

Dr. Dadang Ahmad Fajar, M.Ag

# ARTIKULASI TASAWUF

dalam psikoterapi sufistik



Penerbit :  
Gunung Djati Publishing

# **ARTIKULASI TASA WUF**

## **DALAM PSIKOTERAPI SUFISTIK**

Dr. Dadang Ahmad Fajar, M.Ag

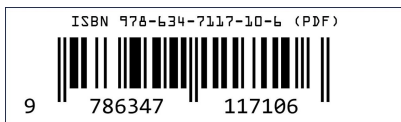
**Gunung Djati Publishing**  
**2025**

#### Pasal 44

1. Barangsiapa dengan sengaja dan tanpa hak mengumumkan atau memperbanyak suatu ciptaan atau memberi izin untuk itu, dipidana dengan pidana penjara paling lama 7 (tujuh) tahun dan atau denda paling banyak Rp. 100.000.000,00 (seratus juta rupiah).
2. Barangsiapa dengan sengaja menyiarkan, memamerkan, mengedarkan atau menjual kepada umum suatu ciptaan atau barang hasil pelanggaran hak cipta sebagaimana dimaksud dalam ayat (1), dipidana dengan pidana paling lama 5 (lima) tahun dan atau denda paling banyak Rp. 50.000.000,00 (lima puluh juta rupiah).

# ARTIKULASI TASA WUF DALAM PSIKOTERAPI SUFISTIK

Penulis : Dr. Dadang Ahmad Fajar, M.Ag



Diterbitkan Agustus 2025

Oleh

**Gunung Djati Publishing**

Kampus Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati

Jl. A.H. Nasution No. 105 Cibiru Bandung

Email: [adminpuslitpen@uinsgd.ac.id](mailto:adminpuslitpen@uinsgd.ac.id)

Cetakan Pertama, Agustus 2025

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apapun tanpa izin tertulis dari penerbit

## Kata Pengantar

Rahmat dan Hidayah Allah *'Azza wa Jalla*, semoga senantiasa menyertai semua umat hingga hari qiyamat. Shalawat serta Salam, seraya panjatkan ke hadirat Allah, untuk baginda al-Uswah al-Hasanah, Nabi Muhammad SAW beserta Ahlu al-Baitnya yang suci. Kehidupan yang berkah semoga selalu dilimpahkan pada semua manusia.

Buku yang berada di pangkuan para pembaca adalah sebuah ungkapan penulis yang didasarkan akan kepedulian terhadap nilai sufistik. Terutama hal-hal yang menjadi kebakuan istilah, dalam lingkungan para sufi. Seringkali ditemukan berbagai perbedaan pendapat, hanya karena perbedaan nilai budaya. Yang akhirnya berdampak pada pemahaman ajaran tasawuf secara menyeluruh.

Melalui buku ini penulis berharap adanya pemahaman terhadap beberapa istilah yang dipergunakan dalam ajaran tasawuf beserta implementasinya dalam pendekatan psikoterapi Islam. Juga memiliki harapan agar setiap pembaca dapat memahami berbagai istilah serta makna pelafalan dalam seni sufistik yang banyak dijumpai pada berbagai situasi.

Semoga saja kehadiran buku ini memberikan kontribusi positif bagi perkembangan ajaran tasawuf di Indonesia. Disajikan sebagai salah satu buku rujukan mata kuliah psikoterapi Islam dan inovasi psikoterapi. Melalui buku ini akan diberikan ulasan mengenai berbagai istilah dan pengucapan, sebutan untuk beberapa hal mengenai sebuah keadaan menggunakan pendekatan ajaran tasawuf. Sehingga para pembaca akan memahami istilah dan perilaku yang populer di kalangan penganut ajaran tasawuf.

Bandung, 20 Agustus 2025

Penulis

## Daftar Isi

|  |            |
|--|------------|
| <b>Kata Pengantar .....</b>  | <b>i</b>   |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>  | <b>1</b>   |
| A. Peranan ajaran tasawuf dalam psikoterapi sufistik .....               | 18         |
| B. Terapi sufistik sebagai uswah.....                                    | 29         |
| <b>BAB II ARTIKULASI SEBAGAI BAGIAN DARI TEKNIK TERAPI SUFISTIK.....</b> | <b>44</b>  |
| A. Artikulasi .....  | 44         |
| 1. Pengertian .....  | 45         |
| 2. Artikulasi dan Artikulator .....                                      | 48         |
| 3. Manfaat artikulasi dalam psikoterapi sufistik .....                   | 53         |
| B. Psikoterapi Sufistik.....   | 59         |
| 1. Pengertian .....  | 59         |
| 2. Cakupan dan tujuan terapi sufistik.....                               | 64         |
| 3. Para terapis.....   | 82         |
| 4. Dasar dan Manfaat terapi sufistik .....                               | 88         |
| 5. Teknik-teknik terapi sufistik .....                                   | 90         |
| <b>BAB III SUFI YANG KREATIF .....</b>                                   | <b>92</b>  |
| A. Kehidupan Para Sufi.....  | 92         |
| B. Terapis sufi.....   | 108        |
| C. Kebijakan sufi.....   | 117        |
| <b>BAB IV PENUTUP .....</b>  | <b>125</b> |
| A. Urgensi tasawuf dalam abad moderen .....                              | 125        |
| B. Solusi teknis dalam menjalani sebagai seorang sufi .....              | 128        |
| <b>Daftar Pustaka.....</b>   | <b>131</b> |

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Ajaran Tasawuf seringkali menjadi pergunjingan negatif dalam setiap dekade. Anggapan bahwa tasawuf mengajarkan ajaran kesesatan dan bersumber dari ajaran agama lain selain Islam, dijadikan alasan yang terlalu diada-adakan. Ajaran Tasawuf, yang merupakan cabang mistisisme Islam yang menekankan kemurnian batin dan perkembangan spiritual, sering menghadapi negativitas dan kritik dalam berbagai bentuk karena ditafsirkan, dan ditafsirkan kembali di berbagai dekade dan konteks budaya. Gagasan bahwa Sufisme, yang sering dianggap sebagai jalan spiritual yang mendalam dan memperkaya, mempromosikan kepalsuan dan dianggap berasal dari doktrin agama-agama yang ada di luar ranah Islam, pada kenyataannya, merupakan alasan yang agak dibuat-buat dan tidak berdasar yang tidak memiliki bukti dan pemahaman substansial tentang sejarah praktik dan kepercayaan sufi yang kaya dan rumit.<sup>1</sup>

Oleh karena itu, penting untuk menggali lebih dalam ke dalam teks-teks klasik, pandangan terhadap perilaku dan pemikiran para tokoh sufi yang telah berkontribusi pada pengembangan spiritualitas Islam untuk mendapatkan wawasan yang lebih jelas tentang nilai-nilai dan prinsip-prinsip yang menjadi dasar ajaran ini. Sementara itu, penelusuran ini juga dapat membantu dalam memahami bagaimana Sufisme beradaptasi dan berevolusi seiring waktu, mencerminkan dinamika sosial dan budaya yang mempengaruhi praktik keagamaan di berbagai belahan dunia.

Maksud dan tujuan mereka hanya sekedar berharap ajaran yang selalu memperhatikan hubungan manusia dengan Tuhan itu hilang. Pengaruh ajaran atheis, seakan tertanam dalam sanubari para pembenci tasawuf. Bahkan tidak sedikit yang memasukan aspek-aspek fenomenologis dibahas dengan pembahasan yang menghinakan para sufi. Akan tetapi sesuai dengan prinsipnya, para sufi lebih banyak

---

<sup>1</sup> Dwi, Putra, Purnama, Maulana., Dwi, Noviani. (2023). *Pendekatan Tasawuf dalam Pendidikan Agama Islam*. Indralaya, Institut Agama Islam Al-Ittifaqiah Indralaya. 123-134. 10.59841/ihsanika.v1i4.619.

menenangkan diri, dibandingkan dengan melayani perdebatan. Sebab menurut para sufi, Allah ‘Azza wa Jalla sebagai pusat perhatian. Bukan lagi memusatkan perhatian pada kepentingan reputasi atau hal-hal yang mengacu hanya kebutuhan duniawi semata. Melainkan aspek duniawi harus berdampak pada keberhasilan hubungan dirinya dengan Tuhan yang lebih erat.

Para sufi juga seringkali dihujat dengan tuduhan sebagai penyebab mundurnya peradaban<sup>2</sup>. A.J.Arberry menuduh dengan tegas bahwa ajaran tasawuf merupakan ajaran yang dengan sengaja menentang syari’at. Padahal ia sendiri tidak terlalu paham dengan ajaran Islam secara keseluruhan. Kemudian ia juga menyerang para sufi dengan tuduhan sebagai gerakan immoralitas yang dilakukan secara terang-terangan. Padahal dunia barat yang dengan jelas melakukan hal demikian, tidak menjadi sasaran. Justru tuduhan dipusatkan pada kaum sufi yang selalu mengangkat motivasi diri melalui unsur teologis. Bahkan A.J. Berry menganggap bahwa kehancuran pemikiran di Mesir adalah akibat dari para tokoh agama di Mesir telah beralih perhatian kepada tasawuf. Anggapan bahwa para sufi hanya mengeluk-elukan ilmu ghaib, tanpa memperhatikan aspek kemajuan peradaban. Padahal telah diketahui bersama, bahwa para sufi membangun jiwa manusia menuju keparipurnaan dunia dan akhirat. Ia juga menyangkan bahwa para sufi telah mengalihkan perhatian rasional, kepada mistik. Itulah sebabnya mereka lebih suka menyebut mistisisme dibandingkan dengan mengklaim sebagai sufisme. Bahkan banyak yang mengkali ajaran tasawuf sebagai serapan ajaranagama lain, di luar ajaran agama Islam. Tuduhan tersebut lebih tidak berdasar sama sekali. Jika saja ditemukan adanya kesamaan dalam perilaku sufistik dengan ajaran agama lain, tidak dapat diartikan bahwa ajaran tasawuf merupakan aspek serapan teologis. Sebab keberadaan tasawuf telah ada sejak Adam ASS diciptakan. Hubungan antara Adam ASS dengan Allah dan para malaikat, menjadi bukti orientasi ajaran tasawuf. Pandangan negatif tasawuf umumnya terletak pada ritual sufi yang dianggap tidak dipahami maksud serta tujuannya oleh beberapa kalangan. Pada umumnya para pemerhati yang memberikan pandangan sentiment negatif adalah mereka yang

---

<sup>2</sup> Abdurahman al-Khaliq, *Syaikh Abdurahman, Penyimpangan-penyimpangan tasawuf*, Rabbani Press, Tangerang Selatan, Banten, tahun 2001.

mengedepankan aspek rasional dalam menjalankan agama. Tetapi aspek rasional mereka sendiri telah terjadi kebuntuan dalam mengubah nalar makna kepada nalar fungsi. Oleh sebab itu, kerendahan cara berpikir yang memunculkan sikap kurang arif. Klaim para sufi sebagai penyimpang ajaran Nabi dilontarkan, karena keterbatasan pemahamannya saja.

Pada masa ini, lahirlah upaya untuk meruntuhkan tasawuf dan thariqat, melalui gerakan Wahabisme yang diusung oleh Muhammad bin Abdul Wahhab. Perkembangan Wahabisme di wilayah Mekkah menjadi pusat peradaban gerakannya. Meskipun mereka sendiri menemukan kebingungan. Saat kalangan penganut Wahabisme harus meninggalkan yang bersifat mistis. Tetapi mereka masing menggunakan aspek mistis untuk menjalankan ajaran keislamannya. Seperti melakukan shalat secara ritual, shaum secara ritual dan haji secara ritual. Kajian fiqh mengenai ibadah-ibadah ritual akhirnya tidak menemukan hasil yang signifikan, kecuali hanya menjalankan perbuatannya dengan tidak memahami esensinya. Inilah yang menyebabkan terjadinya kegersangan spiritual. Kalangan mereka mengagungkan Tuhan, tetapi ide mereka sendiri yang menentang adanya unsur mistisime atau sufisme. Pemikiran Aristotelian dibangun di bawah ajaran Islam. Akhirnya, kekokohan fondasi menjadi tidak dapat dipertanggungjawabkan secara akal. Daya pikir mereka hanya sampe pada alam pikir rasional yang terbatas oleh keberadaan unsur-unsur empiris.<sup>3</sup> Pandangan empiris tidak akan mengenal diri dan Tuhan dengan baik dan benar. Sebab Tuhan empiris (*mujasimah*) akan berdampak pada upaya membentuk Tuhan dalam pikiran serta di wujudkan dalam bentuk kebendaan. Kehadiran patung dan lambang-lambang Tuhan, menjadi fenomena teologis yang menjadi bukti pergeseran pemikiran dari mistisime kepada empirisme. Pandangan empirisme dan rasionalisme mengenai Tuhan, akan merusak citra Tuhan yang sesungguhnya. Pandangan ini hanya dapat mengurai konsep ketuhanan dalam cakupan *rububiyah* saja. Aspek rasional dalam ajaran agama hanya dapat dijadikan alat untuk menguak rahasasia sebuah hukum. Tidak untuk membuka hijab antara manusia dengan Tuhan. Sebab jika dipergunakan untuk membuka pandangan tentang hubungan

---

<sup>3</sup> Ahmad Tafsir, *Filsafat Ilmu*, Remaja Rosdakarya, Bandung Tahun 2016, hlm. 11.

manusia dengan Tuhan, kelak akan menemukan jalan buntu, dan hanya akan mengarahkan manusia ke jurang nihilisme untuk Tuhan.

Kalangan ini hanya memperhatikan ajaran tasawuf sebagai ajaran para asketis yang tidak menunjukkan di hadapan semua orang, bahwa sufi mengubah peradaban. Padahal para sufi membangun peradaban manusia, bukan aspek material saja. Akan tetapi diawali dari pembangunan spiritual dan religiusnya. Para sufi juga melakukan upaya reformasinya pada abad ke 18. Bahkan pada abad ke 19, para sufi memberikan jawaban atas orang-orang yang menuduh dengan keburukannya, melalui tampilan produk sufi yang berdampak pada perkembangan dunia. Serta dengan tegas menolak ajaran Wahabisme. Sebab para sufi memahami, bahwa gerakan Wahabisme bukan sekedar sebagai gerakan agama seperti yang digadai-gadaikannya. Akan tetapi merupakan salah satu gerakan politik Abu Su'ud dalam pendirian negara Su'udiyah (Saudi). Perebutan kekuasaan telah memalingkan ajaran agama ke dalam struktur politik. Secara otomatis akan mengubah peradaban masa Rasul dengan masa berikutnya. Sebagaimana perubahan madzhab yang diakibatkan oleh perubahan situasi dan wilayah.

Kemunduran yang terjadi di Mughal, Safawiyah, dan Imperium Utsmani, bukan disebabkan lahirnya ajaran tasawuf. Akan tetapi karena tidak memiliki pemikir handal di lingkungan pemerintahan saat itu. Bahkan saat itu para sufi hanya mendapat tempat sebagai juru adat spiritual belaka. Seperti halnya saat ini, ulama dan sufi hanya sebagai juru do'a dalam setiap kegiatan. Bukan lagi tempat bertanya kala mereka tersesat dalam kegersangan spiritual dan mencari Tuhan. Erebutan kekuasaan dan tahta menunjukkan kerendahan berpikir tentang keberadaan Tuhan. Selain itu juga para penerus masing-masing dinasti, tidak memiliki kader unggulan yang memiliki integritas seperti orang-orang sebelumnya. Generasi ke dua dan selanjutnya selalu diklaim sebagai generasi yang merusak tatanan perintis sebelumnya. Demikian juga dengan sikap hedonism yang semakin tampak dalam setiap dekade, menjadikan kerenggangan antara rakyat, dan tokoh agama. Bahkan tokoh agama dijadikan penguat kekuasaan. Tokoh agama tidak menjadi panutan. Sebab telah dianggap memiliki corak berpikir yang using. Akhirnya berpengaruh pada berbagai kebijakan politik dan ekonomi. Sehingga struktur pemerintahan menjadi rapuh. Keberadaan Tuhan menjadi terkesampingkan oleh situasi yang dibentuk oleh corak

materialisme. Kemudian beberapa kelompok yang merasa terusik atau bahkan merasa tidak nyaman dengan keadaan, melakukan serangan atas kekuasaan yang sedang berjalan. Tanpa menghiraukan kesamaan dalam menganut ajaran agama.

Pada masa Dinasti Safawi kualitas sufi mengalami kemunduran dalam berbagai sektor. Hal tersebut dipengaruhi oleh dominasi ritualisme. Kebanyakan mengubah atau mengalihkan perhatian dari perhatian terhadap substansi spiritua kepada ritualisme. Hal ini karena provokasi orang-orang anti sufi yang gencar memberikan arahan tentang tasawuf sebagai penyimpangan ajaran Islam. Dengan tujuan menutupi keberadaannya saat menjalankan pemerintahan, agar tidak dikritik dengan atasnama agama. Kemunduran ini dianggap sebagai bentukpenurunan kualitas ajaran tasawuf, sehingga tasawuf menjauh dari ajaran asalnya, yakni melakukan perbaikan akhlaq dengan dasar ketuhanan. Selain itu juga teradinya konflik internal dalam pemikiran tasawuf, dengan kemunculan madzhab tasawuf ekstrim, seperti lahirnya doktrin wihdat al-wujud, wihdat al-adyan, isyraqiyah dan sejenisnya. Hal tersebut kurang dipahami secara lugas oleh beberapa kalangan, sehingga lebih baik menghindar. Menjauhnya dari ajaran tasawuf hanya akan mengakibatkan tidak universalnya dalam memahami ajaran tasawuf.

Masa ini juga dinilai sebagai abad yang telah melupakan kontribusi para sufi dalam pertumbuhan sains. Anggapan bahwa sains yang lahir dari kalangan muslim dipengaruhi pikiran non muslim. Pandangan tersebut merupakan kekelirian besar. Sebab para tokoh sains muslim terlahir dari pemikiran yang mengedepankan inovasi pemikiran sufistiknya. Dibuktikan dengan konsep yang dikemukakan Ibnu Arabi, al-Farabi, Ibnu Sina, al-Kindi, al-Biruni dan lain-lain, memberikan kontribusi besar pada sains moderen. Ruh tasawuf yang benar bukan hanya menjalankan ritualisme belaka. Tetapi menjadikan substansi spiritual sebagai landasan pemikirannya. Sehingga kontribusi sufi dalam meluruskan akhlaq pada setiap dekade menjadi tercipta.

Para *syaiikh* ajaran tasawuf, memberikan kontribusi pada perkembangan peradaban dunia. Eksistensi *masyaikh al-thariqat* memberikan bimbingan etika kepada para muridnya. Perubahan peradaban melalui pembenahan akhlaq menjadi bagian terpenting diperhatikan secara seksama. Hasan Hanafi berpandangan bahwa dzauq dalam sudut pandang tasawuf lebih diutamakan dibandingkan dengan

hanya sekedar belajar tentang adab. Sebab dzauq merupakan etika yang berbicara mengenai perubahan diri melalui temuan spiritual.<sup>4</sup> Dibuktikan dengan perubahan perilaku para sufi lebih memberikan efek nyaman, dibandingkan dengan para penuduh sufi sebagai jalan buruk. Ketika mereka menemukan kegelisahan, tidak akan menemukan jalan menuju Tuhan. Untuk itulah para sufi mengutamakan mencari dan memperkuat jalan menuju Tuhan. Maka pada masa pertengahan, para sufi merumuskan tentang adanya perngorganisasian yang disebut dengan thariqat. Akan tetapi bagi kalangan yang mengharapkan ajaran tasawuf lenyap dari muka bumi, menuduh para Syaikh sufi sebagai kelompok manusia yang menipu kaum muslimin. Sehingga kaum muslimin tidak berpikir dinamis. Pandangan demikian, menyebar hingga masuk ke Indonesia. Penyebaran ajaran Wahabisme merupakan gerakan pengkaburan pandangan untuk memilih pandangan teologis sebagai pusat, dengan cara membungkus ajarannya dengan istilah mengikuti al-Qur'an dan al-Sunnah. Istilah tersebut dijualnya kepada kaum muslimin, agar kaum muslimin tidak mengenal Tuhannya dengan benar. Mereka umumnya mengkaburkan makna Tuhan dengan sebutan "Tuhan". Apalagi saat mereka mengklaim bahwa pengikut ajaran tasawuf sebagai orang-orang yang sesat dan para tokohnya memiliki harapan agar umatnya (pengikutnya) menganggungkan. Bahkan seolah-olah Tuhan telah diduplikasi dengan kelahiran *wali al-quthub*. Padahal justru kalangan mereka sedang mencari pengakuan dari umatnya, melalui cara memalingkan serta menafikan pandangan orang lain, agar selalu mengagungkan mereka dengan meninggalkan ajaran yang benar.

Lebih menyakitkan lagi, para penuduh tidak berhenti sampai pada klaim kebenaran sepihak. Tetapi juga ditambah dengan tuduhan bahwa kalangan wali *majdub* adalah gila seperti pada penderita gangguan tidak berfungsinya akal. Mereka tidak memahami perbedaan antara "gila" dengan *majdub* atau *fana'*. Hal inilah yang mendorong penulis untuk membahas mengenai berbagai ucapan yang sering dilontarkan para sufi, yang oleh kalangan orang-orang yang pemikirannya berada di bawah derajat pemikiran sufi.

---

<sup>4</sup> Hasan Hanafi, *Min al-Fana ila al-Baqa*, juz.2, Al-Madari al-Islamy, Beirut, Lebanon, tahun 2008, hlm. 904.

Kegiatan para sufi, menekankan pada perbaikan diri. Sehingga tercipta kesucian batin pada setiap diri manusia, dan sepenuhnya untuk melakukan komunikasi dengan Tuhan secara intensif serta memiliki manfaat dalam setiap perilakunya, baik untuk Tuhan, maupun untuk sesama ciptaan Tuhan. Kemudian, para *syaiikh* sufi selalu memberikan amanat kepada para penganutnya, agar lebih mewaspadai kalangan awam yang seringkali memberikan pandangan menyesatkan tentang ajaran tasawuf. Meskipun pada hakekatnya para sufi berjuang membangun aspek teologis melalui pengenalan hingga perilaku yang berbasis ketuhanan. Tetapi kalangan yang mengaku sebagai gerakan rasional, tetap menghujat dengan berbagai alasan. Bahkan tidak sedikit di antara mereka menuduh sebagai *ahlu al-bid'ah* dan *dhalalah*.<sup>5</sup> Dan tidak segan-segan mereka mengaku sebagai pejuang gerakan puritan yang mengemban al-Qur'an dan al-Sunnah. Seakan-akan bahwa para sufi sebagai penentang al-Qur'an dan al-Sunnah. Yang demikian menunjukkan kebodohnya sendiri di antara umat. Dan hasilnya adalah terjadi kegersangan spiritual pada jiwa mereka. Umumnya mereka bersifat kaku, hanya selalu membahas fiqih, tanpa esensinya. Akhirnya mereka terjebak pada perdebatan seputar madzhab fiqih. Kalangan mereka tidak banyak memahami kandungan dari ibadah ritual yang dilaksanakannya. Kehidupannya tidak ubah seperti mengajarkan kulit buah yang tidak pernah mengetahui kandungan dan rasa yang sebenarnya. Dalam hal ini tasawuf memiliki kekuatan sebagai kritik sosial atas ajaran moral. Ajaran tasawuf juga dikenal sebagai pelajaran bagi manusia untuk melakukan perbaikan pada penafsiran ekstrim tentang agama. Semua mengetahui

---

<sup>5</sup> *Bid'ah* merupakan perbuatan yang dilarang oleh nabi atau perbuatan yang tidak dilakukan nabi, kemudian dipandang merugikan umat Islam. Pada umumnya dipopulerkan oleh kalangan fuqaha, untuk melegitimasi pandangan madzhabnya. Dengan memberikan tuduhan bahwa di luar pemahaman madzhabnya adalah sesat atau keliru. Semua merujuk pada hadits nabi yang mengandung larangan melakukan sesuatu yang tidak mendapatkan perintah Nabi SAW. Secara otomatis perbuatan tersebut adalah tidak bersumber dari Islam dan tidak termasuk pada ide-ide keselamatan. Untuk itulah para mursyid selalu mengidahkan sumber rujukan baik al-Qur'an maupun al-hadits. Dalam bimbingannya dilakukan antara mursyid dan murid, atau antara mu'allim dan muta'allim. Abu Al-Hamid al-Ghazaly, *Ihya' Ulumu al-Din*, Juz 1, Darr al-Fikr, Beirut, t.t, hlm. 61.

bahwa ajaran Islam merupakan serangkaian wahyu ilahi yang mengindahkan moralitas serta penuh kedamaian.<sup>6</sup>

Para sufi sangat percaya, bahwa setiap manusia yang selalu menciptakan suasana hati yang suci dan bersih dari segala keburukan niat serta perasaan. Maka akan terbuka hijab ilahiyah. Inilah yang sering disebut ma'rifat. Sikap irfani ini merupakan sebuah proses transmisi kehendak atau perintah Tuhan kepada orang-orang yang dikehendaki Allah '*Azza wa Jalla*.<sup>7</sup> dalam beberapa sumber, irfani dapat dilatih menggunakan berbagai metode dan teknik yang lazim dan populer di kalangan sufi. Dengan demikian peristiwa musyahadah yang dilakukan sufi bukan sebuah wacana. Tetapi merupakan bagian dari kebenaran spiritual yang hanya dirasakan saat seseorang memasuki fase dalam tingkatan pencapaian irfani. Salah satunya adalah konsep tazkiyat al-Nufus.

Pada beberapa kalangan sufi mengaitkan hubungan nasab dengan Rasulullah SAW, baik nasab sanad ajaran, maupun sanad *dzurriyat*<sup>8</sup>. Kalangan Wahabisme lebih geram lagi. Apalagi saat beberapa sanad *thariqat* yang menggunakan metode *barzakh*<sup>9</sup> dalam perolehannya dari Rasulullah SAW. Untuk yang mengatasnamakan diri seorang *syaiikh* dari keturunan al-Hasan atau al-Husain, kalangan Wahabisme menaruh kebencian secara politis. Tidak segan-segan mereka membenturkan dengan perilaku kaum madzhab yang tidak sejalan. Seperti kalangan madzhab Syi'ah dengan Sunni. Peluang emas ini dimanfaatkan kaum Wahabisme sebagai saran untuk menghancurkan ajaran tasawuf. Tasawuf yang merupakan ajaran hakiki dalam melakukan hubungan antara manusia dengan Tuhan, harus dipatahkan dengan argumentasi yang menggiring manusia ke arah yang tidak jelas. Kalangan Wahabisme,

---

<sup>6</sup> Siraj Aqil, *Tasawuf sebagai kritik sosial*, Mizan, Bandung tahun 2006, hlm.30.

<sup>7</sup> Yatsribi Yahya, *Agama dan Irfan wahdat al-wujud*, Islamic College, Jakarta, tahun 2012, hlm.45.

<sup>8</sup>Sebutan *dzurriyat* adalah dinisbatkan pada keturunan Nabi Muhammad SAW. Berbeda dengan sebutan habaib yang mengandung makna sebagai orang-orang yang mencintai Nabi SAW, baik dari jihat keturunan, ataupun dari umat Nabi SAW dari berbagai etnis dan kalangan.

<sup>9</sup>Metode sufistik yang mempertemukan antara manusia yang masih hidup dengan yang statusnya telah meninggal dalam kondisi ruh.

“Salafi” aliran Syaikh Muqbil yang berasal dari Dammaj-Yaman. Gerakan ini seringkali mengkafirkan karena kebencian dengan tasawuf. Tuduhan tasawuf sebagai pelaku kemusyrikan dan kesesatan dilontarkannya, sebagai penguatan pemikirannya. Akan tetapi mereka akan kesulitan untuk menjelaskan tentang eksistensi Tuhan. Karena mereka mengenal Tuhan hanya sebagai teori atau konsep. Demikian juga mereka mengenal Nabi hanya dalam dataran fiqih, dan atuhid yang rasional. Akhirnya mereka sendiri terjebak dengan kejumudan yang mereka rasakan sebagai sebuah kemajuan. Kaum puritan ini banyak mengenalkan istilah-istilah keras kepada sesama muslim. Perilaku seperti ini dinyatakan tidak arif dalam sudut pandangan tasawuf. Seyogyanya mereka mengenalkan lebih dalam tentang agama. Bukan mempersemit mengenai penjabaran istilah-istilah dalam ajaran agama. Hingga saat ini istilah-istilah yang harus dibahas menggeunakan sudut pandangan tasawuf, hanya paparkan menggunakan pendekatan argumentasi fisis. Akhirnya tidak sesuai dengan harapan. Seperti istilah khusyu’ dalam shalat. Pada umumnya hanya dianggap cukup dengan cara menjalankan aturan fiqih. Istilah ikhlash, mereka hanya sebut sebagai sukarela. Dan sebagainya. Apalagi saat harus menjelaskan mengenai pertemuan antara dua ruh dalam kondisinya yang berbeda seperti pada kondisi barzakhy.

Kondisi barzakhy hanya dapat diperoleh secara spiritual. Pandangan rasional, tidak sepenuhnya dapat menerima konsep barzakhy. Pandangan kaum rasionalis yang berargumentasi bahwa setelah kematian tidak akan lagi ada kehidupan yang dapat berinteraksi dengan makhluk hidup yang dinyatakan masih menjalani kehidupan di alam dunia. Kematian merupakan akhir dari semua kehidupan. Pandangan ini ditepis kaum sufi, karena mereka merasakan perbedaan yang sangat berjauhan dengan pandangan rasional. Pertemuan antara ruh manusia yang telah wafat pada kenyataannya masih dapat berinteraksi dengan manusia yang masih menjalani kehidupan di alam dunia. Baik dilakukan oleh para Nabi, walai ataupun manusia biasa. Pada kondisi inilah terjadi sebuah interaksi keilmuan, seperti sumbangan pengetahuan dan lain-lain. Dalam tradisi sufi, sering terjadi antara dirinya dengan para Nabi yang telah dianggap wafat secara jasadiyah. Pertemuan ruh ini dilakukan disebuah alam yang namanya *barzakhy* (sekat). Kalangan fuqaha memandang alam barzakh sebagai sebuah alam setelah manusia mati, dalam penantian menuju alam akhirat. Sedangkan dalam pandangan sufi alam yang sekarang dirasakan

saat manusia hidup, berdampingan dengan alam barzakh. Berupa satu masa dalam dua alam. Inilah yang dipandang oleh kaum rasionalis sebagai sebuah halusinasi. Tuduhan tersebut dipandang sebuah kewahjaraan dengan pengetahuan mereka yang terbatas oleh kerja pikir belaka, tanpa menyertakan akal. Terutama memberdayakan akal aktif. Dalam pemikiran Ibnu Sina, akal aktif dapat menjamah hal-hal yang bersifat metafisis.

Meskipun demikian, tidak dapat dipungkiri, pada kalangan pengikut sufi, masih terdapat orang-orang yang melakukan kultus individu terhadap *syaihnya*. Bahkan memperlakukan *syaihnya* melebihi perilakunya kepada nabi SAW. Kemudian di Indonesia terdapat sekelompok orang yang mengaku sebagai keturunan dari Nabi SAW. Meskipun pun harus menaruh rasa hormat kepada mereka, namun tidak sampai melebihi kepada Nabi dan orang-orang shaleh yang ada di sekelilingnya. Yang menggelitik lagi saat kalangan orang-orang yang mengaku *dzurriyat*. Kemudian meminta agar orang-orang sekitar mengagungkannya. Bukannya menunjukkan kearifan sebagaimana Rasulullah SAW, bahkan ada yang mengklaim kalangan ini lebih mulia, dibandingkan dengan ulama selain keturunan Nabi, meskipun ulama tersebut perilakunya shaleh. Ini yang disebut dengan penyimpangan dalam tasawuf. Dalam pemahaman ilmu tasawuf, pandangan yang hanya membanggakan keturunan, tetapi tidak memelihara serta memperbaiki keadaan diri sendiri, adalah tidak termasuk hamba Allah yang sebenarnya. Melalui cara ini seringkali kemusyrikan akan muncul. Terutama aspek takabbur dengan hanya membanggakan keturunan, dan melupakan keadaan batin sendiri. Seringkali ditemukan orang-orang yang mengaku keturunan nabi lebih menunjukkan arogansinya, bukan kearifannya. Padahal Rasulullah SAW merupakan sosok manusia yang sangat arif dan bijaksana. Tidak mudah marah saat pribadinya terusik. Tetapi baru beliau akan arah ketika ajarannya terusik.

Pada umumnya orang-orang yang menyatakan anti sufi, mengkalim dirinya sebagai kaum '*aqliyyin* (orang yang memberdayakan akalanya). Padahal mereka hanya sebagai golongan kaum rasional yang tidak memahami kedudukan akal dalam pola pikirnya. Klaim dirinya sebagai '*aqliyin* merupakan bukti ketidak pahaman mereka terhadap akal. Akal dalam pandangan mereka hanya sebatas kekuatan pemberdayaan rasio yang sangat terbatas. Pada dasarnya mereka adalah pemuja

*dzahiriyah*. Dalam madzhab empirisme, pemikiran mereka dipasung untuk tidak mampu menjamah aspek *ilahiyyah*, yang hanya dapat dirasakan melalui pendekatan sufisme. Gerakan yang mereka sebut sebagai akal, hanya merupakan kerja rasio. Produknya hanya sebatas hal empiris yang dianggap sebagai final. Padahal masih banyak yang harus dilalui untuk

Pemikiran taswuf yang selalu mencari “Tuhan” dalam berbagai tempat dan waktu, agar sepenuhnya dapat berbakti secara maksimal. Akan tetapi tidak seperti yang dilakukan kaum Yahudi dalam mencari Tuhan. Atau kalangan *shabiin* yang selalu melakukan *mujasimah* atas eksistensi Tuhan. Para sufi mencari Tuhan melalui pendekatan ilmu dan amal. Sedangkan kelompok yang menamakan dirinya sebagai kaum *‘aqliyyin*, melakukan pendewaan atas pengetahuan yang mereka miliki. Sekana-akan produk pengetahuan adalah kebenaran hakiki. Para sufi berharap, agar kebenaran hakiki itu dapat dijamah menggunakan gerakan mistisisme dan sufisme. Sebab sebahagian ajaran Islam merupakan aspek mistisisme dan sufisme. Akar mistis sangat tertancap kuat dalam ajaran Islam. Kepercayaan terhadap tuhan yang sama sekali hanya cukup diimani, tidak dibuktikan secara empiris akan menumbangkan pemikiran akliyyin yang terlalu sombong untuk menentukan segalanya melalui temuan sains. Padahal sains hanya sebuah wasilah dalam menggapai pengetahuan tentang Tuhan. Segala bentuk kemusyrikan melalui produk sains disebut sebagai agnotisisme.

Kaum *‘Aqliyyin* tidak mampu menguak tabir yang menutupi perilaku mistis dalam menjalankan ajaran agama, seperti istilah *zuhud*, *wara’*, *hubb*, *tawakkal*, *muraqabah*, *taqarrub* dan sejenisnya. Sebab itu masuk pada wilayah batin yang sepenuhnya hanya dapat dibuka melalui pendekatan sufistik. Hadits Nabi SAW yang cukup banyak membahas tentang konsep-konsep di atas, akhirnya hanya disiasati dengan tafsiran sekehendak hatinya, tanpa ada kompromi langsung dengan Tuhan. Komunikasi yang dibangun sufi dengan Tuhan merupakan wujud komunikasi transenden yang hanya didapatkan melalui terminologi tasawuf.<sup>10</sup> Bagi kaum ini, penjelasan tentang Tuhan menjadi sebuah produk pemikiran yang dipengaruhi oleh dua sudut pandang, ialah pandangan batini yang menyertikana aspek mistis dalam ta’quli. Dan

---

<sup>10</sup>Tan Richard Netton, *Allah transenden*, Curzon Press, England, tahun 1994. hlm. 286.

menggunakan pendekatan rasional dalam mencari argumentasi demi penguatan alasan tentang Tuhan. Akhirnya mereka hanya menemukan tuhan baru yang sesuai dengan hasil rekayasanya. Dalam hal ini mereka menyebutkan sebuah kebenaran dengan sesuatu yang dapat diatur oleh mereka sendiri. Salah satunya adalah kebenaran hasil produk mesin, seperti hasil yang munculkan oleh komputer. Sedangkan komputer sendiri adalah sesuatu yang dapat direkayasa oleh pemiliknya. Hal ini tidak udahnya dengan seseorang yang membuat patung, kemudian disembahnya serta diminta kekuatannya. Padahal patung itu merupakan hasil ilustrasi dirinya.

Lebih buruk lagi, ketika kaum yang menamakan dirinya sebagai *'aqliyin*, ternyata hanya sebatas kaum rasional, yang seringkali mengamalkan agama tanpa ruh beragama. Tuduhan mereka tentang kesesatan pada tasawuf menutupi hati mereka untuk tidak memahami ajaran Islam secara keseluruhan. Terdapat hal yang sangat disayangkan lagi ketika kelompok ini menamakan dirinya sebagai "fuqaha". Padahal kefaqihan mereka hanya di tingkat pemahaman pada kulit terluar agama. Oleh sebab itu sering kali dijumpai, kalangan ini menjawab persoalan yang tidak mereka kuasai dengan melarang umatnya untuk bertanya. Dengan alasan menyebabkan kekufuran. Padahal kata "kufur" itu sendiri adalah ketertutupan pandangan dalam menjalankan ajaran agama. Jika demikian, maka tuduhan kekufuran pada kaum sufi akan tertuju pada dirinya sendiri yang enggan untuk membukan hatinya dalam memahami ajaran batin dalam cakupan ajaran agama Islam. Pada dasarnya kebencian terhadap tasawuf, kebanyakan dibangun bukan atas dasar nilai kebenaran. Melainkan hanya muncul dari sentimen negatif yang dikemas melalui pernyataan bahwa dirinya tengah meluruskan aqidah, memelihara tauhid,antisipasi musyrik. Padahal mereka sendiri yang sedang dalam kondisi kemusyrikan itu.

Selain hal di atas, juga seringkali muncul pandangan keliru mengenai ajaran tasawuf yang dipandang menyulitkan umat. Padahal yang dirasakan sulitnya hanya kalangan mereka sendiri. Justru kalangan sufi menikmati pengalaman spiritual yang diraihinya. Dengan terjadinya temuan spiritual yang dialami kaum sufi, akan meningkatkan peringkat kehambaannya di hadapan Tuhan. Dalam ajaran sufi dikenal dengan istilah maqamat dan ahwal. Hal ini mengantarkan pemahaman seorang salik kepada derajat manusia sempurna (*al-insan al-kamil*). Yakni manusia

yang memiliki karakteristik *wujudy* dan *ilahy*. Bagi manusia yang memiliki karakteristik *wujudy* adalah manusia yang lazimnya dikenal sebagai manusia biasa. Sedangkan pada manusia berkarakter *ilahy* adalah manusia yang telah merasuk dalam dirinya sifat *ilahy*. Dalam pembahasan tajalli, manusia seperti ini adalah tergolong manusia sempurna<sup>11</sup>. Semangat para sufi dalam mengejar Tuhan melalui maqamat dan ahwal, sepenuhnya dilakukan dengan penuh kesadaran dan merasakan sebuah gerakan atau kegiatan yang mendukung pelaksanaan semua ajaran agama. Jika pertimbangannya hanya sampai pada bahwa ajaran tasawuf tidak dapat diraih oleh semua orang. Maka pandangan meninggalkan ajaran tasawuf adalah pendapat yang sangat keliru. Sebab penilaian mereka telah menemukan kekeliruan besar. Para sufi dan umatnya bukan jumlah yang sedikit. Dan kebanyakan telah mendapatkan pencerahan spiritual secara langsung dari Tuhan. Bukan lagi kultus pada pengetahuan yang bersifat sementara. Melainkan menjalankan komunikasi dengan Tuhan secara hakiki.

Kalangan pembenci ajaran tasawuf selalu mengumandangkan provokasi yang mengatasnamakan hasil penelitian dan lain sebagainya. Yang paling jelas, para pembenci tasawuf adalah manusia yang menyembah tuhan-tuhan palsu dan tidak berharap untuk bertemu dengan Tuhan yang hakiki. Padahal banyak cara menuju tujuan itu. Mereka sangat memahami bahwa ajaran tasawuf adalah bagian dari aqidah yang diurai secara filosofis. Tetapi mereka menuduh bahwa ajaran tasawuf bersumber dari ajaran Hindu. Kalangan tersebut hanya melihat kesamaan antara ajaran Hindu dengan tasawuf. Padahal sesuatu yang sama belum tentu bersumber dari salah satunya. Maksudnya bahwa tasawuf bukan ajaran Hindu. Tetapi ajaran Hindu memiliki cara pandang yang mirip dengan tasawuf. Kritik ini dilontarkan, ketika para sufi membahas tentang zuhud, kasyaf, barzakhy, musyahadah dan sejenisnya. Sebagai akibat dari kesulitan mereka mendapatkannya. Akhirnya melakukan penistaan atas paradigma tasawuf. Ajaran metafisis yang seringkali dikenalkan tasawuf dinilai sebagai pencemaran aqidah Islam.<sup>12</sup>

---

<sup>11</sup> Hasan Hanafi, *Min al-Fana ila al-Baqa*, juz.2, Al-Madari al-Islamy, Mesir, tahun 2008, hlm. 561.

<sup>12</sup>Khaliq, Abdul Abdur Rahman, *Penyimpangan-penyimpangan Tasawuf*, Rabbani Press, Jakarta, 2021, hlm.11.

Bahkan dzikir dianggap sebagai bentuk penyiksaan diri. Semua ungkapan tersebut hanya bentuk ungkapan artikulasi yang menunjukkan keputusan yang dikembangkan serta dipahami sebagai bentuk perlawanan atas tasawuf. Pertemuan barzakhy yang dilakukan para sufi nilai sebagai bentuk mengada-ada, atau bahkan tidak sedikit yang mengklaim sebagai wujud halusinasi. Padahal mereka mengetahui bahwa pandangan yang dikategorikan sebagai halusinasi pada para sufi telah dikemukakan oleh seorang tokoh psikoanalisis yang bernama Sigmund Freud. Ketikan Sigmund Freud menyatakan dengan pendekatan psikoanalisisnya, dianggap sebagai sumber yang valid, sedangkan yang bersumber dari para nabi terdahulu dinyatakan sebagai penyimpangan aqidah.

Ketika tasawuf melakukan tindakan merendah di hadapan Tuhan. Kaum yang mengaku dirinya sebagai '*aqliyin* justru menunjukkan kepongahannya dengan sejumlah kaidah yang dianggap akan mengantarkan mereka pada ridha Tuhan. Tetapi mereka tidak banyak memahami epistemologi dari ridha tersebut. Keterjebakan mereka pada meningkatnya cara berpikir rasional, akan mengurung batin mereka untuk bersafari menuju hakikat kebenaran. Kebenaran semu telah menutupi semuanya. Kalangan muslim yang mengaku pengguna akal, akhirnya terjebak pada pemuja akal. Padahal akal hanya merupakan ciptaan Tuhan, yang dipergunakan sufi sebagai wasilah adanya pertemuan dengan Tuhan. Akal yang mampu menggerakkan nurani (nur Allah dan nur qalb), sehingga terjadi interaksi diri manusia dengan Tuhan, tidak dilakukan oleh kaum yang mengaku *aqliyyin*. Para sufi melakukan riyadhah ruhani untuk melakukan sinkronisasi antara nur Allah dengan nur qalb. Oleh sebab itu, kebersihan hati menjadi pangkal kesucian jiwa. Yang kemudian akan mampu mempertemukan nur Allah dengan nur qalb. Muaranya pada keadaan *fana*'. Pada saat inilah peristiwa *tajalli* berlangsung dengan sempurna.

Bahkan ketikan kaum '*aqliyin* mengurai tentang jihad saja, hanya mampu menunjukkan bahwa jihad adalah bertempur melawan musuh dengan senjata. Padahal nabi SAW sendiri mengisyaratkan dengan adanya jihad untuk *nafs*. Secara otomatis umat Islam, selain memiliki kemampuan untuk melakukan pertempuran dengan senjata, juga harus memiliki daya tahan dan kemampuan untuk memahami tentang *nafs* yang kemudian akan melakukan pertemuan menggunakan *nafs* itu sendiri. Suatu yang sangat mustahil, apabila seseorang mampu melakukan jihad

terhadap *nafs*, tetapi mereka tidak paham akan esensi dan eksistensi *nafs* dalam kehidupan manusia. Oleh sebab itu para sufi memabahasnya dengan lugas mengenai *nafs*. Lahirlah tentang *ilmu al-nafs* dan tata cara mengatasi problematikan *nafs*. Antara lain adalah psikoterapi dalam kajian Islam. Yang disebut sebagai psikoterapi sufistik. Upaya di atas merupakan bagian dari kerja ilmu tasawuf dalam hal kepedulian terhadap kondisi kemanusiaan dalam rangka interaksi dengan Tuhan secara maksimal.

Jika kalangan '*aqliyyin* masih membutuhkan argumentasi tentang eksistensi Tuhan, maka para sufi tidak terlalu membutuhkan perdebatan panjang. Bagi sufi cukup untuk menikmati kebersamaan dengan Tuhan, yang diawali dengan berbagai ritual sebagai riyadhah ruhani dan nafsani, yang terisi bukan hanya aspek jasadiyah belaka, akan tetapi termasuk untuk ruh, *nafs*, *qalb* dan *aqalnya*. Cara ini lebih akan terasa hasilnya, dibandingkan dengan perdebatan dan hanya mengandalkan argumentasi, hanya akan membuahkan tulisan-tulisan tentang tasawuf dan akal. Tetapi tidak dapat merasakan keberadaanya secara hakiki. Demikian pula tentang Tuhan. Pada umumnya kaum *aqliyyin* hanya mampu berargumentasi tentang tuhan, tanpa merasakan keberadaan Tuhan secara hakiki. Semua hanya pembicaraan tanpa hasil memadai.

Kalangan provokator anti sufi banyak mengeluarkan tuduhan tasawuf sebagai gudangnya bid'ah. Padahal kalangan mereka sendiri yang hanya mengikuti ajaran Nabi Muhammad SAW secara parsial. Yang mereka lakukan hanya sebatas yang tampak. Dengan padangan empirismenya kalangan ini telah tersesat dalam kebunnya sendiri. Pengakuan sebagai penerus Nabi dan selalu mempertahankan ajaran kenabian, namun mereka sendiri yang merusak tatanan spiritual kenabian. Oleh sebab itu tidak heran jika pada jiwa mereka selalu gersang tanpa kedamaian. Perdebatan menjadi kebiasaan, sedangkan pengamalan hanya sebatas perlakuan, bukan pada pengamalan dengan sepenuh hati. Pengabdian kepada Tuhan dengan sepenuh hati akan mengubah perilaku manusia menjadi lebih damai dan tidak bersifat arogan. Sebab arigansi menunjukan diri seseorang yang tidak kenal dengan Tuhan. Abu Nashir al-Farabi memandang bahwa kekuatan politis dan serangkaian hukuman manusia tidak akan dapat mengubah jiwa manusia menjadi lebih arif dan

baik. Kecuali dengan memahami keberadaan Tuhan.<sup>13</sup> Dengan demikian syari'at yang dieluk-elukan kaum salaf hanya berbicara masalah ruhani yang tidak didasarkan atas pengalaman ruhani dan sama sekali tidak qur'ani. Tafsiran mereka hanya mampu menafikan tafsiran orang lain, demi keutuhan teorinya, di bahwa panji gerakan Wahabiyah di Arab Saudi.

Untuk menyikapi hal di atas beberapa kalangan sufi menunjukkan gagasan penting berharap menjadikan tasawuf sebagai bentuk pembinaan moral dan mental keagamaan berbasis pembinaan batini. Untuk kemudian membantu perbaikan peradaban manusia di berbagai sektor. Maka pada abad 17, seorang ulama India yang bernama *Syaikh* Waliyullah melakukan safari spiritualnya untuk menimba pengetahuan secara universal mengenai ajaran Islam, yakni pembelajaran hadits, dan al-Qur'an ke Hijaz, sekaligus menimba ilmu tasawuf dari tokoh terkenal yang bernama Abu Thahir Muhammad. Dengan tujuan melakukan pemahaman universal terhadap ajaran Islam dari aspek dzahir dan pengalaman batin. Melalui jalan inilah ia memasyarakatkan gagasan, bahwa perpaduan antara pembelajaran mengenai pemberdayaan rasio dengan memadukan pengalaman spiritual, akan lebih menguatkan pandangan teologis yang berbentuk keyakinan terhadap Allah 'Azza wa Jalla.

Peringkat yang dicapai *Syaikh* waliyullah mewarnai pemikiran Ibnu Arabi. Bahkan sebagaimana sufi memandang pemikirannya berimbang dengan Ibnu Arabi. Pemikiran sufistik *Syaikh* Waliyullah telah terbentuk sejak pendidikan awal bersama ayahnya, yang juga seorang sufi besar di India. Beliau menganut thariqat Qadiriyyah, Naqsbandiyyah dan Chistiyah. Sebagai penganut ajaran thariqat besar di India tengah, *Syaikh* Waliyullah memberikan kontribusi besar pada corak pemikiran tasawuf yang berkolaborasi dengan rasionalisme. Sehingga dijuluki sebagai pembaharu tasawuf. Dinyatakan sebagai pembaharu, karena beliau mencoba mengubah perhatian kebanyakan kaum sufi yang hanya memilih aspek seni dan kekaguman pada hal-hal berbau keanehan-keanehan. Bahkan tidak sedikit mengklaim bahwa keanehan tersebut sebagai wujud karamat.

---

<sup>13</sup>Quraish Shihab, *Dia dimana-mana*, Lentera Hati, Jakarta, tahun 2027, hlm. 116.

Pergerakan pembaharuan sufistik dilanjutkan oleh Ahmad bin Idris masih pada abad 17. Inilah yang memunculkan beberapa thariqat besar, antara lain *thariqat al-Sanusiyah*, *thariqat al-Khatmiyah* dan *thariqat al-Rasyidiyah*. Pemikiran mereka mengarah pada penggunaan metode *ta'aquli* untuk mengungkap mistisme dan sufisme. Ia juga dikenal sebagai orang yang melakukan hubungan dengan kelompok Wahabisme di Mekah. Aliran Wahabi yang sering disebut sebagai reformis, kenyataannya hanya sebagai kaum puritan. Kaum wahabisme banyak memberikan peluang kepada Ahmad bin Idris untuk menyebarkan gagasannya. Pada akhirnya Ahmad bin Idris menunjukkan perpaduan pemikiran Wahabisme dengan pemikiran sufistik, mengakibatkan kepercayaan bahwa tasawuf memberikan kontribusi besar pada perubahan peradaban, melalui metode terapi terhadap *nafs* (jiwa). Perhatian terhadap *nafs*, dipahami sebagai psikologi bergaya Islami. Meskipun pada dasarnya tasawuf yang ditunjukkan oleh Ahmad bin Idris di ambil dari *grand theory* yang terdapat dalam al-Qur'an dan al-Sunnah.

Perkembangan ajaran tasawuf lebih menyentuh kebutuhan masyarakat dari berbagai aspek, mulai aspek perbaikan tingkah laku hingga perubahan perilaku, akibat terpengaruh oleh lingkungan. Para sufi juga sangat berjasa dalam melahirkan metode-metode pemulihan kondisi jiwa (*nafs*). Terutama pada masa abad 18 dan 19. Hal di atas dikenal dengan sebutan neo-sufisme. Gerakan ini berpengaruh besar pada peradaban dunia untuk mengikis pandangan takfiri<sup>14</sup> pada setiap perilaku yang berbeda dalam *manhaj* (metodologi). Perkembangan tasawuf abad 18 dan 19 memberikan arah lebih baik tentang pandangan sufistik di berbagai lini. Termasuk dalam ranah psikologi Islam. Kelahiran psikoterapi Islam menunjukkan adanya kepedulian tasawuf pada perkembangan peradaban manusia, tanpa membedakan ajaran agama. Setiap langkah psikoterapi Islam yang berbasis tasawuf, mengacu pada prinsip-prinsip kemanusiaan, yang terdapat dalam ajaran Islam. Agar setiap manusia memahami, bahwasanya setiap yang terjadi akan berhubungan dengan qudrat Allah '*Azza wa Jalla*.

---

<sup>14</sup>Produk pemikiran yang selalu menganggap tentang pandangannya di luar konsep atau pemikirannya, atau bahkan menentang dan tidak setuju dengan pemikirannya, adalah kafir. Pandangan inilah yang sering merusak peradaban. Bahkan menjadikan pandangan terhadap Islam menjadi kotor.

### A. Peranan ajaran tasawuf dalam psikoterapi sufistik

Psikoterapi Sufistik merupakan sebuah model atau bahkan metode penyembuhan serta penyucian *nafs* (jiwa) berbasis psikologi dan tasawuf. Pada dasarnya kerja psikoterapi sufistik adalah melakukan pelayanan dalam membenahi diri manusia menuju kesehatan moral, mental, akhlaq serta spiritualitas, menggunakan pendekatan ajaran Islam. Adalapun ajaran Islam yang banyak membahas tentang kerja jiwa adalah disiplin ilmu tasawuf. Oleh sebab itu, ketika ada gerakan menafikan ilmu tasawuf, dampak yang akan diterima adalah, kaum muslimin tidak akan mengenal *nafs* secara paripurna. Pada umumnya hanya sebatas pandangan barat yang diadopsi dengan kata Islam. Akhirnya tidak akan menemukan teknik yang benar untuk menemukan jati diri manusia.

Psikoterapi sufistik memiliki berbagai tujuan, yang sepenuhnya untuk kepentingan manusia dalam rangka menjalankan tugas pokoknya sebagai hamba Tuhan. Tentu saja proses penghambaan pada Tuhan, tidak sebatas ritual yang tidak disertai pemahaman esensinya. Keberadaan gerakan-gerakan ritual dalam ajaran Islam, hanya akan dianggap sebagai serangkaian upacara yang tidak mengandung manfaat sama sekali, jika tidak disertai dengan memahami kandungan yang terdapat dalam setiap amar dan naahy yang terkandung di dalamnya.

Untuk itulah psikoterapi Islam memberikan arah agar setiap individu dapat menemukan teknik serta mampu merubah dirinya menjadi sosok yang sehat mentalnya, sehingga berdampak pada perubahan perilaku yang lebih baik, cara demikian akan meningkatkan spiritual serta menumbuhkan sikap *akhlaq al-karimah* sebagaimana misi Rasulullah SAW. Psikoterapi Islam, mengajarkan manusia untuk mampu mengendalikan dirinya dalam mendapatkan nilai kreatifitas luhur (*akhlaq al-Karimah*). Kreatifitas ruhani akan memberikan pengaruh kepada seluruh komponen tubuh, termasuk aspek jasadiyah yang terdiri dari pancaindera dan struktur tubuh. Kedudukan ruhani dalam kerja jasad adalah menjadi motivasi, serta fasilitas penghubung antara jasad manusia yang sangat kasar dengan kearifan Tuhan yang sangat halus. Selanjutnya, akan mendorong jiwa dalam menunjukkan sikap *akhlaq al-karimah* (kreatifitas yang mulia). Sejalan dengan misi Nabi Muhammad SAW tentang pembenahan akhlaq. Misi ini dilanjutkan dengan berbagai konsep sufistik yang mengantarkan jiwa dalam pertemuan dengan Tuhan secara hakiki dan perubahan sikap menuju yang lebih beradab. Tampak dalam

syari'atnya yang mengharuskan untuk mendirikan shalat sebagai cara menghindari *fakhsya* (maksiat batin) dan *munkar* (maksiat dhahir). Merujuk surat al-Ankabut ayat 45.<sup>15</sup>

Selain itu juga psikoterapi Islam, sejalan dengan psikoterapi yang ditawarkan pemerhati psikologi barat, menekankan perhatiannya pada proses penggalan potensi manusia, untuk sepenuhnya dikembangkan menjadi manusia yang sempurna (*al-Insan al-Kamil*). Segala bentuk gerakan manusia baik secara individu maupun kelompok, akan diarahkan untuk menunjang tugas suci manusia itu sendiri, menggunakan berbagai pendekatan ilmu, antara lain ilmu tauhid, ilmu kalam, ilmu fiqih, serta ilmu tafsir. Berbagai disiplin ilmu inilah yang diambil sebagai bahan rujukan psikoterapi Islam dalam menumbuhkan kreatifitas mulia dalam bingkai *al-insan al-kamil*.<sup>16</sup> Dalam pemikiran al-jily, predikat *al-Insan al-Kamil* merupakan sosok sempurna dari nabi Muhammad SAW yang merupakan perpaduan dari ucapan, perilaku, akhlaq yang menunjukkan kesempurnaan dari kenabian Muhammad SAW. Dengan demikian, para sufi mendahulukan adanya sikap penyadaran atas diri sendiri. Terutama kondisi batin yang secara langsung berhubungan dengan Tuhan. Inilah yang disebut dengan taubat. Dalam pandangan Ibu al-Qayyim al-Jauziyah, taubat memiliki berbagai instrument yang akan meningkatkan kualitas diri manusia. antara lain munculnya pengetahuan bahwa pentingnya pemenuhan hak Tuhan. Selanjutnya adanya rasa penyesalan dalam qalb, akibat Tindakan *mubadzir* yang dilakukannya, hanya untuk melupakan Tuhan.<sup>17</sup>

Selama manusia menjalankan tugas dirinya sebagai hamba Tuhan, akan ditemukan berbagai hambatan dan tantangan. Untuk itulah psikoterapi Islam berperan sebagai metode yang membantu kesulitan manusia dalam mengatasi perubahan kepribadian yang diyakini akibat pengaruh *al-hawa al-syaithani*. Hal tersebut dinilai berdampak pada

---

<sup>15</sup>Muhammad al-Ghazaly, *Husni al-Khuluq*, Darr al-Kutub al-Haditsah, Mesir, tahun 1960, hlm. 6.

<sup>16</sup>Abdu al-Karim Ibrahim *al-jilli*, *Al-Insan al-Kamil fii Ma'rifati al-Awaili wa al-awakhir*, al-matkabah al-Taufiqiyah, t.k, t.t, hlm. 226.

<sup>17</sup>Syamsuddin Muhammad bin Abi Bakr al-Jauziyah, *Madarij al-Salikin baina manazil Iyyaka na'budu wa iyyaka nasta'in*, Darr al-Hadits, Kairo, Mesir, Juz. 1, tahun 2002, hlm. 155.

berbagai aktifitas seperti etos kerja, motivasi belajar, bahkan berbagai bentuk Tindakan kecemasan serta keputusan. Yang demikian telah diisyaratkan Tuhan dalam al-Qur'an bahwa syaithan itu selalu mengarahkan manusia kepada kefakiran. Kefakiran dimaksudkan adalah sikap kekuarangan dalam segala hal, yang mengakibatkan rendahnya nilai pengabdian kepada Allah *'Azza wa Jalla*. Oleh sebab itu melalui psikoterapi sufistik yang dikemas dalam psikoterapi Islam memberokan arah menuju perbaikan kepribadian manusia melalui pembenahan aspek batiniah. Sebab pada dasarnya keburukan manusia akan tergantung pada proses pembinaan diri (aspek batiniah) manusia itu sendiri. Inilah yang berkaitan dengan ilmu kesehatan mental. Kesehatan mental yang hanya dilandasi dengan kajian psikoterapi yang ditawarkan psikolog barat, disempurnakan dengan psikoterapi Islam yang merujuk pada psikoterapi spiritual yang berbasis tasawuf.

Psikoterapi Islam juga berpengaruh pada peningkatan kualitas keimanan manusia. Sebab secara teologis setiap perilaku akan dihubungkan dengan aspek tologis. Sepenuhnya diserahkan untuk dan kepada Tuhan. Dengan cara demikian kualitas perbuatan manusia akan selalu dilandaskan pada keimanan sempurna. Yang mengubah kondisi jiwa manusia, hingga mendapatkan keminnan sempurna di hadapan Allah *'Azza wa Jalla*. Merujuk pada pandangan *syaiikh* Abdu al-Qadir *al-Jailany* yang menyebutkan tentang iman dalam karya bersamanya berjudul *al-Ghunyah* menyatakan bahwa keimanan harus diakhiri dengan peningkatan ketaatan dan pengurangan pada maksiat.<sup>18</sup> Iman sendiri bukan perilaku jasad. Melainkan sikap ruhani. Oleh sebab itu peningkatan keimanan harus menyertakan aspek ruhani yang diaktifasi. Itulah sebabnya para *ahli al-Thariqat* selalu mensyaratkan talqin sebagai pintu untuk menyelami alam ruhani. Pada alami inilah ruhani manusia akan selalu kerhubungan dengan ruh Tuhan.

Para sufi juga merumuskan psikoterapi Islam dengan harapan setiap individu mendapatkan kebahagiaan dunia dan akhirat. Adapun kebahagiaan duniawi, tidak sepenuhnya dibuktikan dengan banyaknya harta atau kedudukan. Melainkan adanya kenyamanan batin saat menjalankan kehidupannya. Sedangkan kebahagiaan akhirat adalah konsekuensi dari perbaikan kondisi batin yang menyertakan segala ibadah

---

<sup>18</sup> Abdu al-Qadir *al-Jailny*, *al-Ghunyah*, Juz.1, Darr al-Fikr, Beirut, t.t, hlm.62.

(pengabdian) manusia kepada Tuhan. Setiap ritual yang dikerjakannya akan bernilai tinggi, ketika menyertakan kualitas batinnya. Akibatnya mereka telah memiliki amal ibadah yang berkualitas tinggi. Menjadikan munculnya balasan Tuhan yang sangat memuaskan diakhirat kelak. Mengacu pada prinsip yang terdapat dalam al-Qur'an dan sunnah Rasulullah SAW, yang sanadnya tersambung kepada para shahabat dan tabi'in. baik secara langsung ataupun dalam keadaan *barzakhy*.

Pada prinsipnya psikoterapi Islam yang dikenal dengan psikoterapi sufistik memberikan arah untuk selalu melakukan penyucian jiwa, sebagai bekal pertemuan dengan Tuhan. Baik di dunia maupun di akhirat kelak. Pencapaian kesucian jiwa hanya akan dapat dicapai ketika manusia itu sendiri melakukan serangkaian riyadhah ruhani dan nafsani, hingga mendapatkan hasil yang gemilang. Kebanyakan manusia hanya mampu melakukan *riyadhah* jasmani. Akhirnya, ketika menemukan problematikan nafs, mereka akan tampi dengan tubuh yang sehat, tetapi mental dan spiritual yang rendah dan rapuh. Dengan demikian psikoterapi Islam akan selalu memberikan pelayanan yang bersifat holistik.

Berbagai metode terapi sufistik ditawarkan, seringkali mendapatkan tafsiran sepintas. Sehingga hanya mampu dijadikan sebagai serangkaian teori yang dikenalkan pada setiap umat Islam. Kadang-kadang tidak disertai dengan aksi untuk melanjutkannya metode dan tekniknya secara terarah, menuju tercapainya tujuan terapi dalam psikoterapi Islam. Metode terapi sufistik hanya akan dapat ditafsirkan menggunakan pendekatan ilmu tasawuf. Penggunaan pisau analisis yang keliru dalam memahami metode terapi sufistik, hanya akan mengakibatkan ketidakpuasan para pelakunya. Apalagi saat ditafsirkan melalui pendekatan rasio semata. Yang ditemukan hanya sebatas mantera atau ritual yang menampilkan kulit luarnya saja. Sebab kedalaman materi mengenai metode terapi sufistik, harus dilakukan pendampingan secara seksama oleh orang yang telah menjalankan sebelumnya. Mereka inilah yang sering dikategorikan sebagai *mursyid*. Mursyid memiliki fungsi ganda, selain sebagai pembuka pintu ilahiyah bagi setiap umat. Juga sebagai *uswah al-hasanah* bagi setiap manusia. mursyid bukan hanya sosok orang terhormat di hadapan manusia. tetapi juga sebagai kekasih Tuhan yang setiap saat akan berkomunikasi dengan Tuhan untuk kesejahteraan manusia. pada umumnya mursyid adalah sebahagian dari auliya yang telah dilengkapi dengan Karamat (kemulyaan). Baik kemulyaan dhaahir maupun

kemulyaan bathin. Auliya akan diunggulkan dari segala kekuasaan atau kemampuan saliknya<sup>19</sup>. Sebagaimana keunggulan para Nabi di hadapan umatnya. Itulah berlaku hukum *sami'na wa atha'na*. sebab para wali adalah ulama yang menjadi pewaris nabi dalam berbagai aspek.

Metode terapi sufistik, mengacu pada perintah Nabi Muhammad SAW dalam hadits-haditsnya atau dalam firman Allah '*Azza wa Jalla*. Kemudian secara teknik para sufi melakukan ijtihad hingga mendapatkan temuan spiritual. Berbeda dengan ijtihad para fuqaha yang hanya mendapatkan kepastian hukum, para sufi berijtihad hingga menemukan tujuan pokok. Ketika terapi sufistik menyarankan melakukan taubat. Maka mursyid menunjukkan dampak terhadap ruhaninya setelah melakukan taubat tersebut. Demikian juga dengan perilaku lainnya, seperti dzikir. Dzikir dalam perspektif tasawuf bukan sekedar mengucap dan mengingat. Tetapi menunjukkan dampak para pelaku dzikir pada perilakunya. Setiap gagasan sufi yang telah menjadi jati diri, dinamakan maqamat. Maqamat atau stasiun ruhani ini mengkoneksikan ruhani manusia dengan Tuhan. Oleh sebab itu selain mereka menjalankannya secara teratur dan terarah, juga akan merasakan keberadaan Tuhan secara bertahap sesuai dengan tingkatan maqamat. Masing-masing sufi dalam maqamatnya akan mengenal Tuhan yang dibuktikan dengan sikapnya. Kearifan manusia akan tergantung pada kekuatan dirinya dalam menjalani maqamat. Para sufi melakukan pengendalian kondisi maqamat melalui bimbingan berkelanjutan yang dilakukan oleh para pendamping atau guru ruhani.

Maqamat dan ahwal merupakan ide dalam tasawuf yang berperan untuk melakukan perubahan terhadap akhlaq, moral, mental dan nafs manusia. Inilah yang menunjukkan peranan tasawuf dalam terapi jiwa bagi manusia. Manusia yang pada umumnya mengalami problematika dan masalah yang menghambat hubungan dirinya dengan Tuhan, akan diselesaikan dengan pelayanan psikoterapi sufistik sebagai bentuk psikoterapi Islam. Dalam kajian psikoterapi Islam, dilakukan kegiatan rutin dalam menumbuhkan serta menciptakan kondisi ruhani agar tetap dalam keadaan suci serta tidak menurunkan kembali derajat maqamat, melalui pertemuan rutin para anggotanya, agar setiap saat saling

---

<sup>19</sup>Abdu al-Karim al-Qusyairy, *Risalah qusyairiyahfi 'ilmi al-Tashawuf*, Darr al-Khair, t.k, t.t, hlm. 36.

mengingatn serta berlomba untuk dengan cepat dapat menemukan “Tuhan”.

Peranan tasawuf yang dituduhkan sebagai penyesat, kini terjawab dengan perubahan perilaku. Bukan sekadar dijawab melalui argumentasi dalam serangkaian teori tentang tasawuf atau psikoterapi. Di antara beberapa pertimbangan tentang perkembangan tasawuf di berbagai penjuru dunia, adalah dapat dilihat dari awal kelahiran tasawuf itu sendiri hingga beberapa periode berikutnya, seperti adanya periode kemunculan disiplin dalam tasawuf. Bahkan hingga kelahiran thariqat dalam cakupannya sebagai organisasi tasawuf. Kemudian dalam catatan sejarah disebutkan bahwa tasawuf mengalami kemunduran pada abad 8 sampai 11.H, yakni bertepatan dengan abad 14 hingga 17.M. Malahan ketika tasawuf mengalami kemunduran, manusia mengalami krisis etika, moralitas serta semangat juang untuk mengembangkan sains berbasis agama. Bahkan hingga saat ini krisis moralitas telah menjadi pemandangan harian. Berbagai kemaksiatan, korupsi (maling), pembunuhan, pembegalan serta hal sejenisnya telah menjadi kabiasaan. Hal inimyang mendorong bangkitnya kembali tasawuf dalam kehidupan bermasyarakat. Tasawuf dibusukan oleh provokasi orang-orang yang senang bergelimbang dalam kemaksiatan.

Tasawuf sebagai salah satu cabang disiplin ilmu dalam ajaran Islam, memiliki peran aktif dalam melakukan pelayanan pada umat, dalam hal pemecahan kondisi spiritual, termasuk di dalamnya sebagai pemberi solusi atas problematika mental dan jiwa, dalam setiap kurun waktu. Apalagi saat terjadi pada abad modern, yang secara otomatis hampir setiap manusia, tengah mengalami keguncangan spiritual, karena berbagai tuntutan. Abad modern, ketika manusia sudah berkiblat pada kerja mesin, akan mengesampingkan aspek nurani sesama manusia. dampaknya secara langsung dapat dirasakan oleh setiap manusia. pada abad ini juga tasawuf menawarkan pendekatan pembinaan serta penyehatan jiwa perspektif Islam, yang menyertakan aspek penyucian jiwa.

Tasawuf juga memberikan arahan serta memberikan pengajaran tentang keikutsertaan Tuhan dalam berbagai aspek. Termasuk pada aspek terapi dan keberadaan jiwanya. Hal ini didasarkan pada sebuah keyakinan bahwa manusia itu merupakan makhluk spiritual. Hubungan antara manusia dengan Tuhan. Komunikasi transenden memberikan

kesempatan untuk setiap manusia sebagai pemuja Tuhan merangkai artikulasi untuk berhubungan dengan sang Pencipta. Baik berbentuk lantunan lagu, sya'ir serta sejenisnya. Beranggapan dengan lantunan tersebut dapat menarik energi ilahiyah dan mengantarkannya kepada Tuhan. Cara ini telah dilakukan bertahun-tahun oleh para pemerhati tasawuf. Hingga dinyatakan bahwa mereka telah menemukan kondisi kesejahteraan mental. Adapun yang disebut dengan kesejahteraan mental sendiri merupakan perpaduan antara kenyamanan jiwa dengan suasana saat itu.

Keberadaan tasawuf dalam ruang lingkup terapi merupakan sebuah pendekatan yang mencoba mengintergrasikan antara psikoterapi “barat” dengan proses pemulihan jiwa dalam sudut pandang ajaran Islam. Bahkan dianggap sebagai upaya membantu melakukan terapi dalam cakupan terapi medis konvensional. Sebagai kelengkapan dalam melakukan terapi bagi jiwa. Tasawuf berkontribusi dalam menghubungkan pembahasan tentang jiwa dalam sudut pandangan psikologi dengan *ilmu al-nafs*. Melalui pendekatan solusi spiritual, pembangunan mental agamis akan dibentuk dengan cepat. Sebagai wujud akhirnya adalah sosok manusia yang melakukan hubungan dengan Tuhan secara dinamis, serta mampu mengimplementasikannya dalam kehidupan sehari-hari di dunia.

Tasawuf juga dinilai berkontribusi pada kesehatan mental. Dalam kajian psikoterapi Islam dan psikoterapi kontemporer dimasukkan ke dalam pembahasan tentang personality (kepribadian). Mencakup di dalamnya mengenai emosi, pikiran dan sikap. Semua diramu dalam sebuah pembahasan tentang unsur jiwa.<sup>20</sup> Pada era modern ini sering dijumpai manusia yang tertekan dengan kehidupan yang tidak mudah ditebak nasibnya. Sehingga perhatian mereka hanya terpusat pada pendapatan materil, tanpa memperhatikan aspek spiritual serta hubungannya dengan Tuhan. Bahkan tidak jarang yang menganggap Tuhan sebagai pelarian alternatif saat mereka ditimpa musibah. Sedangkan pada saat keadaan lapang, keberadaan Tuhan hanya dinilai sebagai pelengkap atau hanya sebatas asesoris dalam setiap pembahasan sosial. Tidak dijadikan sebagai ruh kehidupan. Tekanan batin yang sering melanda masyarakat modern seringkali hanya diakhiri dengan bunuh diri

---

<sup>20</sup> Bahrun, *Filsafat tasawuf*, Pustaka Setia, Bandung, tahun 2010, hlm.85.

dan kecemasan mendalam. Padahal solusi terbaik adalah berhubungan dengan Tuhan. Maka melalui tasawuf seseorang akan dikenalkan dengan keberadaan Tuhan di lingkungan manusia.

Pada beberapa keadaan, tasawuf juga menurunkan teknik dalam peningkatan kesehatan mental. Dalam wujud meditasi (*khlawat* dan *tahannuts*)<sup>21</sup>, dzikir serta ritual-ritual sejenis dianggap akan menurunkan angka kecemasan pada manusia. Sebab pada kondisi ini, mampu membangkitkan kesadaran spiritual secara utuh. Tasawuf juga membantu manusia untuk menemukan jati diri. Melalui cara demikian, akan menampilkan hidup bermakna menurut ajaran agama Islam. Ajaran tasawuf mencoba mengintegrasikan praktik medik psikiatrik dengan agama. Dalam cakupan psikoterapi Islam, dikenal sebagai ruh dari semua proses istisya adalah agama. Sebab tanpa menyertakan agama, segala upaya penyehatan hanya akan berlaku sementara. Dan melalui agama pula, seseorang akan mengenal bahwa Dzat penyembuh adalah Allah ‘Azza wa Jalla. pada era moderen ajaran tasawuf telah mulai dilirik oleh sejumlah praktisi psikoterapi. Kemudian melahirkan tradisi baru dalam menjalankan terapi. Yakni membiasakan untuk memberikan resep obat-obatan medis bagi pasiennya yang disertakan dengan do’a-do’a agar batin pasien atau kliennya terhubung dengan Tuhan.<sup>22</sup>

Aspek implementasi tasawuf di lingkungan para terapis, sering kali dijumpai menerapkan teknik-teknik *taqarrub* untuk membangkitkan spiritual keagamaan. Masalah *nafsiyah* yang sering diidentikan dengan masalah psikologi, tentunya akan mementahkan pemahaman tentang tasawuf sebagai bagian dari teknik psikoterapi Islam. Kadang-kadang tasawuf menawarkan solusi yang tidak lumrah dalam pendekatan psikologi barat. Tetapi pada hasilnya, dapat dilihat secara jelas dan menunjukkan hasil kerja yang signifikan. Tulisan beberapa pemikir barat seringkali tidak menyertakan atau menghubungkan dengan aspek teologis. Dalam psikoterapi Islam, memasukan peran ajaran tasawuf dalam melakukan pemulihan jiwa, menuju kesucian dan pertemuan dengan Tuhan (*liqaullah*).

---

<sup>21</sup>Muhammad bin Ismail al-Bukhary, *Shahih al-Bukhary*, Juz.1, Thaha Putra, Semarang, Indonesia, t.t, hlm.6.

<sup>22</sup>Hawari, Dadang, Dimensi Religi dalam praktek psikiatri dan psikologi, Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, Jakarta, tahun 2002, hlm.182.

Ajaran tasawuf juga dipandang sebagai sebuah konsep yang menjanjikan perubahan bagi sikap mental manusia. serta pengaruhnya sangat besar terhadap perkembangan serta perubahan perilaku. Sebagai sebuah konsep mistisisme dalam Islam, tasawuf memiliki sejumlah teknik yang dianggap mampu memberikan pembinaan mental dan nafs manusia guna menyikapi konteks modern yang saart akan tantangan dan berbagai problematika kemanusiaan. Tantangan sains dan modernisasi, mengharuskan ajaran tasawuf mampu berkontribusi dalam menjadikan sains dan teknologi sebagai wasilah kesuksesan manusia sebagai hamba Tuhan. Perkembangan psikologis yang dijadikan objek ajaran tasawuf juga memberikan pemahaman, bahwa tasawuf tidak seburuk pandangan sebahagian orang. Jika kebanyakan orang memandang sikap asketisme yang ditampilkan para sufi dianggap sebagai pembawa kemunduran peradaban. Maka tasawuf modern akan menunjukkan kemampuan ajaran tasawuf dalam pembinaan mental serta nafs berbasis teologis.

Ide penyucian jiwa dalam ajaran tasawuf menekankan pentingnya perhatian terhadap perkembangan mental serta jiwa manusia dalam menjalankan misi kemanusiaannya. Serta melakukan segala Tindakan yang menggunakan aspek materil sebagai wasilah berhasilnya unsur immaterial. Gerakan penyucian jiwa dianggap lebih menguatkan aspek kesehatan jiwa dalam sudut pandangan psikologi kontemporer. Sifat-sifat kekurangan yang diajarkan psikologi kontemporer akan disempurnakan dengan ajaran tasawuf, sehingga konsep diri menurut ajaran tasawuf menjadi lebih dinamis serta mampu melakukan pembinaan intensif dan memberikan arah manusia menuju statusnya sebagai wakil Tuhan. Upaya penyucian jiwa merupakan gagasan teknik menghilangkan sifat buruk manusia yang telah terkontaminasi sifat *syathaniyah*. Upaya pengosongan sifat buruk tersebut dikenal dengan sebutan *takhalli*. Ajaran ini mengutamakan individu dalam melakukan penatalaksanaan batin menuju kondisi harmonis antara jasad, nafs, qalb dan ruh.

Adapun hasil dari pembinaan mental melalui tasawuf ini, diharapkan terciptanya kualitas jiwa yang *karimah* (mulia). Sebagaimana misi Nabi Muhammad SAW ialah penegakan *akhlaq al-karimah*. Pada dasarnya praktik tasawuf memiliki kegunaan sebagai terapi dalam kesehatan mental terkait dengan aspek tologis. Bahkan mampu melakukan penyembuhan terhadap gangguan berupa cemas, stress, depresi

serta krisis teologis. Beberapa kalangan thariqat menggunakan teknik-teknik yang selalu dihubungkan dengan kesehatan teologis individu.

Praktik-praktik sufistik berbasis thariqat seringkali menampilkan gerakan artikulasi yang berbeda. Bahkan hanya dengan tujuan yang sama, antara lain saat mereka melakukan dzikir, dan wirid atau bahkan do'ado'a *lafdziyah*. Mereka anggapan bahwa lantunan itu akan berdampak pada perilaku dan kekuatan spiritual menghadapi segala tantangan waktu. Hal ini memerlukan pemahaman yang mendalam. Sehingga setiap orang tidak memahami dengan sepintas lalu. Yang berakibat adanya penyangkalan terhadap kegiatan sufistik yang dipandang dapat memberikan manfaat besar di era modern. Setiap kali para sufi melakukan lantunan apapun bentuknya, harus dapat diukur dan diteliti secara seksama, terutama ketika bersentuhan dengan perubahan perilaku. Konsep sufistik yang selalu menghubungkan antara peranan manusia dengan keberadaan Tuhan, harus dengan jelas dapat dipahami secara ilmu atau pengetahuan. Alam inderawi yang bersifat materialistik, tidak sepenuhnya dapat membuktikan peranan tasawuf dalam mengubah perilaku. Apalagi hanya berupa artikulasi dzikir dan wirid. Dzikir sendiri diperintahkan dalam al-Qur'an secara jelas pada surat al-Ahzab ayat 41. Dzikir merupakan rukun dari semua perbuatan. Oleh sebab itu, semua thariqat dan dalam pendekatan sufistik, dzikir dijadikan sebagai pokok dalam sendi kehidupan. Perpaduan antara lisan, qalb dan nafs menjadikan peningkatan kualitas kemanusiaan.<sup>23</sup> Hanya saja masih terdapat pintu pengetahuan yang dituntut untuk mendapatkan informasi mengenai peranan tasawuf dalam melakukan perubahan sikap. Pada saat ini baru sampai para praktik meditasi dan khlawat yang sudah mendapat perhatian sains. Selain itu, masih dianggap menjalankan aspek asketis yang dipandang membawa kemunduran dalam perkembangan sains di era modern. Berbagai tekanan artikulator dalam melantunkan dzikir dari masing-masing thariqat. Tekanan pada akhir lafadz, di tengah saat membacakan huruf istitsna dan pada awal lafadz dzikir. Sehingga dapat dijadikan identitas sebuah thariqat jika dipandang dari tekanan suara saat berdzikir.

Tasawuf juga senantiasa menghubungkan keberadaan Tuhan dalam diri manusia. baik sebagai pendamping ataupun sebagai penggerak

---

<sup>23</sup> Abdu al-Karim al-Qusyairy, *Risalah Qusyaitiyah fii ilmi al-Tasawuf*, Darr al-Khair, t.k, t.t, hlm. 221.

manusia. penguatas aspek spiritual manusia menuju pertemuan dan komunikasi transenden menggiring manusia menjadi para pencinta tuhan. Para sufi memberikan ide-ide cemerlangnya tentang konsep *taqarrub* (pendekatan diri kepada Tuhan). Hal ini tentu harus mendahulukan pengenalan mengenai Tuhan itu sendiri. Sehingga keberadaan Tuhan tidak lagi hanya sekedar sangkaan hambaNya, baik dalam aspek kebijakan maupun hal-hal yang terkait dengan perubahan sikap manusia melalui jalan tasawuf.

Tasawuf juga memberikan alur untuk seseorang dapat menemukan makna hidup. Atau bahkan hidup bermakna. Kehadiran Tuhan bukan lagi hanya diakui sebagai bentuk luapan emosional. Melainkan dengan penuh keyakinan atas dasar epistemologi keyakinan. Melalui cara ini seorang sufi merasakan kesejahteraan spiritual yang tidak terikat dengan padangan materialism yang bernuansa empiris. Sebuah kepuasan bagi para sufi ketika sinyal ilahiyah dapat ditangkap dengan batinnya. Dengan cara demikian, mereka akan mendapatkan ketenangan hakiki yang disebut dengan jiwa muthmainnah. Oleh sebab itu ajaran tasawuf dipandang juga sebagai bentuk ajaran yang mengatur moralitas dan pekerjaan batin.

Ide tasawuf harus memiliki resiliensi pada saat menghadapi segala bentuk tantangan dan hambatan sufistik di era modern. Pandangan sufistik juga memberikan dampak pada setiap individu untuk mendapatkan kenyamanan tersendiri. Meskipun asalnya hanya bersifat individual, akan tetapi dampaknya akan dirasakan secara komunal. Skala sikap yang diunggulkan dalam dunia sufi, memiliki manfaat dalam pengembangan kualitas spiritual hingga mendapatkan kuiditas ilahiyah.

Dalam pendekatan ilmu dakwah, tasawuf menjadi bagian dari serangkaian proses pembinaan diri manusia menuju al-insan al-kamil. Adapun hubungan dengan psikoterapi sufistik adalah mengenai fungsi tasawuf dalam memberikan suasana batin yang nyaman, suci dan sehat. Kesucian batin menjadi orientasi bagi psikoterapi Islam. Psikoterapi Islam juga dipandang sebagai bagian dari kerja ilmu dakwah, yang tercakup di dalamnya mengenai kerja bimbingan dan konsengi islam sebagai salah satu upaya awalnya. Keberadaan pemikiran Ikhwanu al-Shafa menjadi bukti kelahiran bimbingan konseling Islam masa silam. Meskipun tidak disebutkan dengan menggunakan kata Islam. Pemikiran barat juga menggunakan teori bimbingan vokasional yang mengarah pada

kemampuan manusia dalam menjalankan karirnya sebagai seorang hamba Tuhan.

Ilmu dakwah telah memberikan celah untuk masuknya psikoterapi sufistik sebagai psikoterapi Islam, yang mengarah pada perbaikan perilaku manusia melalui berbagai sektor. Mulai dari dakwah al-nafsiyah yang mencakup perbaikan diri sendiri melalui menyembuhkan serta penyucian jiwa. Inilah yang kemudian dikenal sebagai dakwah kepada diri sendiri. Sebagaimana diisyaratkan Rasulullah SAW yang menyebutkan teknik dakwah dengan memulai dari diri sendiri. Oleh sebab itu keberadaan manusia sebagai hamba Tuhan memerlukan kemampuan untuk dapat melakukan pengamatan terhadap diri sendiri, melalui konsep muhasabah. Muhasabah sebagai sebuah konsep besar, mengantarkan umat ke pada sikap perbaikan diri oleh dirinya sendiri. Sejalan dengan pemikiran Gestalt.

Pada bentuk dakwah fadhiah, arah tasawuf dimunculkan sebagai sebuah teknik dalam memperbaiki orang lain dengan penuh kehati-hatian terutama yang terkait dengan hal-hal yang bersifat privasi. Inilah yang kemudian dikembangkan dalam teknik konseling dalam kerangka bimbingan dan konseling Islam.

Selanjutnya, dalam kaitan dengan ilmu dakwah yang tergolong pada *turuq al-istinbath wa al-istidlal* adalah memasukan metode dzikir dan teknik-tekniknya, metode tazkiyat al-Nafs beserta tata cara pelaksanaannya dan metode relaksasi dalam wujud dzikir sebagai tekni penenang qalb, metode ruqyah dengan sejumlah tekniknya, serta metode tajribi (uji coba yang dapat dipraktikan) dengan segala hasil serta kelengkapannya.

## **B. Terapi sufistik sebagai uswah**

Istilah *uswah*<sup>24</sup> diterjemahkan menjadi tauladan. Istilah ini akrab dalam pembahasan mengenai term agama. Kalangan fuqaha

---

<sup>24</sup> Pengertian uswah diartikan sebagai contoh. Dalam ajaran Islam dikenal dengan uswah al-hasanah. Hal ini telah dicantumkan dalam al-Qur'an surat al-Ahzab ayat 21 serta al-Mumtahinnah ayat 4 dan 6. sebagai acuan istilah yang menunjukkan bahwa nabi Muhammad SAW dan nabi Ibrahim adalah contoh terbaik dalam kehidupan sebagai manusia yang menjadi hamba Allah. Contoh terbaik dalam bahasa Indonesia dikenal dengan istilah teladan, yakni

menyamakan istilah ini dengan contoh. Pada dasarnya semua kalangan mengumandangkan ajaran Islam itu adalah mengambil uswah dari Rasulullah SAW, bahkan sebahagian menyebutkan bahwa *uswah al-hasanah* tersebut diambil dari sunah para nabi terdahulu. Para Nabi menunjukkan berbagai teknik atau bahkan menerapkan metode sufistik dalam setiap perbaikan bagi umat. Seperti qurban yang disyariatkan pada Ibrahim ASS. Qurban sendiri tidak selalu berkonotasi melakukan penyembelihan seperti dilakukan Ibrahim ASS. Pada syariat nabi Muhammad SAW diperjelas dengan adanya ayat yang menjelaskan mengenai penjelasan tentang tidak akan sampainya darah dan daging qurban kepada Allah. Tetapi ketaqwaanlah yang akan mendapatkan penilaian dari Tuhan. Hal tersebut menunjukkan bahwa qurban bukan lagi hanya berbentuk ritual penyembelihan. Melainkan Pendidikan ketaqwaan melalui upaya *taqarrub*. Kegiatan qurban yang dikaitkan dengan ibadah haji, memberikan kesan bahwa haji sebagai ibadah yang merupakan puncak spiritual, menjadi tidak sah jika tidak disertai dengan sikap *taqarrub* kepada Allah *'Azza wa Jalla*. Hal serupa dilakukan Daud ASS dengan shaumnya. Shaum bagi Daud ASS bukan sekedar menahan makan dan minum dengan cara selang satu hari. Melainkan juga karena Daud ASS memiliki banyak istrinya, maka ia harus mengatur intensitas hubungan keluarga secara seimbang dengan kewajiban sebagai Nabi dan Raja. Yang terjadi pada Nuh ASS, adalah membuat perahu di atas gunung. Yang demikian bukan semata membuat sebuah bahtera secara konkrit. Akan tetapi Nuh ASS disyariatkan untuk selalu menjaga keseimbangan alam dan kelangsungan sebagai Nabi berwawasan lingkungan hidup. Sebagai penyeimbang tentang kepeduliannya terhadap alam dilakukan oleh Sulaiman ASS. Keberadaan Sulaiman ASS memberikan pendidikan sufistik melalui kepedulian kepada hewan, jin dan yang lainnya. Selain itu juga Sulaiman ASS memberikan pelajaran mengenai pengaruh jiwa terhadap perhatian terhadap Allah *'Azza wa Jalla*. Teguran Allah kepadanya karena terlena dengan kuda-kuda dan ikan menjadikan pelajaran bagi umat agar senantiasa melakukan *dzikrullah* sepanjang waktu.

---

upaya mengikuti perilaku sebagai pribadi yang baik, interaksi sosial serta peribadatan kepada Allah *'Azza wa Jalla*.

Dalam beberapa hadits dikemukakan tentang uswah yang ditunjukkan Nabi Muhammad SAW kepada umat tentang keunggulan Imam Ali bin Abi Thalib, yang disebut sebagai pintu ilmu. Dan Nabi Muhammad SAW sendiri sebagai gudangnya ilmu. Hal ini memberikan isyarat bahwa Imam Ali Karramallahu wajhah memiliki perilaku yang disetujui Rasulullah SW. oleh sebab itu keberadaanya menjadi uswah bagi segenap umat nabi Muhammad SAW. Bahkan menurut pandangan Husain al-Najafy, bahwa mencintai Imam Aly adalah sama dengan mencintai nabi dan mencintai Nabi sama seperti mencintai Allah. Merujuk sebuah hadits yang diriwayatkan oleh al-Thabrany, al-Kamil dan Ibnu Abi Syaibah.<sup>25</sup>

Pendidikan ruhani serupa dikisahkan dalam surat Yusuf ASS saat menjalani ujiannya. Ketika dihadapkan pada perilaku seorang wanita yang mengajaknya untuk melakukan kemasiatan. Kekuatan iman Yusuf ASS dalam menahan diri dari tipu daya Iblis yang dihembuskan pada permaisuri perdana menteri saat itu. Sikap di atas hanya dimiliki orang-orang yang telah melakukan pembinaan (riyadhah) batiniyah. Ia sempat diuji dengan serangan saudara-saudaranya hingga dinyatakan wafat dimakan serigala gurun. Namun Yusuf ASS tidak menaruh dendam sedikitpun pada mereka. Hal ini menunjukkan sikap yang dihasilkan dari riyadhah ruhani yang diajarkan ayahnya (Ya'qub ASS).

Dari semua kisah Nabi-nabi yang terdahulu, memberikan *i'tibar* bahwa tasawuf dan psikoterapi berbasis tasawuf akan mentauladani jejak para nabi. Maka sangat keliru jika ada pemahaman bahwa psikoterapis sufistik merupakan tindakan bi'dah. Bahkan psikoterapi ini menjalankan sikap para nabi terdahulu untuk menjalankan penyucian jiwa dan penatalaksanaan nafs. Sehingga berpengaruh besar pada perilaku, berlandaskan teologis normatif. Berbeda dengan psikoterapi profetik.

Adapun perbedaan antara psikoterapi sufistik dan psikoterapi profetik adalah, bahwa psikoterapi profetik memiliki landasan empirisme. Dengan demikian pemikiran empirisme yang dianut, memberikan pengaruh besar pada gagasan terapinya. Landasan lainnya hanya mengacu pada pemikiran psikologi barat. Orientasi psikoterapi

---

<sup>25</sup>Ahmad al-Najafy, 'Abdu al-Husain, *Takmilatu al-Ghadir fii al-Kitab wa al-Sunnati wa al-adabi Tsamratu al-Ashfari ila al-Aqthar*, Markaz al-Ghadir, Bairut, Lebanon, tahun 2008, Juz 2, hlm.23.

barat hanya sampai pada layanan penyembuhan jiwa luar. Sedangkan psikoterapi Islam atau psikoterapi sufistik berorientasi pada peningkatan kesucian jiwa. Dan jalannya disebut dengan *tazkiyat al-nafs*. Oleh sebab itu ketika seseorang menolak tasawuf, berarti mereka telah merusak tatanan jiwanya. Sebab tidak ada yang melakukan perbaikan terhadap jiwa kecuali tasawuf. Di dalamnya terdapat perbaikan akhlaq dan penyucian jiwa.<sup>26</sup> Demikian pula dengan metode yang digunakan psikoterapi sufistik ialah melalui tahapan-tahapan yang menjadi kebutuhan jiwa para sufi, antara lain penggunaan metode takhalli, tahalli dan tajalli. Dengan serangkaian teknik-teknik turunannya. Sedangkan yang dipergunakan dalam psikoterapi profetik, hanya sebatas penggunaan CBT, psikoanalisis dan sejenisnya. Oleh sebab itu, psikoterapi sufistik dapat menjadi pelengkap bahkan lebih memberikan perhatian jiwa luar dan dalam.

Psikoterapi sufistik mentauladani perilaku para nabi dalam memberikan layanan kesehatan jiwa umatnya. Serangkaian upaya peningkatan serta menumbuhkan kesadaran pada aspek spiritual, yang berdampak pada peningkatan akhlaq dan hubungan diri dengan Tuhan. Sedangkan pada psikoterapi profetik, lebih memperhatikan penyembuhan pada penyintas gangguan jiwa yang gejalanya ditangkap oleh indera. Fokus lebih diarahkan pada aspek kesehatan mental. Tanpa adanya hubungan dengan Tuhan. Oleh sebab itu kalangan muslim dapat dipastikan akan memilih psikoterapi sufistik sebagai solusi dalam menyelesaikan segala persoalan. Sebab dalam semua tekniknya akan selalu dilakukan upaya konsentifitas dengan Tuhan.

Kemudian, pada term pemikiran bernuansa ilahiyah, tasawuf memberikan alur pencerahan agar manusia memahami serta merasakan ruh yang telah masuk ke alam *ajsam*. Alam konkrit yang memiliki sifat *fana*, memberikan kesempatan para sufi untuk dapat merasakan semua yang terjadi dan kehendak Tuhan. Turunnya ruh<sup>27</sup> Tuhan ke alam akal dalam wilayah *ahadiyah*, akan mendorong munculnya pemahaman tentang sifat Tuhan dan keberadaan akal ada manusia. Para Nabi, Rasul dan Wali memberdayakan ruh tersebut untuk sepenuhnya mampu melakukan motivasi dalam pengabdian sepenuh hati yang dilakukan oleh setiap

---

<sup>26</sup>Ahmad Muhammad Bilqis, *Ibnu Taimiyah al-Shufy*, Marakazu Tafikiri li al-Buhutsi wa al-Dirasah, t.k, t.t. hlm.195.

<sup>27</sup>Ibnu al-Qayyim al-Jauziyah, *Al-Ruh*, Darr al-Fikr, Beirut, t.t, hlm.20.

manusia. Kesatuan antara ruh Tuhan dengan unsur kemanusiaan yang dikenal dengan istilah *haqiqat al-Muhammadiyah*. Peringkat ini dianggap sebagai derajat tertinggi pada manusia yang senantiasa menyucikan unsur ruhani dan nafsaninya. Dengan demikian, aspek pemberdayaan ruh sebagai pendorong munculnya *haqiqat al-Muhammadiyah* dianggap sebagai terapi bagi jiwa yang sedang tidak mempedulikan status manusia tertinggi tersebut. Bahkan pada peringkat sebelum pencapaian *haqiqat al-Muhammadiyah*, seorang sufi akan memasuki derajat *al-Insan al-kamil*. Meskipun perdebatan tentang status *al-Insan al-Kamil* bagi manusia selain Nabi Muhammad SAW, tetapi status ini dipahami sebagai derajat tertinggi dalam aspek kemanusiaan. Sehingga beberapa pemikir sufi memberikan acuan kesehatan nafs. Seperti pada kalangan ikhwan *al-Thariqat al-Tijaniyah* memasukan sebagai indikator kesehatan jiwa. Oleh sebab itu, kalangan thariqat ini selalu menguatkan jiwa mereka menggunakan pendekatan pembinaan spir itual, agar tercipta kondisi jiwa yang menangkap sinyal *haqiqat al-Muhammadiyah*.

*Haqiqat al-Muhammadiyah* sendiri merupakan pancaran Nur dan Ruh tuhan. Status di atas juga dinilai sebagai sebutan mulia dari Allah 'Azza wa Jalla, untuk hambaNya yang selalu melalukan penyucian jiwa. Meskipun demikian, upaya penyucian jiwa dalam mencapai *haqiqat al-Muhammadiyah*, harus diawali dengan penyembuhan serta pemulihan jiwa perspektif psikologi propfetik dan psikologis sufistik. Kemunculan *haqiqat al-Muhammadiyah*,<sup>28</sup> diawali dengan masuknya Ruh tuhan kepada alam Malakut yang berpengaruh pada hayal dan mimpi serta kemampuan manusia dalam menerjemahkan Bahasa alam sebagai bentuk isyarat dari Tuhan. Hal ini tidak akan diperoleh, tanpa adanya kondisi jiwa yang sehat dan suci. Yang demikian menjadi motivasi bagi perkembangan psikoterapi sufistik. Sikap ini merupakan tauladan dari para nabi, Rasul dan Wali Allah 'Azza wa Jalla.

---

<sup>28</sup>Haqiqat al-Muhammadiyah memberikan pemahaman, bahwa perilaku Nabi Muhammad SAW adalah hakikat dari terpujinya Tuhan. Ketika masuk dalam jismani manusia, maka manusia tersebut akan melakukan perubahan akhlaq. Sebagaimana misi kenabian Muhammad SAW adalah menyempurnakan akhlaq. Muhammad al-Kitany, *Lisanu al-Hujjati al-Burhaniyah*, Nafaisu al-Kitaniyah, Maroko, t.t, hlm. 93.

Saat Ruh Allah dimasukan ke derajat paling rendah, atau dimasukan ke dalam tingkat rendah, dengan maksud agar setiap alam rendah mampu melakukan interkasi dengan Tuhan secara langsung. Hal tersebut menjadikan model psikoterapi Islam yang lebih dipahami sebagai psikoterapi sufistik, dalam menjadikan model tersebut sebagai alur menuju pertemuan dengan tuhan baik secara dhahir maupun bathin. Sesuai dengan firman Allah yang menyebutkan bahwa Allah adalah Dzat Dhahir dan Dzat Bathin. Adapun penyangkalan akan dhahirnya Allah, merupakan gagasan yang sangat menyesatkan dan bertentangan dengan al-Qur'an. Para Rasul, Nabi dan Wali telah menempuh jalur di atas. Sehingga keyakinan mereka semakin kuat dan tegar saat mendapatkan tantangan dari berbagai hal. Saat sebahagian manusia mengalami krisis keyakinan terhadap eksistensi Tuhan, kalangan ini telah menguat dengan keyakinan yang bukan hanya didapat melalui taqlid dan hayalan. Melainkan diperoleh dengan cara yang sangat agung. Pengamalan ajaran agama berbasis keyakinan hakiki, akan memiliki perbedaan dengan manusia yang memiliki keyakinan dengan hayalan belaka. Kelompok manusia yang memiliki keyakinan dengan perantaraan hayalan, dinyatakan sebagai orang-orang yang terganggu nafsnya. Inilah yang menjadi sasaran psikoterapi Islam atau psikoterapi sufistik.

Seringkali sebahagian kaum materialistik mempertanyakan pernyataan bahwa manusia dapat bertemu Tuhan saat di dunia. Yang demikian karena pengaruh tidak pahamnya terhadap qudrat dan iradat Allah 'Azza wa Jalla. Padahal secara tertulis dalam kitab suci telah jelas. Bahkan beberapa tokoh agama terdahulu, seperti Ummi Musa, Maryam, dan yang lainnya, telah jelas sangat memahami tentang keberadaan Tuhan melalui dzahir dan bathin. Tuhan dapat dijamah oleh pandangan dzahir, selama manusia memberdayakan ruh dan jasad manusia itu sendiri melalui berbagai riyadhah ruhani dan nafsani. Istilah riyadhah telah populer di kalangan *ahlu al-tasawuf* (sufi). Istilah ini dinisbatkan pada sebuah kegiatan yang berhubungan dengan pelatihan serta "penajaman" ruhani dan nafsani. Di dalamnya meliputi serangkaian kegiatan ibadah mahdhah yang di dasarkan pada pembetulan nafs yang suci dan ruhani yang mampu menangkap sinyal ilahiyah. Sebahagian sufi menggunakan ibadah ini sebagai pelatihan yang dilakukan secara bertahap, bertingkat dan berlanjut. Ketika ibadah *mahdhah* dijadikan teknik terapi atau bahkan sebagai riyadhah ruhani, maka keberadaannya menjadi dua pemahaman.

Pertama sebagai ibadah (pengabdian), yang dilakukan menggunakan pendekatan fiqh. Oleh sebab itu segala peraturan terkait hukum fiqh akan diindahkan sebagaimana mestinya, serta sesuai madzhab fiqh masing-masing. Sedangkan yang kedua adalah menurunkan ibadah *mahdhah* menjadi sebuah gerakan atau perilaku manusia. diantaranya adalah menafsirkan kalimat atau serangkaian kegiatan, yang maknanya dapat ditangkap dan diberdayakan menjadi sosok teori atau konsep besar yang mampu mensejahterakan berbagai lini. Baik kesejahteraan badani, maupun batini.

Ketika para sufi menyatakan bahwa adanya hubungan antara ruh, nafs dan jasad. Maka lahirlah analisa bahwa segala hal yang menyangkut kesehatan masing-masing unsur tersebut. Masing-masing unsur saling berhubungan. Sebagaimana disebutkan dalam beberapa hadits Nabi SAW. Oleh sebab itu, keberadaan psikoterapi sufistik melakukan kegiatannya berdasar kepada tauladan Rasulullah SAW. Di antara teknik penyucian jiwa yang dilakukan Rasulullah SAW dalam rangka mencaai pertemuan dengan Allah '*Azza wa Jalla* adalah melalui pembinaan ruhani, agar selalu beramal shalih. Ialah perbuatan yang menunjukkan manfaat yang sangat besar bukan hanya untuk manusia, melainkan bagi seluruh alam. Keshalihan tidak dapat ditunjukkan dengan indikator rendah, seperti tersaksikannya ritual dengan rajin dan sebagainya. Akan tetapi akan ditunjukkan dengan hasilnya. Ialah adanya pertemuan dengan Tuhan. Teknik berikutnya adalah hilangnya kemusyrikan dalam pengabdian. Tindakan kemusyrikan yang selalu diidentikan dengan penyembahan terhadap patung-patung atau kepercayaan terhadap dewa-dewa, merupakan kekurangan pemahaman akan keberadaan Tuhan. Kemusyrikan merupakan gangguan jiwa yang melanda para hamba Tuhan, ketika mereka menemukan masalah berat dalam hidupnya, kemudian manusia tersebut menggantungkan pada keyakinan bahwa yang demikian adalah sosok yang memiliki kesamaan dengan kekuatan Tuhan. Di jaman modern ini sering dijumpai manusia yang berpendapat, bahwa hidup itu harus dengan uang, atau dengan sistem perekonomian. Maka yang demikian adalah sosok pengganti tuhan yang tanpa disadari telah mengubah keyakinan manusia kepada Tuhan yang sesungguhnya. Berdasar kepada perilaku Nabi, mereka meluruskan keyakinan tersebut hingga menemukan kembali keyakinan sesungguhnya tentang Allah.

Jika dihubungkan dengan konsep *mahabbatullah* dalam ajaran tasawuf. Maka seseorang tidak akan merasakan cinta, apabila belum mampu mengenal Allah ‘*Azza wa Jalla* secara hakiki. Gagasan tentang rasa cinta, merupakan semua ekspresi manusia yang telah mengenal dengan baik kepada yang dicintainya. Dalam hal ini, Abdu al-Qadir al-Jailany berargumentasi, bahwa manusia telah diberikan kelebihan oleh Allah ‘*Azza wa Jalla*, dengan kemampuan untuk mengenal Tuhan secara hakiki. Merujuk pada perilaku para Rasul dan Nabi yang senantiasa mengumandangkan cinta Tuhan berdasar pada perintah Tuhan. Kemampuan manusia (umat) dalam mengenal Tuhan, secara turun temurun (nasabiyah) dari Nabi kepada shahabat, thabi’in dan seterusnya untuk selalu melakukan *taqarrub* (pendekatan terhadap Allah). Tentu saja sebuah pendekatan tidak dilakukan dengan menggunakan hayalan. Melainkan harus melalui pertemuan yang membuat para sufi sangat yakin.

Keberadaan ruh dalam badan manusia merupakan salah satu objek dari psikoterapi sufistik. Sebab ruh memiliki hubungan erat dengan *nafs* (jiwa). Pada kajian terapi profetik ada yang dikenal dengan psikosomatik. Yakni gangguan fisik sebagai dampak dari gangguan jiwa. Hal tersebut menunjukkan bahwa psikoterapi profetik baru menghubungkan antara jasad dengan jiwa. Sedangkan pada psikoterapi sufistik, para sufi menghubungkan antara jiwa (*nafs*), ruh, dan jasad. Sebagai wujud nyata adalah ada perubahan perilaku. Kajian psikoterapi profetik seringkali masuk pada aspek kopulatif. Yakni adanya keterbatasan pembahasan, karena perangkat untuk menjelaskan secara tuntas tidak tersedia. Pada psikoterapi sufistik telah memadukan aspek *wujud* (realitas mutlak), *maujud* (realitas menjelma) dan aspek *mahiyah* (wujud sebagai penangkap prespesi). Ketika membahas *wujud* sebagai realitas, para nabi, Rasul dan Wali memberikan tauladan, agar setiap manusia memahami keberadaan Tuhan secara hakiki. Terapi sufistik yang mengandung unsur teologis dipergunakan, untuk menangkap gelombang ilahiyah dalam. Sehingga para shahabat dan umat yang paling dekat dengan nabi akan merasakan pencerahan dalam spiritual mereka. Mengakibatkan peningkatan kualitas pengabdian mereka kepada tuhan, terus bertambah setiap saat. Pada saat seseorang memahami tentang realitas yang menjelma (*maujud*). Konsep ini mengilhami para sufi untuk dapat meyakini dengan seksama tentang keberadaan dirinya dan keberadaan

Tuhan. Hal tersebut mentauladani sikap Nabi Zakariya ASS, ketika menghadapi ajalnya dalam hukuman raja Herodes. Keyakinan kebersamaan dengan Tuhan dan menjelmanya unsur ilahiyah bersama dengan unsur insaniyah, menjadikan kekuatan batin. Sehingga perilaku Zakariya ASS waktu itu tidak gentar melawan kebijakan Heriodes. Demikian juga dengan sikap sebagai hasil dari keyakinan tersebut dirasakan oleh Ibrahim ASS saat menghadapi hukuman dari raja Numrudz, yang menghukun beliau dengan dibakar hidup-hidup. Yang demikian, adalah wujud ruh Tuhan akan selalu bersama orang-orang shaleh. Gelombang yang terkoneksi dengan alam, memberikan pelayanan alam pada manusia. Inilah yang kemudian akan dibahas dalam ilmu tasawuf sebagai gerakan *mail al-khalqi*.

Kemudian, aspek sufistik juga memberikan pendalaman pada kajian tentang *mahiyah*, di dalamnya membahas wujud sebagai penangkap persepsi. Setiap persepsi yang masuk dalam batin seseorang akan ditangkap dengan gelombang *mahiyah*. Cara ini lebih efektif dalam mengenalkan Tuhan sejati pada tuhan-tuhan palsu. Oleh para sufi dijadikan sebagai salah satu terapi psikologis dalam menyelesaikan persoalan krisis teologis. Berdasarkan pertimbangan historis, para sufi merupakan sosok manusia yang memiliki kepedulian terhadap kondisi batin manusia. Terutama saat memperhatikan kebisaan dan sikap hendonistik yang dilakukan para penguasa pada masa Dinasti Umayyah. Mu'awiyah bin Abu Sufyan, Yazid bin Mu'awiyah dan seterusnya menunjukkan arogansi politik yang menunjukkan ketidak akaraban dengan Tuhan. Maka para sufi berijtihad untuk melakukan taqarrub serta mengembalikan kondisi jiwa yang telah terkontaminasi dengan situasi saat itu. Krisis moral dan akhlaq terjadi pada periode di atas. Maka para sufi melakukan perhatian besar melalui terapi sufistik dalam menyembuhkan gangguan jiwa yang mempengaruhi perilaku manusia.

Setelah mempertimbangkan segala kebutuhan ruhani, para sufi memulai dengan gerakan zuhud dan jihad. Zuhud mengandung makna bersungguh-sungguh untuk mendapatkan ridha Tuhan. Secara otomatis, mereka mesti mengenal Tuhan dengan baik dan benar. Sedangkan jihad merupakan upaya untuk mengendalikan nafs menuju kondisi Kesehatan jiwa. Gerakan zuhud dinilai sebagai kegiatan sufi yang mengarahkan jiwa sufi untuk mendapatkan kepribadian yang teologis. Inilah yang disebut sebagai elit ruhaniyah.

Ketika gerakan zuhud dan jihad digulirkan para sufi, mengarahkan manusia pada psikomoral. Kondisi ini diharapkan mengubah perilaku negatif menuju perilaku positif. Inilah yang sering disebut dengan gerakan *ma'rifat*. Doktrin ini dikenalkan sufi besar Bernama Ma'rif al-Karakhi pada 815 M. kemudian dilanjutkan oleh Dzunnun al-Mishri dan al-Darani. Situasi ini dianggap memiliki kekuatan nafs yang akan menjadikan seseorang memasuki keadaan tajalli. Demikian pula saat *fana'*, seseorang akan melihat segalanya adalah Allah yang bukan hanya ketuhanNya.

Kemudian, ketika masa dintsati Abasiyah, perkembangan tasawuf menjadi menjamur, yang menjadikan perubahan kehidupan masa itu. Perkembangan ilmu pengetahuan bukan hanya dikendalikan oleh pikiran semata. Tetapi dipengaruhi oleh akan yang telah dibimbing dengan suasana teologis. Akan tetapi pada masa ini kalangan sufi memiliki beberapa aliran, mulai yang bermadzhab *tanazuhat* (transendentalis). Kalangan ini menganggap bahwa Tuhan itu sangat jauh dan berada pada derajat tertinggi. Selain madzhab di atas, masih terdapat madzhab *tanazulat* (ideologi pantheistik yang immatentialis). Kalangan ini beranggapan bahwa Tuhan itu sangat dekat dengan manusia. Sufi lebih banyak yang menganut madzhab ke dua. Oleh sebab itu, kalangan yang berargumentasi bahwa Tuhan itu jauh, diperbaiki jiwa hingga merasakan kedekatan dengan Allah *'Azza wa Jalla*. Merujuk pada surat al-Baqarah ayat 186, berbunyi,

وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي سَمِيعٌ قَرِيبٌ ۚ أَجِيبْ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ ۚ  
 لِيَسْتَجِيبَ سُبْحَانَ اللَّهِ عَمَّا يُشْرِكُونَ ۚ وَإِلَىٰ رَبِّكَ الْمُنْتَهَىٰ ۚ

*"Apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, sesungguhnya Aku dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila dia berdoa kepada-Ku. Maka, hendaklah mereka memenuhi (perintah)-Ku dan beriman kepada-Ku agar mereka selalu berada dalam kebenaran."*

Berdoa merupakan hal penting dalam kandungan ayat di atas. Seseorang yang melakukan do'a, menunjukkan adanya pemahaman bahwa dirinya sangat mengenal Tuhannya. Do'a dalam arti memanggil, memberikan kesan kedekatan pemanggil dengan yang dipanggil. Proses ini dalam ilmu tasawuf disebut dengan *taqarrub*. Sebagai efek dari kedekatan, maka

panggilanpun akan dilakukan. Sebaga sangat mustahil seseorang memanggil sesuatu yang mereka sendiri tidak mengenalnya. Hubungan antara manusia dengan Tuhan menyebabkan panggilan dari mereka kepada Tuhan tidak ragu lagi. Dalam pemahaman bahwa manusia sebagai makhluk spiritual, ditunjukkan dengan adanya serangkaian ungkapan yang dipanjatkan sebagai bentuk komunikasi antara manusia dengan Tuhan. Dalam ayat di atas juga dibangun hubungan atau interaksi antara manusia dengan Tuhan. Pada saat manusia memanggil Tuhannya, maka Dia akan dengan cepat menyapanya. Sapaan tuhan tidak dapat dirasakan oleh setiap orang, kecuali hanya mereka yang benar-benar selalu melakukan pendekatan spiritual dengan Tuhan. Pembinaan ini dilakukan dalam ajaran tasawuf. Kedekatan manusia dengan tuhan bukan hanya sekedar pendekatan yang bersifat batiniyah seperti terkonsentrasinya perasaan mendalam, sehingga muncul sebuah kepercayaan bahwa Tuhan selalu mengawasi. Melainkan kedekatan atas dasar ilmu yang memberikan kejelasan bahwa manusia itu sangat dekat dengan Tuhan secara dzahir dan batin. Cara demikian tidak hanya sekedar mendapat kepercayaan secara literal. Melainkan sebagai hasil pertemuan antara dirinya dengan Tuhan melalui berbagai aspek. Oleh sebab itu, keyakinan atas dasar pemahaman paripurna mengenai tuhan akan menyebabkan munculnya sikap *muraqabah*. Sebagai salah satu dari tahapan sufistik yang disebut dengan maqamat dan ahwal. *Muraqabah* memberikan kesan positif, bahwa tuhan selalu mengawasi secara ketat mengenai semua gerakan manusia baik dhahir maupun batin. Nilai absolut pada Tuhan akan mendominasi kekuasaan Tuhan itu sendiri. Sehingga tuhan dapat memahami dirinya sendiri. Berbeda dengan manusia, yang seringkali tidak memahami dirinya. Itulah sebabnya, hadits qudsi menyebutkan bahwa barang siapa yang mengenal dirinya, maka ia telah mengenal Tuhannya.

Pada ayat di atas dipahami bahwa adanya pertanyaan seseorang merupakan refleksi batin yang menunjukkan adanya kondisi batin yang sedang tidak baik (terganggu). Terganggunya kondisi jiwa (*nafs*) menyebabkan kegelisahan spiritual. Untuk itulah manusia akan bertanya tentang Tuhan. Sebab sebelumnya telah diberikan pengetahuan, bahwa Allah sebagai Tuhan yang memiliki kemampuan prima dan tidak ada yang sanggup menyerupai kekuatan Tuhan. Oleh sebab itu, maka manusia gelisah akan menanyakan keberadaan Tuhan saat harapannya tidak

teralisasi. Sebagai jawabannya adalah, Tuhan sendiri yang menjawab bahwa dirinya sangat dekat. Tuhan akan menjawab setiap doa yang dipanjatkan masing-masing yang membutuhkan. Tuhan berharap juga untuk selalu mengindahkan segala perintah Tuhan atas dasar keimanan. Setelah itu Allah sendiri akan membimbing dengan caraNya secara khusus dalam mengayomi segala bentuk harapan para pendo'a. do'a harus dipahami sebagai sebuah konsep. Tidak hanya dipahami sebagai mantera ilahiyah. Yang selama ini do'a hanya dijadikan sebagai salah satu mantera saja. Kebanyakan para pendo'a tidak memahami esensi dari doa yang ia panjatkan sendiri. Bahkan masih banyak para pelaku doa yang tidak memahami terjemahan dari apa yang dia bacakan. padahal yang demikian sangat penting yang dapat mengubah keadaan menjadi sesuatu yang spektakuler.

Surat Qaf ayat 16 berbunyi,

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَنَعْلَمُ مَا تُوَسْوِسُ بِهِ نَفْسُهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ ۗ

م ن ح بل ا لور يد

“Sungguh, Kami benar-benar telah menciptakan manusia dan mengetahui apa yang dibisikkan oleh dirinya. Kami lebih dekat kepadanya daripada urat lehernya”.

Sikap imanensi yang ditunjukkan dalam ayat di atas, menjadikan kekuatan argumentasi para sufi. Kedekatan dengan Tuhan diusahakan hingga benar-benar terbukti keberadaan Tuhan di hadapan mereka. Hal tersebut tentu saja tidak menggunakan pendekatan pandangan jasadiyah yang bersifat material dan empiris. Melainkan menggunakan pandangan yang secara khusus dirancang Tuhan untuk melakukan komunikasi umat dengan Allah. Komunikasi yang bersifat interaktif dengan Tuhan sebagai akibat dari kondisi ma'rifat. Beberapa sufi melakukan riyadhah melalui zuhud dikenal sebagai pelopor gagasan ma'rifatulah, ialah Junaid al-Baghdadi, al-Kharraz dan al-Sirri. *Ma'rifat* merupakan puncak spiritual dalam ajaran tasawuf. Capaiannya adalah kondisi tajalli yang mengharuskan adanya interaksi ruhani. Pada kalangan sufi Persia, dikenal dengan istilah gnosis, yang diterjemahkan ke dalam bahasa Arab menjadi Irfani. Irfani sendiri adalah ma'rifat terapan yang dilakukan para sufi. Keadaan tersebut merupakan puncak spiritual yang diindikasikan

sebagai jiwa yang sehat dan suci. Sebab kekotoran serta kelusuhan jiwa merupakan penghambat tersingkapnya hijab antara Khaliq dan makhluk.

Pada dekade berikutnya, para sufi mengorganisir, dengan tujuan terpeliharanya disiplin ilmu tasawuf dalam pengawasan para mursyid. Maka dibentuklah *thariqat* (tarekat), sebagai jalan kehidupan para sufi. Apalagi ketika tasawuf dipahami sebagai upaya pengendalian diri dan pemulihan jiwa perspektif tasawuf. Merujuk surat Jin ayat 16, be

وَأَنْ لَّوِ اسْتَقَامُوا عَلَى الطَّرِيقَةِ لَأَسْقِينَهُمْ مَاءً غَدَقًا -

“Seandainya mereka tetap berjalan lurus di atas *thariqat*, niscaya Kami akan mencurahkan air yang banyak”

*Thariqat* yang dimaksudkan dalam ayat di atas adalah jalan Tuhan, ialah semua disiplin ilmu keislaman yang dilaksanakan secara universal. Meskipun demikian pada dasarnya para *ahlu al-thariqat* dididik untuk menjalankan ajaran Islam secara menyeluruh, mulai aspek fiqhi, teologis dan semua yang berkaitan dengan ajaran agama Islam. Pengertian *thariqat* dalam ayat di atas menunjukkan *shirat al-hidayah*. Ialah serangkaian jalan kehidupan menuju pertemuan dengan Tuhan.

*Thariqat* juga dinilai sebagai perkembangan tasawuf yang masih bertahan hingga sekarang. Sebelum muncul kembali bukti perkembangan tasawuf berikutnya. Selain *thariqat* yang telah muncul pada abad pertengahan, di berbagai negara juga berkembang *thariqat* lokal yang tetap mengacu pada *thariqat* induk. Atau bahkan pemahaman lokal tentang ajaran Islam yang menjadi *thariqat* lokal. Pada dasarnya *thariqat* merupakan gerakan tasawuf yang terorganisir dengan muassis yang jelas dan sistem pendidikan yang terarah dan terawasi oleh muassis.

Para *muassis*<sup>29</sup> *thariqat*, selain sebagai pencetus atau guru dalam menjalankan ajaran *thariqat*nya, juga sebagai pusat tauladan perilaku keberagamaan. Para mursyid dan muassis merupakan sosok sufi yang dijadikan tauladan bagi para pengikutnya. Oleh sebab itu, para *ahlu al-thariqat* tidak sembarangan dalam menentukan seorang mursyid. Seleksi yang ketat dilakukan, mulai dari perilaku, hingga amalan ritual yang dijalankan dengan penuh tanggungjawab ilahiyah.

---

<sup>29</sup> Pencetus atau pendiri sebuah *thariqat*.

Thariqat juga berfungsi sebagai wahana persaudaraan sufi. Penyatuan melalui thariqat menyebabkan antara sesama sufi, saling memperhatikan perilaku dan saling menegur ketika menjalankan kekeliruan. Hubungan manusia dengan tuhan akan selalu menjadi topik kajian setiap ada pertemuan sufi. Maka sebagai wadah fisik pembinaan ruhani para sufi dibangunlah zawiyah atau ribath. Sebahagian menyebutnya dengan istilah khanqah. Pada tempat inilah para muassi melakukan pembinaan jiwa dan ruhani, yang disebut riyadhah dalam pengawasan langsung seorang mursyid. Bagi kalangan *thariqat al-rifa'iyah* biasanya dilakukan di zawiyah melakukan wirid, dzikir dan *tajrib*<sup>30</sup> atas segala hasil yang di dapatkan dari riyadhahnya. Hal serupa juga dilakukan kalangan *thariqat al-Naqshabandiyah*.

Kemudian dalam melakukan aktifitasnya sebagai organisasi sufi, thariqat tidak hanya sekedar menghimpun manusia yang sangat banyak. Melainkan juga memudahkan melakukan pemantauan aktifitas ruhani para *salik*<sup>31</sup>nya. Cara ini dilakukan Rasulullah SAW ketika memperhatikan jamaahnya saat usai shalat. Demikian juga dengan para salik, saat usai menjalankan ritual dzikirnya, mereka diperhatikan penuh oleh para mursyidnya. Cara ini dinilai efektif dalam menjalankan peranan mursyid saat memberikan pelayanan dan bimbingan terhadap para salik. Bimbingan ruhani melalui berbagai cara merupakan bagian dari kerja psikoterapi sufistik dalam meluruskan aktifitas ruhani dan nafsani para salik yang berada dalam ruang lingkup thariqatnya.

Pada kehidupan sufi, kadang-kadang ditemukan fenomena yang dianggap adanya keanehan atau bahkan dianggap sebagai perilaku yang bertentangan dengan nalar fiqih. Padahal dalam cakupan pemikiran sufistik, kejanggalan atau keanehan itu sebenarnya tidak ada. Hanya saja kalangan masyarakat awam memandang perilaku sufi itu aneh dan janggal. Seperti pada saat sufi melalui perjalanan syathahat, dianggap sebagai orang yang terkena gangguan jiwa. Apalagi saat dibandingkan dengan teori psikoanalisa yang dikemukakan Sigmund Freud. Terutama

---

<sup>30</sup> Tajrib artinya adalah sesuatu yang terkait uji coba.

<sup>31</sup> Salik adalah sebutan orang yang menjalankan suluk. Dalam pandangan Ibnu al-Qayyim al-Jauziyah disebut juga sebagai kaum musafir yang “menuju” Allah. Syamsuddin Muhammad bin Abi Bakr *al-Jauziyah, Madarij al-Salikin*, Juz 3, Darr al-Hadits, Kairo, tahun 2002, hlm.37.

saat Freud memperhatikan kalangan sufi yang pemikirannya berbasis semi filosofis. Akhirnya peristiwa syathahat dipandang sebagai gangguan jiwa sejenis delusif. Akan tetapi ketika sufi sedang menunjukkan sikap moderat dan lebih menonjolkan sikap disiplin spiritualnya, pandangan berbagai kalangan menganggap sufi sebagai sebuah ajaran yang dapat menyembuhkan gangguan jiwa. Gangguan seperti takabbur, krisis teologis dan sejenisnya terkikis oleh pembinaan perilaku. Meskipun keduanya bercermin pada para nabi dan Rasul, tetapi pandangan pertama lebih banyak menimbulkan pandangan kontriversial di antara masyarakat. Peristiwa yang menimpa Bayazid (Abu Yazid al-Busthamy), Manshuruddin *al-Hallaj*, Syurawardi *al-Syahid*, Siti Jenar (syaikh Abdu al-Jalil), Syamsuddin Sumatrani, Abdurrauf *al-Sinkli* dan yang lainnya menjadikan contoh para sufi yang memiliki pandangan semi filosofis. Sedangkan pada Abdu al-Qadir *al-Jailany*, Bahauddin *al-Naqsyabandy* dan yang lainnya sebagai contoh dari sufi moderat yang berpandangan mistis dan aliran sufisme orthodox.

## **BAB II**

### **ARTIKULASI SEBAGAI BAGIAN DARI TEKNIK TERAPI SUFISTIK**

#### **A. Artikulasi**

Artikulasi<sup>32</sup> berasal dari pembahasan tentang komunikasi verbal yang disertai isyarat-isyarat tubuh. Pada umumnya hanya membahas tentang anggota tubuh yang dipergunakan sebagai alat berkomunikasi menggunakan suara dan bahasa suara, seperti menggunakan bibir, lidah, tulang rahang serta yang lainnya. Yang dianggap memiliki daya dukung terhadap munculnya suara. Dalam fungsinya sebagai perhatian atas gerakan serta maksud yang dilambangkan dengan gerakan Sebagian anggota tubuh adalah mengawasi berbagai posisi anggota tubuh dalam mengucapkan kata-kata. Melalui perbaikan dalam artikulasi, sistem komunikasi verbal yang dibangun akan dengan mudah dipahami oleh lawan bicara. Sehingga dapat dengan jelas ditangkap serta dipahami maknanya.

Para sufi menggunakan artikulator dalam melakukan kegiatan sufistiknya. Terutama saat menjalankan ritual. Seperti lagu-lagu, *syahadah* ilahiyah, bahkan hingga membaca al-Qur'an dan doa-doa. Sering ditemukan para sufi mengungkap isi hatinya kepada Tuhan melalui lantunan syair yang membuat pendengarnya terkesima dengan nada, dan kandungannya. Tekanan-tekanan suara yang ditimbulkan oleh gerakan artikulator membentuk suara yang memiliki energi ilahiyah.

---

<sup>32</sup> Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Balai Pustaka, tahun 1997, hlm. 57. Menyebutkan bahwa kata “artikulasi” diartikan sebagai anat sendi, tempat melekatnya daun, perubahan rongga atau ruang yang menghasilkan bunyi. Dalam hal ini artikulasi dimaksudkan sebagai berbagai hal yang melekat pada psikoterapi berbasis tasawuf. Mulai dari pelafalan yang ditimbulkan oleh rongga mulut sebagai bentuk seni dzikir, maupun gagasan yang menempel pada pada disiplin ajaran tasawuf, agar dapat diimplementasikan dalam era modernisasi.

## 1. Pengertian

Istilah artikulasi, pada awalnya hanya dikenal dalam pembahasan tentang komunikasi verbal. Seiring dengan majunya perkembangan kebahasaan, maka istilah ini juga dikenal dalam ranah ilmu tasawuf. Akan tetapi pengertian yang dipakai dalam ilmu tasawuf adalah membahas sebuah proses penjelasan atau tafsiran serta pengembangan konsep-konsep dalam ajaran tasawuf. Selain itu juga membahas tentang beberapa istilah yang populer dalam prinsip tasawuf, yang seringkali menjadi kesalahan dalam pengertian secara umum. Bahkan artikulasi tasawuf lebih menekankan aspek pembahasan tentang esensi dari berbagai pengalaman spiritual serta temuan-temuan spiritual yang diperoleh para sufi ketika menjalankan praktik-praktik sufistiknya.

Artikulasi dalam ilmu tasawuf dipergunakan untuk melakukan pengembangan teori tasawuf agar dengan mudah dapat dipahami secara ilmiah. Atau dapat dipergunakan sebagai tafsiran dalam memahami Bahasa-bahas syathahat para sufi. Karena seringkali para sufi melontarkan kata-kata yang sama sekali tidak dipahami masyarakat umum, atau juga memiliki makna ambigu. Ambiguitas yang ditunjukkan sufi saat keadaan syathahat dapat menyebabkan fitnah besar bagi kehidupan sufi itu sendiri. Sedangkan antara kalimat dan maknanya seringkali memiliki mertaforis yang sangat jauh. Demikian juga saat para sufi memami al-Qur'an sebagai teori besar dalam ajaran Islam. Atau bahasa hadits sebagai bahasa resmi yang dipakai oleh Nabi Muhammad SAW. Berbagai kalimat dalam al-quran dan hadits tidak sepenuhnya dapat diartikan serta diamalkan, tanpa adanya penafsiran secara mendalam. Maka untuk memahami hal tersebut dibutuhkan pemahaman tekanan pada aspek artikulatornya. Pada beberapa kalimat, al-Qur'an menggunakan nun taukid khafifah dan syakilah, yang memiliki makna berbeda dalam memahami fi'il amar. Kedudukan hukum atau efek hukum dari keberadaan nun taukid tersebut memberikan pengertian dan praktik yang berbeda pula. Inilah yang dianggap bahwa adanya artikulasi dalam tasawuf memiliki efek terapeutik dalam langkah komunikasi terapeutik para sufi. Transformasi pengetahuan sufi kepada umat, seringkali menggunakan pendekatan artikulasi yang berbeda. Akan tetapi tujuannya sama.

Pada pembahasan ilmu tasawuf, artikulasi dilakukan sebagai bentuk pengembangan tentang pemahaman mengenai hakikat sesuatu.

Atau sedang melakukan alisis terhadap teks suci baik dari al-Qur'an maupun hadits, yang berkedudukan sebagai teori besar dalam ajaran Islam. Selanjutnya, hasil penafsiran melalui artikulasi tasawuf ini akan dipergunakan sebagai teori lanjutan, hingga menemukan teknik sufi dalam menghadapi masalah. Ini yang dimasukkan ke dalam proses terpeutik yang dilakukan oleh para sufi. Sebab beberapa proses terapeutik yang menggunakan aspek sufistik, seringkali menggunakan teknik shaum, shalat, khalwat, tahannuts, meditasi dan sejenisnya. Yang demikian harus mendapatkan pengembangan pengetahuan tentang pemahaman masing-masing istilah. Seperti kata "khalwat", untuk beberapa wilayah ditafsirkan sebagai sebuah pelanggaran agama. Sebab diartikan sebagai melakukan pertemuan orang yang berbeda jenis kelamin dalam keadaan belum menikah. Bagi masyarakat Aceh atau Malaysia, pelaku khalwat akan dihukum sebagai bagian dari awal perzinahan. Dalam tasawuf istilah khlawat adalah teknik penyucian jiwa yang merujuk pada perilaku Rasulullah SAW di gua Hira sebelum turun surat al-'Alaq. Perbedaan pemahaman atas pegamalan ajarantasawuf inilah yang membedakan pemahaman dengan sebutan yang sama.

Demikian dengan, shalat ketika dijadikan sebagai terapi, shalat tidak lagi sebagai ritual belaka. Melainkan adanya perpaduan antara ritual shalat dengan kajian sosial. Apalagi saat shalat dinilai sebagai metode untuk mendapatkan sakinah (kenyamanan). Selanjutnya mengenai meditasi sufistik yang pada sebutannya sering disalah tafsirkan dengan meditasi yang diajar pada agama selain Islam. Kemudian membedakan antara meditasi ajaran agama lain, meditasi sufistik dan siatuasi thumaninah. Meskipun demikian antara thumaninah dengan meditasi memiliki manhaj masing-masing yang perbedaannya sangat jauh sekali. Istilah shalat tidak dapat diartikan sebagai meditasi berbasis agama.

Artikulasi tasawuf juga memiliki peranan penting ketika tasawuf diturunkan menjadi sebuah teknik perbaikan perilaku. Dalam hal ini para sufi dituntut untuk menyajikan ajaran Rasulullah SAW dan para nabi sebelumnya yang menunjukkan pengembangan berbagai disiplin ilmu keislaman. Artikulasi dalam pemahaman tasawuf juga dipandang sebagai cara untuk memahami segala bentuk perkataan, ungkapan yang dilontarkan para sufi, karena sulitnya padanan kata dalam khazanah kebahasaan. Misalnya saat seorang sufi hendak menunjukkan temuan spiritualnnya dengan Tuhan. Kalangan ini kadang-kadang dijumpai

seperti adanya penyimpangan dalam berkata-kata. Di antara penganut paham ini adalah al-Hallaj saat menyatakan dirinya sebagai al-Haqq. Pernyataan “al-Haqq” merupakan ungkapan yang multi tafsir di kalangan masyarakat. Bahkan setingan fuqaha-pun menafsirkan sebagai ucapan keliru. Padahal kalau meninjau aspek historis, pernah ada shahabat yang mengatakan ungkapan seolah-olah keliru, padahal karena sangat gembiranya. Maka tekanan jiwa yang sangat Bahagia mengakibatkan ucapannya sangat sulit diartikan secara harfiah. Sebab bisa saja ungkapan itu adalah sebuah keyakinan yang sangat sulit untuk dilambangkan dengan sebuah kata dalam ilmu bahasa. Namun kejadian itu tersebut benar-benar terjadi. Demikian pula hal terjadi pada pemikiran Syuhrawardi dalam teori pancaran (isyraqiyah)<sup>33</sup>. Yang demikian sangat sulit untuk diterjemahkan ke dalam bahasa, tetapi sangat mudah untuk dilakukan dan ditemukan. Teori ini juga membahas mengenai nur yang dipancarkan Tuhan kepada makhlukNya. Nur yang dapat ditangkap oleh nur yang terdapat dalam makhluk adalah Nur Rububiyah Tuhan. Pada saat Tuhan melakukan pemeliharannya, maka saat itu pulalahur dapat dirasakan. Itupun hanya dapat dirasakan oleh mereka yang mengalami ketersingkapan (kasyaf). Fenomena kasyaf sendiri adalah implementasi musyahadah yang menjadikan munculnya haq. Sejalan dengan

---

<sup>33</sup>Syamsuddin Muhammad Syahrazury, *Hikmat al-isyraq*, Institut for Cultural Studies and Research, Tehran, tahun 1993, hlm. 293. Menyebutkan bahwa yang disebut dengan teori pancaran adalah bahwa semua makhluk adalah pancaran nur tuhan. Tetapi ukan nur dalam wujud hissiyah. Melainkan dalam wujud ma'nawi. Sebab pandangan tentang wujud hissiyah dalam nur Tuhan adalah DzatNya. Pada pemahaman tentang isyraq, adalah setiap makhluk memiliki nur Tuhan yang selalu akan memancarkan sinarnya, ketika seseorang melakukan penyucian jiwa. Setiap gelombang yang dipancarkan sinar ilahiyah akan ditangkap oleh *Nur Ilahiyah*. Inilah yang menjadikan keadaan musyahadah. Nur sendiri dalam pembahasan isyraqyah dibagi menjadi dua bagian, yakni nur untuk dirinya (*nur linafsihi*) dan nur untuk yang lainnya (*nur lighairihi*). *Nur linafsihi* hanya terdapat pada Dzat Tuhan. Dia adalah Dia. Meskipun dia bukan Dia. Para sufi sering menyebutnya dengan istilah Nur al-Mujarrad. Sedangkan *nur lighairihi* adalah nur yang dibagikan sebagai kekuatan batin setiap makhluk. Inilah yang kemudian sering dipopulerkan dengan sebutan aura.

pandangan Ibnu Arabi yang menyebutkan bahwa idharu al-haqq, hanya akan dimiliki oleh manusia yang telah memasuki kondisi ‘irfan.<sup>34</sup>

## 2. Artikulasi dan Artikulator

Artikulasi pada awalnya hanya berbicara mengenai gerakan otot yang mendukung gerakan bicara. Bertujuan untuk membunyikan lambing-lambang sesuai dengan kaidah bahasa atau pola pengucapan yang dapat dipahami serta dipahami oleh lawan bicara. Termasuk di dalamnya membahas tentang standar pengucapan. Pada kajian linguisitik merupakan kajian yang berhubungan dengan fonologi.

Sedangkan artikulator adalah kajian linguistik yang membahas tentang fisiologis. Jika artikulasi merupakan kajian mengenai otot bicara, maka artikulator adalah letak otot bicara yang dipergunakan. Artikulasi juga dipergunakan dalam pembahasan seni dzikir dalam tasawuf. Seperti *dzikir al-Jahr* dalam berbagai thariqat. Ungkapan tentang kata *dzikir al-Jahr* (jelas, keras dan tegas) merupakan ungkapan yang dimaknai sebagai melantunkan dzikir dengan kekuatan suara yang sangat keras hamper menyerupai teriakan. Atau merupakan dzikir yang ditampakkan melalui perilaku *dhahir* (terlihat) seperti kegiatan sosial dan sejenisnya.

Selanjutnya, aurad-aurad yang diucapkan secara rutin dalam organisasi thariqat menjadi bagian rutinitas verbal yang menekankan articulator sebagai bagian terpenting. Kemudian akan akan dipahami sebagai pengembangan pemikiran rutinitas aurad melalui pemikiran filosofis yang dikenal dengan tasawuf amali.

Pada saat seorang salik menjalankan dzikirnya, maka harus memperhatikan gerakan lidah, mulut, suara, pita suara dan hati. Penyertaan hati dalam melakukan gerakana artikulator, merupakan ciri khas dari artikulasi tasawuf. Tekanan suara yang diakibatkan artikulator bunyi mempengaruhi qalb dan nafs. Jiwa akan memberikan oerintah pada otak untuk menggerakkan artikulator dalam mengeluarkan suara dzikir. Pelafalan yang didorong oleh aspek batiniyah seperti qalb dan nafs, akan menghasilkan energi dzikir yang berbeda dengan pelafalan yang hanya dilakukan sebagai refleksi dari ucapan biasa. Suara yang ditimbulkan dari

---

<sup>34</sup> Muhyiddin Ibnu Araby, *Rasail Ibnu Araby*, Maktabah al-Taufiqiyah, t.k. t.t, hlm. 145.

artikulator, dengan sebab dorongan batiniyah akan berdampak pada ketersingkapan batiniyah menuju kondisi musyahadah. Sedangkan yang tidak didorong oleh aspek *bathiniyah* hanya dapat dirasakan kenikmatan sebagaimana mendengarkan alunan suara biasa. Itulah sebabnya artikulasi yang secara khusus dibahas dalam tulisan ini, hanya yang muncul atau yang ditimbulkan oleh kekuatan dorongan bathiniyah. Dengan demikian dampaknya sebagai terapi sufistik akan disarakan oleh para salik yang mengamalkannya.

Setiap tekanan suara dzikir dari masing-masing thariqat memiliki perbedaan yang akan mempengaruhi kondisi batin dari masing-masing pelakunya. Apalagi dengan suara yang sangat melengking tinggi akan berbeda dengan energi ruhani yang ditimbulkan oleh suara dengan amplitudo rendah. Seperti halnya dilakukan dalam cakupan *dzikir al-jahr* dan *dzikir al-sir*. Masing-masing akan menyentuh bagian jiwa yang berbeda.

Hal lain juga dibuktikan dengan kekuatan artikulasi batiniyah. Ialah artikulasi yang secara fisik digerakan oleh artikulator suara, akan tetapi memiliki kekuatan batiniyah. Di antaranya menggetarkan nafs dan qalb pembacanya, sehingga menerbitkan sejumlah perasaan dan perubahan perilaku seseorang. Sejalan dengan gagasan tasawuf yang selalu mengarah pada perbaikan etika psikologis, kajian metafisika dan aspek moralitas. Ketiganya merupakan kesatuan yang akan dihasilkan oleh Pendidikan sufistik. Dan implikasi pendidikan sufistik memberikan kontribusi pada perubahan sikap atas nama spiritualitas.

Melalui perubahan etika psikologis, seseorang akan mampu mengetahui keadaan dirinya sendiri. Pemahaman tentang konsep diri akan terus menerus diajarkan secara simultan. Dengan harapan bahwa seorang salik lebih mampu merasakan kondisi batinnya sendiri, untuk kemudian disikapi melalui perubahan. Sebab hanya dirinyalah yang dapat mengetahui secara pasti tentang kondisi bathinnya. Mengurai bagian dari jiwa atau macam-macam jiwa dan fungsinya, merupakan bagian terpenting saat seorang sufi memberdayakan artikulatornya, hingga menemukan kondisi fana' atau bahkan melahirkan suasana irfani<sup>35</sup>.

---

<sup>35</sup> Pandangan tentang *Irfan* telah banyak dibahas dalam tradisi sufi. Pada dekade akhir Mulla Shadra mempopulerkan Irfan sebagai tradisi sufi yang tidak pernah akan ditinggalkan. Kondisi ini yang selalu menjadikan motivasi para sufi untuk

Para pemikir dan motivator barat, memberikan banyak ajaran yang diperkirakan akan mempengaruhi kondisi kejiwaan manusia. Atas dasar kerja psikologi perkembangan, mereka mengkaji manusia dari sudut pandang psikologi pada setiap jenjang. Melalui cara ini pula para sufi memanfaatkan pemikiran barat tentang psikologi perkembangan, dalam menjalankan ritual atau pemahaman keagamaan yang berbasis tasawuf. Sebab pengamalan yang berbasis tasawuf, tidak hanya menjanjikan adanya kesembuhan atau pemulihan pada jiwa. Tetapi juga berorientasi pada kesucian jiwa, bahkan al-Imam al-Ghazaly menambahkan dengan kesucian *qalb*.

Pada aspek metafisika, tasawuf mengedepankan pemikiran metafisis yang juga pernah dikenalkan para pemikir tentang metafisika sebelumnya. Pada dasarnya metafisika sendiri merupakan cabang disiplin filsafat yang membahas tentang hakikat atau fundamental. Bahkan lebih dipertajam dengan proses analisis yang menghubungkan dengan keberadaan diri manusia. Para sufi dan pemikir bidang filsafat agama, sering menggunakan istilah metafisika, yang bersumber dari pemikiran Aristoteles. Pembahasan metafisika tasawuf dimasukkan ke dalam golongan metafisika yang bersifat khusus, di dalamnya terkandung aspek teologi, psikologi dan kosmologi. Sedangkan yang lainnya dimasukkan ke dalam pembahasan metafisika umum. Di antaranya pembahasan mengenai kajian ontologis. Semua kajian metafisika sufistik akan diarahkan pada perubahan tingkahlaku seseorang di hadapan Tuhan dan di antara sesama manusia. Sejalan dengan pemikiran Andronicus. Jika metafisika barat berasal dari representasi dari sebuah pengandaian, maka metafisika sufistik berawal dari sebuah kondisi musyahadah, yang kemudian ditransformasi menjadi dasar pijakan ilmu tasawuf. Setelah itu dilakukan pengujian dengan menjalankan gerakan yang sama dengan para pendahulunya. Hasil yang didapatkan dianalisis melalui sudut pandang epistemologi sufistik, menghasilkan sebuah standar keyakinan yang

---

setiap saat bersama dengan Tuhan. 'Irfan sendiri adalah wujud hasil kerja ma'rifat dengan serangkaian prosesnya. Sehingga antara wujud Tuhan dan wujud makhluk saling mengenal dalam suasana batiniyah. Sejalan dengan pemikiran al-Qusyairy. (Hanafi Sayyid Abdullah, *Al-Ara al-Kalamiyati wa al-Shufiyati 'inda al-Qusyairy*, juz.2, Maktabah Tsaqafah al-Diniyah, Kairo, tahun 2005, hlm. 573).

hakiki. Inilah yang kemudian menjadi unggulan metafisika sufistik. Representasi secara holistik akan didapatkan melalui berbagai cara turunan dari teori metafisikanya.

Biasanya para salik akan diajak untuk membahas tentang wujud (*being*). Mullah Shadra sebagai tokoh teosofi Persia membahasnya dengan istilah *harakatu al-wujud* (pergerakan wujud). Beliau mengenalkan kaiditas ilahiyah melalui teori tentang keberadaan jiwa dalam tubuh manusia. Eksistensi nafs dalam tubuh manusia dijelaskan hingga memasuki tahap irfani. Gagasan Mullah Shadra diangkat dalam karyanya yang berjudul *Al-Hikmah al-Muta'aliyah fi al-Ashfar al-Arba'ah*. Barat hanya mampu menjelaskan tentang “ada” dalam wujud mujasimah. Sedangkan tasawuf memberikan argumentasi mengenai “ada” melalui berbagai pendekatan secara holistik. “Ada” dalam pemikiran Andronicus dan Aristoteles hanya membahas tentang kedudukan “pengada” (*being*) dan hal yang membicarakan mengenai eksistensi (*existence*).

Metafisika sufistik memiliki ciri khas dalam penyajian awalnya. Analisis terhadap hakikat, diarahkan pada pembahasan mengenai diri dan Tuhan. Keberadaan Tuhan menjadi kajian penting dalam memaparkan tentang *harakat al-wujud*. Realitas wujud dalam pembahasan metafisika sufistik menjadikan seseorang pada pencapaian ma'rifat. Oleh sebab itu sebagai rangkaian dari pembahasan metafisika sufistik akan dilanjutkan dengan psikoterapi sufistik, sebagai bentuk kepedulian terhadap sesuatu yang berwujud.

Kemudian, ketika dihubungkan dengan artikulasi tasawuf. Kerja metafisika hanya akan dapat dirasakan setelah menjalankan ritual-ritual sufi. Tanpa merasakannya, sangat kecil kemungkinan untuk mendapatkan hasil dan pemahaman yang representatif. Secara spesifik metafisika sufistik sendiri merupakan cabang ilmu filsafat yang dikaitkan dengan disiplin ilmu tasawuf. Sebagai metode untuk mendapatkan derajat keimanan sejati melalui fenomena *kasyaf* dan *musyahadah*. Kalangan thariqat Naqsyabadiyah Khalidiyah mempresentasikan tentang metafisika sufistik dalam studi tentang filsafat tasawuf. Di antaranya adalah *Syaikh* Kadirun Yahya. Penjelasan mengenai eksistensi Tuhan (Allah) dalam segenap badan manusia dipertajam oleh pemahaman Taufiq Pasiak dalam karyanya yang berjudul *Tuhan dalam otak manusia*. Pendekatan neurosains dipergunakan dalam membahas metafisika tasawuf dalam cakupan disiplin ilmu kedokteran.

Sufi memberikan perhatian penuh pada pemikiran metafisika yang terkait dengan eksistensi Tuhan. Bahkan menghubungkannya dengan aspek kosmos. Seperti diungkapkan Ibnu Sina, Ibnu Arabi, Abdul Qadir *al-Jilani* dan Jalaludin Rumi. Kalangan ini memusatkan pembahasan pada adanya pertemuan manusia dengan Tuhan. Atau bahkan menghubungkan antara keberadaan manusia dengan pengaruh alam semesta di antaranya adalah kosmologi dan kosmogoni, seperti di bahas oleh Seyyed Hossen Nashr dalam karyanya berjudul Kosmogoni. Pemaparan tentang kosmologi telah dibahas sebelumnya dalam filsafat metafisika Yunani yang merujuk pada wahyu yang diterima Idris ASS, ialah tentang astronomi terapan berupa astrologi. Pemahaman zodiac yang dihubungkan dengan karakteristik manusia, memberikan kontribusi pada keilmuan sufi untuk mendapatkan tentang dirinya melalui metode muhasabah.

Sehubungan dengan hal di atas, para sufi juga menurunkan bahasa wahyu yang terdapat dalam al-Qur'an melalui metode penafsiran sufistik yang mengedepankan aspek metafisika sufistik. Antara lain tentang penciptaan manusia, termasuk proses penciptaan tentang *haqiqat al-Muhammadiyah*. Oleh sebab itu, beberapa kalangan memandang bahwa metafisika sufistik memberikan kesempatan serta ruang untuk melakukan interpretasi kreatif mengenai berbagai hal dalam al-Qur'an. Bahkan merujuk pada berbagai ungkapan hadits yang menjadikan bayan tafsir bagi al-Qur'an. Serangkaian pembahasan mengenai imajinasi kreatif memberikan motivasi para sufi untuk lebih memahami Tuhan dan serangkaian teknik dan metode dalam menemukan iman dan Tuhan. Hal ini banyak diungkapkan Ibnu Arabi. Kadang-kadang membutuhkan bantuan hermeneutik untuk membedah metafisika sufistik. Yang demikian.

Metafisika sufistik menganut aliran metafisika supernatural. Di dalamnya membahas tentang *al-Ghaib*. Mencakup tentang Tuhan dan kedudukannya, manusia dan kemanusiaannya, eskatologis serta pembahasan tentang keimanan dan etika. Hal ini sangat berbeda dengan metafisika barat yang lebih menekankan pada aspek naturalisme. Para sufi lebih cenderung membasa tentang metafisika sufistik yang mengedepankan perhatiannya pada hal yang menghubungkan antara kausalitas, substansi dan realitas.

Beberapa sufi juga membahas tentang kejadian luar biasa, yang diawali dengan istilah mu'jizat, karamat, ma'unat serta irhas. Masing-masing memiliki kekuatan spiritual yang berbeda, meskipun untuk beberapa hal terdapat kesamaan fenomena. Demikian pula dengan adanya peristiwa futuh bagi sebahagian sufi. Atau adanya syathahat pada kehidupan mereka. Pemandangan ini menjadi bagian dari objek psikosufistik, mulai dari metafisika sufistik hingga psikoterapi sufistik.

Sedangkan dalam kajian moralitas, para sufi memasukan pembahasan mengenai nilai-nilai luhur kemanusiaan yang telah mendapatkan 'aun dari Tuhan. Semakin erat hubungan manusia dengan Tuhan, akan semakin baik perilakunya. Oleh sebab itu, hubungan antara perubahan perilaku dalam perkembangan jiwa manusia, menjadikan objek bagi psikoterapi sufistik dan metafisika sufistik. Aspek teologis menjadi hal penting dalam mendasari pemikiran tentang psikoterapi sufistik. Demikian juga dengan keberadaan artikulasi dalam pembahasan perkembangan moralitas. Ialah sebagai pengembang ide yang menggagas tentang fenomena ilahiyah, dikaitkan dengan kemampuan *nafs* dalam menjamahnya.

### **3. Manfaat artikulasi dalam psikoterapi sufistik**

Artikulasi tasawuf yang dimaknai sebagai pengembangan nilai sufistik menjadi perilaku, menunjukkan, bahwa tasawuf memiliki peranan penting dalam pembentukan pribadi *akhlaq al-karimah*. Sedangkan artikulasi sufistik dalam cakupan verbal berupa dzikir dan do'a, merupakan ungkapan dzikir yang dilambangkan dengan serangkaian bacaan yang memiliki sentuhan ruhani terhadap semua elemen tubuh. Ketika seseorang mengalami *kasyaf*, baik kasyaf syuhudi maupun ma'nawi, seseorang akan mampu menangkap pesan ilahiyah yang datang kepada ruhani, nafsani dan jismani sufi. *Kasyaf* ini juga dipahami sebagai bentuk instrument ilahiyah, yang didapatkan dari rutinitas dalam pembinaan diri manusia. Melalui cara inilah pertemuan dengan tuhan akan cepat terjadi. Oleh sebab itu, artikulasi dapat diaktifasi dalam mewujudkan harapan sufi yakni bertemu Tuhan. Ketersingkapian hijab, merupakan dampak dari dzikir yang dilakukan para sufi baik secara *jahr* ataupun *sirr*. Pelafalan dzikir dengan cara yang *jahr* akan selalu menekan bagian nafsani. Sedangkan pada dzikir yang *sirr* (rahasia/lembut), akan

berpengaruh pada ruh. Ketika secara bersamaan ruh dan nafs tersinergi oleh dzikir, maka ketika itu pula akan terjadi *fana'*, yang menyebabkan adanya pergumulan sufi dengan Tuhan. Setiap hamba shaleh akan berkesempatan untuk memasuki alam ilahiyah yang terbuka saat pemberdayaan artikulasi sufistik.

Para sufi juga beranggapan bahwa artikulasi tasawuf berimplikasi pada pengembangan wawasan. Hasil yang akan didapatkan adalah lahirnya pola pikir yang cemerlang. Yang demikian pada hakekatnya merupakan hasil peningkatan kemampuan mengembangkan daya pikir secara optimal, melalui berbagai pendekatan, baik secara empiris maupun mistis. Meskipun kadang-kadang aspek rasional mempengaruhi hasil yang didapatkan dari pemikiran sufistik. Kemudian akan menumbuhkan pemikiran rasional sufistik. Inilah yang dikenal sebagai tasawuf falsafi. Meskipun di dalamnya terkandung cara berpikir sistematis berdasarkan pertimbangan rasional. Akan tetapi tidak meninggalkan perhatiannya pada kecerdasan serta kesadaran spiritual.

Selain hal di atas, artikulasi tasawuf juga memiliki kegunaan untuk mengembangkan potensi diri. Oleh sebab itu dalam pembahasan psikoterapi sufistik atau psikoterapi Islam dibahas mengenai tatacara penggunaan artikulasi sufistik dalam kehidupan sehari-hari. Pada beberapa sufi mendapatkan kondisi *mukasyafah* (ketersingkatan) setelah menjalani serta mengaktifasi artikulatornya. Kepentingan artikulasi tasawuf juga dirasakan ketika sufi memahami pengamalan agama tidak hanya sebatas pemenuhan sebagai aspek fiqhi yang sarat dengan syarat dan rukun. Melainkan lebih memahami serta beramal berdasarkan urgensi dan melaksanakan esensi dari masing-masing amalan. Dengan demikian tidak dijumpai seorang sufi yang amal asal-asalan yang hanya mengandalkan keabsana belaka. Tetapi harus jelas orientasi dan hasil yang didapatkan dari amalan tersebut sejak di dunia hingga akhirat kelak. Cara ini juga dipahami sebagai salah satu teknik untuk memahami jiwa agama. Sehingga keterlibatan jiwa dalam melakukan ajaran agama sangat memberikan kontribusi besar pada perkembangan peradaban.

Artikulasi tasawuf juga dipahami sebagai upaya memperkuat kedudukan spiritual individu. Dalam perannya sebagai penawar berbagai krisis teologis yang terdampak akibat krisis spiritual. Dalam hal ini tasawuf berperan sebagai pembantu dalam menemukan jalan hidup melalui kenyamanan spiritual dalam membantu kenyamanan hidup

sebagai hamba Tuhan di tengah-tengah masyarakat, di berbagai lapisan. Pada tasawuf yang bersifat suluki, individu akan menemukan perbaikan tingkah laku melalui berbagai jenis ibadah dan peraturan sufistik yang ketat dan sarat dengan peraturan.

Selain hal di atas, ada juga yang dinilai memiliki manfaat dari sudut pandang tasawuf falsafi. Antara lain akan dengan cepat menemukan jalan terbaik bagi pemenuhan Hasrat intelektual sebagai wujud dari aktivasi akal manusia. melalui berbagai corak pemikiran sufistik, individu akan diarahkan menjadi suatu kondisi pemberdayaan intelektual menuju pemahaman yang paripurna tentang kehidupan manusia sebagai hamba Tuhan. Kalangan pencinta tasawuf yang melalui jalan falsafi lebih mengutamakan pemahaman menggunakan pendekatan refleksi filosofis, sehingga dapat menunjukkan sebuah pemahaman tentang aspek esoteris Islam. Kelahiran nilai spiritual yang meningkat, memberikan percepatan pemahaman tentang keberadaan manusia dihadapan Tuhan.

Tasawuf juga dikenal sebagai wahana dalam pembersihan serta penyucian ruhani khususnya *qalb* dan *nafs*. Maka lahirlah teknik dan metode *tazkiyat al-Nafs* dan *tathhiru al-qalb*. *Qalb* yang bersih dan suci akan menjadikan setiap praktik spiritual seperti ibadah mahdhah, akan terwujudkan menjadi serangkaian perilaku. Selain itu juga mewariskan perasaan nyaman dan tenang dalam batin manusia. ungkapan yang terdapat dalam al-Qur'an tentang hubungan dzikir<sup>36</sup> dan *qalb*, harus

---

<sup>36</sup> Dzikir merupakan ibadah yang menyertakan lisan, qalb, nafs dan perilaku. Oleh sebab itu dzikir dinyatakan belum sempurna, apabila hanya mengandalkan pengucapan lafadznya belaka, tanpa implementasi dalam perilaku sehari-hari. Ketika dzikir diwujudkan dalam bentuk penyatuan di atas, akan menimbulkan suasana nyaman dan tertram. Inilah yang disebut sebagai kondisi sakinah, thumaninah, rahmah dan barakah. Orang yang dzikir menggunakan cara di atas, berarti telah mengaktifasi nafs positif. Sebab nafs sendiri dalam perjalanan dzikir, akan dikenal dengan tiga sebutan nafs, yakni; nafs al-nuzu'iyah. Ialah jiwa yang mengedepankan aspek gharizah atau naluriyah. Kemudian, nafs al-akhlaqiyah, ialah jiwa yang memberikan kontribusi pada badan untuk menjalankan kreatifitas. Melalui jiwa ini akan melakukan pengembalian dari sejumlah kegiatan negative menuju kecenderungan terhadap Allah. Dan *nafs al-nathiqah*, ialah yang menguatkan jiwa untuk tetap dalam kebenaran, dan melupakan segala hal yang termasuk keburukan. (Syaiikh



menunjukkan diri sebagai orang yang melakukan aktifitasnya secara terang-

dzikir yang dapat ditunjukkan dengan ucapan, perbuatan dan segala hal yang bersifat inderawi. Yang lainnya adalah *dzikir al-khafi*.<sup>39</sup> Ialah perilaku dzikir yang tidak perlu diucapkan, namun diwujudkan dalam berbagai perencanaan dalam *qalb*, untuk kepentingan Tuhan dan seluruh ciptaannya.

Pengenalan terhadap secara hakiki adalah disebut *ma'rifat*. Pengenalan ini bukan hanya sekedar tahu tentang Tuhan dalam wacana falsafi. Melainkan terjadi pertemuan hakikat dengan Tuhan. Sehingga terjadi penguatan alam batin mereka, melalui kebersamaan dengan Tuhan itu sendiri. Pengetahuan tentang kebersamaan dengan Tuhan karena mereka paham akan keberadaan Tuhan dalam manusia. konsep rububiyah dapat membantu memberikan pemahaman universal tentang *ma'rifat* dan dzikir. Dengan demikian bagi kalangan sufi akan merasa tentram dan segala bentuk kecemasan serta kegelisahan seketika hilang, tergantikan dengan kehadiran Tuhan.

Dzikir juga dipandang sebagai metode pembersihan dan penyucian *qalb* dari sifat-sifat tercela. Bahkan dzikir dipandang sebagai pemicu lahirnya sifat *ikhlaash* (professional dalam segala hal). Ikhlas yang selama ini hanya dipahami sebagai rekasi dari jiwa yang hanya dipasrahkan kepada Allah '*Azza wa Jalla*. Padahal di dalamnya terkandung makna professional dan prioritas untuk Tuhan. Selanjutnya akan menunjukkan sikap *taqwa*, yakni menunjukkan profesionalisme dalam wujud implementasi tasawuf. *Taqwa* tidak sekedar diterjemahkan menjadi menjauhi larangan dan melaksanakan perintah. Tetapi harus diimplementasikan lebih menunjukkan manfaat besar bagi kehidupan manusia. *taqwa* harus dipahami sebagai sesuatu yang berintegritas, memiliki perencanaan yang tepat, kapabilitas, profesional dan visioner. Oleh sebab itu, tasawuf dipandang sebagai teknik dalam menggapai spiritualitas dalam membentuk kreatifitas mulia (*akhlak al-Karimah*).

---

terangan bertujuan untuk mengingat segala hal tentang Tuhan. Seperti melakukan tindakan atas nama Tuhan.

<sup>39</sup>Dzikir khafi, tidak hanya melakukan pelafalan dzikir dengan hati (tidak terdengar suara). Melainkan melakukan perbuatan tidak kasat mata dengan harapan untuk mengingat Tuhan. Dengan demikian segala perilaku khafi tersebut dilakukan, untuk dan atas nama Tuhan.

Semua jenis ungkapan dzikir dalam bentuk lantunan lafadz dzikir merupakan gerakan artikulasi verbal. Sedangkan artikulasi yang bersifat batiniah dilakukan oleh serangkaian kegiatan batin, untuk mencapai kenyamanan serta ketenangan. Baik berupa perubahan sikap, nasihat, serta relaksasi yang diyakini akan menambah pengetahuan tentang Tuhan secara hakiki.

Keberadaan surat al-Ra'du yang menjelaskan tentang pengaruh dzikir terhadap ketenangan jiwa dan qalb, tidak dipandang sebagai sesuatu yang final dan menunjukkan peran dzikir yang diucapkan dalam lisan para darwisi. Melainkan dibutuhkan implementasi dalam perilaku para *mudzakkir* ketika bersama dengan masyarakat, alam dan Tuhan. Kebersamaan dengan masyarakat secara baik dan benar, mengakibatkan munculnya nyaman dalam saling membantu, serta saling memperhatikan dalam berbagai aspek. Sedangkan ketika bersama dengan alam, para *mudzakir* akan merasakan sebuah kepuasan batin pada saat alam bersahabat dengan manusia. Adapun kenyamanan ketika bersama dengan Tuhan. Terutama ketika individu mampu melakukan komunikasi ruhani antara dirinya dengan Tuhan. Hal ini dilakukan para Nabi, Rasul serta para wali yang intensif dalam memberdayakan jiwa serta qalbnnya melalui dzikir, sehingga mampu menjadikan dirinya sebagai manusia pilihan Tuhan yang selalu dapat membimbing.

Artikulasi tasawuf juga berguna saat para pemula dzikir melakukan penetapan qalb mereka, agar senantiasa selalu berada pada Haluan Tuhan. Dapat diasumsikan sebagai penguat batin ketika menggapai kebersamaan dengan Tuhan. Pemikiran bidang psikologi telah memberikan tanggapan bahwa setiap ungkapan kata yang terlontar dari artikulator seseorang, akan memiliki daya dorong psikologis. Seperti terjadi pada saat seseorang melakukan aktifitas di alam terbuka. Dapat disaksikan ketika individu melakukan peluncuran dari sebuah tebing. Ketika individu tersebut mengalami cemas, maka seketika teriakan akan memberikan dampak tenang pada batinnya. Demikian, ketika seorang mudzakir mengalami kecemasan mengenai kekhawatiran tidak bertemu Tuhan, mereka lantunkan dzikir dengan penuh khidmat.

Meskipun istilah artikulasi dikenal dalam pembahasan pelafalan sebuah kalimat, namun dalam pembahasan tasawuf, terdapat pelafalan dalam bentuk batiniah. Yakni mulai dari *talafudz* dzikir yang dibacakan dalam hati dengan penuh rasa *khusyu'* dan *khudhu'*, juga dibuktikan

dengan serangkaian kegiatan batin yang berhubungan dengan makna serta ruh dari ungkapan *dzikir al-lafdzi*.

## **B. Psikoterapi Sufistik**

Istilah psikoterapi sufistik, masih tergolong asing dalam ilmu jiwa dalam sudut pandang “barat”. Padahal dalam ajaran Islam, terutama terminologi tasawuf, istilah ini telah populer dengan ilaju *al-nafs* atau *istisfa al-nafs*. Istilah tersebut bukan hanya mengalih bahasa dari bahasa inggir ke dalam bahasa Arab. Tetapi sesungguhnya memiliki perbedaan muatan. Ilmu *nnafs* dalam cakupan psikoterapi sufistik, memiliki tujuan agar manusia selalu mampu berkomunikasi dengan Tuhan. Komunikasi tersebut tidak akan berhasil dengan baik, selama manusia tidak memiliki satu gelombang dalam tingkat kesuciannya dengan Tuhan.

Ketika seseorang menempuh Pendidikan pascasarjana di Prodi S2 BKI UIN SGD Bandung, akan disajikan mata kuliah berjudul psikoterapi sufistik, sejalan juga dengan yang dengan program dalam mata kuliah psikoterapi Islam di jurusan BKI S.1 serta jurusan Tasawuf dan psikoterapi pada fakultas Ushuludin pada mata kuliah Filsafat Tasawuf, Maqamat wa ahwal dan Inovasi psikoterapi. Hal ini memiliki harapan, bahwa setiap lulusannya mampu menurunkan teori tasawuf dalam wujud perilaku. Inilah yang disebut dengan implementasi tasawuf.

### **1. Pengertian**

Psikoterapi sufistik merupakan serangkaian kegiatan atau upaya melakukan penyehatan, penyucian atau pemulihan *nafs* (jiwa), menurut sudut pandang tasawuf, atau berdasar kepada term keagamaan, yang mengacu pada al-Qur’an dan Hadits sebagai induk teori. Kemudian dilengkapi dengan hasil ijtihad para sufi dalam hal penanganan langsung dengan yang bersangkutan. Dalam ajaran tasawuf dikenal istilah ilmu *al-nafs*. Yakni ilmu yang mempelajari tentang jiwa menurut ajaran Islam. Di dalamnya termasuk ilmu tentang proses atau teknik yang membahas mengenai perlakuan terhadap orang-orang yang terkena gangguan jiwa.

Psikoterapi Islam disebut sebagai psikoterapi sufistik, merupakan produk pemikiran tasawuf, yang diambil dari nilai ajaran agama Islam, baik yang eksplisit maupun yang implisit. Kemudian diramu dengan

beberapa hasil pemikiran psikoterapi profetik yang disarikan dari pemikiran psikolog barat, yang dianggap mendukung keberhasilan kerja terapis berbasis agama. Teknik ini memiliki keutamaan, dengan menyertakan aspek teologis pada pembahasan psikoterapi. Sehingga dapat memasukan unsur fiqih, tauhid, akhlaq dan berbagai teknik pendekatan tasawuf amali.

Psikoterapis sufistik juga menyajikan proses bimbingan keagamaan yang bersifat universal. Bukan hanya menggunakan pendekatan teori psikoterapi yang dilakukan psikolog barat, tetapi menerapkan gagasan sufistik yang dinyatakan sebagai salah satu upaya pemulihan jiwa dan penyucian jiwa, seperti dzikir, taubah, muhasabah dan sejenisnya. Selain itu juga dilakukan penyembuhan menggunakan media obat-obatan bila diperlukan, atau penggunaan teknik pengobatan tradisional merujuk pada kearifan lokal. Sebab kearifan budaya lokal dalam bidang penyembuhan jiwa, memiliki manfaat besar kontribusinya pada aspek psikoterapi menurut ajaran Islam.


Pada psikoterapi sufistik, seseorang akan dipandu oleh para *mursyid*<sup>40</sup> menuju pemahaman tentang hakikat dan teologis. Sebab munculnya pemahaman tentang hakikat alam, hakikat diri dan Tuhan, merupakan pangkal kelahiran iman dalam setiap diri manusia. Hal demikian menjadi perhatian para sufi agar setiap salik mampu mengenal Tuhan dengan keyakinan dan pengetahuan. Keyakinan yang diharapkan adalah terjadinya *musyahadah* (kesaksian). Maka tidaklah mengherankan jika *musyahadah* dimasukan ke dalam indikator kesehatan jiwa menurut sudut pandangan tasawuf. Untuk mendapatkannya, tidak hanya diperoleh melalui mediasi dan proses introspeksi yang dikenal dengan *muhasabah* saja. Tetapi melalui proses bimbingan spiritual yang mengantarkan seseorang menuju *musyahadah* dalam bingkai *mukasyafatu al-hijab*.

---

<sup>40</sup>Mursyid adalah sebutan untuk para pembimbing atau guru ruhani yang mengarahkan kondisi ruhani salik menuju perilaku atau sikap yang benar menurut pandangan tasawuf. Ia juga sebagai seseorang yang telah mengalami puncak spiritual, hingga mampu menuntun serta mengarahkan manusia untuk bertemu dengan Tuhan. Menyampaikan pesan umat serta memberikan dasar pengalaman spiritual yang dialaminya kepada murid.

Kajian tentang psikoterapi sufistik, sepenuhnya menggunakan pendekatan disiplin ilmu tasawuf, dalam menimbang keberadaan psikoterapi profetik. Sebagai hasil yang akan didapatkan adalah munculnya integrasi keilmuan antara psikoterapi profetik dengan psikoterapi sufistik yang populer dengan sebutan psikoterapi Islam. Adapun persamaan yang diharapkan adalah memiliki fokus kajian pada perubahan sikap, moralitas, serta nilai-nilai teologis yang mengakar dan menyebabkan kuatnya keyakinan. Pada dasarnya antar berbagai disiplin ilmu akan selalu terintegrasi antara al-Qur'an, al-Hadits serta pengalaman spiritual. Psikoterapi sufistik, juga menggiring jiwa manusia menuju pertemuan dengan tuhan. Adapun pembinaan yang dilakukan dalam cakupan psikoterapi sufistik adalah aspek moralitas individu. Karena keberadaan kondisi batin individu merupakan modal dasar terbentuknya kelompok. Pada sektor penyembuhan jiwa, psikoterapi sufistik banyak menggunakan verbal sebagai awal dari terapinya. Oleh sebab itu dianggap pentingnya pembinaan artikulasi dalam perjalanan sufistik pada rangkaian psikoterapi religius yang di dalamnya adalah psikoterapi sufistik.

Pada saat al-Qur'an dipergunakan sebagai media terapi, maka akan bersentuhan dengan cara membaca dan tinggi rendahnya nada yang ditimbulkan dari artikulator. Sehingga dapat memberikan pengaruh pada jiwa dan qalb. Merujuk pada tafsiran ayat dalam surat al-Anfal ayat 2

berbunyi;    
 إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَّت قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُ اللَّهِ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا نَا وَآلِهِ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ

*“Sesungguhnya orang-orang mumin adalah yang jika berdzikir (tentang) Allah, gemetar hatinya dan jika dibacakan ayat-ayat-Nya kepada mereka, bertambah (kuat) iman mereka dan hanya kepada (hanya) Tuhannya mereka bertawakal”.*

Pada ayat di atas menyebutkan bahwa orang beriman itu, akan bergetar hatinya saat al-Qur'an dibacakan. Bahkan syaikh Abdu al-Qadir al-Jailani menyebutkan indikator manusia beriman itu adalah dikathui dengan *jinan* (hakikat batin), diamalkan dengan perbuatan

yang menyebabkan kekokohan diri, selalu bertambah ketaatannya,

mengurangi segala bentuk maksiat, menguatnya ilmu dalam diri, melemahnya kebodohan diri, dan selalu menetapkan taufiq<sup>41</sup>. Tentu saja hal ini mengandung ambiguitas dalam memaknai bergetar *qalb* akibat dibacakan ayat al-Qur'an. Sebahagian menilai keterkaitan dengan amplitudo. Meskipun sebahagian lainnya menyatakan bahwa mereka akan tergetar karena kandungannya yang terdapat dalam al-Qur'an. Berujung pernyataan bahwa tidak ada satu ayatpun yang sia-sia dari al-Qur'an. Demikian juga dengan pekik-pekik dzikir dan wirid. Kemudian ditambahkan dengan pengembangan melalui inovasi psikoterapi Islam atau inovasi psikoterapi sufistik, ialah dengan menggunakan pendekatan psikologi klinis.

Setiap hentakan suara yang ditimbulkan akibat dzikir, shalawat dan sejenisnya, memberikan pengaruh pada jiwa dan kerjanya. Bahkan sebahagian berargumentasi bahwa tekanan suara pada saat dzikir berpengaruh pada kondisi *qalb* seseorang. Dzikir yang sebelumnya hanya dipandang sebagai salah satu ibadah mahdah yang terdiri dari ritual bacaan tahlil. Tetapi seiring majunya jaman, merujuk pada firman Allah '*Azza wa Jalla* yang menyebutkan bahwa dzikir dapat membuat hati seseorang menjadi tenang. Maka kemudian, kalangan sufi banyak bekerja sama dengan pemerhati sains, untuk melakukan penelitian tentang pengaruh lantunan dan tekanan suara dzikir terhadap kondisi batin (*nafs* dan *qalb*). Dzikir juga dinilai sebagai gerakan spiritual yang memberikan pencerahan batin pada pelakunya. Rasulullah SAW melakukan dzikir di gua Hira yang disebut dengan bertahannuts adalah untuk mendapatkan pencerahan melalui kerja spiritual.

Dampak kenyamanan serta pencerahan batin yang ditimbulkan akibat dzikir sangat berbeda dengan pencerahan sekedar mendapatkan motivasi psikologis versi pemikiran barat. Sebab para pemikir barat tidak memasukan unsur ini ke dalam terapi ketenangan jiwa. Apalagi saat mengatasi problematika kegersangan *nafs*. Hanya secara detail hingga sekarang masih belum didapatkan hasil penelitian yang seksama mengenai hubungan tekanan suara atau kerasnya suara para darwisi terhadap ketenangan batin mereka. Pendapat-pendapat yang membahas mengenai pengaruhnya terhadap regulasi emosi seseorang dalam melakukan penatalaksanaan stress, masih dalam tahap asumsi. Belum

---

<sup>41</sup> Abdu al-Qadir al-Jailani, *Al-Ghunya*, juz 1, Darr al-Fikr, Beirut, t.t. hlm.62.

memasukan hasil penelitian akurat. Bila ditemukan pandangan yang membahas tentang hal tersebut, masih dinyatakan belum final.

Pada tatanan ide atau gagasan yang mencoba menurunkan teori tentang dzikir yang terdapat dalam al-Qur'an, masih mengemukakan dengan pendekatan fiqhi, bukan lagi pendekatan sufistik. Kebutuhan pahala masih sangat besar dibandingkan dengan pertemuan dan cinta tuhan (*mahabbatullah*). Dzikir yang banyak dijumpai saat ini masih banyak yang belum menyentuh esensi dzikir yang sesungguhnya. Oleh sebab itu, artikulasi dzikir, masih sebatas nyanyian atau seni berdzikir.

Adapula pendapat yang menyebutkan, bahwa dzikir memiliki pengaruh terhadap gerakan relaksasi yang menimbulkan efek nyaman. Hal ini masih menjadi pertanyaan publik mengenai lantunan suara dzikir, kalimat dzikir atau dzikir dipandang sebagai ide. Perubahan sikap dan perilaku melalui dzikir belum ada yang menguji secara sains. Karena saat ini sains masih terbelenggu oleh pemikiran rasional. Keterbatasan rasional inilah yang mempengaruhi pembahasan mengenai dzikir dan amplitudonya, yang dianggap berdampak pada jiwa dan qalb, yang akhirnya mampu merubah watak manusia sebagaimana terjadi pada para Nabi, Rasul dan Auliya.

Beberapa hasil pengamatan pada tasawuf terapan memberikan pernyataan bahwa ritme dzikir memiliki pengaruh pada upaya mengatasi cemas. Terutama kecemasan pada ibu hamil. Hal ini masih belum mendapatkan hasil maksimal. Sebab sesuai kecemasan itu timbul dan saat seorang pelaku dzikir itu hamil, tidak ada acara pengukuran yang seksama, untuk mendapatkan hasil bahwa wanita yang sering berdzikir, tidak akan mengalami kecemasan saat hamil. Yang jelas hanya sebagai argumentasi untuk memberikan kenyamanan saja. Sedangkan pengaruh dari tekanan suara atau tekanan nafas saat berdzikir dimungkinkan adanya pengaruh pada kekuatan fisik ibu hamil. Bahkan lebih jauhnya ada beberapa pemerhati tasawuf yang memprediksi bahwa wanita yang selalu berdzikir, maka anaknya yang dilahirkannya akan menjadi anak shalih atau shalihah. Akan tetapi pandangan ini belum ada yang mengamati hingga tuntas. Oleh sebab itulah, maka pandangan ini hanya dimasukkan ke dalam sebuah harapan saja. Dengan dalih bahwa yang diucapkan para pelaku dzikir adalah kalimat *thayyibah*.

Kalimah al-Thayyibah merupakan ilmu yang bermanfaat. Bukan sekedar lafadz yang dinilai memiliki kekuatan ibadah. Tetapi sebagai

sebuah teori atau konsep yang di dalamnya terkandung teori perubahan sosial yang lebih agamis dan memahami keberadaan dirinya di hadapan Tuhan.

Sebahagian pemerhati tasawuf memberikan pandangan bahwa ritme dzikir berpengaruh pada peningkatan kerja hormon, terutama hormon yang berhubungan dengan tingkat stress, seperti epineprin dan kortisol. Di duga kuat memiliki pengaruh pada penurunan tingkat stress. Inipun baru dugaan. Penelitian lebih sekasama masih dibutuhkan. Seperti halnya beberapa peralatan canggih yang diproduksi barat untuk mengetahui kadar emosi, penatalaksanaan stress serta tingkat kemampuan mengatasi persoalan, hanya dapat dijadikan pertimbangan berdasar pada denyut jantung dan hela nafas seseorang. Sebaliknya akan terjadi pembiasaan pandangan saat seseorang mengalami stress akibat pengukurannya.

## 2. Cakupan dan tujuan terapi sufistik

Psikoterapi Islam yang di dalamnya mencakup segala upaya sufi yang diarahkan untuk melakukan pemulihan kondisi jiwa. Hal ini mendorong para sufi untuk selalu menciptakan berbagai model dalam melayani umat yang mengalami gangguan jiwa. Terutama pada aspek krisis kepercayaan kepada Tuhan. Segala hal yang berhubungan dengan rendahnya keimanan seseorang menjadi perhatian besar para sufi dengan menghadirkan beragam metode. Inilah yang dibahas dalam inovasi psikoterapi Islam. Melalui pendekatan zuhud para *muassis* thariqat mengajarkan teori serta pengamalannya di bawah pengawasan para *mursyid* atau *muqaddam* thariqatnya. Cara demikian dianggap efektif dalam membina ruhani dan nafsani setiap manusia. *Syaikh* Abdu al-Qadir al-Jailani lebih banyak membahas mengenai pengaruh zuhud terhadap perilaku seseorang terhadap Tuhannya. Hal ini juga dibahas oleh al-Ghazali yang menjadikan zuhud sebagai unggulan amalan seorang sufi. Beberapa sufi memandang bahwa zuhud merupakan ciri khas perilaku sufi bersama Tuhan. Oleh sebab itu, setiap sufi yang tidak memiliki jiwa zuhud dengan Tuhannya, tidak dapat dimasukkan ke dalam predikat dirinya sebagai sufi. Zuhud sendiri merupakan kesungguhan dalam menjalankan segala tugas ilahiyah, berujung dengan kesempatan sufi untuk berkomunikasi dengan Tuhan secara hakiki.

Psikoterapi sufistik, melalui perhatian terhadap artikulasinya, mencakup aspek penyembuhan kondisi jiwa. Ketika seseorang mengalami kecemasan, verbal yang dilakukan oleh penyintas diarahkan kepada pengucapan hal-hal yang dianggap mendorong kesembuhan jiwa yang bersangkutan. Beberapa kalangan memasukan doa ke dalam terapi sufistik. Dan Allah '*Azza wa Jalla* memberikan acuan agar saat berdoa merendahkan suaranya. Ini menunjukkan, bahwa tinggi rendahnya suara yang ditimbulkan, memiliki pengaruh besar pada perkembangan, sikap mental dan kesehatan jiwa. Psikoterapi sufistik akan mengubah watak manusia menjadi lebih ramah, rendah hati, senantiasa menghubungkan dirinya dengan Tuhan. Yang merupakan pembeda dengan yang lainnya adalah senantiasa menyertakan Tuhan dalam berbagai aspek.

Adapun cakupan psikoterapi sufistik adalah meliputi berbagai aspek antara lain aspek ruhaniyah, aspek nafsiyah, dan aspek qalbiyah. Pada aspek ruhaniyah, psikoterapi sufistik memberikan kontribusi dalam mengoptimalkan kerja ruh dalam memberikan motivasi terhadap nafs. Sedangkan pada aspek nafsiyah, psikoterapi difokuskan pada kerja masing-masing nafs, agar tetap dalam keadaan terjaga dari masuknya unsur *syaihani*.<sup>42</sup> Hal inilah yang menyebabkan adanya dua kerja dalam menatalaksana *nafs*, yakni menyembuhkan dan penyucikan jiwa. Penyembuhan meliputi proses kesadaran diri agar terhindar dari segala gangguan bahkan jika memungkinkan dapat menyembuhkan atas penyakit jiwa. Yang dinamakan penyakit jiwa adalah segala hal yang

---

<sup>42</sup>Pemaknaan *syaihan* yakni istilah yang menunjukkan sosok makhluk Tuhan yang memiliki karakteristik negatif. *Syaihan* dalam sudut pandang teologis diciptakan Tuhan untuk memberikan ujian kepada manusia mu'min dalam proses peningkatan kualitas keimanannya. Termasuk salah satu contoh makhluk yang dikutuk Tuhan akibat dari kesombongannya. Sedangkan dalam sudut pandang ilmu akhlaq, *syathan* dipandang sebagai ide atau gagasan yang selalu memfasilitasi untuk berbuat fahsya. Pada perspektik sosiologi *syaihan* diisbatkan kepada hal-hal yang akan mempengaruhi perekonomian manusia menjadi menurun, sehingga terjadi kefakiran. Pada aspek kesehatan berbasis agama, *syaihan* dipandang sebagai penyakit yang akan mempengaruhi kesehatan manusia.

terindikasi kerja jiwa menyebabkan individu mengalami berbagai kesulitan berpikir secara normal, tidak dapat merasakan perilaku lazimnya manusia normal. Sebagai pemicunya dapat disebabkan beberapa hal, antara lain adalah tingginya tingkat stress seseorang atau dapat karena trauma yang mendalam. Yang paling berat adalah ketika penyakit jiwa timbul sebagai akibat dari penggunaan obat-obatan, terinfeksi virus tertentu, atau bahkan dapat disebabkan genetika. Kadang-kadang ditemukan, bahwa penyakit jiwa bersifat permanen. Meskipun demikian, dalam cakupan psikoterapi Islam, tidak ada alasan untuk putus asa. Semua diserahkan kembali pada Allah 'Azza wa Jalla sebagai pusat segala obat dan penyakit. Tingkat berserah diri yang tepat bagi seorang terapis akan dapat membantu menyembuhkan pasien penyakit jiwa dengan cepat.

Sedangkan gangguan pada jiwa merupakan sebuah istilah yang populer di kalangan psikolog untuk menentukan bahwa diri seseorang tengah dilanda ketidak nyamanan. Yang demikian harus atas dasar diagnose dokter yang memprediksi atas dasar temuan ilmiah mengenai penderitaan individu yang terdiri dari kecemasan, gangguan bipolar serta skizofrenia. Pada penderita penyakit jiwa, umumnya mencakup kondisi mental. Dalam pendekatan psikoterapi Islam, penguatan akan diberikan dengan jalan nasihat. Bahkan sebahagian menyebutkan bahwa penyakit jiwa akan dapat diketahui tanpa kriteria diagnostik yang sangat ketat. Pada sektor klasifikasi penderita gangguan jiwa perspektif psikologi dianggap memiliki kriteria diagnostik yang spesifik. Dalam ajaran tasawuf ditambahkan bahwa penderita gangguan jiwa adalah pada *nafs* mereka telah dirasuki unsur *syathani* dan *al-hawa*. Sehingga kedudukan aspek *malakutiyahnya* tidak tampak secara spesifik. Hanya dampak yang ditunjukkan adalah sekitar menurunnya kadar keimanan serta mengalami krisis teologis. Meskipun kadang-kadang ditemukan stigma bahwa penyakit jiwa tergolong hal yang paling negatif. Tidak sedikit yang mengalami Tindakan diskriminatif dari lingkungan. Diskriminasi ini, merupakan bukti ketidakpahaman lingkungan terhadap para penderita. Pada penyintas penyakit jiwa disinyalir berdampak pada kualitas kehidupan seseorang. Sedangkan bagi para penyintas gangguan jiwa hanya ditandai dengan penurunan nilai aktifitasnya saja.

Kemudian melalui psikoterapi religius atau psikoterapi Islam, akan membangun kembali ruhani dan nafsani, hingga tercipta sosok

manusiayang siap menjalankan perintah Tuhan. Karena berhubungan dengan keberadaan Tuhan, maka psikoterapi Islam akan memulai dengan taubah. Ini sejalan dengan kegiatan pengendalian maqamat dan ahwal. Dalam terminologi Ilmu Tasawuf, upaya seseorang dalam menjalankan taubat, tidak sekedar memohon ampunan kepada Allah. Melainkan harus mampu mengubah jalan hidup, menuju yang lebih cerah secara spiritual. Diawali denga perubahan aspek moralitas yang berimplikasi pada nilai *akhlaq al-karimah* (kretifitas mulia). Taubat dalam sudut pandang psikoterapi Islam, tidak lagi hanya sekedar dipandang dari sisi mistis. Misalnya terkait dengan kecemasan neraka dan kebahagiaan surga. Akan tetapi lebih mengutamakan pada perubahan perilaku. Keberadaan manusia yang tengah dirasuki *al-hawa al-syaithani*, dikembalikan menjadi suasana *fithrah*. Taubah dalam psikoterapi Islam, mengutamakan perbaikan kehidupan dalam berbagai aspek dengan harapan memiliki kualitas nilai yang paripurna. Kedekatan dengan Tuhan menjadi indikator terjadinya taubah. Saat seseorang melakukan penyimpangan dari *mulkiyah* Tuhan, maka ketika mereka kembali pada *mulkiyah* Tuhan, Tindakan tersebut adalah taubat. Berbeda dengan taubat yang dilakukan umat agama lain yang hanya mengandalkan pengakuan berdosa. Tetapi lebih menunjukkan perilaku yang lebih berdaya guna.

Berikutnya adalah sikap zuhud, ialah upaya bersungguh-sungguh dalam melakukan tugas Tuhan. Sikap profesionalisme yang dimiliki individu ditingkatkan secara bertahap. Melalui zuhud kepribadian manusia muslim akan lebih tampak kualitasnya. Zuhud di abad modern adalah menunjuka kualitas kerja sebagai hamba Tuhan. Sehingga semua jenis tugas yang dibebankan pada dirinya dijadikan sebagai bentuk bernilai ibadah kepada Tuhan. Sikap zuhud yang sering diterjemahkan sebagai upaya mengesampingkan duniawi, seyogyanya tidak diterjemahkan dengan kesengsaraan. Tetapi zuhud lebih mengarahkan manusia untuk selalu menyertakan Tuhan dalam setiap langkah. Melalui pengosongan jiwa dari terperangkapunsur syaithani, memasuki gerbang ilahiyah. Ambisius materialisme akan dikikis dengan sikap zuhud menuju orientasi ilahiyah.

Setelah seseorang menjalankan sikap zuhud, maka dilanjutkan dengan sikap shabar dan tawakkal. Shabar merupakan sikap terpuji yang diharapkan Tuhan. Bahkan menurut al-Qur'an Shabar dan shalat memiliki kedudukan yang sama, pada saat memohon pertolongan kepada

Tuhan. Sebagaimana disebutkan dalam surat al-Baqarah ayat 45, berbunyi;

وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ

“Mohonlah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan salat. Sesungguhnya (salat) itu benar-benar berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyu”.

Ayat ini memberikan isyarat bahwa *Shabar* menurut pandangan mufasir dan sufi berbeda dengan penerjemahan kata sabar dalam bahasa Indonesia yang seringkali dianggap sebagai kesiapan seseorang dalam menunggu giliran. Hingga kini istilah *Shabar* hanya ditafsirkan sebagai wujud menahan diri dari gejolak emosi negatif. Padahal istilah *Shabar* merupakan gerakan batin yang mampu menghubungkan antara diri manusia dengan Tuhan. Imam Ali bin Abi Thalib memandang konsep *Shabar* sebagai wujud ibadah dalam rangkaian ikhtiyar tanpa berakhir.

*Shabar* juga dipahami sebagai wujud kegiatan batin yang melakukan upaya untuk menjalankan tugas sebagai hamba Tuhan disertai dengan sikap yang memberikan ruh terhadap setiap kegiatan tersebut untuk selalu bersama dengan Tuhan. Oleh sebab itu beberapa kalangan memberikan wawasan mengenai *Shabar* sebagai wujud perilaku antar sesama makhluk Tuhan, dengan wujud ketelitian serta keuletan dalam mencapai harapannya. Sehingga tidak dipandang lagi sebagai kegiatan yang bersifat statis. *Shabar* merupakan kegiatan dinamis. Seperti halnya saat seseorang berusaha menjauhi maksiat. Tidak berarti menahan kemaksiatan belaka. Akan tetapi menjalankan sebagai bentuk kebajikan yang dapat mengehtikan kemaksiatan dengan perasaan ridha. Tidak lagi sebagai akibat penyesalan. Pada saat individu mendapatkan mushibah, maka *Shabar* harus dipahami sebagai bentuk upaya menuju perubahan yang lebih baik, serta mampu menggerakkan jiwa, qalb serta akalnya dalam melakukan upaya keluar dari mushibah yang sedang berlangsung.

*Shabar* juga dianggap memiliki kemampuan individu untuk senantiasa meningkatkan kualitas diri dalam menjalankan segala tugas Tuhan. Dengan cara demikian, maka martabat kemanusiaan menjadi berada pada peringkat yang semakin tinggi serta menunjukkan bahwa manusia merupakan makhluk Tuhan yang paling sempurna. Dibuktikan dengan kemampuan manusia itu sendiri dalam melakukan komunikasi batin dengan Tuhan. Hal ini akan dapat dilakukan manusia. tidak dapat

dilakukan kecuali bagi individu yang telah memiliki *qalb* serta *nafs* yang *muthmainnah* dalam bentuk kenyamanan.

Shabar sebagai sebuah konsep, harus memiliki metode dan teknik sebagai turunannya. Tanpa memiliki metode dan teknik, psikoterapi sufistik tidak dapat dilakukan secara optimal. Sebab pada tingkat konsep psikoterapi sufistik merupakan gagasan tasawuf yang memiliki banyak istilah bersifat ambiguitas. Kadang-kadang istilah tersebut bermakna hakiki sebagaimana yang disebutkan dalam lafazdnya. Sedangkan sebahagian lagi bersifat majazi. Yakni masih membutuhkan *ta'wil* dalam tekniknya. Apabila individu telah memahami mengenai kandungan dalam setiap istilah, maka akan dapat diimplementasikan sebagai sebuah perilaku atau perbuatan. Di antaranya kata Shabar. Kata ini sering dikonotasikan sebagai bentuk perilaku menunggu atau membiarkan sesuatu berlalu dengan alasan bahwa hal yang terjadi adalah *qudrat* dari Allah *'Azza wa Jalla*. Sehingga makhluk tidak akan ada yang mampu untuk mengubah atau melakukan penyempurnaan kembali. Pandangan di atas, merupakan pemikiran fatalism yang selalu menyatakan bahwa Allah menguasai segalanya. Dengan demikian, perana akal, *qalb* dan *nafs* dianggap sebagai pelengkap yang tidak memiliki kekuatan apapun untuk melakukan perubahan

Shabar pada jaman ini, tentu harus mampu diturunkan sebagai perilaku atau kegiatan dinamis yang mengubah perilaku manusia, dari keadaan terburuk, menjadi individu yang tinggi martabatnya dalam dua pandangan, baik pandangan Tuhan, maupun pandangan sesama makhlukNya. Sebahagian menyatakan bahwa Shabar merupakan perbuatan yang mempertahankan derajat kemanusiaannya. Dengan demikian, setiap keadaan akan segera disikapi dengan sifat-sifat kemanusiaan sejati. Dalam hal ini terdapat pengendalian berbagai jenis *nafs* yang dianggap membantu dalam mengubah sikap manusia menuju *al-insan al-kamil* (manusia sempurna).

Shabar selalu disandingkan dengan istilah *tawakkal*, yang artinya memiliki ketergantungan dengan Allah *'Azza wa Jalla*. Dalam hal ini juga sering ditafsirkan bahwa sikap *tawakkal* adalah sikap seolah-olah fatalisme juga, yang sepenuhnya menyerahkan kepada kekuatan Tuhan. Tentu saja jika dihubungkan dengan perubahan sikap. Akan menurunkan sikap malas dan selalu menganggap dirinya tidak diberi kemampuan untuk mengubah status diri oleh Tuhan. Pada dasarnya sikap *tawakkal* sendiri

adalah berhubungan dengan eksistensi al-Qur'an sebagai tata aturan yang dibuat oleh Tuhan, untuk kepentingan manusia dalam mengarungi hidup di muka bumi dengan mengemban tugas sebagai wakil Tuhan.

Sikap tawakkal tidak cukup hanya dengan menyatakan bahwa hanya bagi Allah, untuk mengubah segala sesuatu yang terjadi. Padahal sesungguhnya tawakkal merupakan wujud ketaatan individu kepada Tuhan dengan sepenuh hati dan memiliki keyakinan atas kebenaran petunjuk Tuhan. Inilah sebagai intisari dari ayat 4 surat al-Fatihah yang menyebutkan bahwa Allah yang menjadi raja pada hari saat jalan kehidupan ditegakkan. Kata “*al-Din*” dalam ayat tersebut merupakan jalan kehidupan. Sedangkan kata “*Maliki*” merupakan wujud pemusatan perhatian kekuasaan hanya kepada Allah ‘*Azza wa Jalla*. Meskipun sebahagian mufasir masih menafsirkan dengan istilah yang menjadi raja pada hari pembalasan. Para sufi menganggap bahwa tafsiran ini hanya berupa bentuk kiasan bukan bersifat hakiki.

Tawakkal telah dijadikan sebagai metode sufistik dalam rangka melakukan penyehatan, penyembuhan serta penyucian jiwa. Dalam konsep *tazkiyat al-nafs*, sikap tawakkal menjadi sikap awal yang harus dimiliki individu. Melalui cara demikian, seseorang akan selalu mengindahkan rambu-rambu dari Tuhan yang tertera dalam kitab suci. Serta selalu memperhatikan sikap para nabi dan rasul sebagai *uswah al-hasanah* (suri tauladan). Kemudian dilanjutkan dengan memperhatikan para wali dan ulama sebagai penerus dan pewaris nabi.

فَبِمَا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَا تَوَكَّلْ عَلَيْهِمْ وَمَا ظَنُّوا أَنَّهُمْ يَفْعَلُونَ  
 عَزَّ مَتَّ فَيَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُجِيبُ الْمُتَوَكِّلِينَ

“Maka, berkat rahmat Allah engkau (Nabi Muhammad) berlaku lemah lembut terhadap mereka. Seandainya engkau bersikap keras dan berhati kasar, tentulah mereka akan menjauh dari sekitarmu. Oleh karena itu, maafkanlah mereka, mohonkanlah ampunan untuk mereka, dan bermusyawarahlah dengan mereka dalam segala urusan (penting). Kemudian, apabila engkau telah membulatkan

*tekad, bertawakallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah mencintai orang-orang yang bertawakal”.*

Sikap tawakkal merupakan bukti kebersamaan antara individu dengan Tuhan dalam berbagai aktifitas. Sehingga menyedikitkan kemungkinan terjadinya kondisi batin melakukan penyimpangan dari Tuhan. Sebab sikap tawakkal merupakan bukti kebersamaan antara seorang sufi dengan Tuhan. Ketika seorang sufi meninggalkan sikap tawakal, maka sudah dipastikan menjauh dari Tuhan. Oleh sebab itu, mereka yang telah meninggalkan sikap tawakkal, diharuskan menjalani taubat. Sebab sudah keluar dari jalan Tuhan. Demikian pula dengan seseorang yang selama hidupnya selalu bertawakal, akan mendapatkan ‘*aun* (perlindungan) dari tuhan. Mereka inilah yang disebut wali. Ialah orang-orang yang telah mampu menjadi pelindung spiritual bagi segenap makhluk Tuhan. Bukan hanya manusia yang harus dilindungi secara spiritual. Ketika spiritual dipandang sebagai motivasi. Maka sejumlah binatang dan tumbuhan memerlukan motivasi untuk menjalani kehidupannya. Para wali akan mencurahkan perhatiannya pada kelestarian hewan dan tumbuhan. Dengan demikian maka kesempurnaan sebagai wakil Tuhan telah hampir dicapai dengan baik. Sebab tugas manusia adalah menjadi wakil Tuhan di muka bumi. Sedangkan para pelopornya adalah para nabi. Pewaris para nabi adalah ulama. Ulama bukan hanya sekedar sosok manusia berpengetahuan, melainkan menunjukkan dirinya sebagai wakil Tuhan menggantikan para nabi dan rasul yang membimbing dan melakukan perlindungan bagi segenap makhluk Tuhan.

Adapun ketika sikap Shabar diterapkan saat seseorang menerima keadaan yang dinyatakan kurang memuaskan pada batinnya. Maka sikap tawakal merupakan solusi atas ketidaknyamanan yang dirasakan oleh individu tersebut. Pengertian tawakkal<sup>43</sup> bukan sebagai tempat

---

<sup>43</sup>Tawakal sering ditafsirkan sebagai sebuah perilaku dalam maqam ke empat pada pembahasan maqamat. Menurut Sahal al-Tustary, bahwa keimanan tidak dinyatakan representatif, apabila tidak disertai tawakal. Dan tawakkal tidak dapat diperoleh kecuali melalui taqwa. Demikian dengan sikap taqwa tidak akan diperoleh kecuali melalui pembebasan dari kepentingan duniawi. Muhammad (Sahal al-Tustary, *Tafsir al-Tustary*, Darr al-Kutub al-Ilmiyah, Beirut, tahun 2007, hlm. 160). Mengutip pemahaman di atas Hasan

bergantung dengan kondisi statis. Akan tetapi tempat bergantung dalam keadaan dinamis. Segala bentuk kegiatan akan disertai sikap tawakal, yang menghasilkan perilaku yang selalu menghadirkan inovasi. Ini membuktikan bahwa ajaran tasawuf merupakan ajaran yang dinamis, inovatif serta selalu menghubungkan dengan unsur teologis.

Sikap lainnya yang harus dilakukan ketika menjalankan proses terapi sufistik adalah sikap ridha. Sikap ini diterjemahkan dalam bahasa Indonesia menjadi “rela”. Sikap ridha menunjukkan adanya pemahaman holistik pada individu, dalam melaksanakan dan menjalankan taqdir Tuhan. Ridha sendiri memiliki banyak sikap pendukung yang memberikan corak bagi keridhaan seseorang. Ridha juga bermakna serangkaian sikap individu yang memberikan kekuatan pada batinnya, karena keyakinan bahwa Allah telah memberikan bagian untuknya sesuai dengan kemampuannya. Hal ini dipahami sebagai bentuk motivasi agar setiap manusia normal yang memiliki akal akan memberdayakan akalnya untuk menggapai sebuah kehendak Tuhan. Cara ini akan menyambungkan sikap ridha terhadap segala kebijakan Tuhan dalam mencari ridha Tuhan. Keseimbangan spiritual inilah yang menguatkan batin para sufi dalam segala tindakannya. Sikap ridha juga dinilai akan menguatkan mental sufi dalam menghadapi berbagai tantangan, baik dari dirinya sendiri ataupun dari luar.

Ridha juga akan memunculkan sikap-sikap lainnya yang menjadi kebiasaan para sufi dalam meningkatkan kualitas dirinya. Antara lain perbuatan *ma'shum*. *Ma'shum* bukan sebuah kondisi yang tiba-tiba diberikan Tuhan. Tetapi serangkaian sikap yang menjaga kondisi batin individu untuk selalu berada pada jalan yang telah diberikan Tuhan kepadanya. Sikap ini akan melahirkan sikap positif lainnya yang menunjang pada dampak dari ketentuan Tuhan yang telah didapatkannya saat itu. Seseorang yang menerima taqdir Tuhan dengan perasaan ridha, adalah mampu memberdayakan taqdir menjadi lebih baik.

---

Hanafi mengomentari, bahwa sikap tawakal merupakan sikap batin yang selalu menghubungkan antara dirinya dengan Allah ‘Azza wa Jalla, pada setiap tindakannya. (Hasan Hanafi, *min al-Fana ila al-Baqa*, Juz.2, Madari al-Islamy, kairo, Mesir tahun 2008, hlm. 309). Hal tersebut dipandang sebagai bentuk ikatan batin manusia sebagai hamba Tuhan dengan Tuhan sebagai pusat segala harapan dan tujuan.

Selanjutnya, adalah sikap *qana'ah*. Yakni sikap melakukan atau mensikapi keadaan. Ketika Tuhan memberikan sebuah keadaan kepada dirinya, maka sufi akan menyikapinya agar keadaan tersebut tidak menjauhkan dirinya dengan Tuhan. Sebab mereka mengetahui, bahwa Tuhan telah atau akan memberikan jalan keluar untuk mencapai keadaan yang lebih baik lagi. Siap *qana'ah* bukanlah sikap statis seperti yang banyak digambarkan dan diajarkan saat ini. Penjelasan sikap *qana'ah* yang keliru akan menghasilkan perilaku atau sikap keliru. Oleh sebab itu berhati-hati dalam menjelaskan tafsiran sikap *qana'ah* kepada masyarakat sangat diperlukan pemahaman yang universal mengenai agama. *Qana'ah* sendiri tidak dapat dijelaskan dengan pandangan empiris atau rasional. Melainkan harus secara seksama menafsirkan dengan penuh kehati-hatian dalam rangka meningkat sikap dinamis umat.

Sikap *qana'ah* akan membuka hijab akal manusia, untuk mendapatkan sebuah kondisi yang memberinya rasa nyaman, yang disebut dengan *thumaninah*. Seseorang yang menjalankan *qana'ah*, akan selalu membukakan pintu untuk selalu menerima sinyal ilahiyah. Dan tertutupnya sinyal ilahiyah adalah dengan menghidupkan syahwat. Dalam wahyu yang disampaikan Tuhan kepada Daud ASS adalah agam manusia dididik untuk tidak menggunakan syahwat sebagai “makanan”. Sebab dapat menghibat antara dirinya dengan Tuhan.<sup>44</sup> Hal ini diajarkan semata agar para sufi selalu memelihara dirinya dari keterbelangguhan syahwat. Sebab syahwat akan menutu segala jalan keluar jika tidak sesuai dengan harapannya. Yang akhirnya melahirkan kecemasan serta putus asa.

Kemudian, *zuhud* yang sebelumnya dipahami sebagai bentuk menjauhkan diri dari duniawi, dengan implementasi bahwa setiap sufi disarankan untuk hidup tidak banyak harta. Padahal yang dimaksudkan dengan mengesampingkan dunia. Merujuk pada pemikiran Ibnu Arabi, bahwa yang disebut dengan mengesampingkan dunia, tidak berarti tidak kaya raya, atau sudah tidak peduli dengan harta. Karena dunia tidak identik dengan harta benda. Bahkan harta bend aitu dapat dipergunakan sepenuhnya untuk pencapaian akhirat. Semakin sedikit harta benda yang dimiliki, akan semakin sedikit pula kesempatan untuk melakukan ibadah, baik yang wajib ataupun yang bersifat elektif.

---

<sup>44</sup>Abdu al-Wahab *al-Sya' rany*, *Al-Anwaru al-Qudsiyati fii ma'rifati qawa'idi al-shufiyati*, Darr al-Fikrr, Beirut, 1996, hlm. 41.

Pada dasarnya zuhud merupakan sikap individu yang selalu mengutamakan akhirat sebagai orientasinya. Pemaknaan akhiratpun tidak dapat diterjemahkan sebagai periode setelah kematian saja. Hari-hari di dunia saja dapat disebut akhirat ketika keadaannya masih belum tercapai. Satu jam setelah kita beraktifitas, adalah akhirat dari sikap satu jam sebelumnya. Oleh sebab itu makna zuhud di abad moderen merupakan inovasi ajaran tasawuf dalam hal menjadikan dunia (kekinian, kegelapan) menjadi bekal untuk masa datang. Dan sepenuhnya harus didistribusikan dengan dasar teologis. Oleh sebab itu zuhud tidak lagi berkonotasi meninggalkan harta benda. Tetapi mempergunakan harta benda untuk kepentingan pengabdian kepada Tuhan. Seperti dilakukan untuk membayar zakat, infaq, shadaqah, biaya dalam menunaikan ibadah haji, membangun rumah ibadat dan sejenisnya. Yang dilarang dalam ajaran tasawuf adalah menumpuk harta hanya untuk kesenangan dan pemenuhan *syahwat al-syaithani* belaka. Seperti bermegah-megahan hanya untuk dihormati sesama manusia. atau bahkan untuk menunjukkan bahwa dirinya paling mampu, paling kaya dan paling terhormat. Semua yang tergolong pada aspek duniawi, bukan sebuah wujud materi. Akan tetapi wujud immateri yang melekat pada materi. Dengan demikian upaya para sufi untuk melakukan penyehata serta penyembuhannya melalui perhatian terhadap kondisi immateri.

Segala upaya untuk akan dilakukan para sufi untuk memalingkan pandangan terhadap unsur materi, agar sepenuhnya untuk mengabdikan kepada Tuhan. Tidak lagi menjadikan materi sebagai *ghayah* (tujuan). Melainkan hanya *wasail* (perantara saja). Tidak ada larangan dalam ajaran tasawuf untuk membenci harta benda dan kemewahannya. Tetapi semuanya harus dilakukan untuk dan atasnama Tuhan. Cara ini mengekerucutkan pemahaman zuhud sebagai bagian terpenting dalam kehidupan sosial para sufi. Sikap zuhud yang dimiliki para sufi, tidak untuk mengekang dalam mencari kekayaan atau berambisi untuk mencapai sebuah kedudukan. Akan tetapi zuhud merupakan wujud kepedulian sufi pada Tuhan (Allah 'Azza wa Jalla).

*Al-Imam* Abu Sulaiman *al-Darany* memandang zuhud sebagai sebuah kegiatan yang dengannya akan menunjuka sikap peduli dengan keberadaan Tuhan serta mampu menenggelamkan perhatian terhadap unsur materi sebagai objek final. Tetapi memperhatikan unsur materi sebagai sesuatu yang menjadikan penguatan terhadap kegiatan ibadah

kepada Tuhan. Oleh sebab itu *al-Darany* memandang bahwa zuhud merupakan cara untuk meninggalkan segala hal yang akan sibuk dengan yang diperhatikannya itu sehingga melupakan keberadaan Tuhan.

Berbeda dengan pemahaman *Junaid al-Baghdady* yang memberokan argumentasi bahwa zuhud merupakan sikap batin yang menganggap bahwa unsur materi adalah sangat kecil artinya dibandingkan dengan keberadaan Tuhan. Dengan demikian orinetasi ketuhanan akan selalu melekat pada saat seseorang menjalani kegiatan apapun. Ruh Tuhan selalu akan mewarnai segala bentuk aktifitasnya. Bahkan sebagai indikator seseorang telah memasuki fase zuhud adalah tidak merasa cemas atau resah bahkan putus asa, ketika mereka kehilangan harta benda, keluarga dan kehilangan kesenangannya. Hal tersebut dilontarkan oleh Wahib bin Wardy.

Para sufi memberikan tanda-tanda orang yang telah memasuki fase zuhud, antara lain;

Antara rasa bahagia dan duka, tidak mempengaruhi hubungan dengan perhatiannya kepada Allah '*Azza wa Jalla*. Ketika mereka dilimpahkan kebahagiaan, akan melakukan syukur dan saat ditimpa perasaan duka, mereka memohon ampunan kepada Allah, serta melakukan ikhtiyar sebaik mungkin melalui muhasabah. Kalangan sufi, tidak merasa Bahagia dan duka dikaitkan dengan aspek materi. Akan tetapi mereka merasa bahagia ketika segala aktifitasnya bermanfaat bagi seluruh alam dan meraih cinta Tuhan. Demikian juga dengan kesedihan yang dirasakannya, tidak menjadikan tuduhan buruk terhadap Tuhan. Melainkan akan selalu menambahkan intensitas pengabdianya kepada Allah '*Azza wa Jalla*.

Para sufi yang telah memasuki fase zuhud, akan mengalami perasaan bahwa harta benda dan jabatan yang dimilikinya, merupakan tidak abadi. Dengan demikian, akan bgerharga apabila sepenuhnya dimanfaatkan untuk berbakti pada Tuhan. Serta mereka memiliki keyakinan, bahwa sifat tidak abadi oada harta benda dan jabatan, hanya bersifat sementara. Sedangkan Allah merupakan keabadian. Maka menghargai harta benda dan jabatan dilakukan seperlunya agar dapat memfasilitasi iabadah yang lebih baik dan bermakna.

Para sufi akan melakukan segala usaha atau kegiatannya memprioritaskan kepentingan pengabdian pada Tuhan, bukan pemenuhan hasratnya. Perilaku ibadah *mahdhah* tidak dilakukan untuk

kepentingan berpalingnya sesama manusia kepadanya, untuk memuji serta membanggakan dengan pandangan yang bernuansa materialisme.

Hal di atas menjadikan sikap zuhud sebagai ruh dari para sufi dalam beraktifitas, akan menyebabkan munculnya dorongan untuk mencintai Allah semata. Jika semua dilakukan atas dasar cinta Tuhan, maka seseorang tidak lagi akan merasakan kerugian serta kemalasan. Zuhud sangat memiliki manfaat dalam rangkaian pembinaan akhlaq serta jiwa sufi. Beberapa sufi memandang bahwa zuhud memiliki tahapan sesuai dengan kemampuan individunya. Antara lain bagi kalangan *awam* (masyarakat umum) zuhud cukup dilakukan dengan cara meninggalkan perbuatan yang dilarang oleh ajaran agama. Sedangkan bagi kalangan *khawas* (khusus) adalah menjalankan kegiatan dengan meninggalkan sikap *ishraf* (berlebihan). Dan para kalangan *khawas al-khawas* adalah meninggalkan suasana yang akan melupakan Tuhan. Kalangan ini disebut sebagai kelompok 'Arifin (manusia bijak yang dengan pengetahuannya, ia telah memilih Tuhan sebagai pusat ruhaninya).

*Zuhud* merupakan sebuah sikap yang dimiliki para sufi bukan pada tinjauan materialism belaka. Melainkan juga tinjauan sikap mental dan jiwa. Sebab material hanya bersifat hiasan saja. Pada dasarnya jiwa dan sikap mental yang mengubah perilaku manusia menjadi mengingat atau melupakan Tuhan. Pada proses pembinaan awal para sufi melakukan kegiatan yang bersifat sementara melalui praktik *khalwat*. Hal ini dilakukan dengan merujuk pada perilaku para nabi, termasuk sikap nabi Muhammad SAW sebelum *bi'tsah* (pengangkatan kenabian). Cara di atas diyakini dapat dapat mengembalikan fungsi memori manusia dalam memberdayakan seluruh komponen ruhani, serta mampu mendidik sikap ketulusan spiritual saat menjalani kehidupan secara normal menurut sudut pandang ajaran agama Islam. Pada kegiatan *khlawat* juga seseorang akan dilatih agar mendapatkan pencerahan batin melalui introspeksi diri. Ajaran *muhasabah* sebagai salah satu teknik dalam mendidik diri merupakan hal penting dan tidak dapat ditinggalkan. Hal ini ditegaskan oleh al-Ghazaly dan *al-Imam* Hasan al-Bashry.

Para nabi melakukan *khalwat* di tempat-tempat tertentu untuk melakukan penyendiriannya, untuk mendapatkan kekuatan spiritual. Agar sepanjang hidupnya dihiasi dengan prinsip spiritual yang kokoh. Dan semua hanya dipusatkan untuk mendapatkan cinta Tuhan.

Berikutnya adalah *wara'*. *Wara'* sendiri merupakan sikap kewaspadaan dan kehati-hatian dalam bersikap dan memperlakukan sesuatu. Para fuqaha mengimplementasikan *wara'* dalam bentuk upaya meninggalkan hal-hal yang subhat secara hukum. Sedangkan para sufi lebih mengedepankan aspek kehati-hatian dalam berperilaku. Segala hal yang diprediksi akan mengurangi nilai *mahabbatullah* atau akan bahkan akan menjauhkan diri dari Tuhan. Akan dihindari sekuat mungkin. Tujuan *wara'* sendiri adalah agar para sufi terhindar dari perbuatan dosa atau maksiat. Perbuatan *wara'* merupakan bukti bahwa seseorang telah menjalankan perintah Allah '*Azza wa Jalla* dengan baik. Capaiannya adalah menemukan jalan yang dipandang benar menurut ajaran agama.

Sikap *wara'* ditandai dengan beberapa hal antara lain; Upaya meninggalkan maksiat dan dosa. Meninggalkan maksiat tidak hanya meninggalkan segala perbuatan yang bersifat fisik seperti mendzalimi orang lain dengan perilaku hasud. Tetapi juga meninggalkan sejumlah perasaan yang dapat mempengaruhi terhalangnya sinyal ilahiyah, untuk memasuki relung batin seseorang seperti dengan perasaan sombong, dan sejenisnya.

Menjauhkan diri dari segala perbuatan syubhat. Dalam hal ini para sufi sangat berhati-hati dalam berbagai hal. Termasuk saat mereka melakukan sikap atau memakan dan meminum sesuatu. Bagi mereka harus secara jelas mendapatkan legitimasi halal berdasarkan hukum Tuhan. Subhat merupakan status hukum yang masih dalam perbincangan. Bahkan sebahagian dalam perdebatan. Para sufi lebih baik menghindari hal-hal yang memiliki status syubhat. Selain itu juga harus selalu melakukan nilai disiplin. Mulai dari disiplin waktu, makan dan minum yang sesuai dengan aturan syari'at, memperhatikan sopan santun sesuai dengan aturan moral masyarakat yang berlaku. Kemudaiannya harus membiasakan diri untuk melakukan sikap rendah hati. Sebab telah diketahui, bahwa rendah hati itu adalah perilaku Rasulullah SAW dan sebaliknya kesombongan adalah perilaku iblis. Sikap sombonglah yang menyebabkan iblis dilaknat Tuhan. Berikutnya adalah meningkatkan pemahaman keagamaan yang bersifat universal. Melalui cara ini seseorang akan muncul sikap arif. Dengan demikian kearifan seseorang akan dipengaruhi oleh tingkat pengetahuannya.

Adapun *wara'* dalam pandangan al-Imam al-Ghazaly, dibagi menjadi beberapa jenis. Yakni;

*Wara' al-'Udul*, ialah mengutamakan upaya menghindari dari segala hal yang diharamkan dalam sudut pandangan ajaran agama. Baik berupa keharaman dzatiahnya, maupun haram secara kasbiyah. Yang termasuk haram dzatiah adalah segala hal yang telah disebutkan secara tekstual dalam al-Qur'an maupun al-hadits. Sedangkan yang kasbiyah adalah yang termasuk upaya pencapaian atau perolehannya. Cara ini akan menyedikitkan kemungkinan seseorang memakan, meminum atau mempergunakan sesuatu yang bukan haknya. Jika hal ini dilakukan, maka secara otomatis kebiasaan untuk mencuri atau korupsi akan sirna.

Berikutnya adalah *Wara' al-Shalihin*, yakni menghindari segala yang bernilai syubhat. Baik perilah makan dan minum, maupun berupa sikap. Terutama pada sikap, mereka akan selalu waspada. Sebab akibat sikap yang kurang tepat akan menimbulkan fitnah besar. Pada kalangan sufi selalu membiasakan bertutur menggunakan gaya personifikasi atau dilambangkan dengan bahasa-bahasa yang berupa simbol-simbol.

*Wara' al-Muttaqin*, ialah berupaya menahan diri dari segala tingkah laku yang akan menjerumuskan ke dalam kesesatan yang dampaknya akan menjadi jauh dengan Tuhan. Terutama menghindari perilaku yang akan melupakan Tuhan. Sebahagian mengharamkan musik dan kesukaan yang menyebabkan keberadaan Tuhan menjadi berada pada urutan terbelakang. Karena kenyamanan bersama dengan aspek dunyawinya, makai a lupakan seketika itu juga tentang Allah '*Azza wa Jalla*.

*Wara' al-Shiddiqin*, yakni melakukan Tindakan yang akan selalu menjadi kontrol dirinya guna menghindari dari segala perbuatan yang akan menjauhkan dirinya dari mengingat Allah '*Azza wa Jalla*. Pada umumnya mereka melakukan *dzikir al-lafdzi* dalam setiap ada kesempatan, dengan tujuan untuk menghindari perhatian kepada selain Allah '*Azza wa Jalla*. inilah yang menjadi cikal bakal adanya wirid selain dari yang telah dicontohkan Rasulullah SAW. Tambahan dzikir itu bukanlah merupakan sikap bid'ah, melainkan menghindari bid'ah yang berupa terjerumus ke jurang kekeliruan dan menjauhi Tuhan.

Adapun capaian yang diharapkan dari wara' adalah terbentuknya watak serta sikap yang arif dalam menyikapi segala hal, serta dapat memperbaiki akhlaq dan moral individu. Melalui edukasi sikap wara' akan meningkatkan kualitas diri menjadi hamba Tuhan. Selain itu juga mampu memberikan ketenangan serta kenyamanan lahir batin. Karena dengan membiasakan sikap wara'. Seseorang akan selalu mempertimbangkan

benar dan salahnya dalam setiap tingkah laku. Secara otomatis akan terhindar dari kecemasan. Keyakinan adalah kekuatan hatinya.

Sikap wara' memberikan kesempatan seseorang untuk mampu melakukan komunikasi transenden dengan Tuhan. Hal demikian akan memberikan sinyal kesucian pada Tuhan, yang berdampak pada dikabulnya do'a mereka. Secara fisik seseorang yang bersikap wara' akan terhindar dari petakan batin akibat makanan dan minuman yang mereka konsumsi. Maksudnya secara pasti mereka akan terhindar dari dosa akibat makan dan minum yang berdosa. Sebagai sebuah konsep, wara' menjadi unggulan dalam menata perilaku manusia. sehingga dapat dijamin, bahwa pelaku wara' telah menjalankan kebaikan serta nilai-nilai kebenaran yang merujuk pada contoh-contoh yang dilakukan para Nabi, Rasul dan Auliya. Pada era modernisasi, sikap wara' masih dibutuhkan orang untuk mendapatkan kualitas serta tanggung jawab moral pada aspek spiritual. Saat materialisme sebagai dampak teknologi semakin berkembang, ambisi duniawi semakin menggelora, maka kerusakan moral dan khalq semakin akan tampak. Melalui edukasi wara' dianggap dapat mengurangi bahkan menghilangkan sikap tidak terpuji seperti korupsi dan sejenisnya. Wara dapat dijadikan benteng pertahanan keimanan seseorang dalam mengarungi Samudra kehidupan yang semakin tidak menentu dalam status keimanannya. Karena pada sikap wara' terdapat benteng prinsip kehidupan berdasarkan nilai ilahiyah.

Selain hal di atas, sikap wara' memberikan pengaruh bagi mengatasi perasaan sombong (*takabbur*). Serta memelihara agar tetap hubungan dengan Allah menjadi lebih erat. Juga dapat menjadikan pelakunya bersifat produktif secara benar. Sistem komunikasi yang dibangun oleh setiap orang yang telah menjalankan sikap wara' akan lebih banyak manfaat, serta banyak menghindari pergaulan yang menurut pandangan ajaran agama, dinyatakan sebagai pergaulan yang tidak sehat dan terpengaruh oleh hawa al-syaithaniyah. Hal demikian menjadikan kalangan *ahlu al-wara'* akan memanfaatkan setiap waktunya untuk selalu menghasilkan sesuatu yang bermanfaat bagi umat maupun dirinya dengan berlandaskan aspek teologis.

Landasan teologis menguatkan para pelaku wara' agar dapat hidup lebih bermakna. Apalagi setelah dipertimbangan dengan perilaku dosa dan berbagai kekeliruan di hadapan Tuhan. Para pelaku wara' akan segera menjalatkan taubat. Perilaku beristighfar menjadi bagian dari hidupnya.

Bukan lagi hanya sekedar menjadi pelantun lafadz *istighfar*. Kata *istighfar* sendiri berasal dari Bahasa ‘Arab yang artinya adalah memohon ampunan Tuhan. Kekuatan wara’ akan selalu menyadari kondisi batinnya sendiri. Apabila mereka terjebak dalam kekeliruan akan segera mengembalikan posisinya ke jalan yang diridhai Tuhan. Hal ini merujuk pada surat Ali Imran ayat 33 berbunyi:

وسأرعوألى مغفرة م ن ر بكم وجهه ع رضها السموت والارض

”

أعدت ل المتقين

*Dan bersegeralah kamu sekalian (untuk) menuju ampunan dari Rabbmu dan al-Jannah (yang) luasnya (seperti) langit dan bumi yang disediakan untuk orang-orang yang bertaqwa.*

Ayat di atas memberikan pelajaran, bahwa kalangan orang yang memiliki sifat wara’, akan senantiasa terpelihara dari dosa. Kegiatan memelihara dari dosa tersebut juga disebut sebagai *ma’shum*. Antara wara’ dan *ma’shum* memberikan jalan bagi seseorang untuk menemukan al-Jannah serta tergolong manusia yang taqwa. Oleh sebab itu juga setiap khatib dalam khutbah Jumat diwajibkan untuk berpesan agar selalu bertaqwa kepada Allah. Di antaranya harus memenuhi syarat ketaqwaan yang terdiri dari beberapa syarat pokok. Di antaranya adalah bersikap wara’.

Melalui sikap wara’, seraca otomatis akan menjalankan kehidupan yang memiliki kontribusi besar, baik pada masyarakat, maupun pada dirinya sendiri. Kekuatan teologis menjadi ruh dalam setiap kegiatan. Pada dasarnya sikap wara’ sangat dibutuhkan pada era modern, sebagai penjaga keseimbangan pemikiran dan perasaan antara sikap duniawi dan ukhrawi.

Ajaran tasawuf mendidik saiknya agar senantiasa melakukan sikap wara’. Sebab di dalamnya terkandung pelajaran mengenai hidup seimbang antara duniawi dan ukhrawi. Bahkan lebih mengorientasikan hidup untuk ukhrawi dibandingkan dengan kehidupan duniawi. Selain itu juga sikap wara’ mengajarkan konsep etika dalam kehidupan para sufi. *Al-Imam* al-Qusyairy menempatkan Pendidikan wara’ setelah taubat. Ini menggambarkan bahwa sikap kehati-hatian harus dimiliki setiap individu setelah mereka memasuki fase penyucian diri dalam bentuk *tahalli*.

Pada aspek pergaulan, sikap wara' akan memberikan proteksi terhadap segala bentuk pengaruh negatif yang terserap oleh jiwa individu, yang memiliki muatan buruk serta berdampak buruk pula pada kondisi jiwa dan mental seseorang. Sikap menghindari interaksi dengan segala bentuk kemaksiatan merupakan proteksi awal masuknya sifat syaithaniyah, yang diprediksi akan menjauhkan individu dari Tuhannya. Sikap wara' juga melatih jiwa manusia agar selalu mendapatkan kaiditas ilahiyah yang lebih padat. Dengan demikian, maka akan memperoleh kondisi musyahadah. Hal ini sebagai jawaban atas kebutuhan manusia muslim dalam melakukan syahadat. Tentu saja bukan sebuah atau serangkaian kalimat syahadah. Melainkan sebuah kondisi yang disebabkan sikap wara', melahirkan persaksian dengan Tuhan. Oleh sebab itu pulalah, individu tersebut akan melakukan penyerahan jiwanya secara total kepada Allah '*Azza wa Jalla*. Karena ia telah mengetahui bahwa Tuhan yang dituju telah memahami tentang hal yang dibutuhkannya.

Istilah penyerahan sepenuhnya tersebut tidak berarti sebuah kerja fatalisme. Melainkan segala sesuatu berorientasi ilahiyah. Semakin menguatnya sikap wara' seseorang, akan berpengaruh pada aspek kepribadian sufi serta kesucian dan Kesehatan jiwanya. Sikap ini juga ditunjukkan Rasulullah SAW dalam pembinaan para shahabatnya. Hasilnya sangat mengejutkan. Karena pemahaman para shahabat yang secara intensif dilakukan oleh Rasulullah SAW, maka mental dan jiwa para shahabat semakin menguat dan menimbulkan sikap berani berkorban nyawa demi kebenaran. Inilah yang disebut dengan jihad. Oleh sebab itu jihad tidak akan dapat dijadikan doktrin bagi manusia, kecuali mendidik wara' terlebih dahulu. Jika tidak diawali dengan Pendidikan wara', maka gagasan jihadnya hanya sebuah sensasi belaka.

Sikap wara' juga ditunjukkan Umar bin al-Khattab ketika menerima tamu pribadi di ruang kerjanya. Ia mematikan lampunya, karena yang akan dibicarakan bukan urusan kenegaraan. Melainkan urusan keluarga. Hal ini dalam abad modern akan mampu mengurangi tingkat Tindakan korupsi di lingkungan para pejabat. Dengan demikian ketika ajaran tasawuf mampu diserap oleh para negarawan, dampaknya akan terhindar dari kebiasaan menjadi koruptor. Inilah sering dinyatakan bahwa sikap wara' yang ditawarkan ajaran tasawuf akan melakukan perbaikan moral dan menuntun individu dalam menjalani tugas suci sebagai wakil Tuhan.

Selain itu juga mewariskan gaya hidup yang optimis karena selalu Bersama Tuhan dan menjadi *uswah al-hasanah* (contoh terabik) diantara sesama manusia.

### 3. Para terapis

Para terapis merupakan unsur manusia yang memiliki peranan penting dalam penyembuhan jiwa. Kekeliruannya berdampak pada kecepatan mengalami kesembuhan, atau bahkan menambah beban psikologisnya. Dalam psikoterapi sufistik, para terapis tidak diseleksi berdasarkan kebutuhan jumlah orangnya. Melainkan berdasarkan kelayakan seseorang menjadi pemandu spiritual. Keberadaan para mursyid, menjadi kunci keberhasilan pembinaan jiwa, mental dan qalb umat. Pada psikoterapi sufistik, dibutuhkan sosok terapis yang berbekal pemikiran dan ajaran tasawuf. Sebab kalangan inilah yang dianggap layak dalam melakukan terapi sufistik. Mereka umumnya tidak hanya mengandalkan kemampuan profesi dalam pelayanan terhadap jiwa seperti dikemukakan psikoterapi konvensional. Melainkan harus memiliki latar belakang pemahaman teologis secara matang.

Berbagai metode akan dipergunakan membantu klien atau pasien yang sedang mendapatkan keluhan tentang gangguan spiritualnya. Termasuk orang-orang yang mengalami krisis idola dan problematika ketuhanan. Di dalamnya termasuk orang-orang yang tidak lagi menganggap Nabi Muhammad SAW sebagai tauladan umat dan tidak menganal Tuhan, sehingga mengabaikan segala perintahNya.

Demikian pula dengan para klien atau pasien yang mengalami gangguan mental. Termasuk mental keagamaan. Dalam cakupannya, sebagai pelaksana pemulihan kondisi mental dan jiwa, seorang terapis sangat membutuhkan kemampuan prima yang memiliki skill bimbingan yang mumpuni. Terutama para terapis yang menggunakan metode ritual-ritual sufistik, meliputi dzikir dan do'a. dalam upaya mengatasi kecemasan spiritual, krisis teologis, serta Krisis idola. Para terapis harus mampu menunjukkan jalan kehidupan yang tepat untuk para saliknya. Beberapaapufi menggunakan metode dzikir sebagai cara untuk mengatasi kecemasan, bahkan menambahkan pemahaman tentang dzikir yang dapat membuat batina manusia menjadi tenang. Hal ini tidak dapat dilakukan, sebelum terapis sendiri merasakan ketenangan tersebut.

Beberapa kasus ditemukan, adanya keresahan serta kegelisahan untuk segera bertemu Tuhan. Hal demikian tidak dapat dilakukan oleh sembarang terapis. Akan tetapi harus dibimbing oleh mursyid yang tepat. Sebab apabila terdapat kesalahan metode atau hasil, maka akan menyebabkan kesesatan sepanjang hidup.

Para terapis yang berdasar seorang pembimbing atau penyuluh, hanya akan dapat menunjukkan serta melakukan bimbingan sebatas pengembangan potensi, motivasi, serta pengembangan gelombang yang memancarkan energi spiritual. Atau hanya melakukan bimbingan untuk mengatasi gangguan jiwa ringan. Sedangkan pada terapis yang mengedepankan aspek nilai sufistik, melakukan bimbingan dalam rangka membantu klien atau umat, agar mampu menemukan kesadaran spiritual yang tinggi dan dapat mengatasi gangguan jiwa yang terdapat pada jiwa rendah, seperti terdapat pada *nafs al-ammarah*, *nafs al-lawwamah* dan *nafs al-mulhamah*. Tiga nafs di atas dapat dilakukan bimbingannya menggunakan pendekatan bimbingan spiritual yang tidak terlalau rumit. Berbeda dengan bimbingan bagi mereka yang mengharapkan terjadinya suasana irfani. Kehadiran Tuhan menjadi orientasi tertinggi. Hal ini membutuhkan layanan bimbingan yang dilakukan oleh para terapis yang telah mampu melakukan irafani pula. Teori tentang irfani ini telah dikemukakan Mulla Shadra dalam berbagai karyanya.

*Irfani* merupakan konsep metode berpikir yang menggunakan dasar pijakan pada pengalaman keagamaan. Hal inilah yang dikenal dengan spiritual keagamaan. Meskipun sebahagian menyatakana bahwa irfani adalah tasawuf itu sendiri. Tetapi secara epistemologis merupakan metodologi berpikir yang mengakibatkan adanya keadaan ma'rifat (melakukan pertemuan dan memiliki pengetahuan tentang Tuhan). Para terapis yang hendak melakukan bimbingan pada aspek ini, diharuskan melakukan manajerial terhadap nafs muthmainnah terlebih dahulu. Sebab tanpa memperhatikan kondisi nafs muthmainnahnya sendiri, kegiatan bimbingannya tidak akan berhasil dengan baik. Terapis harus terlebih dahulu melakukan riyadhah ruhani bersama dengan gurunya. Setelah gurunya memberikan ijin untuk melakukan pelayanan terhadap kliennya, maka dapat melakukannya secara seksama.

Kata *Irfani* berasal dari bahasa Arab “*Arafa*” yang artinya memahami atau mengetahui. Sebahagian mengartikannya sebagai “kasyaf” yang artinya ketersingkapan spiritual. Oleh sebab itu, tidak ada

yang sanggup melakukan bimbingan spiritual hingga mendapatkan kasyaf, maka pembimbing (mursyidnya) harus terlebih dahulu untuk mengalaminya. Jika tidak pernah mengalami, kemudian melakukan bimbingan di atas, maka hanya penipuan belaka. Selanjutnya, karena irfani merupakan pengembangan dari sikap ihsan. Maka para terapis harus mampu mengarahkan dirinya dan kliennya untuk dapat melakukan ritual dan menjadi hamba Allah '*Azza wa Jalla* yang dapat menjalankan ibadah dengan baik dan menciptakan kondisi khusus' dan khudhu'. Sebahagian sufi berperan sebagai terapis dalam membimbing serta mengarahkan para saliknya menuju pengalaman bathin dengan cara mengaktifasi *bashirah*, yang melahirkan *dzauq*, *kasyaf* dan *musyahadah*.

Para terapis spiritual atau terapis sufistik lebih banyak memperhatikan kondisi qalb saliknya. Bahkan perkembangan nafsnya menuju keadaan *dzauq*, *syauq*, '*isyq*, *uns* dan *fana*'. Secara otomatis para terapis harus terlebih dahulu mendapatkan pemahaman tentang aspek-aspek di atas. Agar dalam melakukan bimbingannya tidak lagi menemukan ganjalan, karena ketudak-tahuan terapis. Hal demikian akan menyebabkan kekeliruan pemahaman atas segala temuan spiritual yang dijumpainya. Karena suasana irfani merupakan hasil pengolahan rasa yang cukup dalam oleh qalb manusia, maka manajerial qalb akan dilakukan untuk para terapis, sebelum terapis tersebut mengatasi kliennya. Berbagai metode riyadahah untuk qalb dilakukan para sufi terdahulu, yang kini telah menjadi khazanah keilmuan tentang terapi sufistik. Meskipun hasil yang didapatkan adalah berupa temuan spiritual (*spiritual experience*), tetapi hal ini merupakan praktik ajaran agama Islam, tinjauan ilmu tasawuf. Tidak berarti sebuah kesesatan seperti banyak diklaim oleh para fuqaha yang beraliran radikalisme. Fuqaha wahabisme diksenai lebih tidak mampu merasakan aspek di atas dibandingkan dengan fuqaha yang mau membuka mata hatinya untuk mendapatkan Tuhan. Konflik yang sering terjadi yang disebabkan pemahaman konsep juga merupakan bagian dari objek pemulihan jiwa para pelakunya.

Para terapis juga harus memiliki kebiasaan zuhud dalam segala hal. Dan perilakunya harus menunjukkan sikap wara'. Dua sikap di atas adalah modal besar dalam pendidikan sufistik yang dilakukan para terapis kepada kliennya. Terapis spiritual akan selalu menuntun untuk membimbing individu maupun kelompok dalam mendapatkan kondisi spiritual yang lebih baik. Sikap zuhud sering disalah-artikan sebagai

sesuatu yang bernuansa duniawi. Padahal Rasulullah SAW memberikan tuntunan zuhud melalui tauladan dari perilaku beliau sendiri. Sehingga beberapa kalangan menyebutnya sebagai al-Qur'an yang berjalan. Sebutan itu menunjukkan bawah kualitas spiritual Nabi SAW menunjukkan sikap seorang mursyid yang layak untuk memberikan layanan bimbingan spiritual secara paripurna. Hal ini mengilhami para *ahlu al-Thariqat* untuk selalu melakukan *hudhur al-Rasul* sebelum melakukan pembinaan. Yang demikian dilakukan, agar tidak terjebak pada proses terapi menurut hawa nafsunya. Keterbimbingan oleh nabi secara spiritual merupakan kebiasaan para sufi dalam mengatasi masalah jiwa kliennya.

Pada beberapa waktu setelah Nabi Muhammad SAW wafat, bermunculan orang-orang yang mengaku telah menjadi Nabi atau bertemu beliau dalam mimpi atau dalam kondisi *yaqdzah* (ialah pertemuan langsung baik dahir maupun batin dengan baginda Rasulullah SAW). Hal ini bukan sebuah fenomena asing. Melainkan sebuah ungkapan dari puncak spiritual masing-masing. Pengungkapan tersebut disandarkan pada sejumlah perasaan mendalam tentang kecintaan pada Nabi dan Allah. Akan tetapi bagi kalangan tertentu yang mencari sensasi serta kepentingan pribadinya, ungkapan tersebut hanya sebatas melindungi dirinya dari kehinaan. Seperti seseorang yang mengaku telah menjadi Nabi. Bisa saja terjadi karena syathahat seseorang yang mencapai puncak spiritual, dan mengatakan dengan kondisi tersebut, bahwa dirinya menjadi seorang Nabi. Hanya saja harus dipahami bahwa kata "Nabi" merupakan istilah bagi seseorang yang membawa berita dari Tuhan. Baik ilham ataupun wahyu. Demikian juga ketika seseorang mengaku telah mendapatkan wahyu, perlu dipelajari lebih seksama mengenai wahyu ilhami, wahyu syar'i atau hanya gharizy.

Kemudian, ketika seseorang mengaku telah bertemu dengan Nabi pada saat beliau telah wafat, memerlukan pengamatan yang sangat teliti. Seseorang dapat bertemu dengan Nabi Muhammad SAW melalui mimpi. Hal ini secara tegas diungkapkan Rasulullah SAW. Berikutnya bertemu beliau secara langsung (*yaqdzah*). Pertemuan ini dalam pendekatan tasawuf sangat mungkin terjadi. Sebab ruh seseorang tidak akan mengalami kematian. Maka apabila seseorang telah melakukan penyepadanan ruh (menyucikan serta membersihkan dari segala bentuk

kotoran ruhani), maka akan terjadi pertemuan hakiki melalui pandangan hakikat Muhammadiyah.

Berbeda dengan ungkapan seseorang yang mengaku bertemu dengan Nabi, padahal hanya untuk memalingkan pandangan orang-orang disekitarnya, agar selalu menghargai dirinya. Pada kenyataannya tidak terjadi pertemuan dengan Rasulullah. Tetapi sebiah kebohongan belaka. Yang demikian menunjuka dirinya sedang terjangkit gangguan jiwa yang disebut dengan krisis identitas. Gangguan tersebut muncul akibat seseorang kurang dihargai di lingkungannya. Hal tersebut sangat membahayakan aqidah.

Hal lain juga terjadi pada manusia yang secara terang-terangan mengaku keturunan Nabi Muhammad SAW, dengan tujuan agar senantiasa dihormati dan dijadikan panutan oleh umat. Inilah yang disebut dengan artikulasi keliru. Kekuatan nafsu syahwat kedudukannya, telah menggantikan ikhlash dan muraqabah. Hanya untuk kepentingan pribadi dan hajat keluarganya, mereka mengorbankan atas nama Nabi Muhammad SAW yang benar-benar suci dan terjamin kesuciannya tidak akan hilang sampai kapanpun. Adapun bagi yang benar-benar keturunan Nabi Muhammad SAW, tidak akan membanggakan dirinya di hadapan umum. Cukup bagi mereka mengetahui bahwa kakeknya adalah seorang Nabi mulia. Dengan demikian, kalangan ini akan selalu menjaga muruahnya di hadapan Tuhan dan umat. Bukan sekedar mengakui keturunan Nabi, tetapi menunjukkan sikap yang dimiliki oleh baginda Nabi Muhammad SAW, seperti hillim, ilmu, hikmah, shabar, zuhud, tawakal dan sebagainya.

Sedangkan sikap wara' tidak hanya melakukan kehati-hatian dalam menjalankan perilaku dalam pembahasan hukum. Seperti dilakukan fuqaha. Kalangan ini memaknai wara adalah hanya sebatas mendapatkan kehati-hatian agar tidak memakan barang haram dan syubhat. Padahal sikap wara' itu lebih luas lagi. Hingga memahami eksistensi Tuhan dalam bingkai ma'rifat. Irfani sebagai metodologi, menyajikan sekumpulan pendidikan nafsani dalam menjalankan zuhud, dalam berbagai aspek. Pada pembahasan artikulasi psikoterapi sufistik, memberikan peluang agar setiap pelaku ritual atau ibadah apapun dapat memahami esensi, tidak sekedar dapat melakukan sesuai syarat dan rukun belaka. seorang terapis harus mampu memberikan penjelasan mengenai dampak dari perlakuan ritual terhadap perubahan perilaku yang disandarkan pada

gerakan nafs yang sehat. Melalui cara ini, terapis bukan hanya menggiring salik untuk melakukan penyehatan jiwa, melainkan juga secara langsung memberikan layanan ganda, yakni, menyehatkan dan menyucikan.

Para terapis juga harus memperhatikan kondisi jiwa klien, dan mampu memilih jenisterapi yang tepat, agar dua kategori, yakni pemulihan dan penyucian jiwa tercapai dengan baik dan sesuai dengan harapan. Sebagai seorang terapis spiritual, upayamelakukan peningkatan keberadaan ruh melebihi diri (nafs), dan nafs harus melebihi pikir yang hanya mampu berpikir rasional, menuju pemahaman tentang Tuhan yang bersifat ghaib dan hanya dapat dijamah melalui kerja ‘aql, nafas dan ruh.

Psikoterapi religius atau dikenal dengan psikoterapi sufistik memiliki dasar pijakan, yakni wahyu dan ijhtihad sufistik. Wahyu dipahami sebagai teori dasar untuk menjalankan agama, sedangkan hasil ijhtihad memiliki kekuatan untuk menafsirkan kehendak Tuhan dengan cara melakukan penggalian terhadap kandungan wahyu yang tertulis dalam al-Quran dan perkataan Nabi SAW. Agar dapat dilaksanakan seacara baik dan benar menurut syari’at, juga bermanfaat bagi perkembangan nafs dalam diri manusia. Merujuk surat al-Najm ayat 11, bahwa keberdaan qalb menjadi sangat penting dalam memperhatikan kerja badan, ruhn, nafs dan akal. Qalb menjadi alat untuk melihat segalanya. Oleh sebab itu para terapis dituntut agar selalu memperhatikan pandangan qalb. Ayat tersebut berbunyi :

S  
مَا كَذَّبَ | لَفُؤَادُ مَا رَأَى

“*Hatinya tidak mendustakan apa yang telah dilihatnya*”.

Hanya saja perlu diperhatikan, bahwa hati (*fu’ad*) sebagai nama lain dari qalb, akan memberikan kesan buruk ketika seseorang tidak pernah melakukan sanitasi pada *qalb*nya. Pada gerakan kebangkitan fuqaha di abad 10, memberikan dampak besar pada perhatian tokoh terhadap gerakan sufistik yang lebih mengedepankan *qalb* sebagai pusat perhatiannya. Sedangkan fiqih lebih mengedepankan aspek rasional dalam pemikiran Aristoteles. Hal ini tampak ketika adanya perbedaan muatan pembahasan antara *al-Ghazaly* dengan Ibnu Rusyd atau perbedaan pandangan antara sufi dengan fuqaha.

Pada saat fuqaha menggaungkan hukum-hukum yang terdapat dalam al-Qur’an, dengan harapan adanya perubahan perilaku tinjauan

sosial dan hukum. Maka para sufi menitikberatkan para perkembangan perilaku antara diri manusia dengan Tuhan dan alam.

#### 4. Dasar dan Manfaat terapi sufistik

Dasar terapi sufistik, berpijak pada semua perilaku Nabi Muhammad SAW dan nabi-nabi sebelumnya yang memberikan kesembuhan serta kesucian pada jiwa manusia. Pada studi tentang tasawuf dikenal dengan istilah sufi healing. Di dalamnya terdapat serangkaian cara melakukan penyembuhan, pemulihan serta penyucian jiwa. Melalui cara ini akan dikemas berbagai teknik untuk mendapatkan kesejahteraan mental, meliputi keseimbangan antara mental dengan spiritual seseorang. Terutama ketika menghadapi gangguan jiwa yang sandarkan pada psikologi Islam. Sebab antara psikologi “barat” dan psikologi Islam memiliki perbedaan muatan mengenai sebuah nilai.

Adapun konsep dasar dari terapi sufistik sendiri meliputi pelatihan atau pembiasaan sekaligus pemahaman tentang keberadaan Tuhan dan manusia sebagai makhluk Tuhan, dalam bingkai *takhalli*, *tahalli* dan *tajalli*. Pada proses *takhalli*, seseorang akan diajarkan sekaligus dibimbing untuk melakukan pengosongan diri dari segala sifat tercela. Hal ini mendasarkan pada perilaku *ma'shum* yang ditunjukkan nabi Muhammad SAW, dalam mewujudkan kinerja manusia sebagai hamba Tuhan yang senantiasa harus memperhatikan kulaitas dirinya sebagai seorang makhluk yang diciptakan tuhan dengan kelengkapan tugas pokoknya.

Kemudian dilanjutkan dalam proses *tahalli*. Mengisi hidup dengan segala hal yang lebih bermanfaat dari sebelumnya. Melalui cara ini peningkatan kualitas diri akan lebih tampak. Proses penyucian diri, harus didahului dengan tertutupnya segala keburukan dengan sejumlah kebaikan. Sebab pada umumnya apabila keburukan terus menerus dilakukan oleh seseorang, akan merasakan kenikmatan keburukan tersebut. Maka dirinya akan menutup diri untuk menjalankan segala bentuk kebajikan.

Pada fase *tajalli*, lebih menunjukkan dirinya telah memiliki gelombang tertinggi dalam spiritualitas seseorang. Dalam hal ini perasaan kehadiran Tuhan bukan lagi hanya sekedar rasa biasa. Tetapi telah memasuki fase pengenalan Tuhan yang disebut sebagai kondisi *ma'rifat*.

Selanjutnya terapi sufistik lebih menjanjikan dalam membentuk kepribadian ilahiyah dibanding, hanya dengan sekedar perbaikan kondisi

jiwa menuju kesehatan jiwa. Tetapi lebih mengutamakan perbaikan nilai perilaku berbasis ilahiyah. Termasuk pada saat menjalankan kegiatan dzikir. Dzikir dalam hal ini tidak sekedar mengucapkan kalimat tahlil. Tetapi menjadikan dzikir sebagai sebuah cara menggapai Tuhan. Dzikir sebagai upaya pencapaian mahabbatullah, dijadikan bagian dari penyehatan jiwa dari segala bentuk unsur syaithaniyah. Pada dasarnya terapi sufistik lebih mengutamakan perbaikan kondisi mental dan jiwa berdasarkan syari'at Islam. Kesehatan mental dimaksud dalam kesehatan mental keagamaan yang wujudkan dalam praktik-praktik dalam mengurangi tingkat kecemasan. Setelah itu, dilanjutkan pada riyadahah ruhani menuju sebuah kondisi ruhani yang penuh dengan kuititas ilahiyah.

Sumber lainnya yang dijadikan alasan pentingnya psikoterapi sufistik adalah, firman Allah yang berbunyi;

﴿س وَ مَا سُوِبَهَا فَآلِهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوِيَهَا ۗ قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّهَا ۝﴾

﴿وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّهَا﴾

*“Dan demi jiwa serta penyempurnaan (ciptaan)-nya, lalu Dia mengilhamkan kepadanya (jalan) kejahatan dan ketakwaannya, sungguh beruntung orang yang menyucikannya (jiwa itu) dan sungguh rugi orang yang mengotorinya”.*

Ayat di atas menjadi dasar hukum adanya terapi sufistik. Sebab hanya sufi yang membahas mengenai jiwa dalam pembahasan universal dan menggunakan paradigma mistisisme dalam Islam. Kelahiran berbagai teknik terapi sufistik selalu akan disandarkan pada ayat tentang proses penyucian jiwa. Hal ini sejalan dengan fungsi dan tujuan adanya terapi sufistik adalah melakukan pembenahan kondisi jiwa yang telah terkontaminasi dengan sifat syaithaniyah. Pada ayat tersebut dinyatakan bahwa manusia yang melakukan aktifitas *tazkiyah*, dimasukan ke dalam individu yang Bahagia. Hal ini sejalan dengan pemahamn para sufi, bahwa kebahagiaan sejati adalah ketika jiwa merasa tenang dan mampu membuka hijab antara dirinya dengan Allah ‘*Azza wa Jalla*.

Terapi sufistik juga memiliki kemampuan untuk membantu individu dalam menyembuhkan serta melakukan penyucian atas jiwa yang sedang mengalami gangguan spiritual. Melalui praktik-praktik ajaran tasawuf dan thariqat seseorang akan dipandu dan dibimbing untuk

mendapatkan kondisi jiwa yang sehat dan suci. Sesuai seruan surat al-Syams di atas. Kejernihan batin baik aspek *qalbiyah*, *nafsiyah* maupun *ruhaniyah* merupakan capaian pokok dari terapi sufistik. Untuk itulah pemahaman pada berbagai praktik dzikir yang selalu menggunakan artikulasi empiris, akan ditarik menjadi artikulasi konsep. Sehingga menjadikan jembatan dari nalar makna kepada nalar fungsi.

Searah surat al-Syams, bahwa manusia harus melakukan penyucian jiwa dengan maksud memberikan dorongan bagi individu untuk senantiasa melakukan pendekatan dengan Allah ‘*Azza wa Jalla*. Oleh sebab itu, terapi sufistik akan memperkuat hubungan dengan Tuhan. Menggunakan praktik sufi yang lebih mengarahkan manusia untuk mampu mengetahui tentang dirinya sendiri serta menemukan kesadaran diri.

Terapi sufistik juga membarikan kesempatan pada individu untuk meningkatkan semangat hidup, dalam meraih bekal kehidupan di akhirat kelak. Selain dukungan spiritual bagi kalangan manusia yang sedang dilanda kecemasan, juga memberikan semangat sembuh bagi berbagai kalangan menyintas gangguan fisik dan mental. Inilah yang membantu untuk menginternalisasi nilai positif. Akhirnya akan mempengaruhi perubahan sikap moral seseorang, serta mengatasi segala bentuk permasalahan moral dan akhlak. Cara ini dianggap sebagai upaya melakukan keseimbangan antara jismani, ruhani dan nafsani. Hingga tampak dengan jelas peran masing-masing dalam rangka menciptakan kondisi jiwa manusia yang menjadi hamba Tuhan.

## **5. Teknik-teknik terapi sufistik**

Terapi sufistik merupakan sebuah pendekatan penyehatan dan penyucian jiwa yang memadukan praktik-praktik sufistik dan teknik moderen yang bersumber dari praktik psikoterapi konvensional. Terapi lebih mengutamakan terapi yang disajikan para sufi dalam cakupan psikoterapi Islam. Ada dasarnya bertujuan untuk mendapatkan keseimbangan spiritual, melalui praktik-praktik dzikir serta ibadah-ibadah yang dinilai sebuah upacara ritual dalam pemahaman fiqih. Pada aspek sufistik dijadikan sebagai bagian dari teknik penyembuhan serta penyucian jiwa individu.

Teknik terapi menggunakan pendekatan ajaran tasawuf telah dilakukan sejak abad silam. Keberadaannya dilakukan para *ahlu al-thariqat*

dalam membina para saliknya menuju kesehatan serta kesucian jiwa anggotanya. Jika pada psikoterapi konvensional, lebih menitik beratkan pada pendekatan psikologi klinis dan kontemporer. Sedangkan psikoterapi sufistik lebih banyak mengangkat teknik-teknik terapi tradisional religius yang berbasis kitab suci, diterapkan pada abad moderen. Nuansa ilahiyah menjadi ciri khas terapi sufistik dibandingkan dengan terapi konvensional.

Sebagai ajaran yang berfokus pada pengembangan diri melalui jalan spiritual agama, tasawuf melakukan pemurnian jiwa menuju kondisi fithrah. Sebagai wujud penguatan konseksifitas dengan aspek ilahiyah, ajaran ini memberikan berbagai teknik untuk melakukan pendekatan kepada Tuhan, diawali dengan pengungkapan batin melalui verbal seperti lantunan dzikir, shalawat dan stighfar. Selanjutnya dikuti dengan berbagai teknik yang dipadukan antara ucapan, musik dan gerakan. Semua dipaudakan untuk memberikan efek harmoni dalam tubuh manusia. setiap lantunan dzikir dianggap memiliki kekuatan magis yang memberikan pangaruh pada perkembangan jiwa individu. Sehingga didapatkan perubahan perilaku sebagai manusia yang mewakili Tuhan di muka bumi.

Tarian-tarian sufi juga dipandang memiliki harmoni dengan lantuna dzikir, baik terucap dengan lisan yang keluar dari artikulator lisan. Maupun artikulator yang menekankan suara batin seseorang dalam wujud kecintaan pada Tuhan. Putaran tubuh yang dilakukan para darwisi memberikan petunjuk bahwa tariuan sufi memiliki perbedaan dengan tarian-tarian yang bernuasa syahwatiah. Inilah yang disebut sebagai bentuk psikoterapi sufistik.

### **BAB III**

### **SUFI YANG KREATIF**

#### **A. Kehidupan Para Sufi**

Para sufi yang sering diidentikan dengan sosok manusia yang berkehidupan sederhana. Tetapi tidak berarti bahwa sufi merupakan sosok orang yang tidak pernah menjalankan kreatifitas tinggi. Bersahajanya sikap para sufi menunjukkan tingkat kearifannya. Selain itu juga mereka dikenal sebagai sosok pengamal yang sangat memegang teguh aspek spiritual serta selalu befrorientasi pada Tuhan (Allah *'Azza wa Jalla*). Di antara tradisi sufi yang dijadikan sebagai bagia dari kehidupannya adalah segala bentuk upaya penyucian serta kesuciannya. Hal inilah yang menjadi ciri khas para sufi. Mereka dikenal dengan zuhudnya. Serta memelihara diri dari segala bentuk kesucian. Baik kesucian dhahir seperti menghindari benda-benda Najis. Senantiasa menjaga perilaku, agar tidak masuk pada jebakan keburukan yang ditebarkan iblis dan sekutunya.

Sikap zuhud para sufi mehalirkan kebijakan yang arif dalam menjalankan tugas sebagai da'i. *tadarruj fi tasyri* (bertahap dalam menyampaikan syari'at), merupakan jatidiri sufi dalam mengemban tugas suci sebagai wakil Tuhan. Dan memegang kehormatan sebagai para pencinta Tuhan. Oleh sebab itu pula, segala kearifan Tuhan akan terserap secara baik oleh qalb dan nafs para sufi. Terutama para sufi amali.

Segala bentuk kemewahan dunia diperlakukan sebagai wasilah untuk mencapai keridhaan ilahi. Inilah yang disebut sebagai konsep tawakkal. Konsep ini bukan lagi segagai wujud fatalism yang ditunjukkan sufi sebagai bentuk penyerahan segala keputusan pada Allah. Melainkan tawakal sebagai wujud harmoni antara batin seorang sufi dengan Tuhan. Melalui cara tersebut para sufi tetap akan menjalankan kehidupan sebagaimana dilakukan oleh setiap manusia. perbedaan yang signifikan adalah, bahwa para sufi selalu menghubungkan segala tindakannya dengan Tuhan. Semua kegiatan yang dilakukanya akan selalu dilandasi aspek teologis normatif. Sehingga diasumsikan, bahwa setiap manusia yang melakukan kegiatan apapun dengan mengatasmakan ajaran tasawuf, sedangkan dirinya tidak menghubungkan batinnya dengan

Tuhan pada saat melakukan kegiatan tersebut, maka tidak dapat dikategorikan sebagai seorang sufi. Sebab seorang sufi harus selalu menciptakan sikap tawakal dengan Tuhan dalam berbagai kegiatan. Sejalan dengan firman Allah ‘Azza wa Jalla dalam surat al-Fatihah ayat 4 berbunyi:

سُورَةُ الْاٰزِيٰزِ

*Yang merajai (memimpin) hari (penegakan) agama (ajaran).*

Kata “*Yaumi al-Din*” dalam ayat di atas sebahagian mufasir memahami sebagai hari pembalasan atau bahkan hari akhirat. Sementara para sufi memahami bahwa kata tersebut merupakan sebuah peringatan bagi segenap manusia untuk menjalankan tawakal. Yakni hubungan yang tidak pernah putus dengan Tuhan, dalam menjalankan segala aktifitas. Apalagi aktifitas tersebut merupakan pengamalan ajaran agama secara mikro. Seperti menjalankan shalat, shaum, hajji, dzikir dan sejenisnya. Semua haris terhubung dengan Tuhan. Tidak lagi hanya sebagai sensasi atau bahkan mengharapnkan aspek materialistik. Ayat di atas juga mengingatkan agar dalam menjalankan agama harus selalu dalam aturan yang telah diwahyukan Tuhan kepada para nabiNya. Inilah perilaku yang sesungguhnya tentang orang-orang yang menjalankan sunnah para nabi. Maka jika terdapat tuduhan bahwa para sufi sebagai pelanggar sunnah dan pelaku bid’ah, dapat dinyatakan bahwa tuduhan tersebut hanyalah terlontar dari orang-orang yang tidak pernah menghidupkan aspek batiniyahnya.

Sufi-sufi terdahulu diidentikan dengan sufi original. Maksudnya adalah mereka sebagai pencetus ide-ide atau gagasan dalam thariqar dan tasawuf. Oleh sebab itu kelompok ini dijuluki sebagai muassis. Diantaranya adalah syaikh Abdu al-Qadir al-Jilany. Pria kelahiran dataran Jailan yang termasuk wilayah Iran, memberikan sumbangan pemikiran bidang pemberdayaan jiwa dan qalb. Kiprahnya menjadi seorang syaikh yang banyak dihormati hingga kini, menunjukkan sikap serta perilaku beliu yang sangat agung. Syaikh ini juga setelah ditelusuri merupakan keturunan dari sayyidah Fathimah al-Zahra binti Rasulillah SAW. Sebagai keturunan al-Hasan *al-Mujtaba* bin Ali bin Abi Thalib, darah sucinya mengalir dalam tubuh yang gagah dan kekar, dengan hati lembut. Ucapan beliau yang ramah kepada siapapun menggambarkan seorang aruf dan

penuh dengan ilmu. Abdu al-Qadir al-Jilani dikenal sebagai *muassis thariqat al-qadiriyyah*. Ciri khasnya yang abadi hingga kini adalah *dzikir al-jahri* (dzikir yang keras).

Bentangan sejarah pendidikan spiritual *syaiikh* Abdu al-Qadir al-Jailani diawali dari perjalannya menuju kota Baghdad pada tahun 1095.M. bimbingan mengenai ajaran sufistik diperolehnya dari seorang sufi besar yang bernama al-Dabbas. Beliaulah yang menjadikan Abdu al-Qadir al-Jilani menjadi seorang memahami pengetahuan hakikat dalam sudut pandang ajaran Islam. Hingga beliau dijuluki sebagai Ghaus-e-Azam yang artinya seorang yang sangat suci dan pemuka orang suci dalam Islam setelah Rasul dan Shahabat. Sebahagian melirik Abdu al-Qadir al-Jailani karena kemulyaannya (karamah). Hal ini diperoleh langsung dari Allah *'Azza wa Jalla*, karena beliau selalu menjaga muruahnya dan kesucian jiwa. Sikap arif yang ditunjukkan beliau, sebagai tanda bahwa ia adalah seorang yang memiliki pengetahuan luas. Sebagaimana diketahui, jika seseorang hanya memiliki pengetahuan sedikit, akan ditandai dengan keras kepala dan selalu mengklaim orang lain itu keliru. Bagi Abdu al-Qadir al-Jailani sifat tersebut tidak dijumpai. Yang tampak adalah sikapnya selalu menghargai orang lain atas dasar keilmuannya. Sikap pemaaf dan Shabar beliau juga pertanda manusia yang agung dengan ilmunya. Kebiasaan melakukan shadaqah serta menyajikan makanan dirumahnya untuk berbagi dengan tetangga, faqir dan miskin, merupakan kebiasaan sang wali quthb ini.

*Syaiikh* Abdu al-Qadir al-Jailani merupakan sosok sufi besar yang tidak mengesampingkan aspek fiqih. Dibuktikan dengan kemampuan dan kearifannya dalam memberikan fatwa bagi kalangan Syafi'iyah dan Hanabilah. Padahal madzhab yang anutnya adalah madzhab Malikiyah. Akan tetapi warga Iraq mau menerima keputusannya. Hal tersebut juga menunjukkan kemampuan fiqih yang universal membuat dirinya menjadi lebih arif. Dalam hal berkeluarga (rumah tangga) beliau dikenal sebagai seorang ulama yang memiliki empat orang istri dengan kondisi damai. Keadaan ini memberikan i'tibar bahwa orang yang hiduonya mengamalkan ajaran tasawuf, akan mampu melakukan dengan baik serta mewujudkan keluarga sakinah. Ulama besar inipun banyak membuat karya bernuansa tasawuf. Kalangan *ahlu al-thariqat al-qadiriyyah* sangat membanggakan beliau, meskipun tidak sampai mengkultuskan secara Aqidah. Tetapi penghormatan pada beliau, hingga kini masih dilakukan.

Bahkan kalangan atau kelompok masyarakat selain madzhab qadiriyyah juga selalu menganggap beliau sebagai tokoh spiritual yang sangat dihormati. Terbukti dengan tradisi membaca *manaqib* yang dilakukan pada beberapa kelompok masyarakat.

Diantara karya yang populer dari beliau adalah kitab al-Ghunya, Sirr al-Asrar, tafsir al-Jailani, al-Fathu al-Rabbany wa faidh al-amani, shalawat wa al-aurad dan masih banyak lagi tulisan beliau mengenai tasawuf dan pembinaan jiwa versi tasawuf.

Berikutnya adalah *syaikh* Bahauddin al-Naqsabandi. Kelahiran beliau di wilayah Bukhara, tepatnya di desa Qasrel Arifan. Nama yang indah dari sebuah desa yang memiliki makna kampung yang dapat mendekatkan diri dengan kearifan. Nama beliau adalah Bahauddin Muhammad bin Muhammad al-Uwaisy al-Nukhary al-Bukhary al-Naqsabandy. Seperti halnya *syaikh* Abdu al-Qadir al-Jailani, secara nasab tersambung pada baginda Rasulullah SAW. Hanya saja jika *syaikh* Abdu al-Qadir al-Jailani merujuk pada imam al-Hasan al-Mujtaba, sedangkan *syaikh* Bahauddin terhubung dengan al-Imam Husain al-Syahid. Dalam bidang tasawuf, selain mempelajari ajaran *syaikh* Abdu al-Qadir al-Jilani, juga berguru pada *syaikh* Arif al-Dzikarany. Pada usia tigapuluh tahun ia menerima hirqah kesufian. Dan dinobatkan sebagai seorang *syaikh* sufi oleh al-Dzikarani. Beliau juga belajar tentang fiqh bersama Muhammad Baba al-Samasy dan Amir al-Kulali. Kehiduoan beliau lebih lama di Zerwatun-Samarkand di bawah kekuasaan Sultan Khalil, beliau dinobatkan sebagai penasehat spiritual istana. Kebanyakan *syaikh* ini melakukan interaksi dengan masyarakat miskin dan anak-anak yatim.

Hingga dikenal dengan sebutan *syaikh* yang pengikutnya kalangan bawah.

Hal di atas membuat nyaman perasaan *syaikh* Bahauddin, karea dengan lebih banyak interkasi dengan kalangan bawah, menjadikan jiwanya semakin arif. Setelah lama bersama dengan sultan Khalil di Samarkand, ia mendirikan ribath di Qasrel Arifan. Pengikut beliau mulai banyak dan para pengikut menamakan kelompoknya sebagai thariqat al-Naqsabadiyah. Jabatan *syaikh* Kamil diberikan gurunya secara terbuka dan sebagai seorang mursyid ia menata perilaku pengikutnya dengan teliti. Gerakan tasawuf beliau mengarahkan nilai dzikir dalam kehidupan sehari-hari sehingga, firman Allah '*Azza wa Jalla* dalam al-Qur'an mewujudkan dalam perilaku pengikut serta dirinya sebagai tauladan bagi salik yang mengikuti thariqatnya. Beliau juga dikenal sebagai *syaikh* yang tidak

membedakan pelayanan publik karena beda agama. Bagi beliau pelayanan sepenuhnya untuk sesama manusia dan segenap makhluk Tuhan di muka bumi ini. Sedangkan memasuki wilayah ilahiyah hanya dilayani saat mereka telah memasuki control thariqatnya. *Syaikh* Bahauddin tidak memperbolehkan mendidik hasil didikan orang lain tanpa ijin pendidik sebelumnya. Sebab dimungkinkan adanya perbedaan evaluasi Pendidikan masing-masing. Pada beberapa pokok bahasan tentang ilahiyah, ia menyarankan agar tidak mengomentari cara mendidik orang lain pada muridnya. Sebab ada kemungkinan Pendidikan yang tidak sama dengan pendidikannya lebih baik dari apa yang diajarkan oleh beliau.

*Syaikh* Bahauddin *al-Naqsabandy* merupakan sosok ‘arifin yang mengutamakan dzikir sebagai sendi kehiduoan. Oleh sebab itu implementasi dzikir khafi merupakan dzikir yang sangat halus dan tidak dirasakan oleh diri sendiri, akan tetapi memiliki daya manfaat besar bagi seluruh umat, serta menjadi ibadah dalam sudut pandang fiqih Islam. Inilah yang dikategorikan syarat kewalian dalam thariqat Naqsabadiyah. Wali bukan hanya sebagai pelantun lafadz dzikir melainkan pelaku dzikir. Akhir hayatnya dimakamkan di Uzbekistan, hingga kini masih dikunjungi para penganut ajarannya dari berbagai belahan dunia. Sebagai wali al-quthub thariqat Naqsabadiyah, ia dikenal orang bijak yang selalu meluangkan waktu untuk melayani umat, kendatipun beliau dalam keadaan tidak sehat.

*Syaikh* Bahauddin memberikan arah kebijakan dalam pembinaan moralitas dan akhlaq melalui pendekatan tasawuf amali dan falsafi. Pada aspek amali, beliau banyak menyerukan agar selalu mencontoh amal-amal Nabi Muhammad SAW, seperti banyaknya ibadah mandubah yang bersifat mahdhah dan *ghair mahdhah*. Bagi kalangan ini, memperoleh bimbingan melalui berbagai cara, antara lain melalui pertemuan dengan Rasul saat beliau masih hidup secara fisik. Kemudian melalui uswah yang ditunjukkan shahabat dan itrah keluarga Nabi, hasil fenomena barzakhyy serta hasil ijtihad. Dalam hal pembinaan moralitas manusia, Bahauddin *al-Naqsabandy* mengajarkan agar manusia senantiasa mengarahkan jiwanya pada pengembangan diri dalam berbagai institusi spiritual, guna mendapatkan cara pendekatan diri dengan Tuhan. Seperti hal yang para muassai thariqat lainnya, beliau menanamkan kebaikan jiwa melalui aspek tahalli, takhalli dan tajalli. Proses penguasaan nafs oleh kendali qalb merupakan ciri khas dari *thariqat al-Naqsabandiyah*

Tokoh selanjutnya adalah *syaikh* Ahmad Kabir al-Rifa'i. beliau dikenal sebagai muassis thariqat al-Rifa'iyah. Pria kelahiran Bathaih di wilayah Iraq ini memiliki keutamaan sebagaimana para wali qthub lainnya. Beliau aslinya bernama Ahmad bin Shalih. Kehidupan di wilayah Rifa'ah menjadikan laqab bagi nama beliau. Syaikh Ahmad Kabir al-Rifa'i, mengawali pembelajarannya tentang etika dan tatakrama. Sehingga keluhuran budi pekerti beliau dikenal. Hingga beberapa kalangan menjulukinya sebagai orang suci. Selanjutnya, ia mempelajari fiqih dan ilmu ilahiyah, hingga dicatat sebagai ulama cerdas dan bagian dari orang-orang sufi. Dalam beberapa qasidah selalu dikumandangkan bahwa beliau adalah guru yang maha tinggi di alam. Hal demikian karena perhatiannya bukan hanya pada aspek manusia dan jiwanya. Melainkan juga banyak melayani serta memperhatikan hewan dan tumbuhan dengan kearifannya. Inilah sebabnya saat beliau melantunkan dzikir selalu menyertakan binatang. Menurut beliau doa binatang itu saat bersama melakukan dzikir adalah mustajab. Merujuk beberapa firman Allah dalam al-Qur'an yang menyebutkan bahwa semua yang ada di bumi ini melakukan tasbih pada Allah '*Azza wa Jalla*. Oleh sebab itu beliau sertakan dalam melakukan tasbih pada Tuhan.

Praktik-prakti dzikir dalam thariqat ini mengutamakan Pendidikan syaja'ah (berani karena membela kebenaran). Beberapa pertunjukan dzikirnya deilengkapi dengan seni dabus (debus). Ialah menusukan benda-benda tajam ke dalam tubuhnya dan tidak berakhir dengan kecelekaan. Melainkan kesembuhan Kembali atas izin Allah. Jargon yang paling populer di kalangan ahla al-Rifa'i adalah "tidak ada kematian sebelum ajal".

Di antara kebijakan *syaikh* Ahmad Kabir al-Rifa'i adalah sikapnya yang zuhud, yang berdampak pada pembinaan pengikutnya. Beliau juga dikenal sebagai orang paling arif di masanya. Menarik mereka yang mengenalnya untuk selalu meminta nasihat beliau dalam berbagai aspek. Berikutnya sikap dermawan beliau yang sangat tinggi, menjadikan pelayanan terhadap kalangan bawah menjadi bagian dari hidupnya.

*Syaikh* Ahmad Kabir al-Rifa'i, juga dikenal sebagai sosok mulia dalam memulyakan manusia dan hewan. Fatwa beliau yang menyatakan larangan untuk menyakiti hewan kecuali dimanfaatkan secara syara', menjadi bagian dari kehidupan penganut thariqat al-Rifa'iyah. *Syaikh* ini dikenal rasa sayangnya pada kucing dan ular. Setiap kali berdzikir selalu

dibawanya. Ia tidak pernah mengeluh, apabila terdapat orang sakit yang memerlukan pelayanan pengobatan dengan cara beliau, meskipun jaraknya yang cukup jauh. Semua pengobatan yang dilakukan oleh *syaiikh* ini dilakukan dengan doa dan ibadah khusus. Bahkan salah satunya adalah penyalit yang dialami beliau sendiri, hingga sembuh dengan do'a dan wirid rutin.<sup>45</sup>

Di antara perhatiannya pada jiwa manusia adalah mengharuskan untuk memperhatikan aspek tauhidullah. Sebab tauhidullah adalah pokok bagi kemurnian jiwa seseorang menuju *mahabbatullah*. Dzikir yang tidak menyertakan tauhidullah adalah gagal. Tauhid merukana sikap tawakkal (keterkaitan) antara makhluk dengan al-Khaliqnya. Sedangkan dzikir merupakan wujud cinta sang makhluk pada Khaliqnya. Semakin rajin melakukan dzikir dengan tujuan menumbuhkan sikap tauhidullah, maka akan semakin arif tindakan seseorang. Demikian sebaliknya semakin arogan seseorang dalam berperilaku, atau bahkan mengutamakan bahwa hanya dirinya dan madzhabnyalah yang paling benar dan lurus adalah termasuk orang-orang yang tidak arif. Menurut *syaiikh* Ahmad Kabir al-Rifa'i, semakin arif sikap manusia, akan semakin dimulyakan Allah. Maka layak baginya mendapat kemulyaan khusus (karamah) dari Tuhan.

Tokoh lainnya adalah *syaiikh* Ahmad bin Muhammad al-Tijani. Pria kelahiran Maroko dari suku Tijanah ini mengajarkan sikap dan kearifan melalui syukur. Oleh sebab itu thariqat al-Tijaniyah disebut sebagai thariqat syukur. Secara nasab, beliau terhubungan dengan sayyidah Fathimah al-Zahra putri Nabi SAW. Ahmad al-Tijani merupakan keturunan al-Imam Hasan bin Ali bin Abi Thalib. Desan Ain Madi menjadi saksi kelahiran seorang sufi besar yang arif dan bijak dalam mengambil segala keputusan. Setiap kali mengambil keputusan selalu menyertakan keberadaan Tuhan. Melalui istikharah terlebih dahulu sebelum melakukan aktifitasnya. Dalam hal fiqih ia menganut paham Malikiyah. Ia juga mempelajari berbagai ilmu dalam Islam, hingga kedudukan beliau sebagai mufti sejak usia 20 tahun. Ilmu tasawuf beliau dapatkan di Fez-Maroko. Adapun yang dipelajari pertama adalah karya-karya Ibnu Arabi diantaranya adalah Futuh al-Makiyah, kepada Muhammad bin al-Hasan al-Wanjali. Pada beberapa hal, ia juga

---

<sup>45</sup> Abdu al-Hamid al-Kandahi al-Rifa'i, *Ahmad al-Rifa'i Bathlu al-Aqidah wa Farisu al-Tauhid*, Books Publisher, Lebanon, tahun 2013, hlm. 141.

menjalankan ritual thariqat Syadziliyah dan Sanusiyah. Selain al-Wanjali, ia juga sempat berguru langsung kepada Ibnu Arabi (Abdullah bin Arabi al-Andalusy). Doa langsung didapatkan beliau. Guru lainnya adalah Ahmad al-Tawwasi. Ia mengajarkan keadaan Ahmad al-Tijani tentang ajaran tasawuf yang dilakukan pada masa tuanya.

Sebelumnya al-Tijani menjalankan tradisi Qadiriyyah, Tawwasiyyah, Sanusiyah, Syadziliyyah, Khalwatiyyah dan Nasiriyyah. Perpaduan thariqat ini menjadikan munculnya kearifan berdasar kepada teori dan keraifan masing-masing thariqat sesuai bidangnya. Syaikh Ahmad al-Tijani mendapatkan talqin langsung dari Rasulullah SAW. Kemudian amalan yang disebarkan adalah istighfar, shalawat dan dzikir yang diajarkan Nabi Muhammad SAW saat beliau menerima talqin. Al-Tijani tidak menulis karya seperti Syaikh Abdul Qadir al-Jilani, melainkan para muridnya yang menuliskan, di antaranya adalah Syaikh Ali Kharazin. Tulisan ini merupakan panduan bagi para pengikut thariqat al-Tijaniyyah. Ajaran unggulan thariqat ini adalah syukur. Oleh sebab itu setiap penganut thariqat al-Tijaniyyah diwajibkan melakukan dzikir dan ritual thariqat atas dasar syukur pada Allah *'Azza wa Jalla*. Hampir sepakat semua wali al-quthub dari masing-masing thariqat menyatakan bahwa beliau adalah memiliki derajat khatmu al-auliya. Merujuk kriteria yang disebutkan oleh al-Hakim al-Turmudzi dalam karyanya berjudul Khatmu al-Auliya.

Tokoh berikutnya adalah Syaikh Muhammad bin Abdu al-Karim al-Samman. Beliau dikenal dengan sebutan Syaikh Samman al-Madani. Ulama abad ke dua belas ini dikenal akan kearifannya yang memberikan kesejukan jiwa bagi umat. Beberapa tokoh mencatat, bahwa beliau adalah keturunan quraisy yang lahir di Madinah tahun 1718.M. Dalam bidang disiplin ilmu beliau sama dengan Abi al-Hasan al-Syadzili, menganut madzhab Syafi'iyah dan Aqidah Asy'ariyyah. Sedangkan pada bidang tasawuf lebih memperhatikan konsep dan gagasan Junaid al-Baghdadi. Secara nasabiyah, beliau juga merupakan keturunan dari al-Hasan bin Ali bin Abi Thalib, tersambung pada nasab Rasulullah SAW dari Fathimah al-Zahra. Pendidikan al-Qur'an didapatkan sejak kecil dari orang tuanya, bahkan menjadi hafidz al-Qur'an sejak usianya yang ke delapan tahun. Pada sektor Pendidikan agama, ia berguru pada Syaikh Muhammad bin Sulaiman al-Kurdi di Madinah. Juga sempat berguru pada Syaikh Musthafa bin Kamaludin al-Bakry di kota yang sama. Pada bidang ilmu tasawuf, pertama kali beliau mendapatkan talqin thariqat

khalwatiyah. Bahkan tercatat sebagai seseorang yang memadukan antara thariqat Khalwatiyah, Syadziliyah, Sihrawardiyah, Naqsabadiyah dan Qadiriyah. Ia berkeyakinan dengan banyaknya jalan yang ditempuh menuju Tuhan adalah sejalan dengan firman Allah dalam al-Qur'an yang menyatakan bahwa masuk al-Jannah tidak ahanya dari satu pintu.

*Syaikh* Muhammad bin Abdu al-Karim juga dikenal sebagai tokoh spiritual yang sangat rajin menjalankan sunnah Nabi Muhammad SAW serta melakukan dzikir dan shaum. Rutinitas membaca al-Qur'an menjadi kebiasaan yang diterapkan bagi para penganut thariqatnya hingga sekarang. Ia juga berjihad dengan bentuk dzikir yang dipadukan dengan irama khas, dalam kajian psikoterapi Islam, dinilai memberikan muatan terhadap kerja jiwa yang lebih dinamis. Dzikirnya dikenal dengan sebutan ratib samman.

Di antara kearifan beliau adalah selalu mengajak manusia untuk senantiasa melakukan tazkiyat al-nafs dalam berbagai bentuk kegiatan. Secara otomatis sikap manusia akan selalu terpantau oleh Allah '*Azza wa Jalla*. Dengan demikian, kegiatan dzikir diarahkan pada perubahan sikap pengikutnya, agar selalu mendahulukan Tuhan dibandingkan dengan pekerjaan mereka. Hal ini tidak berarti harus meninggalkan pekerjaan. Akan tetapi memberikan Pendidikan, agar setiap menjalankan sebuah pekerjaan, hendaknya selalu terkait dengan aspek teologis.

Dalam tinjauan psikoterapi Islam dzikir saman lebih keras menekan bagian artikulasi suara, untuk mengubah perasaan dan perhatian pada Allah dalam setiap lantunan dzikirnya. Kesan yang tanpak adalah kekuatan suara pada kata "LA" dan "ILLA" hal ini sebagai penguatan psikologis tentang eksistensi Allah sebagai Dzat Tuhan yang Maha Tunggal. Sosok beliau yang sangat perhatian terhadap aspek tologis menjadikan jiwa beliau disebut sebagai Walik amil Mukammil. Sebahagian menyebutnya dngan Khatu ahlu al-'Irfan. Sebutan biasa yang sering digelarkan kepada beliau adalah al-'Arif Billah. Hal ini karena beliau merupakan orang yang sangat suka bersama dengan kalangan faqir dan miskin. Kebiasaannya memperhatikan kau mini menjadikan sebuah diktrin bagi kalangan ahlu al-Sammani, untuk selalu melakukan perhatian bagi kaum faqir dan miskin. Hal lain adalah kebiasaan beliau mengganggu *ahlu al-Ilmi* dan auliya dengan pelayanan dan do'a.

Kemudian, pada akhir hayatnya beliau dimakamkan di Jannatu al-Baqi'. Digabungkan dengan beberapa shahabat Rasulullah SAW. Selain

sebagai keturunan Rasulullah SAW ia juga sebagai tokoh ulama Qurasy abad 12. Jadi tidaklah heran jika thariqat ini awal berkembang di Madinah bersama beberap keluarga besar Quraisy yang tinggal di Madinah. Hanya saja setelah revolusi Abu Su'ud, thariqat ini tersisih ke Yaman dan Asia, termasuk Indonesia.

Tokoh sufi selanjutnya adalah syaikh Abi al-Hasan al-Syadzily. Thariqatnya dikenal dengan sebutan thariqat Syadzilyah. Pria kelahiran 1197.M, di Ghumarah-Maroko, merupakan tokoh yang memusatkan dirinya pada aspek pembinaan akhlaq. Beliau juga tercatat sebagai keutrunan dari al-Hasan bin Ali bin Abi Thalib. Masa mudanya sempat berguru pada Abdu al-Salam bin Mashish di Maroko. Ajarannya tentang cinta Tuhan dan perhatiannya terhadap konsep etika, menjadikan tauladan bagi para penganutnya. Konsep ridha, shabar dan zuhud jadi unggulan thariqat ini. Bagi kalangan pencinta do'a thariqat al-Syadzilyah dikenal sebagai gudangnya hizib. Karena banyak menorehkan hizib-hizib sesuai dengan kebutuhan umat. Dalam bidang ilmu fiqih menganut paham Syafi'iyah. Pada masa hidupnya Abu al-Hasan al-Syadzily banyak dihujani fitnah yang mengakibatkan terjadinya eksekusi bagi beliau, karena hasutan seorang ulama fiqih bernama Abu al-Qasim al-Barra. Hukuman yang diterima beliau adalah adanya larangan keluar rumah dari sultan Tunisia (Abu Zakariya). Sejarah kelam ini yang kemudian melahirkan berbagai hizib selama dalam penderitaan beliau. Meskipun pada akhirnya sultan Tunisia menyatakan secara resmi bahwa Abu al-Hasan al-Syadzily tidak bersalah setelah hukuman dijalani.

Abu al-Hasan al-Syadzily juga dikenal sebagai sosok wali yang memiliki keimanan teguh. Meskipun dihujani berbagai fitnah, namun ia tetap melakukan pengabdian kepada Tuhan. Hal ini menunjukkan bahwa beliau sebagai seorang yang telah besama dengan Tuhan dalam berbagai keadaan. Oleh sebab itu keadaan tidak mengubah kondisi iman dan jiwanya menjadi terhasut oleh sifat syaithani. Demikian pula meskipun dia tahu orang melakukan fithnahnya, tetapi sebagai syaikh besar, ia tidak merasa dendam ataupun membalas fitnah itu dengan hukuman untuk al-Bara'. Malahan ia mengampuni fitnahnya sehingga raja tidak menghukum al-Bara'.

Do'a yang dikenal sebagai unggulannya adalah hizbu al-Nashri, dan hizbu al-Bahri. Dua hizib ini merupakan doa yang dikenal menghubungkan batin seseorang dengan Tuhansaat dia berada dalam

jurang sengsara dan fitnah. Meskipun selintas dalam hizbu al-Nashri terdapat do'a yang tergolong sadis. Tetapi tentunya hanyabagi orang-orang yang dzalim bukan pada orang yang menjalankan kesalahan biasa (tidak fatal). Hizbu al-Bahri juga diamalkan oleh pengikut al-Tijani sebagai bagian dari doa ungulan atau wirid ikhtiyari. Abi al-Hasan al-Syadzily mewariskan ajarannya pada Abu al-Abbas al-Mursi sebagai murid yang dianggap mumpuni dalam menjalankan thariqatnya.

Abu al-Hasan al-Syadzily merupakan salah satu tokoh thariqat yang memberikan uswah al-Hasanah pada pengikutnya, agar senantiasa bersikap mulia secara fisik dan spsitual. Selalu menjalankan disiplin ibadah serta tidak meninggalkan sikap tawakal dalam setiap pekerjaan. Jalan mistik yang diajarkan al-Syadzily merupakan doa-doa yang menghubungkan secara langsung dengan Tuhan melalui aktifasi gelombang ilahiyah. Tidal heran jika kalangan penganut thariqat ini dikenal dengan kesaktiannya. Padahal itu bukan pokok dari ajaran tharioqat Syadzilyyah. Melainkan merupakan hasil perilaku baik penganutnya yang dibalas oleh Allah dengan berbagai kemulyaan (Karamat).

Selanjutnya, Abdullahbin Muhammad *al-Syattary*. Beliau adalah muassis thariqat al-Syattariyah. Ulama kelahiran India ini menginspirasi pemikiran sufistik dalam bidang tajalliyat ilahi. Senada dengan pemikiran isyraqiyah. Perkembangannya hingga nusantara, dibawa oleh para pedagang India dan Gujarat. Masa Turki Utsmani, thariqat ini berkembang pesat. Kearifan pada thariqat ini dikenal dengan sikap toleransi antar agama dan seagama, menjadi unggulannya. Bagi kalangan penganut thariqat Syattariyah, semua manusia akan memiliki nilai tertinggi dalam aspek spiritual, apabila telah mengena Tuhannya dengan baik serta mampu membimbing jiwanya sehingga mendapatkan jiwa yang dinamis, dengan metode tawakkal.

Thariqat Syattariyah sempat mengalami kemunduran, disebabkan kesalah pahaman kebanyakan orang terhadap konsep, serta prinsip yang dikenalkan oleh thariqat ini. Faktor lain yang menyebabkan kemunduran thariqat ini, karena ada anggapan bahwa muassisnya tidak memiliki nasab kuat kepada Rasulullah SAW. Sehingga diklaim sebagai thariqat lokal. Tetapi, kemudian thariqat ini dibangkitkan kembali oleh Muhammad Ghauts al-Hindy, hingga kembali dikenal serta banyak pengikut di berbagai wilayah. Masa ini terjadi perbaikan manajerial thariqat.

Perkembangan dan prosesnya dijadikan pelajaran serta dipandang sebagai teguran Tuhan atas manajemen yang kurang baik. Cara ini dinilai sebagai cara Tuhan membangkitkan kelompok pencinta Tuhan yang meyakini bahwa diri mereka adalah pancaran Tuhan sebagaimana dikemukakan Syuhrawardi al-Syahid dalam pandangan isyraqiyahnya. Kemudian, dibantu oleh syaikh Wajihuddin al 'Alawi Gujaraty. Beliau adalah mursyid yang dikenal memiliki kasyaf dan mampu memberikan nadzira bagi kalangan ahlu al-thariqat al-Syattariyah yang menyimpang dari ajarannya. Selain dua orang syaikh ahlu al-Syattariyah di atas, masih terdapat seorang syaikh yang berani masuk pada wilayah Mekkah. Padahal saat itu sedang dalam kondisi rawan akan tuduhan kekafiran terhadap pandangan Isyraqiyah. Ia adalah syaikh Shibghatullah al-Bawarji.

Ajaran yang konsep unggulan dari thariqat ini mengadopsi pemikiran wihdatu al-wujud dan teori isyraqiyah. Sebagai sumber rujukan dan kekuatan hukumnya, thariqat ini berpedoman pada al-Quran dan Sunnah Rasulullah SAW beserta para keluarganya (ahlu al-Bait)-nya. Hal ini yang sering dituduhkan sebagai kelompok thariqat yang berafiliasi pada madzhab syi'ah, meskipun tidak terbukti. Pelaksanaan ajaran sosial keagamaan dilakukan dengan membangkitkan konsep ma'rifatullah melalui kegiatan kebersamaan dengan sejumlah makhluk Tuhan.

Selain hal di atas, thariqat ini mengutamakan cinta ilahi sebagaimana telah dikemukakan oleh Rabi'ah al-Adawiyah dalam konsep mahabbatullahnya. Adapun mengenai ajaran transformasi spiritual merujuk pada kitab Matsnawi. Kitab karya Maulana Jalaluddin Rumi tersebut sebagai karya profetik yang termasyhur dalam tasawuf. Kandungannya membahas tentang cinta sebagai terapi spiritual. Cinta dipandang sebagai sesuatu yang mampu mengubah pandangan buruk menjadi baik. Demikian pula tentang sikap manusia terhadap Tuhan. Seringkali beberapa orang memandang Tuhan sebagai Dzat yang otoriter, yang dengan kekuatannya dapat menjadikan kondisi manusia secara semena-mena. Sehingga dalam batin manusia terdapat pertanyaan besar tentang alasan dirinya diciptakan. Sebagai jawaban atas pertanyaan tersebut adalah memunculkan rasa cinta khusus dengan metode khusus pula yang diarahkan pada objek yang sama ialah Allah '*Azza wa Jalla*. Rumi mengumpamakan bagia lautan yang tidak bertepi. Hal ini juga sempat dilantunkan dalam lagu sunda cianjuran yang dianggap sebagai

salah satu implementasi tasawuf sundawi bagian dari konsep thariqat Syattariyah. Ialah tembang berjudul “gunung tanpa tutugan”. Hanya saja dalam sya’irnya diganti menjadi gunung. Sedangkan nuansanya sama dengan yang ditulis dalam Matsnawi.

Dalam hal ini Maulana Jalaluddin Rumi memberikan gambaran bahwa cinta mengubah rasa sakit menjadi sebuah kenyamanan. Yang demikian terjadi pada seorang Nabi sebelum Nabi Muhammad SAW, ialah nabi Ayyub ASS. Dalam thariqat Syattariyah, cinta dapat memisahkan antara rasa sakit dengan rasa nyaman. Inilah yang dikenal sebagai astrolabium rahasia ilahi. Pandangan thariqat Syattariyah terhadap penggunaan rasa cinta sebagai unsur terapi menunjukkan peran Rumi dan pandangan Syamsuddin Tabrizy mengenai proses cipta kondisi kebenaran dan keimanan sebagai bagian dari langkah terapinya. Dalam hal ini pencarian Tuhan melalui pandang isyraqiyah menyadarkan manusia bahwa dirinya adalah pancaran Tuhan. Ungkapan bahwa manusia yang mengenal dirinya, adalah telah mengenal Tuhannya ditafsirkan sebagai bentuk pengenalan terhadap Tuhan. Thariqat Syattariyah juga memiliki kesamaan gagasan dengan Abu Yazid al-Busthamy tentang ma’rifat dan pengalaman spiritual dalam melakukan intim dengan Tuhan yang disebut dengan tajalli. Akhirnya transformasi spiritual ini dijadikan unggulan dalam ajaran thariqat al-Syattariyah.

Pada ajaran thariqat Syattariyah, dalam substansinya dilakukan penyederhanaan ibadah mahdhah. Hal ini memberikan kemudahan dalam ibadah dengan penggunaan rukhsah sebagai sebuah ajaran fiqih. Thariqat ini mengutamakan esensi ibadah dibandingkan dengan hanya sekedar simbol-simbol. Pada proses pembinaan saliknya, thariqat ini mendidik murid awal agar senantiasa memahami tauhidullah melalui teknik mengutamakan implementasi pengetahuan kepada perilaku. Selain itu juga dilakukan dzikir secara kolektif., sebagaimana dilakukan kalangan thariqat lainnya. Hanya saja lebih membudayakan dzikir dalam penyatuan dzat. Pada aspek militansi dakwah, para mursyid thariqat ini selalu mengedepankan semangat juang yang sangat tinggi, terutama dalam menghancurkan gerakan kolonialisme. Inilah yang pada beberapa wilayah dituduhkan bahwa gerakan thariqat ini dipandang sebagai gerakan agama para perusuh. Tuduhan ini hanya dikembangkan oleh kaum penjajah di berbagai wilayah. Gerakan anti kolonial inilah yang mengkristal menjadi gerakan-gerakan separatis yang menyerang para penjajah di berbagai

negara. Yang demikian adalah bukti perjuangan thariqat Syattariyah dalam membangun perdamaian dunia.

Pada aspek Pendidikan, kalangan Thariqat Syattariyah mewajibkan hafalan al-Qur'an sebagai bagian dari ibadah yang harus dipenuhi sebelum meningkatkan derajatnya. Sebab al-Qur'an berfungsi sebagai kendali perilaku. Al-Qur'an harus menjadi motivasi umat dalam melakukan segala kegiatannya. Ruh al-Qur'an juga harus menjadi tampak dalam sikap. Kemudian mengenai praktik dzikirnya thariqat ini mengharuskan untuk menjalankan dzikir khafy (dzikir dengan berdiam diri). Hal ini dimaksudkan agar setiap anggotanya memiliki kegiatan aktifasi ruhani masing-masing. Hubungan erat antara mursyid dan murid menjadi hubungan harmonis, bagaikan anak dan orang tuanya. Merujuk pada perilaku Nabi dengan shahabatnya.

Berikutnya adalah Syaikh Ahmad bin Idris al-Fasy. Pria kelahiran Maisur tahun 1760.M ini memberikan inspirasi bagi umat Islam dalam kebangkitan ruhani dan jismani. Pemulihan bidang ekonomi umat menjadi perhatian thariqat ini, hingga menciptakan kemakmuran dan kesejahteraan materil yang dianggap berpengaruh pada perkembangan ruhani. Beliau dikenal sebagai muassis Thariqat Idrisiyah. Secara nasabiyah masih tersambung pada Rasulullah SAW.

Pada awalnya hanya dikenal sebagai seorang Mujaddid. Gagasannya mampu mengkolaborasikan antara nilai mistisisme, sufisme dan kehidupan sosial. Sebelumnya ia menjadi salik dalam thariqat al-Syadziliyah. Pada mulanya thariqat ini bernama thariqat Sanusiayah. Kemudian setelah berkembang dengan pesat. Eropa mulai mengalami kecemasan dalam bidang politik, ekonomi dan sosial budaya. Akhirnya mengubah nama menjadi thariqat Idrisiyah. Thariqat Sanusiayah sendiri dicetuskan oleh syaikh Ahmad Syarif al-Sanusy. Bahkan thariqat Idrisiyah yang masuk ke Indonesia dibawa oleh syaikh Abdul Fattah yang pernah mendapat talqin langsung dari *syaikh* Ahmad Syarif al-Sanusy.

Sebagaimana thariqat lainnya, thariqat inipun bersumber dari al-Qur'an, Hadits dan ahwalu al-'Ulama (perilaku ulama). Sebab ulama adalah pewaris para Nabi. Dalam pencapaian keseimbangan antara eksoteris dan esoris, guna menggapai puncak spiritual dilakukan secara holistik. Dalam dzikirnya para salik thariqat ini mengutamakan sikap ramah dan penuh kedamaian. Dzikir dilakukan sebagai rutinitas seperti kalangan thariqat lainnya. Sebagai gerakan Mujaddid (reformis), thariqat

ini melakukan upaya pelaksanaan agama secara komprehensif. Fokus gerakan selain dari pemulihan di berbagai bidang tentang diri manusia, juga melakukan tindakan penyucian jiwa dan qalb.

Tokoh sufi selanjutnya adalah Sayyid Muhammad bin Ali al-Sanusy. Pada abad 19 mendirikan thariqat Sanusiyah yang menawarkan praktik dzikir dan menjalankan ajaran agama secara detail dan mendasar. Bukan hanya pada tatanan istidlal, tetapi juga masuk pada pemalana secara menyeluruh di bawah pengawasan para mursyidnya. Thariqat Sanusiyah tidak melepaskan muridnya setelah talqin. Melainkan selalu mengawasi perilaku muridnya dalam berbagai hal.

Pria kelahiran Fezzan-Libya ini memberika kesegaran bagi ajaran tasawuf yang tadinya hanya membahas tentang lantunan dzikir dan ibadah mahdhah, menjadi lebih luas serta mencakup kegiatan sosial. Kebersamaan dengan Nabi pada saat berdzikir merupakan bagian terpeting dari kebiasaan para salik thariqat Sanusiyah. Cara ini efektif dalam mengendalikan perilaku salik ketika beraktifitas di lingkungan masyarakat. Pendirian Lembaga Pendidikan baik sekolah maupun zawiyah, menjadi tradisi thariqat ini dalam pembinaan umat.

Pada 1207-1273 muncullah seorang pemabaharu tasawuf yang menerapkan perpaduan antara dzikir, musik dan tari. Ia adalah Maulana Jalaluddin Rumi. Latar belakang keilmuan bidang teologi menjadikan ruh thariqat maulawiyah. Pria kelaihar Balkh-Afganistan memilih lebih sering tinggal di Konya-Turki. Karya beliau yang dikenal adalah Divan-e Shaams dan Matsnawi-e Ma'navi. Kebijakan spiritual Maulana Jalaluddin Rumi dalam memadukan unsur tari sebagai refleksi jiwa serta musik pengiring yang dianggap satu ikatan erat dalam menjalankan dzikir sebagai proses capaian cinta ilahi. Para darwisi sering melakukan aktifitasnya di luar nalar. Bukan sebab sugesti melainkan memainkan stasiun ruhani yang berada dalam tubuh individu. Sebagai sarana meditasi, Maulana Jalaludin Rumi seringkali menunjukkan musik relaksasi. Tarian tharekat ini yang berupa putaran-putaran tubuh sepereti gasing di tengah altar sufistik, melambangkan hilangnya grafitasi bumi yang menari aspek dunyawi menuju capaian ukhrawy.

Bagi para pengikut pertama, wajib menjalankan riyadhah selama seribu satu hari mempelajari silsilah, ajaran Rumi, serta Latihan putaran dengan baik dan benar, agar tidak terjadi kesalahan fatal yang diperbuat saat melakukan ritual sufistiknya. Pakaian khusus yang dikenakan sebagai

kostum dzikir adalah tekye harus senantiasa dipakai ketika melakukan aktifitas dzikir. Inilah yang disebut sebagai perpaduan cinta harmoni. Selanjutnya akan dikenalkan dengan tradisi pengasingan diri (khalwat) yang didalamnya menjalankan ibadah sebagai bentuk tahannuts. Hal ini merujuk pada perilaku Rasulullah SAW ketika di gua Hira saat beliau belum diangkat sebagai seorang nabi. Thariqat ini lebih banyak melatih perasaan melalui praktik-praktik, bukan hanya teoretik belaka. Dalam kajian ajaran tasawuf, khlawat merupakan cara untuk mendapatkan kesadaran spiritual secara terarah dan sistematis. Menumbuhkan cinta Tuhan melebihi kecintaan pada makhluknya merupakan upaya pengenalan Tuhan melalui pengolahan rasa.

Sepeninggal Maulana Jalaluddin Rumi, thariqat Maulawiyah dilanjutkan oleh putranya yang bernama Maulana Husameddin Chelebi yang dikenal sebagai Sultan Veled pada dinasti Utsmani, yang meluaskan wilayahnya hingga Lebanon, Palestina, Mesir, Yerusalem dan Balkan. Bagi kalangan bangsa Eropa, thariqat ini dianggap memiliki kecocokan. Oleh sebab itu popularitas thariqat ini lebih besar di Eropa. Selain Maulana Jalaluddin Rumi, di wilayah Pakistan lahir seorang yang melakukan tradisi thariqat dalam menjalankan ajaran agama. Ialah Mirza Ghulam Ahmad. Keyakinan bahwa Mirza Ghulam Ahmad sebagai seorang Nabi seringkali menjadi polemik di kalangan umat Islam. Mirza Ghulam Ahmad dipercaya sebagai al-Mahdi dan al-Masih yang dijanjikan dalam beberapa hadits Nabi SAW. Akhir zaman memberikan gambaran kelahiran Mirza Ghulam Ahmad sebagai nabi Dzilli (bayang-bayang kenabian Muhammad). Pernyataan ini merupakan sebuah pengakuan pengikut thariqat Ahmadiyah terhadap pendirinya yang dinilai telah mendapat pencerahan dari Rasulullah SAW.

Kebijakan yang ditunjukkan oleh jemaat ini adalah, tidak menjalankan terorisme, tidak melakukan makar terhadap pemerintahan yang sah, berkiprah dalam mengubah sikap serta perilaku manusia menuju pelaksanaan ibadah nabi Muhammad SAW. Segala perilaku Nabi Muhammad SAW menjadi sebuah kewajiban thariqat. Terutama dalam menjalankan ibadah tahajjud. Hal lain yang menjadikan para pengikut Ahmadiyah ini adalah menjalankan pola-pola Pendidikan ruhani yang telah dicontohkan Nabi SAW (tidak melakukan atau menjalankan agama baru, karena menurut pemahaman penganut thariqat ini, keberadaan Mirza Ghulam Ahmad bukan sebagai nabi hakiki, melainkan nabi dzilli.

Kebijakan yang dikembangkan oleh thariqat ini adalah memberikan keyakinan bahwa thariqat Ahmadiyah tidak merubah atau menambah syari'at Nabi Muhammad SAW, sebagaimana dituduhkan beberapa kalangan yang tidak simpatik terhadap gerakan Ahmadiyah. Wahyu yang turun kepada Nabi Muhammad SAW diabadikan dengan cara pengamalan secara seksama. Sedangkan kedudukan sebuah kitab yang berjudul Tadzkirah merupakan semacam manaqib (Riwayat kehidupan pendiri Ahmadiyah). Adapun gerakan spiritual intensif ditunukan thariqat ini sebagai wujud khasnya.

Kemudian, sebagaimana umumnya Lembaga thariqat, Ahmadiyah memiliki bai'at khusus. Diawali dengan syahadat yang tidak berbeda dengan syahadat muslim pada umumnya. Hal inilah yang memberikan penguatan, bahwa Ahmadiyah tidak dapat dinyatakan sebagai agama baru. Pemilihan diksi pada kata "Nabi" merupakan hal yang harus dibedah kembali sesuai dengan sudut pandang Ahmadiyah. Sebab jika hanya selintas melakukan pemahaman terhadap istilah di atas, hanya akan terjadi konflik. Bahkan dapat dimanfaatkan untuk kepentingan politik kelompok yang tidak jelas.

Selain itu juga, Thariqat Ahmadiyah memiliki misi besar dalam melakukan penerjemahan terhadap al-Qur'an melalui berbagai bahasa dunia. Berkiprah dalam pembangunan negara, termasuk Indonesia. Sejalan dengan masuknya thariqat ini ke Indonesia.

## **B. Terapis sufi**

Terapis adalah sebutan bagi orang-orang yang melakukan kegiatan terapeutik kepada pasien atau kliennya. Dalam cakupan tasawuf sering dijuluki dengan para *mursyid* atau *muqaddam*. Pada dasarnya para terapis merupakan sosok seorang pengubah perilaku dengan tujuan menyehatkan jiwa, fisik serta batin, baik secara perorangan ataupun kelompok. Berbeda dengan terapis pada umumnya. Para terapis sufi lebih banyak menggunakan prinsip-prinsip ajaran tasawuf (sufisme) dalam mengatasi berbagai keluhan. Mulai dari hanya sekedar pencegahan, hingga penyembuhan bahkan pemeliharaan jiwa dan mental agar tetap dalam keadaan sehat serta suci. Pada umumnya terapis sufistik mengutamakan kesucian jiwa selain penyembuhannya.

Para terapis dalam terapi sufistik harus mendapatkan pelatihan ruhani (*riyadhah*) terlebih dahulu dalam penanganan serta membiasakan dirinya untuk selalu menjaga muruahnya melalui teknik-teknik ma'shum. Sebab para terapis sufistik akan mengajak serja melakukan pelayanan dalam hal penyembuhan serta penyucian jiwa manusia menuju fitrah. Konsep dasar kemanusiaan harus benar-benar dikuasai serta memahami tentang konsep derajat *al-Insan al-Kamil*. Beberapa terapis sufistik melakukan pelayanan dengan membimbing pasien atau kliennya untuk membiasakan berbuat kebaikan sesuai dengan hukum syari'at. Dalam hal ini peranan fuqaha menjadi penting dalam melakukan bimbingan atas gerakan serta rangkaian ibadah mahdhah ditinjau dari pandangan fiqihnya. Sedangkan esensi dari semua peribadatan harus dibedah oleh terapis berbasis sufistik.

Kemudian, dilanjutkan dengan terapi menggunakan pendalaman serta serangkaian cipta kondisi batin, melalui terapi dzikir. Dalam hal ini terapis sekaligus menjadi pemandu dzikir dan penuntun pendalaman dzikir, sehingga implementasinya dapat menjadi sebuah perubahan pada kondisi bati seseorang (pasien atau kliennya). Yang dapat memberikan pemahaman mengenai dzikir sebagai penenang jiwa hanyalah para sufi. Sebab kebanyakan hanya menganggap bahwa lantunan dzikir itulah yang dapat menjadikan jiwa manusia masuk dalam kondisi tenang. Padahal tidak sekedar lantunan. Melainkan masih Panjang pembahasan mengenai dzikir. Mulai dari lantunan hingga menjadikan kondisi batin menjadi nyaman dan istiqamah. Kebangkitan batin sangat diperhatikan para terapis sufistik, untuk menggapai tujuannya ialah mensucikan jiwa hingga menemukan pemahaman mengenai keberadaan Tuhan.

Dzikir yang keras dan lembut bahkan dzikir sebagai terapi jiwa dilakukan oleh para mursyid yang berkedudukan sebagai terapis, harus menepati sasaran. Perpaduan antara pernafasan, pemikiran dan suara sebagai artikulator sufistik memberikan harmoni bagi jiwa secara menyeluruh. Para mursyid harus juga memperhatikan objek utama dari terapis sufistik, ialah meningkatkan kualitas jiwa menuju kesadaran spiritual yang sangat tinggi ialah kesucian. Oleh sebab itu, dzikir harus dilakukan dengan menggunakan konsep *tazkiyat al-Nafs*.

Selanjutnya, terapis menggunakan doa, tidak sekedar membacakan kalimat-kalimatnya saja. Melainkan harus dapat memberikan pemahaman akan esensi doa yang sesungguhnya. Melalui cara ini, doa tidak sekedar



kaum thariqat. Para mursyid dalam thariqat akan menunjukkan jalan yang tepat menuju kedekatan dengan Tuhan. Bukan hanya secara teoretik, melainkan dalam berbagai praktik sufi.

Adapun praktik-praktik sufi yang semula hanya dilihat sebagai bentuk mitologis yang dikembangkan. Kini telah mengalami berbagai penelitian ilmiah. Sehingga benar-benar didapatkan hasil uji penelitian tentang pengaruh mistik pada perubahan sikap. Sebab praktik sufi selalu menghubungkan antara kerja fisik, jiwa, ruh, akal dan qalb. Semuanya terdapat dalam tubuh seseorang. Serta semua saling mempengaruhi, hingga membentuk sikap. Saat ini praktik sufi, diamati melalui pemahaman psikologi transpersonal dan psikoneuro endokrin imunologi<sup>46</sup>, yakni, bidang ilmu yang mendalami serta mempelajari interaksi sistem endokrin, sistem imun dan sistem saraf. Pokok pembahasan dalam ilmu ini adalah memasukan paparan mengenai pengaruh stress psikologis dalam kerja tubuh pada cakupan kesehatan. Sehingga dengan jelas interaksi sistem di atas, mempengaruhi kondisi psikologis seseorang.

Perlakuan terapi sufistik sering disebut sufi healing. Upaya penyembuhan menggunakan cara sufi merupakan terapi pokok dalam pelayanan nafs. Setiap umat akan dipandu untuk mendapatkan situasi batin yang sehat dan suci. Kegiatan sufi healing baru dikenal luas setelah banyak penelitian mengenai Tindakan terapi yang dilakukan para sufi. Sebelumnya hanya dipandang sebagai terapi alternatif, bahkan dinilai sebagai sesuatu yang tergolong mitologis. Teori kedokteran jiwa asalnya hanya memperhatikan teori kesehatan jiwa konvensional. Tetapi setelah banyak peneliti yang mengemukakan tentang hubungannya dengan sains, maka sufi healing diterima sebagai bagian dari terapi yang diakui efektifitasnya. Dzikir yang pada awalnya hanya dipandang sebagai ritual berbasis mitologis, kini berubah menjadi gerakan saintifik. Perubahan ini

---

<sup>46</sup>Psikoneuro endokrin imunologi merupakan disiplin ilmu yang membahas interaksi sistem imun dengan sistem endokrin dan sistem saraf dalam cakupan ilmu kesehatan. teori ini menyatukan antara psikologi, neurologi, endokrinologi dan imunologi, untuk memahami faktor psikologis, yang mempengaruhi sistem imun seseorang bahkan kesehatan individu secara menyeluruh.

menjadi modal besar bagi perkembangan terapi sufistik yang dibandingkan dengan terapi konvensional.

Secara umum, kalangan sufi dan terapis konvensional memiliki kesamaan kerja, yakni meningkatkan ketahanan jiwa dalam menatalaksana kecemasan, depresi dan stress. Hanya saja kalangan sufi menambahkan pembahasan kerja dengan adanya program *tazkiyat al-nafs* (pencucian jiwa). Program penyucian jiwa ini tidak dijumpai dalam psikoterapi yang dilakukan terapis konvensional. Kepedulian para terapis dalam bidang penatalaksanaan jiwa, merupakan wujud rasa humanis yang mengkhawatirkan dampak stress psikologis. Sebab stress psikologis akan berpengaruh pada kerentanan penyakit bagi tubuh individu meningkatnya leukositosis dan sitoksin sel mengakibatkan kesehatan fisik yang lebih buruk. Serta berpengaruh pada meluasnya gangguan psikis dan fisi seseorang. Jika pada psikoneuroimunologi membahas tentang respon imun seseorang, maka pendekatan sufistik membahas tentang kondisi keimanan seseorang sebagai upaya imun dari *al-hawa al-syaithaniyah*.

Hal di atas sejalan dengan pemikiran Martin (1938), yang memberikan asumsi bahwa kerentanan terhadap infeksi dipicu oleh sistem kekebalan tubuh dan stress. Maka dalam psikoterapi Islam, Langkah awal adalah menanamkan keyakinan. Peranan para terapis muslim yang terdiri dari para sufi, harus menanamkan nilai keimanan serta menuntun implementasinya dalam kehidupan sehari-hari. Penatalaksanaan stress yang hanya mengandalkan kegiatan terapi konvensional, dianggap belum cukup jika tidak dilengkapi dengan terapi religius yang tunjukan oleh para terapis berbasis sufi.

Sejumlah tokoh sufi selalu mempopulerkan gagasan tahalli, tkhalli dan tajalli. Hal ini merupakan upaya terapis dalam bertahap ketika melakukan terapi pada kliennya. Serangkaian teknik menjadi turunan dari teori tentang tahalli, tkhalli dan tajalli. Menghasilkan terapi yang menyeluruh, selain mampu menyederhanakan permasalahan yang sedang dihadapi, juga mampu meningkatkan kuitas ilahiyah dalam diri individu. Inilah yang menjadi unggulan terapi sufistik. Sebab sebelum gerakan di atas diperlakukan kepada para klien atau pasiennya. Para terapis akan menjalankannya terlebih dahulu untuk menatalaksana coping.

Selain hal di atas, para terapis sufi harus memperhatikan metode yang akan dipergunakan dalam menyelesaikan masalah di era moderen.

Terutama dalam memadukan metode terapi konvensional dengan terapi religius. Saat ini dikenal dengan metode *Mind Haeling Techniqe*, ialah mengintegrasikan pikiran dengan metode teknik yang disajikan sufi seperti Shabar dan syukur. Sebahagian menambahkannya dengan tawakal sebagai bagian dari teknik. Meskipun beberapa kelompok sufi menganggap tawakal sebagai metode. Metode tersebut mengandalkan kemampuannya dalam mengatasi kesehatan mental serta meningkatkan spirit bagi berbagai persoalan. Para terapis pada umumnya menghubungkan semuanya sehingga didapatkan hasil, munculnya sebuah norma ketuhanan pada setiap teknik. Para terapis juga harus mampu menampilkan hasil kolaborasi terapi ini tanoa mengesampingkan realitas kepercayaan terhadap keagungan agama dan kemuliaan Tuhan. Dalam hal ini sosok nabi menjadi uswah bagi setiap yang bermasalah. Beberapa nabi memiliki permasalahan batin yang berbeda, berikut segala dampak pada aktifitasnya.

Dalam terapis sufistik muslim yang memadukan dengan terapi konvensional adalah Ibnu Zakariya al-Razy. Selain profesinya sebagai seorang dokter, juga dikenal sebagai ulama sufi yang menerapkan perpaduan antara sufi healing dengan terapi psikologis berbasis konvensional. Terutama mengatasi gangguan mental. Prinsip terapeutik yang dilakukan beliau mengutamakan adanya daya control terhadap kerja akal dan *al-hawa al-syaithani*. *Al-hawa al-syaithani* sendiri yang memicu kegiatan syahwat dalam mendorong perbuatan keliru. Beliau juga mengentaskan gangguan mental seperti di atas menggunakan pendekatan kekuatan iman. tokoh lainnya yang dikenal sebagai pelopor perbaikan mental melalui pendekatan qalbiyah adalah Abu al-Hamid al-Ghazaly. Tulisan beliau selalu memasukan unsur qalb dalam berbagai teknik pemecahan masalah. Beliau juga memasukan unsur penatalaksanaan qalb dalam kajian fiqh sufinya seperti tertuang dalam kitab Ihya 'Ulumuddin. Kemudian disusul dengan beberapa karya sekundernya yang lebih mengedepankan terapi sufistik berbasis *qalbiyah* guna menyelesaikan persoalan nafs dan mental.

Tokoh lainnya adalah Abdullah bin Sina (Ibnu Sina). Karya beliau lebih menitikberatkan pada aspek kesehatan. selain kesehatan fisik yang tertuang dalam karyanya berjudul *Al-Qanun fii al-Thibb*, juga dikenal dengan karya yang berhubungan dengan peranan spiritual dalam tubuh manusia. atau bahkan menjelaskan tentang penyembuhan jiwa melalui

pendekatan sufistik. Hal ini diungkap dalam karyanya berjudul *al-Syifa*, yang memasukan unsur musik sebagai salah bentuk terapi mental. Musik memberikan sentuhan pada kerja otak kanan. Oleh sebab itu melalui musik, dapat dijadikan sebagai terapi dalam menumbuhkan kreatifitas lainnya. Rasulullah SAW tidak mengharamkan jenis musik apapun, bahkan menyarankan saat mengumumkan pernikahan, disarankan agar menabuh gendang (*dufuf*). Hal bukan sekedar menunjukkan sebuah peristiwa yang telah terjadi. Melainkan, memberikan arah agar selalu mengedepankan kreatifitas mulia (*akhlaq al-karimah*). Ketika seseorang memainkan atau mendengarkan suara musik, maka akal memberikan kesan terhadap jiwa dan mental, untuk melakukan sesuatu sesuai dengan gelombang yang ditimbulkan oleh musik tersebut. Masharu Emoto dalam sebuah karyanya yang berjudul *The Power of Water*, mengomentari, bahwa musik berpengaruh pada kesehatan tubuh, mentah maupun jiwa. Kekeliruan dalam memilih musik, akan berdampak pada sikap serta jiwa seseorang.

Demikian dengan kitab *Rasail* Ibnu Sina yang menjelaskan tentang kedudukan filosofi mengenai peranan akal dan lam membenahi gangguan jiwa. Jiwa yang dianggap memiliki kekuatan ilahiyah serta memiliki potensi untuk menangkap sinyal ilahi. Akal berperan sebagai wasilah antara Allah '*Azza wa Jalla* dengan makhlukNya. Pada saat seseorang memfungsikan akal nya dengan baik, maka akan mampu melakukan komunikasi serta menangkap sinyal Tuhan. Inilah yang disebut sebagai ilham. Oleh karena itu, pembahasan tentang ilham selalu diawali dengan pembahasn mengenai akal. Sebab keunggulan manusia adalah ketika akal nya difungsikan untuk menangkap ilham. Cara ini merupakan upaya manusia dalam memperbaiki perilakunya berdasar pada teologis normatif.

Seorang terapis sufi yang juga sebagai mursyid dalam spiritual religius Islam, memiliki misi dakwah al-Islamiyah. Di dalamnya memberikan layanan pengenalan terhadap Tuhan serta menuntun agar selalu menjaga kondisi ruhani seseorang dalam tugasnya sebagai hamba Tuhan. Selain itu juga harus mampu melakukan *istisyfa* dengan baik terhapa jiwa manusia, hingga menemukan Tuhan melalui berbagai metode. Peranan mereka sebagai pembimbing spiritual berfokus pada perubahan perilaku dan *akhlaq al-Karimah*. Upayanya diharapkan mengarah pada cara menemukan kesadaran spiritual bagi umat. Dengan

demikian terjadi aktifasi ruhani untuk menangkap sinyal Tuhan. Hasil yang didapatkan adalah tersingkapnya hijab ilahiyah yang disebut sebagai kondisi musyahadah. Kondisi musyahadah akan memberikan keyakinan pada individu dalam bertuhan serta melakukan *istislam* (penyerahana total kepada ajaran Tuhan). Pasien atau klien untuk para terapis berbasis tasawuf diarahkan menciptakan munculanya *ma'rifatullah* dalam batin umat. Bukan sekedar mendapatkan kesembuhan atau kenyamanan diri sendiri. Melainkan hingga mendapatkan jalan komunikasi dengan Tuhan. Para terapis berbasis tasawuf akan selalu membimbing peningkatn kuatasa spiritual secara bertahap, sesuai dengan strata *mad'u*.

Seorang mursyid bukanlah seseorang yang sering mentalqin anggota barunya dalam thariqat. Akan terapi sosok spiritualis yang memberikan arah kehidupan dunia dan akhirat. Bahkan memiliki kemampuan untuk mengukur tingkat spiritual saliknya. Sehingga setiap perilaku salik yang menyimpang dari koridor ilahiyah, akan segera ditegurnya dan diluruskan hingga menemukan *mukasyafah* dengan Rabb, Ilahi dan Mulki. Peranan mursyid sebagai pengantar menuju *taqarrub* dan *musyahadah*, menjadikan umat atau saliknya akan selalu terpantau dimanapun mereka berada. Hal ini merupakan tugas mulia dari seorang mursyid. Untuk itulah beberapa thariqat tidak menyematkan kata mursyid untuk para tokohnya. Seperti yang dilakukan *Ikhwan al-Thariqat al-Tijaniyah*. Kalangan ini memilih istilah *muqaddam*<sup>47</sup> dibandingkan dengan kata *mursyid*. Bahkan menyematkan istilah *mursyid* itu hanya untuk

---

<sup>47</sup>Para *Muqaddam* merupakan jabatan spiritual dalam struktur thariqat al-Tijaniyah. Mereka bertugas untuk menjalankan bimbingan spiritual untuk mewakili para syaikh dalam thariqat al-Tijaniyah. Selain itu juga memberikan keabsahan yang disebut *bai'at* (talqin) pada setiap anggota baru thariqat ini. Para *muqaddam* juga bertugas sebagai pengendali akhlaq para *salik ahlu al-thariqat al-Tijaniyah*. Dalam bahasan 'Arab diartikan sebagai seorang yang didahulukan atau "pemimpin". Tanggungjawab para *muqaddam*, tidak hanya sekedar menjdi kordinator jamaah. Tetapi lebih mengutamakan perubahan perilaku jamaahnya. Selain itu juga mengajarkan ritual thariqat al-Tijaniyah serta memberukan Haluan agar senantiasa berada pada keadaan mensucikan diri dan syukur pada nikmat Allah 'Azza wa Jalla. Istilah ini menjadi populer dan dibakukan di kalangan *Ikhwan al-thariqat al-Tijaniyah*.

Rasulullah SAW, yang diyakini akan hadir pada setiap melakukan istighfar, shalawat dan dzikir. Sebab beliau memiliki predikat sebagai al-Insan al-Kamil yang mampu menerjemahkan bahasa Tuhan ke dalam bahasa umatnya. Dengan demikian istilah mursyid dipandang sakral dalam thariqat al-Tijaniyah. Sehingga tidak sembarangan seseorang menjadi mursyid, jika dia bukan seorang Rasul. Kemursyidan dalam thariqat ini telah ditutup dengan wahyu Nabi Muhammad SAW. Sebagai pewaris ajarannya, maka merekalah yang disebut muqaddam.

Kemudian dalam proses terapi, para terapis harus memperhatikan kesehatan qalb, nafs serta sinergi dengan ruh dan jasad. Dengan demikian akan diperoleh kesempurnaan hubungan antara unsur ruhani, nafsani dan jismani. Para terapis berbasis tasawuf harus memiliki kemampuan dalam melakukan bimbingan atas dasar pengalaman, bukan sekedar hasil pembelajaran biasa. Sehingga terintegrasi antara aspek filosofis berbasis pembelajaran secara ilmiah, dengan pengamalan spiritual terapisnya. Hal ini akan lebih memperkuat metodologi penyembuhan dan penyucian diri. Hasilnya adalah tercipta sosok *insan al-kamil* yang mentauladani Rasulullah SAW. Mereka yang telah masuk pada kategori ini disebut sebagai manusia yang telah mengaktifasi fithrahnya. Untuk itulah para terapis tidak memerlukan penggunaan obat-obatan kimia. Cukup dengan pengalaman spiritual masing-masing terapis yang diajarkan sebagai model tuntunan kepada umat.

Di antara upaya terapis dalam melakukan pelayanan terhadap umat adalah meningkatkan kualitas kerja jiwa serta memperpadat nilai (kuiditas) ilahiyah. Sejumlah wirid dan doa diarahkan untuk membuka pintu ilahiyah. Perpaduan antara nilai syari'at dan hakikat menjadi unggulan peyanan para terapis berbasis sufistik dibandingkan terapis biasa. Para terapis juga diharuskan berada pada tingkat ikhlas dan selalu tawakkal pada Allah *'Azza wa Jalla*. Para terapis harus selalu mempertahankan kondisi ma'rifat, agar tidak terjadi penurunan kualitas dirinya. Sebab penurunan kualitas terapis, akan mempengaruhi layanan terapi. Dan pasien atau klien yang sedang dihadapi akan turut terpengaruh pula.

### C. Kebijakan sufi

Para sufi sebagai sebagai kumpulan orang bijak dalam berbagai hal. Serta mampu menunjukkan keberadaan dirinya sebagai penyejuk qalb manusia dan pemberi solusi saat umat memerlukan bantuan. Terutama perhatian mereka pada aspek psikologis umat. Sebagai tindak lanjut dari kearifan serta ketulusan hati mereka, banyak para pemimpin pemerintahan yan tertarik untuk memberdayakannya sebaai penasehat kerajaan. Bahkan sebahagian dapat menentukan arah pemerintahan. Mulai dari beberapa kerajaan di Nusantara yang menjadikan para sufi sebagai patner dalam menata pemerintahan. Hal ini terjadi di Demak, Aceh, Cirebon, Banten serta beberapa daerah lainnya. Kerajaan yang ditata berdasarkan nilai sufistik dipandang lebih mengutamakan peradaban. Sehingga memunculkan sikap baik menurut sudut pandang moral dan benar menurut sudut pandang ajaran agama.

Keberadaan para “sunan” menunjukkan keberadaan para sufi sebagai penasehat pemerintah yan sangat diunggulkan dari yang lainnya. Demikian pula dengan Andalusia pada masa silam. Pada kalangan masyarakat pulau Jawa (Sunda Besar), istilah Sunan diidentikan dengan manusia suci yang telah menggapai makrifat. Dengan demikian keduduka seorang raja sekalipun harus mengikuti para sunan. Demikian juga, apabila seorang Sunan bertitah, maka akan berada di urutan pertama sebelum titah para raja. Kesucian para sunan tidak hanya dihormati ketika masih hidup. Melainkan pada saat mereka telah wafatpun, masih dipandang terhormat. Penghinaan kepada para sunan atau melecehkan istilah sunan, di wilayah Jawa akan melahirkan pandangan buruk dari masyarakat sekitarnya.

Bukan hanya di sekitar tanah jawa dan Nusantara, keberadaan seorang sufi besar yang bernama Muhyiddin Ibnu Arabi memberikan warna dalam tata negara serta berbagai kebijakan negara. Sufisme juga memegang peranan penting dalam pembentukan karakter muslim disetiap wilayah kekuasaan. Sehingga dianggap tepat, apabila ada pendapat bahwa Islam di Nusantara disebarakan melalui pendekatan kekuasaan para raja oleh kaum sufi. Peranan para sufi sebagai tokoh agama yang masuk di lingkungan kerajaan atau penguasa, memberikan bantuan spiritual serta membantu pada saat diminta bantuan atas legitimasi. Di antara bukti-buktinya adalah kemunculan ulama sufi di tengah-tengah kerajaan Samudera Pasai, Demak dan Cirebon. Para sufi

juga berperan mengintegrasikan ajaran-ajaran Islam dalam struktur pemerintahan. Demikian juga pada kerajaan Melayu Jambi. Dikenal memiliki hubungan erat antara raja dengan ulama. Hingga memasukan istilah “*Adat bersendikan syara’*, *syara’ bersendi kitabullah*”. Ini menunjukkan betapa pentingnya peranan ulama dalam lingkungan penguasa saat itu. Dan menentukan kebijakan negara berdasar kebijakan agama.

Pada peran serta ulama sufi saat menghadapi kedzaliman para penjajah di Nusantara, ditunjukan dengan gerakan politik berbasis thariqat. Pada umumnya ulama Nusantara yang memimpin pergerakan melawan penjajah adalah ulama sufi. Mereka berharap mendapatkan ketentraman dalam melakukan pengabdian kepada Tuhan, tanpa gangguan serta intimidasi penjajah. Di Jawa Timur, tokoh Nahdhatul Ulama mengumandangkan fatwa Jihad, merujuk pada sikap sufi dalam menghadapi kedzaliman dengan mengedepankan aspek syaja’ah. *Syaikh* Hasyim Asy’ari menggelorakan fatwa melalui para santri dan pejuang lainnya, ternyata sangat efektif dalam perjuangan kemerdekaan. Yang demikian merupakan bukti para sufi dalam kiprahnya sebagai inspirator politik Nusantara.

Dalam hal gerakan sosial, para sufi dikenal sebagai orang bijak. Sehingga mampu meraih berbagai strata masyarakat, seperti kaum *free man* (preman), perampok, pengusaha, tokoh adat dan lain sebagainya. Sehingga komposisi masyarakat dijadikan media dalam pengenalan ajaran Islam yang harus dirasakan luhur dan arif. Bukan sebagai ajaran arogan dan penuh dengan keangkuhan. Hanya saja para sufi akan mengimbangi segala bentuk upaya memperdaya mereka dengan kedzaliman. Perlawanan mereka hanya bentuk *nadzira* (peringatan) bukan termasuk pada kategori balas dendam. Gerakan sufi lebih menitikberatkan pada perjuangan menmpatkan etika dalam dalam jiwa manusia. orinetasinya bukan sekedar menjadi orator. Tetapi lebih menunjukkan suri tauladan bagi umat.

Meskipun demikian, di beberapa wilayah para sufi berdiri sebagai kontrol sosial bagi penguasa. Salah satunya adalah pada masa dinasti Saljuk. Masa ini kaum sufi menjadi kaum yang melakukan kritik terhadap penguasa yang dinilai menjauh dari ajaran Tuhan. Bahkan menolak dengan tegas segala bentuk kolaborasi ulama dengan penguasa. Dinasti yang berkuasa abad 11-12 tersebut seringkali mendapatkan kecaman dari para sufi. Terutama dalam penataan sistem politik yang tidak berpihak

pada perkembangan ajaran agama Islam. Hal tersebut memberikan bukti bahwa para sufi tidak sekedar menjadi asketis yang sering dijumpai tanpa adanya nilai kritis terhadap lingkungan. Seakan-akan mementingkan diri sendiri.

Ulama sufi pada masa dinasti Saljuk menjadikan sosok manusia yang kritis dalam melihat segala bentuk kemunkaran saat menjalankan pemerintahan. Banyak ulama yang dijadikan sebagai “corong” pemerintah hanya untuk kepentingan tirani. Bukan lagi sebagai pemberi arah kemajuan berdasarkan wahyu. Al-Ghazaly memasukan ke dalam ulama yang jahat (*‘Ulama al-Su’*). Kekuasaan yang dinilai korup menjadi pemicu kemarahan para sufi. Gerakan atau pandangan “aristokrasi” ditolak para sufi karena sekumpulan orang yang berkolusi pada masa dinasti Saljuk adalah hanya dibangun oleh sekelompok orang korup. Bukan lagi yang berpengaruh baik terhadap umat baik aspek intelektual maupun pengamalan keagamaan.

Para sufi juga dikenal memiliki kebijakan di bidang pendidikan. Bahkan hingga mengemas beberapa *riyadhah* (pelatihan ruhani) bagi peserta didik. Dalam hal ini tengah dilakukan dalam gerakan Pendidikan tinggi khususnya di jurusan Tasawuf dan Psikoterapi serta jurus Bimbingan dan Konseling Islam. Semua menampilkan sosok Pendidikan sufistik yang mengarahkan kebijakan sufi pada setiap Langkah kerja dan aktifitasnya. Pada mulanya para sufi menciptakan sistem Pendidikan yang mampu mengubah karakter menjadi lebih baik merujuk pada misi nabi Muhammad SAW yang disebut dengan *akhlaq al-karimah*. Mereka mendirikan madrasah yang dinamakan Nizamiyah. Madrasah tersebut tidak hanya mengajarkan ilmu-ilmu agama berdasar program yang telah ditentukan, tetapi melengkapi dengan praktik-prakti ekonomi untuk meningkatkan taraf hidup lulusannya. Kerja pemikiran sufi dalam kebijakan pendidikan membawa kemajuan peradaban.

Selanjutnya, pada masa itu penguasa menjadi tertarik dengan gerakan sufi dalam bidang Pendidikan. Akhirnya Nizam al-Mulk yang beryindak sebagai perdana Menteri (wazir) melakukan hubungan baik antara ulama, pengelola pendidikan dan militer. Dengan pertimbangan, bahwa ulama sebagai konseptor kebijakan bidang pendidikan perlu dilindungi dengan gerakan militer. Demikian pula negara akan menjadi kokoh ketika masyarakat merasa aman dengan perlindungan militer dan hasil Pendidikan karakter yang berkualitas.

Dalam hal perkembangan bidang pemikiran Islam, salah satu ulama sufi melakukan kritik bahkan penentangan atas ajara filsafat ketuhanan yang dikemukakan oleh Ibnu Sina, Al-Kindi dan Al-Farabi. Pemikiran mu'tazilian mereka dianggap sebagai ancaman besar bagi perkembangan madzhab Sunni. Hal ini yang sangat disayangkan oleh para pemerhati tasawuf. Sebab gerakan tasawuf yang ditunjukkan Ibnu Sina tidak bermaksud meruntuhkan pemikiran Suni. Kedudukannya hanya melengkapi pemikiran Sunni dalam hal filsafat ketuhanan. Pemikiran Ibnu Sina kemudian dikembangkan dalam gerakan konsep teosofi Mulla Shadra. Perpaduan antara konsep agama yang bersifat eskatologis ke dalam aspek yang realistis, menjadi bagian dari cara memberikan pencerahan terhadap pemikiran sufi moderen. Sehingga para sufi moderen tidak dikenal sebagai sufi asketis. Mealinkan mereka yang melahirkan pemikiran dinamis. Meskipun demikian kritik sufi terhadap dinasti Saljuk tidak menitik beratkan pada madzhab, tetapi pada sikap dan perilaku pemerintah saat itu. Selain hal di atas, dinasti Saljuk telah memanfaatkan ulama untuk menyerang ulama yang beda madzhab, hanya untuk memperkuat penguasa. Serta meligitasi penindasan kaum lemah.

Pada masa dinasti Saljuk para sufi memiliki peran ganda, selain sebagai kaum spiritual yang senantiasa mengedepankan gagasan *mahabbatullah* dan *ma'rifat*. Juga sebagai kontrol sosial bagi pemerintah. Sikap mahabbatullah akan memberikan kontribusi dalam kejujuran para petinggi, pejabat serta seluruh rakyatnya. Sebab hanya melalui cinta tuhanlah, seseorang akan menjadikan dirinya sebagai hamba dan sepenuhnya dilakukan untuk Tuhan. Dengan demikian, akan mengurangi bahkan menghilangkan sikap semena-mena, arogansi, angkuh, menindas, koruosi dan sejenisnya. Sedangkan dengan sikap ma'rifat seseorang akan digiring untuk selalu berhadapan dengan Tuhan.

Selanjutnya dalam aspek kebijakan bidang seni budaya, sufi lahir dari hasil Pendidikan rasa. Secara otomatis aspek seni merupakan dasar pijakan kedua setelah wahyu. Perkembangan seni yang bernuansa Islam dikembangkan sebagai bagian dari strategi dakwah sufi di berbagai wilayah. Mulai seni kaligrafi, seni suara, seni musik, seni lukis bahkan seni pahat dan seni watak. Maulana Jalaludi Rumi memasukan seni tari dalam konsep dzikirnya. *Syaikh* Ahmad Kabir al-Rifa'i memasukan unsur musik dalam dzikir Rifa'iyah, *Syaikh* Bahauddin al-Naqsabandy menjadikan seni

lantunan suara sebagai bagian dari pematapan jiwanya. Syaikh Abdul Qadir al-Jilany menjalankan dzikir *al-jahri* menggunakan suara yang keras sebagai bagian dari seni olah vokal. Kemudian pada beberapa sufi di Nusantara memadukan seni dengan adat atau budaya lokal. Setiap budaya lokal yang kental dengan ajaran agama selain Islam, diwarnai dengan berbagai ritual Islam. Sehingga terjadi kolaborasi antara budaya lokal dengan agama. Dengan tujuan untuk menjembatani perubahan teologis ke dalam aspek sosiologis. Melalui cara ini, ajaran Islam menjadi cepat berkembang. Perkembangan ini merujuk pada konsep *tadarruj fii al-Tasyri'* (bertahap dalam mengajarkan syari'at). Meskipun jalan sufi adalah jalan hakikat, namun tidak dapat melepaskan diri dari nilai syari'at.

Masuknya para sufi ketika mengajarkan Islam dalam lingkup budaya lokal, menjadikan mudahnya diterima masyarakat Nusantara saat itu. Bahkan tidak ragu para sufi memasukan berbagai literatur bernuansa Islam ke dalam pemahaman masyarakat bukan muslim. Hasilnya adalah perkembangan Islam di Nusantara semakin pesat. Di pulau Jawa wali songo menunjukan peran sufi dalam menyebarkan ajaran Islam. Tampak lebih kental dalam jalan tradisi lokal sebagai media dakwah. Gagasan pewayangan yang diajarkan wali songo tidak lagi bernuansa Hinduisme, melainkan dirubah menjadi Islamisasi. Berbagai upacara adat di Cirebon diwarnai gerakan Islamisasi oleh Sunan Gunung Djati. Thariqat beliau hampir tidak tampak. Yang muncul ke permukaan adalah kebijakan serta kearifan beliau dalam menata Cirebon sebagai pusat peradaban Islam.

Di Aceh lebih jelas peranan sufi saat berpadu dengan kerajaan Samudera Pasai. Legitimasi berbasis ilahiyah ditunjukan Aceh hingga kini. Bahkan Aceh menggunakan sebutan sebagai serambi Mekah dan Darussalam menunjukan ajaran Islam yang dibawa ulama ke wilayah Melayu Aceh berhasil dengan gemilang. Pada beberapa dekade muncul anggapan bahwa Raja atau Sultan adalah pemegang mandat dari Tuhan. Hal serupa terjadi di Jawa yang menyebutkan bahwa Raja adalah *Sayyidin Panotogomo*. Melalui gagasan ini, kerajaan Aceh menerapkan pendidikan serta pemahaman hubungan antara penguasa dengan Tuhan.

Keberhasilan yang dicapai dari kebijakan para sufi Nusantara, antara lain dilakukan oleh pemerintahan Cianjur dengan Mataram saat diperintah oleh Amangkurat II. Upaya diplomasi dari Cianjur yang dilakukan oleh Aria Natadimanggala (Aria Kidul, saudara dari penguasa Cianjur yang bergelar Dalem Tarikolot). Melakukan diplomasi dengan

raja Mataram dalam rangka menghentikan penjajahan Mataram atas Cianjur. Aria Natadimanggala yang merupakan sosok sufi Cianjur, melakukannya dengan mengirim redaksi tulisan berbentuk *sya'ir* sufistik. Yang akhirnya Raja Mataram menganggap Cianjur sebagai pemeritahan yang setara dan bersaudara. Cara beliau dinilai efektif untuk menjawab tantangan perang dari kerajaan Mataram, hanya dengan serangkaian *sya'ir*.

Dalam hal diplomasi internasional menuju perbaikan ekonomi, Sunan Gunung Djati melakukan kebijakan bidang ekonomi dengan China. Dengan harapan lancarnya ekspor impor dari Cirebon ke China. Cara ini dinilai efektif sebab menunjukkan hasil signifikan bidang kemajian ekonomi Cirebon. Demikian pula hubungan dagang dengan kongsi dagang Belanda. Meskipun mereka sebagai penjajah. Akan tetapi Sunan Gunung Djati memanfaatkannya untuk meningkatkan perekonomian wilayah Cirebon. Kemajuan perdagangan Cirebon masa itu dilakukan dengan China menggunakan teori sufistik Sunan Gunung Djati.

Kemudian pada saat Negara Indonesia diproklamirkan, tampak pada pembukaan Undang-undang 1945 ditulis kalimat yang menggunakan nama "Allah". Kata tersebut dibacakan dengan pelafalan Islam. Ini dikarenakan perumus nya terdiri dari Sembilan orang ulama yang paham dengan aspek kebutuhan beragama bangsa. Penyertaan Allah dalam pembukaan UUD 1945 menunjukkan terserapnya nilai sufistik yang disebut dengan *tawakkal*. Teks ini merupakan untaian bahasa hukum yang sarat dengan nilai tasawuf. Tanpa disadari, bahwa bangsa Indonesia telah berada pada bukti kemenangan tasawuf dalam mengendalikan dirinya untuk dan atasnama Tuhan.

Pada dasarnya sufisme merupakan gerakan teologis yang menitikberatkan para perubahan sikap dan tingkah laku umat, melalui gerakan spiritual religius, yang mengandalkan gerakan moral dalam membentuk manusia sebagai wakil Tuhan yang bertugas memakmurkan bumi dan menjadi pengabdii setia Tuhan. Inilah yang disebut sebagai *sufi governance* diarahkan menuju peningkatan kualitas spiritual individu. Melalui pendekatan pengamalan ajaran *qur'ani* dan merujuk *uswah al-hasanah* pada Nabi Muhammad SAW, para sufi membuat kebijakan yang lebih memberikan manfaat besar bagi segenap umat manusia. perhatian sufi terhadap jiwa dan kondisi spiritual individu menjadikan kebijakan sufi

dalam bidang pelatihan ruhani (*riyadhah*) sebagai media menuju kesucian jiwa. Antara lain menggunakan metode ‘*uzlah* sebagai upaya menghindari agar diri tidak terkontaminasi dengan *al-hawa al-syaithaniyah*. Sebahagian menjadikan ‘*uzlah* sebagai upaya *muhasabah* (introspeksi diri).

Para sufi juga dikenal sebagai pelopor kebijakan bidang seni budaya dalam membimbing masyarakat awam ketika mengenal ajaran agama Islam. Tradisi mistik yang dipadu dengan seni budaya, menjadikan daya tarik sufi . Sehingga yang menyaksikan akan dengan mudah tertarik untuk mempelajari serta mengamalkan ajaran Islam. Sufi paham bahwa jika menyebarkan ajaran Islam dengan kekerasan tidak menyelesaikan masalah. Merujuk pada firman Allah ‘*Azza wa Jalla* dalam surat Ali Imran ayat 159 berbunyi:

فَبِمَا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلَّ يَظُّ الْقَلْبَ لَانفَضُّوا مِنْكَ وَكَانُوا فَجْرًا  
 ﴿١٥٩﴾

من حولك فاعف عنهم واستغفر لهم وشاورهم في الامر فاذا

عزمت فتوكّل على الله إنّ الله يُحبّ إلى المتوّكّلين

Maka, berkat rahmat Allah engkau (Nabi Muhammad) berlaku lemah lembut terhadap mereka. Seandainya engkau bersikap keras dan berhati kasar, tentulah mereka akan menjauh dari sekitarmu. Oleh karena itu, maafkanlah mereka, mohonkanlah ampunan untuk mereka, dan bermusyawarahlah dengan mereka dalam segala urusan (penting). Kemudian, apabila engkau telah membulatkan tekad, bertawakallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah mencintai orang-orang yang bertawakal.

Ayat tersebut menjadi Rujukan para sufi dalam menjalankan ajarannya. Pengubahan perilaku manusia menjadi lembut dan tidak keras kepala, menjadikan para sufi banyak digemari masyarakat. Selanjutnya ketika kedatangan paham aliran keras yang bersumber dari ajaran Wahabi di Saudi Arabia. Yang tadinya sebuah gerakan politik, ahrihnya menjadi gerakan teologi. Inilah yang kemudian merusak tatanan dakwah sufi di Nusantara. Sebagian menaruh kebencian karena sikap yang ditunjukkan

para pemuka agamanya tidak memiliki dasar tasawuf. Sikap arogansi ditunjukkan sebagai bentuk unjuk taring agar ditakuti. Padahal menurut

kajian strategi dakwah seperti ini hanya akan menambah kebencian terhadap ajaran Islam. Bahkan mengotori kesucian ajaran Islam.

Kelembutan merupakan bukti cinta. Sedangkan kekerasan adalah pangkal kehancuran sebuah sistem. Apabila Islam disebarkan dengan pedang, akan terbit rasa dendam dari lawan, meskipun telah mengakui secara terpaksa akan keangungan Islam. Tetapi Islam yang disebarkan dengan penuh kearifan akan membuahkan kenyamanan dan kecintaan.

Strategi lainnya yang ditunjukkan sufi dalam mempertahankan kearifannya adalah tradisi mistik. Kekuatan mistik yang berupa gerakan ritual menjadikan penguatan bagi para sufi untuk menjalankan dakwah al-Islamiyahnya. Sejumlah wirid, do'a dan amalan khusus para sufi memberikan warna agar para sufi memiliki perangai yang berbudi luhur melalui penempaan spiritual *mahabbatullah*. Dipandang dari aspek penyembuhan, para sufi juga melakukan terapi baik bagi kesehatan jiwa, qalb dan fisik. Pengobatan ini juga dipandang menarik perhatian umat untuk selalu memperhatikan sufi sebagai sebuah konsep yang menjanjikan kesehatan lahir dan batin.

Dalam bidang karya seni kisah, para sufi sering mengarang hikayat-hikayat yang berhubungan dengan perubahan perilaku. Hal ini menyentuh kalangan anak dan remaja awal. Dengan cara ini dakwah al-Islamiyah tersebar bukan hanya pada kalangan orang dewasa. Melainkan menjamah anak-anak dan remaja awal. Masa adolesen yang sarat dengan uji coba serta rasa penasaran, dianggap peluang emas bagi para sufi berdakwah dengan cerita-cerita menarik. Dalam hal ini sufi berkedudukan sebagai inspirator umat, yang mampu menginspirasi ajaran Islam ke berbagai lini.

## **BAB IV PENUTUP**

### **A. Urgensi tasawuf dalam abad moderen**

Tasawuf yang selama ini dipandang sebagai ajaran yang terkesean membawa dampak kemunduran dalam menata peradaban. Bahkan ada yang menuduh bahwa ajaran tasawuf meruopakan ajaran yang menyesatkan serta penuh dengan ajaran bud'ah serta khurafat. Sehingga tidak sedikit yang berasumsi bahwa tasawuf tidak bermanfaat lagi di abad moderen.

Akan tetapi ketika abad moderen yang banyak menghasilkan produk sains serta kekuatan teknologi mesin yang mendominasi semua sendi kehidupan manusia, tanpa disadari, telah menangkan keburukan pengaruh gelombang elektromagnetik yang dipancarkan oleh peralatan elektronik. Dampaknya dirasakan di berbagai sudut dalam tubuh manusia. Berdasarkan hasil penelitian bahwa paparan gelombang elektromagnetik 2,856 GHz diprediksi akan mampu merusak sistem saraf. Terutama pada stress oksidatif, respirasi seluler dan neurotransmitter. Frekuensi yang diterima sistem saraf akan berakibat kurang baik bagi kerja tubuh, dan disinyalir akan dapat mempengaruhi kerja otak dan jiwa. Sehingga dari keluhan saraf bertingkat menuju gangguan pada otak yang ditunjukkan dengan adanya gangguan mental individu.

Pada dasarnya produk elektronik yang di dewakan abad moderen, tidak luput dari efek samping yang memberikan pengaruh pada jiwa seseorang. Meskipun asalnya hanya berpengaruh pada kerja organ fisik, namun setiap jasad yang terpapar radiasinya akan mempengaruhi kerja jiwanya. Dampak signifikan pada jiwa telah ditunjukkan oleh hasil beberapa penelitian mengenai hal di atas. Para ilmuwan abad moderen sebenarnya mengetahui bahkan memahami dampaknya. Akan tetapi karena tuntutan kecepatan dalam bekerja atau beraktivitas. Sehingga tetap dilakukan secara masif.

Paparan gelombang elektromagnetik yang ditimbulkan dari efek samping telepon selular tanpa disadari telah memberikan pengaruh pada kondisi jiwa serta mental individu. Kecanduan gadget kini telah menjadi tantangan para pemerhati psikologi terutama psikiater dan terapis

alternatif, untuk segera menemukan solusi terbaik dan teraman. Hanya saja hingga kini berbagai upaya masih belum dapat dinyatakan aman secara universal. Munculnya peralatan yang menwarakna anti radiasi belum dapat mewakili sebagai hal yang mampu mengamankan kondisi jiwa.

Jiwa yang berhubungan dengan kerja pikiran yang diproses dalam otak. Memerlukan keadaan otak yang sehat dan tidak terpapar gelombang yang dianggap merugikan. Karena otak merupakan organ fisik yang urgensinya tidak diragukan lagi bagi pergerakan hidup manusia. semua aktifitas tubuh akan dikendalikan oleh otak. Menurut sudut pandang sufi, otak merupakan organ fisik yang memuat qalb dan nafs. Oleh sebab itu menjaga kesehatan otak merupakan upaya menjaga kondisi qalb dan nafs agar tidak terkontaminasi gelombang elektromagnetik yang dipandang belum dapat diantisipasi. Ketika jiwa terpengaruh, maka akan terjadi keguncangan dan melahirkan berbagai gangguan jiwa seperti mudah stress, cemas dan halusinasi. Saat otak mengendalikan *qalb*, maka sejumlah perasaan akan muncul dengan sendirinya. Demikian juga saat otak tidak mampu mengontrol perasaan individu, akan terjadi luapan emosi yang kadang bersifat buruk. Meskipun emosi tidak selamanya menunjukkan sikap buruk.

Adapun perspektif sufi, ajaran tasawuf dipandang menunjukan beberapa solusi untuk peningkatan kemampuan menangkal pengaruh buruk perkembangan sains, ialah melalui perencanaan yang dipertimbangkan dampaknya terhadap lingkungan dan kehidupan manusia. Kepedulian para sufi, terkadang dipandang sebagai sebuah ajaran anti sains. Seperti pada kelompok sufi tertentu melarang individu untuk menggunakan peralatan elektronik. Tanpa menyebutkan makna sesungguhnya, kemudian dipandang oleh para pengikutnya sebagai hal sacral. Padahal semua adalah masalah profan. Otak sebagai pusan pengendalian perasaan akan diperlakukan untuk menangkal pemikiran yang mampu merusak tatanan kemanusiaan. Pengalihan dari menggunakan peralatan elektronik pada melakukan kegiatan ritual sufi secara khusus. Yang fungsinya hanya memalingkan sementara dari pengaruh peralatan elektronik di abad modern.

Para peneliti juga memperhatikan efek yang ditimbulkan gelombang elektromagnetik bagi tubuh, di antaranya, memunculkan penyakit ringan, seperti kelelahan sebagaimana kelelahan fisik setelah bekerja berat. Bahkan hingga munculnya gangguan neurologis seperti

vertigo dan sejenisnya. Hal ini berdampak pada kondisi jiwa seseorang. Apabila saat mereka dihadapkan pada kewajiban menjalankan ritual agama. Kadang-kadang dipandang agama sebagai penghalang kemajuan peradaban. Tetapi setelahnya terpapar akibat produk moderen, mereka mulai melirik kebutuhan kesehatan spiritual yang berawal dari memperhatikan kondisi fisik.

Gelombang elektromagnetik juga dipandang sebagai pemicu stress oksdatif. Hal ini dipandang mampu merusak sel dan jaringan DNA. Pada kerja otak yang dipengaruhi gelombang tersebut akan menurunkan kemampuan kognitif pada saat menjalani proses belajar. Bagi beberapa individu mengakibatkan munculnya gangguan pola tidur. Tidak sedikit yang terkena gangguan susah tidur (insomnia). Pada umumnya di abad moderen ini mencari solusi singkat dengan mengkonsumsi obat tidur. Tanpa disadari juga bahwa obat tidur memiliki efek samping yang sangat berbahaya. Penderita umumnya mengalami kerendahan melatonin, sehingga tidur selalu gelisah atau susah untuk tidur.

Pada sektor ekonomi global, masyarakat modern menjalankan komunikasi ekonomi menggunakan cara cepat. Sehingga antara para pelaku dagang atau produksi tidak sempat saling bertemu. Dengan demikian, akan mengkondisikan jiwa bagaikan seseorang yang sedang dalam pengasingan atau isolasi. Yang demikian berdampak pada tumbuhnya perasaan baru sebagai bentuk gangguan pada jiwa. Misalnya melahirkan perasaan sadis, arogan, mudah tersinggung atau ketidak mampuan melakukan komunikasi verbal.

Tasawuf sebagai cabang ilmu Islam yang mengatur kerja spiritual, harus mampu menghadapi tantangan berbagai problem di abad modern. Praktik spiritual tasawuf bukan lagi sebagai bentuk upacara ibadah *mahdhah*. Melainkan harus terdapat implementasi dalam setiap Langkah kehidupan. Seperti kegiatan dzikir yang pada masa silam ditunjukkan dengan serangkaian ucapan lafadz tahlil. Kini harus mampu ditunjukkan dengan perubahan perilaku sebagai akibat dzikir. Kesejukan spiritual didambakan masyarakat modern, bukan hanya melalui lantunan kalimat-kalimat suci belaka. Tetapi harus diturunkan dalam bentuk *midle theory*, wujudnya adalah perilaku bertahap dalam upaya perbaikan jiwa menuju *ma'rifatullah*. Yang demikian diasumsikan akan mampu memberikan solusi bagi perbaikan krisis spiritual individu.

Hal di atas memusatkan perhatian pada pelaksanaan tasawuf akhlaqi dibandingkan dengan hanya tasawuf falsafi. Masyarakat moderen menuntut adanya kejelasan hubungan antara tasawuf dengan kebutuhan materialistik. Oleh sebab itu, para sufi akan menentukan langkah yang diharapkan menciptakan kenyamanan umat. Peranan tasawuf sebagai wujud signifikansi dalam mengatasi problematika kemajuan jaman. Semua masalah kontemporer harus mampu dilayani dengan baik dan benar menurut sudut pandang ajaran Islam. Sehingga dengan jelas kedudukan tasawuf sebagai pengubah peradaban menjadi lebih baik. Problematika sosial yang dihadapi umat pada era modernisasi, akan berbeda dengan problematika ketika abad kejayaan tasawuf di masa silam. Kelahiran model tasawuf moderen dibutuhkan dalam menunjukkan kepedulian Islam terhadap kondisi spiritual umat. Tidak heran jika tasawuf dianggap sebagai jembatan antara tradisi sufi masa lalu pada era modernisasi.

## **B. Solusi teknis dalam menjalani sebagai seorang sufi**

Secara teknis, para ajaran tasawuf merupakan ajaran yang mudah dilakukan. Sebab telah menjadi jati diri manusia itu sendiri. Hanya saja sering terhambat oleh kepentingan sesaat, yang mempengaruhi jiwa seakan-akan tasawuf sebagai ajaran yang berat. Untuk itulah tasawuf mendahulukan ajaran tentang pengendalian emosi. Baik emosi yang bernuansa *malakutiyah* maupun yang memiliki potensi *syaitaniyah*. Di antara teknis yang ditempuh para sufi sejak dulu hingga sekarang adalah menjalankan dzikir sebagai tradisi yang tidak boleh ditinggalkan oleh seorang sufi. Lantunan dzikir mengawali kegiatan *dzikrullah*-nya, kemudian dilakukan berbagai teknik untuk mendapatkan kasyaf. Baik *kasyaf syuhudi* maupun *ma'navi*. *Kasyaf* dibutuhkan agar seseorang dapat mengenal Tuhannya dengan baik dan benar. Tidak lagi mengenal Tuhan dengan *Dzanny*. Hal ini mempengaruhi keteguhan seseorang dalam bertauhid.

Melalui dzikir dalam ajaran tasawuf dipandang memiliki pengaruh untuk mengontrol pikiran yang menjadi alat pergerakan mental. Mentalitas sufistik dibangun untuk tujuan selalu mengindahkan Tuhan dalam setiap saat senada dengan surat al-Fatihah ayat 4. Dzikir juga dipandang sebagai afirmasi yang akan mendorong kesehatan mental. Kemudian, para sufi juga mengajarkan shalat dan do'a sebagai bagian dari

terapi jiwa. Shalat dan do'a yang dimaksud bukan hanya yang dibahas dalam fiqih. Melainkan lebih mendalam dari sekedar ritual do'a dan shalat. Melainkan diwujudkan dalam implementasi shalat dan do'a. shalat *khushyu'* sebagaimana disebutkan dalam surat al-Mu'minun ayat 2, tidak hanya berupa perilaku yang diawali dengan *takbiratu al-ihram* dan diakhiri dengan salam. Tetapi lebih menjadikan shalat sebagai teknik perubahan jiwa menuju perubahan sosial. Jika shalat disebutkan sebagai pembuat ketenangan qalb. Tentu saja bukan ritual shalat belaka. Melainkan harus terjadi wujud implementasi dari shalat itu hingga mampu mengubah jiwa manusia yang resah menjadi sosok manusia yang memiliki ketenangan batin. Meskipun shalat bukan sebagai teknik relaksasi, tetapi dampak dari shalat yang benar akan menjadiman manusia menjadi tenang qalbnya. Demikian juga dengan gerakan shalat, meskipun bukan sebagai olah raga, akan tetapi dampaknya bisa dirasakan seperti berolah raga. Peregangan otot tubuh dirasakan pada setiap gerakan shalat, menimbulkan rasa segar dalam badan. Bahkan diyakini berpengaruh pula pada metabolisme tubuh.

Hal lainnya adalah bahwa para sufi menjadikan qana'ah dan zuhud sebagai upaya komunikasi antara diri individu dengan Tuhan. Qanaah dan zuhud hanya akan dapat dilakukan oleh orang-orang yang telah memahami eksistensi Tuhan. Sebagai kelengkapan terapi sufistik juga menghasilkan teknik yang bersifat *ijtihad*, ialah *ruqyah*. *Ruqyah* sendiri dianggap sebagai salah bentuk terapi yang diwariskan Rasulullah SAW. Akan tetapi harus diwaspadai tentang teknik ruqyah. Saat ini tersebar teknik ruqyah yang keliru. Indikatornya adalah setiap yang diruqyah adalah mereka yang sedang mengalami keguncangan, stress atau berpenyakit. Kemudian dilakukan proses penyembuhan (*istisyfa*) dengan *ruqyah*. Akan tetapi saat ini banyak dijumpai, seseorang yang dalam keadaan sakit secara fisik yang harus diperlakukan menggunakan pendekatan medis, kemudian diruqyah. Hal yang dianggap menyimpangnya adalah ketika di ruqya malahan menunjukkan indikator gangguan jiwa seperti kesurupan, muntah-muntah dan sejenisnya. Ini tidak terjadi pada jaman Rasulullah SAW. Pada jaman Rasulullah SAW, ruqyah menjadi obat untuk para penderita sakit dan stress. Bukan akibat di ruqyah menjadi muncul fenomena stress.

Pada saat menjalankan pelayanan kesehatan fisiknya, para sufi lebih banyak menggunakan obat-obatan tradisional yang bersumber dari

tanaman dan hewan. Hal ini menghindari penggunaan efek samping bahan kimia aktif terhadap perkembangan ruhani seseorang.

Terapi lainnya adalah menggunakan *khalwat* sebagai bagian dari meditasi sufistik. Meditasi yang dilakukan sufi akan berbeda dengan yang dilakukan agama lain. Pada umumnya para sufi lebih mengutamakan pembinaan rasa atau batin agar dapat merasakan kehadiran Tuhan. Inilah yang dinamakan dengan *istighatsah*.

## Daftar Pustaka

- Abdu al-Hamid al-Kandahi al-Rifa'i. (2013). *Ahmad al-Rifa'i bathlu al-'aqidah wa farisu al-tauhid*. Lebanon: Books Publisher.
- Abdu al-Karim al-Qusyairy. (t.t.). *Risalah Qusyairiyah fi 'ilmi al-tashawuf*. t.k.: Darr al-Khair.
- Abdu al-Karim Ibrahim al-Jilli. (t.t.). *Al-insan al-kamil fi ma'rifati al-awail wa al-awakhir*. t.k.: Al-Maktabah al-Taufiqiyah.
- Abdu al-Qadir al-Jailani. (t.t.). *Al-ghunyah* (Juz 1). Beirut: Darr al-Fikr.
- Abdu al-Wahab al-Sya'rany. (1996). *Al-anwaru al-qudsiyah fi ma'rifati qawa'idi al-shufiyah*. Beirut: Darr al-Fikr.
- Abdurahman al-Khaliq. (2001). *Penyimpangan-penyimpangan tasawuf*. Tangerang Selatan, Banten: Rabbani Press.
- Abu al-Hamid al-Ghazali. (t.t.). *Ihya 'ulumu al-din* (Juz 1). Beirut: Darr al-Fikr.
- Ahmad al-Najafy, 'Abdu al-Husain. (2008). *Takmilatu al-ghadir fi al-kitab wa al-sunnah wa al-adab: Tsamratu al-ashfar ila al-aqthar*. Beirut, Lebanon: Markaz al-Ghadir.
- Ahmad Muhammad Bilqis. (t.t.). *Ibnu Taimiyah al-shufy*. t.k.: Markaz al-Tafkir li al-Buhuth wa al-Dirasah.
- Ahmad Tafsir. (2016). *Filsafat ilmu*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Bahrin. (2010). *Filsafat tasawuf*. Bandung: Pustaka Setia.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. (1997). *Kamus besar bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Dwi, P. P., & Dwi, N. (2023). *Pendekatan tasawuf dalam pendidikan agama Islam*. *Ihsanika: Jurnal Pendidikan dan Ilmu Keislaman*, 1(4), 123–134. <https://doi.org/10.59841/ihsanika.v1i4.619>
- Hanafi, H. (2008). *Min al-fana ila al-baqa* (Juz 2). Beirut, Lebanon: Al-Madari al-Islamy.
- Hanafi, S. A. (2005). *Al-ara' al-kalamiyah wa al-shufiyah 'inda al-Qusyairy* (Juz 2). Kairo: Maktabah Tsaqafah al-Diniyah.
- Hawari, D. (2002). *Dimensi religi dalam praktek psikiatri dan psikologi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Ibnu al-Qayyim al-Jauziyah. (t.t.). *Al-ruh*. Beirut: Darr al-Fikr.
- Khaliq, A. A. R. (2021). *Penyimpangan-penyimpangan tasawuf*. Jakarta: Rabbani Press.
- Muhammad al-Ghazali. (1960). *Husn al-khuluq*. Mesir: Darr al-Kutub al-Haditsah.

- Muhammad al-Kitany. (t.t.). *Lisanu al-hujjah al-burhaniyah*. Maroko: Nafaisu al-Kitaniyah.
- Muhammad bin Ali bin Husain al-Hakim al-Turmudzy. (t.t.). *Kitab khatmu al-auliya*. Beirut: Al-Maktabah al-Katsulaikah.
- Muhammad bin Ismail al-Bukhary. (t.t.). *Shahih al-Bukhary* (Juz 1). Semarang: Thaha Putra.
- Muhyiddin Ibnu Araby. (t.t.). *Rasail Ibnu Araby*. t.k.: Maktabah al-Taufiqiyah.
- Netton, I. R. (1994). *Allah transenden*. England: Curzon Press.
- Quraish Shihab. (2027). *Dia di mana-mana*. Jakarta: Lentera Hati.
- Sahal al-Tustary. (2000). *Tafsir al-Tustary*. Beirut: Darr al-Kutub al-Ilmiyah.
- Siraj Aqil. (2006). *Tasawuf sebagai kritik sosial*. Bandung: Mizan.
- Syaikh Dhiyauddin Ahmad al-Kamasykhani al-Naqsyabandi. (t.t.). *Jami' al-ushul al-auliya* (Juz 3). Beirut: Darr al-Kutub al-Ilmiyah.
- Syamsuddin Muhammad bin Abi Bakr al-Jauziyah. (2002). *Madarij al-salikin baina manazil iyyaka na'budu wa iyyaka nasta'in* (Juz 3). Kairo: Darr al-Hadits.
- Syamsuddin Muhammad Syahrazury. (1993). *Hikmat al-ishraq*. Tehran: Institute for Cultural Studies and Research.
- Yatsribi, Y. (2012). *Agama dan irfan wahdat al-wujud*. Jakarta: Islamic College.

