf dapat didefinisikan sebagai kesadaran *fitrah* (ketuhanan) yang dapat mengarahkan jiwa agar tertuju kepada kegiatan-kegiatan yang dapat menghubungkan manusia dengan Tuhan. Apabila tiga definisi tasawuf tersebut dihubungkan satu dengan lainnya, maka tampak bahwa tasawuf pada intinya adalah upaya melatih jiwa dengan berbagai kegiatan yang dapat membebaskan diri dari pengaruh kehidupan dunia sehingga tercermin akhlak yang mulia dan dekat dengan Allah. Dengan kata lain, tasawuf adalah bidang kegiatan yang berhubungan dengan pembinaan mental ruhani agar selalu dekat dengan Tuhan. Inilah esensi atau hakikat tasawuf.

Adapun karakteristik khusus yang menjadi tanda pengenal bagi tasawuf, seperti disebutkan oleh Abu Wafa' al-Ghanimi al-Taftazany,³⁵ ada lima. Lima ciri ini bersifat psikis, moral, dan epistemologis.

³⁴ M. Jamil, *Cakrawala Tasawuf* (Ciputat: Gaung Persada Press, 2004).

³⁵ Lihat dalam Abu Wafa' al-Ghanimi al-Taftazany, *al-Madkhal ila Tasawuf al-Islamy*. Dikutip dari Buletin *Risalah News*, IKPA, Kairo, Oktober, dalam <http://smkn1slawi.or.id/index.php?option=comcontent&task=view&id=16&Itemid=1>. Lihat juga A. Rivay. Siregar. *Tasawuf dari sufisme Klasik ke Neo-Sufisme*, 35.

Pertama, peningkatan moral. Setiap tasawuf memiliki nilai-nilai moral tertentu yang tujuannya untuk membersihkan jiwa sebagai realisasi dari nilai-nilai tersebut. Dengan sendirinya hal ini memerlukan latihan-latihan fisik-psikis (*riyadhah*) tersendiri serta pengekangan diri dari materialisme duniawi dan lain-lain.³⁶

Kedua, pemenuhan *fana* (sirna) dalam realitas mutlak (*al-Haq*).³⁷ Inilah ciri khas tasawuf dalam pengertiannya yang sungguh terkaji. Kondisi *fana* diperoleh melalui berbagai latihan (*riyadhah*) baik secara fisik maupun psikis, yang akhirnya membawa seorang sufi sampai pada kondisi-kondisi psikis tertentu, dimana dia tidak lagi merasakan adanya dirinya ataupun ke'aku'annya (*fana*). Bahkan ia merasa kekal abadi (*baqa'*) dalam realitas yang tertinggi, realitas mutlak yakni Allah swt.

Ketiga, pengetahuan intuitif langsung (*kasyf*).³⁸ Hal inilah yang menunjukkan perbedaan yang jelas antara tasawuf dengan filsafat. Filsafat memahami realitas dengan mempergunakan metode-metode intelektual, sementara ta-

³⁶ Al-Harits ibn Asad al-Muhasibi (w. 243 H/857 M) adalah seorang sufi yang memelopori suatu sistem tasawuf yang lebih banyak memusatkan perhatian pada persoalan psikologi dan akhlak, yang kemudian dikembangkan oleh Al-Ghazali.

³⁷ Istilah *fana'* (keterhapusan diri) dan *tauhid* (kesatuan transendental dengan Tuhan) itu mulai dinyatakan secara eksplisit oleh Abu Yazid Al-Busthami. Pada puncak pengalaman kesufian, menurut Abu Yazid Al-Busthami, ia merasa telah keluar dari ke-Abu Yazid-annya seperti ular terlepas dari kulitnya. Pada waktu itu ia memandang bahwa yang mencinta, yang dicinta dan cinta itu sendiri satu jua adanya, karena di alam tauhid semua adalah satu. Dia pun pernah mengucapkan kata-kata "*Subhani-subhani* (maha suci aku-maha suci aku), *Inni ana Allah la ilaha ilala ana fa'budni* (sesungguhnya akulah Allah, tiada Tuhan selain aku maka sembahlah aku)." Lihat Farid al-Din al-Aththar, *Tadzkirot al-Awliya'*, 160.

³⁸ Pengetahuan intuitif dalam tasawuf dikenal dengan makrifah (*al-ma'rifah*). Istilah makrifah dalam arti tersebut mulai terlihat dalam ucapan-ucapan Dzu al-Nun Al-Mishri (w. 245 H/859 M), sementara istilah *fana* dan *tauhid* yang berkaitan dengan istilah makrifah mulai digunakan oleh Abu Yazid Al-Busthami (w. 261 H/875 M), dan selanjutnya merupakan titik sentral dalam pembicaraan para tokoh sufi Baghdad, seperti Al-Junaid Al-Baghdadi (w. 297 H/908 M). Lihat Farid al-Din al-'Aththar, *Tadzkirot al-Awliya'*, ed. R.A. Nicholson, London, vol. I, 127.

sawuf memahami hakekat realitas dibalik persepsi indrawi melalui *kasyf* atau intuisi.

Keempat, ketenteraman atau kebahagiaan. Hal ini merupakan karakteristik khusus pada semua bentuk tasawuf. Sebab tasawuf diniatkan sebagai petunjuk atau pengendali berbagai dorongan hawa nafsu, serta membangkitkan keseimbangan psikis pada diri seorang sufi. Dengan sendirinya, hal ini akan membuat sang sufi terbebas dari semua rasa takut dan merasa intens dalam ketenteraman jiwa, serta kebahagiaan dirinya pun terwujudkan.

Kelima, penggunaan simbol dalam ungkapan-ungkapan yakni ungkapan-ungkapan yang dipergunakan para sufi yang biasanya mengandung dua pengertian. Pengertian pertama diambil dari *harfiah* kata-kata, sedangkan pengertian kedua diambil dari analisa serta pendalaman. Pengertian yang kedua inilah yang hampir sepenuhnya tertutup bagi yang bukan sufi, dan sulit bagi mereka untuk dapat memahami maksud tujuan ucapan seorang sufi. Sebab tasawuf adalah kondisi-kondisi efektif yang khusus yang mustahil dapat diungkapkan dengan kata-kata. Tasawuf juga bukan merupakan kondisi yang sama terjadi pada setiap orang. Setiap sufi memiliki cara tersendiri dalam mengungkapkan kondisi-kondisi (*ahwal*) yang dialaminya.

R.M Bucke mengkategorikan karakteristik tasawuf dalam tujuh bentuk yakni pancaran diri subjektif, peningkatan moral, kecemerlangan intelektual, perasaan hidup kekal, hilangnya perasaan takut mati, hilangnya perasaan dosa dan ketiba-tibaan. Namun ciri-ciri yang diutarakan Bucke tersebut kurang lengkap, sebab masih banyak ciri-ciri lain yang tidak kalah penting, misalnya, perasaan tenteram. Keikhlasan jiwa, perasaan fana penuh alam realitas, dan lain-lain.³⁹

C. Tasawuf Sebagai Moral (Akhlak), Ibadah, *Ma'rifah* dan *Musyahadah*

Pengenalan terhadap sesuatu nampaknya akan lebih mudah jika melalui definisi (*ta'rif*) yang ada yang telah dirumuskan oleh para ahlinya. Melalui definisi-definisi ini

³⁹ Buletin *Risalah News*, IKPA, Kairo, Oktober.

kelak akan diketahui tentang makna dari sesuatu itu. Demikian pula halnya dengan tasawuf. Mengenalnya melalui definisi yang ada, kelak akan memudahkan untuk mengenal lebih jauh tentang tasawuf itu sendiri.

Dalam berbagai literatur yang ada kita menemukan bahwa definisi tasawuf yang telah dirumuskan oleh para ahli ternyata sangat banyak dan beragam. Ibrahim Basyuni misalnya, telah mengumpulkan tidak kurang dari empat puluh (40) definisi mengenai tasawuf yang dinisbahkan kepada tokoh-tokoh sufi pada abad ke 3 H. Bahkan Nicholson dalam bukunya "*The Mystic of Islam*",⁴⁰ menyatakan bahwa ada tujuh puluh delapan (78) definisi tasawuf yang dikemukakan oleh para ahlinya. Definisi-definisi tersebut ternyata tidak hanya berbeda secara redaksinya, namun juga terlihat sangat bervariasi dengan kecenderungan fokus yang tidak sama.

Untuk lebih memudahkan dalam memahami keseluruhan definisi-definisi tasawuf yang sangat banyak tersebut, Muhammad Kamal Ibrahim Ja'far dalam bukunya "*At-Tashawuf Thariqan wa Tajribatan wa Mazhaban*",⁴¹ mengelompokkannya ke dalam tiga klasifikasi.

Klasifikasi *pertama* adalah tasawuf yang berhubungan dengan perilaku dan moral yang baik (*ma yarbutu at-tashawwuf bi as-suluk wa al-akhlaq*). Definisi ini merupakan pengertian yang mendekati dasar-dasar bangunan tasawuf. Klasifikasi *kedua* adalah tasawuf dalam hubungannya dengan ritual ibadah (*ma yarbutu bi an-nusuk wa shuwar al-'ibadah*) yakni definisi yang lebih memberikan prioritas pada aspek-aspek praktis. Keseluruhan aspek ini akan terlihat dalam berbagai tindakan dan perilaku keseharian seseorang. Demikian pula dengan pelaksanaan syiar-syiar keagamaan serta pelaksanaan inti dari ibadah. Sedangkan klasifikasi *ketiga* adalah tasawuf dalam hubungannya dengan epistemologi yaitu pengertian yang memprioritaskan aspek-aspek

⁴⁰ Nicholson, *The Mystic of Islam*.

⁴¹ Muhammad Kamal Ibrahim Ja'far, *At-Tashawuf Thariqan wa Tajribatan wa Mazhaban*. Penjelasan ini dikutip dari Nurshomad Kamba, *Kuliah Ilmu Tasawuf* (Medan: Pascasarjana IAIN-SU, 1998). Tidak diterbitkan.

psikologis serta intelektual dalam penga-laman spiritual (*ma yarbuth bi al-ma'rifah wa al-musyahahad*). Dengan kata lain, defenisi yang terakhir ini lebih memusatkan perhatian pada rasa dan pengalaman langsung dari sufi itu sendiri.

C. 1. Tasawuf Sebagai Moral

Tasawuf dalam kategori pertama, seperti disebutkan sebelumnya, yakni yang berhubungan dengan perilaku dan moral, pada hakikatnya bukanlah suatu ilmu, persepsi atau sekedar rumusan-rumusan teori *an sich* (*al-tashawuf laisa rasman wala 'ilman*). Tasawuf dalam klasifikasi ini merupakan usaha-usaha yang mengarah kepada pembinaan moral atau akhlak yang mulia (*al-akhlaq al-karimah*). Dalam konteks ini, tasawuf bukanlah merupakan rumusan atau kumpulan teori-teori belaka karena jika sekedar teori, maka ia dapat dicapai dengan *mujahadah* (kesungguhan dalam mencapai sesuatu).

Tasawuf juga bukan sekedar ilmu semata-mata sebab jika hanya sekedar ilmu pengetahuan maka tentu tasawuf dapat dihasilkan dengan cara belajar. Tasawuf sesungguhnya adalah berakhlak dengan akhlak Allah yang tidak mungkin diperoleh atau diterima semata-mata dengan ilmu dan teori. Hal ini seperti yang disebutkan oleh Rasulullah saw. dalam sebuah hadis "*takhallaqu bi akhlaqillah*" (berakhlaklah kamu dengan akhlak Allah).

Dalam hubungannya dengan perilaku dan moral ini, kita dapat melihat pengertian tasawuf dari berbagai ungkapan dan pernyataan dari para ulama dan kaum sufi. Abu Ali Qarmani misalnya menyebutkan bahwa tasawuf adalah moral yang terdiri atas praktek-praktek yang dilakukan melalui berbagai usaha. Bagi Abu Hasan Nuri, tasawuf merupakan suatu hal yang sesuai dengan prinsip-prinsip moral yang teraplikasi dalam setiap waktu dan tempat tanpa terperangkap pada situasi dan lingkungan yang telah diikat dengan adat dan kebiasaan. Siapapun yang mampu menyesuaikan diri dengan adat kebiasaan tanpa terjerumus dalam kesalahan dan kehinaan pada setiap kesempatan, akan mampu mencapai tingkatan orang-orang yang suci.

Oleh karena itu, seperti dikatakan oleh Muhammad al-Jariry (w.311 H.), tasawuf berarti melakukan setiap akhlak

yang terpuji dan mulia serta meninggalkan seluruh akhlak yang tercela (*ad-dukhlul fi kulli khuluqin saniyyin wa al-khuruju min kulli khuluqin daniyyin*).⁴² Dengan demikian tasawuf adalah upaya untuk melakukan reformasi diri menjadi pribadi yang komitmen dengan moral yang terpuji (*al-akhlaq al-mahmudah*) serta meninggalkan segala perbuatan yang amoral (*al-akhlaq al-madzumah*).

Bertasawuf dalam konteks ini adalah menegakkan moral dalam bentuk ucapan, perbuatan dan aktifitas keseharian. Moral ini tentu saja dimulai dari masing-masing individu, keluarga, masyarakat dan akhirnya seluruh komponen bangsa. Para ulama kita seringkali mengingatkan bahwa kejayaan suatu bangsa sangat tergantung pada moral bangsa itu sendiri. Peringatan ini merujuk pada sebuah syair Arab yang terkenal "sesungguhnya bangsa-bangsa itu akan tegak selama akhlaknya baik. Jika akhlaknya runtuh, maka hancur pulalah bangsa-bangsa itu".

Nurcholish Madjid (w.2005 M) dalam buku *Pintu-Pintu Menuju Tuhan*⁴³ menulis tentang hubungan yang erat antara kemajuan suatu bangsa dengan moral. Menurutnya, dalam pandangan para pakar ilmu-ilmu sosial, bangsa yang kuat dan maju adalah bangsa yang moralnya tegar, tidak lemah. Ia mencontohkan negara Amerika yang disebut Gunnar Myrdal sebagai *tough state* (negeri tegar). Negara ini tidak mentolerir bentuk penyelewengan apapun yang dilakukan oleh warga negara, apalagi pejabat yang akan banyak mempengaruhi publik. Sebuah peristiwa yang dialami oleh Gary Hart, bakal calon presiden AS yang diprediksi memiliki masa depan yang sangat cerah dan penuh harapan. Namun karir politik Gary akhirnya hancur berantakan hanya karena pada suatu malam minggu, diketahui ada seorang wanita yang masuk ke flat-nya di Washington. Wanita itu ternyata adalah seorang foto model dari Miami, Florida, yang bernama Donna Rice. Saat Donna datang, isteri Gary kebetulan sedang tidak berada di rumah. Ia sedang pulang ke kampung halamannya di Denver, Colorado.

⁴² Abdul Halim Mahmud, *Tasawuf di Dunia Islam*, 22.

⁴³ Nurcholish Madjid, *Pintu-Pintu Menuju Tuhan*, (Jakarta: Paramadina, 1997).

Mungkin timbul pertanyaan besar pada diri kita, bukankah Amerika di kenal sebagai negara yang menganut kebebasan dalam hubungan seksual (*free sex*)? Bukankah hancurnya karir Gary menunjukkan bentuk kemunafikan AS? Bukankah munafik itu juga berarti tidak bermoral ?

Dalam kasus yang menimpa Gary, mungkin kita harus melihat bahwa mereka membedakan antara suatu tindakan yang bersifat pribadi dan tindakan yang dapat mempengaruhi masyarakat karena dilakukan oleh seorang *public figure*. Tindakan yang pertama mereka tenggang, tapi tidak untuk tindakan yang kedua karena efek sosialnya yang sangat luas. Logika yang mereka munculkan adalah, jika kepada isterinya saja, Gary Hart berlaku curang, maka bagaimana nanti kepada masyarakat dan bangsanya di masa depan jika ia duduk sebagai pejabat ? Logika ini memang sangat masuk akal.

Jepang dan Korea Selatan juga termasuk ke dalam kategori *tough state*, negeri yang tegar. Tradisi untuk mengundurkan diri di Jepang bagi para pejabat publik yang ketahuan bahwa dirinya atau anak buahnya melakukan kesalahan atau melanggar moral masyarakat, sampai saat ini masih berlaku. Bahkan pada masa dahulu, mereka yang bersalah harus melakukan *harakiri*, bunuh diri, sebagai tanda bersalah sekaligus permohonan maaf pada masyarakatnya. Sementara itu Korea Selatan sebagai pelopor negara-negara industri baru, juga mengukuhkan moralitas bangsanya. Hal ini terlihat dari keseriusan mereka dalam memberantas korupsi sampai ke akar-akarnya, sampai-sampai mantan Presiden mereka sendiripun, Cun Doo Hwan, harus ikut serta mempertanggungjawabkan masa kepemimpinannya dengan cara 'memelas'.

Lantas, bagaimana dengan negara kita Indonesia? Mungkin jawabannya sedikit mengesankan, karena Gunnar Myrdal sendiri menggolongkan negara kita sebagai *soft state*, negeri yang lunak, negeri yang lemah etika sosialnya. Wajar kalau negeri kita masih terpuruk kondisinya sampai saat ini.

Dalam konteks penegakan moral ini, kita mengutip sebuah hadis. Rasulullah, pada suatu waktu ditanya oleh

seorang sahabat tentang dosa dan kebajikan. Rasulullah mengatakan bahwa dosa itu adalah perbuatan yang apabila engkau melakukannya, engkau malu jika diketahui orang lain. Sedangkan kebajikan adalah perbuatan yang mendatangkan ketenangan, kedamaian dan kebahagiaan padamu.

Ternyata tindakan yang bermoral (akhlak mulia) adalah tindakan yang justru bermanfaat besar tidak hanya bagi kita pribadi namun juga bagi keluarga, masyarakat dan bangsa kita karena ia membawa ketenangan dan kedamaian. Sedangkan perbuatan amoral justru akan mendatangkan kegelisahan, ketakutan dan ketidaknyamanan dalam hidup.

Akhlak atau moral adalah tindakan yang didasarkan pada nilai-nilai mutlak kebaikan. Timbulnya kesadaran berakhlak atau kesadaran bermoral serta keteguhan manusia terhadapnya adalah pangkal yang menentukan corak hidup manusia. Hidup bermoral dan setiap perbuatan bermoral adalah jawaban yang tepat terhadap kesadaran berakhlak. Sebaliknya, hidup yang tidak bermoral dan setiap pelanggaran adalah penentangan terhadap kesadaran itu sendiri.

Kesadaran moral adalah kesadaran manusia tentang dirinya sendiri, dimana ia melihat dan merasakan dirinya sedang berhadapan dengan baik dan buruk. Di sinilah ia membedakan antara yang hak dan batil, yang halal dan haram, yang terang dan remang-remang, yang boleh dan tidak boleh dilakukan, meskipun ia sanggup untuk melakukannya.

Pada waktu manusia dihadapkan pada pilihan baik dan buruk, maka kemanusiaannya dipertaruhkan. Jika ia memilih yang buruk, maka jadilah ia sebagai manusia yang "jahat". Namun apabila ia memilih yang baik, maka hidupnya berada di jalan yang benar. Di sini manusia harus menginsyafi benar bahwa tuntutan moral merupakan tuntutan yang mutlak yang tak dapat dielakkan, karena tuntutan itu bersumber dari dalam dirinya sendiri, dari hati sanubarinya.

Dalam kuliah tasawuf, moral itu terbagi pada empat bagian, yakni moral kepada Allah, moral kepada sesama manusia, moral pada diri sendiri dan moral pada makhluk lainnya. Dalam tulisan ini akan dibahas tentang moral

seseorang kepada Sang Penciptanya, Allah yang Maha Pengasih dan Penyayang.

C. 1. a. Moral Kepada Allah

Tasawuf sebagai moral kepada Allah, menurut Murtasy terbagi dalam tiga bagian. *Pertama* adalah moral kepada Tuhan dengan cara mematuhi perintah-perintah-Nya dan menjauhi semua larangan-Nya tanpa adanya kemunafikan. Dalam konteks moral kepada Tuhan ini, dikenal istilah *mujahadah* yakni melaksanakan segala yang diperintahkan dan menjauhi semua larangan dengan upaya yang sungguh-sungguh dan tidak mengenal kata menyerah apalagi berhenti. Perbuatan yang dilakukan tersebut dilaksanakan dengan tanpa mengharapkan balasan (*tsawab*) dari apa yang telah dikerjakan tapi semata-mata karena Allah (*ikhlas*). Seorang sufi melaksanakan ibadah semata-mata hanya untuk mengabdikan diri kepada-Nya tanpa mengharap imbalan apapun. *Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia kecuali untuk mengabdikan kepada Ku.* (QS. Adz-Dzariyat, 51 : 56).

Secara teoritis, kepatuhan pada Tuhan tidak dapat dilakukan melainkan setelah seseorang mengetahui dengan pasti antara kewajiban (*al-wajibat*) dan larangan (*al-nahiyat*). Jadi, sesungguhnya secara tersirat, hal ini berarti bahwa seseorang terlebih dahulu harus belajar tentang hukum-hukum syariat terlebih dahulu sebelum memasuki dunia tasawuf. Menjalani tasawuf tanpa mengikuti syariat secara benar adalah perbuatan yang keliru. Apabila seseorang tidak bertolak dari syariat yang benar dan teladan yang sempurna dalam bertasawuf, maka ia tidak akan dapat mencapai salah satu derajat kaum sufi. Teladan (*uswah*) itu tiada lain adalah Muhammad Rasulullah saw.

Menurut al-Junaid al-Baghdadi (w. 297 H.), salah seorang tokoh sufi besar dari Baghdad, semua jalan tertutup untuk manusia kecuali orang yang mengikuti jejak Rasulullah saw. Andaikata seorang yang jujur menghadap Allah beribadah selama sejuta tahun, kemudian berpaling sekejap saja, maka ia lebih banyak kehilangan daripada memperoleh kebaikan. Siapa yang tidak memelihara Alquran

dan menekuni Hadis, ia tidak dapat diikuti teladannya dalam masalah tasawuf. Sesungguhnya ilmu kami terikat pada pokok-pokok Alquran dan Assunnah.

Bagi al-Ghazali, *salik* yakni penempuh jalan menuju Allah 'Azza wa Jalla hanya sedikit saja, sedangkan yang mengaku-aku sangat banyak. Upaya menuju kepada Allah ini diukur dengan syariat dan bergantung pada ketentuan-ketentuannya. Jalan ini hanya dapat ditempuh bagi mereka yang memiliki semua kebaikan syariat yakni mereka yang membiasakan diri dengan amalan-amalan sunnah. Jadi bagaimana mungkin orang yang melalaikan perbuatan wajib dan mengabaikan perbuatan sunnah dapat mencapainya ?

Disinilah kita dapat memahami bahwa perjalanan tasawuf itu tetap berpegang pada ketentuan syariat. Hanya saja perlu digarisbawahi bahwa syariat tidak dapat dilepaskan dari hakikat. Ibadah yang dilakukan tanpa menyertakan hakikat adalah hampa ibarat buah yang cantik kulitnya namun kosong isinya. Sedangkan ibadah yang menyempurnakan keduanya akan berbuah sangat indah dan manis.

Manisnya ketaatan, menurut Abu Abdillah al-Nabaji, merupakan sebuah sukacita (*rahmat*) dari Allah. Allah memberikan rasa nikmat kepada seorang hamba yang melakukan ibadah sebagai wujud ketaatannya. Dalam Alquran disebutkan bahwa Allah menurunkan *sakinah*, ketenangan, kedamaian di hati orang-orang yang beriman ("*huwa al-ladzi anzala as-sakinata fi qulub al-mu'minin...*" QS. Al-Fath, 48:4). Namun demikian menurut An-Nabaji secara hakikat, seorang hamba dihubungkan dengan Allah bukanlah karena kepatuhan dan ketaatannya. Begitu pula seseorang tidak dipisahkan dari-Nya karena perilaku kemaksiatannya. Akan tetapi seorang hamba hendaklah melaksanakan kewajibannya semata-mata hanya untuk mengabdikan diri atau menghambakan diri kepada Khaliqnya dengan penuh keikhlasan. Penghambaan seorang manusia kepada Allah ini, selayaknya tidak mengharap imbalan apapun, seperti halnya pengabdian seorang anak kepada orang tuanya.

Jika ditanyakan, mengapa kita harus mengabdikan diri kepada Allah (?). Pertanyaan ini kemudian dijawab dengan dua alasan. *Pertama* karena hanya Allah yang memiliki

kebesaran dan keagungan yang tak ter-batas sehingga DIA layak untuk disembah. *Kedua* pengabdian itu sendiri hakikatnya adalah sebuah kebaikan yang akan mendekatkan kita kepada-Nya. Jadi, pengabdian kepada Allah tidak mengharapkan apapun selain rahmat dan keridhaan-Nya. Inilah manifestasi dari firman-Nya "*tidak Ku ciptakan jin dan manusia, kecuali untuk mengabdikan kepada-Ku*".

Tasawuf sebagai moral, bagi Husri, merupakan kesucian hati dari segala kekeruhan dan pencemaran terhadap ketidakselarasan. Seorang sufi selalu menjaga hati dari ketidakselarasan dengan Tuhan. Oleh karena cinta adalah keselarasan dan cinta bertentangan dengan ketidakselarasan, maka seorang pecinta hanya mempunyai satu kewajiban yakni menjaga keselarasan dengan Sang Kekasih yaitu Allah. Jadi, ketaatan yang dimiliki oleh seorang sufi merupakan sikap dan perilaku murni (*ikhlas*) tanpa mengharapkan ganjaran apapun. Ketaatan ini hanyalah merupakan cerminan kecintaan (*mahabbah*) dan keinginan selalu dekat (*taqarrub*) dengan Allah. Hal inilah yang disebut oleh al-Junayd, bahwa engkau berada semata-mata bersama Allah tanpa keterikatan apapun. Dengan demikian, seperti yang dikatakan oleh Dzu an-Nun al-Mishry, sufi adalah kaum yang mengutamakan Allah di atas segalanya dan yang diutamakan Allah di atas semua makhluk-Nya.

Moral kepada Allah adalah sikap hati yang *tawadhu'* kepada-Nya yakni merendahkan diri, mengakui kekurangan, kelemahan, ketidakberdayaan, kebodohan dan ketidaksempurnaan diri di hadapan-Nya. Sikap ini kemudian akan mendorong kita untuk bergantung dan berharap hanya kepada Allah. Bergantungan dan harapan kepada-Nya akan membuahkann ketenangan dan ketenteraman batin. Sikap hati ini ditunjukkan dalam bentuk perbuatan, gerak, maupun kata-kata yang diucapkan. Jadi moral kepada Allah mencakup perbuatan lahiriah dan batiniah.

Moral kepada Allah ini sesungguhnya bertitik tolak dari keyakinan bahwa Allah itu adalah Tuhan yang Pengasih dan Penyayang. DIA telah mewajibkan bagi diri-Nya sendiri untuk berbuat dalam bingkai rahmat kasih sayang (*kataba 'alaa nafsihii ar-rahmah...*). (QS. Al-An'am, 6:12). Oleh karena itu, seorang mukmin harus yakin dan merasakan

bahwa kasih sayang Allah jauh melebihi kasih sayang siapa-pun termasuk ayah dan ibu. Hal inilah yang difirmankan-Nya dalam sebuah *hadis qudsi*, "Aku lebih sayang kepada hamba-Ku daripada kasih sayang seorang ibu pada anak kandungnya sendiri".

Dzun Nun al-Mishri pernah memberikan nasehat pada seorang lelaki yang meminta nasehatnya. Katanya "Saudaraku, berdirilah di hadapan Tuhanmu seperti anak kecil di hadapan ibunya. Setiap kali dimarahi oleh ibunya, ia malah bergerak ke arahnya; dan setiap kali diusir, ia malah mendekati ibunya. Keadaannya tetap seperti itu sampai sang ibu mendekapnya".

Merasakan indahnya kasih sayang Allah berarti hidup dalam ketenangan dan kedamaian. Manifestasi dari ketenangan itu antara lain adalah rasa syukur, berbaik sangka (*husn az-zhan*), sabar, ridha, tawakal dan cinta (*mahabah*) kepada-Nya. Sebaliknya, menyombongkan diri, merasa besar dan hebat adalah merupakan sikap perlawanan dan pembangkangan yang paling di benci-Nya. Kesombongan dan keangkuhan akan menghantarkan seseorang pada kegelisahan dan kekacauan hidup. Mereka yang angkuh, akan mengalami kerugian dan kehancuran di dunia dan akhirat. *Wa al-'iyazu bi Allah*.

C. 1. b. Ta'alluq, Takhalluq dan Tahaqquq.

Tasawuf yang bertujuan untuk mendekatkan diri kepada Allah dengan sedekat-dekatnya adalah sebuah proses yang dilakukan oleh seorang hamba dengan kesungguhan (*mujahadah*). Hal ini merupakan bagian dari *sunnatullah* yang harus dilaksanakan, karena hanya dengan kesungguhan, Allah akan memberikan petunjuk dan kemudahan untuk meniti jalan menuju kedekatan kepada-Nya. "*Wa alladzina jahadu fina lanahdiyannahum subulana*". (QS. al-Ankabut, 29:69). Dan orang-orang yang bersungguh-sungguh mendekat kepada Kami (Allah), pasti benar-benar akan Kami bimbing menuju jalan-jalan Kami.

Secara garis besar tahapan seorang mukmin untuk meningkatkan kualitas jiwanya terdiri dari tiga maqam. Pertama, dzikir atau *ta'alluq* pada Tuhan yaitu, berusaha

mengingat dan mengikatkan kesadaran hati dan pikiran kita kepada Allah. Dimanapun seorang mukmin berada, dia tidak boleh lepas dari berdzikir untuk Tuhannya. (QS. Ali Imran, 3:191).

Dari dzikir ini, ia akan meningkat sampai *maqam* kedua *takhalluq*, yaitu secara sadar meniru sifat-sifat Tuhan sehingga seorang mukmin memiliki sifat-sifat mulia sebagaimana sifat-Nya. Proses ini bisa juga disebut sebagai proses internalisasi sifat Tuhan ke dalam diri manusia. Dalam konteks ini kalangan sufi biasanya menyandarkan Hadits Nabi yang berbunyi, "*Takhallaqu bi akhlaq-i Allah*".

Maqam ketiga *tahaqquq*, yaitu suatu kemampuan untuk mengaktualisasikan kesadaran dan kapasitas dirinya sebagai seorang mukmin yang dirinya sudah "didominasi" sifat-sifat Tuhan sehingga tercermin dalam perilakunya yang serba suci dan mulia. Maqam *tahaqquq* ini sejalan dengan *hadits qudsi* yang digemari kalangan sufi yang menyatakan bahwa bagi seorang mukmin yang telah mencapai martabat yang sedemikian dekat dan intimnya dengan Tuhan maka Tuhan akan melihat kedekatan hamba-Nya.

Dalam tradisi tasawuf yang menjadi fokus kajiannya ialah apa yang disebut *qalb* atau hati dalam pengertiannya yang metafisis. Beberapa ayat al-Qur'an dan Hadits menegaskan bahwa hati seseorang bagaikan raja, sementara badan dan anggotanya bagai istana dan para abdi dalemnya. Kebaikan dan kejahatan kerajaan itu akan tergantung bagaimana perilaku sang raja.

Dalam sebuah hadits *qudsi* disebutkan bahwa meskipun secara fisik hati itu kecil dan mengambil tempat pada jasad manusia, namun luasnya hati insan kamil (*qalb al-'arif*) melebihi luasnya langit dan bumi karena ia sanggup menerima 'arsy Tuhan, sementara bumi dan langit tidak sanggup. Menurut Ibn 'Arabi, kata *qalb* senantiasa berasosiasi dengan kata *taqallub* yang bergerak atau berubah secara konstan.

Taqallub-nya hati sang sufi, kata Ibn 'Arabi, adalah seiring dengan *tajalli*-nya Tuhan. *Tajalli* berarti penampakan diri Tuhan ke dalam makhluk-Nya dalam pengertian metafisik. Dan dari sekian banyak makhluk Tuhan, hanya

hati seorang insan *kamil*-lah yang paling mampu menangkap lalu memancarkan *tajalli*-Nya dalam perilaku kemanusiaan.⁴⁴ Dalam konteks inilah, menurut Ibn 'Arabi, yang dimaksudkan dengan ungkapan "siapa yang mengetahui jiwanya, ia akan mengetahui Tuhannya" (*man 'arafa nafsahu faqad 'arafa rabbahu*) karena manusia adalah "mikrokosmos" atau jagad kecil dimana 'arsy Tuhan berada di situ, tetapi Tuhan bukan pengertian *huwiyah*-Nya atau "ke-Dia-annya" yang Maha Absolut dan Maha Esa, melainkan Tuhan dalam sifat-Nya yang *Zhahir*, bukan yang *Bathin*.

Bila upaya penyucian jiwa merupakan inti dari tasawuf, dan itu dilakukan dalam upaya mendekati dan menggapai kasih Tuhan, maka dapat dikatakan tasawuf merupakan inti dari keberagaman seseorang dan karenanya setiap muslim semestinya berusaha untuk menjadi sufi.

Tentu saja pandangan seperti itu kurang populer dan sulit diterima oleh kalangan lain. Namun begitu, bukankah cukup tegas isyarat dari Alquran maupun Hadits yang menyatakan bahwa kewajiban setiap muslim adalah mensucikan jiwanya sehingga kesuciannya termanifestasikan dalam seluruh perilaku *insaniyahnya* ?

Melalui tahapan *ta'alluq*, *takhalluq*, dan *tahaqquq*, seorang mukmin akan mencapai derajat khalifah Allah dengan kapasitasnya yang perkasa tetapi sekaligus penuh kasih dan damai. Seorang *'abd Allah* yang shalih adalah sekaligus juga wakil (khalifah)-Nya untuk membangun bayang-bayang surga di seluruh permukaan bumi ini.

C. 1. c. Moral Kepada Sesama Manusia.

Penegakan moral yang kedua, adalah moral kepada manusia atau masyarakat secara luas, tanpa memandang agama, ras, suku dan bangsa. Disamping tetap menjaga hubungannya dengan Tuhan (*habl min-allah*), seorang *salik* harus tetap melanggengkan hubungannya dengan sesama manusia (*habl min an-nas*). Ia harus selalu berada di tengah-tengah masyarakat serta senantiasa tetap mensosialisasikan diri dalam setiap waktu dan kesempatan. Usaha memupuk hubungan dengan manusia ini haruslah selalu

⁴⁴ Ibn 'Araby, *Fushush al Hikam*, Juz XII; Hossein Nasr, 1977, 138.

membawa pesan-pesan moral yakni nilai-nilai Alquran dan Hadist yang *inheren* dalam dirinya seperti kejujuran, ketaqwaan, persaudaraan (*ukhuwah*), solidaritas, keadilan dan tolong menolong (*ta'awun*). Seseorang harus menjadi manusia yang bermurah hati, suka memberi maaf, berbaik sangka (*husn al-zhan*), senantiasa berfikir lurus dan positif, bersih hati, selalu menepati janji, amanah serta kasih sayang.

Keselarasan hubungan dengan sesama manusia ini, tampak jelas dalam tasawuf modern dimana sufi tidak hanya membereskan hubungan baiknya dengan Tuhan akan tetapi juga mengatur hubungan sebaik mungkin dengan manusia. Dalam konteks menjaga hubungan baik dengan manusia, Rumaym ibn Ahmad menyatakan bahwa ada tiga sifat penting dalam dunia tasawuf yakni memeluk kemiskinan atau kefakiran, meninggalkan sikap menentang dan memilih, serta mencapai hakikat dengan cara *itsar* yakni mendahulukan kepentingan orang lain diatas kepentingan sendiri.⁴⁵ Sifat tasawuf yang terakhir ini menggambarkan bagaimana sikap seorang sufi dalam bersosialisasi di tengah-tengah masyarakatnya. Ia hadir di tengah-tengah masyarakat dengan membawa kasih sayang dan cinta. Cinta ini kemudian mewujudkan dalam kata ke'kita'an atau dalam bentuk 'cinta persaudaraan' (*brotherly love*) yang menyangkut rasa tanggung jawab, perharian, respek atau hormat pada setiap makhluk manusiawi lainnya.⁴⁶ Cinta merupakan dasar dari disiplin spiritual sufi, dan rumah cinta adalah hati. Semakin kita belajar mencintai orang lain, maka kita akan semakin mampu mencintai Tuhan.

Sebuah hadis menyebutkan bahwa di dunia ini ada sekelompok orang yang amat dekat dengan Allah swt. Bila mereka tiba di suatu tempat, karena kehadiran mereka, Allah selamatkan tempat itu dari tujuh puluh macam bencana. Para sahabat bertanya, "Ya Rasulullah, siapakah mereka itu dan bagaimana mereka mencapai derajat itu?"

⁴⁵ "...Mereka lebih mengutamakan orang lain daripada diri mereka sendiri, meskipun (sebenarnya) mereka juga memerlu-kannya.." (QS. Al-Hasyr : 9).

⁴⁶ Lihat lebih jauh dalam Erich Fromm, *Man for Him Self, An Inquiry into the Psychology of Ethics* (New York: Holt, t.t.)

Nabi yang mulia menjawab, "*Mereka sampai ke tingkat yang tinggi itu bukan karena rajinnya mereka ibadat. Mereka memperoleh kedudukan itu karena dua hal; ketulusan hati mereka dan kedermawanan mereka pada sesama manusia.*"

Itulah karakteristik para wali (*auliya*⁴⁷). Mereka adalah orang yang berhati bersih dan senang berkhidmat pada sesamanya. Wali adalah makhluk yang hidup dalam paradigma cinta. Dan mereka ingin menyebarkan cinta itu pada seluruh makhluk di alam semesta ini.

C. 1. d. Moral Kepada Diri Sendiri

Penegakan moral yang ketiga, adalah moral kepada diri sendiri yakni tidak memenuhi hawa nafsu yaitu pemutusan hubungan dengan dunia dan egoisme.⁴⁷ Tunduk patuh dan menuruti hawa nafsu serta bangga dengan perbuatan diri sendiri, menurut para sufi, merupakan hal yang dapat mendatangkan malapetaka dan kehancuran. Adapun mengenai pemutusan hubungan dunia, sebagian sufi menyatakan itu haruslah dilakukan dengan totalitas penuh, sedangkan yang lainnya menyebutkan bahwa keperluan pada dunia sebatas untuk kepentingan kelangsungan hidup saja.

Seorang *sufi*, bagi Abu al-Hasan an-Nury, adalah manusia yang ruhnya terbebas dari pencemaran manusia lain, tersucikan dari noda jasmani dan terlepas dari hawa nafsu sehingga pada akhirnya ia menemukan ketenangan bersama Tuhannya. Menurut Nury, seorang sufi yang kualitasnya telah lenyap tidak akan memiliki dan tidak dimiliki karena istilah milik berkaitan erat dengan benda-benda konkrit. Dia mencegah dirinya dari menginginkan kekuasaan terhadap orang atau benda lain, agar senantiasa tetap menyerahkan diri kepada Allah.

C. 2. Tasawuf Sebagai Ibadah

Klasifikasi kedua tasawuf, sebagaimana yang disebutkan oleh Muhammad Kamal Ibrahim Ja'far dalam buku

⁴⁷ "*Orang-orang yang takut kepada kebesaran Tuhannya serta menahan diri dari keinginan hawa nafsunya, maka sesungguhnya surgalah tempat kembali(nya)*" QS. An-Nazi'at : 40-41.

"*at-Tashawuf Thariqan wa Tajribatan wa Mazhaban*", adalah tasawuf dalam hubungannya dengan ritual ibadah (*ma yarbutu bi an-nusuk wa shuwar al-'ibadah*). Klasifikasi yang kedua ini merupakan definisi yang lebih memberikan prioritas pada aspek-aspek praktis. Keseluruhan aspek ini akan terlihat dalam berbagai tindakan dan perilaku keseharian seseorang. Demikian pula dengan pelaksanaan syiar-syiar keagamaan serta pelaksanaan inti dari ibadah.

Tasawuf dalam hubungannya dengan ritual ibadah tampaknya lebih terfokus pada tata cara yang dipraktikkan kaum sufi. Berbagai pengertian yang berkembang dalam konteks ini terkesan mencampuradukkan antara *zahid*, *'abid*, dan *sufi* dalam arti memadukan antara kecenderungan *zuhud*, kegiatan-kegiatan ritual (*nusuk*), ibadah dan mistik. Percampuran ini lebih melihat sosok kaum sufi sekaligus *zuhhad*, *nussak* dan *'ubbad*. Meskipun demikian, sebenarnya sudah ada upaya untuk membedakan berbagai kelompok tersebut seperti yang dilakukan oleh Ibnu Sina.

Menurut Ibn Sina, *zahid* adalah orang yang berpaling dari harta benda dan kelezatan dunia, *'abid* adalah orang yang giat melaksanakan ibadah seperti shalat, shaum, *qiyam al-lail*, sedangkan sufi tidak lagi melibatkan diri dengan kecenderungan *zuhud*, maupun kegiatan ritual karena pemikirannya tertuju pada kesucian Tuhan, larut dalam suasana transendental dimana ia "menyongsong limpahan' cahaya Ilahi."⁴⁸

Ibn Sina juga menjelaskan bahwa beberapa predikat di atas bisa saja bergabung satu sama lain. Maknanya, seseorang dapat saja, dalam waktu yang sama, menjadi *zahid* dan *'abid*, *zahid* dan *'arif* atau ketiganya sekaligus. Ibn Sina memang tidak memberikan penjelasan mengenai hal ini secara rinci. Namun secara tersirat, ia menunjukkan bahwa seseorang dapat saja menjadi *'abid* dan *zahid*, tanpa harus menjadi *'arif*. Namun mustahil seseorang menjadi *'arif* tanpa menjadi *'abid* dan *zahid* sekaligus. Jadi, seorang *'arif* berarti juga *zahid* dan *'abid*, namun tidak demikian halnya dengan seorang *zahid* dan *'abid*.

⁴⁸ Ibrahim Ja'far, *At-Tashawuf Thariqan wa Tajribatan wa Mazhaban*, 6.

Penjelasan lebih lanjut berikut ini tentang zuhud dan ibadah menurut seorang *'arif* dan non *'arif*, akan lebih memudahkan pemahaman sebelumnya tentang perbedaan antara *zahid* dan *'abid*.

Menurut Ibn Sina, sebagaimana dikutip oleh Murtadha Muthahhari,⁴⁹ zuhud non *'arif* adalah laksana perdagangan barter, seakan-akan ia membeli kenikmatan akhirat dengan kenikmatan dunia. Sedangkan menurut seorang *'arif*, zuhud adalah suatu upaya menyucikan diri dari segala hal yang dapat melalaikan *sir*-nya (hati yang terdalam) dari *al-Haq* (Allah). Ibadah non *'arif*, juga merupakan sejenis transaksi, seperti bekerja mendapatkan upah (*al-ujrah*), seakan ia membanting tulang di dunia ini dengan harapan memperoleh upah dan gajinya di akhirat kelak, yakni pahala (*ats-tsawab*). Sementara menurut seorang *'arif*, ibadah merupakan sejenis latihan ruhani untuk mengalihkan hasrat daya jiwa, baik daya *estimatif* (*al-mutawahhimah*) ataupun daya *imajinatif* (*al-mutakhayyilah*),⁵⁰ dari dunia yang memperdayakan (*al-ghurur*) menuju ke arah hakikat kebenaran (Allah).

Seorang *'arif* dalam kehidupannya, hanya menginginkan Allah, tidak yang lainnya. Tiada yang ia utamakan kecuali *ma'rifatullah*. Ibadah yang dilakukannya semata-mata hanya untuk Allah karena memang hanya Dia-lah yang layak disembah, dan juga karena ibadah itu sendiri berarti

⁴⁹ Murtadha Muthahhari, "Introduction to Irfan", diterj. *Mengenal 'Irfan; Meniti Maqam-Maqam Kearifan* (Jakarta: IIMAN & Hikmah, 2002), 72-73.

⁵⁰ Daya *estimatif* (*al-mutawahhimah*) adalah sejenis *insting* pada hewan yang secara naluri dapat mengetahui apa yang membahayakan dan menguntungkan bagi dirinya. Sedangkan daya *imajinatif* (*al-mutakhayyilah*) adalah kemampuan untuk membayangkan sesuatu. Kemampuan ini mengabstraksikan dan memadukan berbagai bentuk sasaran inderawi yang diterimanya dari akal sehat (*al-hiss al-musytarik / common sense*). Dengan demikian ia membebaskan berbagai persepsi inderawi dari berbagai kondisi tempat, waktu, besaran dan jarak. Ia juga memungkinkan akal untuk mendapatkan berbagai citra dari objek-objeknya bahkan setelah objek-objek tersebut tidak menimbulkan kesan lagi pada akal. Dengan kemampuan ini, seseorang juga dapat membayangkan berbagai objek yang belum pernah dipersepsi atau bahkan tak akan pernah dipersepsi sekalipun.

berhubungan baik dengan-Nya, bukannya karena tamak pahala ataupun takut pada siksa.

C. 3. Tasawuf Sebagai *Ma'rifah* dan *Musyahadah*

Klasifikasi ketiga sebagaimana yang disebutkan oleh Muhammad Kamal Ibrahim Ja'far adalah tasawuf dalam hubungannya dengan epistemologi yaitu pengertian yang memprioritaskan aspek-aspek psikologis serta intelektual dalam pengalaman spiritual (*ma yarbutu bi al-ma'rifah wa al-musyahadah*). Dengan kata lain, definisi yang terakhir ini lebih memusatkan perhatian pada rasa (*dzawq*) dan pengalaman langsung dari sufi itu sendiri.

Pengalaman mistis (*mystique experience*), tentu saja termasuk apa yang telah dan akan terjadi pada mereka yang meniti di jalan tasawuf, lebih-lebih kaum sufi, selalu mengarah kedalam, dan dengan sendirinya sangat bersifat pribadi. Oleh karena itu pengalaman mistis ini hampir mustahil dapat dikomunikasikan kepada orang lain, dan selamanya akan lebih merupakan milik pribadi si empunya sendiri.⁵¹ Oleh karena itu pengalaman ini terkadang berujung pada tingkah laku yang eksentrik dan dianggap "di luar garis".

Respon yang muncul dalam memahami pengalaman mistis ada dua. Respon *pertama* muncul dari orang lain yang juga meniti jalan tasawuf, lebih-lebih sesama sufi sendiri. Mereka akan memandangi pengalaman mistik ini dengan penuh pengertian, atau bahkan memunculkan kekaguman. Berbagai cerita tentang "wali" yang berkelakuan aneh, seperti banyak terdapat di berbagai negeri dan daerah Islam, adalah kelanjutan dari persepsi tentang mistis ini. Di sisi lain, sebagai respon *kedua*, bagi mereka yang lebih melihat diri mereka sebagai pemegang ajaran standar (*fiqh oriented* / eksetorik) akan cepat memberikan stempel salah atau sesat dan bahkan kemudian memberi kutukan atas tingkah laku aneh yang terjadi pada kaum sufi. Mereka menganggap bahwa tingkah laku tersebut lebih merupakan sesuatu yang

⁵¹ Adagium yang paling terkenal untuk menggambarkan kondisi pengalaman ini adalah '*man lam yadzuq, lam ya'rif*', siapa yang tidak merasakan, maka ia tidak mengetahui apa-apa.

eksentrik dan *absurd* tanpa makna, bahkan termasuk perbuatan 'gila' dan bagian dari tarikan syetan yang menyesatkan.⁵²

Pengalaman ruhani yang diukur dengan rasa (*dzawq*) dan tentu saja sangat bersifat personal karena setiap individu merasakan pengalaman yang dipastikan tidak akan pernah sama antara satu dengan yang lain. Pengalaman ini juga meniscayakan keragaman yang tidak mungkin dapat disatukan sebab hal ini terkait erat dengan kondisi kejiwaan seseorang, tingkat pemahamannya, keyakinan, penghayatan dan perolehannya dari pemberian (*mauhibah*)⁵³ Tuhan yang dituju. *Mauhibah* Tuhan kepada seseorang yang sedang meniti jalan tasawuf ini, pada umumnya dipahami dengan penyingkapan atau terbukanya tirai-tirai alam ghaib (*kasyf al-hijab*) yang sangat banyak jumlahnya.⁵⁴ Penyingkapan ini akan mencapai titik puncaknya suatu saat, dimana seseorang akan merasakan *tajalli* Tuhan Yang Maha Indah dan Sempurna.⁵⁵

Pengalaman ketuhanan secara langsung ini, adalah salah satu bentuk dari pengalaman spiritual yang bersumber dari pengalaman keagamaan (*religious experience*) atau pengalaman mistis (*mystic experience*). Pengalaman spiritual adalah pengalaman yang bersifat sangat pribadi dan perseorangan. Terkadang ia disebut sebagai intisari atau hakikat dari sebuah agama. Dalam realitas agama, terdapat suatu wilayah khusus yang bersifat pribadi, berupa penga-

⁵² Tentang hal ini misalnya, lihat dalam buku, Ihsan Ilahy Zhahir, 'Darah Hitam Tasawuf... di Indonesia, buku seperti ini dapat dibaca dari karya Muhammad Arifin bin Badri, *Dzikir ala Tasawuf : Mengungkap Fenomena Tasawuf dan Dzikir ala Tasawuf Masa Kini* (Bogor : Pustaka Darul Ilimi, 2008).

⁵³ Istilah yang digunakan dalam tasawuf untuk kata ini adalah *mauhibah*, bentuk pluralnya *mawahib*.

⁵⁴ Satu pendapat mengatakan bahwa *hijab* (tirai-tirai pembatas alam *ghaib*) itu berjumlah tujuh puluh ribu.

⁵⁵ Penyingkapan yang terjadi pada Muhammad SAW. yang menjadi panutan dan teladan semua orang yang ingin mendekat kepada-Nya, telah diabadikan oleh Allah "Hatinya tidak mendustakan apa yang telah dilihatnya. Dan sesungguhnya Muhammad telah melihat-Nya pada waktu yang lain, (yaitu) di Sidrat al-Muntaha". (QS. An-Najm : 11,13-14).

laman keagamaan (*religious experience*) yang menurut pakar fenomenolog seperti Joachim Wach, hal ini tidak mungkin ditangkap dan dipahami oleh orang yang tidak pernah mengalaminya, termasuk mereka yang tidak beragama.

Pengalaman keagamaan ini bersifat intuitif dan tidak memiliki referensi konseptual apapun yang dapat didialogkan secara diskursif sebagaimana halnya filsafat, selain rujukan kepada nilai rasa pengalaman pribadi seseorang. Pendapat Joachim di atas diikuti oleh Bleeker. Menurut Bleeker, agama bukanlah sesuatu yang tidak mungkin dipahami. Ia merupakan bagian dari rahasia jiwa manusia yang semata-mata bersifat subjektif. Agama adalah entitas lahiriah yang dibentuk oleh hukum-hukum spiritual yang ketat, memiliki struktur logika sendiri yang menyeluruh yakni fenomenologis. Struktur tersebut muncul dalam empat cara; *pertama*, melalui bentuk-bentuk yang relatif tetap atau konstan; *kedua*, melalui faktor-faktor yang tidak dapat disederhanakan; *ketiga*, poin-poin kristalisasi dan *keempat*, adanya tipe-tipe. Melalui teori ini, para fenomenolog berusaha untuk menemukan "intisari" atau "hakikat" dari agama atau pengalaman keagamaan. Mereka akhirnya mendapat jawaban dengan pembuktian bahwa dibalik berbagai ekspresi pemikiran, tindakan dan interaksi sosial, keberagaman manusia memiliki nuansa batin yang lebih dari sekedar persoalan psikologis.

Pengalaman keagamaan (*religious experience*) ini tidak menggunakan media fisik jasmani atau logika, melainkan perasaan (intuisi). Ia lebih merupakan rasa perjumpaan dengan "sesuatu" yang supra dan mengatasi kefanaan dunia. Ia adalah "sesuatu" yang suci dan agung yang tak terjangkau oleh apapun melainkan melalui "rasa".⁵⁶

Menurut William James, seorang tokoh dan pengasas pragmatisme dan psikologi Amerika, sebuah pengalaman keagamaan (spiritualitas) memiliki dasar objektifitasnya, yang sesungguhnya merupakan suatu pengalaman yang bersifat universal. Dikatakan universal, karena pengalaman

⁵⁶ Joachim Wach, "Perkembangan dan Metode Studi Agama", dalam Ahmad Norma Permata (ed.), *Metodologi Studi Agama* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2000), 283.

spiritual ini dialami oleh berbagai orang suci (saint/wali) pada masa dan tempat yang berbeda-beda, tanpa dibatasi oleh suatu tradisi atau agama tertentu. Pengalaman spiritual ini dialami oleh orang-orang yang begitu berbeda dari sudut latar belakang, lokalitas dan waktunya. Bahkan diantara mereka terdapat kesamaan struktural dan ontologis dari pengalaman mistis tersebut.⁵⁷ Mistisisme adalah satu bentuk kesadaran *noetic* manusia dalam pengertian bahwa suasana jiwa dan pengalaman mistik bersifat tegas dan sangat informatif. Mistisisme seluruhnya dicirikan oleh kesadaran yang teratur akan dunia realitas. Ia menghadirkan sesuatu di hadapan kita sebagai kebenaran dunia ini. Karena itu pengalaman mistik bersifat objektif - subjektif dan bukan halusinatif.⁵⁸

Pengalaman akan *tajalli* Tuhan, merupakan hal yang sulit diungkapkan oleh bahasa biasa. Pada umumnya pengungkapan ini menggunakan media tersendiri seperti seni, baik seni tari maupun bahasa sastra.⁵⁹ Dalam sejarah tasawuf, sastra telah dipilih sebagai media dalam menyampaikan pengalaman keruhanian para sufi sejak awal. Menurut Happold,⁶⁰ tasawuf menghasilkan himpunan penyair, yang penglihatan batinnya tentang Tuhan sebagai Keindahan dan Cinta Mutlak, dan yang kepadanya kebumian membayangkan dan menyingkap keindahan dan Cinta Ilahi. Tasawuf tidak hanya menghasilkan para sufi mistik sejati, tetapi juga para penyair. Banyak sufi, yang menyampaikan pengalaman kerohanian dan pengajaran mereka kepada orang lain dalam bahasa sastra yakni puisi, syair dan sejenisnya. Penyampaian dengan metode ini tampaknya

⁵⁷ William James, *The Varieties of Religious Experience* (London: 1984). Dikutip dari Mulyadhi Kertanegara, *Menyelami Lubuk Tasawuf* (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2006), 128.

⁵⁸ Mehdi Ha'iri Yazdi, *Epistemologi Iluminasionis Dalam Filsafat Islam, Menghadirkan Cahaya Tuhan*, diterj. Husain Heriyanto (Bandung: Mizan, 2003), 204.

⁵⁹ Bandingkan dengan Idrus Abdullah Al-Kaf, *Bisikan-Bisikan Ilahi: Pemikiran Sufistik Imam al-Haddad dalam Diwan ad-Durr al-Manzhum* (Bandung: Pustaka Hidayah, 2003), 9.

⁶⁰ Happold, F.C, *Mysticism: a Study and an Anthology* (Middlesex-New York: Penguin, 1981), 250.

karena ada jembatan penghubung antara tasawuf itu sendiri dengan seni yakni rasa (*dzawq*).

Menurut Mulyadhi Kertanegara, *dzawq* adalah inti dari tasawuf. Jika ingin memiliki pengetahuan yang sejati tentang air, maka ceburkanlah diri ke dalamnya. Atau bakarlah diri dengan api jika ingin mengetahui hakikat api. Inilah yang dimaksud dengan *dzawq* (*dzawqi*), merasakan/ mengalami objek tersebut secara langsung dan bukan sekedar mengetahuinya melalui tulisan atau analisis deskriptif. Jika metode ilmu biasa, menurut Suhrawardi disebut *bahtsi* (diskursif), metode tasawuf disebut *dzawqi* yaitu rasa (*eksperiensial*). Kita tidak akan pernah dapat menyunting bunga mawar dari huruf-huruf M.A.W.A.R. Kita menyadari betapa besar perbedaan antara mawar di taman dengan mawar yang didiskusikan dalam buku atau diuraikan dalam kalimat dan kata-kata. Dari pengalaman, kita juga mengetahui rasa manis yang didiskusikan dengan rasa manis yang dirasakan dalam teh manis. Betapapun banyak buku yang dibaca tentang rasa manis, tetapi tanpa mencicipinya maka ribuan kata itu akan sia-sia, dalam arti tidak pernah dapat dipahami makna sebenarnya. Namun bagi yang merasakannya, ia akan segera mengerti apa arti manis setelah mencicipinya. Ia dapat mengerti hakikat rasa manis tanpa definisi sekalipun atau bahkan ketika ia tidak mampu mendefinisikan rasa manis yang sedang dirasakannya secara langsung.⁶¹

Pengalaman dalam merasakan *tajalli* Tuhan ini, merupakan sesuatu yang cukup sulit untuk diungkapkan oleh bahasa biasa (sehari-hari). Alih-alih menyampaikan perasaan ini kepada orang lain, seorang sufi terkadang lebih memilih menutup mulutnya rapat-rapat, berdiam diri dan merahasiakannya dari orang lain. Hal ini biasanya dilakukan untuk terus menjaga kesucian diri, menangkal munculnya sifat-sifat kedirian (*nafs*) dalam bentuk *'ujub*, *riya*, *sum'ah* dan *takabbur*. Di samping itu, "gerakan tutup mulut" ini juga disebabkan karena adanya kekhawatiran jika apa yang mereka alami dan rasakan akan disalahpahami serta disalahmakhakan oleh orang lain.

⁶¹ Mulyadhi Kartanegara, *Menyelami Lubuk Tasawuf* (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2006), 124 dan 146.

Namun demikian, pengungkapan dari penyingkapan *tajalli* Tuhan tersebut ternyata juga merupakan sesuatu yang diperlukan terlebih untuk pendidikan dan pembelajaran bagi yang lain. Hanya saja, umumnya pengungkapan ini menggunakan media tersendiri seperti seni, baik seni tari maupun bahasa sastra, dalam upaya menyampaikan pengalaman yang tak terkatakan itu.⁶²

Sastra sufistik adalah sastra transendental karena pengalaman mistis yang diungkapkan berkaitan dengan kenyataan yang transendental. Sastra ini lebih mengutamakan 'makna' bukan 'bentuk', mementingkan spiritual bukan yang empiris, atau yang batin di atas yang 'lahir', 'yang di dalam' bukan 'yang dipermukaan'. Namun demikian, hal ini tidak berarti bahwa sastra sufistik mengabaikan bentuk. Hubungan bentuk dan makna dilukiskan seperti hubungan antara cermin dengan bayang-bayangnya. Di dalam cermin, bentuk terlihat dalam bayang-bayang. Bentuk merupakan pembayang dari makna.⁶³

Dalam sejarah, ternyata banyak sufi yang menyampaikan pengalaman kerohanian dan pengajaran (lebih tepatnya pemikiran sufistik) mereka kepada orang lain dalam bahasa sastra yakni puisi, syair dan sejenisnya. Penyampaian dengan metode ini tampaknya karena ada jembatan penghubung antara tasawuf itu sendiri dengan seni yakni rasa (*dzawq*). Seorang sufi, pada hakikatnya adalah seorang penyair dalam makna yang luas. Sufi adalah seseorang yang jatuh cinta dan terpicat oleh keindahan Yang Mahaindah. Karena itu, apresiasi seorang sufi terhadap keindahan dan getaran-getaran ruhani lainnya, tampak demikian tajam dan peka. Ia tidak saja seorang yang cerdas, melainkan juga penuh intuisi, serta qalbunya selalu sigap dan mawas.⁶⁴

Seorang sufi selalu bergelimir dalam keindahan cinta, karena apresiasinya demikian tajam dan tinggi terhadap keindahan. Doa-doa sufi adalah puisi, munajatnya juga puisi. Karya-karyanya memantulkan keindahan dan

⁶² Bandingkan dengan Idrus Abdullah Al-Kaf, *Bisikan-Bisikan Ilahi*, 9.

⁶³ Abdul Hadi W.M., *Tasawuf yang Terindas: Kajian Hermeneutik terhadap Karya-Karya Hamzah Fansuri* (Jakarta: Paramadina, 2001), 26-27.

⁶⁴ Idrus Abdullah Al-Kaf, *Bisikan-Bisikan Ilahi*, 67.

kehalusan budi, prosanya adalah prosa liris, dan puisinya tentu saja adalah puisi yang dalam dan mempesona.

Dalam sejarah, ternyata banyak sufi yang menyampaikan pengalaman kerohanian dan pengajaran (lebih tepatnya pemikiran sufistik) mereka kepada orang lain dalam bahasa sastra yakni puisi, syair dan sejenisnya. Penyampaian dengan metode ini tampaknya karena ada jembatan penghubung antara tasawuf itu sendiri dengan seni yakni rasa (*dzawq*).

Rabiah al-Adawiyah misalnya, dikenal dengan syair *mahabbah*-nya yang cukup masyhur. Ada juga Shana'i al-Ghaznawi, seorang pujangga sufi Persia pertama yang sangat produktif dalam memaparkan doktrin-doktrin tasawufnya melalui media syair,⁶⁵ sejak paruh pertama pada abad ke-6 H. Enam puluh tahun setelah Shana'i, ada Farid ad-Din al-'Aththar (w.626 H), seorang penyair yang juga sangat produktif. Karya-karyanya berbentuk prosa dan puisi. Ia menulis risalah *Tadzkirat al-Auliya'*, yang berisi riwayat hidup dan karakter para sufi. Kitabnya *Mantiq at-Thayr* juga merupakan maha karya dalam bidang tasawuf. Ibn Faridh al-Mishri (w.632 H) merupakan sufi yang sajak-sajak tasawufnya sangat menakjubkan. Ia terkenal dengan *Diwan* (himpunan sajak puitis)nya. Seorang penyair sufi lain yang juga sangat terkemuka adalah Jalaluddin Muhammad ar-Rumi (w.672 H) yang terkenal dengan *Matsnawi*-nya. Karyanya ini merupakan samudera *'irfani* yang sarat dengan visi spiritual dan sosial yang unik dan istimewa. Selain mereka juga ada Nizami, seorang sufi penyair persia yang cukup terkenal. Salah satu syair dari lima naratif (*khamsah*) yang digubahnya berjudul *Makhazan al-Asrar* (Khazanah Rahasia-Rahasia).⁶⁶ Di Indonesia, ada Hamzah Fansuri yang dikenal dengan berbagai syair-syairnya termasuk *syair perahu* dan Syekh Abdul Wahab Rokan al-Khalidi an-Naqsyabandi as-Syazali (1230-1345 H/1811-1926 M) yang

⁶⁵ A.J. Berry, diterj. Bambang Herawan, *Pasang Surut Aliran Tasawuf* (Bandung : Mizan, 1993), 139-143.

⁶⁶ Murtadha Muthahhari, *Mengenal 'Irfan: Meniti Maqam-Maqam Kearifan*, 50-52. Lihat juga dalam Idrus Abdullah Al-Kaf, *Bisikan-Bisikan Ilahi*, 16.

lebih akrab disebut dengan nama "Tuan Guru Babussalam (Besilam)". Kepiawaiannya dalam bidang tulis menulis termasuk syair-syairnya, diakui oleh Martin van Bruinessen. Menurut Martin, Syekh Abdul Wahab pastilah merupakan salah seorang tokoh Naqsyabandiyah yang paling produktif diantara para penulis di kalangan tarekat Naqsyabandiyah yang pernah ada.⁶⁷

Pengalaman mistis yang telah dituangkan oleh kaum sufi dalam puluhan bahkan ratusan buku, dalam pandangan *ahl al-zhawahir* tetap saja merupakan kesesatan yang membahayakan. Dan kesesatan yang paling gawat, di mata mereka, ialah apa yang ada dalam kawasan teori dan pandangan dasar, yang mengarah kepada paham "kesatuan eksistensial" (*wahdat al-wujud*). Selain berbagai tokoh yang sudah dikenal umum, seperti al-Hallaj dan Syekh Siti Jenar, penganut dan pengembang pandangan itu yang paling kaya ialah Ibn al-'Arabi.

Kesulitan dalam memahami berbagai literatur kesufian, seperti karya-karya Ibn 'Arabi ialah bahwa pengungkapan ide dan ajaran didalamnya sering menggunakan kata kiasan (*matsal*) dan pelambang (*ramz*). Karena itu ungkapan-ungkapan yang ada harus dipahami dalam kerangka interpretasi metaforis atau tafsir batini (*ta'wil*). Dan *ta'wil* itu memang merupakan sesuatu yang menjadi metode pokok mereka dalam memahami teks-teks suci, baik Kitab Suci maupun Hadits Nabi.

Maka meskipun mereka menggunakan metode *ta'wil*, sebenarnya mereka tetap berpegang kepada sumber-sumber suci itu. Hanya saja, sejalan dengan metode mereka, mereka tidak memahami sumber-sumber itu menurut bunyi lahiriah tekstualnya. Inilah pangkal kontroversi mereka dengan kaum *syari'ah*. Maka tidak jarang kaum *syari'ah* mengutuk mereka sebagai sesat, seperti yang dilakukan oleh Ibn Taimiyah.

Tapi dalam semangat empatik, mungkin justru pengalaman mistis kaum Sufi harus dipandang sebagai bentuk

⁶⁷ Martin van Bruinessen, *Tarekat Naqsyabandiyah di Indonesia*, (Bandung: Mizan, 1992), 108.

pengalaman keagamaan yang sejati. Seperti pengalaman Nabi dalam *mi'raj* yang tak terlukiskan, sehingga karenanya juga tak mungkin terkomunikasikan, pengalaman mistis kaum Sufi pun sesungguhnya berada di luar kemampuan rasio untuk menggambarkannya. Kaum Sufi gemar mengatakan bahwa untuk dapat mengetahui apa hakikat dari pengalaman itu, seseorang hanya harus mengalami dan merasakannya sendiri. Mereka mempunyai perbendaharaan yang kaya untuk melukiskan kenyataan itu. Misalnya, seperti penjelasan Ibn 'Arabi, tidak mungkinlah menjelaskan rasa manisnya madu jika orang tidak pernah mencicipinya sendiri.

Pengalaman mistis tertinggi menghasilkan situasi kejiwaan yang disebut ekstase. Dalam perbendaharaan kaum Sufi, ekstase itu sering dilukiskan sebagai keadaan mabuk kepayang oleh minuman kebenaran. Kebenaran (*al-haqq*) digambarkan sebagai minuman keras atau khamar. Bahkan untuk sebagian mereka minuman yang memabukkan itu tidak lain ialah apa yang mereka namakan *dhamir al-sya'n* yaitu kata-kata "an" yang berarti "bahwa" dalam kalimat syahadat pertama, "*asyhadu an la ilaha illallah*" (Aku bersaksi bahwa tidak ada Tuhan selain Allah). Pelukisan ini untuk menunjukkan betapa intensnya mereka menghayati tauhid, sehingga mereka tidak menyadari apa pun yang lain selain Dia Yang Maha Ada.

Karena itu, suatu pengalaman mistis mungkin akan hanya sekali terjadi dalam hidup seorang, tanpa bisa diulangi. Inilah diumpamakan dengan turunnya "malam kepastian" (*laylat al-qadar*), yang dalam Alquran disebutkan sebagai lebih baik dari seribu bulan. Artinya, seorang yang mengalami satu momen menentukan itu, ia akan terpengaruh oleh pesan yang dibawa seumur hidupnya, yaitu sekitar seribu bulan atau delapan puluh tahun. Karena itu meskipun suatu pengalaman mistis sebagai suatu kejadian hanya bersifat sesaat (*transitory*), namun relevansinya bagi pembentukan budi pekerti akan bersifat abadi. Sebab dalam pengamalan intense sesaat itu orang berhasil menangkap suatu kebenaran yang utuh. Kesadaran akan kebenaran yang utuh itulah yang menimbulkan rasa bahagia dan

tenteram yang mendalam, suatu *euphoria* yang tak terlukiskan. Dan itulah kemabukan mistis.

Kemudian, suatu hal yang amat penting ialah bahwa *euphoria* itu sekaligus disertai dengan kesadaran akan posisi, arti, dan peran diri sendiri yang proporsional, yaitu "tahu diri" (*ma'rifat al-nafs*) yang tidak lebih daripada seorang makhluk yang harus tunduk-patuh dan kepasrahan bulat (*taslim*) kepada Sang Maha Pencipta (al-Khaliq). Maka seorang Sufi, karena kepuasannya akan pengetahuan tentang Kebenaran, tidak banyak menuntut dalam hidup ini. Ia puas (*qana'ah*) dan lepas dari harapan kepada sesama makhluk. Ia bebas, karena ia merasa perlu (*faqir*) hanya kepada Allah yang dapat ia temui di mana saja melalui ibadat dan dzikir. Ia menghayati kehadiran Tuhan dalam hidupnya melalui apresiasi akan nama-nama (kualitas-kualitas) Tuhan yang indah (*al-asma al-husna*), dan dengan apresiasi itu ia menemukan keutuhan dan keseimbangan dirinya.

Hidup penuh kepasrahan (*taslim*) itu memang bisa mengesankan sikap yang pasif dan eskapisme. Tapi sebagai dorongan hidup bermoral, pengalaman mistis kaum Sufi sebetulnya merupakan suatu kedahsyatan yang luar biasa. Karena itulah ajaran tasawuf juga disebut sebagai ajaran akhlak. Dan akhlak yang hendak mereka wujudkan ialah yang merupakan "tiruan" akhlak Tuhan, sesuai dengan sabda Nabi yang mereka pegang teguh, "*Berakhlaqlah kamu semua dengan akhlaq Allah.*"

Berbagai pengertian tasawuf dalam kategori ketiga di atas (*ma yarbutu bi al-ma'rifah wa al-musyahadah*), tampaknya telah dirumuskan mengarah kepada hubungan antara tasawuf, pengetahuan, *musyahadah*, dan intuisi (*ru'yah al-qalb*), yakni mengarah kepada kecenderungan kejiwaan (psikologi) dan aspek akal (intelektual). Salah satu dari pengertian dalam konteks ini yakni ungkapan sebageian sufi bahwa sufi adalah orang yang hatinya telah dibersihkan oleh Tuhan dan hatinya telah dipenuhi oleh Tuhan dengan cahaya (*nur*) dan ia merasakan kesenangan tersendiri melakukan zikir. Pengertian ini mengandung isyarat bahwa hakekat penyucian dan penjernihan diri merupakan *wahbiyah* atau pemberian dari Tuhan. Ia bukan *muktasab* atau usaha semata-mata, dengan kata lain penyucian dilakukan atas

dasar perkenan dari-Nya. Bagian akhir ungkapan tersebut menggambarkan kondisi psikologis di-mana subjek zikir terserap dalam 'objek' bahkan meliputi segenap alam sadar hingga alam bawah sadar untuk kemu-dian menjadi sumber semangat serta vitalitas (*marshdar hayah ruhiyah*).

Menurut Nurshomad,⁶⁸ proses zikir seringkali mengalami transformasi dari sekedar ungkapan-ungkapan yang diungkapkan menjadi gerak hati yang berlangsung secara kontinu dan terkonsentrasi pada sasarannya sehingga benar-benar hidup dalam suasana spiritual secara paripurna. Pengalaman seperti ini dapat menimbulkan rasa "kehadiran" Tuhan menguasai seluruh jiwa dan raga. Hal yang terpenting dalam pengertian ini, bahwa ia mengisyaratkan adanya suatu hubungan timbal balik yang terjalin antara seorang hamba dengan Tuhannya dalam sebuah pengalaman spiritual yang (bagi sufi) direkayasa oleh Tuhan sendiri.

Pengertian lain dalam kategori ketiga yakni *mayarbutu bi al-ma'rifah wa al-musyahahadah*, misalnya sebuah ungkapan yang menyatakan bahwa tasawuf ialah melarutkan jiwa dalam pengabdian ibadah dan keluar dari batas-batas dunia manusia untuk selanjutnya memandang kepada Yang Maha Benar secara totalitas. Pengertian ini jika dilihat secara lahiriah *an sich* tentu akan memunculkan polemik dan perdebatan yang panjang. Namun makna ini sangat relevan jika dipahamai sebagai sebuah proses yang dilakukan untuk membebaskan diri dari seluruh sifat-sifat jahat yang pada umumnya disebabkan oleh egoisme yang tidak terbina dengan baik, bukan dalam arti melepaskan diri dari status sebagai manusia untuk selanjutnya mengaku Tuhan.

Disamping itu ada pula defenisi yang menggambarkan bagaimana awal dan akhir perjalanan sufi untuk menjelaskan tentang hakikat tasawuf, seperti ungkapan Syibli bahwa tasawuf berawal dari makrifat dan berakhir pada tauhid yakni mengesakan-Nya (*bad-uhu ma'rifatullah wa nihayatuhu tauhiduh*).⁶⁹

⁶⁸ Nurshomad Kamba, *Kuliah Ilmu Tasawuf* (Medan: Pascasarjana IAIN-SU, 1998), tidak diterbitkan.

⁶⁹ Abdul Halim Mahmud, *Tasawuf di Dunia Islam*, 26.

Meskipun pengertian ini memberikan kesan sederhana, namun jika ditelaah lebih jauh terutama dari perspektif kaum sufi, definisi ini ternyata jauh lebih mendalam. Makrifat menurut kaum sufi diperoleh melalui pengalaman spritual dalam upaya merealisasikan tauhid yang tidak hanya sekedar ucapan, tekad atau kebulatan hati melainkan lebih jauh yakni dalam pengaktualisasian diri secara utuh dan paripurna.

D. Tujuan Tasawuf

Memperhatikan kandungan makna yang terdapat dalam berbagai pengertian tasawuf yang dikemukakan oleh para sufi, sebagaimana yang telah banyak dijelaskan sebelumnya, maka secara umum dapat dikatakan bahwa tujuan ilmu tasawuf, pada dasarnya adalah agar berada sedekat mungkin dengan Allah yakni *taqarrub* dan sampai merasakan keintiman (*uns*) bersama-Nya. Hal ini dijelaskan oleh Abd Hakim Hasan dalam "*At-Tashawwuf fi asy-Syi'ri al-'Arabiyy*" yang dikutip oleh Simuh.⁷⁰ Menurut Hasan, tujuan tasawuf adalah sampai (*wushul*) kepada Allah, Zat yang *Haqq* dan *Muthlaq*, bahkan bersatu dengan-Nya.

Pada sisi yang lain, apabila kita mencoba mengamati perkembangan dan corak tasawuf yang diklasifikasikan oleh para pemikir (pakar), maka akan terlihat adanya tujuan-tujuan tasawuf yang beragam, meskipun sesungguhnya memiliki titik fokus yang sama, yakni ingin mendekatkan diri kepada Allah.

Tujuan tasawuf ini tidak akan dapat tercapai kecuali dengan melakukan upaya yang sangat serius, berat dan memakan waktu yang cukup panjang (*bi juhud syaq thawil*). Upaya yang sungguh-sungguh ini diarahkan dalam tiga bentuk perjuangan yakni, merendahkan (bahkan menafikan) segala keinginan, menghancurkan semua keburukan dan kejelekan jiwa, serta menjalankan berbagai macam latihan-latihan tertentu (*riyadhah*). Seluruh tata laku ini harus merujuk pada aturan para sufi.

⁷⁰ Simuh, *Tasawuf dan Perkembangannya Dalam Islam* (Jakarta : PT RajaGrafindo Persada, 1997), 33.

Dalam konteks tasawuf *sunni* yakni *akhlaki* dan *amali* serta tasawuf *falsafi*, maka tujuan tasawuf juga dibagi menjadi tiga. Tujuan tasawuf *sunni akhlaki* tampaknya cukup sederhana, yaitu terbatas pada pembinaan moral, yaitu meluruskan jiwa, mengendalikan hawa nafsu, sehingga selalu tetap memelihara keluhuran moral.

Seseorang yang tidak mampu mengendalikan nafsunya akan jatuh ke lembah kehinaan dan kerugian. Nafsu bagaikan hewan tunggangan, apabila tidak dapat dikendalikan dengan baik, maka akan menuju jalan yang salah dan membawa pada kecelakaan. Sebaliknya apabila dapat dikendalikan, maka penunggangnya akan sampai kepada tujuan dengan selamat. Dengan demikian, kendali hawa nafsu harus kuat dan mapan.

Tujuan sederhana ini kemudian meningkat yakni mencari keridhaan Tuhan selama hidup di dunia.⁷¹ Selanjutnya, tujuan ini terus meningkat terutama setelah munculnya Rabiah al-Adawiyah, yaitu mencapai *mahabbah*. Bagi Rabiah, tasawuf itu bukan hanya membersihkan jiwa, memelihara moral atau karena takut kepada Allah, tetapi yang diharapkan adalah cintanya kepada Tuhan dibalas oleh-Nya dengan cinta pula, sebagaimana terlihat dalam berbagai sya'irnya yang terkenal.⁷²

Sementara itu corak tasawuf *sunni amali* bertujuan untuk mengenal Allah (*ma'rifat al-haq*). Dalam hubungan ini, al-Kalabazi mengatakan bahwa makrifat itu terdiri dari dua macam, yakni *ma'rifat al-haq* dan *ma'rifat al-haqiqat*. *Ma'rifat al-haq* adalah penegasan tentang ke-Esa-an Allah atas sifat-sifat-Nya. Sedangkan *ma'rifat al-haqiqat* adalah suatu ma'rifat yang tidak dapat diketahui, karena hakikat Ketuhanan itu tidak dapat dijangkau.⁷³ Dalam upaya mencapai makrifat secara *haq* ini para sufi melakukan berbagai metode yang dapat mengenal Tuhan, yang diantaranya dengan cara yang dikenal dengan *al-kasyaf*,

⁷¹ M. Mujeeb, *The Indian Muslim*, Chapter VI-XVI "Sufis dan Sufisme" (London : George Allen and Untom Altac), 114.

⁷² Ibrahim Basyuni, *Nasy'ah al-Tasawuf al-Islami*, 193.

⁷³ Abu Bakar Muhammad al-Kalabazi, *al-Ta'arruf li Mazhab Ahl al-Tasawuf* (Kairo: al-Kulliyat al-Azhariyah, 1969), 158

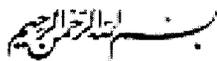
yakni terbukanya tabir yang menghalanginya mengenal Tuhan.⁷⁴

Sedangkan tujuan tasawuf falsafi, tampaknya mengarah kepada satu tujuan tasawuf yang merupakan kelanjutan dari tasawuf amali. Hanya saja tujuan ini telah melangkah kepada suatu pengenalan terhadap Tuhan secara filosofis, dalam upaya memahami garis hubungan antara Tuhan dengan alam (makhluk), khususnya manusia dengan Tuhan. Dengan kata lain, dalam tasawuf yang bercorak falsafi ini, para sufi berupaya mencapai tujuan-tujuan tertentu, sehingga terkadang mereka merasa hilang kesadaran terhadap dirinya sendiri, sehingga di kalangan sufi dikenal istilah *fana*, *hulul*, *ittihad* dan *wihdat al-wujud*.⁷⁵

Dalam hal kedekatan (*taqarrub*) dengan Tuhan itu terdapat tiga simbolisme, yaitu dekat dalam arti melihat dan merasakan kehadiran Tuhan dalam hati, dekat dalam arti berjumpa dengan Tuhan sehingga terjadi dialog antara manusia dengan Tuhan dan dekat yang berarti penyatuan manusia dengan Tuhan sehingga yang terjadi adalah menolong antara manusia yang telah menyatu dalam *iradat* Tuhan.

⁷⁴ Abu Wafa' al-Ghanimi al-Taftazany, *al-Madkhal ila Tasawuf al-Islamy*, 7.

⁷⁵ Mengenai pengertian *fana'*, *hulul*, *ittihad* dan *wahdat al-wujud* ini serta siapa yang memunculkannya, secara ringkas dan jelas, dapat dilihat dalam Harun Nasution, *Falsafat dan Mistisme Dalam Islam*.



BAB II

MENGENAL DIRI (MA'RIFAH AN-NAFS)

A. Anasir Diri : Jasad, Jiwa dan Ruh

Studi tentang diri manusia, menurut Khayr al-Din al-Zarakli, dapat dilihat dari tiga sudut pandang. *Pertama*, jasad (fisik), apa dan bagaimana organisme dan sifat-sifat uniknya. *Kedua*, jiwa (psikis) apa dan bagaimana hakikat dan sifat-sifat uniknya. *Ketiga*, jasad dan jiwa (psikofisik), berupa akhlak, perbuatan, gerakan dan sebagainya.¹ Dalam terminologi Islam, ketiga kondisi tersebut lebih dikenal dengan term *al-jasad*, *al-ruh*, dan *al-nafs*. Jasad merupakan aspek biologis atau fisik manusia, ruh merupakan aspek psikologis atau psikis manusia, sedangkan *nafs* merupakan aspek psikofisik manusia yang merupakan sinergi antara jasad dan ruh.²

Tubuh (jasad) bersifat kasar dan gelap, sedangkan ruh berbentuk simpel, bercahaya, terpisah dari materi dan memberikan kehidupan (*al-hayat*) bagi tubuh. Kemudian, jiwa merupakan substansi yang berada di tengah-tengah yang tidak bercahaya namun juga tidak gelap, tidak hidup juga tidak mati, tidak cerdas juga tidak bodoh, sadar juga tidak sadar. Jiwa selalu berada di antara dua titik ekstrem dan memiliki muka yang mengarah pada dua titik tersebut.

¹ Khayr al-Din al-Zarkali (ed.), *Ikhwan al-Shafa', Rasail Ikhwan al-Shafa' wa Khalan al-Wafa'* (Beirut: Dar al-Shadir, 1957), Bab III.

² Abdul Mujib, *Kepribadian dalam Psikologi Islam* (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2007), 56.

Jasad dan ruh merupakan dimensi manusia yang berlawanan sifatnya. Jasad sifatnya kasar dan inderawi (*empiris*), naturnya buruk, asalnya dari tanah bumi (*ardhiyah*), dan kecenderungannya ingin mengejar kenikmatan duniawi atau material. Sedangkan ruh sifatnya halus dan gaib (*ghaib*), naturnya baik, asalnya dari hembusan langsung dari Allah (*ilahiyah*) dan kecenderungannya mengejar kenikmatan *samawi*, *ruhaniah* dan *ukhrawi*. Masing-masing natur yang berlawanan naturnya ini pada prinsipnya saling membutuhkan satu sama lain. Jasad tanpa ruh merupakan substansi yang mati, sedangkan ruh tanpa jasad tidak dapat teraktualisasi. Sinergi antara kedua aspek yang berlawanan ini, kemudian memunculkan *nafs*. Dengan *nafs* maka masing-masing keinginan jasad dan ruh dalam diri manusia dapat terpenuhi.³ Namun demikian, sesuatu yang menjadi inti dari tiga dimensi manusia itu adalah ruh. Dimensi ruhlah yang menjadi dasar bagi eksistensi bahwa manusia adalah makhluk spiritual.

Senada dengan ini, bagi al-Kasyani, pada mulanya manusia hanya terdiri dari dua unsur yakni unsur ruh dan tubuh, tetapi karena keduanya merupakan makhluk yang berbeda dan saling bertolak belakang, maka mereka tidak saling berkomunikasi. Sementara ruh bersifat ruhani, tidak terbagi-bagi, tubuh bersifat *wagad* dan murakkab (terbagi-bagi). Karena itu, untuk dapat saling berkomunikasi diperlukan perantara. Dan untuk itulah diciptakan *nafs*. Jadi *nafs* merupakan perantara antara ruh dan tubuh. Tanpa keberadaannya, ruh tidak mungkin dapat memerintah tubuh. Dengan kata lain ruh, tidak dapat mengendalikan tubuh kecuali melalui perantaraan *nafs*.⁴

1. Jasad

Anasir pertama dalam diri manusia adalah *jism* atau jasad. Keduanya sebenarnya memiliki arti yang sama, namun kata yang pertama lebih umum daripada kata yang

³ Abdul Mujib, *Kepribadian dalam Psikologi Islam*, 57.

⁴ Mulyadhi Kertanegara, "Sketsa Ruhani Insani: Akal, Jiwa, Hati dan Ruh", dalam C. Ramli Bihar Anwar (ed.), *Menyinari Relung-Relung Ruhani: Mengembangkan EQ dan SQ Cara Sufi* (Jakarta : IIMAN dan Hikmah, Maret 2002), 27.

kedua. Menurut al-Khalil,⁵ term jasad tidak boleh digunakan untuk selain spesies manusia, sedangkan *jism* untuk seluruh tubuh pada umumnya. Kata jasad dalam Alquran diulang sebanyak empat kali dalam empat surat. Dua diantaranya menyebutkan fisik manusia,⁶ sementara dua yang lainnya menyebutkan tubuh lembu / sapi.⁷

Kata jasad dari segi bahasa berarti 'tubuh / badan manusia'. Pengertian tubuh disini bersifat khusus dan spesifik, yakni berkaitan dengan manusia saja. Karena itu, jasad adalah apa-apa yang berkaitan dengan tubuh manusia. Namun dalam pemakaian sehari-hari kerap kali jasad dikaitkan dengan hal-hal diluar tubuh manusia. Pemakaian semacam ini bersifat metaforis dan bersifat umum, bukan merujuk pada salah satu anggota tubuh manusia. Maknanya mencakup seluruh tubuh secara lengkap atau bagian-bagiannya secara terpisah.

Kata jasad, jika dihubungkan dengan konteks pembicaraan yang dikemukakan oleh Alquran, maka ditemukan dua pengertian yang berbeda. *Pertama*, jasad berarti 'tubuh manusia'.⁸ Di dalam ayat ini, Allah menerangkan kepada Nabi Muhammad bahwa para nabi dan rasul sebelumnya juga memakan makanan serta hidup dalam masa tertentu pula. Dari keterangan itu disimpulkan segala sesuatu yang berbentuk jasad membutuhkan makanan, dan sebaliknya, segala sesuatu yang memerlukan makanan termasuk dalam kategori jasad. Dengan demikian malaikat dan jin tidak termasuk di dalam kata jasad karena mereka tidak membutuhkan makanan. Disamping itu, mereka bersifat immateri (ruhani) yang tidak dapat dikatakan memiliki jasad. *Kedua*, jasad juga berarti 'bentuk yang sangat sempurna'.⁹ Di dalam ayat tersebut dijelaskan bahwa Samiriy (awalnya adalah

⁵ Lihat dalam Abdul Mujib, *Kepribadian dalam Psikologi Islam*, footnote no. 22, 7.

⁶ QS. Yusuf, 12:8 dan al-Qashash, 28:34.

⁷ QS. al-A'raf, 7:148; dan Thaha, 20:88.

⁸ QS. al-Anbiya', 21:8.

⁹ QS. Thaha, 20:88.

salah satu umat Nabi Musa) membuat patung anak lembu dan memerintahkan Bani Israel menyembahnya.¹⁰

Sedangkan kata *jism* berarti 'badan, tubuh, substansi, dan semua yang mempunyai panjang, lebar, dan kedalaman', kata ini mempunyai akar kata *jim*, *sin* dan *mim*, yang makna dasarnya adalah 'berkumpulnya sesuatu'. Dari akar kata ini dibentuklah kata kata *jasim* dan *jusam* yang berarti 'besar tubuhnya' dan 'jusman' yang semakna dengan *jism*.

Dalam Alquran, kata yang berakar kata *jim-sin-mim* ini hanya disebut dua kali, yaitu *al-jism* pada Surah al-Baqarah,¹¹ dan *ajsamuhum* pada Surah al-Munafiqun,¹² penyebutan kata *jism* mengandung makna 'tubuh atau jasmani yang perkasa' sebagai salah satu persyaratan menjadi penguasa, pemimpin atau raja. Secara khusus ayat tersebut menunjuk pada keistimewaan Raja Thalut (di dalam Injil Perjanjian lama disebut Saul) yang diberi amanat oleh Nabi Samuel untuk memerintah Bani Israel setelah era Nabi Musa, dalam menghadapi ancaman bala tentara musuh yang dipimpin Raja Jalut (Goliath). Pada mulanya Bani Israel tidak mau menerima Thalut sebagai raja mereka karena ia bukan dari kabilah besar, melainkan dari kabilah kecil di kalangan Bani israel, sekaligus bukan hartawan. Nabi Samuel menjelaskan bahwa pemilihan Thalut sebagai raja bukan berdasarkan pada pendapat dan pilihan pribadinya, melainkan berdasarkan pada pilihan Allah yang mengaruniakan kepadanya keluasan ilmu pengetahuan dan keperkasaan tubuh. Thalut lebih pintar, lebih berani, lebih kuat dan sabar di dalam peperangan dibandingkan dengan orang-orang Bani Israel lainnya.

Sedangkan *al-jism* diulang sebanyak dua kali dalam dua surat yang keduanya menyebut perihal fisik manusia.¹³ Dalam buku ini, *jism* dan jasad dipandang sama yakni aspek diri manusia yang terdiri atas struktur organisme fisik yang lebih sempurna dibandingkan dengan organisme fisik makhluk lain.

¹⁰ M. Quraisy Shihab dkk., *Ensiklopedia Al-Qur'an*, 390.

¹¹ QS. 2:247.

¹² QS. 63:4.

¹³ QS. al-Baqarah, 2:247 dan al-Munafiqun, 63:4.

Pada aspek *jism* ini, sebenarnya proses penciptaan manusia (kecuali Adam) memiliki kesamaan dengan hewan dan tumbuhan, sebab keseluruhannya termasuk bagian dari alam fisik yakni terdiri dari tanah, udara, api dan air. Menurut Ikhwan al-Shafa, keempat unsur tersebut adalah bagian dari unsur alam yang paling rendah (*anashir al-'alam al-sufli*) yang selanjutnya menjadi materi gabungan yakni asap, lumpur, mineral, tumbuhan, hewan dan manusia. Tanah memiliki natur kering, udara memiliki natur dingin, api memiliki natur panas, sedangkan air memiliki natur basah.¹⁴ Manusia merupakan makhluk biotik yang unsur-unsur pembentukannya bersifat proporsional antara keempat unsur tersebut, sehingga manusia disebut sebagai makhluk yang terbaik dalam penciptaannya.¹⁵

Keempat unsur di atas yakni tanah, udara, api dan air merupakan materi yang *abiotik* (tidak hidup). Ia hanya akan hidup jika diberi energi kehidupan yang bersifat fisik (*thaqah al-jismiyyah*). Energi kehidupan ini lazimnya disebut dengan nyawa yang oleh Ibn Miskawaih dinamakan *al-hayah* (daya hidup), sedangkan al-Ghazali menyebutnya dengan *al-ruh al-jasmaniyyah* (ruh material). Ruh material ini adalah ruh yang terdapat dalam jasad manusia, yaitu zat yang sangat halus yang bersumber dari ruangan jantung, menjadi pusat semua urat (pembuluh darah), mampu membuat manusia menjadi hidup, bergerak dan merasakan berbagai rasa. Ruh material ini laksana lampu yang memberikan penerangan pada setiap sisi organ manusia yang disebut nyawa.¹⁶

Jasad mempunyai natur sendiri, memiliki bentuk, rupa, berkualitas, berkadar, bersegera dan diam, serta terdiri dari beberapa organ. Ia memiliki rasa,¹⁷ berwatak gelap dan kasar, serta tidak berbeda dengan benda-benda materi lain-

¹⁴ Sirajuddin Zar, *Konsep Penciptaan Alam dalam Pemikiran Islam, Sains, dan Alquran* (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 1994), 156.

¹⁵ "Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia (insan) dalam bentuk yang sebaik-baiknya". (QS. Al-Tin, 95:4)

¹⁶ Qomarul Hadi, *Membangun Manusia Seutuhnya: Sebuah Tinjauan Antropologis* (Bandung: Al-Ma'arif, 1981), 135.

¹⁷ Penulis menamakan rasa pada jasad ini dengan 'Rasa Jasmani', 'Rasa Hewani' atau 'Rasa Kedirian'.

nya.¹⁸ Karena sifatnya material, jasad hanya dapat menangkap satu bentuk yang konkrit dan tidak dapat menangkap sesuatu yang abstrak. Jika ia telah menangkap satu bentuk kemudian perhatiannya berpindah suatu pada bentuk lain, maka bentuk pertamanya akan lenyap.¹⁹

Jasad yang berasal dari tanah liat, memiliki sifat yang berlawanan: gelap, kasar, dan beragam; kualitasnya persisnya seperti tanah, murni bersifat reseptivitas, namun mampu melahirkan tindakan. Oleh karena itu, dengan sendiri, tanpa keterkaitannya dengan ruh, jasad merupakan maksud dan tujuan kegelapan, kebodohan, gegabah, tidak nyaman, dan mati. Sebaliknya, jasad menjadi wujud ketika Tuhan "membentuknya dari tanah liat." Maka, tubuh memiliki banyak bagian dan dikuasai oleh kegelapan, hal-hal yang bernyawa, kebodohan dan kekurangan sifat-sifat ketuhanan.

Jasad bersifat duniawi dan memiliki natur yang buruk karena ia merupakan penjara bagi ruh, 'mengusik' ketenangan ruh dalam beribadah, dan tidak mampu mencapai makrifat kepa Allah. Substansinya sebenarnya mati. Kehidupannya lebih bersifat 'aradh (*accident*) karena berdam-pingan dengan *nafs*. Maknanya, jasad hidup karena *nafs* dan *nafs*-lah yang menjadikannya hidup, bergerak, dan memberi daya serta tanda. Ia terstruktur dari dua substansi yang sederhana yaitu *hayula* (*vitality*) dan *shurah* (*figure*).²⁰

2. Jiwa

Anasir kedua dari diri manusia adalah *nafs* (jiwa) yang dalam Alquran disebutkan dalam bentuk tunggal (yakni *nafs*) sebanyak 116 kali, dan dalam bentuk jamak, plural (yakni *anfus* dan *nufus*) sebanyak 155 kali. Menurut Ibn Qayyim al-Jawziyah, kata *nafs* dalam Alquran tidak disebutkan untuk

¹⁸ Ahmad Daudy, *Kuliah Filsafat Islam* (Jakarta: Bulan Bintang, 1989), 40-41, dan 115

¹⁹ Sir Moh. Iqbal, *The Deveploment of Metaphysics in Persia : A Contribution to the History of Muslim Philosophy*, terj. Jaboer Ayoeb, (Bandung: Mizan, 1992), 54.

²⁰ Khayr al-Din al-Zarkali (ed.), *Ikhwan al-Shafa, Rasa'il Ikhwan al-Shafa wa Khalan al-Wafa* (Beirut: Dar Shadir, 1957), Jilid III, 39-40 dan jilid IV, 343.

substansinya sendiri yakni terikat oleh badan. *Nafs* bersifat seperti tanah (*al-thiniyyah*) dan api (*nariyyah*).²¹

Nafs merupakan sinar horizontal, artinya cahaya (*nur*) Tuhan yang telah menyatu pada tubuh manusia yang bersifat *nasutiyyah* (kemanusiaan) dan menimbulkan tingkah laku.²² Ia merupakan sinergi antara jasad (fisik) dan ruh (psikis). Sinergi psikofisik ini menimbulkan tingkah laku atau akhlak baik lahir maupun batin. Fenomena atau gejala *nafs* dapat diketahui melalui pemikiran dan perenungan. *Nafs* baru muncul dalam arti memiliki entitas tatkala jasad itu sudah disempurnakan oleh Tuhan dan kemudian Dia menghembuskan sebagian 'ruh'-Nya kepada jasad.²³

Jiwa merupakan gabungan dari dua sisi tersebut. Ia bukan murni cahaya, bukan pula murni kegelapan, namun lebih merupakan tengah-tengah antara cahaya dan kegelapan. Jiwa merujuk pada wilayah tengah yang tidak bercahaya juga tidak gelap, tidak hidup juga tidak mati, tidak cerdas juga tidak bodoh, sadar juga tidak sadar, namun selalu berada di antara dua titik ekstrem tersebut. Setiap jiwa menunjukkan gabungan antara berbagai kualitas yang unik tersebut dan memberikan kemungkinan yang unik untuk: mendaki menuju kesempurnaan dimana semua sifat Tuhan diwujudkan dalam ukuran selengkap mungkin, atau menurun ke dalam keserbaragaman dan kegelapan, yang kemudian menjadi musnah dan melampaui keadaan di bawah derajat manusia. Dalam Alquran dinyatakan bahwa manusia yang derajatnya rendah adalah seperti hewan bahkan lebih sesat. Mereka seperti binatang, bahkan mereka lebih sesat. Mereka adalah orang-orang yang lalai.²⁴

Jiwa berada di antara keduanya dan terbagi dalam kualitas-kualitas keduanya. Maka jiwa itu seperti ruh dalam esensinya, tetapi kebanyakan seperti tubuh melalui kemampuan-kemampuannya. Sifat jiwa yang ambigu tampak jelas dalam kategori-kategori umum jiwa yang dapat dipetakan

²¹ Ibn Qayyim, *Kitab al-Ruh*, 212-214.

²² Titus Burckhardt, "An Introduction to Sufi Doctrine", pent. Azyumardi Azra, *Mengenal Ajaran Kaum Sufi* (Jakarta: Pustaka Jaya, 1984), 32.

²³ Sesuai dengan Q.S. al-Hijr, 12:29.

²⁴ Q.S. al-A'raf, 7:179

atas dasar kedewasaan moral dan kematangan spiritual seseorang.

Nafs mempertemukan ruh dan jasad sehingga keduanya saling berinteraksi. Di dalam jiwalah lahir sejumlah kesadaran dan persepsi dalam jumlah tak terbatas. Maka wujud jiwa terletak di antara hembusan ilahi dan tubuh yang disempurnakan. Karena itu, jiwa bertingkat-tingkat dan dipengaruhi oleh campuran (*mizaj*)-nya. Dilihat dari sudut Hembusan Tuhan, jiwa tidak berbeda-beda di mana yang satu akan mengungguli yang lain. Keunggulan itu hanya terjadi pada kesiapannya menerima cahaya, karena di satu sisi ia berada dalam alam (tubuh) dan pada sisi yang lain ia terarah kepada Ruh Ilahi. Karena itulah jiwa termasuk dunia *barzakh* (alam antara).²⁵ Jiwa manusia tumbuh dan berkembang sesuai dengan hubungan yang dibangun di antara kedua sisi dari realitasnya sendiri, ruh dan tubuh. Atas dasar ini, sebagai mikrokosmos manusia berisi tiga dunia ciptaan yakni spiritual, imajinal, dan fisik.

Berbeda dengan ruh yang tetap hidup, *nafs* dapat mati apabila ajal kehidupannya telah tiba. *Nafs*, meskipun bersifat gaib namun naturnya tidak asli. Ia sudah terikat dengan badaniah, karena itu ia memiliki kecenderungan pada kehidupan yang rendah, duniawi dan kejelekan.

Al-Qadhi Abu Bakar Ibn al-Baqillani menjelaskan bahwa *nafs* itu adalah nyawa yang terdapat pada jiwa manusia. Apabila ia keluar maka jadilah "nafas". Daya hidup atau ruh material ini merupakan vitalitas fisik manusia yang sangat tergantung pada konstitusi fisik, seperti susunan syaraf, fungsi kelenjar, alat pencernaan, susunan syaraf sentral, urat, darah, daging, tulang, sumsum, kulit, rambut dan sebagainya.

Daya hidup (*nafs*) pada diri manusia ini sudah ada sejak adanya sel-sel seks pria (sperma) dan wanita (ovum). Sperma dan ovum ini hidup dan kehidupannya mampu menjalin hubungan sehingga terjadilah benih manusia (embrio). Daya hidup ini memiliki batas yang disebut *ajal*. Apabila

²⁵ Ibn 'Arabi, *al-Futuhat al-Makiyyah* (Lebanon: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 2006), Jilid II, 568.

telah habis, tanpa sebab apapun, manusia pasti akan mengalami kematian (*al-mawt*). Kematian ini disebabkan oleh dua hal. *Pertama*, *al-mawt al-thabi'i*, yakni kematian yang alami yakni usia yang sudah menua. Jasad tersebut telah berfungsi sepanjang zaman sehingga fungsi itu melemah, alat-alat inderanya berkurang fungsinya, bahkan sebagian fungsi organ tidak bergerak. *Kedua*, *al-mawt al-ardhi*, yaitu kematian yang disebabkan oleh masuknya sesuatu yang merusak tubuh, seperti penyakit, dibunuh atau bunuh diri.²⁶

Adanya jiwa hanya dapat dipahami dengan baik melalui media imajinasi, karena seperti telah disebutkan di muka bahwa jiwa termasuk dunia imajinal. Ibn 'Arabī berkata:

وما للخيال محل إلا النفس فالبرزخ الجامع للفجور والتقوى المانع²⁷

"Imajinasi tidak mempunyai wadah kecuali jiwa. Maka sesungguhnya jiwa itu adalah perantara (*barzakh*) yang memadukan dan memisahkan keburukan dan ketaqwaan".

Nafs memiliki tiga daya dan natur. *Pertama*, kemampuan menerima stimulus dari luar yang berhubungan dengan pengenalan (kognisi). *Kedua*, kemampuan untuk melahirkan apa yang terjadi pada jiwa yang berhubungan dengan motif dan kemauan (konasi). *Ketiga*, kemampuan melihat efek atau akibat dari stimulus yang kemudian menimbulkan keadaan (*state*) yang berhubungan dengan perasaan (emosi). Dengan kemampuan ini, jiwa senang melihat sesuatu yang indah dan merasa susah melihat sesuatu yang menyebalkan. Tiga daya *nafs* ini disebut oleh Ki Hajar Dewantara dengan istilah cipta (kognisi), rasa (emosi) dan karsa (*konasi*).²⁸

Emosi yang merupakan salah satu daya jiwa, merupakan suatu reaksi kompleks yang mengait satu tingkat tinggi kegiatan dan perubahan-perubahan secara mendalam serta dibarengi dengan perasaan (*feeling*) yang kuat disertai keadaan afektif. Perasaan merupakan pengalaman disadari yang diaktifkan baik oleh perangsang eksternal maupun oleh bermacam-macam keadaan jasmani. Emosi kadang-kadang

²⁶ Khayr al-Din al-Zarkali (ed.), *Ikhwan al-Shafa, Rasa'il Ikhwan al-Shafa wa Khalan al-Wafa*, Juz III, 295

²⁷ Ibn 'Arabī, *al-Futuhat al-Makkiyah*, Juz IV, 393.

²⁸ Kartini Kartono, *Psikologi Umum* (Bandung: Alumni, 1984), 53-54.

dibangkitkan oleh motivasi, sehingga antara emosi dan motivasi terjadi hubungan interaktif.²⁹ Daya emosi itu ada yang positif dan ada pula yang negatif. Daya-daya ini dapat teraktualisasi melalui rasa intelektual, rasa inderawi, rasa etika, rasa sosial, rasa ekonomi, rasa religius dan berbagai rasa yang lainnya.

Menurut kaum sufi, berbeda dengan ruh yang senantiasa suci serta merupakan sumber akhlak yang mulia dan terpuji, jiwa adalah sumber akhlak tercela. Hal ini karena pada diri manusia tidak hanya ada jiwa insani (*al-nafs al-nathiqah* atau *al-nafs al-insaniyah*), tetapi juga jiwa nabati dan hewani sehingga menjadi pusat tempat tertumpuknya sifat-sifat yang tercela. Inilah mengapa jiwa manusia mempunyai sifat yang beraneka ragam sesuai dengan keadaannya.

Apabila jiwa menyerah dan patuh pada kemauan *syahwat* dan memperturutkan ajakan setan, yang memang pada jiwa itu sendiri ada sifat kebinatangan, maka ia disebut jiwa yang berbuat jahat. "Sesungguhnya jiwa yang demikian itu selalu menyuruh berbuat jahat".³⁰ Apabila *nafs* selalu melakukan penentangan dan perlawanan terhadap sifat-sifat yang tercela, maka ia disebut jiwa pencela (*nafs al-lawwamah*), sebab ia selalu mencela manusia yang melakukan keburukan, teledor dan lalai (*ghaflah*) dalam berbakti kepada Allah. Hal ini dijelaskan dalam firman-Nya, "Dan Aku bersumpah dengan jiwa yang selalu mencela".³¹ Namun apabila jiwa dapat terhindar dari semua sifat-sifat yang tercela, maka ia berubah menjadi jiwa yang tenang (*nafs al-muthmainnah*).³²

Dengan demikian, jiwa mempunyai tiga sifat yakni jiwa yang telah menjadi tumpukan sifat-sifat yang tercela, jiwa yang telah melakukan perlawanan pada sifat-sifat yang tercela, dan jiwa yang telah mencapai tingkat kesucian, ketenangan dan ketenteraman. Jiwa terakhir inilah yang telah

²⁹ P. James Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, terj. Kartini Kartono (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 1989), 163.

³⁰ QS. Yusuf, 12:53.

³¹ QS. Al-Insan, 75:2.

³² QS. al-Fajr, 89:27.

mendapat jaminan Allah langsung masuk ke dalam syurga. Inilah jiwa yang selalu berhubungan dengan ruh yang bersifat ketuhanan dan menjadi sumber kebaikan. Bagi para Sufi, itulah tiga tingkatan secara berurutan perkembangan jiwa.³³ Disini hal yang terpenting untuk mencapai tingkat yang tertinggi adalah jiwa.

Dalam soal jiwa sebagaimana diuraikan di atas, pendapat Ibn 'Arabi lebih bisa menguraikan kerumitan persoalan tentang realitas jiwa manusia, yang kadangkala dikaburkan dengan istilah-istilah lain seperti hati (*qalb*) dan ruh (*ruh*). Al-Ghazali misalnya, menyamakan hati dan ruh sebagai suatu rahasia Tuhan yang berada di luar jangkauan pengetahuan manusia. Bahkan Nabi pun tidak pernah membicarakannya sehingga siapapun tidak layak melakukan pembahasan terhadapnya.³⁴

Sebagaimana diketahui bahwa ada perkembangan alami tertentu dari pertumbuhan jiwa pada tahapan-tahapan paling awal, yakni selama masa janin dan kanak-kanak. Tetapi, di sinilah lingkungan bahkan memainkan peran penting dalam menentukan bagaimana jiwa akan tumbuh. Demikian yang ditegaskan dalam hadis tentang fitrah yang di atasnya seorang bayi dilahirkan: .

كل مولود يولد على الفطرة فأبواه يمجسانه أو يهودانه أو يمجسانه³⁵

"Setiap anak dilahirkan dalam (keadaan) fitrah, tetapi kedua orang tuanyalah yang membuatnya menjadi Nasrani, Yahudi, atau Majusi".

Cukup menarik untuk mengenal lebih banyak bagaimana Ibn 'Arabi mengelaborasi lebih jauh tentang maksud dan pengertian fitrah manusia. Istilah fitrah pada manusia, dalam pandangan Ibn 'Arabi, memberikan kesan bahwa fitrah manusia memiliki multimakna. Dalam pengertian paling sederhana fitrah manusia adalah kemunculannya sebagai manusia (*kawnuhu insanan*). Setingkat lebih tinggi, fitrah

³³ Abu Hamid al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum al-Din* (Kairo: Mustafa al-Babi, al-Halabi 1939), Vol. 3, 4.

³⁴ Lihat al-Ghazali, *Ihya'...*, Vol. 3, 3.

³⁵ H.R. Abu Ya'la, Thabrani, dan Baihaqi, dari al-Aswad bin Sarī'. Lihat *al-Jami' al-Saghir*, Vol. 2, 158.

juga bisa berarti kemunculannya sebagai khalifah (*kawnuhu khalifatan*). Fitrah juga mengandung arti kemunculannya sebagai manusia khalifah (*kawnuhu insanan khalifatan*).

Pengertian paling tinggi dari fitrah manusia adalah kemunculannya sebagai bukan manusia dan bukan khalifah. Hal ini menunjukkan kedudukan tertinggi manusia karena ketika mencapai posisi realitas absolut (*haqq mutlaq*), manusia bukan lagi manusia dan bukan pula khalifah. Ibn 'Arabi mendasarkan pendapatnya pada sebuah hadis "Aku menjadi pendengarannya, penglihatannya, dan seterusnya." Dengan keadaan saat Tuhan menjadi pendengarannya, maka disana tidak ada lagi "kemanusiaan"nya karena tidak ada "keterasingan." Dan tidak ada pula "kekhalifahan"nya karena Dia sudah memerintah sendiri (yakni tanpa khalifah).³⁶

Kemampuan jiwa manusia adalah sesuatu yang cukup luar biasa. Dengan mengenal dirinya, maka manusia dapat mengenal Tuhannya. Hal ini dijelaskan oleh Nabi di dalam hadisnya yang populer di dalam tradisi tasawuf :

من عرف نفسه عرف ربه^{٣٧}

"Siapa mengenal dirinya, ia mengenal Tuhannya".

Pengetahuan tentang Tuhan (*ma'rifat Allah*) hanya dapat ditangkap oleh jiwa manusia yang mempunyai berbagai kemampuan. Demikian hebat kemampuan yang dimiliki jiwa manusia, sehingga jiwa dapat diibaratkan lautan yang tak bertepi, sebagaimana dikatakan Ibn 'Arabi:

³⁶ Ibn 'Arabi, *al-Futuhat al-Makkiyah*, Juz II, 69.

³⁷ Lihat dalam Ibn 'Arabi, *Fusus al-Hikam*, 69 dan 215. Ibn 'Arabi memandang hadis ini sebagai shahih menurut *kasyf*. Selain itu pengertian hadis ini diperkuat oleh makna ayat QS. Fushshilat, 41:53, "Kami memperlihatkan kepada mereka tanda-tanda Kami di segenap ufuk dan pada diri mereka sendiri". Namun Ibn Taymiah menegaskan hadis ini sebagai *mawdhu'* (palsu); al-Nawawī memandangnya tidak *tsabit* (tidak sahih); dan Abu al-Muzaffar al-Sam'ani menyebutnya tidak *marfu'* (yakni, sanadnya tidak sampai kepada Nabi Saw.), melainkan hanya ucapan Yahya ibn Ma'az al-Razi. Lihat Isma'il al-'Ajluni, *Kasyf al-Khafa' wa Muzil al-Iltibas 'amma lsytahara min al-Ahadits fi Alsinah al-Nas* (Beirut: Mu'assasah Manahil al-'Irfan, t.t.), Juz II, 262. Sementara Ibn Qayyim al-Jauziyah menyebutnya *atsar isra'ili*, bukan hadis. Lihat Ibn Qayyim, *Madarij al-Salikin*, ed. M.H. al-Fiqi (t.tp.: Dar al-Rasyad al-Haditsah, t.t.), Juz I, 427.

فإن النفس - لا ساحل له لا يتأهى النظر فيها دنيا وآخرة وهي الدليل
الأقرب فكلما ازداد نظرا ازداد علما وكلما ازداد علما ازداد قربا.³⁸

“Jiwa adalah sebuah lautan yang tidak bertepi. Perenungan tentangnya tidak akan pernah berakhir di dunia sekarang atau akhirat nanti, dan dialah dalil terdekat (tentang Tuhan). Semakin bertambah perenungan tentangnya, akan bertambah pula pengetahuan tentangnya, dan setiap kali bertambah pengetahuan tentangnya, bertambah pula pengetahuan tentang Tuhannya”.

Dalam pandangan Ibn 'Arabi, jiwa mempunyai beberapa tingkatan. Tingkatan tertinggi adalah jiwa universal (*al-nafs al-kulliyah*). Sebagai dalil dia mengemukakan sebuah ayat Alqur'an: “Hai sekalian manusia, bertakwalah kepada Tuhanmu yang telah menciptakan kamu dari diri yang satu, dan dari padanya Allah menciptakan isterinya (jodohnya)”.³⁹

3. Ruh

Anasir ketiga dalam diri adalah ruh yang disebutkan dalam Alquran sebanyak 21 kali. Ruh dapat berarti *amin al-wahiy*,⁴⁰ rahasia Tuhan yang menjadikan tubuh manusia hidup,⁴¹ juga termasuk rahasia Tuhan yang tidak seorangpun mengetahui hakikatnya.⁴² Ruh adalah urusan Allah dan hakikatnya hanya Dia sendiri yang mengetahui.

Menurut al-Asfahani, ruh merupakan nama induk dari *nafs* (jiwa). Artinya, *nafs* merupakan bagian dari ruh, atau *nafs* merupakan *species* sedangkan ruh adalah *genus*. Secara umum, kata ruh berarti unsur yang dengannya dapat terjadi kehidupan, pergerakan, usaha mencari sesuatu yang baik dan bermanfaat serta menghindar dari keburukan dan bahaya.

Muhammad Ismail Ibrahim dalam *Mu'jam* menjelaskan bahwa ruh adalah unsur yang menjadikan *nafs* dapat hidup. Artinya ia merupakan kelengkapan makhluk yang

³⁸ Ibn 'Arabi, *al-Futuhat al-Makkiyah*, Juz IV, 68.

³⁹ Q.S. al-Nisa', 4:1.

⁴⁰ QS. Al-Syu'ara, 36:193, QS. Al-Nahl, 16:102.

⁴¹ QS. al-Hijr, 15:29, al-Tahrim, 66:12.

⁴² QS. al-Isra', 17:85.

berjiwa. Sementara bagi Ibn Manzhur dalam *Lisan al-'Arab*, ruh adalah sesuatu yang memungkinkan hidupnya *nafs*. Senada dengan kedua pendapat ini, Abu Su'ud di dalam tafsirnya juga berpendapat bahwa ruh adalah pengatur tubuh dan pangkal kehidupan manusia.⁴³

Ruh sudah memiliki kehidupan sebelum tubuh manusia ada. Hal ini dijelaskan dalam surat al-A'raf ayat 172.⁴⁴ Menurut Sayed Husen Naser, ayat ini berkaitan dengan *asrar alast* (rahasia hari *alastu*) dimana Allah telah memberikan perjanjian ketuhanan kepada ruh manusia.⁴⁵ Sedangkan menurut Ikhwan al-Shafa, ayat tersebut berkaitan dengan ruh di alam perjanjian (*'alam mitsaq*) atau disebut alam pertunjukan pertama (*'alam al-'ardh al-awwal*). Ruh pada prinsipnya memiliki natur yang suci, baik dan bersifat *ukhrawi*. Ia merupakan substansi *samawi* yang hidup melalui zatnya sendiri yang tidak membutuhkan makan, minum serta berbagai kebutuhan jasmani lainnya.⁴⁶

Ruh adalah *jawhar* ruhani (substansi yang bersifat ruhani, tidak tersusun dari materi). Ia abstrak dan dapat menangkap beberapa bentuk sekaligus. Penangkapan bentuk kedua, tidak akan menghilangkan bentuk pertama. Penciptaan ruh ini dilakukan sekaligus (*daf'atan wahidatan*), yakni tidak melalui proses seperti proses penciptaan jasad. Ia bukan merupakan gabungan dari beberapa anasir meskipun ia memiliki beberapa daya. Ia tidak hancur dengan ke-

⁴³ M. Quraisy Shihab dkk., *Ensiklopedia Al-Qur'an*, 839.

⁴⁴ "Dan (ingatlah), ketika Tuhanmu mengeluarkan keturunan anak-anak Adam dari sulbi mereka dan Allah mengambil kesaksian terhadap jiwa mereka (seraya berfirman): "Bukankah Aku ini Tuhanmu?" Mereka menjawab: "Betul (Engkau Tuhan kami), kami menjadi saksi". (Kami lakukan yang demikian itu) agar di hari kiamat kamu tidak mengatakan: "Sesungguhnya kami (bani Adam) adalah orang-orang yang lengah terhadap ini (keesaan Tuhan)". (QS. Al-A'raf, 7:172).

⁴⁵ S.H. Naser, "Living Sufism", terj. B. Abdullah Hadi, *Tasawuf Dulu dan Sekarang* (Jakarta: Pustaka Firdaus, 1994), 28. Tentang tempat perjanjian ini, sebagian mengatakan terjadi di *alam arwah*, sedangkan yang lain menyebutkan bahwa ini terjadi di alam rahim sebelum kelahiran manusia.

⁴⁶ Abd al-Lathif Muhammad al-'Abduh, *al-Insan fi Fikr al-Ikhwan al-Shafa* (Beirut: al-Maktabah al-Sya'biyyah, tt.), 115.

hancuran jasad bahkan ia sudah ada sebelum adanya jasad.⁴⁷

Dalam penjelasan Alquran, ruh dinisbatkan kepada Tuhan dan memiliki semua karakteristik dari realitas, seperti bercahaya, halus dan satu. Berbicara tentang ruh berarti berbicara tentang dimensi mikrokosmos manusia yang berpembawaan bercahaya, hidup, mengetahui, sadar dan cerdas.

Ibn 'Arabī menegaskan dalam syairnya:.

و الروح نور والطبيعة ظلمة * وكلاهما في عينه ضدان⁴⁸

"Ruh adalah cahaya dan alam adalah kegelapan. Masing-masing pada dirinya adalah dua hal yang berlawanan".

Ruh, yang menurut al-Qur'an (Surat 32:9) berasal dari Nafas Tuhan, adalah sederhana, yakni realitas non-senyawa yang secara bawaan memiliki semua sifat Tuhan. Oleh karena itu, sudah menjadi sifat alaminya dia bersinar, hidup, mengetahui, berkuasa, berkehendak, dan seterusnya. Dia merepresentasikan suatu manifestasi langsung Tuhan.

Ruh merupakan unsur kelima setelah panas (api), dingin (udara), lembab (air), dan kering (tanah). Keempat unsur yang terakhir ini hanya ada di dunia. Dengan demikian, ruh bukanlah merupakan sesuatu yang bersifat materi. Ia merupakan *qudrah al-Ilahiyyah* (daya ketuhanan) yang tercipta dari alam perintah (*'alam al-amr*), sehingga sifatnya bukan jasadi.⁴⁹

Ruh lebih spesifik dari *nafs*, sebab ruh naturnya asli, sementara *nafs* telah memiliki kecenderungan pada materi, duniawi dan kejelekan. Menurut Ibn Qayyim al-Jawziyah, kata ruh dalam Alquran disebutkan untuk substansinya sendiri yakni tidak terikat oleh badan. Ruh bersifat cahaya (*al-*

⁴⁷ Sir Moh. Iqbal, *The Deveploment of Metaphysics in Persia: A Contribution to the History of Muslim Philosophy*, 54. Lihat juga dalam Ahmad Hanafi, *Pengantar Filsafat Islam* (Jakarta: Bulan Bintang, 1990), 123.

⁴⁸ Ibn 'Arabi, *al-Futuhat al-Makkiyah*, Juz II, 350.

⁴⁹ Al-Ghazali, *Kimya'u al-Sa'adat* (Beirut: al-Maktabah al-Sa'biyat, tt.), 111.

nuriyyah), ruhani (*al-ruhaniyyah*) dan bersifat ketuhanan (*al-lahutiyyah*).⁵⁰ Ruh merupakan sinar vertikal, artinya sinar (*nur*) Tuhan yang telah diberikan kepada diri manusia secara langsung.⁵¹

Ruh adalah substansi yang memiliki natur sendiri. Ia berasal dari alam perintah (*'alam al-amr*) yang mempunyai sifat yang berbeda dengan jasad dan *nafs*. Hal ini karena, menurut Ibn Sina, ia datang dari Allah, meskipun ia tidak sama dengan zat-Nya. Ruh merupakan sesuatu yang halus (*lathifah*) yang bersifat ruhani. Ia dapat berfikir, mengingat, mengetahui, merasa dan sebagainya. Ia juga merupakan penggerak bagi keberadaan jasad.⁵²

Dasar kehidupan ruh setelah kematian manusia memiliki tiga alasan yang jelas. *Pertama*, adanya anjuran mengucapkan salam ketika melewati makam (kubur) orang yang meninggal dunia dengan bacaan "*al-salam 'alaikum ya ahl al-qubur*" (salam sejahtera untuk kalian wahai penduduk kubur). Begitu juga dengan salam yang kita sampaikan kepada Nabi Muhammad saat duduk *tasyahud* awal dan *tasyahud* akhir setelah membaca *tahiyat* ketika shalat "*al-salam 'alaika ayyuha al-nabi*" (salam sejahtera untukmu wahai nabi). Kedua salam tersebut menggunakan kata ganti (*dhamir*) 'kum' (orang kedua *jama'* / plural) dan 'ka' (orang kedua tunggal), bukan kata ganti *hum* (orang ketiga *jama'*) atau *huwa* (orang ketiga tunggal). Hal ini menunjukkan dengan jelas bahwa ruh mereka masih hidup, mendengar dan dapat menjawab salam orang yang masih hidup. *Kedua*, pada saat isra mikraj, Nabi Muhammad bertemu dan berdialog langsung dengan para nabi yang telah meninggal sebelumnya. *Ketiga*, jika ruh itu mati dan hancur maka kehidupan akan berakhir, tanpa ada pertanggungjawaban (*mas'uliyah*) atas segala perbuatan yang telah dilakukan.⁵³

⁵⁰ Ibn Qayyim, *Kitab al-Ruh*, 212-214.

⁵¹ Titus Burckhardt, *An Introduction to Sufi Doctrine*, 32.

⁵² Ma'an Zidadat dkk., *al-Mawsu'at al-Falsafiyah al-'Arabiyyah*, (Arab: Inma' al-'Arabi, 1986), 465-466.

⁵³ Lihat dalam Abdul Mujib, *Kepribadian dalam Psikologi Islam*, footnote no. 27, 63.

B. Tipologi Rasa Dalam Diri

Rasa yang ada di dalam diri, erat kaitannya dengan anasir-anasir manusia yang terbagi tiga yakni jasad (*jism*), jiwa (*nafs*), dan ruh. Anasir *jism* memunculkan Rasa Jasmani, anasir *nafs* menghasilkan Rasa Nafsanî, sedangkan anasir ruh melahirkan Rasa Ruhani. Ketiga jenis rasa ini akan dijelaskan secara rinci beserta dengan berbagai karakteristiknya dan contohnya.

1. Rasa Jasmani

Rasa *pertama* adalah Rasa Jasmani yakni sesuatu yang dirasakan oleh jasad atau fisik atau raga manusia dalam hubungannya dengan dirinya sendiri tanpa memiliki hubungan dengan sesuatu dari luar diri. Rasa ini bersifat alamiah, tumbuh tanpa memerlukan pembelajaran tertentu. Rasa ini hadir dalam setiap diri tanpa harus ada yang mengajari atau memberikan pelajaran.

Diantara contoh Rasa Jasmani ini misalnya rasa lapar, kenyang, haus, puas, sejuk, hangat, panas dan dingin. Demikian juga rasa mengantuk, terjaga, sakit, sehat, dan sebagainya. Dalam Alquran dan hadis, banyak *nash-nash* yang menjelaskan tentang Rasa Jasmani pada diri manusia. Berikut ini disebutkan beberapa contoh diantaranya;

"Dia yang telah memberi makanan kepada mereka untuk menghilangkan lapar".⁵⁴

"Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, ...".⁵⁵

"...karena itu Allah merasakan kepada mereka pakaian kelaparan dan ketakutan...".⁵⁶

"Berapa banyak orang yang puasa namun tidak mendapatkan apapun dari puasanya kecuali lapar dan haus." (Hadist)

Kami berfirman: "Hai api menjadi dinginlah, dan menjadi keselamatanlah bagi Ibrahim".⁵⁷

⁵⁴ QS. Quraisy, 106:4.

⁵⁵ QS. Al-Baqarah, 2:155.

⁵⁶ QS An-Nahl, 16:112.

"Mereka tidak merasakan kesejukan di dalamnya dan tidak (pula mendapat) minuman."⁵⁷

"Tiada dosa (lantaran tidak pergi berjihad) atas orang-orang yang lemah, atas orang-orang yang sakit dan atas orang-orang yang tidak memperoleh apa yang akan mereka nafkahkan, apabila mereka berlaku ikhlas kepada Allah dan Rasul-Nya".⁵⁸

Rasa Jasmani ini memiliki dua karakteristik yakni sedikit (*a little* - Inggeris ; *qalil* - Arab) dan sebentar atau sesaat (*a moment* - Inggeris ; *al-sa'ah* - Arab). Maksudnya bahwa Rasa Jasmani dapat diselesaikan hanya dengan 'sedikit' dan 'sesaat'. Misalnya rasa haus, dapat terpuaskan jika meminum sedikit air, satu atau dua gelas. Demikian juga dengan rasa lapar yang dapat dihilangkan dengan memakan makanan satu atau dua piring nasi saja. Sedangkan untuk rasa mengantuk dapat diselesaikan dengan tidur sebentar atau sesaat yakni satu jam untuk tidur siang hari dan lima sampai delapan jam untuk tidur di malam hari atau mungkin lebih cepat dari itu. Bahkan rasa seksual (maaf), juga dapat diselesaikan dapat tempo 'sesaat'.

Rasa Jasmani yang terdapat pada diri manusia dan Rasa Jasmani yang ada pada hewan, sesungguhnya tidak memiliki perbedaan. Maknanya, rasa fisik seorang anak manusia dan anak seekor hewan mempunyai persamaan-persamaan. Jadi, jika manusia merasakan lapar dan haus, maka binatang juga merasakan hal yang sama. Jika si *fulan* mengantuk dan terjaga, maka seekor kucing juga merasakan mengantuk dan terjaga. Demikian juga jika ada orang yang merasakan panas atau dingin, maka hewan jinak atau liar, juga dapat merasakan hal yang tidak berbeda.

Rasa Jasmani yang sama antara manusia dan hewan, disebabkan karena secara fisik keduanya memang memiliki unsur yang sama dalam proses penciptaan. Seperti telah dijelaskan pada bagian sebelumnya, pada aspek *jism* ini, sebenarnya proses penciptaan manusia (kecuali Adam)

⁵⁷ QS. Al-Anbiya', 21 : 69.

⁵⁸ QS. Al-Naba', 78 : 24.

⁵⁹ QS. At-Taubah, 9 : 91.

memiliki kesamaan dengan hewan dan tumbuhan, sebab keseluruhannya termasuk bagian dari alam fisik yakni terdiri dari tanah, udara, api dan air.

Menurut Ikhwan al-Shafa, keempat unsur (tanah, udara, api dan air) tersebut adalah bagian dari unsur alam yang paling rendah (*anashir al-'alam al-sufla*) yang selanjutnya menjadi materi gabungan yakni asap, lumpur, mineral, tumbuhan, hewan dan manusia. Tanah memiliki natur kering, udara memiliki natur dingin, api memiliki natur panas, sedangkan air memiliki natur basah.⁶⁰

Rasa Jasmani yang sama antara manusia dan binatang, memberikan isyarat bahwa seseorang yang hanya 'mengejar' Rasa Jasmani ini dalam kehidupannya, akan terjebak dan terperangkap pada sifat-sifat hewani yang melekat pada kediriannya. Sifat kebinatangan yang melekat ini memang merupakan pembawaan dari awal kelahiran, sehingga pada gilirannya, keterperangkapan pada sifat-sifat hewani ini, mendudukan seseorang pada kedudukan hewan. Dan inilah posisi yang paling rendah dalam tingkat kehidupan seorang anak manusia.

Alquran telah menyebutkan bahwa jika seseorang tidak mau mempergunakan Rasa Ruhannya (*qalb*, jamaknya *qulub*) yang terpancar pada panca indera yakni mata dan telinga, untuk merasakan kebesaran (*jalal*) dan keindahan (*jamal*) Allah, maka sifat kebinatangan akan terus menjadi bagian yang tak terpisahkan dari dirinya. Bahkan ia akan menjadi lebih rendah dari posisi binatang, oleh karena ia memiliki kemuliaan yakni ruh yang berasal dari alam yang tinggi (*al-'alam al-a'la*).

"Dan sesungguhnya Kami jadikan untuk isi neraka Jahanam kebanyakan dari jin dan manusia, mereka mempunyai hati, tetapi tidak dipergunakannya untuk memahami (ayat-ayat Allah) dan mereka mempunyai mata (tetapi) tidak dipergunakannya untuk melihat (tanda-tanda kekuasaan Allah), dan mereka mempunyai telinga (tetapi) tidak dipergunakannya untuk mendengar (ayat-ayat Allah)."

⁶⁰ Sirajuddin Zar, *Konsep Penciptaan Alam dalam Pemikiran Islam, Sains, dan Alquran* (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 1994), 156.

*Mereka itu sebagai binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat lagi. Mereka itulah orang-orang yang lalai".*⁶¹

Hanya mereka yang tidak mau meraih kebahagiaan dan kemuliaan yang sejatilah yang tetap memposisikan dirinya pada rasa Jasmani ini, sebagai rasa yang paling rendah dari tiga rasa yang ada pada manusia. Sebaliknya, orang-orang yang berharap memperoleh kebahagiaan dan kemuliaan hidup di dunia dan diakhirat, maka mereka akan memenuhi Rasa Jasmani ini sebatas keperluan saja.

2. Rasa Nafsani

Rasa *kedua* yang ada pada diri manusia adalah Rasa Nafsani yakni sesuatu yang dirasakan oleh jiwa (*nafs*) dalam hubungannya dengan lingkungan sekitar, baik manusia, hewan, tumbuhan, bebatuan dan alam secara luas. Rasa ini tumbuh dalam jiwa karena terjadinya interaksi seseorang dengan seseorang atau sesuatu (makhluk) yang lainnya. Oleh karena interaksi, maka sikap, perilaku dan kehidupan seseorang dapat memunculkan Rasa Nafsani bagi orang lain, seperti persahabatan, kerinduan, atau bahkan permusahan dan kebencian. Demikian juga dengan stimulus lainnya yang dihasilkan dari suara, musik (lembut atau keras), orasi atau musibah yang terjadi, baik pada manusia (sakit atau kematian) maupun musibah alam (gempa, tsunami, gunung meletus).

Diantara contoh Rasa Nafsani adalah rasa bahagia, sedih, sayang, cinta, benci, sombong, *bakhil*, pemurah, berani, takut, rindu, cemburu, tenang, gelisah, khawatir, perhatian, ketidakpedulian, indah, jelek, lapang dada dan kecil hati. Dalam Alquran dan hadis, banyak *nash* yang menjelaskan tentang Rasa Nafsani pada manusia. Berikut ini disebutkan beberapa contoh diantaranya;

*Katakanlah: "Tidak sama yang buruk dengan yang baik, meskipun banyaknya yang buruk itu menarik hatimu, maka bertakwalah kepada Allah hai orang-orang berakal, agar kamu mendapat kebahagiaan".*⁶²

⁶¹ QS. Al-A'raf, 7 :179.

⁶² QS. Al-Maidah, 5 : 100.

"Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, ...".⁶³

"Bukankah Kami telah melapangkan untukmu dadamu?".⁶⁴

" Dan sesungguhnya manusia itu sangat bakhil karena cintanya kepada harta".⁶⁵

"...maka barang siapa yang mengikuti petunjuk-Ku, niscaya tidak ada kekhawatiran atas mereka, dan tidak (pula) mereka bersedih hati".⁶⁶

"(Kami jelaskan yang demikian itu) supaya kamu jangan berduka cita terhadap apa yang luput dari kamu, dan supaya kamu jangan terlalu gembira terhadap apa yang diberikan-Nya kepadamu dan Allah tidak menyukai setiap orang yang sombong lagi membanggakan diri".⁶⁷

Rasa Nafsani sebagai rasa tingkat kedua setelah Rasa Jasmani, merupakan potensi yang diberikan Tuhan pada jiwa (*nafs*) sejak awal keberadaannya. Potensi yang diberikan ini ada yang bersifat positif (*taqwa*), ada pula yang negatif (*fujur*). Kedua potensi alamiah ini diberikan secara sama pada setiap manusia tanpa membeda-bedakan fisik jasmani, keturunan, kesukuan, kebangsaan maupun agama yang dianutnya.

"Demi jiwa serta penyempurnaannya (ciptaannya), maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan (negatif) dan ketakwaannya (positif)".⁶⁸

Dalam praktek kehidupannya, ada manusia yang mampu mengembangkan Rasa Nafsani positif pada dirinya sehingga ia menjadi lebih dekat kepada Rasa Ruhani. Sebaliknya, ada pula orang yang menumbuhsururkan Rasa Nafsani negatifnya, sehingga jatuhlah ia kembali pada kedu-

⁶³ QS. Al-Baqarah, 2:155.

⁶⁴ QS. Al-Syarah, 94:1.

⁶⁵ QS. Al-'Adiyat, 100:8.

⁶⁶ QS. Al-Baqarah, 2:38.

⁶⁷ QS. Al-Hadid, 57:23.

⁶⁸ QS. Al-Syams, 91: 7-8.

dukan tingkat pertama yakni Rasa Jasmani. "Kemudian Kami kembalikan dia ke tempat yang serendah-rendahnya".⁶⁹

Dalam konteks inilah, Allah mengingatkan bahwa mereka yang berhasil mengembangkan Rasa Nafsani positif akan mendapatkan keberuntungan (*al-falah*), sedangkan yang menumbuhkembangkan Rasa Nafsani negatif akan memperoleh kerugian (*khaba*) dan bencana sepanjang kehidupannya.

"*Sesungguhnya beruntunglah orang yang menyucikan jiwanya, dan sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya*".⁷⁰

Dalam Alquran, *nafs* dibagi menjadi tiga tingkat. *Pertama*, jiwa murni (*an-nafs al-ammarah*) yang paling susah dikendalikan. Jiwa ini menyukai hal-hal tercela dan menikmami kejahatan. Tingkat kedua adalah jiwa setengah negatif-setengah positif (*an-nafs al-lawwamah*), yang ketika berbuat keburukan, akan segera menyesali perbuatannya. Dan tingkat ketiga adalah jiwa yang tenteram, jiwa yang damai (*an-nafs al-muthmainnah*). Inilah tiga tingkat jiwa manusia. Namun bagaimanapun juga jiwa (ego) akan selalu ada pada diri manusia. Jika dia lenyap sepenuhnya, kita juga akan lenyap.⁷¹

Dalam spiritualitas, ketika dinyatakan bahwa tujuan tasawuf adalah mencapai kondisi tanpa jiwa, maksudnya adalah meninggalkan ego yang tidak terkendali, jiwa pemberontak, jiwa yang gembira dalam kejahatan dan segera menyesal setelah melakukannya. Dalam makrifat, jiwa manusia menjadi jiwa yang tercerahkan, yang menemukan sisi lain dirinya, dan berserah diri. Dia adalah jiwa (ego) yang menemukan kembali asal primordialnya. Inilah *nafs al-mutmainnah*. Semoga kita dapat menggapainya, insya Allah.

3. Rasa Ruhani

⁶⁹ QS. at-Tin, 95:5.

⁷⁰ QS. Asy-Syams, 91: 9 – 10.

⁷¹ Syekh Khaled Bentounes, "le Soufisme Cœur de l'Islam", Andityas (pent.), *Tasawuf Jantung Islam: Nilai-Nilai Universal Dalam Tasawuf* (Yogyakarta: Pustaka Tasawuf), 95.

Rasa *ketiga* yang ada pada diri manusia adalah Rasa Ruhani (Rasa Spiritual) yakni sesuatu yang dirasakan oleh ruh melalui *qalb* yang bersifat ruhani. Rasa ini tumbuh dari dalam diri melalui kesadaran yang tertinggi untuk mengembalikannya pada asal primordialnya, asal keberadaannya, yakni Tuhan Yang Maha Rahman. Melalui rasa ini, manusia diingatkan bahwa sesungguhnya ia adalah makhluk spiritual yang menempati fisik jasmani. Ia datang dari Allah dan ia akan pulang kepada Allah.⁷²

Rasa Ruhani ini disebut juga dengan pengalaman mistis (*mystic experience*) yang menurut William James,⁷³ bapak pragmatisme dan psikologi Amerika, memiliki dasar objektifitasnya yang sesungguhnya merupakan pengalaman yang bersifat universal. Dikatakan universal karena Rasa Spiritual ini dialami oleh berbagai orang suci (saint / wali) pada masa dan tempat yang berbeda-beda, tanpa dibatasi oleh suatu tradisi atau agama tertentu. Rasa Spiritual ini dialami oleh orang-orang yang begitu berbeda sudut latar belakang, lokalitas dan waktu. Bahkan diantara mereka terdapat kesamaan struktural dan ontologis dari pengalaman mistis tersebut.⁷⁴

Dalam Islam, *spiritual experience* itu dikenal dengan rasa (*dzawq*) yang menjadi salah satu bagian penting dalam tasawuf. Bahkan menurut R.Mulyadhi Kartanegara, *dzawq* adalah inti dari tasawuf. Mulyadi, mengutip Jalaluddin Rumi, menyebutkan bahwa jika Anda ingin memiliki pengetahuan yang sejati tentang air, maka ceburkanlah dirimu ke dalamnya. Atau bakarlah dirimu dengan api jika engkau ingin mengetahui hakikat api. Inilah yang dimaksud dengan *dzawq* (*dzawqi*), merasakan atau mengalami objek tersebut secara langsung dan bukan hanya sekedar mengetahuinya melalui tulisan atau analisis deskriptif. Jika metode ilmu

⁷² "(yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan, "Innaa lillaahi wa innaa ilaihi raaji`uun") Artinya: Sesungguhnya kami adalah milik Allah dan kepada-Nya-lah kami kembali." (QS.Al-Baqarah, 2:156). Kalimat ini dinamakan "*istirjaa`*" (pernyataan kembali kepada Allah).

⁷³ William James, *The Varieties of Religious Experience* (London, 1984).

⁷⁴ Mulyadhi Kertanegara, *Menyelami Lubuk Tasawuf* (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2006) 128.

biasa, menurut Suhrawardi disebut *bahtsi* atau diskursif, maka metode tasawuf disebut *dzawqi* yaitu rasa (*eksperiensial*).

Kita tidak akan pernah dapat menyunting bunga mawar dari M.A.W.A.R. Kita menyadari betapa besar perbedaan antara mawar yang ada di taman dengan mawar yang didiskusikan dalam buku atau diuraikan dalam kalimat dan kata-kata. Dari pengalaman sehari-hari, kita juga mengetahui rasa manis yang didiskusikan dengan rasa manis yang dirasakan dalam segelas teh manis. Betapapun banyak buku yang kita baca tentang rasa manis, tetapi tanpa mencicipinya maka ribuan kata tentang rasa manis itu akan sia-sia, dalam arti tidak pernah dapat dipahami makna sebenarnya. Namun bagi yang merasakannya, maka ia akan segera mengerti apa arti manis setelah mencicipi rasa manis yang terkandung dalam teh manis. Ia dapat mengerti hakikat rasa manis tanpa definisi sekalipun atau bahkan ketika ia tidak mampu mendefinisikan rasa manis yang sedang dirasakannya secara langsung.⁷⁵

Dalam tasawuf, pengalaman ketuhanan secara langsung ini merupakan puncak dari berbagai pengalaman spiritual (*ahwal*) yang dirasakan oleh seorang sufi. Pengalaman spiritual ini sendiri diperoleh seiring dengan tahapan-tahapan spiritual (*maqamat*) yang dilalui.⁷⁶ Menurut Laleh Bakhtiar, tahapan-tahapan dalam pendakian spiritual ini memiliki tiga sarana partisipasi psikologis yang memiliki keter-

⁷⁵ Mulyadhi Kartanegara, *Menyelami Lubuk Tasawuf* (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2006), 124 dan 146.

⁷⁶ Mengenai jumlah dan susunan tahapan yang harus dilalui ini tidak dapat ditentukan secara pasti karena dikalangan sufi terdapat perbedaan pendapat mengenai *maqamat* ini, baik pengertian umum maupun jumlahnya. Menurut al-Sarraj al-Thusi *maqamat* itu adalah : *al-tawbah*, *al-wara'*, *al-zuhud*, *al-faqr*, *al-shabar*, dan *al-tawakkal*. Ibrahim Basyuni, *Nasy'ah al-Taş awuf al-Islami* (Kairo: Dar al-Ma'arif, 1969); *Al-Ta'aruf li Mazhab al-Tasawuf*, 119). Al-Kalabadzi menyebutkan jumlah yang lebih banyak lagi, yaitu *al-tawbah*, *al-wara'*, *al-zuhud*, *al-faqr*, *al-shabar*, *al-tawadhu*, *al-taqwa*, *al-tawakkal*, *al-ridha*, *al-mahabbah*, *al-ma'rifah* (Abu Bakar Muḥ ammad al-Kalabadzi, 111). Al-Qusyairi menyebutkan bahwa *maqamat* itu adalah *al-tawbah*, *al-wara'*, *al-zuhud*, *al-tawadhu'*, *al-ridha*. Harun Nasution, *Filsafat dan Mistisisme Dalam Islam*, 62. Selain itu masih banyak lagi jumlah dan susunan yang dirumuskan oleh para sufi.

kaitan yakni derajat-derajat spiritual (*maqamat*), status-status spiritual (*ah wal*), dan presensi/ kehadiran (*hudhur*).⁷⁷

Diantara contoh Rasa Ruhani adalah *tawadhu'*, iman, taubat, sabar, ikhlas, syukur, yakin, tawakal, ridha, *mahabbah* dan *khusyu'*. Dalam Alquran dan hadis, banyak *nash-nash* yang menjelaskan tentang Rasa Ruhani pada manusia. Berikut ini disebutkan beberapa contoh diantaranya;

*"Berdoalah kepada Tuhanmu dengan berendah diri dan suara yang lembut. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas".*⁷⁸

*"Akan merasakan nikmatnya iman orang yang ridha kepada Allah sebagai Tuhan, Islam sebagai agama dan Muhammad sebagai rasul".*⁷⁹

*Hal pertama ditulis oleh Allah di Lauh al-Mahfuzh adalah, "Bismillahirrahmanirrahim, dengan nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Sesungguhnya orang yang tunduk kepada qadha-Ku, ridha dengan hukum-Ku dan bersabar atas cobaan-Ku, niscaya Aku bangkitkan dirinya pada hari kiamat kelak bersama orang-orang yang benar".*⁸⁰

*"Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya Aku ingat (pula) kepadamu dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku".*⁸¹

*"Sesungguhnya laki-laki dan perempuan yang muslim, laki-laki dan perempuan yang mukmin, ... laki-laki dan perempuan yang sabar, laki-laki dan perempuan yang khusyu', ... Allah telah menyediakan untuk mereka ampunan dan pahala yang besar".*⁸²

⁷⁷ Laleh Bakhtiar, "Sufi: Expression of the Mystic Quest", diterj. Purwanto, *Mengenal Ajaran Kaum Sufi, Dari Maqam-Maqam Hingga Karya-Karya Besar Dunia Sufi* (Ujungberung Bandung: Penerbit Marja, 2008), 114.

⁷⁸ QS. Al-A'raf, 7:55.

⁷⁹ Hadis Riwayat Muslim, Tirmidzi dan Ahmad.

⁸⁰ Hadis Riwayat al-Dailami.

⁸¹ QS. Al-Baqarah, 2:152.

⁸² QS. Al-Ahzab, 33:35.

"...Kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad, maka bertawakallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakal kepada-Nya".⁸³

Katakanlah: "Jika kamu (benar-benar) mencintai (mahabbah) Allah, ikutilah aku, niscaya Allah mengasihi dan mengampuni dosa-dosamu".⁸⁴

Melalui Rasa Ruhani (Spiritual), manusia mampu melihat semua daerah gelap dalam dirinya. Hal tersebut membuat dia mampu menenteramkan egonya dan menemukan kembali cahaya jiwa yang merupakan unsur Ilahi. Melalui sebuah perpaduan pengalaman yang menyucikan, dia akan dapat membersihkan dan membuat kemilau cermin batinnya, sehingga makin lama makin bertambah cemerlang dan dapat memantulkan cahaya Ilahi yang dia terima. Jika manusia dapat memantulkan cahaya itu, maka cahaya itu akan bermanfaat bagi orang lain. Dalam makna inilah kita dapat mengatakan bahwa manusia adalah citra Ilahi. Dia menjadi saksi hidup atas kebenaran.⁸⁵ Dia menjadi wakil Tuhan di muka bumi. Kebenaran dapat membuatnya menjadi makhluk istimewa. Dia menjadi penyaksi, pewarta dan pengingat Kebenaran Mahamutlak.⁸⁶

Rasa Ruhani ini terbagi pada tiga yakni tak terlatih, terlatih, dan *transenden* yang terlatih.⁸⁷ Dalam kategori pertama (tak terlatih), rasa ini sepadan dengan tipe *sporadis*,⁸⁸ yang diperkenalkan oleh William James, yakni mencakup

⁸³ QS. Ali Imran, 3:159.

⁸⁴ QS. Ali Imran, 3:31.

⁸⁵ Syekh Khaled Bentounes, *le Soufisme Cœur de l'Islam*, 96.

⁸⁶ Syekh Khaled Bentounes, *le Soufisme Cœur de l'Islam*, 35.

⁸⁷ Arthur Deikman dalam studinya mengenai mistisisme menyajikan penggolongan berbagai jenis pengalaman mistis. Ia sebenarnya menggunakan istilah *sensasi tak terlatih*, *sensasi terlatih* dan *transenden yang terlatih*. Lihat, Arthur Deikman, "Deautomatization and Mystic Experience", dalam "Psychiatry", 1966, 324. dikutip dari Nils G. Holm (ed.), "Religious Ecstasy", terj. Irfan Supandi, *Berjumpa Tuhan : Studi Tentang Ekstase Agama* (Yogyakarta : Fajar Pustaka Baru, 2002), 59.

⁸⁸ *Sporadis* merupakan istilah yang digunakan oleh William James dalam penelitiannya tentang berbagai jenis pengalaman mistis, yang masih digunakan sampai saat ini. William James, *The Varieties of Religious Experience* (London, 1984), 393.

pengalaman orang normal yang tidak terlibat kegiatan keagamaan, meditasi atau yang lainnya. Dalam Islam Rasa Ruhani tak terlatih ini diperoleh saat seseorang sedang mendapatkan ujian atau cobaan seperti sakit, kegagalan dan berbagai bentuk musibah lainnya. Semua peristiwa yang disebutkan ini dapat membawa seseorang untuk semakin mengakui kelemahan dirinya dan sekaligus mengakui kebesaran dan kemahakuasaan Tuhan. Jika rasa ini muncul, maka Rasa Ruhani akan mengiringi kehadirannya.

Perbedaan mendasar antara kategori pertama (tak terlatih) dan kategori kedua (terlatih) adalah bahwa yang terlatih dilakukan dengan sadar melalui berbagai latihan tertentu yang terarah. Rasa Ruhani yang terlatih seringkali berfungsi dalam lingkungan khusus seperti dalam kehidupan *zawiyah* (padepokan sufi), dan memiliki sistem konsep untuk menafsirkan pengalaman mistik tersebut.⁸⁹ Dalam hal ini, perlu dijelaskan bahwa Pelatihan "The Miracle of Rasa Ruhani" adalah salah satu bentuk dari Rasa Ruhani yang termasuk dalam kategori kedua ini.

Rasa Ruhani dalam kategori yang ketiga adalah transenden yang terlatih, yaitu suatu kondisi dimana keanekaragaman menjadi satu kesatuan. Transenden yang terlatih ini disebut juga dengan kesatuan mistis (*the mystical union*) dengan Tuhan yang menjadi tujuan utama dalam pencarian mistik (*the mystical quest*). Pengalaman ini tampaknya lebih merupakan hasil dari pengalaman yang teratur dengan kesungguhan (*mujahadah*). Namun demikian, bagi sufi, pengalaman ini merupakan pemberian (*mawhibah*) dari perkenan Tuhan terhadap hamba-Nya.

Dalam tasawuf, persatuan mistis yang dialami oleh para sufi pada hakikatnya adalah sama. Hanya saja karena dialami oleh masing-masing individu dengan tingkat dan pengetahuan yang berbeda, maka konsep-konsep yang muncul dari mereka tampak seperti berbeda. Perbedaan ini sesungguhnya hanyalah perbedaan fenomenal, bukan esensial. Dalam hal ini contoh yang selalu dikemukakan adalah konsep *ittihad*-nya Abu Yazid al-Bisthami, *wahdat al-wujud*-nya Ibn 'Arabi, dan *hulul*-nya al-Hallaj. Semua ini

⁸⁹ Nils G. Holm (ed.), *Religious Ecstasy*, 61.

merupakan puncak dari perjalanan spiritual seseorang sehingga segalanya tidak lagi terkurung dalam dimensi ruang dan waktu. Semua serba tak terbatas.

C. Membangun Kesadaran Diri

Setelah penjelasan yang diberikan sebelumnya bahwa manusia terdiri dari tiga unsur, maka selaras dengan itu diperoleh pemahaman bahwa manusia juga memiliki tiga kesadaran, yakni kesadaran fisik, kesadaran emosional dan kesadaran spiritual. Membangun kesadaran spiritual berarti menghidupkan dimensi batin manusia (*ruhani, spirit*) untuk tetap terhubung dengan Tuhan. Sebelum lebih jauh, akan dijelaskan terlebih dahulu makna kesadaran itu sendiri.

1. Memahami Makna Kesadaran

Kesadaran merupakan unsur dalam diri untuk memahami realitas dan bagaimana cara bertindak atau bersikap terhadap realitas. Kesadaran dalam hal ini, adalah kesadaran akan perbuatan. Sadar artinya merasa, mengetahui atau mengingat keadaan yang sebenarnya, keadaan ingat akan dirinya, ingat kembali (dari pingsannya), siaman, bangun (dari tidur) ingat, tahu dan mengerti, misalnya, rakyat telah sadar akan politik. Refleksi merupakan bentuk dari pengungkapan kesadaran, dimana ia dapat memberikan atau bertahan dalam situasi dan kondisi tertentu dalam lingkungan. Setiap teori yang dihasilkan oleh seorang merupakan refleksi tentang realitas dan manusia.⁹⁰

Manusia dengan dikaruniai akal budi merupakan makhluk hidup yang sadar akan dirinya. Kesadaran yang dimiliki manusia akan dirinya, orang lain, masa silam, dan kemungkinan masa depannya. Manusia memiliki kesadaran akan dirinya sebagai entitas yang terpisah serta memiliki kesadaran akan jangka hidup yang pendek, akan fakta ia dilahirkan diluar kemauannya dan akan mati diluar keinginannya. Kesadaran manusia bahwa ia akan mati mendahului orang-orang yang disayangnya, atau sebaliknya bahwa yang ia cintai akan mendahuluinya, kesadaran akan kesendirian, keterpisahan, akan kelemahan dalam meng-

⁹⁰ Ensiklopedia Wikipedia.

hadapi kekuatan alam dan masyarakat. Semuanya kenyataan itu membuat keterpisahan manusia, eksistensi tak bersatunya sebagai penjara yang tak terperikan. Manusia akan menjadi gila bila tak dapat melepaskan diri dari penjara tersebut.⁹¹

Kesadaran berasal dari kata 'sadar' yang mendapat imbuhan 'ke' dan 'an'. Kesadaran dalam konteks bahasa ini memiliki beberapa karakteristik.

Pertama, terbangun alias meninggalkan pembaringan, tempat kita beristirahat. *Kedua*, perhatian. Orang yang sadar memiliki perhatian cukup untuk semua hal yang terjadi di sekelilingnya. *Ketiga*, aktif. Orang yang sadar menyadari apa dan siapa dirinya. Dengan perhatian yang dimilikinya, dia memperoleh celah peran untuk dirinya dan dia memanfaatkan celah itu untuk membangun masyarakat. *Keempat*, terencana. Orang yang sadar mampu melihat ke depan. Sehingga dia menginginkan dan menyusun rencana apa yang ingin diraihinya. *Kelima*, siap dengan semua. Orang sadar tahu akibat baik atau buruk sebuah tindakan. Orang sadar merencanakan sebuah tindakan sehingga dia siap dengan hasil bertindak ketika tindakan itu dilaksanakan dengan atau tidak sesuai prosedur.

Dari beberapa karakteristik ini, ada dua hal yang harus dilatih. *Pertama*, terbangun. Pelajari apapun yang terasa sangat nyaman dan menjadikan anda tidak dapat meninggalkan sebuah kebiasaan. Kemudian, terima kenyataan bahwa kenyamanan demikian tidak abadi dan hal monoton sangat membosankan. Setiap saat anda perlu menerima hal baru, termasuk kesenangan. *Kedua*, perhatian. Belajarlah untuk memberikan perhatian terhadap apapun, yaitu yang anda saksikan (sense) dari semua alat indera maupun pikiran. Kenali apa yang terjadi, terutama jika itu terjadi pada diri sendiri dan amati pengaruh-pengaruhnya ke lingkungan.

Kesadaran (*consciousness* dan *conscience*) berarti mengetahui dan menyadari. Konsep Barat tentang kesadaran ini menekankan kesadaran diri, diri yang mengacu pada

⁹¹ Erich Fromm, *The Art of Love*.

dirinya sendiri (*self-referencing*) atau proses diri reflektif (*self-reflective process*) yang memusatkan perhatian pada kesadaran akan diri pribadi (*inner sense of self*). Kesadaran Barat ini tidak sama dengan kesadaran secara umum, tetapi lebih merupakan sebuah faktor yang terkondisikan baik secara historis maupun geografis, suatu cerminan atas satu bagian kemanusiaan.

Kesadaran membandingkan, memilih dan mensupresi dijalankan melalui perhatian. Kesadaran lebih daripada mental, pikiran dan imej yang terdiri dari kata-kata, dan atau gambaran-gambaran pada hal-hal tertentu.

Kesadaran kita yang terbangun normal, menurut William James, disebut sebagai kesadaran rasional yang merupakan salah satu jenis kesadaran khusus, terpisah dari bagian yang utuh dengan adanya layar-layar seperti film, dimana disana terletak bentuk-bentuk potensi kesadaran yang sama sekali berbeda. Kita dapat saja menjalani hidup tanpa menyangka kehadiran mereka.⁹²

Dalam *Cambridge International Dictionary of English* (1995),⁹³ ada sejumlah definisi tentang kesadaran.

Pertama, kesadaran diartikan sebagai kondisi terjaga atau mampu mengerti apa yang sedang terjadi (*the condition of being awake or able to understand what is happening*). "Aku tahu dia sedang bercanda", komentar seseorang yang memahami situasi orang yang sedang bercanda. Kesadaran dalam bentuk ini bisa juga muncul dalam bentuk keraguan: "Saya belum paham betul apa maksudnya", atau "Sebelum saya memahami konsepnya, saya tidak bisa memberikan komentar apapun".

Kedua, kesadaran dapat juga diartikan sebagai semua ide, perasaan, pendapat, dan sebagainya, yang dimiliki seseorang atau sekelompok orang. (*All the ideas, feelings, opinions, etc. held by a person or a group of people*). Kesadaran akan kepentingan atau keprihatinan bersama

⁹² James William, "The Principles of Psychology", dalam Ornstein R., *The Psychology of Consciousness* (New York: Penquin, 1984), 27.

⁹³ *Cambridge International Dictionary of English* (Cambridge, New York: Cambridge University Press, 1995).

akan melahirkan organisasi atau perkumpulan tertentu. Se-
seorang yang menganut kepercayaan atau prinsip tertentu
"sadar" akan pilihannya itu.

Ketiga, kesadaran dalam bentuk lain adalah pema-
haman atau pengetahuan seseorang tentang dirinya dan
keberadaan dirinya (*Inward knowledge of something, esp. of
one's own existence*). Orang yang sadar akan keterbatasan
dirinya dalam bidang-bidang tertentu tidak akan memaksa-
kan diri mengambil peran dalam bidang-bidang itu. Maka
melalui kesadaran ini bisa difahami bahwa tidak setiap orang
ingin atau berambisi menduduki jabatan-jabatan tertentu
(presiden, kepala desa, kepala bagian di suatu kantor, dan
sebagainya) atau mengejar atau memperdalam keahlian-
keahlian atau kepiawaian dalam bidang tertentu (misalnya
musik, olah raga, peneliti). Sebaliknya, orang yang menyad-
ari kemampuan atau bakatnya dalam bidang tertentu
(seharusnya) akan berusaha mengembangkan kemampuan
atau bakat secara maksimal.

Keempat, pengetahuan atau perasaan tertentu yang
samar-samar (*knowledge or feeling, esp. of a not very clear
kind; awarenes*) juga adalah kesadaran. Ketika seseorang
berbicara dengan orang lain, ia masih "sadar" akan keadaan
dirinya dan keadaan sekitarnya yang tidak menjadi fokus
perhatiannya.

Dalam psikologi, kesadaran didefinisikan sebagai ting-
kat kesiagaan individu terhadap rangsangan eksternal dan
internal, yakni terhadap berbagai peristiwa pada lingkungan
serta suasana tubuh, memori dan pikiran. Kesiagaan dan
rangsangan merupakan kata kunci penting dalam kesadaran.
Kesiagaan berarti kesiapan, kewaspadaan, menghadapi se-
suatu. Kesiagaan termanifestasi dalam berbagai bentuk me-
nurut rangsangan yang diterima. Orang yang mengamati
langit semakin mendung, akan siap-siap dengan payung
atau menanggihkan perjalanannya, atau menghentikan
pekerjaan yang bakal terganggu apabila hujan datang.⁹⁴

⁹⁴ E.Halawa, *Kesadaran*, dalam <http://niasonline.net> (14 Februari
2007).

Kesadaran, meminjam istilah yang digunakan oleh Edmund Husserl,⁹⁵ adalah kesadaran terhadap sesuatu melalui berbagai kegiatan yang dilakukan atau kegiatan *intensional*-nya seperti perasaan, pemikiran dan dugaan. Dalam hal ini tentu yang dimaksud kegiatan yang menggunakan perasaan. Husserl juga menjelaskan bahwa kesadaran berarti pengalaman. Ia menjelaskan dengan pernyataannya, saya yakin terhadap apa yang saya alami; saya tahu bahwa saya mengalami ini dan itu.⁹⁶

Menurut Ibn 'Arabi (560-638 H./1165-1240 M.), kesadaran adalah salah satu dari sifat kemalaikatan, selain pencahayaan, kelembutan dan kesatuan.⁹⁷

Kesadaran diri,⁹⁸ adalah keadaan dimana seseorang dapat memahami dirinya sendiri dengan setepat-tepatnya. Seseorang disebut memiliki kesadaran diri apabila dia

⁹⁵ Edmund Husserl (1859-1938) adalah pendiri aliran fenomenologi dalam upaya memahami fenomena keagamaan. Husserl memandang fenomenologi sebagai sebuah disiplin filsafat yang ketat yang bertujuan memberikan batasan serta melengkapi penjelasan psikologis murni mengenai proses kejiwaan. Aliran ini bertujuan untuk memahami pemikiran, perilaku dan lembaga keagamaan tanpa mengikuti salah satu teori filsafat, teologi, metafisika maupun psikologi. Dengan demikian, perangkat penting yang diperlukan dalam pendekatan terhadap agama yang melengkapi metode historis dan psikologis sudah tersedia. *Fenomenologi* merupakan aliran yang ingin mendekati realitas tidak melalui argumen, konsep, atau teori umum. "*Zurück zu den sachen selbst*", kembali kepada benda-benda itu sendiri, merupakan inti dari pendekatan yang dipakai untuk mendeskripsikan realitas menurut apa adanya. Setiap obyek memiliki hakekat yang berbicara kepada kita jika kita membuka diri kepada gejala-gejala yang kita terima. Kalau kita "mengambil jarak" dari obyek itu, melepaskan obyek itu dari pengaruh pandangan-pandangan lain, dan gejala-gejala itu kita cermati, maka obyek itu akan "berbicara" sendiri mengenai hakekatnya, dan kita dapat memahaminya berkat intuisi yang berada dalam diri kita. Lihat, M. Iqbal Irfam, *Studi Agama: Pendekatan Fenomenologi* (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah, tidak diterbitkan, 2007), 1.

⁹⁶ Hans Hof, "Ekstase dan Mistisisme", dalam Nils G. Holm (ed.), "Religious Ectasy", Irfan Supandi (pent.) *Berjumpa Tuhan: Studi Tentang Ekstase Agama* (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, Juli 2002), 236.

⁹⁷ William C. Chittick, "The Sufi Path of Knowledge, Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination", Achmad Nidjam, dkk. (pent.), *Tuhan Sejati dan tuhan - tuhan Palsu* (Yogyakarta: Penerbit Qalam, Maret 2007), 70.

⁹⁸ Achmanto Mendatu, *Kesadaran Diri*, dalam <http://smartpsikologi.blogspot.com> (Agustus 2007).

memahami emosi dan *mood* yang sedang dirasakannya, kritis terhadap informasi mengenai dirinya sendiri, dan sadar tentang dirinya yang nyata. Ringkasnya, kesadaran diri adalah jika seseorang sadar seutuhnya mengenai pikiran, perasaan, dan evaluasi diri yang ada dalam dirinya. Orang yang sedang berada dalam kesadaran diri ini memiliki kemampuan memonitor diri, yakni mampu membaca situasi sosial dalam memahami orang lain dan mengerti harapan orang lain terhadap dirinya. Kalau orang lain mengharapkan ia bicara, maka ia akan bicara. Kalau orang lain mengharapkan ia diam, maka ia akan diam. Demikian pula dengan berbagai aktifitas kehidupan lainnya.

Kesadaran diri merupakan sesuatu yang perlu di *upgrade* secara terus menerus. Hal ini disebabkan karena beberapa alasan.

Pertama, karena musuh terbesar kita adalah diri sendiri. Banyak hal yang dapat membuat kita lengah. Terjebak dalam rutinitas dan zona nyaman atau ketergantungan yang besar pada orang lain membuat kita tidak siap menghadapi situasi darurat atau perubahan yang mendadak. Sebaliknya, sikap ambisi tak terkendali juga bisa membuat lupa diri dan berakibat fatal. Menurut survei karakter, minimal 89% dari karakter manusia cenderung bersikap kurang waspada. Contohnya, kita sering tidak tahu kenapa kita ragu-ragu, menghindari tantangan, ketakutan dan kelemahan kita. Jika tidak pernah direnungkan, seperti tak terpikirkan. Padahal itu adalah musuh yang ada dalam diri kita.

Kedua, karena situasi di sekitar kita berubah setiap saat. Kehidupan kita bagaikan orbit alam semesta. Ketika bumi berputar pada porosnya, ia juga beredar mengelilingi matahari. Hidup kita berubah, situasi di sekitar juga berubah. Hidup adalah perubahan dan perjuangan. Perubahan selalu membawa dinamika dan membutuhkan kewaspadaan. Perubahan bisa menjadi sebuah kemajuan jika diwaspadai dan disikapi dengan positif. Namun perubahan akan menjadi musuh dan penghambat kita tidak mengantisipasi dan mewaspadainya. Contohnya, apakah Anda sadar dan waspada akan sistem dan aturan yang berubah di sekeliling kita ?

Ketiga, karena kesadaran diri membangun rasa tanggung jawab. Kesadaran diri berarti mengetahui dengan tepat apa yang sedang kita alami. Kesadaran diri menimbulkan respons dan sikap antisipasi. Sehingga kita mempersiapkan diri dengan baik menghadapi situasi yang sedang dan yang akan terjadi. Kesadaran diri secara positif membangun sikap tanggung jawab dalam diri kita. Hanya seorang yang bersedia mengambil tanggung jawablah yang mampu memenangkan peperangan.⁹⁹

2. Kesadaran Fisikal

Tingkat kesadaran yang *pertama* adalah Kesadaran Fisikal. Pada tingkat kesadaran ini, seorang masih sangat terikat pada jasad atau fisiknya yang bersifat materi. Kesadaran ini berhubungan dengan zat dan massa, dan skala kesadarannya rendah karena ia kasar.

Pada tingkat Kesadaran Fisikal, seseorang yang berinteraksi dengan lingkungannya bertumpu pada fungsi panca inderanya. Ia dapat memahami apa yang dilihat oleh matanya, mengerti segala yang didengar telinganya, menikmati apa yang dicium (dibau) oleh hidungnya serta dirasakan oleh lidahnya dan kulitnya. Mereka hanya dapat memahami sesuatu apabila terjangkau oleh panca inderanya. Segala sesuatu yang tidak terjangkau oleh panca indera, maka tidak akan diakui sebagai sesuatu yang eksis keberadaannya. Ia juga tidak merasa perlu untuk memikirkannya dan kemudian, tentu saja, akan mengacuhkannya.

Oleh karena tingkat Kesadaran Fisikal sangat terikat pada fisik yang bersifat *murakkab* yakni tersusun dari beberapa unsur yang empat (tanah, air, darah dan udara), maka cara pandang orang yang berada pada tingkat kesadaran ini, adalah cara pandang materialisme.¹⁰⁰ Ia meng-

⁹⁹ Jakoep Ezra, *Cara Meningkatkan Kesadaran Diri*, dalam <http://id.jobssdb.com>.

¹⁰⁰ Materialisme adalah aliran filsafat yang berpandangan bahwa kenyataan yang sungguh-sungguh nyata adalah materi, sedangkan kesadaran atau pikiran manusia hanyalah gejala-gejala sekunder dari proses material belaka. Bagi materialisme, pikiran manusia tidak memiliki status ontologisnya, karena ia tidak ada tanpa proses material itu. Paul Edward (ed.), *The Encyclopedia of Philosophy* (New York: Macmillan Publishing Co,

agungkan materi lebih dari segalanya. Ia bahkan mengukur standar pergaulan, persaudaraan, dan persahabatan dengan kebendaan. Baginya materi adalah segalanya, tanpa itu hidup tidak berarti apa-apa. Dengan demikian, hidup ini dilihat dari sudut fisik materinya *ansich*, tanpa sedikitpun melihat kepada sesuatu dibaliknya, yakni jiwa dan ruh.

Pengagungan pada materialisme ini kemudian membuat mereka lebih menonjolkan kepentingan pribadinya saat berhadapan dengan orang lain. Bagi mereka tidak ada kamusnya mengalah pada orang lain demi kebendaan. Bahkan mereka sanggup melepaskan ikatan, apapun namanya, jika sudah berbenturan dengan kepentingan pribadi dan 'kehormatan'nya. Hubungan mereka dengan orang lain hanya akan terjaga dengan baik dan langgeng selama disana terdapat material yang menjanjikan. Jika materialnya hilang, maka dengan sendirinya hubungan itu juga akan terputus.

Orang yang berpikiran materialisme ini, pada dasarnya sedang terjebak pada pola pikir yang mundur ke belakang. Hal ini karena sistem panca indera memiliki banyak sekali keterbatasan. Seorang tuna netra misalnya,

1972), vol. 5-6, 179-180. Materialisme dibangun pertama kali oleh Ludwig Feuerbach (1804-1872), seorang filosof kelahiran Jerman. Ia belajar teologi di Heidelberg dan filsafat di Berlin kepada Hegel. Feuerbach termasuk di antara murid-murid Hegel dari sayap kiri. Dia menerima metode dialektis tetapi menolak isi ajarannya. Dialah yang pertama kali mengubah idealisme Hegel menjadi materialisme. Filsafat idealisme Hegel dinilai oleh Feuerbach sebagai teologi tersamar. Idealisme Hegel harus diputarbalikkan, karena menurut dia, bukan Roh Absolut yang berkembang melainkan materi. Kenyataan ini hanya terdiri dari materi dan manusia. Yang disebut Roh Absolut (Tuhan) adalah suatu mimpi dari manusia. Kata 'Tuhan' harus diganti dengan kata hakikat manusia. Agama harus diganti dengan politik. Karena manusia sudah terlalu lama ditinggalkan dari dirinya sendiri. Bagi Feuerbach, teologi itu penting, tetapi bukan ajaran tentang Tuhan, melainkan sebagai antropologi. Teologi banyak mengajarkan tentang manusia. Manusia adalah pusat, permulaan dan akhir agama. Semua hubungan manusiawi bersifat religius. Karena itu teologi harus dibaca sebagai antropologi. Perintah pertama dan utama adalah "*Homo homini Deus est*" (manusia adalah Tuhan untuk sesama). Kalimat tersebut bisa ditulis "Manusia adalah Tuhan untuk Sesama", karena makhluk yang luhur itu manusia. Lihat, Louis Leahy, *Aliran-Aliran Besar Ateisme* (Jakarta: Kanisius dan BPK Gunung Mulia, 1985), 90-91. Lihat juga Francisco Budi Hardiman, *Filsafat Modern: Dari Machiavelli Sampai Nietzsche*, 229-231.

atau orang buta warna, tentu tidak memahami bahwa dunia ini penuh dengan warna warni. Apalagi kalau orang tersebut buta warna total, pemahamannya terhadap warna akan lebih parah lagi karena ia hanya tahu bahwa degradasi warna itu hanya hitam, abu-abu dan putih.

Penglihatan kita sebenarnya cukup terbatas, bahkan jika dilihat pada orang yang paling sempurna penglihatannya sekalipun. Hal ini karena sistem kerja penglihatan kita ternyata tidak seperti yang kita pahami dan bayangkan. Apa yang kita lihat ternyata belum tentu realitas sebenarnya. Antara kenyataan dan apa yang kita fahami merupakan dua hal yang berbeda. Kita bukan melihat benda sesungguhnya, kecuali sekedar bayang-bayang yang tertangkap oleh lensa mata kita, yang diteruskan ke retina mata, dan kemudian ke otak sebagai pulsa-pulsa listrik belaka. Jika pulsa listrik itu mengalami *distorsi* (penyimpangan), maka pusat penglihatan itu akan salah dalam memahami apa yang terlihat.¹⁰¹

Pemahaman terhadap sesuatu yang terlihat, sangat bergantung pada kualitas jalur penglihatan mulai dari lensa, retina, syaraf-syaraf penglihatan sampai dengan sel-sel otak yang terkait dengan proses penglihatan. Padahal kita tahu bahwa ketajaman lensa mata kita tidaklah terlalu tinggi. Lensa mata kita tidak mampu melihat benda yang sangat kecil, seperti pori-pori kulit kita, bakteri, virus, molekul, atom, proton, electron dan neutron, apalagi quark. Benda yang terlalu besarpun juga tidak dapat dilihat mata, seperti melihat gajah dalam jarak 1 cm dari badannya. Benda yang jauh, seperti bintang di langit terlihat sangat kecil, padahal kenyataannya ia sungguh sangat besar, bahkan lebih besar dari bumi yang kita huni.

Mata hanya dapat melihat sesuatu apabila ada cahaya. Secara fisika, benda dapat kita lihat karena benda tersebut memantulkan cahaya ke mata kita. Cahaya tersebut juga harus berada pada frekuensi 10 pangkat 14 Hz. Jika kurang dari itu atau lebih, mata kita juga tidak mampu menangkapnya. Jika tidak ada pantulan cahaya, meskipun di depan kita ada suatu benda, benda tersebut

¹⁰¹ Lihat, *Berbagai Tingkat Kesadaran Manusia*, dalam <http://sepia.blogsome.com> (19 Desember 2006).

tidak akan mampu kita lihat. Dalam kegelapan, kita bahkan tidak akan mampu melihat tangan sendiri.¹⁰² Sebaliknya ditempat yang sangat terang menyilaukan, mata kita juga tidak dapat berfungsi dengan baik.

Di sisi lain, jika kita melemparkan pandangan ke jalanan atau padang yang luas dan jauh, maka seolah-olah akan terlihat air, padahal itu hanyalah fatamorgana. Air laut dalam pandangan kita berwarna, padahal itu hanya pantulan dari dalamnya. Benda lurus yang dimasukkan ke dalam air, akan terlihat bengkok. Demikian juga ketika berada di atas kendaraan yang bergerak, maka pepohonan, rumah atau gedung akan terlihat seperti berlari dan berkejar-kejaran.

Mata kita juga tidak bisa melihat apa yang ada dalam diri kita dan yang ada dalam diri orang lain. Apa yang orang lain pikirkan dan rasakan tidak bisa dilihat oleh pandangan. Singkatnya, penglihatan kita sangatlah terbatas. Keterbatasan pandangan ini, dapat memberikan kesadaran pada kita bahwa banyak hal yang tidak dapat kita pahami jika hanya sekedar mengandalkan penglihatan *un sich*.

Namun demikian, keterbatasan ini harus pula kita syukuri. Bayangkan apabila kita dapat melihat benda yang ukurannya mikroskopis seperti bakteri ataupun jamur. Maka kita tidak akan bisa makan dengan tenang dan nikmat, sebab semua makanan yang kita makan mengandung bakteri dan jamur yang bentuknya sangat menyeramkan. Satu menit saja kita menyimpan makanan dalam keadaan terbuka maka jamur dan bakteri sudah ada pada makanan tersebut. Atau seandainya mata kita tidak terbatas, maka kita akan bisa melihat setan-setan dan jin-jin yang berkeliaran di sekitar kita, dapat melihat orang di balik tembok, dapat melihat proses pencernaan yang terjadi dalam tubuh kita sendiri sehingga menjadi kotoran. Sungguh kehidupan kita akan sangat menyeramkan.

Panca indera setelah mata adalah telinga. Ia merupakan organ tubuh yang digunakan untuk mendengarkan suara. Telinga hanya dapat mendengar suara pada frekuensi

¹⁰² Al-Rasikh, *Mengaktifkan Indera Keenam Untuk Melihat Allah Swt*, Lembar Jumat Al-Rasikh (19 Februari 2008).

20 Hz - 20 ribu Hz. Suara yang memiliki frekuensi tersebut akan menggetarkan gendang telinga kita, untuk kemudian diteruskan ke otak oleh saraf-saraf pendengar. Hasil dari interpretasi otak, suara dapat ditandai dan diketahui. Apabila suara getarannya dibawah 20 Hz maka suara tidak bisa didengar, dan apabila melebihi 20 ribu Hz maka suarapun tidak akan mampu didengar dan bahkan gendang telinga akan pecah alias rusak.¹⁰³

Demikian pula dengan indera yang lain, seperti hidung. Indera ini digunakan untuk merasakan bau. Di dalam rongga hidung terdapat saraf-saraf yang akan menerima rangsangan bau yang masuk. Selanjutnya saraf menghantarkannya ke otak untuk diterjemahkan. Sebagaimana mata dan telinga, hidung juga memiliki keterbatasan kemampuan. Misalnya, apabila hidung kita menerima aroma makanan yang terlalu pedas maka kita akan bersin-bersin. Apabila hidung sering merasakan bau busuk, maka kepekaannya terhadap bau busuk akan hilang. Saat lewat ditempat penampungan sampah terasa bau sekali. Tapi jika kita berhenti disana dan bertahan selama satu jam lamanya, ternyata indera penciuman kita dapat berkompromi yang lambat laun tidak begitu terasa bau karena hidung kita dapat beradaptasi.

Indera lainnya adalah indera pengecap dan peraba, yakni lidah dan kulit. Lidah digunakan untuk mengecap rasa, sedangkan kulit untuk merasakan kasar, halus, panas, dingin, dan lain-lain. Kedua indera inipun memiliki keterbatasan dalam memahami fakta yang ada di luar dirinya. Kalau kulit kita dibiasakan dengan benda kasar terus dalam kurun waktu yang lama, maka kepekaan kulit kita untuk memahami benda yang halus juga akan berkurang. Begitu juga dengan kemampuan lidah kita. Dalam kondisi tertentu, misalnya kita terbiasa dengan makanan pedas, maka lidah tidak akan merasakan enaknyanya makanan yang tidak terasa pedas.

Dengan berbagai penjelasan di atas tidak diragukan lagi bahwa lima indera yang kita miliki semuanya serba

¹⁰³ Al-Rasikh, *Mengaktifkan Indera Keenam Untuk Melihat Allah Swt*, Lembar Jumat Al-Rasikh (19 Februari 2008).

terbatas, kondisional, dan seringkali tertipu oleh hal-hal yang sebenarnya jelas namun terinterpretasi secara tidak jelas. Itulah sebabnya kesadaran atau kefahaman yang hanya didasari pada panca indera saja bakal menjebak kita pada kekeliruan yang mendasar. Panca indera tidak cukup digunakan untuk memahami kenyataan. Karena ternyata kenyataan yang terhampar disekitar kita berbeda dengan apa yang tertangkap oleh mata, telinga, dan seluruh panca indera. Hanya anak kecil yang bertumpu sepenuhnya pada pemahaman panca inderanya untuk membangun kefahaman terhadap realitas disekitarnya.¹⁰⁴

Kesadaran Fisikal yang sangat dekat dengan sesuatu yang material, seperti dijelaskan di atas, tentu tidak dapat lepas dari ruang dan waktu yang terbatas. Oleh karena itu, orang yang berada pada tingkat kesadaran ini memiliki kesadaran yang terbatas pula. Ia tidak memiliki pandangan yang jauh ke depan (*ukhrawi*), melainkan berfikir jangka pendek dan untuk kemudahan sekarang (*duniawi*).

Mereka yang berada pada kesadaran fisikal cepat bosan segala sesuatu. Jika dalam berbagai kesempatan ia berhasil mendapatkan apa yang diharapkan, ia tetap tidak akan puas terhadap pencapaiannya. Ia selalu terombang-ambing dalam kegalauan. Hidupnya tidak bisa stabil dalam ketenangan. Ia juga lebih mudah iri dan dengki kepada orang lain. Ia tidak menginginkan jika seseorang menerima apapun dari orang lain. Apabila ia sadar seseorang menerima keuntungan atau anugerah khusus, ia ingin merusaknya.¹⁰⁵

Kesadaran fisikal selalu merupakan subjek pikiran dan tingkah laku, baik dalam kata-kata maupun perbuatan. Ia merencanakan tanpa sesuatu yang jelas, hanya ingin mengakhiri segalanya dengan cepat. Ia selalu tergesa-gesa dalam memenuhi keinginannya, dan bertindak dengan ter-

¹⁰⁴ Lihat, *Berbagai Tingkat Kesadaran Manusia*, dalam <http://sepia.blogspot.com> (19 Desember 2006).

¹⁰⁵ James Fadiman & Robert Frager al-Jerrahi (ed.), "Essential Sufism", terj. Helmi Mustofa, *Indahnya Menjadi Sufi* (Yogyakarta: Pustaka Sufi, 1999), 74-78.

gesa-gesa dalam kehidupan. Ia sulit dan bahkan hampir tidak dapat dipercaya.

Mereka terobsesi dengan selalu menonjolkan dirinya (*riya'*) agar memperoleh opini yang baik dari orang lain. Hasil ini kemudian meningkatkan kepemilikan dan kesombongan pada mereka, seperti arogansi dan merasa paling penting. Ia akan menolak atau menghindari apa saja yang dicela orang, meskipun barangkali hal itu akan menyenangkan Tuhan.

Mereka lebih tertarik mencari kesenangan dan penghormatan dari manusia. Mereka senang dengan pujian dan senantiasa memerintah orang lain untuk memamerkan keinginan, sehingga orang akan memberikan pujian. Mereka cinta akan pujian seperti cintanya terhadap dirinya sendiri.

Mereka senang untuk mengingat jasa dan kebaikan mereka kepada orang lain namun senang melupakan jasa orang lain pada mereka. Mereka memandang penting sesuatu yang sebenarnya paling sedikit ia lakukan untuk seseorang, namun ia akan tetap mengingatnya selama bertahun-tahun. Tetapi sebesar apapun kebaikan yang orang lain berikan untuk dirinya, ia memandang tidak penting terhadap semua itu dan segera akan melupakannya.

Dalam banyak hal, kesadaran fisik akan membawa seseorang 'bermuka dua' dalam kehidupannya. Aspek lahiriahnya selalu menunjukkan perbedaan yang mencolok dengan aspek batinnya. Ia akan memuji orang saat orang tersebut berada di dekatnya dan berpura-pura jujur di depan mereka. Sementara ketika orang-orang itu tidak ada, ia akan melakukan hal yang sebaliknya.

Sepanjang Kesadaran Fisikal ini mengatur hidup seseorang, maka ia tidak akan pernah kehilangan kecintaan yang berlebihan pada material dan kemewahan. Akibatnya, ia tercegah dari mengingat (*zikr*) kepada Tuhan. Sementara mereka yang meninggalkan kesadaran fisikalnya, akan hidup lebih baik dihadapan manusia dan dihadapan Tuhan.

Perhatian yang terus menerus kepada Tuhan dalam *zikr*, akan menghasilkan transmudasi bertahap dari sifat-sifat

yang rendah menuju kepada sifat-sifat yang mulia, sifat-sifat ketuhanan.¹⁰⁶

3. Kesadaran Emosional

Kesadaran emosional adalah kesadaran yang lebih tinggi dari Kesadaran Fisikal. Pada tingkat ini seseorang sudah memiliki kemampuan untuk mengenali perasaan diri sendiri dan orang lain. Lebih dari itu, ia mampu mengelola emosi dengan baik pada diri, dan dalam hubungannya dengan orang lain. Ia pandai menyesuaikan diri dengan suasana hati individu yang lain, atau menunjukkan empati pada orang lain. Ia mampu menempatkan emosinya pada posisi yang tepat.

Mereka memiliki kemampuan untuk menjadi anggota masyarakat yang dapat bekerja sama dan bermanfaat bagi anggota kelompok masyarakatnya sekaligus memiliki kemampuan untuk menciptakan dan mempertahankan hubungan yang saling menguntungkan yang ditandai dengan perilaku saling memberi dan menerima dalam kerangka persahabatan dan persaudaraan. Mereka mampu membangun hubungan antar pribadi yang kokoh dan berkelanjutan.

Keterampilan memotivasi orang lain adalah merupakan kelanjutan dari kemampuan mengenali dan mengelola emosi orang lain. Keterampilan ini adalah bentuk lain dari kemampuan kepemimpinan, yaitu kemampuan menginspirasi, mempengaruhi dan memotivasi orang lain untuk mencapai tujuan bersama. Hal ini memiliki kaitan yang erat dengan kemampuan membangun kerjasama tim yang tangguh dan andal.

Mereka yang memiliki kesadaran emosional memiliki sikap proaktif yakni kemampuan memilih respon terbaik dari sebuah rangsangan (*stimulus*). Mereka mampu memberi jeda antara datangnya stimulus dengan keputusan untuk memberikan respon. Pada saat jeda tersebut, mereka membuat pilihan dan mengambil respon yang dipandang

¹⁰⁶ James Fadiman & Robert Frager al-Jerrahi (ed.), "Essential Sufism", terj. Helmi Mustofa, *Indahnya Menjadi Sufi* (Yogyakarta: Pustaka Sufi, 1999), 78-80.

terbaik bagi dirinya. Sikap proaktif ini adalah sebagai lawan dari sikap reaktif yakni sikap yang gagal membuat pilihan respon pada saat mendapatkan rangsangan dari luar. Sikap reaktif ini adalah sikap yang terdapat pada binatang secara umum. Saat dipukul misalnya, binatang akan memberi reaksi dengan lari karena takut atau balas menyerang karena marah.

Mereka yang berada pada Kesadaran Emosional memiliki kemampuan menghibur diri ketika ditimpa kesedihan, dapat melepas kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan bangkit dari semua itu. Mereka dapat bertahan saat menghadapi musibah, dapat menumbuhkan motivasi saat kondisi tidak menyenangkan. Juga dapat memberikan respon positif yang disesuaikan dengan situasi dan kondisi. Sebaliknya, mereka yang buruk Kesadaran Emosionalnya akan terus menerus bertarung melawan perasaan murung atau bahkan melarikan diri kepada hal-hal yang negatif yang merugikan dirinya.

Namun demikian, Kesadaran Emotional masih terikat pada diri individu. Mereka yang berada pada tingkat kesadaran ini, juga belum menyandarkan diri dan kehidupannya kepada Tuhan. Karena itu, egoisme mereka terkadang muncul ke permukaan sehingga menutupi hal-hal yang positif pada dirinya. Ia juga terkadang tidak mampu menahan penderitaan dan cobaan hidup karena tidak memiliki sandaran yang kuat kepada-Nya. Jika semua perilakunya dapat disandarkan kepada Tuhan, maka ia akan naik pada kesadaran tertinggi yakni Kesadaran Spiritual.

4. Kesadaran Spiritual

Kesadaran Spiritual ini adalah kesadaran yang paling tinggi diantara dua kesadaran sebelumnya yakni Kesadaran Fisikal dan Kesadaran Emosional. Kesadaran Spiritual adalah nama lain dari Kesadaran Sejati yang tidak dapat dicapai lewat alat-alat inderawi (panca indera) yang oleh sebagian kalangan dianggap sebagai sumber pengetahuan. Pada tingkat ini seseorang telah bergerak melampaui emosi (Kesadaran Emosional), sebuah ide yang bergantung pada

stimulasi akan perasaan hidup. Menurut Angha,¹⁰⁷ sungguh sangat tidak mungkin bagi realitas sejati untuk menembus kesadarannya secara bebas dan murni, manakala disana masih ada jiwa hewani (Kesadaran Fisikal) yang mewakilinya dengan pincang, gambaran-gambaran yang cacat, diputar lewat lensa-lensa keadaan dirinya yang ada.

Kesadaran Spiritual akan memberikan hasil yang lebih baik dalam memahami kenyataan. Kesadaran Fisikal dan Kesadaran Emosional memiliki keterbatasan dalam menangkap 'makna' yang tersimpan dalam kenyataan, makna yang terkandung dalam pesan Sang Pencipta. Makna yang menjurus kepada adanya Dzat yang Tiada Berhingga, yang menampilkan kecerdasan tiada terkira.

Dalam sejarah ilmu pengetahuan mutakhir, dua aliran kesadaran telah melakukan pertarungan panjang untuk memahami realitas. Kelompok pertama yang diwakili oleh ilmuwan materialis. Sedangkan kelompok kedua diwakili oleh ilmuwan agamis. Kelompok pertama berpendapat bahwa alam semesta yang demikian dahsyat ini terbentuk dengan sendirinya, tanpa melibatkan Tuhan sebagai sang Pencipta. Sedangkan kelompok kedua justru 'melihat' adanya 'Kecerdasan Super' yang terlibat secara aktif dalam munculnya segala realitas yang mempesona.

Kelompok pertama menggunakan mata imajiner, sedangkan kelompok kedua menggunakan mata spiritual untuk memahami alam semesta. Keduanya sama-sama ingin memahami kenyataan yang sama, namun hasil akhirnya sangat berbeda. Perdebatan keduanya berlangsung sengit hingga sekarang. Ternyata mata imajiner tidak sanggup melihat hakikat 'sesuatu' dibalik mekanisme yang demikian aneh dan cerdas itu. Hal ini karena Kesadaran Emosional merupakan perpanjangan dari Kesadaran Fisikal yang pada substansinya masih melihat pada hal-hal yang bersifat fisik. Padahal 'makna' yang terkandung di balik realitas itu bersifat non fisik. Yaitu sebuah kefahaman yang sangat abstrak melalui hati (ruhani). Dalam Alquran disebutkan, "Maka

¹⁰⁷ Angha, *Molana al-Moazam Hazrat Shah Maqsoud: Manifestation of Thought* (Denham, MD: University Pres of America, 1988), 9. Lihat juga Lynn Wilcox, *Sufism and Psychology*, 284.

tidak pernahkah mereka berjalan di muka bumi, sehingga *hati* mereka dapat memahami, telinga mereka dapat mendengar? Sebenarnya bukan mata itu buta, tetapi yang buta ialah hati yang di dialam dada".¹⁰⁸

Jadi pada tingkat kesadaran yang lebih tinggi, manusia hanya bisa memperoleh makna, ketika ia menggunakan hatinya sebagai sensor. Bukan lagi mata fisik. Orang yang menggunakan mata hatinya akan 'melihat' Allah dibalik segala kenyataan fisik yang dilihatnya. Atau dengan kalimat lain, ia telah merasakan kehadiran Allah diseluruh benda dan kejadian yang berinteraksi dengannya. Pada level Kesadaran Spiritual, seseorang akan takjub menemukan bahwa Tuhan yang Maha Tunggal, yaitu Allah, hadir dimana-mana dan dengan kuasa-Nya terus menjaga keteraturan alam semesta. Pada tingkatan kesadaran ini maka seseorang akan merasakan kehadiran Allah di setiap tarikan dan hembusan nafasnya, kegiatannya, bahkan pikirannya.¹⁰⁹

Ketika sedang sendirian, tiba-tiba ia merasakan betapa Allah telah hadir ditarikan dan hembusan nafasnya. Ia seakan-akan bisa melihat betapa oksigen yang dihirupnya meresap ke dalam paru-parunya, ditangkap oleh gelembung-gelembung *alveoli*, kemudian diedarkan ke milyaran sel-sel tubuhnya oleh mekanisme peredaran darah yang mengagumkan. Ia melihat betapa Allah hadir dan aktif mengendalikan seluruh mekanisme distribusi oksigen itu. Ia bisa merasakan, betapa mengerikan jika seandainya Allah tidak hadir dalam proses pengangkutan oksigen itu. Proses itu bakal menjadi amburadul tidak terkendali. Jaringan *alveoli* di dalam paru-paru tidak mampu menangkap gelembung oksigen. Dan kemudian, darah tidak mengangkut oksigen itu sebagaimana mestinya. Maka dalam beberapa menit, sel-sel dalam tubuh kita akan mengalami kematian massal dengan sangat dramatis. Konsisi ini dirasakan seperti tercekik, badan membiru, pingsan, mengalami kerusakan berbagai organ dan kemudian meninggal dunia.

¹⁰⁸ QS. Al Hajj, 22: 46.

¹⁰⁹ Ageng Sadnowo Refianto, *Rubrik Tarbiyatun Nafs: Tingkatkan Kesadaran Anda*, dalam, <http://sunatullah.com>.

Betapa dominannya kekuasaan Allah berperan dalam seluruh proses ini. Dalam waktu bersamaan Allah memper-tontonkan Ketuhanan-Nya, 'Kekuasaan', 'Ketelitian', 'Keha-lusan', 'Kehendak', dan Kasih Sayang-Nya, dalam proses pasokan oksigen kedalam tubuh mahluk-Nya. Bayangkan jika Allah berhenti satu menit saja dalam mengurus mahluk-Nya. Maka seluruh mahluk hidup akan mengalami masalah serius dalam seluruh proses metabolismenya. Dan seluruh benda langit akan mengalami tabrakan yang sangat dramatis.

Kalau kita cermati lebih jauh, kita akan bergidik merasakan betapa dahsyat-Nya Allah Sang Penguasa dan Sang Pencipta, dalam waktu bersamaan mengatur kehi-dupan milyaran pepohonan. Ada yang bertunas, berbunga, berbuah, bercabang, rontok dan layu diterpa angin. Ditempat yang lain Allah menggerakkan angin, mendorong awan dan menurunkan hujan. Ia menurunkan hujan dalam butiran air, sehingga tidak merusak daerah yang disirami air hujan. Apabila air hujan turun dalam bentuk air terjun, tentunya akan terjadi banyak bencana. "*Dan (Dia) yang menurunkan air dari langit menurut kadar (yang diperlukan) lalu kami hidupkan dengan air itu negeri yang mati, seperti itulah kamu akan dikeluarkan (dari dalam kubur)*".¹¹⁰

Dalam waktu yang sama, Allah mengendalikan 4-5 milyar *genome* yang bertanggung jawab terhadap reaksi kimia yang terkait dengan sifat-sifat khas seseorang. Ini berarti untuk seluruh manusia yang sekitar 5 milyar, dalam waktu bersamaan Allah mengendalikan 25 juta triliun reaksi biokomiawi di dalam seluruh manusia yang hidup di muka bumi. Dan semuanya kritis. Jika terjadi penyimpangan satu reaksi saja, maka akan ada penyimpangan kesehatan pada seseorang.

Kesadaran Spiritual memunculkan sebuah kefahaman, semua peristiwa di alam semesta ini hanya dikendalikan oleh Sosok Tunggal saja. Sebab jika tidak, seluruh koordinasi itu akan menjadi kacau balau. Persis seperti apa yang difirmankan-Nya; "Sekiranya di langit dan di bumi ada tuhan-tuhan selain Allah, tentulah keduanya itu telah rusak

¹¹⁰ QS. Zukhruf, 43:11.

binasa. Maka Maha Suci Allah yang mempunyai 'Arsy' dari pada apa yang mereka sifatkan".¹¹¹

Inilah kesadaran paling tinggi yang akan melahirkan kepasrahan (*taslim*) yang mendalam kepada Allah. Dalam tingkatan ini, kita merasakan bahwa Allah 'hadir' dalam setiap makhluk-Nya. "Dan kepunyaan Allahlah Timur dan Barat, maka kemanapun kamu menghadap disanalah wajah Allah. Sesungguhnya Allah Maha Luas lagi Maha Mengetahui".¹¹²

Ya, Allah hadir dimana-mana, pada setiap yang kita lihat, di setiap yang kita dengar, dipersoalkan yang kita pikirkan, dan disegala sesuatu yang kita lakukan. Bahkan Allah hadir dalam sekujur tubuh kita. Mulai dari denyut jantung, tarikan nafas, geliat otot-otot, percikan sinyal-sinyal listrik di sel-sel syaraf dan otak. Allah hadir di segala penjuru kehidupan kita. Seseorang yang telah mencapai Kesadaran Fisikal tiba-tiba menjadi begitu jernih melihat kehadiran Allah dalam hidupnya.¹¹³

Danah Zohar, seorang psikolog kontemporer yang memprakarsai kajian tentang kecerdasan spiritual, mengajukan enam jalan menuju kesadaran spiritual yang lebih tinggi. Melalui jalan-jalan inilah seseorang dapat meraih kebahagiaan yang lebih sempurna.¹¹⁴

Pertama, Jalan Tugas. Ini adalah jalan pengabdian dan kesetiaan yang paling tulus. Dalam Islam dikenal dengan istilah ikhlas. Orang yang beragama dengan ikhlas, berarti melakukan semua kegiatannya karena tugas suci yang telah ditetapkan oleh Tuhan. Ia tidak mau menyeweweng dan ia tidak mengerjakannya karena imbalan dari manusia. Setiap manusia telah mengikat janji dengan Tuhan. Janji seperti ini dikenal dalam semua ajaran agama.

¹¹¹ QS. Al Anbiya', 2:22.

¹¹² QS. al-Baqarah, 2:115.

¹¹³ Ageng Sadnowo Refianto, *Rubrik Tarbiyatun Nafs: Tingkatkan Kesadaran Anda*, dalam, <http://sunatullah.com>.

¹¹⁴ Danah Zohar dan Ian Marshall, Pent. Rahmani Astuti, Ahmad Najib Burhani, Ahmad Baiquni, SQ, *Memfaatkan Kecerdasan Spiritual Dalam Berpikir, Integralistik dan Holistik untuk Memaknai Kehidupan* (Bandung: Penerbit Mizan, 2001), 197.

Tetapi jalan ini dapat juga dikacaukan oleh kebodohan spiritual sebagai akibat dari prasangka-prasangka, dogmatisme, pikiran sempit, tidak sabar, egoisme dan menganggap diri sendiri paling benar dan bersih. Jalan Tugas ini kalau ditempuh dengan cerdas secara spiritual akan mengantarkan orang pada kebahagiaan yang luar biasa.

Kedua, Jalan Pengasuhan. Jalan ini berkaitan dengan kasih sayang. Pengasuhan adalah simbol dari kasih sayang dan perlindungan. Ia sering dilambangkan dengan Ibu atau Ibu Pertiwi. Banyak orang yang telah bekerja secara tulus sebagai orangtua, guru, perawat, volunteer, pekerja sosial dan ahli terapi, mereka menemukan kebahagiaan tersendiri. Pengasuhan adalah jalan menuju kebahagiaan melalui kasih sayang dan cinta. Dunia ini penuh dengan penderitaan dan makhluk yang lemah tak berdaya. Semua itu merupakan objek bagi Jalan Pengasuhan. Jalan Pengasuhan menuntun kita merasakan penderitaan orang lain, memiliki kepekaan sosial dan rasa humanis yang tinggi. Mencintai makhluk hidup, membantu orang-orang miskin dan menolong orang-orang lemah adalah bagian dari jalan menggapai kebahagiaan yang hakiki. Menghabiskan waktu untuk mengurangi penderitaan orang lain dengan perasaan yang tulus akan memberikan kita rasa kepuasan tersendiri.

Dalam Alquran, kepedulian sosial seperti itu sangat ditekankan; bahkan pendusta agama itu secara terang-terangan ditunjukkan Alquran kepada orang-orang yang menghardik anak yatim dan tidak mau menganjurkan untuk memberi makan kepada orang-orang miskin (Q.S al-Ma'un). Namun, jalan ini juga harus ditempuh dengan hati-hati: gelora cinta kadang-kadang juga dapat menimbulkan api kecemburuan, amarah dan dendam. Sebagian binatang kadang-kadang memakan anaknya sendiri. Juga bukan tidak ada orangtua yang membunuh anaknya sendiri. Jalan tersebut kalau ditempuh dengan cara yang tidak cerdas, akan membawa mala petaka juga.

Ketiga, Jalan Pengetahuan. Pengetahuan membentang sepanjang jalan hidup manusia. Dalam segala kegiatan, kita membutuhkan pengetahuan, dari perencanaan-perencanaan yang kecil dan sederhana seperti makan dan minum sampai pada hal-hal yang besar dan rumit seperti membangun

sebuah negeri. Pengetahuan dapat memberikan kepuasan kepada pemiliknya. Ali telah menunjukkan sepuluh kelebihan ilmu di atas harta, di mana ilmu mempunyai kualitas yang tidak tertandingi. Beliau misalnya mengatakan bahwa ilmu akan menjaga kita, sementara harta, kita yang harus selalu menjaganya.

Dalam Islam, pengetahuan itu dianggap sebagai warisan para nabi dan orang-orang yang berilmu ditinggikan kedudukannya oleh Allah (QS. al-Mujadilah:11). Namun demikian, pengetahuan juga seperti pisau bermata dua, ia dapat menyelamatkan dan dapat pula menghancurkan. Pengetahuan modern, misalnya, telah menyelamatkan banyak nyawa manusia melalui ilmu-ilmu medis, tetapi juga telah menghancurkan banyak manusia dengan berbagai teknologi persenjataan. Karena itu dalam Islam telah ditegaskan bahwa iman harus mendahului pengetahuan. Pengetahuan tanpa iman justru akan menggiring manusia pada kesombongan dan akhirnya saling menghancurkan.

Keempat, Jalan Perubahan Pribadi. Orang yang menempuh jalan ini memerlukan integritas personal dan transpersonal. Dalam hal ini kita memerlukan kepekaan dan keberanian untuk menyelami kedalaman diri kita sendiri untuk mengukur potensi dan kekuatan kepribadian yang kita miliki. Kita harus dapat menyatukan berbagai fragmen dari diri kita yang terpecah-pecah sehingga menyatu dan utuh sebagai sebuah kepribadian kokoh. Dengan jalan seperti itu kita akan menemukan sumber kekuatan diri sehingga kita dapat melangkah dengan tepat ke arah mana yang membawa kebahagiaan yang hakiki bagi kita.

Perubahan pribadi amat penting untuk menuju kehidupan yang lebih baik, sebab manusia tidak pernah dilahirkan sempurna; perubahan-perubahan itulah yang mengantarkan kita menuju kesempurnaan. Dalam Alquran telah ditegaskan bahwa perubahan harus dimulai dari diri sendiri. Tuhan pun tidak mengubah kehidupan kita jika kita sendiri tidak berusaha mengubahnya.

Kelima, Jalan Persaudaraan. Orang-orang yang telah sama-sama memilih jalan kebenaran itu bersaudara, demi-

kian kata al-Qur'an.¹¹⁵ Karena itu persaudaraan tersebut harus diperkokoh. Persaudaraan akan mengajarkan kepada kita makna hidup yang lebih mendalam dengan menyadari bahwa kita tidak dapat hidup sendirian dan bahwa kita mempunyai tanggung jawab sosial yang besar. Kita akan semakin bermakna ketika kita dapat menjadi orang yang bermakna bagi orang lain, bukan bagi diri sendiri. Semakin makna persaudaraan itu dihayati, semakin jelas makna hidup dirasakan.

Keenam, Jalan Kepemimpinan yang Penuh Pengabdian. Seorang pemimpin yang hebat tidak mengabdikan kepada suatu apa pun kecuali Tuhan. Yang paling penting bagi seorang pemimpin adalah membangkitkan dalam dirinya dan para pengikutnya semacam kesadaran yang dapat membimbing diri mereka kepada kebenaran. Pemimpin yang penuh pengabdian akan selalu mengikuti kerinduannya yang amat dalam untuk menciptakan sesuatu yang baru untuk umatnya, sesuatu yang dianggap mustahil oleh orang lain sekalipun. Ia akan berusaha menemukan cara-cara yang berbeda bagi masyarakatnya agar mereka menjadi eksis. Menjadi pemimpin memang penuh dengan tantangan, bahkan kadang-kadang nyawa pun harus dipertaruhkan, tetapi pemimpin yang telah berhasil dapat beristirahat dengan senyum.

Dalam bahasa Inggris, Kesadaran Spiritual ini disebut *Ultraconscious* atau *Expanded Consciousness* atau *Cosmic Consciousness*. *Cosmic Consciousness* atau Kesadaran Kosmis ini diperkenalkan oleh seorang Psikolog Kanada Richard M. Bucke, dalam bukunya "*Cosmic Consciousness*" (1902). Iia menggambarkan Kesadaran Kosmis sebagai modus transpersonal kesadaran, kesadaran pikiran yang universal dan menyatu dengan satu kesatuan dengan itu (*a transpersonal mode of consciousness, an awareness of the universal mind and one's unity with it*).

Karakter utama Kesadaran Kosmis ini adalah kesadaran tentang kehidupan dan ketertiban di alam semesta. Seorang individu mencapai Kesadaran Kosmis sering digambarkan sebagai orang yang telah memperoleh

¹¹⁵ QS. al-Hujurat: 10.

pencerahan (*enlightment*) dan memiliki rasa keabadian. Diantara cirinya adalah: *Pertama*, adanya perubahan dalam fungsi kognitif/ pikiran. *Kedua*, perubahan dalam suasana hati. *Ketiga*, perubahan dalam persepsi atau cara memandang dunia luar. *Keempat*, perubahan dalam persepsi atau kesadaran diri. *Kelima*, perubahan perasaan tentang waktu, dan *keenam*, perubahan fungsi panca indera.¹¹⁶

Menurut Lynn Wilcox, ada beberapa karakteristik dari *Cosmic Consciousness* ini.¹¹⁷

Pertama, cahaya yang kuat yang memenuhi alam pikiran yakni suatu cahaya yang tidak dapat diekspresikan. *Kedua*, ekstase, yakni dipenuhi dengan rasa yang sangat menyenangkan, penuh kegembiraan, kemenangan dan keyakinan. *Ketiga*, intuitif, yakni penerangan intelektual akan kesadaran semua makna, alam raya. Ia adalah sebuah identifikasi dan penyatuan dengan Kreasi, dengan kepastian. Karakteristik *keempat* dari Kesadaran Spiritual adalah cinta yang transendental dan hangat. *Kelima*, berkurang dan semakin hilangnya penderitaan fisik yang diderita. Demikian pula dengan rasa takut akan kematian. *Keenam*, kesadaran akan tidak pentingnya benda-benda material dan sebaliknya, kesadaran akan pentingnya spiritual. *Ketujuh*, peningkatan fisik dan mental, baik dari segi vitalitas maupun aktifitas, menghadirkan kecerdasan yang tersembunyi dan kreatifitas. *Kedelapan*, rasa akan misi (wahyu atau ilham) yang tak dapat dihindarkan. Dan *kesembilan*, sebuah sinar baru, yakni energi dengan inspirasi Tuhan, daya dorong magnet yang menarik dan mengilhami orang, yang merupakan transfigurasi diri.

Paling tidak ada lima hal yang diajarkan agama untuk membantu kita meningkatkan kesadaran spiritual yaitu:¹¹⁸

¹¹⁶ *Catatan Meditasi Rizhosu: Program Pendekatan Ilmu Psikologi*, dalam <http://www.rizhosu.com> (Maret, 2010).

¹¹⁷ Lynn Wilcox, "Sufism and Psychology", terj. Soffa Ihsan, *Psychosufi: Terapi Psikologi Sufistik Pemberdayaan Diri* (Jakarta: Pustaka Cendikia Muda), 285-286.

¹¹⁸ Aribowo Prijosaksono dan Irianti Erningpraja, *Enrich Your Life Everyday* (Jakarta: Elexmedia Komputindo, 2003).

Pertama, iman atau keyakinan. Dalam Islam hal ini terdapat pada *syahadah*. *Kedua*, ketenangan dan keheningan, yaitu suatu upaya ritual untuk menurunkan frekuensi gelombang otak kita sehingga mencapai *alpha* (relaks) sampai tahap meditatif pada keheningan yang dalam. Pelaksanaan shalat merupakan tahap di mana otak kita membutuhkan istirahat untuk mencapai kejernihan dan ketenangan. Dalam konteks ini, Rasulullah mengatakan pada Bilal saat masuk waktu shalat "*Arihna Ya Bilal...*" Sembahyang lima waktu merupakan kebutuhan kita untuk mema-suki frekuensi gelombang otak yang rendah, untuk mencapai kecerdasan yang lebih tinggi, kreativitas, intuisi dan tuntunan Ilahi. Pada frekuensi rendah juga terjadi pere-majaan sel-sel tubuh (*rejuvenation*) sehingga kita menjadi lebih sehat dan awet muda.

Ketiga, pembersihan diri, berupa detoksifikasi yaitu pembuangan racun-racun. Dalam Islam dikenal puasa *shawm* (*shiyam*) yang merupakan sebuah proses bagi kita untuk membersihkan tubuh dari segala racun-racun dan sisa pembuangan metabolisme tubuh, serta memberi waktu bagi tubuh kita untuk beristirahat. Jadi terlihat jelas bahwa berpuasa adalah kebutuhan mutlak seseorang untuk memelihara kesehatannya, selain bahwa puasa membantu kita untuk mencapai ketenangan (frekuensi gelombang otak yang rendah) sehingga kita dapat mencapai kesadaran tertinggi (*superconsciousness*). Ketika tahap pembersihan diri tercapai, maka umat Islam merayakannya sebagai Idul Fitri atau kembali ke fitrah (sebagai makhluk spiritual yang suci dan murni).

Keempat, beramal dan mengucapkan syukur (*charity and gratitude*). Beramal bukan untuk kebutuhan orang lain semata. Justru kita perlu untuk melakukan amal karena terbukti dalam penelitian bahwa rasa iba dan kasih sayang menstimulasi pembentukan hormon yang meningkatkan daya tahan tubuh dan kesehatan kita. Beramal dan mengucap syukur adalah sebuah pernapasan rohani, yang jika tidak kita lakukan maka kita akan mati secara spiritual dalam arti kita semakin tidak dapat mencapai tahapan aktualisasi diri atau pemenuhan diri yang sempurna. Dalam Islam dikenal sebagai zakat. Beramal atau berbuat baik pada

sesama merupakan ciri kecerdasan spiritual seseorang atau aktualisasi diri menurut istilah Maslow, di mana kita memiliki misi untuk menolong sesama kita.

Kelima, penyerahan diri secara total (*al-tawakkul*). Ini adalah tahapan tertinggi dalam perjalanan spiritualitas seseorang, yaitu ketika dia sudah tidak punya rasa takut akan apa yang akan terjadi. Dia memiliki rasa pasrah secara total kepada Tuhan, karena sebagai makhluk spiritual, dia telah mencapai penyatuan dengan sang Pencipta. Dalam Rukun Islam, selain keempat hal di atas, hal kelima dikenal dengan ibadah Haji. Ini adalah salah satu bentuk dimana seseorang sudah menyerahkan hidupnya sepenuhnya kepada Sang Pencipta.¹¹⁹

Mereka yang berada pada Kesadaran Spiritual merupakan orang-orang yang memiliki pandangan jauh ke depan (*visioner*). Cara pandang mereka jauh melampaui waktu keduniawian yang bersifat rendah terbatas. Mereka memandang dengan ukuran *ukhrawi*. Bagi mereka, hidup adalah untuk Tuhan, bukan yang lain. Namun dalam implementasinya, mereka adalah manusia-manusia yang sangat dekat dengan orang-orang miskin dan yang membutuhkan bantuan serta kemurahan hati mereka. Mereka mudah berempati dan ringan untuk berbagi. Mereka adalah orang yang selalu rendah hati.

Dalam kesehariannya, mereka yang berada dalam kesadaran spiritual adalah mereka yang sangat yakin dan teguh dalam pendirian. Tidak ada yang dapat menggoyah keyakinan mereka karena mereka sudah melewati *'ilm al-yaqin*, *ain al-yaqin* dan *haq al-yaqin*. Dengan keyakinan ini mereka hidup dalam kebahagiaan dan ketenteraman kapan dan dimana saja.

¹¹⁹ Aribowo Prijosaksono dan Irianti Erningpraja, *Enrich Your Life Everyday*, (Jakarta: Elexmedia Komputindo Gramedia Group, 2003).

DAFTAR PUSTAKA

A. Buku.

- Aceh, Abu Bakar, *Pengantar Ilmu Tasawuf* (Semarang: CV. Ramadhani, 1979).
- , *Pengantar Sejarah Sufi dan Tasawuf* (Solo: Ramadhani, 1994).
- Arifin, Muhammad, bin Badri, *Dzikir ala Tasawuf: Mengungkap Fenomena Tasawuf dan Dzikir ala Tasawuf Masa Kini* (Bogor: Pustaka Darul Ilmi, 2008).
- Al-'Abduh, Abd. al-Lathif Muhammad, *al-Insan fi Fikr al-Ikhwān al-Shafa* (Beirut: al-Maktabah al-Sya'biyyah, tt.).
- Al-'Ajluni, Isma'il, *Kasyf al-Khafa' wa Muzil al-Iltibas 'amma Isytahara min al-Ahadits fi Alsinah al-Nas* (Beirut: Mu'assasah Manahil al-'Irfan, t.t.).
- Al-Aththar, Farid al-Din, *Tadzkirot al-Awliya'*, ed. R.A. Nicholson (London, vol. I).
- Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad ibn Muhammad, "Al-Maqshad al-Asna fi Syarh al-Asma Allah al-Husna", diterj. Ilyas Hasan, *Asmaul Husna* (Bandung: Mizan, 1996).
- , *Al-Maqshad al-Asnal*, dalam *tasawuf al-Islamy* (Mesir: Dar an-Nahdhah,
- , *al-Munqizd min ad-Dhalal* (Kairo: Silsilat al-Saqa'at al-Islamiyat, 1961).
- , *Ihya 'Ulum al-din*, Jilid III (Mesir: Mustafa al-Babi al-Halabi, 1968).
- , *Kimya'u al-Sa'adat* (Beirut: al-Maktabah al-Sa'biyat, tt.).
- , *Mi'yar al-'Ilm*, pentahqiq Sulaiman Dunia, (Mesir : Dar al-Ma'rif, tt.).
- Al-Jami' al-Saghir*, Vol. 2.
- Al-jauziyah, Ibn Qayyim, *Kitab al-Ruh*.
- Al-Jauziyah, Ibn Qayyim, *Madarij al-Salikin*, ed. M.H. al-Fiqi, Juz I (t.tp.: Dar al-Rasyad al-Haditsah, t.t.).
- Al-Jurjani, Al-Syarif Ali ibn Muhammad, *at-Ta'rifat* (Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyah, 1988).

- Al-Kaf, Idrus Abdullah, *Bisikan-Bisikan Ilahi: Pemikiran Sufistik Imam al-Haddad dalam Diwan ad-Durr al-Manzhum* (Bandung: Pustaka Hidayah, 2003).
- Al-Kalabazi, Abu Bakar Muhammad, *al-Ta'arruf li Mazhab Ahl al-Tasawuf* (Kairo : al-Kulliyat al-Azhariyah, 1969).
- Al-Nasyr, Ali Sami', *Nasy'at al-Fikr al-Falsafi Fi al-Islam*, Jilid III (Mesir : Dar al-Ma'arif, 1979).
- Al-Qusyairi, *Risalah Sufi al-Qusyairi*, terj. (Bandung Pustaka, 1990).
- Al-Subki, *Thabaqat al-Syafi'iyat al-Kubra* (Mesir : Isa al-Habi al-Halaby).
- Al-Syami, Shalih Ahmad, "Mawa'izh lil Imam Al-Hasan Al-Basri", dalam *Majalah Asy-Syari'ah*, Vol.I (No.11, 1425 H., 2004).
- Al-Syarbani, Ahmad, *Al-Ghazali wa al Tasawuf al Islam* (Mesir : Dar al-Hilal).
- Al-Syarqawi, Muhammad Abdullah, terj. Halid Alkaf, *Sufisme & Akal* (Bandung : Pustaka Hidayah, 2003).
- Al-Taftazani Abu al-Wafa', al-Ghanimi, *al-Makhdal Ila al-Tashawuf al-Islami* (Kairo : Dar al-Tsaqafah, 1974).
- Al-Thusi, Abu Nashr al-Saraj *al Luma'* (Kairo, 1990).
- al-Zarkali, Khayr al-Din, (ed.), *Ikhwan al-Shafa', Rasail Ikhwan al-Shafa' wa Khalan al-Wafa'*, Bab III. (Beirut : Dar al-Shadir, 1957)
- Angha, *Molana al-Moazam Hazrat Shah Maqsoud : Manifestation of Thought* (Denham, MD : University Pres of America, 1988)
- Anwar, Rosihan, dan Mukhtar Solihin, *Ilmu Tasawuf* (Bandung : CV.Pustaka Setia, 2000).
- Arberry, A.J., *Sufism* (London: Geoge Allen & Unwin Ltd, 1963).
- , diterj. Bambang Herawan, *Pasang Surut Aliran Tasawuf* (Bandung : Mizan, 1993).
- Armstrong, Amatullah, *Kunci Memasuki Dunia Tasawuf*.
- As., Asmaran, *Pengantar Studi Tasawuf* (Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada, 1996).
- Bakhtiar, Laleh, "Sufi: Expression of the Mystic Quest", diterj. Purwanto, *Mengenal Ajaran Kaum Sufi, Dari Maqam-Maqam Hingga Karya-Karya Besar Dunia Sufi* (Ujungberung Bandung : Penerbit Marja, 2008).

- Basyuni, Ibrahim, *Nasy'ah al-Tasawuf al-Islami* (Kairo : Dar al-Ma'rif, 1969).
- Bayyan, Ali Abu, *Qira'at Fi al-Falsafah*, Cet. 1 (Mesir : al-Qiumiyah, 1967).
- Bentounes, Syekh Khaled, "le Soufisme Cœur de l'Islam", Andityas (pent.), *Tasawuf Jantung Islam: Nilai-Nilai Universal Dalam Tasawuf* (Yogyakarta : Pustaka Tasawuf).
- Bruinessen, Martin van, *Tarekat Naqsyabandiyah di Indonesia*, (Bandung : Mizan, 1992).
- Burckhardt, Titus, "An Introduction to Sufi Doctrine", pent. Azyumardi Azra, *Mengenal Ajaran Kaum Sufi* (Jakarta : Pustaka Jaya, 1984).
- Bustaman, Hanna Djumhana, *Integrasi Psikologi Dengan Islam* (Jakarta : 1997).
- Cambridge International Dictionary of English* (Cambridge, New York : Cambridge University Press, 1995).
- Chaplin, P. James, *Kamus Lengkap Psikologi*, terj. Kartini Kartono (Jakarta : PT RajaGrafindo Persada, 1989).
- Chittick, William C., "The Sufi Path of Knowledge, Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination", Achmad Nidjam, dkk. (pent.), *Tuhan Sejati dan tuhan - tuhan Palsu* (Yogyakarta : Penerbit Qalam, Maret 2007).
- Darajat, Zakiyah, *Ilmu Jiwa Agama* (Jakarta: Bulan Bintang, 1970).
- Daudy, Ahmad, *Kuliah Filsafat Islam* (Jakarta : Bulan Bintang, 1989).
- Deikman, Arthur, "Deautomatization and Mystic Experience", dalam "Psychiatry", 1966.
- Edward, Paul, (ed.), *The Encyclopedia of Philosophy*, vol. 5-6 (New York: Macmillan Publishing Co, 1972).
- Ensiklopedia Wikipedia.
- Fadiman, James, & Robert Frager al-Jerrahi (ed.), "Essential Sufism", terj. Helmi Mustofa, *Indahnya Menjadi Sufi* (Yogyakarta: Pustaka Sufi, 1999).
- Frager, Robert, (Syekh Ragib al-Jerahi), "Heart, Self and Soul : The Sufi Psychology of Growth, Balance and Harmony", terj. Hasmiyah Rauf Hati, *Diri, Jiwa, Psikologi untuk*

- Transformasi* (Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta, Oktober 2005).
- Fromm, Erich, *Man for Him Self, An Inquiry into the Psychology of Ethics* (New York : Holt, t.t.)
- Gibb, H.A.R., *Shorter Encyclopedia of Islam*, (Leiden : Photomecanical reprint, 1961).
- Gymnastiar, Abdullah, *Bangkit! Manajemen Qolbu untuk Meraih Sukses* (Bandung : Khas MQ, 2005).
- Hadi, Qomarul, *Membangun Manusia Seutuhnya: Sebuah Tinjauan Antropologis* (Bandung : Al-Ma'arif, 1981).
- Hanafi, Ahmad, *Pengantar Filsafat Islam* (Jakarta: Bulan Bintang, 1990).
- Happold, F.C, *Mysticism: a Study and an Anthology* (Middlesex-New York: Penguin, 1981).
- Hardiman, Francisco Budi, *Filsafat Modern: Dari Machiavelli Sampai Nietzsche*.
- Hof, Hans, "Ekstase dan Mistisisme", dalam Nils G. Holm (ed.), "Religious Ectacy", Irfan Supandi (pent.) *Berjumpa Tuhan: Studi Tentang Ekstase Agama* (Yogyakarta : Fajar Pustaka Baru, Juli 2002).
- Holm, Nils G., (ed.), "Religious Ecstasy", terj. Irfan Supandi, *Berjumpa Tuhan : Studi Tentang Ekstase Agama* (Yogyakarta : Fajar Pustaka Baru, 2002).
- Ibn 'Arabi, Muhyi al-Din, *al-Futuhat al-Makiyyah*, Jilid II (Lebanon: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 2006).
- , *Fusus al-Hikam*, ed. Abu al-'Ala 'Afifi, Jilid I (Beirut: Dar al-Kitab al-'Arabi, 1980).
- Iqbal, Sir Moh., *The Deveploment of Metaphysics in Persia: A Contribution to the History of Muslim Philosophy*, terj. Jaboer Ayoeb, (Bandung: Mizan, 1992).
- Irham, M. Iqbal, *Studi Agama : Pendekatan Fenomenologi* (Jakarta: Universitas Islam Negeri, Syarif Hidayatullah, tidak diterbitkan, 2007).
- Ja'far, Muhammad Kamal Ibrahim, *At-Tashawuf Thariqan wa Tajribatan wa Mazhaban*.
- James, William, "The Principles of Psychology", dalam Ornstein R., *The Psychology of Consciousness* (New York: Penquin, 1984).

- James, William, *The Varieties of Religious Experience* (London: 1984).
- Jamil, M., *Cakrawala Tasawuf* (Cipayung Ciputat: Gaung Persada Press, 2004).
- Kailani, Qomar, *Fi al-Tasawuf al-Islam* (Kairo: Dar al-Ma'arif, 1969).
- Kartono, Kartini, *Psikologi Umum* (Bandung: Alumni, 1984).
- Kamba, Nurshomad, *Kuliah Ilmu Tasawuf* (Medan: Pascasarjana IAIN-SU, Tidak diterbitkan, 1998).
- Kertanegara, R. Mulyadhi, "Sketsa Ruhani Insani: Akal, Jiwa, Hati dan Ruh", dalam C. Ramli Bihar Anwar (ed.), *Menyinari Relung-Relung Ruhani: Mengembangkan EQ dan SQ Cara Sufi* (Jakarta : IIMAN dan Hikmah, Maret 2002).
- , *Menyelami Lubuk Tasawuf* (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2006).
- Khan, Sahib Khaja, *Studies In Tasawwuf* (New Delhi: Idarat-i Adabiyat-i Delhi, 1978).
- Leahy, Louis, *Aliran-Aliran Besar Ateisme*, (Jakarta: Kanisius dan BPK Gunung Mulia, 1985)
- Madjid, Nurcholish, *Ibn 'Arabi dan Tasawuf*, dalam Sukardi (ed.) *Kuliah-Kuliah Tasawuf* (Bandung : Pustaka Hidayah, 2002).
- , *Pengalaman Mistik Kaum Sufi*, dalam *Tabloid Tekad* (Nomor 18 / Tahun II, 6-12 Maret 2000).
- , *Pintu-Pintu Menuju Tuhan*, (Jakarta: Paramadina, 1997).
- Mahmud Qaim, *Dirasat fi al-Falsafat al-Islamiyyah* (Mesir: Dar al-Ma'rif, 1973).
- Mahmud, Abd. al-Halim, (tahqiq), *al-Risalah al-Qusyairiyah li Ibn al-Qasim al-Qusyairi*, Juz II (Kairo: Dar al-Kutub al-Haditsah, t.t.).
- , "Al-Tashawwuf fi al-Islam", terj. *Tasawuf di Dunia Islam* (Bandung: Pustaka Setia, 2002).
- Mahmud, Abdul Karim, *Al-Falsafat as-Sufiah fi al-Islam*, (Kairo: Dar al-Fikri, 1966).
- Massignon, Louis, dan Musthafa Abd al-Raziq, *al-Islam wa al-Tasawuf* (Kairo: Dar as-Sya'b, 1979), 14; dan Harun

- Nasution, *Filsafat dan Mistisisme Dalam Islam*, cet III (Jakarta : Bulan Bintang, 1963).
- Moh. Saifulloh al-Aziz S, *Risalah Memahami Ilmu Tasawuf*, 55.
- Mubarak, Zaki, *al-Tasawuf al-Islami fi-Adab wa al-Akhlaq* (Kairo: Dar al-Kutub al-'Arabi, 1954).
- Muhammad Rasyid Salim, *Muqaranah Baina al-Ghazali wa Ibnu Taymiyyah* (Kuwait: Dar al-Qalam, 1970), 9. Lihat juga dalam Montgomeri Watt, *The of Practice of al Ghazali* (George and Unwin, 1953).
- Mujeeb, M., *The Indian Muslim*, Chapter VI-XVI "*Sufis dan Sufisme*" (London: George Allen and Untom Altac).
- Mujib, Abdul, *Kepribadian dalam Psikologi Islam* (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2007).
- Muthahhari, Murtadha, "Introduction to Irfan", diterj. *Mengenal 'Irfan; Meniti Maqam-Maqam Kearifan* (Jakarta: IIMAN & Hikmah, 2002).
- Nashr, S.H. "Living Sufism", terj. B. Abdullah Hadi, *Tasawuf Dulu dan Sekarang* (Jakarta: Pustaka Firdaus, 1994).
- Nasution, Harun, *Falsafat dan Mistisme Dalam Islam*, cet III (Jakarta: Bulan Bintang, 1963).
- , *Teologi Islam, Aliran-Aliran Sejarah, Analisa Perbandingan* (Jakarta: UI-Press, 1986).
- Nata, Abudin, *Akhlaq Tasawuf* (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2000).
- Nicholson, R. A., "The Mystics of Islam", diterj. A. Nashir Budiman, *Tasawuf Menguak Cinta Ilahi* (Jakarta : Raya Grafindo, 1993).
- , *al-Shufiyah fi al-Islam*. terj. Nurudin Syaribah (Kairo: t.p., 1951).
- , *The Mystic of Islam* (London: Routledge and Regan Paul, 1975).
- Prijosaksono, Aribowo, dan Irianti Erningpraja, *Enrich Your Life Everyday*, (Jakarta, Elexmedia Komputindo, 2003).
- Proyek Pembinaan Perguruan Tinggi Agama. IAIN Sumatera Utara (Medan : Naspar Djaja, 1981/1982).
- Qayyim, Ibn, *Kitab al-Ruh*.

- Rakhmat, Jalaluddin, "Tasawuf Dalam Alquran dan Sunnah", dalam Sukardi (ed.) *Kuliah-Kuliah Tasawuf* (Bandung : Pustaka Hidayah, 2000).
- Refianto, Ageng Sadnowo, *Rubrik Tarbiyatun Nafs : Tingkatkan Kesadaran Anda*, dalam, <http://sunatullah.com>.
- Said, Usman, *Pengantar Ilmu Tasawuf* (Institut Agama Islam Negeri SU : Proyek Pembinaan Perguruan Tinggi Agama, Maret, 1983).
- Saliba, Jamil, *Tarikh al-Falsafat al-Arabiyyat* (Beirut : Dar al-Kitab al Banan, 1970).
- Schimmel, Annemarie, "Mystical Dimension of Islam", dikutip dari Jalaluddin Rakhmat, "Berbagai Jalan Menuju Tuhan", dalam *Manusia Modern Mendamba Allah; Renungan Tasawuf Positif* (Jakarta : Penerbit IIMAN dan Hikmah, 2002).
- Shihab, M. Quraisy, dkk., *Ensiklopedia Al-Qur'an: Kajian Kosakata* (Jakarta: Lentera Hati, Sptember 2007).
- Simuh, M., *Tasawuf dan Perkembangannya Dalam Islam* (Jakarta : PT RajaGrafindo Persada, 1997).
- Siregar, A. Rivay, *Tasawuf dari Sufisme Klasik ke Neo-Sufisme* (Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada, 1999).
- Soergarda Poerbakawatja : 1982.
- Syihab, Alwi, "Al-Tashawwuf Al-Islam wa Atsaruhu fi al-Tashawwuf al-Indunisi al-Mu'ashir", terj. Muhammad Nursamad, *Islam Sufistik : "Islam Pertama" dan Pengaruhnya hingga Kini di Indonesia*, (Bandung : Mizan, 2002).
- Syukur, Amin, *Tasawuf dan Tanggung Jawab Sosial pada Abad XX* (Semarang : Pusat Penelitian IAIN Walisongo, 1996).
- W. M., Abdul Hadi, *Tasawuf yang Terindas : Kajian Hermeneutik terhadap Karya-Karya Hamzah Fansuri* (Jakarta : Paramadina, 2001).
- Wach, Joachim, "Perkembangan dan Metode Studi Agama", dalam Ahmad Norma Permata (ed.), *Metodologi Studi Agama* (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2000).
- Wilcox, Lynn, "Sufism and Psychology", terj. Soffa Ihsan, *Psychosufi: Terapi Psikologi Sufistik Pemberdayaan Diri* (Jakarta : Pustaka Cendikia Muda).

- Yazdi, Mehdi Ha'iri, *Epistemologi Iluminasionis Dalam Filsafat Islam, Menghadirkan Cahaya Tuhan*, diterj. Husain Heriyanto (Bandung : Mizan, 2003).
- Yunus, Mahmud, *Kamus Bahasa Arab* (Jakarta : Hidakarya Agung, 1990).
- Zahri, Mustafa, *Kunci Memahami Ilmu Tasawuf* (Surabaya: Bina Ilmu, 1991).
- Zar, Sirajuddin, *Konsep Penciptaan Alam dalam Pemikiran Islam, Sains, dan Alquran* (Jakarta : PT RajaGrafindo Persada, 1994).
- Zidadat, Ma'an, dkk., *al-Mawsu'at al-Falsafiyah al-'Arabiyyah*, (Arab : Inma' al-'Arabi, 1986).
- Zohar, Danah, dan Ian Marshall, Penerjemah : Rahmani Astuti, Ahmad Najib Burhani, Ahmad Baiquni, SQ, *Memfaatkan Kecerdasan Spiritual Dalam Berpikir, Integralistik dan Holistik untuk Memaknai Kehidupan* (Bandung : Penerbit Mizan, 2001).

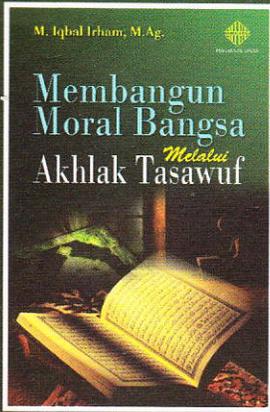
B. Website / Internet

- Achmanto, Mendatu, *Kesadaran Diri*, dalam <http://smartpsikologi.blogspot.com> (Agustus 2007).
- Al-Rasikh, [Mengaktifkan Indera Keenam Untuk Melihat Allah Swt, Lembar Jumat Al-Rasikh](#) (19 Februari 2008).
- Berbagai Tingkat Kesadaran Manusia*, dalam <http://sepia.blogsome.com> (19 Desember 2006).
- Buletin *Risalah News*, IKPA, Kairo, Oktober, dalam <http://smkn1slawi.or.id/index.php?option=comcontent&task=view&id=16&Itemid=1>
- Catatan Meditasi Rizhosu: Program Pendekatan Ilmu Psikologi*, dalam <http://www.rizhosu.com> (Maret, 2010).
- Ezra, Jakoep, *Cara Meningkatkan Kesadaran Diri*, dalam <http://id.jobsdb.com>.
- Halawa, E., *Kesadaran*, dalam <http://niasonline.net> (14 Februari 2007).
- <http://wanipintar.blogspot.com/2009/03/hubungan-tasawuf-dengan-ilmu-kalam.html>

Kejiwaan Karyawan Dalam Proses Era Persaingan
Bisnis Telekomunikasi, dalam
<http://khuntum.wordpress.com>, diunggah tanggal 21
Agustus 2008.

SufiNews.com - <http://www.sufinews.com> (artikel tanggal : 2
March 2004).

Zainul Arifin, *Biografi Singkat Al-Imam Hasan Al-Bashri: Al-Hasan
Al-Bashri Syaikhul Bashrah*, Sunday, December 23rd, 2007.



Tasawuf merupakan sisi batin (esoteris) dari ajaran Islam, sementara sisi lahirnya (eksoteris) adalah syari'ah, yang mengandung hukum-hukum keagamaan formal, mengenai apa yang harus dilakukan oleh seseorang (*wajibat*), serta apa yang seharusnya tidak boleh dilakukan (*nahiyat*). Tasawuf selain mengisi sisi batiniah dari syari'ah, juga memberikan makna tentang bagaimana hidup ber-Tuhan dengan baik dan benar. Dalam konteks ini, tasawuf memberikan penegasan bahwa hidup tanpa memiliki hubungan yang harmonis dengan Tuhan, adalah hidup yang kosong dan hampa.

Manusia yang telah mencampakkan sisi batin pada dirinya serta tidak memiliki hubungan yang harmonis dan selaras dengan Tuhan, merupakan manusia yang hidup tanpa aturan-aturan dan norma-norma kebaikan.

Bertasawuf dalam akhlak *mahmudah* adalah menegakkan moral dalam bentuk ucapan, perbuatan dan aktifitas keseharian. Moral ini dimulai dari masing-masing individu, keluarga, masyarakat dan akhirnya seluruh komponen bangsa. Para ulama kita seringkali mengingatkan bahwa kejayaan suatu bangsa sangat tergantung pada moral bangsa itu sendiri. Peringatan ini merujuk pada sebuah syair Arab yang terkenal "sesungguhnya bangsa-bangsa itu akan tegak selama akhlaknya baik. Jika akhlaknya runtuh, maka hancur pula-lah bangsa-bangsa itu".



M. Iqbal Irham adalah Dosen FSEI IAIN-SU Medan dan sedang menyelesaikan Program Doktor di SP-UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Disamping sebagai Da'i, ia mengembangkan beberapa training spiritual: "The Miracle of Rasa Ruhani", "Terapi Gerakan Shalat" dan "Heart Learning: Pembelajaran Berbasis Hati".

Untuk info dan pendaftaran hubungi:
0812 6550 311, 0812 6514 553

ISBN 978-979-9152-16-9



9 789799 152169 >