

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tuhan menciptakan ruh sebelum segala sesuatu yang bersifat materi, lalu Dia mengirim ruh tadi ke bumi dengan muatan daya-daya emosional, pikiran, dan tenaga sebagaimana yang terangkum dalam empat elemen dasar bumi, yaitu tanah, air, udara, dan api. Pada dataran ini, ruh masih bersifat sempurna dan patuh pada Tuhan. Namun, begitu tergabung dengan bentuk materi, ruh memiliki ketertarikan yang tinggi terhadap unsur-unsur dan hal-hal yang bersifat duniawi daripada ketundukannya kepada Tuhan¹.

Pudarnya ketundukan kepada Tuhan merupakan suatu perkara yang serius dalam proses perjalanan kehidupan manusia. Kehilangan arah, kekosongan hidup, ketidakteraturan sikap dan perilaku, untuk menyebutkan beberapa, adalah sejumlah pengalaman yang datang silih-berganti pada jiwa-jiwa yang jauh dari Tuhan. Oleh karena itu upaya-upaya yang mengarah pada pengembalian kesadaran bertuhan merupakan fenomena yang selalu muncul dari waktu ke waktu di sepanjang sejarah. Dalam hal ini dan sebagai salah satu faktor terkuat dalam kehidupan manusia, semua agama di dunia, termasuk Islam melalui tasawufnya dan Kristen melalui mistisismenya, memiliki caranya sendiri dalam menghadapi usaha tersebut.

Tasawuf merupakan bagian dari khazanah spiritual dan intelektual agama Islam yang sangat terkenal dengan ajaran-ajaran yang dapat mensucikan jiwa, menjernihkan akhlak, membangun kekuatan lahir dan batin serta memperoleh kebahagiaan duniawi dan ukhrawi. Konteks tersebut bisa difahami karena sejatinya tasawuf memang erat hubungannya dengan konsep-konsep yang dibangun dari beberapa kata yang disinyalir sebagai asal-muasal istilah 'tasawuf', yaitu kata *ṣafā* yang melambangkan kejernihan dan kesucian hati; kata *ṣūf* (bulu domba) yang menunjukkan kesederhanaan sikap, perilaku dan kehidupan; kata *ṣuffah* (serambi)

¹ Ainur Rofiq, "Tasawuf dan Kesehatan Dalam Pribadi Manusia", *Jurnal Ummul Quro*, Vol. 7 No. 1, 2016, Hal. 99-116.

yang mengandung muatan cinta pada rumah Allah; dan kata *ṣāf* (barisan) yang menunjukkan keharmonian hati dalam ibadah².

Tasawuf membicarakan tentang hubungan jiwa dan badan dalam rangka mencapai keserasian di antara keduanya. Namun perlu digarisbawahi bahwa penekanan tasawuf terhadap unsur-unsur kejiwaan tidak menjadikan khazanah Islam ini abai terhadap unsur-unsur jasmaniah. Alasannya, sebagaimana jasmani memerlukan rohani untuk hidup, maka rohani manusia juga sangat memerlukan jasmani agar dapat beribadah dan menjalankan statusnya sebagai khalifah Allah di muka bumi. Maka dari itu, kedua unsur jasmani dan rohani memiliki tempatnya masing-masing dalam tasawuf dan merupakan suatu perpaduan yang diyakini dapat mewujudkan keseimbangan dan keselarasan hidup.

Krisis jiwa atau mental yang menimpa manusia modern sering terjadi karena terhalangnya seseorang dari apa yang diinginkannya, atau karena krisis mental yang dipengaruhi oleh lingkungannya. Dalam khazanah tradisi intelektual Islam, pengentasan masalah kejiwaan atau mental biasanya didekati melalui ajaran tasawuf. Ini bisa difahami karena melihat pada substansinya ajaran yang satu ini secara definitif dikenal sebagai suatu disiplin yang berorientasi pada kesehatan jiwa, terutama melalui pembahasan *al-maqāmāt al-rūḥāniyyah*, yaitu makam-makam kerohanian yang membebaskan diri manusia dari ketergantungan pada selain Allah SWT.

Kata *maqām* (jmk. *maqāmāt*) berasal dari akar kata Q-W-M bahasa Arab yang pada dasarnya bermakna, di antaranya, berdiri, tegak, kokoh, dan kedudukan atau posisi³. Dalam tasawuf, *maqām* itu sendiri merupakan artikulasi dari tingkatan-tingkatan/tahapan-tahapan spiritual yang disusun dari bawah ke atas guna

² Abū al-Qāsim ‘Abd al-Karīm al-Hawāzin al-Qusyayrī, *al-Risālah al-Qusyayriyyah*, ed. ‘Abd al-Halīm Maḥmūd dan Muḥammad bin al-Syarīf (Kairo, 1966). Terjemahan bahasa Indonesia buku ini dilakukan oleh Mohammad Luqman Hakiem dengan judul *Risalatul Qusyairiyah: Induk Ilmu Tasawuf* (Surabaya: Risalah Gusti, 1417/1997), sedangkan terjemahan bahasa Inggrisnya oleh Alexander Knysh dengan judul *al-Qushayri's Epistle on Sufism*, (Reading, UK.: Garnet Publishing, 2007), 289. Dan Iskandar Arnel, *Sejarah Kemunculan dan Perkembangan Tasawuf* (Cakrawala Media, 2013), Hal. 2-4.

³ Mahmud Yunus, *Kamus Arab Indonesia*, (Jakarta: Hidakarya Agung, 1990), Hal, 362.

mengantarkan seseorang kepada Allah⁴. Fakta bahwa literatur tasawuf menampilkan *maqāmāt* yang berbeda antara seorang penulis dari penulis lainnya menunjukkan bahwa tahapan-tahapan ini lahir dari pengalaman masing-masing penulis, sesuai dengan kondisi yang dialaminya dalam upayanya untuk sampai kepada Allah.

Hampir semua sufi-sufi besar yang dikenal dalam sejarah tasawuf memiliki susunan tahapan spiritualnya sendiri, termasuk tokoh sufi asal daerah Ṭūs, Iran, yaitu Abū Naṣr al-Sarrāj al-Ṭūsī (w. 378/988). Hal ini dapat dicermati dari bukunya yang berjudul *al-Luma'*, yang oleh Nicholson dalam anak judul editannya terhadap buku ini disebut sebagai “*the oldest known manuscript in Persia*” (manuskrip [tasawuf] tertua yang diketahui dalam bahasa Persia)⁵.

Menarik untuk diperhatikan bahwa buku tersebut merupakan buku manual tasawuf pertama yang lengkap dalam sejarah tasawuf. Kitab *al-Luma' fī al-Taṣawwuf* menjadi rujukan bagi buku-buku tasawuf berpengaruh lainnya seperti *Kitāb al-Ta'arruf li Madzhab al-Taṣawwuf* karangan al-Kalābadzī (w. 385/995)⁶, *al-Risālah al-Qusyayriyyah* karangan Imām al-Qusyayrī (w.)⁷, *Kasyf al-Mahjūb* karangan al-Ḥujwīrī (w. 464/1071-2), dan *al-Muqaddimah fī al-Taṣawwuf wa Ḥaqīqatuhi* karangan al-Sulamī⁸.

Dalam pandangan al-Sarrāj al-Ṭūsī, *maqāmāt* merupakan tingkatan yang harus dilalui oleh setiap salik untuk mencapai kesempurnaan spiritual. *Maqāmāt* ini terdiri dari beberapa tingkatan, mulai dari *al-tawbah* (pertobatan), *al-wara'* (kewaspadaan), *al-zuhd* (asketisme), *al-faqr* (kemiskinan spiritual), *al-ṣabr* (kesabaran), *al-tawakkul* (kepasrahan), dan *al-riḍā* (keridhaan)⁹.

⁴ Iskandar Amel, *Sejarah Kemunculan dan Perkembangan Tasawuf* (Cakrawala Media, 2013), Hal, 37

⁵ Abū al-Naṣr al-Sarrāj al-Ṭūsī, *al-Luma' fī al-Taṣawwuf*. Ed. 'Abd al-Halīm Mahmūd dan Tāha 'Abd al-Bāqī Surūr (Mesir: Dār al-Kutub al-Ḥadītsah dan Baghdad: Maktabah al-Mutsannā 1380/1960). Terjemahan bahasa Indonesia buku ini dilakukan oleh Wasmukan dan Samson Rahman dengan judul *al-Luma': Rujukan Lengkap Ilmu Tasawuf*, (Surabaya: Risalah Gusti, 1423/2002).

⁶ Abū Bakr bin Abī Ishāq Muḥammad bin Ibrāhīm bin Ya'qūb al-Bukhārī al-Kalābadhī, *Kitāb al-Ta'arruf li Madzhab Ahl al-Taṣawwuf*, ed. M. A. al-Nawawi (Kairo, 1969) atau terjemahan Inggrisnya oleh Arthur Jhon Arberry dengan judul *The Doctrin of the Ṣufīs* (Cambridge, 1935).

⁷ Al-Qushayrī, *al-Risālah al-Qushayriyyah*.

⁸ Abū 'Abd al-Raḥmān al-Sulamī, *al-Muqaddimah fī al-Taṣawwuf wa Ḥaqīqatuhi*, ed. Yūsuf Zīdān (Kairo: al-Maktabah al-Kuliyyāt al-Azhariyyah, 1986).

⁹ Al-Sarrāj, *al-Luma' fī al-Taṣawwuf*, Hal, 46-85.

Selain membahas *maqāmāt*, *al-Luma'* juga membahas tentang jenis penyakit kejiwaan yang menurut al-Sarrāj sering kali berkaitan dengan sifat-sifat yang menghalangi seseorang untuk mencapai kedekatan dengan Allah. Beberapa penyakit kejiwaan dalam pandangan al-Sarrāj dapat ditemukan dalam pembahasannya tentang sifat-sifat buruk (*amraḍ al-qulūb*), seperti: *Riā'* (Pamer dalam Ibadah), *'Ujb* (Rasa Kagum terhadap Diri Sendiri), *Hasad* (Iri Hati), *Ghaflah* (Lalai), *Hubb al-Dunyā* (Cinta Dunia Berlebihan), *Kibr* (Kesombongan), dan *Tama'* (Keserakahan)¹⁰.

Ajaran serupa juga terdapat dalam agama Kristen atau yang lebih dikenal dengan mistisisme Kristen. Ajaran ini merupakan tradisi yang menekankan pengalaman langsung dan pribadi dengan Tuhan yang melampaui pengetahuan rasional. Tradisi ini telah menjadi bagian penting dari sejarah Kekristenan sejak zaman Gereja Perdana, khususnya melalui karya-karya para Bapa Gereja seperti Origen dan Agustinus. Mereka menekankan pentingnya meditasi dan kontemplasi untuk mengalami kehadiran Ilahi secara mendalam. Menurut McGinn, mistisisme Kristen bukan hanya tentang pengalaman emosional, tetapi juga transformasi batin menuju keserupaan dengan Kristus¹¹.

Pada abad pertengahan, mistisisme Kristen berkembang pesat melalui tulisan-tulisan mistik seperti Meister Eckhart, Julian of Norwich, dan Santa (St.) Teresa dari Ávila. Mereka menggambarkan pengalaman mistis sebagai persatuan jiwa dengan Allah yang tidak dapat diungkapkan dengan kata-kata manusia biasa. St. Teresa, misalnya, dalam *The Interior Castle or The Mansions*, perjalanan mistis sebagai masuk ke dalam 'kastil batin' di mana jiwa bertemu Tuhan dalam ruangan terdalam¹².

Mistisisme Kristen juga melibatkan penggunaan simbolisme dan ritual tertentu yang bertujuan membawa individu lebih dekat kepada Tuhan. Misalnya, tradisi doa kontemplatif seperti *Lectio Divina* (bacaan Ilahi) dan praktik keheningan

¹⁰ Al-Sarrāj, *al-Luma' fī al-Taṣawwuf*, Hal. 133-162.

¹¹ Bernard McGinn, *The Foundations of Mysticism*, (New York: Crossroad, 1991), Hal. 10.

¹² Saint Teresa, *El Castillo Interior or Las Moradas*, (Spanyol, 1588). Terjemahan bahasa Inggris buku ini dilakukan oleh John Dalton dengan judul *The Interior Castle or The Mansions*, (London: T. Jones, 63, Paternoster Row, 1852), Hal. 45.

dalam tradisi biara telah menjadi sarana penting untuk mencapai pengalaman mistis. Thomas Keating menjelaskan bahwa doa ini bertujuan untuk melatih kehadiran Tuhan dalam diri melalui keheningan dan keterbukaan hati¹³.

Mistisisme Kristen tetap relevan sebagai cara untuk menjembatani iman dan pengalaman pribadi. Penekanan pada relasi langsung dengan Tuhan melalui seperti Kristen dan pencarian makna spiritual di tengah kehidupan sehari-hari yang masih dilakukan orang-orang Kristiani sekarang menunjukkan bagaimana tradisi ini terus berkembang sesuai dengan kebutuhan spiritual manusia masa kini¹⁴.

Kristen menganggap pengalaman mistik sebagai sarana untuk memperdalam iman dan menyembuhkan luka batin, termasuk gangguan psikologis. Sebagian mistikus Kristen seperti St. Teresa dan St. John menggambarkan pengalaman rohani yang mendalam, yang sering kali terkait dengan pembersihan jiwa dan penyembuhan emosional. Pengalaman ini acap melibatkan krisis psikologis yang pada akhirnya berfungsi sebagai proses pemulihan mental. Dalam konteks ini, mistisisme Kristen dapat dipandang sebagai bentuk terapi bagi penyakit kejiwaan, mengingat pengaruhnya terhadap keseimbangan emosional dan mental individu¹⁵.

St. Teresa dalam karyanya *The Interior Castle or The Mansions* menjelaskan bagaimana perjalanan spiritual yang dalam dapat mengarah pada kedamaian batin yang mengatasi kecemasan, depresi, dan rasa terasing. St. Teresa menyatakan bahwa melalui pencarian mistik yang tulus, individu dapat mengalami pemulihan rohani yang berdampak langsung pada keadaan mental mereka. Pengalaman-pengalaman mistik ini bukan hanya sebagai cara mendekatkan diri kepada Tuhan, tetapi juga sebagai sarana untuk mengatasi berbagai gangguan mental seperti kecemasan dan rasa putus asa yang sering dialami oleh individu dengan penyakit kejiwaan¹⁶.

¹³ Thomas Keating, *Open Mind, Open Heart: The Contemplative Dimension of the Gospel*, (London: Continuum, 1994), Hal. 78.

¹⁴ Evelyn Underhill, *Mysticism: A Study in the Nature and Development of Spiritual Consciousness*, (Michigan: Grand Rapids, 1911), Hal. 120.

¹⁵ Harold G. Koenig, "Spirituality and Health: A Review of the Literature", *The Journal of Family Practice*, 2001, Hal. 307.

¹⁶ Saint Teresa, *The Interior Castle or The Mansions*, Hal. 102.

St. Teresa juga menjelaskan bahwa perjalanan spiritual sebagai sebuah proses yang dilalui melalui berbagai *mansions* (ruangan) dalam sebuah kastil, di mana setiap *mansions* melambangkan tingkat kemajuan rohani yang berbeda. Berikut adalah gambaran tingkatan-tingkatan *mansions* yang terdapat dalam karya tersebut: *mansion* pertama (keutamaan dasar), *mansion* ke dua (perjuangan dan keinginan untuk Tuhan), *mansion* ke tiga doa yang lebih intens), *mansion* ke empat (transformasi dalam doa), *mansion* ke lima (pengalaman mistis), *mansion* ke enam (kesatuan dengan Tuhan), *mansion* ke tujuh (penyatuan penuh dengan Tuhan)¹⁷.

St. Teresa memberikan perhatian terhadap kondisi kejiwaan dan rohani manusia dalam konteks perjalanan batin. St. Teresa menggambarkan beberapa jenis penyakit rohani dan kejiwaan yang dapat menghalangi seseorang dalam mendekatkan diri kepada Tuhan, diantaranya ialah: dosa dan godaan, kekeringan spiritual, kesombongan, dan ketidak mampuan menerima kehendak Tuhan¹⁸.

Mistikus lain seperti St. John of the Cross dalam *The Dark Night of the Soul* menggambarkan perjalanan spiritual yang melibatkan penderitaan emosional dan psikologis yang mendalam, namun bertujuan untuk mencapai kesatuan yang lebih besar dengan Tuhan. Ia mengaitkan pengalaman mistik ini dengan proses pemurnian jiwa yang dapat membawa penyembuhan emosional, meskipun sering kali disertai dengan krisis batin yang intens. Proses yang disebut sebagai 'malam gelap' ini sebenarnya dapat membantu individu untuk mengatasi masalah psikologisnya dengan menanggapi penderitaan dalam perspektif rohani, yang pada gilirannya dapat memperbaiki keadaan mentalnya. Dalam hal ini, mistisisme Kristen dapat dilihat sebagai alat terapi yang membantu individu mengatasi gangguan emosional yang disebabkan oleh stres, kecemasan, dan perasaan terputus dari kehidupan sosial atau spiritual¹⁹.

Kembali ke persoalan terapi penyakit jiwa yang telah dibahas sebelumnya, keberadaan tasawuf dan mistisisme Kristen dalam kajian-kajian psikoterapi tentu sangat penting. Alasannya, sebagai suatu disiplin berbasis ajaran agama, doktrin

¹⁷ Saint Teresa, *The Interior Castle or The Mansions*, Hal. 27-127.

¹⁸ Saint Teresa, *The Interior Castle or The Mansions*, Hal. 34-102.

¹⁹ Saint John, *The Dark Night of the Soul*, (New York: Image Books, 1989), Hal. 35.

yang bertujuan mengantarkan seorang kepada Sang Pencipta tentu dibarengi oleh serangkaian terapi demi mencapai hati yang bersih dari berbagai penyakit kejiwaan. Sebab, Tuhan semesta alam itu Mahasuci dan hanya bisa dihampiri oleh yang suci. Dalam konteks ini, maka seseorang akan dihadapkan pada suatu pertanyaan apakah tahapan spiritual yang dikenal di dunia tasawuf dan mistisisme Kristen memiliki fungsi terapi mental sehingga bisa diartikulasikan dalam konteks terapi jiwa yang dikenal di dunia modern.

Perhatian para peneliti kontemporer terhadap tahapan spiritual sebagai formula terapi kejiwaan sudah mulai terbangun pada abad ke 20. Dalam konteks Islam, hal tersebut dapat dicermati, salah satunya, melalui kajian-kajian Malik al-Badri, psikolog Muslim yang terkenal dengan upaya-upaya Islamisasinya di bidang psikologi. Sebaliknya, dalam konteks Kristen, hal tersebut dapat dilihat dari, misalnya, kiprah Jay E. Adams melalui konseling Kristen.

Tidak dapat dipungkiri bahwa pendekatan yang mereka lakukan masih bersifat parsial, yaitu menkonversikan satu atau dua tahapan spiritual secara acak ke dalam sirkus terapi modern. Andai saja mereka mengkaji tahapan spiritual yang disuguhkan oleh guru-guru spiritual dalam masing-masing agama secara utuh, tentulah disiplin psikoterapi berbasis agama sudah lama menemukan bentuknya yang khas pada saat ini. Ini akan semakin memberikan kontribusi yang luar biasa jika dilakukan dengan membandingkan tahapan-tahapan spiritual yang digagas oleh *syaiikh al-taṣawwuf* seperti Abū al-Naṣr al-Sarrāj al-Ṭūsī dan mistikus Kristen seperti St. Teresa. Bertitik tolak dari keabsenan kajian-kajian seperti inilah, maka penulis tertarik untuk mengangkat pembahasan ini sebagai penelitian tesis yang diajukan ini.

B. Rumusan Masalah

Selama ini, psikoterapi dikemas dengan landasan sains sekuler, sehingga sangat sedikit psikoterapi berbasis agama. Abū al-Naṣr al-Sarrāj al-Ṭūsī dan St. Teresa memiliki konsep tahapan spiritual berbasis ajaran agama masing-masing. Pemikiran al-Sarrāj al-Ṭūsī dan St. Teresa dapat menjadi model rumusan psikoterapi

berbasis agama. Untuk mempelajari masalah tersebut, penulis menyimpulkannya dalam beberapa pertanyaan sebagai berikut:

1. Apa sajakah tahapan spiritual al-Sarrāj al-Ṭūsī dan St. Teresa?
2. Bagaimanakah menjelaskan kedua tahapan spiritual tersebut dalam konteks psikoterapi tasawuf dan psikoterapi mistik Kristen?
3. Bagaimanakah formula tahapan spiritual yang dikemukakan oleh al-Sarrāj al-Ṭūsī dan St. Teresa dalam terapi penyakit kejiwaan?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Menjelaskan *maqāmāt* rohaniah al-Sarrāj al-Ṭūsī dalam *al-Luma' fī al-Taṣawwuf* dan tahapan spiritual St. Teresa dalam *The Interior Castle or The Mansions*.
2. Menjelaskan *maqāmāt* rohaniah al-Sarrāj al-Ṭūsī dan St. Teresa dalam konteks psikoterapi tasawuf dan psikoterapi mistik Kristen.
3. Menganalisis kemungkinan *maqāmāt* rohaniah al-Sarrāj al-Ṭūsī dan tahapan spiritual St. Teresa dijadikan sebagai salah satu formula terapi penyakit kejiwaan.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian yang diajukan ini akan dapat dirasakan dalam 3 ranah berikut. Pertama, secara institusional, penelitian ini diharapkan menjadi salah satu pionir dalam mata kuliah teori-teori keagamaan, agama dan spiritualitas, dan mata kuliah agama dan kesejahteraan yang menggabungkan *maqāmāt* rohaniah tasawuf dan mistisisme Kristen sebagai terapi penyakit kejiwaan. Kedua, secara teoretis penelitian ini diharapkan dapat merintis jalan baru ke arah kolaborasi antara *maqāmāt* rohaniah tasawuf dan mistisisme Kristen dalam kajian psikoterapi agama. Terakhir, secara terapan, penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan para stockholders tentang orang-orang hebat pada masanya, dalam hal ini adalah al-

Sarrāj al-Ṭūsī dan St. Teresa, yang pandangan-pandangan keduanya dikomparasikan dan dikolaborasikan sebagai salah satu cara dalam upaya penyembuhan penyakit jiwa untuk konteks kehidupan kontemporer.

E. Kerangka Berpikir

Dalam penelitian ini, kerangka berpikir dibangun berdasarkan pendekatan psikoterapi agama, yang menekankan peran penting nilai-nilai spiritual dalam menangani penyakit kejiwaan. Kerangka ini mengintegrasikan konsep *maqāmāt* dari Abū al-Naṣr al-Sarrāj al-Ṭūsī dan *mansions* dari St. Teresa untuk memahami bagaimana perjalanan spiritual dapat menjadi terapi efektif bagi individu yang mengalami gangguan kejiwaan.

Psikoterapi agama, yang mengintegrasikan prinsip-prinsip agama dalam proses penyembuhan, menawarkan pendekatan holistik untuk penanganan penyakit kejiwaan. Ada beberapa teori psikoterapi agama yang relevan untuk analisis ini, termasuk terapi berbasis iman, psikoterapi integratif berbasis agama, dan psikoterapi transpersonal. Masing-masing teori ini membawa elemen spiritual yang dapat mengatasi gangguan mental dengan menghubungkan individu pada kekuatan yang lebih tinggi, yaitu Tuhan.

Terapi berbasis iman (*Faith-Based Therapy*), teori ini dikembangkan oleh berbagai tokoh seperti Frankl dan McMinn, yang menganggap bahwa iman agama berperan penting dalam mengatasi gangguan mental. Terapi berbasis iman melihat penyembuhan sebagai proses yang mengintegrasikan iman agama dalam pemahaman, penafsiran, dan penanganan masalah mental. Dalam konteks al-Sarrāj dan St. Teresa, pendekatan ini sejalan dengan konsep penyucian jiwa melalui tobat dan doa kontemplatif yang dapat mengarah pada pemulihan jiwa.

Pendekatan berikutnya ialah psikoterapi integratif berbasis agama, teori ini menggabungkan pendekatan psikoterapi konvensional dengan prinsip-prinsip agama. Carl Jung, dalam karyanya yang berfokus pada psikologi religius, menyarankan bahwa pemahaman terhadap simbol-simbol agama dan praktik-praktik spiritual dapat membawa individu menuju integrasi diri yang lebih baik.

Psikoterapi integratif berbasis agama akan menggunakan teknik seperti refleksi diri, zikir, doa, atau kontemplasi untuk membantu individu memahami dan mengatasi gangguan jiwa mereka.

Terakhir, ialah psikoterapi transpersonal yang dipelopori oleh tokoh seperti Abraham Maslow dan Stanislav Grof, berfokus pada dimensi spiritual dan pengalaman transendental dalam proses penyembuhan. Penyakit jiwa, dalam psikoterapi transpersonal, dilihat sebagai gangguan dalam pencapaian keselarasan spiritual. Dalam konteks al-Sarrāj dan St. Teresa, terapi ini mendekati penyembuhan jiwa dengan mendorong individu untuk menjalani pengalaman spiritual yang mendalam, seperti meditasi dan penghayatan terhadap kasih Tuhan.

Dalam menganalisis *maqāmāt* al-Sarrāj dan *mansions* St. Teresa, pendekatan psikoterapi agama yang paling sesuai adalah psikoterapi transpersonal. Psikoterapi transpersonal menggabungkan elemen-elemen spiritual dan psikologis dalam proses penyembuhan, dengan tujuan mencapai kesadaran lebih tinggi, integrasi diri, dan kesembuhan psikologis. Pendekatan ini mengakui pentingnya dimensi spiritual dalam pengobatan penyakit kejiwaan, seraya menyadari bahwa kesadaran spiritual memiliki pengaruh besar terhadap kesejahteraan mental.

Psikoterapi transpersonal juga sejalan dengan konsep *maqāmāt* dan *mansions*, karena keduanya menekankan pentingnya perjalanan spiritual sebagai bentuk penyembuhan bagi jiwa. Baik dalam teori al-Sarrāj maupun dalam ajaran St. Teresa, proses spiritual tidak hanya mengarah pada kedekatan dengan Tuhan, tetapi juga pada penyembuhan mental dan emosional. Oleh karena itu, psikoterapi transpersonal menjadi kerangka teori yang relevan untuk menganalisis kedua tokoh ini dalam konteks terapi penyakit kejiwaan.

Al-Sarrāj adalah seorang ulama dan sufi yang membahas perjalanan spiritual. Dalam pandangannya, *maqāmāt* adalah tingkatan yang harus dilalui oleh setiap salik untuk mencapai kesempurnaan spiritual. *Maqāmāt* terdiri dari beberapa tingkatan dan setiap *maqām* memiliki tantangan tersendiri yang harus dihadapi oleh individu, yang berhubungan dengan sifat-sifat kejiwaan yang buruk.

Al-Sarrāj tidak secara eksplisit membahas jenis-jenis penyakit kejiwaan seperti dalam pengertian modern psikiatri dalam berbagai bukunya. Akan tetapi, ia

mengulas berbagai kondisi spiritual, moral, dan psikologis yang bisa dianggap sebagai ‘penyakit jiwa’ dalam konteks tasawuf. Ia menghubungkan kondisi-kondisi ini dengan kelemahan ruhani, gangguan nafsu, dan kurangnya hubungan dengan Allah.

Menurut al-Sarrāj, penyakit kejiwaan sering kali berkaitan dengan sifat-sifat yang menghalangi seseorang untuk mencapai kedekatan dengan Allah, seperti kesombongan, keraguan, dan kecintaan terhadap dunia. Penyakit kejiwaan ini muncul akibat ketidakseimbangan dalam jiwa yang disebabkan oleh kecenderungan pada nafsu duniawi dan jauh dari nilai-nilai spiritual.

Metode penyembuhan yang diajarkan oleh al-Sarrāj melibatkan praktik-praktik spiritual yang dapat membersihkan jiwa, seperti *dzikir* (mengingat Tuhan), *tafakkur* (merenung), dan *tawbah* (bertobat). Dengan cara ini, individu dapat mengatasi penyakit-penyakit kejiwaan yang menghalangi perjalanan spiritualnya. Penyembuhan jiwa menurut al-Sarrāj tidak hanya melibatkan pemahaman intelektual, tetapi juga pembersihan jiwa melalui praktik spiritual yang mendalam.

St. Teresa dari Avila merupakan seorang mistikus Kristen yang dikenal dengan ajaran tentang kehidupan rohani dan proses penyucian jiwa. Dalam bukunya yang terkenal, “*The Interior Castle*”, St. Teresa menggambarkan *mansions* sebagai kastil yang berlapis-lapis, di mana setiap lapisan melambangkan tahapan yang lebih dalam dalam perjalanan menuju Tuhan. Tahapan ini dimulai dengan tahapan persiapan, yang melibatkan penyesalan dan pembersihan dosa, dan berlanjut hingga mencapai kesatuan yang murni dengan Tuhan.

Menurut St. Teresa, penyakit kejiwaan berkaitan dengan ketidakmampuan individu untuk mengatasi godaan duniawi, kebingungan batin, dan keterikatan pada nafsu pribadi. Penyakit-penyakit ini menggambarkan gangguan psikologis yang seringkali terkait dengan kecemasan, ketakutan, dan rasa tidak aman yang mendalam, yang menghalangi seseorang untuk mencapai kedamaian batin dan kedekatan dengan Tuhan.

Metode penyembuhan yang diajarkan oleh St. Teresa melibatkan kontemplasi mendalam, doa, dan meditasi, yang bertujuan untuk membersihkan hati dari kecemasan dan ketidakpastian. Melalui praktik-praktik ini, individu dapat

mencapai ketenangan batin dan kesatuan dengan Tuhan, yang membawa penyembuhan dari penyakit kejiwaan. Sebagaimana al-Sarrāj, St. Teresa juga menekankan pentingnya proses penyucian diri melalui disiplin spiritual yang intens.

Dalam menganalisis *maqāmāt* al-Sarrāj dan *mansions* St. Teresa, terlihat bahwa keduanya mengajarkan perjalanan spiritual sebagai cara untuk menyembuhkan penyakit-penyakit kejiwaan. Meskipun pendekatan mereka berbeda dalam konteks agama dan budaya, keduanya menekankan pentingnya pembersihan jiwa dan kedekatan dengan Tuhan sebagai metode penyembuhan utama. Dalam kerangka psikoterapi agama, ajaran-ajaran ini dapat diterjemahkan sebagai pendekatan holistik yang menggabungkan aspek spiritual dan psikologis untuk mengatasi masalah kesehatan mental.

Dengan menghubungkan *maqāmāt* al-Sarrāj dan *mansions* St. Teresa dengan teori psikoterapi transpersonal, kita dapat melihat bagaimana proses penyembuhan jiwa melalui perjalanan spiritual dapat membawa individu menuju kesejahteraan mental dan emosional yang lebih tinggi. Oleh karena itu, analisis ini menunjukkan relevansi dan pentingnya dimensi spiritual dalam terapi penyakit kejiwaan, dan bagaimana ajaran-ajaran sufi dan mistik Kristen dapat menawarkan wawasan berharga dalam bidang psikoterapi agama.