

PENEMUAN MAKNA HIDUP MELALUI TAZKIYAT AL-NAFS: SEBUAH AKTUALISASI NILAI-NILAI SUFISTIK DALAM KEHIDUPAN

Oleh: Komarudin*

Abstract

The limitation of human ability to make ethical assessments against each other only a behavioral manifestation of outer (not inner), while that could see farther, with a very high accuracy, the behavior of trajectories and the inner self is only Allah. Likewise, none able to ensure his good deeds are accepted by God, but that is just a hope. Therefore, it should be done every human being is always to implement *muhāsabah al-nafs*, the introspection of himself every time. This paper tried to discuss efforts to the discovery of meaning in life through the process *tazkiyat al-nafs*, the inner actualization *muhāsabah* against human behavior. In sufi spiritual existence, which is often referred to as *al-qalb*, is a key determinant of good and bad behavior of human outer side. Therefore, the maintenance of probity and conduct careful management the key to success in living life the human world and the hereafter, to the pleasure of Allah swt. *Tazkiyat al-nafs* process will produce really nice of the life achievements of happiness in this world and the happiness and salvation in the hereafter. This is not another ideals of every Muslim, who always want a happy life in the world and the hereafter, and survived the fire of hell, as prayer is often offered, "*rabbānā ātinā fi al-dunyā hasanah wa fi al-ākhirah hasanah wa qinā 'adzāb al-nār*".

Keywords: sufism, sufi ethics, *maqāmat*, *muhāsabah*, *tazkiyat al-nafs*

A. Pendahuluan

Mensius (371-289 SM), salah satu penerus tradisi Konfusianisme, mengatakan hakekat manusia adalah baik bagaikan air yang selalu mencari dataran rendah untuk mengalir.¹ Hakekat bawaan manusia

* Penulis adalah dosen tetap pada Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang.

¹ Lihat Leslie Stevenson & David L. Haberman, *Ten Theories of Human Nature (Sepuluh Teori Hakekat Manusia)*, terj. Yudi Santoso dan Saut Pasaribu, (Yogyakarta: Yayasan Bentang Budaya, 2001), hlm. 57

yang baik seperti itu, menurut Mensius, tak lepas dari keberadaan rasio dan hati manusia yang selalu dipenuhi belas kasihan sebagai anugerah dari surga.² Lebih lanjut, Mensius menjelaskan bahwa:

"Manusia memiliki empat bibit penyakit sama seperti ia memiliki empat anggota badan. Jika benih ini dijaga dengan hati-hati dan tumbuh tanpa dihalangi, maka akan menumbuhkan empat kebajikan yang sangat dihargai dalam tradisi Konfusianisme, sama seperti pohon yang secara alami tumbuh kuat dari benih yang kecil. Empat benih itu adalah belas kasihan, rasa segan, kesopanan, dan perasaan benar salah, yang bila tumbuh dengan benar akan menghasilkan empat kebajikan utama, yaitu peri kemanusiaan, kepatuhan, penghormatan terhadap ritus-ritus, dan kebijaksanaan."³

Keempat benih tersebut, menurut Mensius, tidak dipatri dari luar tetapi ada di dalam diri semenjak asal, yakni terpatri di dalam hati. Berdasarkan pemahaman esensi hati seperti ini, Mensius beranggapan bahwa manusia diidentifikasi sebagai orang-orang bijak potensial.⁴

Dalam pemahaman yang hampir serupa, Descartes beranggapan bahwa manusia memiliki dua esensi berbeda, yakni badan atau tubuh yang memiliki esensi keluasan dan rasio (*mind*) yang memiliki esensi pikiran.⁵ Rasio menurutnya merupakan satu-satunya sumber kebenaran yang tidak lagi bisa diragukan, karena keberadaan *ide innata* (ide bawaan), yang kebenarannya dijamin oleh Tuhan.⁶ Harold H. Titus menyebutkan bahwa kebanyakan ahli pikir mulai dari era Yunani Kuno, abad Pertengahan, hingga periode Pencerahan pada abad ke-18, memiliki asumsi bahwa ada "sesuatu" yang dinamakan "watak manusia", yakni sesuatu yang dalam diskursus filsafat dipandang sebagai "esensi manusia" dan menjadikannya berbeda dengan yang bukan manusia.⁷ Meski kemudian, setelah tercapainya kemajuan-kemajuan di bidang sains Biologi dan Sosial pada abad ke-20, anggapan mengenai adanya "esensi manusia yang berbeda dari yang bukan manusia" seperti itu

² *Ibid.*

³ *Ibid.*, hlm. 57-58

⁴ *Ibid.* hlm. 58

⁵ Rene Descartes, *Discourse of Method (Diskursus Metode)*, terj. Ahmad Farid Ma'arif, (Yogyakarta: IRCiSoD, 2003), hlm. 59

⁶ *Ibid.* hlm. 58

⁷ Harold H. Titus. et. all., *Living Issues in Philosophy (Persoalan-persoalan Filsafat)*, terj. Prof. Dr. H.M. Rasjidi, (Jakarta: Bulan Bintang, 1984), hlm. 29

mulai dipertanyakan dan mendapat penolakan.⁸ Namun demikian, berbagai gugatan dan penolakan tersebut tetap saja tidak dapat menghilangkan adanya "sesuatu" yang membedakan antara manusia dan yang bukan manusia. Secara umum, mereka sepakat adanya beberapa sifat (*atribut*) yang umum bagi semua manusia. Karena itu, kemudian, manusia dilukiskan sebagai binatang yang bisa memproduksi, binatang yang bisa membuat alat, sebagai binatang sosial, atau sebagai binatang yang membuat symbol.⁹ Sidi Gazalba, menyampaikan pendapat Ernest Cassirer, menyebutkan bahwa manusia merupakan *animal rationale* dan sekaligus sebagai *animal symbolicum*.¹⁰ Lebih penting dari semua atribut itu, kenyataannya menegaskan bahwa manusia merupakan makhluk yang bertuhan. Manusia, selalu merindukan keberadaan realitas tertinggi yang oleh Mircea Eliade disebut sebagai *mysterium tremendum and fascinans*, yakni sesuatu kekuatan misteri yang menakutkan tetapi sekaligus merindukan.¹¹

Islam menegaskan bahwa manusia yang hakekat keberadaannya merupakan kesatuan dari *jasad*,¹² *hayât*,¹³ *rûh*,¹⁴ serta *fithrah*,¹⁵ mendapat-

⁸ Misalnya para penganut konsep evolusi, berdasar penelitian terhadap bangsa-bangsa primitif, beranggapan bahwa semua kehidupan berkembang dari bentuk yang lebih sederhana, menjurus kepada bentuk yang lebih tinggi dan lebih kompleks. Oleh karena manusia dipengaruhi oleh perubahan-perubahan evolusi, maka manusia sekarang tentu akan berlainan dengan manusia pada lima juta tahun mendatang. Dengan demikian, apa bedanya antara manusia dengan yang bukan manusia? Begitu juga, salah seorang Filosof Prancis, Jean Paul Sartre berpendapat bahwa eksistensi manusia mendahului esensinya. Setiap manusia yang lahir, adalah terlempar ke duania yang tanpa isi dan tanpa arah. Pada permulaan perwujudannya manusia itu bukan apa-apa dan ia tidak akan menjadi sesuatu kecuali setelah ia menjadi apa yang menjadi pilihannya. Lihat, *ibid.*, hlm. 30

⁹ *Ibid.* Atribut yang bersifat umum seperti ini dalam pandangan Sartre dinamakan dengan *a human universality of condition* (kondisi kemanusiaan umum), lihat, Jean Paul Sartre, "Eksistensialisme is Humanism" dalam buku *Existentialism from Dostoevsky to Sartre*, ed. Walter Kaufmann, (New York: World Publishing, 1956), hlm. 303

¹⁰ Sidi Gazalba, *Sistematika Filsafat*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1986), hlm. 17-19

¹¹ Mircea Eliade, *The Sacred and the Profane: The Nature of Religion*, (New York: Harcourt, Brace & World, Inc., 1959), hlm. 9

¹² *Jasad* adalah *jisim* manusia, badan, tubuh, yakni badan kasar manusia yang nampak pada luarnya, dapat diraba dan difoto serta menempati ruang dan waktu tertentu. Ia mengalami perubahan oleh penambahan usianya, serta mengalami ketuaan dan kerusakan. Lihat, Musa Asy'arie, *Manusia Pembentuk Kebudayaan dalam al-Qur'an*, (Yogyakarta: Lembaga Studi Filsafat Islam, 1992), hlm. 62. Lihat juga dalam, Fakh al-Din

kan tugas fungsional sebagai *khalifah fi al-ardh* dan sekaligus sebagai *'abd Allah*.¹⁶ Musa Asy'arie menegaskan bahwa realisasi dari tugas *khalifah fi al-ardh* adalah sebagai pencipta kebudayaan untuk kemakmuran dan kesejahteraan hidup bersama.¹⁷ Tugas sebagai pencipta kebudayaan seperti ini, menurut Ismail Raji al-Faruqi, merupakan aktualisasi tugas manusia (*taklif*) untuk mengubah dirinya, masyarakatnya, dan lingkungannya.¹⁸ Namun, realisasi tugas seperti ini tidak bisa dilepaskan dari

Muhammad al-Razi, *Tafsir al-Fakhr al-Râzi*, jilid 16, cet. 3, (Beirut: Dar al-Fikr, 1985), hlm. 8 juga dalam Ibn Manzur, *Lisân al-'Arab*, jilid 4, (Mesir: Dar al-Misriyah li al-Ta'lif wa al-Tarjamah, 1968), hlm. 93

¹³ *Hayat* artinya hidup, lawan dari *al-maut* yang berarti mati. Esensi dari hidup ada pada gerakan, suatu kehidupan tidak dapat dimengerti tanpa adanya gerakan dan di dalam setiap gerakan terpancar adanya kehidupan. Benda yang hidup adalah benda yang mengalami gerakan, sebaliknya benda yang mati adalah benda yang tiada padanya gerakan. Begitu juga potensi hayat pada manusia terpancar dari adanya gerakan padanya. Lihat, Musa Asy'arie, *op. cit.*, hlm. 66-67

¹⁴ *Rûh* merupakan term yang sulit diberikan definisi yang jelas, karena keberadaannya yang bersifat misteri dan hanya Allah yang mengetahui hakekatnya. Salah satu pengertian *rûh* adalah dipahami sebagai hakekat berpikir atau kecerdasan, yakni kemampuan manusia untuk siap memperoleh ilmu. Atau, diartikan sebagai kekuatan berpikir, yang memungkinkan seseorang menyusun pengetahuan dan berhubungan dengan kebenaran. Lihat, Musa Asy'arie, *op. cit.*, hlm. 70-71, lihat juga dalam Ibrahim Madkur, *al-Mu'jam al-Falsafi*, (Kairo: al-Hai'ah al-'Arabiyyah li Syu'un al-Mutabi', 1979), hlm. 93, juga dalam al-Ghazali, *Ilmî 'Ullûm al-Dîn*, jilid 3, (Singapura: Sulaiman Mar'i, tt), hlm. 3-4

¹⁵ *Fitrah* dipahami sebagai struktur psikhis manusia yang bukan hanya memiliki daya-daya, tetapi sebagai identitas esensial pemberi bingkai kemanusiaan bagi *al-nafs* (jiwa). Jika seluruh struktur jiwa masih berada pada ruang lingkup bingkai fitrah, maka jiwa (*al-nafs*) tersebut tidak akan kehilangan kemanusiaannya. Sebaliknya, jika daya-daya jiwa tersebut keluar dari bingkai fitrah, maka manusia akan keluar dari fitrah kemanusiaannya, baik dalam arti positif, yakni menjadi malaikat, maupun dalam arti negatif, yakni menjadi lebih jahat daripada setan atau bahkan lebih rendah daripada hewan. Lihat, Baharuddin, *Paradigma Psikologi Islami*, cet. 2, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2007), hlm. 236

¹⁶ Terkait sebagai *khalifah fi al-ardh*, lihat QS. al-Baqarah ayat 30, dan sebagai *'abd Allah*, lihat QS. al-Dzariyat ayat 51. Untuk memudahkan pengecekan lebih lanjut terkait hal ini bisa memakai kumpulan lafadz-lafadz al-Qur'an, antara lain dalam Muhammad Fu'ad 'Abd al-Baqi, *al-Mu'jam al-Mufahras li Alfîz al-Qur'ân al-Karîm*, (Beirut: Dar al-Fikr, 1987)

¹⁷ Musa Asy'arie, *op. cit.*, hlm. 151

¹⁸ Ismail Raji al-Faruqi, *Tauhid: It Implications for Thought and life (Tauhid)*, terj. Rahmani Astuti, (Bandung: Pustaka, 1988), hlm. 12

fungsi esensialnya sebagai *'abd Allah*, karenanya, harus selalu tunduk dan sesuai dengan pola ilahi.¹⁹

Agar pelaksanaan tugas *khalifah fi al-ardh* berjalan maksimal setiap muslim harus memulai dari diri sendiri, begitu juga di dalam aktualisasi fungsinya sebagai *'abd Allah*. Tidak dibenarkan seorang muslim selalu menginginkan pelaksanaan dan perubahan terjadi pada diri orang lain, sedangkan dirinya sendiri tidak berupaya untuk memberikan keteladanan. Allah swt. menegaskan bahwa orang yang hanya berkata, meminta atau menasihati orang lain agar menjadi lebih baik, sementara dirinya tidak berusaha untuk melakukannya, tetap tidak melakukan perubahan yang lebih baik, adalah termasuk orang yang amat merugi.²⁰ Adakalanya orang-orang seperti itu, yang dalam istilah Jawa "jarkoni", digambarkan sebagai *khusyub musammadah*, yakni kayu-kayu yang tersandar.²¹ Yakni, untuk menyatakan sifat mereka yang jelek, meski terkadang tubuhnya bagus dan pandai berbicara, tetapi otak mereka kosong tidak dapat memahami kebenaran.²²

Belum lagi, realisasi fungsi *khalifah fi al-ardh* dan *'abd Allah* seperti itu masih harus terkait dengan dengan motif atau niat. Keberadaan niat menjadi penentu apakah suatu aktivitas dinamai *'ibâdah* ataukah *adah*.²³ Keberadaan motif atau niat yang benar menjadi penentu pula apakah suatu aktivitas ibadah menjadi berpahala atau tidak. Misal, sama-sama berupa ibadah shalat, tetapi motif yang mendasari adalah karena *riya'*, tentu berbeda hasilnya dengan yang didasarkan pada motif *ikhlas* karena Allah.²⁴ Karena itu, dalam Islam, persoalan penilaian suatu perbuatan

¹⁹ *Ibid*.

²⁰ Teguran-teguran terhadap orang yang hanya menginginkan orang lain menjadi lebih baik, sementara dirinya sendiri tidak berusaha menjadi semakin lebih baik, bahkan masih terjebak dalam "tanpa prestasi" sepanjang perjalanan hidupnya, amatlah banyak. Di antara ayat yang terkait dengan hal ini antara lain QS. al-Shaf: 3, QS. al-Baqarah: 44.

²¹ QS. al-Munafiqun: 4

²² lihat, Departemen Agama RI, *al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Jakarta: Dirjen Bimas Islam, 2006), hlm. 810

²³ Dalam suatu riwayat disebutkan bahwa keabsahan suatu amal ibadah tergantung niat, (*innama al-'amal bi al-niyat*), lihat Imam Abu Zakariya Yahya al-Syarif an-Nawawi, *Riyadh al-shalihin*, terj. H. Salim Bahreisj, (Bandung: al-Ma'arif, 1986), hlm. 11

²⁴ Dalam surat al-Ma'un disebutkan bahwa salah satu orang yang mengerjakan shalat namun dirinya termasuk orang yang celaka adalah orang yang shalat namun didasarkan pada motif *riya'*, lihat QS. al-Ma'un: 4-7

bukan semata-mata berdasar perilaku yang tampak tetapi sekaligus juga didasarkan pada perilaku hati yang terwujud dalam niat atau motif yang mengiringi.²⁵ Etika Islam mengajarkan bahwa setiap individu kelak di kehidupan setelah mati, yakni di akhirat, akan dimintai pertanggung jawaban oleh Allah, Dzat Pemberi Hidup dan kehidupan, atas peran fungsinya sebagai *khalifah fi al-ardh* dan *'abd Allah*. Sudahkah fungsi tersebut diperankan sesuai khittah yang digariskan Allah atau belum. Sekecil apa pun usaha yang telah dilakukan akan mendapat imbalan pahala dari Allah, sebaliknya sekecil apa pun pengabaian fungsi tujuan penciptaan manusia akan mendapat balasan siksa.²⁶

Perwujudan fungsi *khalifah fi al-ardh* dan *'abd Allah* dalam wujud perilaku lahir, secara etik mudah dilakukan penilaian, karena semua terlihat dengan terang dan jelas. Sementara, penilaian perwujudannya dalam bentuk perilaku batin, secara etik susah dilakukan, sebab hal itu terkait dengan aktivitas hati atau jiwa manusia. Meski dalam psikologi telah ditemukan alat tes untuk menyingkap motif suatu perbuatan, tetap hal itu belum bisa samapai tahapan *'ain al-yaqin* dan *haqq al-yaqin*. Manusia memiliki potensi kebebasan untuk tidak mengakui apa yang telah dilakukan di hadapan orang lain yang penglihatannya tak mampu menembus gerak pikiran dan isi terdalam hatinya. Hal ini disebabkan kenyataan bahwa batas kesanggupan manusia untuk melakukan penilaian secara etik terhadap sesamanya hanya sebatas perwujudan perilaku lahir, sementara yang bisa melihat lebih jauh, dengan akurasi yang sangat tinggi, terhadap lintasan-lintasan perilaku batin hanyalah Allah dan diri bersangkutan.²⁷

Ketidaksanggupan manusia melakukan penilaian perilaku batin sesamanya menjadi penyebab ketidakmampuannya memastikan nasib orang lain di kehidupan akhirat, apakah yang bersangkutan kelak menjadi penghuni surga ataukah neraka, ataukah termasuk orang beruntung ataukah celaka (*am sa'ûdun am syaqiyyun*), serta apakah amalnya diterima ataukah ditolak oleh Allah. Kesanggupan manusia hanya se-

²⁵ lihat, QS. al-Isra': 36

²⁶ lihat QS. al-Zilzalah: 7-8

²⁷ Terkait persoalan ini, dapat dipahami ketika Umar bin Khattab diminta memutuskan suatu perkara, dirinya lantas berkata, *nahkum bi al-zhauâhir wa Allah yahkum bi al-sarâ'ir*. Ini menunjukkan bahwa Allahlah yang mampu memastikan penilaian terhadap gerak-gerik hati atau yang terlintas dalam benak pikiran seseorang, sehingga orang yang dinilai secara etik tak lagi dapat membantahnya.

batas "berharap" atau "berdoa", agar orang lain yang dinilainya menjadi penghuni surga, terhindar dari siksa neraka, dan amalnya pun diterima oleh Allah swt. Begitu juga diri pribadi seseorang, seringkali "merasa baik" dan berharap amal kebbaikannya diterima Allah. Tak satu pun seseorang mampu memastikan amal kebbaikannya diterima oleh Allah, tetapi yang ada hanya sekedar berharap.²⁸ Karena itu, yang harus dilakukan setiap manusia adalah selalu melaksanakan *muhāsabah al-nafs*, yakni melakukan introspeksi terhadap dirinya sendiri setiap saat.

Makalah ini berusaha membicarakan upaya penemuan makna hidup melalui proses *tazkiyat al-nafs*, sebagai aktualisasi *muhāsabah* terhadap perilaku batin manusia. Secara sufistik eksistensi batin, yang sering disebut dengan *al-qalb*, merupakan kunci penentu baik buruknya perilaku lahir manusia, sebagaimana sabda Nabi:

"إن في جسد الإنسان مضغة إذا صلحت صلح الجسد كله وإذا فسدت فسد
الجسد كله الا وهي القلب"²⁹

Karena itu, pemeliharaan kebersihan hati serta melakukan manajemen hati menjadi kunci keberhasilan manusia dalam mengarungi kehidupan dunia dan akhirat, menuju ridha Allah swt.

B. Makna *Tazkiyat al-Nafs*

Kata *tazkiyah* berasal dari bahasa arab, yakni *mashdar* dari *zakka* yang berarti pembersihan dan penyucian serta pembinaan dan peningkatan jiwa menuju kepada kehidupan spiritual yang tinggi. Menurut Said Hawwa, *tazkiyah* secara etimologi mempunyai dua makna, yakni *penyucian* dan *pertumbuhan*.³⁰ *Tazkiyah* dalam arti yang pertama adalah membersihkan dan mensucikan diri dari sifat-sifat tercela, sedangkan arti yang kedua, berarti menumbuhkan dan memperbaiki jiwa dengan sifat-sifat terpuji. Dengan demikian *tazkiyat al-nafs* tidak saja terbatas

²⁸ Tampaknya menarik untuk dicermati kisah tiga orang yang amalnya terlihat luar biasa di dunia, namun ternyata di akherat ditolak mentah-mentah oleh Allah.

²⁹ Al-Bukhari, *Sahih al-Bukhari*, (Semarang: Toha Putra, tt), hlm. 54

³⁰ Said Hawwa, *al-Mustakhlash fi Tazkiyat al-Anfus*, alih bahasa oleh: Aimur Rafiq Shaleh Tahmid, Lc, *Mensucikan Jiwa: Konsep Tazkiyatun Nafs Terpadu*, (Jakarta: Robbari Press, 1999), hlm. 2

pada pembersihan dan penyucian diri, tetapi juga meliputi pembinaan dan pengembangan diri.

Sedangkan menurut istilah *tazkiyat al-nafs* diartikan sebagai proses membersihkan jiwa dari kemusyrikan dan cabang-cabangnya, merealisasikan kesuciannya dengan tauhid dan cabang-cabangnya, dan menjadikan nama-nama Allah sebaik akhlaknya, disamping 'ubûdiyah yang sempurna kepada Allah.³¹ Padanan atau sinonim yang mirip dengan pengertian *tazkiyah*, adalah *tathhir* yang berasal dari kata *thahara* yang artinya membersihkan. Kata *tathhîr* atau *thahara* konotasinya adalah *membersihkan sesuatu bersifat material atau jasmani* yang bisa diketahui oleh indera-indera manusia. Misalnya, membersihkan tangan dari kotoran, baik berupa najis maupun noda-noda yang menempel pada jasmani manusia. Sedangkan kata *tazkiyah* konotasinya lebih diarahkan kepada *membersihkan sesuatu yang bersifat immaterial*. Misalnya membersihkan pikiran dari angan-angan kosong, nafsu jahat, dan sebagainya.³²

Dengan demikian, *tazkiyat al-nafs* tidak saja mengandung arti mensucikan jiwa, tetapi juga mendorongnya untuk tumbuh subur dan terbuka terhadap karunia Allah. Terjemahan yang lebih baik dalam hal ini adalah *merawat jiwa*.³³ Muhammad Abduh mengartikan *tazkiyat al-nafs* (penyucian jiwa) dengan *tarbiyat al-nafs* (pendidikan jiwa) yang kesempurnaannya dapat dicapai dengan *tazkiyat al-'aqli* (penyucian dan pengembangan akal) dari aqidah yang sesat dan akhlak yang jahat. Sedangkan *tazkiyat al-'aqli* kesempurnaannya dapat pula dicapai dengan tauhid murni.³⁴

Dalam kitab *Keajaiban Jiwa*, al-Ghazali mengartikan *tazkiyat al-nafs* (penyucian jiwa) dengan istilah *thaharat al-nafs* dan *'imarat al-nafs*. *Thaharat al-nafs* berarti pembersihan diri dari sifat-sifat tercela dan *'imarat al-nafs* dalam arti memakmurkan jiwa (pengembangan jiwa) dengan sifat-sifat terpuji. Kalau orang sudah sampai melakukan proses tersebut, dapatlah ia sampai pada tingkatan jiwa *muthmainnah* dan bebaslah ia dari pengaruh hawa nafsu.³⁵

³¹ *Ibid*, hlm. 173

³² M. Solihin, *op. cit.*, hlm. 232-233

³³ *Ibid*.

³⁴ Muhammad Rasyid Ridha, *Tafsîr al-Manâr*, juz 4, (Mesir: Maktabat al-Qahirat), hlm. 222-223

³⁵ *Ibid*, Juz 8, hlm. 17

Para sufi mengartikan *tazkiyat al-nafs* dengan *takhalliyat al-nafs* dan *tahliyat al-nafs* dalam arti melalui latihan jiwa yang berat mengosongkan diri dari akhlak tercela, dan mengisinya dengan akhlak terpuji serta sampai pada usaha kerelaan memutuskan segala hubungan yang dapat merugikan kesucian jiwa dan mempersiapkan diri untuk menerima pancaran nur Ilahi (*tajalli*). Dengan bebasnya jiwa dari akhlak tercela dan penuh dengan akhlak terpuji, maka orang mudah mendekatkan diri kepada Allah dalam arti kualitas, serta memperoleh nur-Nya, kemuliaan dan kesehatan mental dalam hidup.³⁶

C. *Maqâmat* dan Proses *Tazkiyat al-Nafs*

Secara harfiah *maqâmat* (tingkatan) berasal dari bahasa arab yang berarti tempat orang berdiri atau pangkat mulia.³⁷ Istilah ini selanjutnya digunakan untuk arti sebagai jalan panjang yang harus ditempuh oleh seorang sufi untuk berada dekat dengan Allah.³⁸ *Maqâmat* merupakan sisi-sisi iman, dimana hati menduduki pada tiap-tiap sisi tersebut. Akan tetapi menurut al-Tirmidzi *maqâmat* merupakan derajat atau tingkatan yang dinaiki untuk mencapai tujuan tertinggi di dalam menuju Allah swt.³⁹ Al-Qusyairi di dalam kitabnya berkata, *maqâmat* adalah kondisi yang dicapai oleh seorang hamba, dimana hati seorang hamba itu berada di dalamnya dan merasakan apa yang dialaminya dalam bentuk *adab*.⁴⁰ Untuk mencapai hal tersebut diperlukan sebuah permohonan disertai usaha yang sulit. Maka dari itu, *maqâm* bagi tiap-tiap orang adalah tempat dimana hati seseorang berada dan itu dicapai dengan *riyâdhah*. Menurut al-Sarraj, yang dimaksud *maqâmat* ialah tingkatan seorang hamba di hadapan Allah dalam hal ibadah, mujahadah, dan

³⁶ Mustafa Zahri, *Kunci Memahami Ilmu Tasawuf*, (Surabaya: Bina Ilmu, 1984), hlm. 45

³⁷ Mahmud Yunus, *Kamus Bahasa Arab Indonesia*, (Jakarta: Hidakarya Agung, 1990), hlm. 362

³⁸ Harun Nasution, *Falsafah dan Mistisme dalam Islam*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1983), hlm. 62

³⁹ Amir An-Najjar, *Al-Ilmu art-Nafsi as-Sufiyah*, diterjemahkan oleh Hasan Abrori dengan judul: *Ilmu Jiwa dalam Tasawuf: Studi Komparatif dengan Ilmu Jiwa Kontemporer*, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2000), hlm. 224

⁴⁰ *Ibid.*

riyâdhah serta pemusatan diri kepada Allah swt. yang ia tempatkan kepada-Nya.⁴¹

Dengan demikian, *maqâm* di kalangan kaum sufi merupakan jalan yang dapat mengantarkan seseorang untuk memperoleh ma'rifat (mengetahui) Allah. Namun demikian mereka berbeda pendapat mengenai jumlah dan perincian *maqâmat*. Muhammad al-Kalabazy dalam kitabnya *al-Ta'aruf li Mazhab Ahl al-Tasawuf*, sebagaimana dikutip oleh Harun Nasution, mengatakan bahwa *maqâmat* itu jumlahnya ada sepuluh, yaitu *taubat, zuhud, sabar, faqr, tawadhu' taqwa, tawakkal, ridha', mahabbah, dan ma'rifat*.⁴² Menurut Abu Nashr al-Siraj al-Thusi ada tujuh *maqâmat*, yaitu *taubat, wara', zuhud, fakir, sabar, tawakkal, dan ridha'*.⁴³ Sedangkan menurut Abu Thalib al-Maliki membagi sembilan *maqâmat*, yaitu *taubat, sabar, syukur, harap, takut, zuhud, tawakkal, ridha', dan mahabbah*.⁴⁴ Dalam kitab *Ihya' 'Ulumu al-Din* al-Ghazali menjelaskan lebih dari sepuluh *maqâmat*, yaitu *taubat, sabar, syukur, harap, takut, zuhud, tawakkal, cinta, rindu, intim, dan ridha'*.⁴⁵

Berdasarkan pendapat tersebut terlihat variasi penyebutan jumlah dan rincian *maqâmat* yang berbeda-beda, namun ada *maqâmat* yang oleh mereka disepakati, yaitu *taubat, zuhud, wara', faqr, sabar, tawakkal, dan ridha'*. Sedangkan *tawadhu', mahabbah, dan ma'rifat* oleh mereka tidak disepakati sebagai *maqâmat*. Terhadap tiga istilah ini, sebagian ahli tasawuf menyebutnya sebagai *maqâmat*, dan sebagian lain menyebutnya sebagai *hâl* dan *ittihâd* (tercapainya kesatuan wujud rohaniah dengan Tuhan).

Menurut Ziauddin Sardar, proses *tazkiyah* itu dapat dilakukan melalui 6 instrumen, yaitu *dzikir* (ingat kepada Allah), *'ibadah* (pemujaan kepada Allah), *taubat* (mencari pengampunan Allah), *shabr* (semangat ketekunan), *muhâsabah* (kritik diri), dan *do'a* (permohonan).⁴⁶ Menurut Abu 'Abd al-Barra' Sa'ad Ibn Muhammad al-Takhisi, proses *tazkiyah*

⁴¹ M. Chatib Quswan, *Mengenal Allah: Mengenal Studi Ajaran Tasawuf Syaikh Abdus Samad al-Palimbani*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1985), hlm. 52

⁴² Harun Nasution, *op. cit.*, hlm. 62

⁴³ Simuh, *Tasawuf dan Perkembangannya dalam Islam*, (Jakarta: Raja Grafindo Pustaka, 1996), hlm. 49

⁴⁴ M. Chatib Quswan, *op. cit.*, hlm. 52

⁴⁵ Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum al-Din*, Juz IV, hlm. 3-345

⁴⁶ Ziauddin Sardar, *Rekayasa Masa Depan peradaban Islam*, diterjemahkan oleh Rahman Astuti, (Bandung: Pustaka, 1987), hlm. 279

nafs dilakukan melalui proses yang disebutnya dengan *wasilah*, yaitu hubungan personal dengan Allah. Proses itu mencakup 5 hal. *Pertama*, melalui pintu 'ubudiyah mahdah secara ikhlas. Hal ini tercermin melalui ketundukan, kepatuhan, dan merasa butuh kepada Allah. *Kedua*, memperbagus ibadah, ini merupakan *wasilah* terpenting dalam tazkiyah nafs dalam meningkatkan nafs di sisi Allah. *Ketiga*, menerima kitab Allah dengan menghafal, membaca, *tadabbur*, memahami, memegang teguh apa yang diharamkan dan diharamkannya, serta mengambil pelajaran dari kisah-kisahannya untuk bekal kehidupan sehari-hari. *Keempat*, memahami sejarah Nabi dan mengikuti petunjuknya. *Kelima*, *muhāsabah* (introspeksi) terhadap segala kekurangan dan kelebihanannya.⁴⁷

Terkait proses pelaksanaan *tazkiyah al-nafs*, al-Ghazali lebih memusatkan pembahasan *dzikir* sebagai sarana *tazkiyah al-nafs*. Menurutnya *dzikir* dapat dikelompokkan kepada 4 macam. *Pertama*, menyatakan keesaan Allah (*tahlīl*). *Kedua*, mengagungkan nama-Nya (*tasbīh*). *Ketiga*, memohon ampunannya (*istighfār*). *Keempat*, memuji dzat Allah (*tahmūd*). Dari semuanya ini, yang pertama adalah yang paling terbaik. Lebih lanjut ia menguraikan ada 4 tingkatan *dzikir*. *Pertama*, memuji Allah dengan lidah sementara pikiran melayang-layang. Ini adalah *dzikir* yang paling rendah, sebab *dzikir* seperti ini tidak memberikan pengaruh apa-apa pada jiwa. *Kedua*, *dzikir* yang dibarengi dengan upaya, tetapi tetap menemukan kesukaran, jika upaya tidak dilakukan, maka perhatian (konsentrasi) akan hilang. *Ketiga*, pikiran tetap terpaku pada *dzikir*, sehingga tidak mudah teralihkan. *Keempat*, adalah *dzikir* yang ditandai dengan yang dipuji yaitu Allah telah menguasai nafs seluruhnya, sehingga pikiran tidak menyadari lagi perbuatan *dzikir* tersebut.⁴⁸ Melalui proses tazkiyah nafs, diharapkan nafs menjadi bersih dan suci. Selanjutnya ia akan memperoleh keberuntungan dan ia akan disapa oleh Allah dengan sapaan yang lembut untuk datang keharibaan-Nya.

D. Berbagai Penyakit dan Penghalang *Tazkiyat al-Nafs*

Proses *tazkiyat al-nafs* tidak bisa dihindarkan dari berbagai penyakit dan penghalang, yang seringkali tanpa disadari mampu menghancurkan capaian-capaian yang telah dihasilkan. Bahkan, keberadaan be-

⁴⁷ Abd al-Barra' Sa'ad Ibn Muhammad al-Takhisi, *Tazkiyah Nafs*, diterjemahkan oleh Muqimuddin Saleh (Solo: Pustaka Mantiq, 1996), hlm. 106-115

⁴⁸ M. Abu al-Qasim, *Etika al-Ghazali*, diterjemahkan oleh J. Muhyiddin, (Bandung: Pustaka, 1988), hlm. 236-237

berapa penyakit dan penghalang tersebut acap kali membuat proses *tazkiyat al-nafs* tidak membuahkan hasil apa-apa. Karena itu, mengenali berbagai jenis penyakit dan penghalang bagi proses *tazkiyat al-nafs* menjadi sangat penting. Apalagi dalam proses beribadah kepada Allah, proses *tazkiyat al-nafs* sangat diperlukan agar ibadah yang dikerjakan diterima oleh Allah swt.

Al-Ghazali menjelaskan bahwa seseorang yang berusaha menapaki perjalanan ibadah kepada Allah harus selalu memperhatikan berbagai hal yang berpengaruh di setiap tahapan. Ada tujuh tahapan beribadah yang mesti diperhatikan, agar pelaksanaannya menjadi baik dan sempurna. *Pertama*, 'aqabah al-ilm, berupa berbagai pengetahuan terkait tata-cara pelaksanaan suatu ibadah serta berbagai hal yang terkait, *kedua*, 'aqabah al-taubat, yakni menyesali kesalahan yang telah terjadi dan tidak akan mengulanginya lagi, *ketiga*, 'aqabah al-'awa'iq, yakni waspada terhadap berbagai hal yang mencelakakan seseorang seperti kesenangan dunia, makhluk, setan, dan nafsu, *keempat*, 'aqabah al-'awarid, yakni berbagai hal yang menghampiri diri seseorang seperti rezeki, keinginan-keinginan yang membingungkan, *qadha'*, dan berbagai musibah, *kelima*, 'aqabah al-bawa'its, yakni dorongan atau motif-motif yang menggerakkan seseorang beribadah, *keenam*, 'aqabah al-qawadhi, yakni segala sesuatu yang menyebabkan berbagai amal kebajikan tertolak oleh Allah, dan *ketujuh*, 'aqabah al-hamd wa al-syukr.⁴⁹

Anas Ahmad Karzon, dalam bukunya *Tazkiyat al-nafs*, menyebutkan bahwa akar berbagai penyakit jiwa yang kerap kali menjadi penyebab bertambah parahnya penyakit mental dan syaraf adalah keraguan (*syubhat*) dan keinginan (*syahwat*).⁵⁰ Penyakit *syubhat* mampu menyebabkan hati mengikuti prasangka, sementara penyakit *syahwat* bisa membuat hati mau mengikuti hawa nafsu.⁵¹ Keraguan (*syubhat*) yang merasuk ke dalam akal pikiran, jika ia sejalan dengan hawa nafsu, maka ia akan merembes dan mengambil jalan menuju hati. Selanjutnya ia akan menjadi *syubhat* jiwa, dan bukan lagi semata-mata *syubhat* akal, yang pengaruhnya lebih dalam dan berbahaya. Keraguan (*syubhat*) yang

⁴⁹ Al-Ghazali, *Minhaj al-'Abidin*, (Syirkah al-Nur Asia, tt.), hlm. 6-94

⁵⁰ Anas Ahmad Karzon, *Tazkiyatun Nafs*, terj. H. Emiel Threeska, M.A., (Jakarta: Akbarmedia, 2010), hlm. 202

⁵¹ Ibn Qayyim al-Jauziyah, *ar-Rûh*, (Beirut Dar al-Fikr, 1992), hlm. 237

masuk ke dalam hati seperti itu akan menimbulkan berbagai penyakit jiwa seperti *syirik, kemunafikan, dan bid'ah*.⁵²

Adapun berbagai penyakit yang disebabkan oleh syahwat amatlah banyak, tergantung pada jenis atau macam syahwat yang ada. Karzon membagi syahwat ke dalam empat macam, yakni syahwat cinta diri dan kedudukan, syahwat cinta harta, syahwat perut, dan syahwat kemaluan.⁵³ Pada dasarnya keberadaan syahwat-syahwat tersebut adalah baik, karena hal itu merupakan insting fitrah yang dengannya jiwa manusia menyukai dan cenderung kepadanya.⁵⁴ Namun, keberadaan syahwat tersebut akan berbahaya jika ia tidak dijaga dan dikendalikan dengan baik dan benar. Syahwat cinta diri dan kedudukan, jika tidak dijaga dengan baik dan benar, dapat memunculkan berbagai penyakit seperti, *riya', sombong dan merasa lebih hebat dari orang lain, kagum pada diri sendiri dan cinta pujian manusia, egoism (ananiyah), kikir (syuht), dan dengki (hasd), sering marah, dan merasa rendah diri dan hina*.⁵⁵ Syahwat cinta harta yang melampaui batas akan melahirkan penyakit-penyakit seperti *memalingkan diri dari ketaatan kepada Allah dan terjerumus ke dalam maksiat, kikir dan rakus, serta rasa takut dan gelisah*.⁵⁶ Syahwat perut, bila tidak dikendalikan dengan baik, bisa menimbulkan berbagai penyakit seperti *mengabaikan halal haram, banyak makan dan minum hingga kekenyangan dan berlebihan, munculnya jiwa tamak dan materialistis, banyak tidur, dan mudah terjangkit berbagai macam penyakit fisik*.⁵⁷ Adapun syahwat kemaluan, bila

⁵² Penyakit syirik akan menyebabkan manusia terjerumus pada perbuatan mempersekutukan Allah atau menyalahi prinsip tauhid yang benar. Jelas hal ini akan menjadi penyebab tertolakannya seluruh kebaikan di mata Allah swt. Penyakit nifaq akan melahirkan karakter hipokrit, serta ketidaksesuaian antara apa yang terungkap lewat kata-kata atau perbuatan dengan yang terdapat dalam isihati atau pikiran. Sikap seperti ini akan memudahkan yang bersangkutan untuk berbuat menipu, baik dalam persoalan akidah atau keyakinan atau amal perbuatan. Sedangkan penyakit bid'ah akan menyebabkan seseorang gemar menjauh dari jalan petunjuk yang benar serta cenderung sembrono dalam urusan hukum. Lihat, Anas Ahmad Karzon, *op. cit.*, hlm. 215-233

⁵³ Anas Ahmad Karzon, *op. cit.*, hlm. 238

⁵⁴ Anas Ahmad Karzon, *ibid.*, hlm. 236, lihat juga Quraish Sihab terkait penafsiran QS. Ali Imran ayat 14 dalam Quraish Sihab, *Tafsir al-Misbah*, jilid 2, (Jakarta: Lentera hati, 2002), hlm. 32

⁵⁵ Anas Ahmad Karzon, *ibid.*, hlm. 240-249

⁵⁶ *Ibid.*, hlm. 251-257

⁵⁷ *Ibid.*, hlm. 259-262

tidak dijaga dan diarahkan dengan baik dan benar, dapat menimbulkan beberapa penyakit seperti *keras hati dan lemah iman*, sehingga yang bersangkutan tidak lagi takut dosa dan bahaya zina, *sering terjerumus pada kemaksiatan*,⁵⁸ dan *kehilangan rasa malu*.⁵⁹

Itulah berbagai penyakit yang dapat mempengaruhi proses *tazkiyat al-nafs*, selain itu masih terdapat berbagai penghalang yang juga berpengaruh pada proses tersebut.⁶⁰ Di antara beberapa hal yang dapat mempengaruhi proses *tazkiyat al-nafs*, adalah *pengaruh setan dan pengaruh keluarga dan masyarakat*. Setan dapat merusak jiwa melalui pengaruh-pengaruhnya antara lain seperti dengan *memperdaya hawa nafsu dan penyakit hati, menghias dan memperdayainya, menyesatkan secara bertahap, meniupkan tipuan psikologis berupa rintangan, kesempurnaan palsu, atau kelebihan salah satu sisi tetapi merugikan sisi lainnya*.⁶¹ Adapun pengaruh yang ditimbulkan oleh keluarga atau masyarakat antara lain berupa *penyakit tradisi meniru yang salah atau hal yang tidak baik*.⁶² Keluarga atau masyarakat yang terbiasa dengan tradisi tidak baik akan menyebabkan seseorang merasakan kesulitan untuk melepaskan diri, serta kesulitan untuk membedakan antara yang benar dan yang batil.

E. Beberapa Buah Proses *Tazkiyat al-Nafs*

Harus diakui bahwa praktek pelaksanaan proses *tazkiyat al-nafs* tersebut adakalanya terkadang dilakukan dalam batas-batas yang ekstrim hingga melahirkan suatu tradisi yang terbilang bid'ah, meski harus di-

⁵⁸ Ibnu Qayim al-Jauziyah berkata, "Maksiat menumbuhkan maksiat serupa dan melahirkan kemaksiatan lainnya, hingga sukar bagi seorang hamba untuk berpisah dan keluar darinya. Dan akhirnya menjadi kondisi yang menetap dan sifat pokok yang melekat dan tertanam kokoh. Jika seorang pelaku kejahatan menghentikan kemaksiatan dan menjalankan ketaatan, dadanya pun akan terasa terhimpit sesak, sehingga ia akan kembali melakukannya. Bahkan banyak orang fasik yang ketika melakukan kemaksiatan, imannya sudah tidak lagi berfungsi, juga tidak ada yang dapat memaksanya untuk kembali bertobat kecuali hanya perasaan sakit saat berpisah dengan kemaksiatan itu". Lihat, Ibnu Qayim al-Jauziyah, *al-Jawab al-Kafi*, (Beirut: Dar al-Fikr, 1991), hlm. 73-74

⁵⁹ Anas Ahmad Karzon, *op. cit.*, hlm. 268

⁶⁰ Perbedaan antara "penyakit" dan "penghalang" adalah, penyakit datang dari dalam jiwa, sedangkan penghalang adalah hal-hal eksternal yang mempengaruhi jiwa dan menghalangi proses penyuciannya dengan memanfaatkan titik-titik lemah padanya. Lihat, Anas Ahmad Karzon, *ibid.*, hlm. 279

⁶¹ *Ibid.*, hlm. 281-287

⁶² *Ibid.*, hlm. 293-295

katakan bahwa tidak setiap bid'ah selalu bisa dikatakan jelek atau sesat.⁶³ Proses *tazkiyat al-nafs* yang ekstrim seperti itu biasanya terdapat dalam praktek sebagian kaum sufi, misalnya pembersihan diri dilakukan hingga dalam bentuk *penyiksaan diri, memiskinkan diri, kerahiban, atau mengasingkan diri* dengan membiarkan orang lain bersusah-payah menghadapi problematika kehidupan yang keras. Meski cara-cara yang ekstrim seperti ini sebenarnya bukan saja sering dianggap bertentangan dengan tekstualitas normatif Islam, tetapi juga tidak sesuai dengan paham ajaran tasawuf yang sesungguhnya. Ajaran tasawuf tidak identik dengan ajaran penyiksaan diri, kemiskinan, atau lari dari tanggung jawab dengan cara ber-*uzlah* atau mengasingkan diri.⁶⁴ Tasawuf mengajarkan tanggung jawab terhadap diri, vertikal, dan horizontal. Karena itu, ajaran tasawuf tidak bisa dilepaskan dari konteks sosialnya.

Pastinya, proses *tazkiyat al-nafs* tersebut akan menghasilkan buah manis berupa capaian kebahagiaan kehidupan di dunia maupun kebahagiaan serta keselamatan di akhirat.⁶⁵ Ini tak lain merupakan cita-cita setiap umat Islam, yang selalu menginginkan hidupnya bahagia di dunia dan akhirat serta selamat dari api neraka, sebagaimana do'a yang sering dipanjatkan, "*rabbanâ âtinâ fi al-dunyâ hasanah wa fi al-âkhirah hasanah wa qinâ 'adzâb al-nâr*".

Beberapa hasil berupa kebahagiaan dunia yang akan diraih oleh orang yang melakukan *tazkiyat al-nafs*, antara lain berupa:

1. Kebahagiaan individu, yakni berupa perolehan manisnya iman,⁶⁶ kerelaan mengorbankan jiwa dan harta di jalan Allah swt, kemuliaan jiwa atau harga diri,⁶⁷ jiwanya menjadi merasa kaya,⁶⁸ ketenangan

⁶³ Lihat Abdullah Syamsul Arifin, *Membongkar kebohongan Buku "Mantan Kiai NUI Menggugat Shalawat dan Dzikir syirik"*, (Surabaya: Kalista, 2008), hlm. 70-78

⁶⁴ Lihat, Abu al-Wafa' al-Taftazani, *Sufi dari Zaman ke Zaman*, terj. Ahmad Rafi' Utsmani, (Bandung: Pustaka, 1995), hlm. 40-45, lihat juga dalam Abi Bakar al-Dimyathi, *Kifayah al-Atqiyâ' wa Minhâj al-Ashfiyâ'*, (Semarang: Toha Putra, tt.), hlm. 20 dan 115

⁶⁵ Anas Ahmad Karzon, *op. cit.*, hlm. 330

⁶⁶ Dalam sebuah riwayat disebutkan, bahwa Nabi bersabda:

"ثلاث من كن فيه وجد بهن حلاوة الإيمان أن يكون الله ورسوله أحب إليه مما سواهما، وأن يحب المرء لا يحبه إلا الله وأن يكره أن يعود في الكفر بعد أن أنقذه الله منه كما يكره أن يقذف في النار." متفق عليه.

⁶⁷ Lihat QS. Fathir: 10

jiwa,⁶⁹ jiwa yang mulia dan cita-cita yang tinggi, akhlak yang baik, kehidupan yang baik,⁷⁰ hikmah dan firasat, dan kesehatan tubuh.

2. Kebahagiaan masyarakat, yakni berupa perolehan persaudaraan dan cinta (*al-ukhuwah wa al-mahabbah*), saling menanggung dan mengasihi, mendapat keamanan dan tercegah dari kriminalitas, dan mendapatkan kemuliaan dan pemantapan.

Capaian proses *tazkiyat al-nafs* seperti itu tentu akan melahirkan sosok-sosok manusia yang berkualitas, yang tidak hanya bermanfaat bagi diri bersangkutan, tetapi sekaligus sangat dibutuhkan oleh orang-orang yang berada di sekitar. Dunia yang dipenuhi oleh orang-orang yang memiliki kualitas hidup seperti ini tentu akan terpancar kemakmuran dan kedamaian yang bisa dirasakan oleh semua penghuninya, karena di dalamnya dihuni oleh orang-orang yang baik.

Adapun perolehan kebahagiaan di akhirat, antara lain berupa:

1. Kebahagiaan menjelang kematian (*sakarāt al-maut*)
2. Kebahagiaan di alam kubur
3. Kebahagiaan di hari pengumpulan (*yaum al-hasyr*), perhitungan (*yaum al-hisab*), dan saat melewati jembatan (*al-shirath*)
4. Kebahagiaan besar dengan meraih surga dan melihat wajah Allah swt.

Capaian kebahagiaan di akhirat seperti ini lebih banyak bersifat individual, yakni tercapainya kebahagiaan dan keselamatan diri dari berbagai ancaman siksaan yang ada di kehidupan akhirat. Hakekat kehidupan di akhirat merupakan kehidupan abadi yang didalamnya dipenuhi tanggung jawab etik individual dihadapan Allah swt. semata. Masing-masing orang mempertanggung-jawabkan amal pribadinya di hadapan Allah. Tak ada lagi satu orang pun yang sanggup memberikan pertolongan, kecuali atas izin dari Allah. Proses perjalanan menuju

⁶⁹ Hakekat kekayaan bukanlah banyaknya harta, karena banyak orang yang hartanya melimpah yang bersangkutan tidak merasa bahagia atau kaya. Sesungguhnya orang seperti ini adalah miskin karena ambisinya yang berlebihan, hingga hatinya dipenuhi rasa tamak dan rakus. Hakekat kaya adalah kekayaan jiwa, yakni merasa cukup dan ridha terhadap pemberian Allah swt. kepadanya. Ia akan mendapatkan kekayaan pada jiwa saat jiwanya suci dan ridha terhadap ketentuan Allah swt. dan menyerahkan urusan sepenuhnya kepada-Nya. Lihat, Anas Ahmad Karzon, *op. cit.*, hlm. 342

⁶⁹ QS. al-Ma'arij: 19-30

⁷⁰ QS. Thaha: 123-127. Juga QS. al-Nahl: 97

kehidupan akhir seperti itupun merupakan kebenaran yang pasti dan setiap manusia akan mengalaminya. Karena itu, perolehan kebahagiaan dan keselamatan diri di kehidupan akhirat seperti itupun mutlak diperlukan.

F. Kesimpulan

1. *Tazkiyat al-nafs* diartikan sebagai proses membersihkan jiwa dari kemusyrikan dan cabang-cabangnya, merealisasikan kesuciannya dengan tauhid dan cabang-cabangnya, dan menjadikan nama-nama Allah sebaik akhlaknya, disamping *ubudiyah* yang sempurna kepada Allah.
2. Pelaksanaan *tazkiyah* dapat dilakukan melalui berbagai macam kegiatan ibadah, seperti dengan *dzikr* (ingat kepada Allah), *'ibadah* (pemujaan kepada Allah), *taubat* (mencari pengampunan Allah), *shabr* (semangat ketekunan), *muḥâsabah* (kritik diri), dan *do'a* (permohonan).
3. Mengenali berbagai jenis penyakit dan penghalang bagi proses *tazkiyat al-nafs* menjadi sangat penting. Terdapat akar berbagai penyakit jiwa yang dalam banyak hal bisa menjadi penyebab bertambah parahnya penyakit mental dan syaraf, yaitu penyakit keraguan (*syubhat*) dan keinginan (*syahwat*). Sementara penghalang bagi proses *tazkiyat al-nafs* terkadang berasal dari *pengaruh setan* atau dari *keluarga dan masyarakat*.
4. Hasil dari proses *tazkiyat al-nafs* berupa kebahagiaan di dunia dan akhirat.[]

DAFTAR PUSTAKA

- al-Baqi, Muhammad Fuad 'Abd, *al-Mu'jam al-Mufahras li Alfâzh al-Qur'ân al-Karim*, Beirut: Dar al-Fikr, 1987.
- al-Dimyathi, Abi Bakar, *Kifayat al-Atqiya' wa Minhâj al-Ashfiyâ'*, Semarang: Toha Putra, tt.
- al-Faruqi, Ismail Raji, *Tawhid: It Implications for Thuoght and life (Tauhid)*, terj. Rahmani Astuti, Bandung: Pustaka, 1988.
- al-Ghazali, *Ityâ' 'Ullûm al-Dîn*, jilid 3, Singapura: Sulaiman Mar'i, tt.
- Al-Ghazali, *Minhâj al-'Âbidîn*, Syirkah al-Nur Asia, tt.
- al-Jauziyah, Ibn Qayyim, *al-Rûh*, Beirut: Dar al-Fikr, 1992.
- al-Jauziyah, Ibnu Qayim, *al-Jawâb al-Kâfi*, Beirut: Dar al-Fikr, 1991.

- Al-Qasim, M. Abu, *Etika al-Ghazali*, diterjemahkan oleh J. Muhyiddin, Bandung: Pustaka, 1988.
- al-Razi, Fakh al-Din Muhammad, *Tafsîr al-Fakhr al-Râzi*, jilid 16, cet. 3, Beirut: Dar al-Fikr, 1985.
- al-Taftazani, Abu al-Wafa', *Sufi dari Zaman ke Zaman*, terj. Ahmad Raofi utsmani, Bandung: Pustaka, 1995.
- An-Najjar, Amir, *al-Ilmu al-Nafi al-Sufiyah*, diterjemahkan oleh Hasan Abrori dengan judul: *Ilmu Jiwa dalam Tasawuf: Studi Komparatif dengan Ilmu Jiwa Kontemporer*, Jakarta: Pustaka Azzam, 2000.
- an-Nawawi, Imam Abu Zakariya Yahya al-Syarf, *Riyadh al-shalihin*, terj. H. Salim Bahreisj, Bandung: al-Ma'arif, 1986.
- Arifin, Abdullah Syamsul, *Membongkar kebohongan Buku "Mantan Kiai NU Menggugat Shalawat dan Dzikir Syirik"*, Surabaya: Kalista, 2008.
- Asy'arie, Musa, *Manusia Pembentuk Kebudayaan dalam al-Qur'an*, Yogyakarta: Lembaga Studi Filsafat Islam, 1992.
- At-Takhisi, Abd Al-Barra' Sa'ad ibn Muhammad, *Tazkiyah Nafs*, diterjemahkan oleh Muqimuddin Saleh, Solo: Pustaka Mantiq, 1996.
- Baharuddin, *Paradigma Psikologi Islami*, cet. 2, Yogyakarta: Pustaka pelajar, 2007.
- Chittick, William C., *Sufism: a Short Introduction*, diterjemahkan Zaimul, *Tasawuf di Mata Kaum Sufi*, Bandung, Mizan, 2002.
- Departemen Agama RI, *al-Qur'an dan Terjemahannya*, Jakarta: Dirjen Bimas Islam, 2008.
- Descartes, Rene, *Discourse of Method (Diskursus Metode)*, terj. Ahmad Farid Ma'ruf, Yogyakarta: IRCiSoD, 2003.
- Eliade, Mircea, *The Sacred and the Profane: The Nature of Religion*, New York: Harcourt, Brace & World. Inc., 1959.
- Gazalba, Sidi, *Sistematika Filsafat*, Jakarta: Bulan Bintang, 1986.
- Ibn Manzur, *Lisan al-'Arab*, jilid 4, Mesir: Dar al-Misriyah li al-Ta'lif wa al-Tarjamah, 1968.
- Karzon, Anas Ahmad, *Tazkiyah al-Nafs*, terj. H. Emiel Threeska, M.A., Jakarta: Akbarmedia, 2010.
- Madkur, Ibrahim, *al-Mu'jam al-Falsafi*, Kairo: al-Hai'ah al-'Amah li Syu'un al-Mutabi', 1979.
- Nasution, Harun, *Falsafah dan Mistisme dalam Islam*, Jakarta: Bulan Bintang, 1983.

- Quswan, M. Chatib, *Mengenal Allah: Mengenal Study Ajaran Tasawuf Syaikh Abdus Samad al-Palimbani*, Jakarta: Bulan Bintang, 1985.
- Ridha, Muhammad Rasyid, *Tafsir al-Manar*, juz 4, Mesir: Maktabat al-Qahirat. Said Hawwa, *al-Mustakhlash fi Tazkiyatil Anfus*, alih bahasa oleh: Ainur Rafiq Shaleh Tahmid, Lc, *Mensucikan Jiwa: Konsep Tazkiyatun Nafs Terpadu*, Jakarta: Robbani Press, 1999.
- Sardar, Ziauddin, *Rekayasa Masa Depan Peradaban Islam*, diterjemahkan oleh Rahman Astuti, Bandung: Pustaka, 1987.
- Sartre, Jean Paul, "Eksistensialisme is Humanism" dalam buku *Existentialism from Dostoevsky to Sartre*, ed. Walter Kaufmann, New York: World Publishing, 1956.
- Sihab, Quraish, *Tafsir al-Misbah*, jilid 2, Jakarta: Lentera hati, 2002.
- Simuh, *Tasawwuf dan Perkembangannya dalam Islam*, Raja Grafindo Pustaka, Jakarta, 1996.
- Stevenson, Leslie & David L. Haberman, *Ten Theories of Human Nature (Sepuluh Teori Hakekat Manusia)*, terj. Yudi Santoso dan Saut Pasaribu, Yogyakarta: Yayasan bentang Budaya, 2001.
- Sulton, Muhammad, *Desain Ilmu Dakwah: Kajian ontologis, Epistemologis, dan Aksiologis*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003.
- Titus, Harold H. Et.all, *Living Issues in Philosophy (Persoalan-Persoalan Filsafat)*, terj. Prof. Dr. H.M. Rasjidi, Jakarta: Bulan Bintang, 1984.
- Yunus, Mahmud, *Kamus Bahasa Arab Indonesia*, Jakarta, Hidakarya Agung, 1990.
- Zahri, Mustafa, *Kunci Memahami Ilmu Tasawuf*, Surabaya, Bina Ilmu, 1984.