

PEMBENTUKAN KARAKTER PRIBADI MELALUI MUJAHADAH DAN MURAQABAH

Kadar M. Yusuf

Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau

ABSTRACT

Human behavior is the realization of a character personality. Good behavior portray the character of a good personality, and personality traits portray evil behavior is not good. Then it should start to improve the behavior of improvements personality traits. The formation of good character in personality can be done through mujahadah and muraqabah. Mujahadah meaningful earnestness seek shaping the personality traits. It can be done in three stages, namely takhalli, tahalli, and tajalli. While significant muraqabah instill feelings of self always monitored or spied on by God in every second journey through life. People who have done mujahadah through three stages are then implanted in him muraqabah, can keep himself from reprehensible behavior or deviant. Therefore, the feeling is monitored or spied on by God to make uncomfortable doing forbidden.

Keywords: Mujahad, muraqabah, takhalli, tahalli, and tajalli

A. Pendahuluan

Suatu ideologi atau pandangan mengenai apapun selalu muncul dan berkaitan dengan pemahaman tentang manusia. Materialisme, misalnya, melihat manusia dari aspek jasad dan kebutuhan-kebutuhannya secara jasadi pula. Ideologi ini tidak dapat melihat unsur lain dalam diri manusia selain dari hal-hal yang bersifat materi

tersebut. Ujung-ujungnya penganut paham ini mengingkari kebangkitan setelah mati. Ideologi ini disebut juga dengan *dahriyyah*. Paham inilah yang membidani lahirnya liberalisme dan humanime ala Barat. Menurut mazhab ini, semua yang ada ini bersifat alami (natural). Hidup dan mati manusia tergantung kepada alam atau hukum alam. Al-Qur'an selalu menjelaskan sikap dan perilaku para penganut ideologi ini. Hal itu seperti firman Allah :

وَقَالُوا مَا هِيَ إِلَّا حَيَاتُنَا الدُّنْيَا نَمُوتُ وَنَحْيَا وَمَا يُهْلِكُنَا إِلَّا الدَّهْرُ وَمَا لَهُم بِذَلِكَ مِنْ عِلْمٍ إِنْ هُمْ إِلَّا يَظُنُّونَ

Maksudnya: Mereka berkata; kehidupan ini tidak lain hanyalah kehidupan di dunia saja, kita mati dan kita hidup. Dan tidak ada yang membinasakan kita selain masa. Dan mereka sekali-kali tidak mempunyai pengetahuan tentang itu. Mereka tidak lain hanyalah menduga-duga saja¹.

Dalam surat *Yāsin* ditegaskan pula :

وَضَرَبَ لَنَا مَثَلًا وَنَسِيَ خَلْقَهُ قَالَ مَنْ يُحْيِي الْعِظَامَ وَهِيَ رَمِيمٌ

Maksudnya: Dan dia membuat perumpamaan bagi Kami, dia lupa dengan kejadiannya. Dia berkata; siapakah yang dapat menghidupkan tulang-belulang yang telah hancur luluh?².

Islam melihat bahwa manusia itu merupakan makhluk dua dimensi, yaitu jasmani dan rohani. Jasmani berasal dari tanah dan dibekali dengan keinginan-keinginan material, seperti makan, minum, dan

¹ Al-Qur'an 45 (*al-Jāthiyah*); 24.

² Al-Qur'an 36 (*Yāsin*); 78.

berkeluarga. Dan rohani langsung berasal dari Allah, dia tidak tercipta dari tanah. Unsur ini mempunyai daya yaitu kebijaksanaan (*al-hikmah*), akal dan sifat-sifat mulia lainnya. Hasan Langgulung mengatakan; dimensi rohani itu diisi dengan sifat-sifat Allah (*asmā' al-ḥusnā*). Lebih lanjut Langgulung mengatakan; beribadah pada hakikatnya mengembangkan sifat-sifat tersebut. Penyatuan kedua unsur inilah (rohani dan jasmani) yang membentuk makhluk manusia, sehingga dia berbeda dari binatang dan malaikat. Dia bukan benar-benar binatang, tetapi juga bukan benar-benar malaikat. Namun ada unsur atau aspek yang membuatnya sama dengan binatang dan ada pula aspek yang membuatnya sama dengan malaikat, tergantung apa yang dari kedua unsur dalam dirinya itu yang lebih menonjol. Aspek yang membuatnya sama dengan binatang adalah jasmani yang berasal dari tanah, dan di dalamnya terdapat dimensi nafsu. Dan aspek yang membuatnya disamakan dengan malaikat adalah dimensi rohani yang langsung berasal dari Allah, yang ditiupkan kepadanya (*nafakha fihi min rūḥihi*). Karena itu, dia disebut dengan *al-haywān al-nātiq* (hewan yang bisa berpikir). Dalam perjalanan hidup manusia, kedua unsur dan daya-daya yang dimilikinya tidak selalu akur atau sejalan; keduanya saling bertentangan. Daya-daya rohaniah (*quwwah al-nafs al-insāniyyah*) selalu mengajak dan mendorong manusia kepada hal-hal yang positif, sedangkan daya-daya jasmaniah (*quwwah al-nafs al-haywāniyyah*) yang selalu dimanfaatkan oleh nafsu syaitan mendorong manusia kepada hal-hal yang negatif.

Perbincangan di atas menggambarkan, bahwa dalam diri manusia itu terdapat dua blok yang saling bertentangan. Al-Qur'an menyebut kedua blok tersebut dengan istilah *al-taqwā* dan *al-fujūr*³. Ibadah dalam Islam, termasuk *dhikr Allāh* yang menjadi fokus utama kegiatan kesufian, pada hakikatnya merupakan pemberdayaan blok takwa agar dapat mengalahkan *al-fujūr*. Keinginan-keinginan bawaan manusia yang meliputi dorongan biologis, seperti makan, minum, dan ketertarikan kepada lawan jenis adalah netral; ia bukan musuh manusia bahkan ia dapat mendukung tugas manusia baik sebagai *`abadun* (hamba) ataupun sebagai *khalīfah fī al-ard* (wakil Tuhan di muka bumi). Namun, unsur ini selalu digunakan oleh syaitan untuk menjerumuskan manusia. Justru itu, manusia dituntut agar berusaha dengan sepenuh hati atau sekuat tenaga mendidik dan membiasakan nafsu tersebut pada hal-hal yang positif. Ia harus disalurkan pada hal-hal yang dibolehkan saja, baik secara agama maupun pandangan akal. Hal inilah yang menjadi tugas utama rohani (*al-nafs al-insāniyyah*) dan daya upaya yang dimilikinya.

Orang yang mulia bukanlah orang yang mampu membunuh kekuatan syahwaniyahnya, tetapi orang yang mulia adalah orang yang mampu menjadikan nafsu atau kekuatan marah dan syahwat patuh kepada arahan akal dan syari'ah⁴. Jika blok takwa yang dipenuhi dengan sifat-sifat terpuji dapat menguasai keinginan-keinginan nafsu

³ Al-Qur'an surat 91(*al-Shams*); 8.

⁴ Mohd. Nasir Omar. *Akhlak dan Kaunseling Islam*. Kuala Lumpur; Utusan Publication. 2005., hlm. 108.

dan kekuatan jiwa lainnya atau menjadi wilayah taklukannya, maka nafsu dan kekuatan jiwa lainnya itu akan melahirkan perilaku mulia. Secara lebih ditail bagaimana sifat-sifat dan kekuatan jiwa manusia dapat melahirkan sikap terpuji jika kekuatan jiwa itu terkawal demikian pula sebaliknya, sebagaimana yang dikemukakan oleh Nasir Omar, dapat dilihat dalam skema berikut ini :

Kekuatan jiwa yang terkawal

Kebaikan

- | | | |
|--------------------------------|--------|--------------------|
| 1. Rasional
(kebijaksanaan) | —————→ | <i>al-Hikmah</i> |
| 2. Marah
(berani) | —————→ | <i>al-Shajā`ah</i> |
| 3. Syahwat
(kesederhanaan) | —————→ | <i>al-`iffah</i> |
| | | <i>al-`adālah</i> |
| (keadilan) | | |

Kekuatan Jiwa yang Tidak Terkawal

Keburukan

- | | | |
|------------------------------------|--------|----------------|
| 1. Rasional
<i>Jahl</i> (jahil) | —————→ | <i>al-</i> |
| 2. Marah
<i>Jubn</i> (penakut) | —————→ | <i>al-</i> |
| 3. Syahwat
<i>shuhh</i> (rakus) | —————→ | <i>al-</i> |
| | | <i>al-jawr</i> |
| (zalim) | | |

Kegiatan kesufian pada hakikatnya suatu usaha manusia untuk menjadikan kekuatan-kekuatan atau potensi yang ada dapat dikawal oleh akal dan syariat.

Yang menjadi persoalan di sini adalah bagaimana meluruskan kecenderungan negatif nafsu manusia itu, agar kekuatannya terkawal? Dan apa usaha yang mesti dilakukan dalam mendidik nafsu tersebut sehingga yang paling berperan dalam diri manusia itu akalnya atau rohaniannya, bukan nafsu? Usaha kearah itulah yang disebut dengan *mujāhadah* dan *riyāḍah*, yang apabila ditempuh dan dikerjakan secara sungguh-sungguh seorang sufi akan sampai kepada suatu tingkatan yang indah dan menyenangkan yang disebut dengan *murāqabah*, yaitu terbangunnya suatu perasaan dalam diri seorang sufi bahwa dia kapan dan dimana saja tak pernah luput dari pantauan dan observasi Tuhan. Perasaan dipantau dan diobservasi Tuhan itu dapat menjadi kontrol terhadap diri, sehingga merasa risih melakukan hal-hal yang dilarang Allah. Dan akhirnya pula terbangunlah perilaku terpuji.

B. Konsep Mujahadah

Secara harfiah kata *mujāhadah* merupakan masdar dari *jāhada*, yang berarti berjuang atau mencurahkan segala kemampuan. Al-Isfihani memaknai *mujāhadah* itu dengan "menghabiskan seluruh tenaga ke lapangan untuk melawan musuh"⁵. Berdasarkan makna harfiah ini, maka

⁵ Al-Isfihani, al-Raghib. *Al-Mufradāt fī Gharīb al-Qur'ān*. Bairut; Dar al-Ma'rifah. 2001., hlm. 108.

mujāhadah dalam kajian tasawuf adalah mencurahkan segala kemampuan dan kesempatan melawan hawa nafsu. Nafsu di sini merupakan musuh manusia, jika ia tidak dikontrol dapat menjerumuskan manusia itu ke dalam kejahatan yang permanen. Justru karenanya manusia mesti berjuang atau bermujahadah. Yang dimaksud dengan melawan nafsu di sini bukanlah membunuh, tetapi membuatnya tunduk dan patuh kepada rohani yang memang dia ditugaskan Allah mengawal dan mengatur nafsu tersebut.

Jika konsep ini dikaitkan dengan kekuatan-kekuatan jiwa, maka mujahadah berarti suatu usaha sungguh-sungguh memberdayakan akal dan syari'ah sehingga dorongan-dorongan nafsu dan syahwat menjadi terkawal, serta tidak mengarah kepada hal-hal yang negatif. Perjuangan melawan kekuatan negatif dari jiwa (*al-fujūr*) merupakan perjuangan yang amat berat. Nabi mengajarkan, bahwa perjuangan melawan nafsu lebih berat dari berjuang melawan musuh dalam peperangan, seperti tergambar dalam ungkapannya yang sangat terkenal ketika pulang dari perang Badar ; "*raja`nā min al-jihād al-asghar ilā al-jihād al-akbar*".

Kata *mujāhadah* dalam al-Qur'an, dengan berbagai *ṣiḡhat* (bentuk kata), terulang 31 kali. Perbincangan Kitab suci ini mengenainya selalu beriringi dengan iman dan hijrah, seperti *inna al-ladhīna āmanū wa al-ladhī hājarū wa jāhadu fī sabīl Allah*⁶. Hal ini menggambarkan bahwa iman

⁶ Lihat al-Qur'an surat 2 (*al-Baqarah*); 218, 8 (*al-Anfāl*); 72, 74, 75, surat 9 (*al-Tawbah*); 16, 20, 88, dan lihat juga surat 49 (*al-Hujrāt*); 15.

tidak dapat dipisahkan dari *mujāhadah*. Orang yang beriman tidak hanya sekedar percaya kepada Allah dan rukun iman lainnya, tetapi mesti diiringi dengan *mujāhadah* bersungguh-sungguh melawan musuh, dalam hal ini nafsu. Sebagai hasil dari keberimanan dan perjuangannya itu, dia berhijrah meninggal perbuatan-perbuatan yang negatif.

Mujāhadah dapat dikategorikan kepada dua macam, yaitu *mujāhadah fī al-`amal al-ṣālih* (dalam melakukan amal saleh) dan *mujāhadah fī tark al-ma`āsi* (dalam meninggalkan perbuatan maksiat), baik maksiat zahir maupun batin. Perjuangan dalam dua hal ini adalah melawan kehendak hawa nafsu yang dirasuki syaitan, yang mengajak manusia untuk meninggalkan amal kebajikan dan melakukan maksiat. Manusia dalam bermujāhadah ini dapat diklasifikasikan kepada tiga macam, yaitu; *Pertama* hawa nafsu menguasai jiwanya, sehingga dia tidak mampu membantah kehendak nafsu tersebut. *Kedua* peperangan sengit antara manusia dengan hawa nafsunya selalu terjadi, kadangan-kadang nafsu menguasainya dan kadang-kadang dia dapat menguasai nafsunya. *Ketiga* dia dapat menguasai nafsunya secara permanen⁷.

C. Konsep Muraqabah

Murāqabah secara harfiah merupakan masdar dari *rāqabah* dan kata *rāqaba* tersebut adalah *thulāthi mazīd bi harf* (kata dasar yang terdiri dari tiga huruf dan telah

⁷ Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad bin Muhammad. *Mizān al-`Amal*. Bayrut; Dar al-Kutub al-`Ilmiyyah. 1989., hlm. 57.

mendapat tambahan satu huruf yaitu *alif*) dari *raqaba*. Ia berarti menjaga, mengawal, dan menunggu. Luwis Ma'luf menterjemahkan *raqaba* itu kepada *ḥarasa* (menjaga) atau *raṣada* (mengintai atau mengintip)⁸. Berdasarkan makna harfiah ini, maka *murāqabah* secara istilah dapat didefinisikan kepada "suatu perasaan atau kesadaran yang dimiliki seseorang bahwa Allah mengintai dan mengawal setiap tindakan dan prilakunya sehingga dia merasa risih jika melakukan hal-hal yang dilarang-Nya". Al-Ghazali mensejajarkan antara *al-murāqabah* dengan *al-ḥayā'* (malu). Menurutny, kedua hal ini berkaitan dengan *al-ihsān* karena tujuan keduanya membentuk *al-ihsān* tersebut⁹, yaitu seperti yang dijelaskan Nabi Muhammad saw dalam sabdanya; *an ta`buda Allah ka'annaka tarāhu fa in lam takun tarāhu fainnahu yarāka* (kamu sembah Allah seolah-olah kamu melihatnya, jika kamu tidak melihatnya maka sesungguhnya Dia melihatmu)¹⁰.

Dalam al-Qur'an kata *raqīb* terulang 5 kali. Tiga dideskripsikan sebagai nama Allah (*min al-amā'i al-ḥusnā*). Artinya Allah menjaga, mengintai atau mengawal segala perilaku manusia¹¹. Dan dua lainnya masing-masing menggambarkan malaikat yang ditugaskan mengintai perbuatan manusia serta mencatatnya, baik perbuatan

⁸ Ma'luf, Luwis. *Al-Munjid fī al-Lughah wa al-Ālam*. Bairut: Dar al-Mashriq. 1975., hlm. 274.

⁹ Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad bin Muhammad. *Rawḍah al-Ṭālibīn*. Buku ini merupakan sebuah risalah Imam al-Ghazali yang dimuat dalam Fara'd al-La'ili Min Rasa'il al-Ghazali. t.tp. t.pt, t.th. hlm. 187.

¹⁰ Hadis riwayat al-Bukhari dan Muslim.

¹¹ Lihat al-Qur'an surat 5 (*al-Mā'idah*); 117, surat 4 (*al-Nisā'*) 1, dan surat 33 (*al-Ahḥzāb*); 52.

kebajikan maupun buruk, di mana hasil catatan itu akan diserahkan kepada manusia kelak di hari kiamat¹², dan kata *raqīb* lainnya mendiskripsikan keadaan Nabi Syu'aib yang menunggu azab dari Allah atas kaumnya¹³.

Dalam dunia tariqat, *murāqabah* merupakan suatu tingkatan zikir yang mesti dilakukan seorang sufi setelah melewati zikir *ismu dhat*, *latā'if*, *nāfi ithbāt*, dan *wuqūf*. Zikir *muraqabah* itu sendiri mempunyai beberapa tingkatan pula, antara lain *murāqabah iqlāq*, *murāqabah ahadiat al-af'āl*, *murāqabah ma'iyah* dan lain sebagainya. Artikel ini tentu saja tidak akan membahas tingkatan-tingkatan tersebut, karena hal itu merupakan fokus khusus kajian tariqat bukan kajian tasawuf secara umum. Orang yang sudah sampai kepada tingkatan *murāqabah* ini akan selalu bethati-hati dalam berbuat dan bertingkah laku, karena dia tidak hanya meyakini adanya Allah swt tetapi juga merasakan keberadaan-Nya dan merasa diintip atau diintai oleh Allah. Dalam pikiran dan perasaannya tidak ada waktu dan tempat yang kosong dari pantauan-Nya, seperti yang dijelaskan dalam al-Qur'an :

وَهُوَ مَعَكُمْ أَيْنَ مَا كُنْتُمْ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ

Maksudnya: Dan Dia bersama kamu di manapun kamu berada. Allah Maha Melihat apa-apa yang kamu kerjakan¹⁴.

¹² Lihat al-Qur'an surat 50 (*Qāf*); 18 dan bandingkan dengan surat 84 (*al-Inshiqāq*); 7- 10.

¹³ Lihat al-Qur'an surat 11 (*Hūd*); 93.

¹⁴ QS 57 (*al-Ḥadīd*); 4.

C. Urgensi dan Manfaat Mujahadah dan Muraqabah

Tidak ada ulama yang mengingkari pentingnya pengendalian diri dan pengendalian hawa nafsu, baik kalangan ulama yang memandang pentingnya tasawuf dan tariqat maupun orang yang menantanginya. Sebab, harga diri manusia itu terletak pada kemampuan pengendalian hawa nafsunya. Derajatnya akan turun sejajar dengan binatang jika tidak mampu mengendalikan nafsu dan syahwat termasuk marah. Demikian pula sebaliknya, derajatnya sejajar dengan malaikat bahkan lebih tinggi, jika dia mampu mengendalikan kekuatan-kekuatan jiwa yang mengarah kepada perbuatan negatif. Takwa yang disebut dalam al-Qur'an sebagai karakteristik manusia termulia¹⁵ hanya dapat dicapai dengan kesungguhan melawan nafsu syahwat dan *ghadab* yang mendorong manusia berbuat kejahatan atau maksiat.

Disini terlihat *mujāhadah* dan *riyādah* menjadi penting. Mesti ada usaha yang sungguh-sungguh melawan diri sendiri, dan perlu banyak latihan dalam hal tersebut. Jika semua orang berusaha melawan dorongan-dorongan negatif yang berasal dari dalam dirinya, maka tindak kejahatan bisa ditekan. Perbuatan jahat yang dilakukan manusia, seperti korupsi, prostitusi, perampokan, pencurian, penculikan, dan pembunuhan berasal dari dorongan jiwanya. Maka untuk menghilangkan hal tersebut mesti dimulai dari perbaikan jiwa (*tazkiyah al-nafs*), dan perbaikan jiwa itu tentu dimulai pula dari usaha yang sungguh-sungguh dari semua pihak,

¹⁵QS 49: 13.

mulai dari pribadi, tokoh masyarakat sampai kepada pemerintah dan penegak hukum. Usaha tersebut tentu saja mesti berkesinambungan, istiqamah dan konsisten. Yang dimaksud dengan usaha sungguh-sungguh dalam perbincangan ini adalah *mujāhadah fardiyah* (usaha sungguh-sungguh secara individu), yang merupakan awal dari *mujāhadah jama'iyah* (kelompok) atau masyarakat.

Jika kegiatan *mujāhadah* dan *riyāḍah* dapat menekan tindak kejahatan, maka *murāqabah* dapat mengkonsisten orang dalam kebaikan dan anti terhadap tindak kejahatan atau perbuatan maksiat. Sehubungan dengan itu, al-Ghazali mengatakan bahwa hasil dari *murāqabah* tersebut terpeliharanya pikiran, ide, pendapat, dan kecenderungan-kecenderungan jiwa. Dan yang terpenting dari buah *murāqabah* itu adalah beradab kepada Allah, sebab ketika orang menjalani kehidupannya dalam kondisi *murāqabah* secara terusmenerus maka berarti dia memuliakan Pemantaunya yaitu Allah¹⁶.

Secara ringkas dapat ditegaskan, bahwa *mujāhadah* yang disertai dengan *riyāḍah*, dalam pengendalian hawa nafsu, dan *murāqabah* merupakan suatu pringkat atau aktivitas jiwa yang sangat penting dimiliki oleh setiap individu dalam rangka meminimalkan perbuatan maksiat atau tindak kejahatan, dan konsistensi dalam kebaikan.

¹⁶ Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad bin Muhammad. *Rawḍah al-Ṭālibīn.*, hlm. 187.

D. Kiat Bermujahadah

Analisis di atas dengan menggambarkan, bahwa dalam jiwa manusia itu terdapat kekuatan yang labil dan sering berubah-ubah. Kadang-kadang ia tampil sebagai teman sahabat sejati; ia menuruti nasihat dan membawa insan kepada hal-hal yang diredai Allah swt. Tetapi, kadang-kadang ia tampil pula sebagai pemberontak tidak mau menuruti nasihat sehingga dapat menjatuhkan seorang insan ke dalam kejahatan atau maksiat. Untuk menjadikannya sebagai sahabat dan teman sejati perlu mujahadah dan riyadah. Yang menjadi pertanyaan di sini adalah bagaimana mendidiknya agar menjadi sahabat dan teman sejati yang menuruti nasihat, serta mengantarkan individu yang tempatinya kepada kemuliaan? Dalam dunia tasawuf, ada beberapa tingkatan yang dapat ditempuh, yaitu *takhalli*, *tahalli*, dan *tajalli*. Artinya, manusia seyogyanya selalu bermujahadah dalam melakukan *takhalli* (pengosongan), *tahalli* (berhias), dan *tajalli* (jelas atau tampak).

- *Takhalli*

Takhalli secara harfiah berasal dari kata *khala*, yang berarti kosong dan *takhalli* berarti mengosongkan. Maksudnya, mengosongkan qalbu atau jiwa dari sifat-sifat *radhā'il* (tercela). Paling tidak ada tiga macam penyakit hati manusia, al-Ghazali menyebutnya dengan istilah *ma`ās al-qalb*¹⁷, yaitu *al-hasad*, *al-riyā'*, dan *al-`ujub*. Selain dari tiga macam ini terdapat pula penyakit lain

¹⁷ Al-Ghazali. *Bidāyah al-Hidāyah*. Surabaya; Maktabah Ahmad bin Sa'ad bin Nabhan. t.th., hlm. 76.

yang tidak kalah dahsyatnya, yaitu *hubb al-dunya* atau *hubb al-māl*. Keempat macam penyakit ini merupakan *ummahāt al-khabā'ith* (pangkal dari segala kejahatan). Tindak kejahatan yang dilakukan manusia dilahirkan oleh empat macam penyakit tersebut.

Maka bermujahadah dalam peringkat *takhalli* adalah seorang sufi mesti berusaha secara sungguh-sungguh menekan keempat sifat negatif tersebut. Dia harus mengekang jiwanya untuk tidak mengikuti hasad, *hubb al-dunya*, dan *`ujūb*-nya serta berusaha untuk ikhlas dalam setiap pekerjaan. Dalam rangka *takhalli* tersebut, ada beberapa hal dapat dilakukan, yaitu menambah ilmu pengetahuan, mengatasi indera untuk tidak berinteraksi dengan hal-hal yang negatif, dan tekun dalam menjalankan ibadah.

Yang dimaksud dengan menambah ilmu di sini adalah antara lain mengenali hakikat diri, Sang Pencipta, dan penyakit yang selalu bercokol dalam jiwa. Setiap ilmu yang dituntut, baik kajian-kajian keislaman maupun sains sosial dan eksakta mestilah dimaknai sebagai penanaman iman atau pengembangannya. Para pencari ilmu mestinya dapat memahami sisi ketuhanan dalam setiap ilmu yang dipelajari, karena memang tidak ada ilmu yang kosong dari dimensi ketuhanan. Oleh sebab itu, semakin bertambahnya ilmu seseorang maka semakin kenal pula dia dengan keagungan Tuhannya. Mengenali dan menghayati keagungan Tuhan berdampak kepada pengenalan diri sendiri, betapa lemah dan kerdilnya manusia dihadapan Allah.

Indera merupakan jendela jiwa, melaluinyalah masuk segala informasi atau gambaran yang ada di alam eksternal. Jika ia digunakan kepada hal-hal yang negatif, maka akan masuk ke dalam jiwa informasi yang negatif pula dan selanjutnya ia dapat menyuburkan hasad, 'ujub, riya', dan *hubb al-dunya* tersebut, yang pada akhirnya lahirlah perilaku tercela. Untuk itu, dalam rang bermujahadah dan riyadah agar sukses dalam melaksanakan *takhalli*, jendela jiwa ini (indera) tidak boleh dibuka jika di luar sedang ada udara beracun agar udara tersebut tidak masuk ke dalam jiwa. Tetapi sebaliknya, jika di luar terdapat udara segar dan sehat maka jendela jiwa perlu dibuka karena udara itu sangat dibutuhkan oleh jiwa dalam rangka menyuburkan sifat-sifat terpuji agar ia tumbuh dan berkembang.

Selain menimba ilmu dan memelihara indera, mujahadah dan riyadah dalam peringkat *takhalli* ini juga dilakukan dengan tekun beribadah kepada Allah. Ibadah pada hakikatnya dapat melemahkan sifat-sifat tercela dan memberdayakan sifat-sifat mulia yang ada di dalam jiwa, tentu saja jika ibadah itu dikerjakan dengan khusyu` dan dimaknai sebagai pembersihan atau pencerahan batin; bukan sebagai rutinitas formal dan serimonial saja. Sebab ibadah itu dapat membangun rasa kagum, kedekatan, dan kerinduan kepada Allah, seperti yang tergambar dalam setiap gerakan dan kalimat yang selalu diucapkan dalam beribadah. Jika setiap gerakan dan kalimat itu dihayati, maka tentu akan dapat membangun rasa tersebut.

- *Tahalli*

Tahalli secara harfiah berasal dari kata *halā*, yang berarti manis. Dari kata *halā* terbentuk kata *hallā* yang berarti menghias, dan *tahalla* berarti berhias. Maksudnya, pada peringkat ini seorang sufi dituntut menghiasi jiwanya dengan zikirullah. Dalam kajian taraiqat terdapat berbagai peringkat zikir, seperti yang telah disinggung di atas. Zikir-zikir itulah yang dilakukan dalam rangka menghiasi jiwa.

Banyak ayat al-Qur'an yang memerintahkan umat ini berzikir¹⁸. Imam al-Nawawi membagi zikir itu kepada zikir *bi al-qalbi*, *bi al-lisān*, dan zikir *bi al-qalb wa al-lisān ma'an*¹⁹. Yang terbaik dari ketiga jenis zikir ini adalah zikir hati dan lisan sekaligus. Jika tidak mungkin melakukan secara bersamaan, maka paling tidak dilakukan zikir dalam hati. Dalam rangka mujahadah menghias jiwa dengan zikir tersebut, seseorang diharapkan berzikir kepada Allah sepanjang waktu dan tempat. Al-Qur'an mengajarkan agar berzikir kepada Allah sedang duduk, berbaring, berdiri, atau mungkin sedang berjalan²⁰.

- *Tajalli'*

Secara bahasa, kata *tajalli* berasal dari *jala* yang berarti jelas atau terbuka. Sedangkan *tajalli* bermakna menjadi jelas atau menjadi terbuka. Artinya, Allah

¹⁸ Antara lain lihat surat 4;103, 2; 152, dan 62; 9 – 10.

¹⁹ Al-Nawawi, Muhyi al-Din Abi Zakariya Yahya bin Syarf. *Al-Adhkar al-Nawāwiyah*. Semarang; Kayya Thaha Putera. T.th., hlm. 6.

²⁰ Dalam surat *al-Nisā'* ditegaskan "Apabila kamu telah selesai mengerjakan shalat, maka berzikirlah kepada Allah dalam keadaan berdiri, duduk, dan berbaring".

menjadi jelas atau terbuka bagi orang-orang yang dekat dengan-Nya. Dalam surat *al-A`rāf* ditegaskan :

فَلَمَّا تَجَلَّى رَبُّهُ لِلْجَبَلِ جَعَلَهُ دَكًّا وَخَرَّ مُوسَىٰ صَعِقًا

Maksudnya, Tuhan bertajalli²¹ terhadap gunung. Maka gunung itu menjadi hancur luluh dan Nabi Musa pun jatuh pingsan. Jadi, jika Allah sudah bertajalli terhadap seorang hamba, maka akan membawa pengaruh yang cukup berarti terhadap hamba-Nya itu; akan terjadi perubahan dalam kepribadiannya ke arah kehidupan yang harmonis dan positif.

Seorang sufi yang sudah sampai pada peringkat *tajalli* ini akan dapat melihat sesuatu yang tidak dapat dilihat oleh orang lain, dapat mengetahui sesuatu yang tidak dapat diketahui orang lain, dan dapat mencerap sesuatu yang tidak dapat dicerap orang lain. Dalam bahasa al-Qur'an hal itu disebutkan dengan *al-ladhīna ittaqaw* (orang-orang yang bertakwa). Kitab Suci ini menegaskan "sesungguhnya orang-orang yang bertakwa apabila digoda syaitan mereka ingat dan ketika itu juga mereka melihat"²². Bahkan dalam sebuah Hadis qudsi ditegaskan lagi :

Siapa yang memusuhi kekasih-Ku, maka dia telah menyatakan perang dengan-Ku. Tidaklah hamba-Ku mendekatkan dirinya kepada-Ku dengan sesuatu yang paling dicintainya dari apa yang telah Aku wajibkan kepadanya, dan

²¹ Tidak ada kesepakatan para mufassir dalam menafsirkan kata *tajalla* (menampakkan) dalam ayat ini. Sebagian memaknainya, bahwa Allah menampakkan kekuasaan-Nya kepada gunung tersebut sehingga ia menjadi hancur luluh. Dan sebagian yang lain memaknai pula, bahwa Allah menampakkan cahaya-Nya kepada gunung itu.

²² QS 7 (*al-A`rāf*); 201.

tidak henti-hentinya hamba-Ku mendekati dirinya kepada-Ku dengan ibadah-ibadah sunat sehingga Aku menyintainya. Apabila Aku telah menyintainya, maka Aku mejadi pendengarnya yang dengannya dia mendengar, Aku menjadi penglihatnya yang dengannya dia melihat, menjadi tangannya yang dengannya dia memukul, dan menjadi kakinya yang dengan dia berjalan. Jika dia meminta kepada-Ku, Aku pasti mengabulkannya. Dan jika dia memohon perlindungan, niscaya Aku pasti akan melindunginya²³.

Dalam Hadis yang sangat populer juga ditegaskan "*ittaqū firāsāt al-mu'min, fainnahu yanzuru bi nūr Allah*".

Namun *tajjali* tentunya bukan sesuatu yang mudah didapat, dan tidak bisa dibuat-buat. Tetapi, ia merupakan semata-mata pemberian dan anugerah Allah kepada orang-orang tertentu, seperti yang terlihat dalam Hadis di atas. Orang tertentu itu adalah hamba yang dicintai-Nya. Maka untuk mendapatkan cinta Allah, perlu *mujāhadah* dan *riyādah* yang sungguh-sungguh dalam menekan perkembangan sifat-sifat tercela (*tkhalli*) yang ada di dalam diri dan menghias diri dengan sifat-sifat terpuji (*tahalli*).

²³ Hadis riwayat al-Bukhari. *Sahih al-Bukhāri* Hadis ke 6502. Dalam riwayat Ya'qub bin Mujahid disebutkan *'aynāyhu al-lafī yabsiru bihā*, dan juga disebutkan telinga, tangan dan kaki. Abdul Wahid dalam riwayatnya menambahkan pula "*fu'āduhu ya'qilu bihi wa lisānuhu al-ladhī yatakallamu bihi*" (Ibn Hajar al-'Asqalani. *Fath al-Bāri* Jilid XI. Kairo; Maktabah al-Iman. t.th., hlm. 420).

E. Kiat Untuk Sampai kepada *Murāqabah*

Paparan yang lalu secara implisit menegaskan, bahwa *murāqabah* merupakan suatu hal yang dapat membentengi orang dari perbuatan negatif. Seseorang yang sampai pada maqam ini merasa tidak mempunyai waktu, tempat atau kesempatan berbuat sesuatu yang terlarang, karena dia merasa dilihat, diperhatikan, dan dishuting segala tindakan yang dilakukannya. Sebagaimana seorang penjahat tidak berani melakukan tindak kejahatan dihadapan penegak hukum. Dia tidak akan berani melakukan tindak kejahatan, jika dia merasa sedang dimonitor atau diamati oleh penegak hukum. Orang yang dalam perjalanan, misalnya, jika dia tahu di tempat itu terdapat polantas yang sedang merazia para pengemudi, apa lagi dia juga tahu dampak positif mematuhi peraturan itu bagi dirinya, maka dia tidak akan berani melanggar peraturan lalu lintas. Demikian pula perasaan diamati oleh Allah, jika perasaan itu benar-benar tertanam dalam jiwa maka orang measa tidak mempunyai kesempatan melakukan perbuatan maksiat. Jika perasaan seperti ini telah tertanam dalam diri manusia, maka terbentuklah karakter kepribadian yang baik dalam diri seseorang.

Yang menjadi persoalan di sini adalah bagaimana menanamkan *murāqabah* itu dalam jiwa? Secara keilmuan dan keyakinan, semua orang yakin bahwa Tuhan memantau segala tindakan atau prilaku manusia. Tetapi, realitasnya banyak terjadi pelanggaran yang dilakukan oleh orang-orang yang berilmu dan memiliki keyakinan

tersebut. Tindak kejahatan korupsi, pencurian, perampokan, dan berbagai macam maksiat lainnya dilakukan oleh mereka yang tahu dan meyakini, bahwa Allah mengetahui segala perbuatannya. Di sini terlihat, iman baru sebatas pengetahuan belum sampai kepada perasaan; manusia tahu akan adanya Allah, dan dapat mengemukakan berbagai dalil baik naqli maupun aqli. Tetapi, dia belum merasakan adanya Allah tersebut, pada hal yang amat berperan alam diri manusia itu adalah daya rasanya bahkan ia dapat mengalahkan kekuatan rasio. Oleh sebab itu, daya rasa mestilah diasah agar ia tajam sehingga dapat membelah dan menghancurkan hijab rasa tersebut. Dan pada akhirnya akan tekuaklah hijab itu sehingga dapat merasakan keberadaan Allah disetiap saat dalam kehidupan yang dijalani.

Maka untuk itu, pembelajaran tauhid bukan semata-mata penanam ilmu dan keyakinan, tetapi mesti dipandang sebagai penanaman kesadaran diri tentang adanya Allah, atau merasakan adanya Allah. Justru karenanya, pembelajaran tauhid sepatutnya didekati dengan tasawuf. Atau pembelajaran tauhid berbasis tasawuf. Guru atau syekh sepatutnya tidak hanya mengasah otak dan rasio peserta didik, tetapi dia juga mengasah atau melatih daya rasa dan kesadaran diri. Dengan demikian akan muncul *tawāzun* (keseimbangan) antara ilmu dan amal. Inilah suatu jalan atau cara yang dapat ditempuh agar sampai kepada *muraqābah*.

Cara lainnya adalah banyak melakukan zikir, baik zikir *bi al-lisān wa al-qalbi ma'an* (dengan lidah sekaligus

juga hati) maupun *bi al-qalbi* (dengan hati) saja. Zikir dapat dilakukan kapan dan di mana saja. Banyak berzikir jelas akan dapat mempengaruhi keperibadian orang yang berzikir. Banyak ayat al-Qur'an menggambarkan hal itu, antara lain maksud ayat itu menegaskan "*sesungguhnya orang-orang mukmin itu apabila disebut nama Allah di hadapannya bergetarlah hatinya*"²⁴. Yang dimaksud dengan bergetar di sini tentu saja tidak hanya sekedar terpancung tetapi juga tersentak kesadarannya, bahwa pribadinya berada dalam kawalan Tuhan. Dalam ayat yang lain ditegaskan pula, "*Orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram*"²⁵. Dalam al-Qur'an banyak terdapat ayat yang memerintahkan atau mendorong manusia berzikir. Perintah berzikir kepada Allah itu jelas menunjukkan, bahwa berzikir punya kontribusi positif terhadap perilaku manusia.

Dan yang paling penting dalam penanaman *murāqabah* adalah orientasi hidup dan kehidupan. Seorang sufi mesti menyadari untuk apa hidup dan kehidupan ini dia jalani. Dan bahkan yang paling penting lagi ialah dari mana dia berasal dan sedang mana dia berada serta akan kemana bahtera kehidupan ini dia dayung?. Jika, pertanyaan-pertanyaan ini telah terjawab sesuai dengan tuntunan Islam, maka perasaan bersama Tuhan akan selalu terjaga dengan baik karena dia merasa, bahwa pribadinya begitu sangat tergantung kepada Allah.

²⁴ Al-Qur'an surat 8 (*al-Anfāl*); 2.

²⁵ Al-Qur'an surat 13 (*al-Ra'd*); 28.

F. Penutup

Iblis sebagai musuh bebuyutan manusia sudah memproklamerkan bahwa dia akan selalu dan tetap menggoda manusia. Itu artinya, manusia dalam hidup ini selalu dan tetap dalam intaian makhluk terkutuk ini. Dia akan selalu menggoda manusia, dan memasukan dalam prangkapnya. Maka perbuatan tidak terpuji yang dilakukan oleh manusia tidak dapat dipisahkan dari campur tangan iblis tersebut. Untuk itu manusia dituntut agar selalu berjuang mengendalikan kekuatan jiwanya, yang selalu dimanfaatkan oleh setan sebagai perpanjangan tangan dari Iblis.

Cara kaum sufi dalam mengendalikan jiwa dan kekuatannya, yang selalu dimanfaatkan iblis, agaknya perlu dilestarikan. Cara itu adalah *mujahadah* dan *muraqabah*. Hal ini perlu diajarkan semenjak dini, sesuai dengan tingkat usia. Selain itu, pembelajaran bidang studi di sekolah-sekolah perlu pula dengan pendekatan kaum sufi, terutama pembelajaran akidah akhlak. Orientasi pembelajaran akidah akhlak selama ini lebih menitik beratkan pada pembangunan keilmuan dan rasio, maka sudah saatnya dititik beratkan pada pembangunan rasa dan kesadaran diri, seperti yang dilakukan dalam dunia tasawuf.

والله اعلم بالصواب

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Qur'an al-Karim
al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad bin Muhammad.
Mizān al-`Amal. Bayrut; Dar al-Kutub al-`Ilmiyyah.
1989.
- al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad bin Muhammad.
Rawdāh al-Tālibīn. Buku ini merupakan sebuah
risalah Imam al-Ghazali yang dimuat dalam Fara'd
al-La'ili Min Rasa'il al-Ghazali. t.tp. t.pt, t.th.
- al-Ghazali. *Bidāyah al-Hidāyah*. Surabaya; Maktabah
Ahmad bin Sa`ad bin Nabhan. t.th.
- al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad bin Muhammad.
Mi`rāj al-Sālikīn. Buku ini merupakan sebuah risalah
Imam al-Ghazali yang dimuat dalam Fara'd al-La'ili
Min Rasa'il al-Ghazali. t.tp. t.pt, t.th.
- al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad bin Muhammad.
Minhāj al-`Ārifīn. Buku ini merupakan sebuah risalah
Imam al-Ghazali yang dimuat dalam Fara'd al-La'ili
Min Rasa'il al-Ghazali. t.tp. t.pt, t.th.
- Ibn Hajar al-`Asqalani. *Fathāh al-Bāri* Jilid XI. Kairo;
Maktabah al-Iman. t.th.
- al-Isfihani, al-Raghib. *Al-Mufradāt fī Gharīb al-Qur'ān*.
Bairut; Dar al-Ma`rifah. 2001.
- Kadar Muhammad Yusuf. *Dimensi Rohani dan Pengaruhnya
Terhadap Perilaku Manusia Menurut Ibn Sina dan al-
Ghazali: Suatu Kajian Analisis Menurut Perspektif al-
Qur'an* (Disertasi S3 UKM). Bangi. 2005.

Ma`luf, Luwis. *Al-Munjid fi al-Lughah wa al-`Ālam*. Bairut:
Dar al-Mashriq. 1975.

Mohd. Nasir Omar. *Ahlak dan Kaunseling Islam*. Kuala
Lumpur; Utusan Publication. 2005.

Muhammad Nawawi al-Jawi. *Murāqy al-`Ubūdiyyah*.
Surabaya; Maktabah Ahmad bin Sa`ad bin Nabhan.
t.th.

al-Nawawi, Muhyi al-Din Abi Zakariya Yahya bin Syarf.
Al-Adhkār al-Nawāwīyyah. Semarang; Karya Thaha
Putera. t.th.