

TASAWUF DAN PSIKOLOGI

TINJAUAN PSIKOLOGI KESEHATAN MENTAL

**Terhadap Konsep Maqâm Dan Hâl
Dalam Tasawuf Ibn 'Arabi**

Dr. SYAFWAN ROZI, M.Ag

**IAIN BUKITTINGGI
2018**

Dr. Syafwan Rozi, M.Ag

TASAWUF DAN PSIKOLOGI

TINJAUAN PSIKOLOGI KESEHATAN MENTAL

Terhadap Konsep Maqâm Dan Hâl

Dalam Tasawuf Ibn 'Arabi

IAIN Bukittinggi

2018

**TASAWUF DAN PSIKOLOGI: TELAAH PSIKOLOGI
KESEHATAN MENTAL TERHADAP KONSEP MAQÂM DAN
HÂL DALAM TASAWUF IBN 'ARABI**

Pengarang: Dr. Syafwan Rozi, M.Ag

Hak Pengarang Dilindungi oleh Undang-Undang
All Right Reserved

ISBN 978-979-9315-60-1



ISBN: 978-979-9314-60-1

HAKI: 000130073

Diterbitkan oleh IAIN BUKITTINGGI

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT, Tuhan pencipta dan pengatur alam semesta, yang selalu memberikan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan buku dengan judul: *“Tasawuf dan Psikologi: Telaah Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep Maqâm dan Hâl dalam Tasawuf Ibn ‘Arabi”*.

Dalam penulisan buku cetakan ke-2 ini, penulis banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Ayah bunda, sanak famili dan handai tolah dengan cinta tak bertepi dan penuh kasih sayang telah mendidik dan membesarkan penulis.
2. Teristimewa guruku Almarhum Bapak Prof. Dr. H. Abdul Azis Dahlan dan Bapak Prof Dr. Sirajuddin Zar, MA yang telah memberikan sematan ilmu, bimbingan dan kontribusi pemikirannya.
3. Bapak Pimpinan IAIN Bukittinggi institusi pengabdian ilmu bagi penulis serta IAIN IB Padang dan Program Pascasarjana institusi tempat penulis menuntut ilmu.
4. Bapak dan ibu guru dan bapak ibu dosen dengan tidak mengurangi rasa hormat penulis yang telah memberikan telaga ilmu selama proses pembelajaran.
5. Saudaraku, sahabat karib dan teman sejawat baik di STAIN Bukittinggi, Program Pascasarjana, Fakultas Ushuluddin IAIN IB Padang, IAIN Sultan Thaha Jambi, IAIN Raden

Saleh Palembang dan STAIN Cukup yang tidak bisa disebutkan satu persatu atas semua arahan dan dorongannya, mereka merupakan teman diskusi yang baik. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Tiada yang dapat penulis berikan sebagai balasan atas jasa mereka, selain do'a, semoga Allah SWT membalasnya dengan balasan yang berlipat ganda.

Terlepas dari itu semua, penulis menyadari adanya kekurangan yang disebabkan kemampuan penulis yang terbatas, karena tak ada gading yang tak retak. Dengan segala kerendahan dan ketulusan hati, kritikan dan saran yang konstruktif sangat penulis harapkan.

Akhirnya kepada Allah SWT kita serahkan semua urusan, semoga karya tulis ini bermanfaat.

Bukittinggi, 24 Januari 2018,

Wasalam,

Dr. Syafwan Rozi, M.Ag

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iii
PEDOMAN TRANSLITERASI	v

BAB I PENDAHULUAN	1
-------------------------	---

BAB II TASAWUF MUHYI AL-DIN IBN 'ARABI

A. Biografi dan Karya-karya Ibn 'Arabi	25
B. Pemikiran Ibn Arabi tentang Kejiwaan	43
C. <i>Maqâm</i> dan <i>Hâl</i> dalam Kajian Ibn 'Arabi	62

BAB III TASAWUF DALAM TINJAUAN PSIKOLOGI DAN KESEHATAN MENTAL

A. Pendekatan Psikologi	74
B. Pendekatan Kesehatan Mental	96
C. Pendekatan Psikologi dan Kesehatan Mental terhadap Kajian Tasawuf	110

BAB IV TINJAUAN PSIKOLOGI KESEHATAN MENTAL DALAM MAQÂM DAN HÂL IBN 'ARABI

A. <i>Taubah</i>	122
B. <i>Wara'</i>	130
C. <i>Zuhd</i>	131
D. <i>Faqr</i>	133
E. <i>Tawakkal</i>	135
F. <i>Istiqâmah</i>	136

G. <i>Dzikr</i>	145
H. <i>'Ubûdiyyah</i>	150
I. <i>Takhalluq</i>	156
J. <i>Kimyâ Sa'âdah</i>	161
K. <i>Wilâyah</i>	164
L. <i>Firâsat al Imâniyyah</i>	167
M. <i>Al-Futuwwah</i>	170
N. <i>Fanâ'</i>	173
O. <i>Mu'jizah</i>	182
 KESIMPULAN	 192
DAFTAR KEPUSTAKAAN	198

PEDOMAN TRANSLITERASI

1. Pedoman Penulisan Arab Latin

Huruf Arab	Huruf Latin	Huruf Arab	Huruf Latin
ا	dilambangkan	ط	Th
ب	b	ظ	zh
ت	t	ع	'(komadi atas)
ث	st	غ	g
ج	J	ف	f
ح	h	ق	q
خ	kh	ك	k
د	d	ل	l
ذ	dz	م	m
ر	r	ن	n
ز	rz	و	w
س	s	ه	h
ش	sy		' (apostrof)
ص	sh	ي	y
ض	dh	ه	<u>h</u>

2. Vokal panjang

آ â

ا	î
ء	û
أ	â

3. Pengecualian

- *Tâ marbûthah* yang tidak *mudhâf* ditulis dengan huruf (h)

Contoh : *al-mu'jizah*

- *Tâ marbûthah* yang menjadi *mudhâf* ditulis dengan huruf (t)

Contoh : *firâsat al-imaniyyah*

4. Kata sandang

Kata sandang *alif-lâm* , baik diiringi oleh huruf qamariah maupun huruf syamsiah, transliterasinya tetap ditulis *al*.

Contoh : *al-futuwwah*.

5. Kata-kata yang di dalamnya terdapat huruf ber-*tasydîd*, dalam transliterasinya huruf tersebut ditulis rangkap.

Contoh : *al-makkiyyah*

BAB I

PENDAHULUAN

Dalam perkembangannya, tasawuf telah memberikan sumbangan yang sangat besar dalam kehidupan spiritual dan intelektual Islam. Pengaruh tasawuf dalam kehidupan spiritual tidak hanya terbatas pada golongan elit keagamaan tetapi telah menjangkau seluruh lapisan masyarakat dari yang paling atas sampai yang paling bawah. Bahkan alternatif-alternatif tasawuf diminati oleh para pencari jati diri dalam masyarakat Barat di tengah krisis yang menggerogoti seluruh dimensi kehidupan manusia modern. Seperti diprediksi oleh Fritjof Capra yang seorang fisikawan, dalam karyanya *The Turning Point*, berpendapat bahwa pada permulaan dasawarsa kedua abad 20, umat manusia menemukan krisis global, suatu krisis kompleks dan multidimensi sekaligus.¹

Untuk memecahkan krisis di atas yang disebabkan karena manusia modern terpental jauh dari eksistensi dan aspek terdalam diri manusia, para ilmuwan Barat sedang mengupayakan menggali pengalaman batin melalui ajaran-ajaran Timur, salah satunya ajaran tasawuf. Sarjana-sarjana peneliti, masyarakat dan ilmuwan

¹Fritjof Capra, *The Turning Point; Science, Society and the Rising Culture*, (New York: Bantam Book, 1987) h. 39. Bandingkan dengan pendapat Alfin Tofler dalam, *Future Shock* (London: PanBooks Ltd, 1970) h. 56. Marilyn Ferguson berpendapat bahwa krisis yang terjadi di Barat- khususnya- karena mereka meninggalkan, dan kering, dari nilai budaya dan agama. Marilyn Ferguson, *The Aquarian Conspiracy: Personal and Social Transformation in the 1980s*, (Los Angeles: J.P. Tarcher, INC, 1981) h. 416

mulai memasuki praktek dan ajaran tasawuf dan berdialog dengan para sufi, dalam hal ini pimpinan tarekat.² Sekalipun, menurut John Naisbitt dan Patricia Aburdence, umumnya mereka tidak tertarik pada esensi ajarannya, tapi lebih tertarik pada praktek yang ditawarkan. Mungkin ini yang diistilahkan dalam *Megatrend 2000* itu dengan slogan *Spirituality, Yes; Organized Religion, No*.³ Jadi tasawuf telah mempengaruhi sikap hidup, moral dan tingkah laku masyarakat. Ia telah mempengaruhi kesadaran estetis, sastra, filsafat dan pandangan hidup.

Sementara di pihak lain, 'kemabukan' bertasawuf juga menggairahkan dimensi intelektual Islam di Timur maupun di belahan Barat. Lembaga-lembaga kajian yang mengupas dan mengembangkan ajaran-ajaran tasawuf sekarang bermunculan, ibarat tumbuhnya jamur kala musim hujan tiba. Di Indonesia sebut saja Yayasan Wakaf Paramadina, *ESQ Leadership Centre*, *IIMaN (Indonesian Islamic Media Network)* dan banyak lagi lembaga-lembaga lainnya. Lembaga-lembaga kajian ini sekarang diminati dan mendapat tempat di tengah masyarakat kita karena mengelaborasi dan mengembangkan pemikiran-pemikiran tasawuf dalam peningkatan kemampuan menjawab tantangan

²Di antara sarjana tersebut adalah: Harvey Cox, "Why Young Americans Are Buying Oriental Religions", *Psychology Today*, (Juli -1977), h. 57. Menurutnya lagi, ada empat alasan mengapa mereka tertarik. *Pertama*, dalam praktek tersebut mereka mendapatkan persahabatan dan keakraban. *Kedua*, mereka mendapatkan penghayatan diri sendiri, orang lain, lingkungan sekitar dan Tuhan. *Ketiga*, kewajiban alamiah dalam menjalani pengalaman-pengalaman kejiwaan. Bandingkan dengan, Jalaluddin Rahmat, *Islam Alternatif, Ceramah di Kampus-Kampus*, (Bandung; Mizan, 1996), Cet. ke-2, h. 68.

³John Naisbitt dan Patricia Aburdence, *Sepuluh Arah Baru untuk Tahun 1990-an; Megatrend 2000*, penerjemah FX. Budijanto, judul asli "*Ten New Directions for the 1990's Megatrends 2000*", (Jakarta: Binarupa Aksara, 1990), Cet. ke-1, h. 57.

zaman dan memberikan sumbangan dalam tradisi intelektual Islam.

Di belahan dunia Barat, kajian tasawuf yang semula dicitrakan negatif terutama di lingkungan masyarakat Sunni⁴, sekarang berkat mentalitas yang lebih terbuka, toleran dan semangat keilmuan yang tinggi, mulai marak dilakukan, di antaranya, pemikiran tasawuf falsafi Ibn 'Arabi. Para sarjana, ilmunan dan peneliti yang menaruh perhatian terhadap pemikiran sufi besar ini telah menterjemahkan karya-karyanya serta mengulas dalam studi yang serius. Sikap simpatik ini ditunjukkan oleh sekelompok sarjana yang mengaguminya dengan mendirikan sebuah organisasi dengan nama "*The Muhyiddin Ibn 'Arabi Society*". Organisasi yang didirikan pada tahun 1977 dan berpusat di Oxford ini, sejak tahun 1982 menerbitkan sebuah jurnal yang diberi nama "*Journal of The Muhyiddin Ibn 'Arabi Society*". Organisasi ini secara berkala mengadakan Pertemuan Umum Tahunan dan Simposium Tahunan di berbagai tempat dan dihadiri oleh anggotanya dari belahan dunia.⁵

Namun, dalam perjalanan sejarahnya yang panjang, tasawuf tidak luput dari kecurigaan dan kecaman dari golongan Islam ortodoks. Konflik yang timbul ini berupa pro dan kontra yang terjadi antara ahli tasawuf dan ahli fikih, antara ahli hakikat dan ahli syari'ah, antara ulama eksoteris (*dzâhir*) dan ulama esoteris

⁴Pencitraan negatif terhadap tasawuf terutama tasawuf falsafi menurut Komaruddin Hidayat disebabkan karena berbagai alasan, salah satu di antaranya kuatnya pengaruh pemikiran kalam dan fikih dalam masyarakat sunni. Bahkan tasawuf yang mempunyai pandangan reflektif yang sangat liberal seperti pemikiran Ibn 'Arabi malah dicurigai kemunculannya. Baca pengantar Komaruddin Hidayat dalam Kautsar Azhari Noer, *Ibn al-'Arabi Wahdat al-Wujûd dalam Perdebatan*, (Jakarta: Paramadina, 1995), h. xvi.

⁵*Ibid.*, h. 8

(*bâthin*) atau konflik antara golongan Islam heterodoks dan golongan Islam ortodoks. Konflik terbuka ini tidak dapat dihindari sehingga dua kelompok yang berseteru terutama golongan syari'ah menicap golongan tasawuf menganut paham zindiq dan kufur, karena tidak sesuai dengan ajaran yang bersumber pada al-Qur'an dan sunnah. Bahkan tuduhan yang lebih ekstrim lagi, pengalaman para sufi tersebut dianggap suatu kesintingan dan sakit jiwa. Seperti dikemukakan Nurcholish Madjid, pengalaman sufi lebih mengarah pada pengalaman pribadi⁶. Bahkan sering terjadi adanya tingkah laku eksentrik dan di luar batas kewajaran, berbagai cerita tentang wali sufi yang berkelakuan aneh adalah imbas dari hal demikian. Bagi mereka yang berpedoman kepada ajaran standar, menurut Nurcholish akan cepat mengutuk tingkah laku aneh itu tidak lebih dari pada keeksentrikan yang *absurd* tanpa makna bahkan kesintingan atau sakit jiwa karena godaan syetan⁷. Tuduhan sakit jiwa terhadap para sufi juga terdapat dalam ulasan Amir al-Najjar. Dalam karyanya, Al-Najjar mengutip pendapat Abd. Fallah al-Bararah dalam karyanya: "*al-Hakim al-Tirmizi wa Nadhariyat al-Wilayah*". Al-Bararah menurut Al-Najjar menanggapi eksperimen tokoh sufi abad III H al-Hakim al-Tirmizi tentang gejala-gejala yang dialami oleh sufi yang mencapai pencerahan spiritual sebagai bentuk sugesti, hipnotis dan gejala orang yang mengidap penyakit

⁶Nurcholish Madjid, *Islam, Doktrin dan Peradaban, Sebuah Telaah Kritis tentang Masalah Keimanan, Kemanusiaan dan Kemoderenan*, (Jakarta: Paramadina, 2000), Cet. ke-VII h. 265.

⁷*Ibid.*,

kelainan jiwa⁸. Walaupun dalam menanggapi tuduhan tersebut, Amir al-Najjar lebih membela pengalaman al-Tirmizi sebagai bentuk pencerahan spiritual yang sehat.

Tuduhan sakit jiwa terhadap pengalaman keagamaan juga datang dari para psikolog Barat terutama aliran psikologi psikoanalisa dan behaviorisme⁹ Freud sebagai pencetus aliran psikoanalisa menganggap pengalaman yang dialami para penggiat agama -termasuk sufi- sebagai perasaan menyamudera (*ocean feeling*) serta regresi jiwa ke arah sebelum lahir¹⁰. Bahkan bagi Malik B.Badri, Freud mengasosiasikan pengalaman keagamaan sebagai seseorang

yang sedang neorosis universal dan menyamakannya dengan sidrom obsesi kompulsi yang diderita oleh pasiennya yang sakit jiwa.¹¹.

⁸Amir al-Najjar, *Ilmu Jiwa dalam Tasawuf, Studi Komparatif dengan Ilmu Jiwa Kontemporer*, penerjemah Hasan Abrori, judul asli “*al-’Ilm al-nafs wa al-Shufiyyah*”, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2001), Cet. ke-1. H. 291

⁹Baca Armahedi Mazhar, *Integralisme Sebuah Rekonstruksi Filsafat Islam*, (Bandung: Pustaka Bandung, 1983) h. 29. Baca juga K. Konstantmar, *Sejarah Ilmu Jiwa*, (Jakarta: Bina Pustaka, t.th) h. 27. Maslow, meneliti sisi keunggulan manusia hanya sebatas mengelaborasi manusia apa adanya. Ia mengkeleim pengalaman ke akar diri ibarat *peak experience* atau *plateau*. Baca Abraham Maslow *Motivasi dan Kepribadian: Teori Motivasi dengan Pendekatan Heirarki Kebutuhan Manusia*, penerjemah Nurul Iman, judul asli “*Motivation and Personality*” (Jakarta: PT Pustaka Binaman Pressindo, 1996) h. 70.

¹⁰Armahedi Mazhar, *op. cit.*, h. 12

¹¹ Malik.B.Badri, *op. cit.*, h. Penilaian negatif juga datang dari murid dan pengikut Freud sendiri, Eric Fromm. Ia menerangkan bahwa Freud menganggap kepercayaan terhadap suatu agama merupakan delusi, ilusi, perasan menggoda pikiran (*obsesional neorosis*) dan ketidakmampuan manusia dalam menghadapi kekuatan alam di luar diri dan juga kekuatan insting dalam dirinya sendiri. Eric Fromm, *al-Din wa al-Tahlili al-Nafs*, penerjemah Fuad Kamil, judul asli “*Psychoanalysis and Religiosity*” (Kairo: Maktabah al-Gharbiyyah, tt) h. 151 Louis Leahy menyoroiti pengalaman agama dalam pandangan Freud sebagai totemisme primitif. Totem dalam tradisi religius memiliki dua fungsi objek kekaguman dan sekaligus penolakan Louis Leahy, *Aliran-Aliran Ateisme: Tinjauan Kritis*, (Yogyakarta: Kanisius, 1990) h. 48-49

Barangkali faktor utama yang paling serius menimbulkan kecurigaan dan kecaman keras terhadap pengalaman tasawuf karena pengalaman tersebut hampir mustahil dikomunikasikan kepada orang lain dan selamanya akan lebih merupakan milik pribadi. Pengalaman yang tak terkomunikasikan ini berada di luar kemampuan rasio untuk memahaminya. Kaum sufi gemar mengatakan bahwa untuk bisa mengetahui apa hakikat pengalaman itu, seseorang harus mengalaminya sendiri. Faktor orientasi atau tujuan tasawuf juga mempengaruhi kesalahpahaman tersebut. *Stereotyped ideas* yang telah lama direntang oleh para pendukung tasawuf mempunyai penghayatan yang berbeda antara satu sufi dengan sufi lain, sehingga pengungkapannya juga melalui cara yang berbeda. Rivai Siregar seperti dikutipnya dari Ibrahim Basuni mencatat, ciri tasawuf yang disinyalir bersifat intuitif subjektif dipersulit lagi karena penekanannya lebih berorientasi pada puncak pengalaman spiritual, sehingga kesannya tidak mementingkan proses dan dampaknya secara kejiwaan¹² Dari dimensi ini kemunculan tasawuf terlihat hanya sebagian dari unsur-unsur saja sehingga penampilannya tidak utuh dalam satu variasi dan ruang waktu.

Eksplorasi tasawuf yang cenderung berorientasi pada puncak ini diminimalisir oleh Ibrahim Basuni dengan lebih menekankan tasawuf pada aspek akhlak. Menurutnya tasawuf adalah manifestasi dari kesadaran spiritual manusia tentang dirinya sebagai makhluk Tuhan. Kesadaran itu mendorong

¹²Rivai Siregar, *Tasawuf dari Sufisme Klasik sampai Neo Sufisme*, (Jakarta: Rajawali Press, 1999), Cet. ke-1, h. 13. Bandingkan dengan Simuh, *Tasawuf Sejarah dan Perkembangannya*, (Jakarta: Rajawali Press, 1997), Cet. Ke-1, h. 86

manusia untuk memusatkan perhatian beribadah kepada Khalik yang dibarengi dengan kehidupan spiritual yang tujuannya pembinaan terhadap akhlak. Penekanan akhlak dalam tasawuf sebagai upaya untuk menjawab tuduhan bahwa tasawuf adalah pengalaman spiritual yang tidak mengindahkan ajaran agama sehingga dicap sebagai pengalaman yang zindik, kufur dan sakit jiwa.

Ibn 'Arabi sebagai fokus utama pembahasan ini menekankan bahwa esensi tasawuf yang tidak dipertentangkan para salik dan peneliti adalah aspek moralnya. Ia berpendapat bahwa tasawuf adalah mengikat diri dengan kelakuan baik melalui syari'ah, baik yang zahir maupun batin, esensinya terfokus pada akhlak.¹³ Tasawuf merupakan esensi dari proses perkembangan jiwa dalam bentuk pertumbuhan, pembinaan dan pengembangan nilai-nilai akhlak dalam diri dan kehidupan manusia. Akhlak adalah kualitas yang khas manusiawi. Dalam akhlak tercermin jiwa sebagai makhluk jasmani dan rohani sebab dalam kehidupan akhlak itu manusia terbentuk dan terisi pada wujud kejadiannya. Tanpa akhlak manusia akan kehilangan esensi kemanusiaannya.

Selanjutnya, tasawuf Ibn 'Arabi yang memakai metode tasawuf falsafi¹⁴, dengan sistem ajaran yang berporos pada *wahdat*

¹³Muhyi al-Din Ibn 'Arabi, *al-Futûhât al-Makkiyyah*, (Beirut: Dâr al-Fikr, t.th), jilid 2, h. 45, Lihat karya Ibn 'Arabi yang lain seperti *Kitâb Ishthilâhât al-Shufiyyah* dalam *Rasâ'il Ibn 'Arabi* (Hyderabad-Deccan: The Da'irat al-Ma'rif al-Osmania, 1984) h. 17. Bandingkan dengan definisi Ibn Qayyim al-Jauziyyah, dalam *Madârij al-Sâlikîn bayn Manâzil Iyâk Na'bud wa Iyyâk Nasta'in*, oleh Muh. Hamid al-Fiqh (Kairo: Mathba'at al-Sunnah al-Muhammadiyah, 1955) h. 125. Lihat juga Riva'i, *op. cit.*, h. 12

¹⁴*Image* yang berkembang selama ini, khususnya tasawuf falsafi yang dipengaruhi pemikiran-pemikiran dari gelombang Hellenisme, terkesan kurang mengindahkan dimensi syari'ah dalam ajaran agama. Sehingga dalam perkembangan tasawuf selanjutnya muncul upaya **TASAWUF DAN PSIKOLOGI**
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

al-wujūd, tidak selalu mementingkan dimensi transendental metafisik, tetapi juga mementingkan unsur-unsur etika dan kepribadian sebagai hasil dari pengalaman-pengalaman keberagamaan tertentu. Indikasi ini dapat dibuktikan bahwa Ibn ‘Arabi dalam konstruksi pemikirannya juga berbicara tentang *maqâm* dan *hâl*, 560 bab dalam *al-Futûhât al-Makkiyyah*, 250 bab di antaranya berbicara tentang pencapaian atau etape-etape spiritual tersebut.¹⁵ Aspek ini semakin menarik, selama ini pembahasan *maqâm* dan *hâl* lebih cenderung ditemukan dalam pemikiran sufi di kalangan Sunni. Tapi ternyata Ibn ‘Arabi yang disebut-sebut sebagai pelopor tasawuf falsafi menekankan tasawufnya pada orientasi akhlak. Menurut Titus, tasawuf Ibn ‘Arabi adalah perenungan langsung atas realitas ketuhanan dan kerohanian ke dalam kehidupan

rekonsiliasi antara tasawuf dan syariah. Dalam hal ini tokoh yang berperan di antaranya: al-Ghazali, Ahmad Sirhindi, Abd. Rauf al-Singkili, Abd. Samad al-Palimbani dan Syekh Yusuf al-Makassari. Mereka berupaya meyakinkan umat Islam bahwa tasawuf tidak selalu mengabaikan syari’at. Keterangan jelas lihat Al-Ghazali, *Munqidz min al-Dhallâl*, (Kairo: al-Maktabah al-Shufiyyah, 1979) h. 258, Muh. Abd. Al-Haq al-Anshari, *Antara Syariah dan Sufisme*, penerjemah A. Nashir Budiman, judul asli *“Sufism and Shari’ah A Study of Shaykh Ahmad Sirhindi’s Effort to Reform Sufism”*, (Jakarta: Rajawali Press, 1994), Cet. ke-1, h. 78. Al-Singkili, *Tanbîh al-Masyî* dalam transliterasi dan terjemahan Oman Fathurrahman, *Menyoal Wahdat al-Wujūd Kajian Teks Tanbîh al-Masyî* (Bandung: Mizan, 2000), Cet. ke-1, h. 47. Abd. Al-Samad al-Palimbani, *Sairus Sâlikin*, (Kairo: Isâ al-Bâbî al-Halâbî, 1986) h. 23. Nabilah Lubis, *Menyingkap Inti Segala Rahasia*, (Bandung: Mizan, 2000), Cet. ke-1, h. 87

¹⁵*Maqâm* dan *hâl* ini banyak ditawarkan pemikir-pemikir sufi di antaranya: al-Ghazali, al-Kalabadzi, al-Qusyairi, al-Hujwiri dan lainnya. Secara umum mereka menawarkan sistem ajaran yang harus dilalui untuk mencapai pengalaman-pengalaman tertentu. Seorang murid melalui tahap persiapan dengan menjalani ritual keagamaan seperti zikir, salat, puasa dan ritual lainnya yang bersifat eksetoris, sehingga mencapai pengalaman dan kesadaran pada tingkat zuhud, taubah dan warak. Semakin tinggi pengamalan seorang murid, secara otomatis akan sampai pada pengalaman-pengalaman kejiwaan yang lebih tinggi. Al-Ghazali membagi *maqâm* kepada 8 tingkatan yaitu; taubat, sabar, fakir, zuhud, tawakkal, cinta, makrifah dan ridha. Lebih lengkap lihat, al-Ghazali, *Ihyâ’ ‘Ulûm al-Dîn* (Kairo: Dâr al-Fikr, 1991), Cet. ke-3, jilid 4, h.567. Al-Kalabadzi membagi kepada 10 *maqâm* hanya saja ia meletakkan *ma’rifah* pada *maqâm* tertinggi, lebih lengkap ada pada al-Kalabadzi, *al-Ta’arruf li Madzhab ahl al-Tashawwuf* (Kairo: Maktabat al-Kulliyah al-Azhâriyyah, 1969) h. 76. Sedangkan al-Qusyairi hanya merinci 6 *maqâm* dengan ridha sebagai *maqâm* tertinggi, lebih lanjut lihat al-Qusyairi, *al-Risâlah al-Qusyairiyyah*, (Kairo: Maktab ‘Alî Sohîb, 1969) h.89. Lihat juga al-Hujwiri, *Kasyf al-Mahjûb*, *Risalah TASAWUF DAN PSIKOLOGI*

Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

pribadi dan hubungannya dengan kondisi tertentu dalam tahap kemanusiaan.¹⁶

Pengembangan dari dimensi moral etik ini semakin menarik jika ditinjau dengan pendekatan ilmu sains sebagai alat penerapannya terutama tinjauan psikologis dan kesehatan mental. Cuma kendala yang muncul, bila inti tasawuf terletak pada wilayah batin seseorang (*inner life*), relevankah tasawuf dikaitkan dengan proses transformasi sosial yang selama ini adalah lahan ilmu sains.

Wilayah operasional sains dalam prosesnya terletak pada dataran struktural, dimensi praktis dari perilaku seseorang dalam jaringan institusi masyarakat.

Permasalahan ini dapat dipecahkan dengan memperlakukan ilmu sains sebagai alat peninjau atau penerapan ilmu-ilmu agama. Langkah ini adalah sebagai upaya untuk mengembangkan fungsi ilmu agama -terutama tasawuf- supaya lebih menyentuh fenomena manusia dengan persoalan jiwanya, karena selama ini masing-masing disiplin berjalan sendiri-sendiri. Upaya menjembatani dua disiplin ilmu tersebut telah dilakukan para pakar dengan istilah Islamisasi sains¹⁷. Ilmu-ilmu agama terutama tasawuf merupakan sisi keilmuan Islam yang berbicara secara kompleks tentang manusia, jiwa, kebutuhan dan lainnya dibanding disiplin lain seperti syariah, teologi dan lainnya. Seperti

Tasawuf Persia Tertua, penerjemah Abd. Hadi W.M., judul asli "*The Kasyf al-Mahjûb: The Oldest Persian Treatise on Sufism*", (Bandung: Mizan, 1996), Cet. ke-1, h. 25

¹⁶Titus Burckhardt, *Mengenal Ajaran Kaum Sufi*, penerjemah Azyumardi Azra, judul asli "*An Introduction to Sufism Doctrine*" (Jakarta: Pustaka Jaya, 1987), Cet. ke-1 h 46.

¹⁷Lebih lengkap ada di Ismail Raji al-Faruqi, *Islamisasi Pengetahuan*, penerjemah Anas Mahyuddin, judul asli "*The Islamization of Knowledge*", (Bandung: Pustaka Bandung, 1987), Cet. ke-1 h 46.

Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

pendapat Seyyed Hossein Nasr, bahwa tasawuf memiliki dimensi eskatologi, psikologi dan kosmologi¹⁸. Dari aspek ini Abdul Mujib menyimpulkan bahwa tasawuf merupakan dimensi esoteris (batiniah) dalam Islam yang membicarakan struktur jiwa, dinamika dan proses perkembangan jiwa, penyakit jiwa dan kesehatan jiwa.¹⁹

Dalam tasawuf Ibn 'Arabi, terutama dalam ajaran tingkat-tingkat kerohaniannya memberikan kontribusi potensial bagi pencapaian jiwa. Sufi besar ini sangat komprehensif dalam mengelaborasi sisi kemanusiaan, alam dan Tuhan sebagai pusat kosmis. Kolaborasi ketiganya membawa pemahaman yang utuh dalam memahami dimensi ketuhanan. Kontribusi potensi tersebut dikenal dengan istilah *new age*, *return to the center*, *the sacred self*, (abad baru, kembali ke pusat diri dan diri yang terdalam)²⁰ yang merupakan sisi terdalam dari manusia dengan mengkaji jiwa. Aspek tasawuf ternyata bisa dianalisa secara kejiwaan oleh para sufi untuk memahami kegalauan yang terjadi di tengah umat.

Ajaran Islam esoteris *maqâm* dan *hâl* yang ditawarkan Ibn 'Arabi memakai dimensi spiritual, pengalaman keagamaan dalam bentuk pengalaman rohani hingga mencapai puncak dengan kondisi yang digambarkan dengan *wahdah*. Hal ini dilukiskan dalam bentuk pengalaman memahami realitas ke-tuhan-an.

1994), h. 34. Bahasan ini juga terdapat di Ziaduddin Sardar, *Rekayasa Masa Depan Peradaban*, (Bandung: Pustaka Bandung, 1989), h. 44-45.

¹⁸Seyyed Hossein Nasr, *Tiga Pemikir Islam, Ibn Sina, Suhrawardi dan Ibn 'Arabi*, penerjemah A. Nashir Budiman, judul asli " *Three Muslim Sages, Avicenna, Suhrawardi and Ibn 'Arabi*", (Jakarta: al-Husna, 1976), h. 68.

¹⁹Abdul Mujib dan Yusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2001), Cet. ke-1, h. 36.

²⁰ M. Nafis (ed), *Rekonstruksi dan Renungan Religius Islam* (Jakarta: Paramadina, 1996), Cet. ke-1, h. 49

Tokoh-tokoh tasawuf sepakat menganggap arti penting pengalaman yang dicapai seorang sufi sebagai persepsi murni terhadap salah satu aspek realitas, meskipun mereka mempersepsikannya secara beragam.²¹ Gejala kejiwaan itu dapat diteliti dengan mengamati perubahan yang terjadi ketika seorang sufi sampai pada pengalaman-pengalaman tertentu.

Pengalaman-pengalaman batin yang dicapai ketika seseorang menjalani etape-etape dalam *maqâm* dan *hâl* kadang-kadang secara sederhana disebut pengalaman-pengalaman keberagamaan. Meskipun tampaknya lebih baik bila istilah itu digunakan sedikit lebih luas.²² Bila bicara tentang pengalaman keagamaan, maka yang dimaksud berupa pengalaman yang meskipun secara orisinil terjadi dalam kaitan bukan keagamaan, atau bisa juga suatu corak pengalaman yang timbul sebagai bagian dari perilaku keagamaan yang mungkin memperkuat, memperkaya atau justru malah memodifikasi kepercayaan-kepercayaan keagamaan yang sudah dianut sebelumnya.²³ Menurut Zakiah Daradjat, perubahan keyakinan atau perubahan yang diakibatkan oleh pengalaman keagamaan tertentu, bukanlah suatu hal yang terjadi secara kebetulan dan tidak pula tumbuh secara wajar, akan tetapi adalah suatu kejadian yang didahului oleh berbagai proses dan kondisi yang dapat diteliti dan dipelajari.²⁴ Jadi kondisi tertentu yang dicapai oleh seorang sufi

²¹Robert H. Thouless, *Pengantar Psikologi Agama*, penerjemah Machnun Husein, judul asli “*An Introduction to the Psychology of Religion*”, (Jakarta: Rajawali Press, 1974), Cet. ke-1, h. 35.

²² Robert, *op. cit.*, h. 30

²³*Ibid.*, h. 88

²⁴Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1996), Cet. ke-15, h. 137

seperti tingkatan *fanâ'*, *baqâ'* dan lainnya bisa diteliti gejala kejiwaan dan proses yang mesti dilalui untuk sampai ke tingkat tersebut.

Berdasarkan tinjauan psikologis, pengalaman dan kesadaran keagamaan yang diperoleh berdasarkan faktor intern maupun hasil pengaruh lingkungan, memberi ciri pada tingkah laku dan sikap seseorang dalam bertindak. Pola tersebut memberi bekas pada seseorang terhadap agama. William James melihat adanya hubungan antara tingkah laku keagamaan seseorang dengan pengalaman keberagamaan yang dimiliki.²⁵ Dalam bukunya *The Varieties of Religious Experience*, James menilai secara garis besar sikap dan perilaku keagamaan menjadi dua tipe yaitu orang yang sakit jiwa (*sick soul*) dan orang yang sehat jiwanya.²⁶ Bahkan dalam salah satu bab pembahasannya William James menjelaskan pengalaman mistik dengan cukup atraktif. Pengalaman keberagamaan tertentu—termasuk pengalaman mistik—mempunyai implikasi terhadap tingkah laku, pikiran, perasaan dan kesadaran seseorang. Para sufi cenderung memiliki sifat istimewa seperti optimis, menyenangkan ajaran tauhid yang liberal, toleran dan sikap positif lainnya. Sikap ini sesuai dengan tipologi orang yang sehat jiwanya berdasarkan temuan William James di atas.

Pengalaman keagamaan dalam kajian tasawuf, khususnya pengalaman *maqâm* dan *hâl*, dari sudut kesehatan mental telah melahirkan sikap, tingkah laku, pikiran dan perasaan beragama

²⁵Jalaluddin, *Psikologi Agama*, (Jakarta: Rajawali Press, 1995), Cet. ke-1, h. 109

²⁶William James, *The Varieties of Religious Experience*, (New York: New York University Press, 1985), h. 201

yang positif dan diaktualisasikan dalam perubahan sikap. Sufi diklasifikasikan orang yang mempunyai mental yang sehat, karena hatinya selalu merasa tenang, aman dan tentram. Hall dan Lindzey berpendapat bahwa sufi telah bertindak sebagai psikolog terapan.²⁷ Orang yang mentalnya sehat memiliki karakter utama seperti sikap kepribadian yang baik terhadap diri sendiri, integrasi diri, otonomi diri dan persepsi mengenai realitas.²⁸ Sikap positif tersebut lebih cenderung dimiliki oleh orang yang menjalankan ajaran agama secara integral dan komprehensif serta mempunyai pengalaman-pengalaman keagamaan yang tidak dimiliki oleh orang kebanyakan. Untuk sampai pada pemahaman dan pengalaman agama tersebut, seseorang harus mematuhi ritual dan sikap tertentu dalam ajaran agama, yang secara spesifik dapat ditemukan dalam khazanah intelektual tasawuf dengan ide-ide tentang *maqâm* dan *hâl*nya.

Berdasarkan dimensi tersebut di atas, dipandang perlu mengembangkan bangunan spiritual dalam Islam yang punya paradigma psikologis dalam perkembangan mental. Dalam konteks ini penulis ingin mengelaborasi pemikiran tasawuf khususnya *maqâm* dan *hâl* Ibn 'Arabi, dengan memakai pendekatan psikologis. Ada kekhasan tersendiri dari pemikiran Ibn 'Arabi yang terkenal dengan tasawuf falsafinya. Tasawuf falsafi dalam mengkaji jiwa tidak hanya dari tataran filosofis ilmiah tapi filosofis ilmiah plus amaliah. Jadi, bagaimana

²⁷Calvin S. Hall dan Gardnes Lindzey, *Teori-Teori Psikodinamis (Klinis)*, penerjemah Yustinus, judul asli "*Theories of Personality*" (Yogyakarta: Kanisius, 1993) h. 20-21

²⁸Yahya Jaya, *Spiritualisasi Islam dalam Menumbuhkembangkan Kepribadian dan Kesehatan Mental* (Jakarta: Ruhama, 1994), Cet. ke-1, h. 76-77

konstruksi pemikiran *maqâm* dan *hâl* Ibn ‘Arabi dalam mengembangkan kepribadian dan mental yang sehat. Pertanyaan ini ‘menggelitik’ penulis untuk mengembangkannya lebih jauh sebagai tema pokok buku ini dengan judul “*Tasawuf dan Psikologi: Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep Maqâm dan Hâl dalam Tasawuf Ibn ‘Arabi*”

Berdasarkan latar belakang dan pokok pemikiran di atas, maka masalah pokok penelitian adalah bagaimana konsep *maqâm* dan *hâl* dalam tasawuf Ibn ‘Arabi dalam melahirkan kepribadian dan mental yang sehat sesuai dengan tinjauan psikologis dan prinsip-prinsip kesehatan mental

Untuk memudahkan penelitian, penulis akan mengemukakan definisi teknis yang bersangkutan dengan penelitian ini, yaitu: “*maqâm* dan *hâl*”, “Ibn ‘Arabi”, “tinjauan psikologis” dan “kesehatan mental”. *Maqâm* adalah tingkatan yang ingin dicapai oleh sufi atau calon sufi untuk sampai pada tingkatan tertentu. Definisi ini dikemukakan para ahli di antaranya: al-Kalabadzi,²⁹ Seyyed Hossein Nasr,³⁰ Amatullah Armstrong³¹ dan Suhrawardi³². Tingkatan itu dilalui dengan perjuangan dan usaha dengan sungguh-sungguh dalam bentuk

²⁹ Al-Kalabadzi, juga mendefinisikan *maqâm* dan *hâl* pengertian tidak jauh beda dengan sufi lain, lihat lebih lengkap al-Kalabadzi, *op. cit.*, h. 143

³⁰ Bandingkan dengan definisi Seyyed Hossein Nasr, *Tasawuf Dulu dan Sekarang*, penerjemah Abdul Hadi W.M., judul asli “*Living Sufism*”, (Jakarta: Pustaka al-Husna, 1997), Cet. ke-2, h. 68

³¹ Lihat definisi lengkap pada Amatullah Armstrong, *Khazanah Istilah Dunia Tasawuf, Kunci Memasuki Tasawuf*, penerjemah M. Nasrullah, judul asli, “*Sufi Terminology (al-Qamus al-Sufi) The Mystical Language of Islam*” (Bandung: Mizan, 1996), h. 96 dan 175

³² Al-Suhrawardi banyak memberikan elaborasi tentang *maqâm* dan *hâl*. Lihat lebih lanjut Suhrawardi, *‘Awârif al-Ma’ârif, Sebuah Daras Klasik Tasawuf*, penerjemah Ilma Nugrahani Ismail, judul asli “*A Dervish Textbook from the ‘Awârif al-Ma’ârif*”, (Jakarta: Penerbit Utama, 1999), Cet. ke-1, h. 57

riyâdhah dan *mujâhadah*. Sedangkan *hâl* adalah kondisi psikologis seorang sufi setelah mencapai tingkatan dalam *maqâm*.

Ibn 'Arabi, seorang sufi keturunan suku Arab kuno Tayy, mempunyai nama lengkap Muhammad ibn 'Ali ibn Muhammad ibn al-'Arabi al-Tai al-Hutami. Sufi ini dilahirkan pada tanggal 17 Ramadhan 560 H, bertepatan dengan tanggal 28 Juli 1165 M, di Mursia, Spanyol bagian Tengah.³³

Tinjauan psikologi adalah pendekatan kajian yang memakai sisi jiwa atau gejala-gejala kejiwaan manusia dan bagaimana pengaruhnya terhadap perasaan, pengalaman, kesadaran dan tingkah laku³⁴. Dalam konteks penelitian, penulis akan memantau dimensi psikologi atau kejiwaan dari pengalaman dan kesadaran keagamaan yang terdapat dalam pengalaman *maqâm* dan *hâl*.

Kesehatan mental seperti didefinisikan Mustafa Fahmi yang dikutip Muhammad Mahmud, menemukan dua pola dalam mendefinisikan kesehatan mental. *Pertama*, pola negatif, bahwa kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari segala neurosis (*al-amrâdh al-ashâbiyyah*) dan psikosis (*al-amrâdh al-dzihniyyah*), yaitu gangguan kejiwaan pada perasaan dan gangguan kejiwaan pada pikiran. *Kedua*, pola positif, bahwa kesehatan mental adalah kemampuan individu dalam menyesuaikan terhadap diri sendiri dan lingkungan sosialnya.³⁵

³³Asian Palacios, *Ibn 'Arabi: Hayâtuh wa Madzhabuh*, penerjemah Abd. Al-Rahmah al-Badawi, judul asli dalam bahasa Spanyol, "*El Islam Cristianizado, Estudio del Sufismo a Trave's de las Obras de Abenarabi de Murcia*", (Beirut: Dâr al-Qalam, 1979), h.12

³⁴A. S. Hornby, A. P. Cowie (Ed) *Oxford Advanced Learner's Dictionary of Current English*, (London: Oxford University Press, 1974) h. 231

³⁵Lebih lengkap lihat, Abdul Mujib dan Yusuf Mudzakir, *op. cit.*, h. 133

Untuk meneliti prinsip-prinsip kesehatan mental dalam *maqâm* dan *hâl* Ibn 'Arabi, penulis memakai pola kedua berupa meneliti kemampuan individu dan pribadi dalam menyesuaikan diri.

Jadi, berdasarkan pemahaman terhadap istilah-istilah di atas, maka yang dimaksud dengan judul tesis ini adalah fase-fase atau tingkatan spiritual yang dijalani oleh sufi dalam pemikiran Ibn 'Arabi berdasarkan analisisnya terhadap gejala-gejala psikologis ternyata dapat meningkatkan kemampuan individu dalam menyesuaikan diri dan lingkungannya dan menciptakan mental yang sehat.

Ibn 'Arabi merupakan tokoh sufi filosof dan disebut-sebut sebagai pelopor aliran sufi yang memakai analisa-analisa filosofis dalam membangun argumennya. Dalam memahami pemikiran sufi besar ini tidak sedikit muncul para penerjemah dan komentator dan bahkan banyak tulisan-tulisan dan penelitian yang menjadikannya sebagai objek kajian. Sepanjang pengetahuan penulis, karangan tentang Ibn 'Arabi antara lain: *The Sufi Path of Knowledge: Ibn 'Arabi's Metaphysics of Imagination* karya William C. Chittick; *Le Sceau des Saints, prophétie et Sainteté dans la Doctrine d'ibn Arabi* oleh Michel Chokiewizc; *The Mystical Philosophy of Muhyid Din Ibnul 'Arabi* karya A.E.Affifi; *Ibn al-'Arabi Wahdat al-Wujud dalam Perdebatan* disertasi Kautsar Azhari Noer; *Manusia Citra Ilahi, Pengembangan Insan Kamil Ibn 'Arabi* oleh al-Jilli disertasi Yunasril Ali; *The Concept of the Perfect man in the Thought of Ibn al-'Arabi and M. Iqbal, A Comperative Study* tesis Iskandar Arnel

The Sufi Path of Knowledge: Ibn 'Arabi's Metaphysics of Imagination dalam karya William C. Chittick merupakan kajian

yang menjadikan *al-Futûhât al-Makkiyyah* yang dijadikan referensi utama para peneliti buku ini. Tingkatan rohani Ibn 'Arabi cenderung dipahami dengan pendekatan kajian filsafat tasawuf yang mementingkan dimensi transendental metafisik. Penulis akan mengkaji dimensi psikologi dalam pemikiran tokoh ini, dengan menyoroti prinsip-prinsip kesehatan mental yang dikandung ketika seseorang sampai pada tingkatan tertentu pada *maqâm dan hâl*nya.

Le Sceau des Saints, prophétie et Sainteté dans la Doctrine d'Ibn Arabi merupakan karya Michel Chokiewicz yang telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia dengan judul *Konsep Ibn 'Arabi tentang Kenabian dan Aulia*, Karya ini adalah studi terbaik yang mengkaji tentang teori *wilâyah*. Kajian sarjana Perancis ini dalam perspektif historis dan analisis telah memahami tidak hanya aspek teoritis tetapi juga aspek aplikatif. Dalam kajian ini penulis juga mengkaji aspek aplikatif dari pemikiran Ibn 'Arabi dan kajian Michel tentang *wilâyah* ini merupakan salah satu tingkatan dalam kajian penulis.

Di samping itu kajian tasawuf yang menganalisa dimensi psikologis terdapat dalam beberapa karya, seperti, Amir al-Najjar, *'Ilm al-Nafs wa al-Shufiyyah*; Inayat Khan dalam bukunya *Dimensi Spiritual Psikologis* Robert H. Thouless dalam buku *Pengantar Psikologi Agama*; dan Yahya Jaya dalam bukunya *Spiritualisasi Islam dalam Menumbuhkembangkan Kepribadian dan Kesehatan Mental*.

Buku karya Amir al-Najjar, *al-'Ilm al-Nafs wa al-Shufiyyah* yang diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia dengan judul *Ilmu Jiwa dalam Tasawwuf*. Buku ini memberikan wawasan pada penulis

yang mengaitkan atau mengkaji relevansi ilmu jiwa atau psikologi dengan tasawuf. Kalau boleh ditipologikan kajian dalam buku ini lebih cenderung ke aspek tasawuf '*amâlî* ketimbang kajian teoritis falsafi. Sedangkan penelitian penulis tidak hanya terfokus pada aspek '*amâlî* saja tapi mengkaji aspek teoritis falsafi dalam pengalaman keberagamaan tingkat tinggi seperti *fanâ'*, *al-futuwwah* dan *mu'jizah*

Pendekatan tasawuf dengan wawasan psikologi telah diteliti oleh Inayat Khan dalam bukunya *Dimensi Spiritual Psikologis*. Inayat telah mencetuskan kajian-kajian spiritual memakai dimensi psikologis, penulis sangat terbantu dengan pendekatan yang dipakai oleh peneliti buku ini.

Dimensi teoritis falsafi pengalaman keberagamaan pernah dikaji oleh Robert H. Thouless dalam buku *Pengantar Psikologi Agama*. Dalam buku tersebut, Thouless tidak memfokuskan penelitiannya pada aspek mistik tapi hanya menjadikan mistisisme dalam sorotan psikologi agama dalam satu bab dari beberapa bab buku tersebut. Dan lagi aspek mistik yang diteliti lebih terfokus pada pengalaman keberagamaan atau pengalaman batin dalam agama Kristen, Hindu dan Budha. Penelitiannya tidak mengkaji secara rinci pengalaman keberagamaan atau tingkatan spiritual dalam ajaran tasawuf khususnya *maqâm* dan *hâl*.

Kajian yang meneliti relevansi tasawuf atau spiritualisasi Islam dan dikaitkan dengan kesehatan mental telah dikaji oleh Yahya Jaya dalam bukunya *Spiritualisasi Islam dalam Menumbuhkembangkan Kepribadian dan Kesehatan Mental*. Penulis juga banyak terbantu dengan kajian buku ini yang telah

merelevansikan kajian tasawuf al-Ghazali dengan peningkatan kepribadian dan kesehatan mental. Sehubungan dengan penelitian tersebut, penulis akan memperluas kajian dengan meneliti tinjauan psikologis kesehatan mental dengan menyoroti tasawuf Ibn ‘Arabi yang dikenal menganut tasawuf beraliran falsafi, yang berbeda jauh dengan al-Ghazali yang cenderung ‘*amâlî* atau *akhlâqî*.

Sedangkan fokus utama penulis adalah “*Maqâm dan Hâl dalam Tasawuf Ibn ‘Arabi :Tinjauan Psikologis dari Sudut Kesehatan Mental*” Dalam hipotesis penulis, kajian *maqâm* dan *hâl* Ibn ‘Arabi berdasarkan tinjauan psikologisnya terdapat prinsip-prinsip ajaran yang bertujuan untuk mengembangkan kepribadian dan mental yang sehat.

Adapun Metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*library research*). Sesuai dengan metode tersebut, penulis melakukan penelaahan dan penelitian dalam berbagai literatur; buku-buku, majalah, jurnal, makalah-makalah, artikel surat kabar dan bahan bacaan lainnya yang berkaitan dengan pokok bahasan. Dalam langkah penelitian penulis menelaah sumber utama dan sumber sekunder.

Sumber utama dalam penelitian ini adalah semua karya tokoh yang relevan dengan tema penelitian. Di antara karyanya adalah *al-Futûhât al-Makkiyyah*, *Fushûsh al-Hikam*, *Kitâb Ishthilâhât al-Shufiyyah* dalam *Rasâ’il Ibn ‘Arabî* dan karya Ibn ‘Arabi lainnya yang relevan dengan penelitian ini. Sedangkan sumber data sekunder adalah karangan, informasi dan tulisan orang lain tentang Ibn ‘Arabi dan pemikirannya. Bahkan, karya-karya yang

mengulas pemikiran tasawuf dengan pendekatan psikologi penulis kategorikan pada sumber sekunder.

Terhadap data yang terkumpul, penulis akan melakukan analisis data dengan pendekatan analisis isi (*content analysis*)³⁶. Dalam metode tersebut penulis berupaya mendeskripsikan gagasan atau ide manusia yang terkandung dalam karyanya yang selanjutnya dikonfrontasikan dengan gagasan-gagasan yang lain dalam upaya melakukan berupa perbandingan, hubungan dan pengembangan model.³⁷

Dalam pengambilan kesimpulan, penelitian ini memakai lima langkah dalam metode analisis isi (*content analysis*) seperti dikemukakan Jujun S. Suriasumantri³⁸ yaitu:

1. Deskriptif yaitu mendeskripsikan *maqâm* dan *hâl* yang ada dalam tasawuf Ibn 'Arabi serta mendeskripsikan pendekatan psikologi dan kesehatan mental terhadap pengalaman keagamaan.

³⁶Metode analisis isi (*content analysis*) pada mulanya merupakan suatu tehnik analisis ilmiah terhadap isi pesan. Pesan tersebut ditangkap dan ditelaah secara kritis dengan menggunakan beberapa langkah. Lebih lengkap ada di Klaus Krippendorff, *Analisis Isi; Pengantar Teori dan Metodologi*, penerjemah Farid Wajidi, judul asli "*Content Analysis: Introduction to its Theory and Methodology*", (Jakarta: Rajawali Press, 1991), h. 15. Menurut Noeng Muhadjir secara teknis, langkah-langkah *content analysis* terdiri dari: 1) Klasifikasi tanda-tanda yang dicapai dalam komunikasi; 2) Menggunakan kriteria-kriteria sebagai dasar klasifikasi; dan 3) menggunakan teknis analisis tertentu sebagai pembuat prediksi. Baca Noeng Muhadjir, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta: Penerbit Sarasi, 2001), h.68-70. Kemudian kajian ini dipakaikan dalam menganalisa isi teks yang dalam karya seorang tokoh.

³⁷Fokus kajian dengan metode analisis isi ini bertujuan mengkaji gagasan primer mengenai sesuatu ide dan mengungkap permasalahan yang dipercayai yang dianalisa berdasarkan sekunder yang relevan. Jujun S. Suriasumantri, "*Penelitian Ilmiah, Kejelasan dan Keagamaan: Mencari Paradigma Kebersamaan*", dalam M. Deden Ridwan (ed) *Tradisi Baru Penelitian Agama Islam Tinjauan Antardisiplin Ilmu*, (Bandung: Nuansa Cendekia, 2001), h. 64

³⁸Lima langkah dalam *content analysis* adalah 1) Mendeskripsikan objek penelitian; 2) Membahas objek penelitian yang telah dideskripsikan; 3) Melakukan kritik terhadap objek penelitian; 4) Melakukan analisis dengan mengkomperasikan objek penelitian dengan data-data sekunder, dan; 5) Menyimpulkan hasil penelitian. *Ibid.*,

2. Membahas objek yang telah dideskripsikan dengan metode deduktif dan induktif. Metode deduktif dengan menggali premis mayor sebagai bahan utama yang digali dari khazanah keilmuan tasawuf. Konstruksi premis mayor ini dijadikan sebagai kebenaran yang dijadikan dalam penggalan premis minor. Induktif dengan menggali premis minor (tinjauan psikologis) yang dijadikan sumber analisis untuk premis mayor (tasawuf)
3. Melakukan kritik terhadap pemikiran yang dibahas dengan alternatif pemikiran lain serta mengambil pendapat yang sesuai dengan konteks penelitian ini
4. Analitis kritis yaitu menganalisa secara kritis *maqâm* dan *hâl* Ibn 'Arabi berdasarkan dimensi psikologis untuk melihat prinsip-prinsip kesehatan mental.
5. Menyimpulkan hasil penelitian.

Untuk teknik penulisan, penulis memakai pedoman penulisan tesis yang dikeluarkan IAIN Imam Bonjol Padang edisi tahun 2001. Metode kebahasaan, penulis memakai acuan EYD berdasarkan Kep. Mendikbud No. 0543a tahun 1987 yang diterbitkan oleh Penerbit Bumi Angkasa. Sedangkan transliterasi mengacu pada pedoman transliterasi PPs. IAIN Jakarta.

Selanjutnya, untuk memudahkan pemahaman terhadap tulisan ini, secara umum penulis menyusun sistematika pembahasan yang dibagi dalam beberapa bab di antaranya:

BAB I, mendeskripsikan bagaimana gagasan penelitian ini muncul dan diangkat menjadi suatu objek penelitian. Aspek ini

sangat penting untuk merumuskan tema dan batasan masalah. Selanjutnya bab ini menguraikan tujuan dan kegunaan penelitian, penelitian relevan, definisi operasional, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

BAB II menguraikan tentang Ibn 'Arabi, tokoh sufi yang banyak melakukan pengembaraan spiritual dan intelektual ini melahirkan pemikiran-pemikiran alternatif dalam menjawab semua fenomena dan perkembangan yang dihadapinya. Pengembaraan sufi ini dalam melintasi berbagai negara menambah keyakinan akan kematangan spiritual dan intelektual yang terangkum karya-karyanya yang banyak. Karena penelitian ini bersangkutan dengan pemikiran tasawuf juga akan dijelaskan pemikiran tasawuf Ibn Arabi termasuk tentang *maqâm* dan *hâl* .

BAB III menjelaskan pendekatan psikologi dan kesehatan mental terhadap pengalaman keagamaan. Bab ini merupakan pendekatan awal dan menyoroti pandangan psikolog Barat terhadap pengalaman keagamaan. Kajian tersebut mengantarkan penulis untuk merumuskan pendekatan psikologi dan kesehatan mental dalam pengalaman tasawuf.

BAB IV bab ini merupakan inti pembahasan, menguraikan tentang *maqâm* dan *hâl* Ibn 'Arabi, menjelaskan beberapa konsep *maqâm* dan *hâl* dalam tasawuf Ibn 'Arabi. Penulis akan mengkaji tinjauan psikologi terhadap *maqâm dan hâl* dalam tasawuf Ibn Arabi. Tinjauan itu selanjutnya digunakan untuk melihat prinsip-prinsip kesehatan mental dalam *maqâm dan hâl* tersebut.

BAB V sebagai penutup pembahasan, penulis akan mengemukakan kesimpulan dan saran-saran. Pada bab terakhir ini memuat kesimpulan dari masalah pokok yang dikemukakan.

BAB II

TASAWUF DAN IBN ‘ARABI

A. Biografi dan Karya-karya Ibn ‘Arabi.

Ibn ‘Arabi adalah seorang sufi keturunan suku Arab kuno Tayy, ia mempunyai nama lengkap Muhammad ibn ‘Ali ibn Muhammad ibn al-‘Arabi al-Tai al-Hutami. Sufi ini dilahirkan pada tanggal 17 Ramadhan 560 H, bertepatan dengan tanggal 28 Juli 1165 M, di Mursia, Spanyol bagian Tengah..¹

Ibn ‘Arabi mempunyai dua gelar yang paling masyhur yaitu *muhyî al-dîn* (penghidup agama) dan *al-syaikh al-akbar* (guru besar), gelar yang terakhir lebih terkenal daripada gelar pertama. Nama Ibn ‘Arabi berdasarkan penelitian Kautsar Azhari, memakai *al* yaitu Ibn al-‘Arabi. Pemakaian *al* ini dinisbatkan pada nama kakeknya, bertujuan untuk menghindari kesalahpahaman dengan tokoh lain yang mempunyai nama Ibn ‘Arabi juga yaitu Abu Bakar Muhammad Ibn ‘Abd Allah Ibn ‘Arabi al-Mu’affifi

(468-543 H/ 1076-1148 M), seorang ahli hadist dari Seville.² Penulis lebih cenderung memakai nama Ibn ‘Arabi tanpa *al*. Kalau dicermati dari penulisan beberapa teks-teks Ibn ‘Arabi sendiri, penamaannya tidak memakai *al*. Menurut penulis dari

¹ Asian Palacios, *Ibn ‘Arabi: Hayâtuh wa Madzhabuh*, penerjemah Abd. Al-Rahmah al-Badawi, judul asli dalam bahasa Spanyol, “*El Islam Cristianizado, Estudio del Sufismo a Trave’s de las Obras de Abenarabi de Murcia*”, (Beirut: Dâr al-Qalam, 1979), h.12

unsur tata bahasa Arab *yâ nisbat* sudah mengindikasikan *ma'rifah*, tidak perlu ditambah *alif-lâm* atau tambahan *al*. Karena dalam satu kata, tidak mesti terdapat dua tanda *ma'rifah*. Lagi pula kalau hanya sekedar membedakan dengan nama tokoh lain seperti alasan Kautsar di atas, biasanya para pengkaji melengkapi namanya dengan Muhyi al-Din Ibn 'Arabi.

Kondisi politik yang stabil di bawah Dinasti al-Muwahhidin, pimpinan Abu Ya'kub Yusuf yang melindungi kepindahan keluarga Ibn 'Arabi ke Seville. Karena pada tahun 567 H/1172 M, Mursia ditaklukkan oleh Dinasti al-Muwahhidin.³ Ayahnya bernama Ali ibn Muhammad, merupakan seorang laki-laki yang saleh, hamba yang ikhlas kepada Tuhan, berpaling dari kehidupan dunia dan zuhud dari fitnah-fitnah dunia. Ibunya bernama Nurul Ansyariyyah, seorang wanita salehah yang mewarisi semangat orang yang telah membuka hatinya terhadap perjuangan Rasulullah. Sifat yang tercermin pada dirinya adalah kesalehan, ketakwaan dan ketundukan kepada Tuhan. Ibn 'Arabi mempunyai dua paman yang mempengaruhi kepribadiannya yaitu Yahya ibn Wigan dan Abu Muslim al-Khawlan, pemuka kaum di Tunisia yang taat beribadah. Lingkungan keluarga yang kondusif inilah yang mewarnai masa kecil dan pertumbuhan jiwa Ibn 'Arabi dalam menyelami samudra Ilahi yang maha luas.⁴

² J. Robson, "Ibn al-'Arabi" *The Encyclopaedia of Islam*, (London dan Leiden: Luzac dan Brill, 1977) 3:707

³Kautsar Azhari, *Ibn al- 'Arabi: Wahdat al-Wujûd dalam Perdebatan*, (Jakarta: Paramadina, 1996), Cet. ke-1, h. 18

⁴ Otsman Yahya, Pengantar dalam edisi Ibn 'Arabi , *al-Futûhât al-Makkiyyah*, (Kairo: al-Hay'ât al-Misriyyat al 'Ammah li al-Kuttâb 1972), jilid 1, h. 38

Ibn 'Arabi memulai pendidikan formalnya di Kota Seville, di bawah bimbingan sarjana-sarjana terkenal. Ia mempelajari al-Qur'an dan tafsirnya, hadist, fiqh, teologi dan filsafat Skolastik.⁵ Pada waktu itu Seville adalah pusat sufisme yang penting dengan sejumlah guru sufi yang tinggal di sana. Selama di Seville ini, Ibn 'Arabi sering melakukan perjalanan ke berbagai tempat di Spanyol dan Afrika Utara. Kesempatan tersebut digunakan untuk mengunjungi para sufi dan sarjana-sarjana terkenal. Salah satu kunjungannya yang sangat mengesankan adalah ketika berjumpa dengan Ibn Rusyd (w. 595 H/1198 M) di Kordova. Percakapan dengan filosof besar itu membuktikan kecemerlangan yang luar biasa dalam wawasan spiritual dan intelektual Ibn 'Arabi. Percakapan yang dilukiskan oleh T. Izutsu seperti yang dikutip Kautsar Azhari, merupakan faktor penting bagi sufi muda dan filosof tua beraliran Aristotelianisme. Pertemuan dua aliran pemikiran itu telah menjelaskan titik buhul, perbedaan dan pertentangan jalan akal logis dengan jalan imajinasi gnostik yang kemudian membagi pemikiran Islam ke dalam dua cabang.⁶ Perdebatan tersebut juga memperlihatkan bagaimana mistisisme dan filsafat berhubungan satu sama lain dengan kesadaran mistisisme metafisik. Artinya pengalaman visioner mistiknya berhubungan paling dekat dengan, dan disokong oleh pemikiran filosofisnya yang ketat. Ibn 'Arabi adalah seorang mistikus dan seorang guru filsafat Parepatetik, sehingga ia lebih tepat dikatakan memfilsafatkan pengalaman spiritual batinnya ke

⁵ T. Izutsu, "Ibn 'Arabi" *The Encyclopaedia of Religion*, (New York dan London; Macmillan, 1987) h. 6: 553

⁶ Kautsar Azhari, *op. cit.*, h.18

dalam suatu pandangan dunia metafisis Maha Besar. Sebagaimana terlihat dalam hubungan dengan struktur metafisikanya dalam konsep *wahdat al-wujûd*.

Keberhasilan Ibn 'Arabi dalam pendidikan mengantarkannya untuk menduduki jabatan Sekretaris Gubernur Seville. Pada periode itu ia menikahi seorang wanita muda yang salehah, Maryam. Suasana kehidupan guru-guru sufi dan keikutsertaan istrinya mengikuti jalan sufi adalah faktor kondusif yang mempercepat pembentukan diri Ibn 'Arabi menjadi seorang sufi. Seperti yang diceritakannya sendiri dalam *Futûhât*, bahwa ia memasuki jalan sufi secara formal pada tahun 580 H/ 1184 M, saat berusia dua puluh tahun.⁷

Di antara guru-guru spiritual Ibn 'Arabi terdapat dua wanita lanjut usia yang merupakan wanita aulia yaitu Yasmin Musyaniyyah, sering pula disebut Syam dari Marchene dan Fatima Qurthubiyah. Keduanya berpengaruh besar dalam membentuk kehidupan Ibn 'Arabi. Khususnya Fatima, seorang wanita yang meskipun usianya sudah lebih dari sembilan puluh lima tahun, masih tetap cantik dan segar seperti gadis. Wanita ini berperan penting sebagai pembimbing rohani Ibn 'Arabi selama dua tahun.

Pada usia tiga puluh tahun, kira-kira tahun 590 H/ 1193 M untuk pertama kali Ibn 'Arabi mengadakan perjalanan keluar

⁷ Franz Rosenthal, *Ibn 'Arabi between Philosophy and Mysticism Orient* (Leiden: Brill 1988) h.32. Pertemuan Ibn 'Arabi dengan Ibn Rusyd juga dipaparkan oleh Stephen Hirstenstein, *Dari Keberagamaan ke Kesatuan, Ajaran dan Kehidupan Spiritual Syaikh al-Akbar Ibn 'Arabi*, penerjemah Triwibowo Budi Santoso, judul asli "*The Unlimited Mercifier- The Spiritual Life and Thought of Ibn 'Arabi*", (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2001), Cet. ke-1, h. 74-75

Semenanjung Iberia. Pada tahun itu ia pergi ke Tunis dan belajar *Khal' al-Na'layn* (Melepas kedua Sandal) bersama Ibn Qasi, pemimpin sufi yang melakukan pemberontakan terhadap Dinasti al-Murabbithin di Algerve. Dan kemudian Ibn 'Arabi menulis komentar tentang karya itu.⁸ Pada tahun yang sama, ia mengunjungi Abd al-Azis al-Mahdawi yang kemudian dikirimnya *Rûh al-Quds*, dan juga berguru pada Al-Kinani guru al-Mahdawi. Di Tunis ini pula Ibn 'Arabi bertemu dengan al-Khaidr yang juga salah seorang pembimbing spiritualnya.

Kondisi di Tunis tidak memungkinkan bagi Ibn 'Arabi karena perang terjadi antara orang-orang al-Muhadiyyah dengan musuh-musuh mereka di Afrika Utara. Ibn 'Arabi memutuskan kembali ke Andalusia, di tengah perjalanan menuju Seville, kemudian singgah di Tlemcen dan di Tafifa. Di Seville Ibn 'Arabi bertemu dengan Abu Abd Allah al-Tharthasi dan Abd Allah al-Qalafat dan melakukan diskusi tentang berbagai hal.⁹

Pada tahun 591 H /1194 M, Ibn 'Arabi melakukan perjalanan ke Fez selama satu tahun, kemudian kembali ke Seville. Di sini ia menghabiskan banyak waktunya untuk belajar dan berdiskusi, termasuk belajar hadits-hadits nabi dengan pamannya. Reputasi keilmuan dan otoritas spiritual Ibn 'Arabi telah membuat banyak orang menghormati dan meneladaninya.

Pada tahun 593 H/ 1196 M Ibn 'Arabi melakukan lawatan lagi ke Fez, di sini ia belajar dan bertemu dengan 'Abd al-Karim, Imam Masjid al-Azhar serta mengunjungi taman Ibn Hayyun yang

⁹ Kautsar Azhari Noer, *op. cit* h. 19

menarik perhatian spiritualnya. Selama tinggal di Fez, reputasi Ibn 'Arabi dalam aspek keilmuan dan spiritual bertambah dan mencapai tingkat wali Allah, ini terjadi pada tahun 594 H¹⁰

Periode lawatan spiritual berakhir dengan adanya ancaman penyiksaan yang bakal menimpa kaum sufi oleh orang-orang al-Muhadiyyah yang mencurigai mereka sebagai sumber keresahan. Pada tahun 595 H/ 1198 M, Ibn 'Arabi kembali ke tempat asalnya, Mursia. Di tengah perjalanan, ia singgah di Granada untuk mengunjungi syeikhnya, Abu Muhammad 'Abd Allah al-Syakkaz. Beliau disebut-sebut sebagai salah seorang guru terkenal yang pernah dijumpainya. Ibn 'Arabi mengunjungi sekolah sufi terkenal di Almeria yang didirikan oleh Ibn al-'Arif, pengarang risalah *Muhasin al-Majallis*. Kunjungan ke Granada ini mengilhami lahirnya karya Ibn 'Arabi *Mawâqî' al-Nujûm*. Pada tahun yang sama ia melayat Ibn Rusyd yang meninggal di Marnakesy dan dimakamkan di Kordova.¹¹

Setelah mengunjungi Marrakes, Fez dan Bugia, Ibn 'Arabi kembali ke Tunis pada tahun 598 H/1201 M. Di Tunis ia tinggal dengan sahabatnya al-Mahdawi yang pernah dikunjunginya delapan tahun yang lalu. Selama di Tunis juga ia menyelesaikan sebagian karyanya *Insyâ' al-Dawâ'ir* dan melanjutkan perjalanan menuju tanah suci serta singgah sebentar di Alexandria dan Kairo. Menjelang akhir tahun 598 H, ia sampai di Makkah. Ketenaran Syekh Andalusia ini cepat menyebar dan disambut dengan

¹⁰ Ibn 'Arabi, *Sufi-Sufi Andalusia*, penerjemah M.S. Narullah, judul asli "*Sufis of Andalusia: The Rûh al-Quds and Durra' al-Fâkhirah*", (Bandung: Mizan, 1994), Cet. ke-3, h.32

¹¹M.M. Sharief, "Ibn 'Arabi " *A History of Muslim Philosophy*, (Wiesbaden: Ottorasowitz, 1967), jilid 1, h .333

penyakit kekeluargaan oleh kalangan penguasa dan terpelajar di Kota Makkah.¹²

Kedatangan Ibn 'Arabi di Makkah mengakhiri fase pertama kehidupannya, yang merupakan fase persiapan dan pembentukan dirinya sebagai seorang sufi. Hampir seperdua hidupnya dihabiskan dalam fase ini. Situasi politiklah yang menyebabkan Ibn 'Arabi meninggalkan Spanyol dan Afrika Utara. Para penguasa al-Muwahhidin mengancam akan menyiksa para sufi karena mereka dicurigai menggerakkan tarekat-tarekat untuk mengadakan perlawanan terhadap rezim yang berkuasa dan dituduh merampas kekuasaan status quo. Seandainya Ibn 'Arabi tetap di Spanyol, mungkin ia akan mengalami nasib yang sama seperti Ibn Qasi yang dibunuh atau seperti Ibn 'Arif yang diracun oleh Gubernur Afrika Utara.

Fase kedua adalah fase peningkatan yang berlangsung sejak 598 H/ sampai 620 H/1223 M. Pada fase ini Ibn 'Arabi melakukan pengembaraan ke berbagai tempat di Timur Dekat dan sampai di Makkah pada penghujung tahun 598 H/ pertengahan 1202 M. Kedatangannya disambut oleh Zahir bin Rustam dan putrinya Nizam. Zahir adalah seorang guru sufi yang terkenal di Makkah. Ibn 'Arabi melukiskan bahwa putri guru itu adalah seorang gadis muda yang mempunyai kecantikan yang mempesona, kemampuan intelektual yang tinggi dan pengalaman spiritual yang mendalam. Pada dirinya berpadu kecantikan

¹²*Ibid.*, h.37 Bandingkan dengan W.C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge, Pengetahuan Spiritual Ibn 'Arabi*, penerjemah A.Nidjam, judul asli "*The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*", (Yogyakarta: Penerbit al-Qalam, 2001), Cet. ke-1, h. 12,

jasmani dan kebijaksanaan rohani yang agung. Perempuan itu telah mengilhami Ibn 'Arabi untuk menulis sekumpulan puisi yang sangat indah, *Tarjumân al-Asyîwâq*, yang membawa tuduhan bahwa ia telah menulis puisi tentang cinta yang didorong hawa nafsu. Secara lahir *Tarjumân al-Asyîwâq* membenarkan tuduhan itu, tetapi secara batin karya tersebut -sebagaimana dibelanya di dalam *al-Dzakhâ'ir al-A'lawîyyah*, ditujukan kepada Allah, perkara samawiyah dan kenikmatan duniawi menyatu dengan Allah. Sikapnya terhadap perempuan melambungkan pada dirinya suatu apresiasi yang kuat terhadap dimensi feminin, paling tidak dalam aspek rohaninya. Bab terakhir dalam *Fushûsh al-Hikam* adalah bukti paling nyata tentang signifikasi rohani feminin dalam pemikirannya. Karena salah satu babnya memuat komentar luas tentang hadist Nabi SAW, tiga hal yang paling aku cintai di dunia ini; wanita, parfum dan shalat.

Makkah bagi Ibn 'Arabi bukan sekedar tempat melaksanakan ibadah haji, tawaf dan ibadah lain. Kakbah baginya adalah tempat meningkatkan kualitas kehidupan mistiknya. Kakbah sebagai pusat kosmis dan merupakan tempat khusus memperoleh pengalaman rohani yang tidak mungkin diperoleh di tempat lain. Ia melukiskan peristiwa hakiki dan menentukan hanya bisa ditimbulkan dengan meditasi di sekitar Kakbah. Karena peristiwa-peristiwa tersebut terjadi hanya dalam pusat dunia yaitu pada kutub mikrokosmos batini.

Selama menetap di Makkah, Ibn 'Arabi menghabiskan waktunya untuk menulis dan belajar. Pada masa itu, ia mulai menulis karya besarnya, *al-Futûhât al-Makkiyyah* dan juga

menuntaskan empat karyanya yang pendek-pendek yaitu: *Misykât al-Anwâr*, *Hilyat al-Abdâl*, *Tâj al-Rasâ'il* dan *Rûh al-Quds*. Dari Makkah ini Ibn 'Arabi banyak melakukan lawatan di antaranya: ke Madinah, Yerusalem, Baghdad dan negara-negara Timur Tengah lainnya. Karya-karya yang dituntaskan dalam perjalanan tersebut di antaranya: *al-Tanazzulât al-Mawsiliyyah* yang ditulis di Mosul dan *'Awârif al-Ma'ârif* yang ditulis di Baghdad.¹³

Pada fase pertengahan hidupnya, Ibn 'Arabi dua kali keluar masuk kota Makkah. *Pertama*, tahun 601 M/1203 M setelah kembali dari Mesir. *Kedua*, tahun 611 H/ 1214 M setelah kembali dari Asia kecil. Selama menetap di Makkah, ia menulis *al-Dzakhâ'ir al-A'lâq* yang merupakan komentar terhadap *Tarjumân al-Asyiwâq*, yang dituduh berisi ungkapan cinta yang didorong hawa nafsu. Terakhir Ibn 'Arabi berkunjung ke Asia Kecil dan menetap selama lima tahun. Akhirnya Ibn 'Arabi memilih Damaskus untuk tinggal selama akhir hayatnya. Ibn 'Arabi mulai menetap di Damaskus pada tahun 620 H/ 1223 M dan mengakhiri fase dan memasuki fase ketiga.

Fase ketiga mulai dan berlangsung selama delapan belas tahun. Fase ini adalah fase kematangan kehidupan spiritual dan intelektual Ibn 'Arabi sebagai seorang sufi. Pada masa itu pula ia menyelesaikan karya besarnya *al-Futûhât al-Makkiyyah* yang telah dimulai semenjak kedatangannya pertama sekali di Makkah. Karya pentingnya yang lain adalah *Fushûsh al-Hikam* yang mengisahkan pertemuannya dengan Nabi Muhammad pada akhir

¹³ A.Ates, "Ibn Arabi", *The Encyclopaedia of Islam*, (Leiden: Luzac, 1979) h.3:709

Muharram 627 H. Lewat mimpinya, nabi menyuruh menyebarkan kitab itu kepada umat.

Pada periode ketiga ini Ibn 'Arabi melibatkan diri dalam kehidupan sosial, politik dan kemasyarakatan. Kedekatannya dengan penguasa dimanfaatkan untuk menyebarkan ajaran sufi. Ia mempunyai banyak murid yang mempelajari dan menulis serta menyebarkan pahamnya.

Akhirnya pada tanggal 22 Rabi'al Tsani 638 H Ibn 'Arabi wafat, bertepatan pada bulan November 1240 M di Damaskus. Ia dimakamkan di Salihiyyah di kaki Bukit Qasiyun bagian utara Kota Damaskus.¹⁴ Ikut dalam acara pemakamannya Kadi kepala Ibn al-Zaki, murid dan masyarakat. Tempat pemakaman *al-syaikh al-akbar* itu sering dikunjungi kaum Muslimim di penjuru dunia karena mereka menganggap tempat tersebut disucikan semua nabi, khususnya al-Khaidr. Semenjak syekh ini dimakamkan di sana bertambahlah kesan tempat tersebut bagi kaum Muslimin

Adapun karya-karya Ibn 'Arabi terdiri dari beragam topik dan halaman. Mulai dari uraian-uraian pendek serta surat-surat yang hanya terdiri dari beberapa halaman sampai berupa ensiklopedi besar, dari masalah-masalah metafisis sampai puisi-puisi sufistik. Pokok persoalan yang dikajinya juga sangat bervariasi, mencakup metafisika, kosmologi, psikologis, tafsir dan hampir setiap lapangan pengetahuan lain, yang semuanya diuraikan dengan menjelaskan makna esoteriknya.

¹⁴ Reynold A. Nicholson, "Muhyi al-Din Ibn 'Arabi" *Encyclopaedia of Religion and Ethics* (London: Macmillan, tth) h 907

1. *Masyâhid al-Asrâr al-Qudsiyyah* (Kontemplasi Misteri Kudus). Ditulis pada tahun 1194/590 di Andalusia, saat kembali dari kunjungan pertamanya ke Tunis. Buku ini mendiskripsikan urutan-urutan empat belas kontemplasi dalam bentuk dialog dengan Tuhan.
2. *Al-Tadbîrât al-Ilâhiyyah* (Pemerintahan Tuhan). Ditulis dalam waktu empat puluh hari. Karya ini mungkin mulai di tulis sebelum *Masyâhid*, tetapi baru dikerjakan kembali di kemudian hari, ketika tinggal bersama Syaikh al-Mawruri di Moron, Andalusia. Latar belakang penulisannya sebagai jawaban atas pertanyaan al-Mawruri tentang makna dan hakikat politik dari sudut pandang sufi dan tentang kekhalifahan manusia di bumi, yakni mikrokosmos yang meringkaskan makrokosmos.
3. *Kitâb al-Isrâ'* (Kitab Perjalanan Malam). Peristiwa *isra'* yang dialami Nabi Muhammad SAW sangat menggugah perenungannya, ketika berada di Fez, tahun 1198/594. Karya ini menguraikan pendakian mistik dan pertemuannya dengan pengalaman spiritual *isra'* dan *mi'raj* nabi sampai tujuh langit dan tercapainya kesadaran dari dalam bentuk prosa.
4. *Mawâqî' al- Nujûm* (Letak Bintang Gemintang). Ditulis dalam sebelas hari ketika berada di Almeria pada bulan Juli 1199/Ramadhan 595. Kitab ini menjelaskan apa yang diperlukan guru-guru spiritual dalam mengajar. Di dalamnya diuraikan tiga derajat kualitas spiritual, yaitu kepasrahan (*islâm*), kepercayaan (*îmân*), dan kebaikan (*ihsân*) berdasarkan tiga tingkat realisasi diri dan anggota badan memuji Tuhan.

5. *'Anqâ' Mughrib* (Burung Anqa di Barat). Mungkin ini adalah karya terakhir di Tanah Andalusia, Spanyol, sekitar tahun 1199/595. Karya ini menguraikan makna *maqâm* mahdi, penutup wali dan kedudukan *nur Muhammadiyyah*. Karya ini dimaksudkan sebagai pelengkap karya *al-Tadbîrât al-Ilâhiyyah*.
6. *Insyâ' al-Dawâ'ir* (Uraian Lingkaran yang Meliputi). Ditulis pada tahun 1201/598 di Tunisia sebelum meninggalkan dunia Barat menuju dunia Timur. Karya ini menjelaskan landasan ajaran metafisikanya, eksistensi dan non eksistensi, manifestasi dan non manifestasi, dan derajat manusia di dunia dengan menggunakan diagram dan tabel.
7. *Misykât al-Anwâr* (Relung Cahaya). Ditulis sepanjang tahun 1202/599 di Makkah. Kitab ini memuat kumpulan 101 hadis kudsi dalam tiga bagian :40 hadis tentang rantai transmisi menuju Tuhan, 40 hadis tanpa transmisi, dan 21 hadis ucapan bijak lainnya.
8. *Hilyat al-Abdâl* (Perhiasan para Pengganti). Ditulis pada tahun 1203/599 dalam waktu satu jam saat mengunjungi Tha'if. Karya tersebut menguraikan tentang praktek sufi dan empat penopang tarekat/jalan: penyendirian, diam, puasa, dan keterjagaan. Karya ini juga memuat bagaimana semua ini muncul dalam istilah fisik sebagai pantangan dan bagaimana hakekat spiritualitasnya sebagai kondisi dari hati sang hamba.
9. *Rûh al-Quds* (Risalah tentang Ruh yang Suci). Ditulis pada tahun 1203/600 di Makkah. Di dalamnya menjelaskan sifat-sifat sahabat sejati dan orang-orang yang dia temui selama di Maghrib yang memperlihatkan sifat-sifat terpuji, sumber-

sumber pengetahuan Ibn 'Arabi selama di Andalusia dan orang-orang yang dia kenal. Karya ini terdiri dari tiga bagian: keluhan soal kurangnya pemahaman orang banyak tentang jalan sufi, serangkaian sketsa biografi dari sekitar lima puluh tokoh sufi di Barat, dan diskusi tentang kesulitan dan halangan yang ditemui dalam jalan tersebut.

10. *Tâj al-Rasâ'il* (Mahkota Surat-surat). Ditulis sekitar tahun 1203/600 di Makkah, terdiri dari delapan surat cinta untuk Kakbah, "jantung eksistensi". Masing-masing berhubungan dengan teofani nama-nama Ilahi yang muncul disaat melaksanakan tawaf.
11. *Kitâb al-Alif* (Kesatuan), *Kitâb al-Bâ'*, *Kitâb al-Yâ'* dan seterusnya. Seri karya ringkas yang menggunakan sistim penomoran alfabetis, ditulis di Yerusalem tahun 1204/601 dan disusun selama lebih dari tiga tahun. Seri kitab ini membahas prinsip-prinsip Ilahi yang berbeda-beda, seperti ketunggalan (*ahadiyyah*), kasih (*rahmân*), dan cahaya (*nûr*).
12. *Al-Tanazzulât al- Mawsiliyyah* (Turunnya Penyingkapan di Mosul). Ditulis pada bulan April 1205/601, menguraikan rahasia esoteris dari amal ibadah wudhu' dan salat, dan bagaimana masing-masing tahap ritual sehari-hari dapat dikarunia makna dan hikmah.
13. *Kitâb Jalâl wa al-Jamâl* (Kitab Keagungan dan Keindahan). Ditulis sehari pada bulan April 1205/601 di Mosul, membahas beragam ayat al-Qur'an dari segi aspek yang tampak saling bertentangan, keagungan, dan keindahan, menyinggung

aspek ketiga yang mengintegrasikan keduanya, yakni keseimbangan yang sempurna.

14. *Kitâb Kunh mâ lâ Budda minh li al-Murîd* (Hal-Hal Esensial bagi Pencari Kebenaran). Ditulis di bulan April/Mei 1205/602 di Mosul, menjelaskan praktek-praktek penting untuk orang yang memulai berangkat di jalan spiritual untuk disampaikan rasul, melakukan zikir, mencari guru spiritual, dan sebagainya.
15. *Risâlat al-Anwâr* (Risalah Cahaya-Cahaya). Ditulis tahun 1205/602 di Konya untuk memenuhi permintaan seorang sahabat agar dia menjelaskan perjalanan pendakian menuju Tuhan Yang Maha Kuasa dan perjalanan kembali menuju makhluk. Risalah ini menguraikan persoalan spiritual mengenai pendakian tanpa henti melalui berbagai tingkatan eksistensi dan pengetahuan, sampai ke tingkat insan kamil.
16. *Isyârât al-Qur'ân fi 'Âlam al-Insân* (Kiasan al-Qur'an dalam Dunia Manusia). Ditulis di Yerussalem tahun 1206/602, dimaksudkan untuk pelengkap *al-Tanazzulât al-Mawsiliyyah*. Ini bukan perenungan terhadap kandungan al-Qur'an yang sederhana, tetapi perenungan yang mendalam atas setiap surat Al-Qur'an.
17. *Kitâb Ayyâm al-Sha'n* (Hari-Hari Karya Tuhan). Disusun sekitar tahun atau sebelum tahun 1207/603. Karya ini adalah hasil meditasi atas struktur waktu dan cara-cara di mana jam dan hari dalam seminggu saling berkaitan. Karya ini didasarkan pada ayat al-Qur'an, "setiap waktu Tuhan berada dalam kesibukan".

18. *Kitâb al-Tajalliyyah* (Kitab Teofani). Ditulis kira-kira sekitar 1209/606 di Aleppo. Karya ini menguraikan serangkaian visi teofanik tentang subjek kesempurnaan, kedermawanan, dan kemurahan berdasarkan wawasan mendalam atas surat Al-Qur'an. Visi ini sering berbentuk dialog dengan wali yang telah meninggal, seperti Al-Hallaj, Junayd, atau Sahl al-Tustari. Tujuan dari karya ini adalah memberi instruksi kepada para pencari soal kejadian-kejadian yang mungkin mereka jumpai dalam perjalanan menuju Tuhan.
19. *Kitâb Fanâ' fî al-Musyâhadah* (Kitab Fana dan Penyaksian). Ditulis di Bagdad, mungkin pada saat persinggahan keduanya tahun 1212/608. Kitab ini adalah hasil meditasi mendalam atas surat kesembilan puluh delapan, menguraikan pengalaman visi mistik dan perbedaan antara orang berpengetahuan riel dengan orang-orang intelek.
20. *Tarjumân al-Asyîwâq* (Penafsir Hasrat yang Menyala). Disusun tahun 1215/Ramadhan 611 di Makkah, meskipun ditulis dalam periode yang lebih panjang dengan komentar lebih lanjut pada tahun yang sama di Aleppo. Karya ini memuat enam puluh satu puisi yang dipersembahkan kepada pribadi Nizam, mengkiaskannya dengan rahasia hakikat dan keindahan Tuhan.
21. *Ishthilâhât al-Shûfiyyah* (Istilah Teknik Sufi). Ditulis tahun 1218/615 di Malatya sebagai jawaban atas permintaan sahabatnya. Karya ini terdiri dari 199 definisi singkat dari ekspresi paling penting yang lazim ditemukan di antara hamba-hamba Allah.

22. *Kitâb al-Isfâr* (Penyingkapan Akibat dari Perjalanan). Tahun dan tempat penulisannya tidak diketahui. Karya ini adalah hasil meditasi atas makna perjalanan spiritual secara umum dan perjalanan nabi secara khusus. Perjalanan itu adalah tanpa akhir, di dunia dan akhirat dan diekspresikan sebagai “peringat dari apa-apa yang ada di dalam diri dalam milikmu yang telah engkau lupakan”.
23. *Kitâb al-‘Abâdillâh* (Kitab Hamba-Hamba Allah). Ditulis sebelum 1229/626, mungkin di Damaskus. Terdiri dari 117 bagian yang dipersembahkan kepada individu-individu bernama ‘*abd al-Allâh*, masing-masing digambarkan sebagai “putra” dari nama Ilahi tertentu dan dari nabi tertentu. Barangkali karya ini mengikuti hadis yang mengatakan bahwa manusia mempunyai 11 karakteristik dan menjelaskan realisasi dan karakteristik dari segi nama-nama Ilahi.
24. *Fushûsh al-Hikam* (Untaian Cincin Kebijaksanaan). Ditulis setelah visi tentang Nabi Muhammad di tahun 1229/627 di Damaskus, dan ditulis berdasarkan perintah Nabi. Karya ini dipandang sebagai intisari ajaran spiritual Ibn ‘Arabi. Terdiri dari 27 bab, yang masing-masingnya didedikasikan untuk makna spiritual dan kebijaksanaan dari nabi tertentu. Dua puluh tujuh nabi itu, dimulai dari Nabi Adam dan diakhiri dengan Nabi Muhammad, adalah digambarkan bagaikan untaian cincin melingkar yang memuat permata kebijaksanaan dan mempresentasikan semua umat manusia berbeda-beda di bawah yuridiksi Muhammad sang penutup.

25. *Fihrist al-Mu'allafah* (Katalog Karya Tulis). Ditulis pada tahun 1229/627 di Damaskus, ini adalah katalog yang disusun Ibn 'Arabi sendiri yang memuat 248 karya yang ditulisnya sebelum tahun ini.
26. *Ijâzah li al-Malik Al-Muzaffar* (Ijazah untuk Raja Al-Muzaffar). Ditulis tahun 1234/633 di Damaskus untuk penguasa kota. Raja Al-Muzaffar di dalamnya disebutkan sekitar 290 karya dan tujuh puluh nama guru.
27. *Kitâb Nasb al-Khîrğa* (Garis Jubah Inisiasi). Tanggal dan tempat penyusunan tidak diketahui dengan pasti, namun barangkali sekitar tahun 1236/633 di Damaskus. Kitab ini menggambarkan afiliasi spiritualnya dan bagaimana dia masuk ke jalan Tuhan. Di dalamnya juga memuat inisiasi yang dia berikan kepada orang lain, yang disebut kebanyakan adalah wanita.
28. *Awrâd al-Usbû'* (Do'a untuk Seminggu). Tahun dan tempat penyusunan tidak diketahui, meskipun mungkin disusun selama lebih dari satu tahun. Salah satu dari banyak do'a yang dihubungkan kepada Ibn 'Arabi dan masih digunakan sampai sekarang yang paling terkenal. Isinya diurutkan berdasarkan urutan siang dan malam selama seminggu, jumlah seluruhnya empat belas, ditulis untuk pembacaan dan meditasi pribadi.
29. *Al-Diwân al-Akbar* (Diwan Besar). Ditulis selama beberapa tahun dan tampaknya tidak selesai sampai tahun 1237/634 di Dasmaskus. Kumpulan besar puisi ini barangkali dimaksudkan untuk memuat semua puisi yang telah

ditulisnya, dan dapat dijumpai dalam berbagai naskah lainnya. Beberapa karya, diberi judul *Diwân al-Ma'ârif* mencakup pengantar yang menggambarkan visi yang membuat dirinya menulis puisi, dan sebuah persembahan untuk Badr Al- Habashi. Edisi cetaknya, yang berdasarkan naskah-naskah yang berbeda, tampaknya merupakan koleksi yang disusun dalam urutan kronologis oleh salah seorang sahabat terdekat atau keluarga.

30. *Al-Futûhât al- Makkîyyah fî Ma'rifa't al-Asrâr al-Maliyyah wa al-Mulkiyyah*. Ini adalah *Magnum opus*-nya, mulai ditulis di Makkah tahun 1202 mengikuti visi perjalanan dan pengalaman spiritualnya. Versi pertamanya sebanyak dua puluh volume manuskrip selesai pada bulan Desember 1231/629. Versi kedua sebanyak tiga puluh tujuh volume selesai tahun 1238/636. Karya ini terdiri dari 560 bab, dalam enam bagian, mencakup seluruh periode 560 tahun dari awal era Islam sampai kelahirannya. Ada penjelasan rinci tentang setiap segi kehidupan spiritual, termasuk komentar atas setiap surat Al-Qur'an, penjelasan hadis, fiqh, kosmologi, psikologi dan metafisika.¹⁵

Karya-karya lain yang penting dikemukakan adalah *Syajaratu al-Kawn*. Karya ini mengungkapkan kekaguman dan kebesaran pribadi Nabi Muhammad, dalam hubungannya dengan Allah, manusia, dan alam secara keseluruhan.¹⁶

¹⁵ Stephen Hirtenstein, *op. cit.*, h 201-207.

¹⁶Karya ini juga ditemukan dalam edisi Indonesia, lihat *Misteri Kun (Syajaratul-Kawn: Doktrin tentang Person Nabi Muhammad SAW)*, penerjemah Wasmakun, judul asli "*Syajaratul-Kawn*" (Jakarta: Risalah Gusti, 2000).

B. Pemikiran Ibn 'Arabi tentang Tasawuf dan Kejiwaan.

Tasawuf merupakan cabang ilmu keislaman yang timbul dari pengalaman spiritual. Pengalaman ini mengacu pada kehidupan moralitas yang bersumber pada nilai Islami. Melalui kemungkinan interiorisasinya, tasawuf memberikan kepada Islam suatu dimensi kedalaman makna bentuk Ilahi yang menjadi saluran-saluran penyingkap kehidupan batin. Format tasawuf tersebut merupakan bentuk esoteris dari Islam memperoleh keuniversalan yang berasal dari Tuhan Yang Esa. Dari dalam dan pada waktu yang bersamaan memperlihatkan bahwa hanya dengan ajaran-ajaran metafisik dan kosmologis yang dapat menjawab kebutuhan manusia. Esensi tasawuf percaya pada hukum sebab akibat dan menjaga keseimbangan pikiran. Alternatif pencarian ini lebih cocok dibanding pemenuhan kebutuhan ini di luar cara yang lazim.

Konsekuensi di atas menjadikan Islam sebagai agama yang tetap utuh dalam perjalanannya selama berabad-abad, di tengah perubahan psikologis manusia dan perbedaan etnis di antara masyarakat. Hal ini bukan hanya sekedar karena watak yang cukup dinamis yang dimilikinya sebagai bentuk kolektif. Dalam ajaran Islam itu sendiri terkandung kemungkinan-kemungkinan untuk perenungan yang dapat mengikuti arus afektif jiwa manusia.

Tasawuf sebagai salah satu disiplin ilmu dalam Islam telah dikaji dan dielaborasi oleh sarjana-sarjana baik Islam sendiri

maupun Barat. Dalam literatur Barat, tasawuf dikenal dengan mistisisme Islam¹⁷ atau sufisme.

Dalam meletakkan tataran terminologi kata *tashawwuf*, para peneliti juga kesulitan mendefinisikan, akibatnya banyak corak definisi yang muncul. Keraguan akan orisinalitas tasawuf serta kontradiksi antara tasawuf dengan syari'ah menambah

¹⁷Pemakaian *term* mistisisme sering dianggap jelek dan tidak mewakili kata *tashawwuf* sendiri. Lihat penjelasan lebih lanjut Harun Nasution, "Tasawuf dan Perkembangannya", *Makalah Seminar Nasional Fakultas Ushuluddin*, (Padang: Fakultas Ushuluddin IAIN "IB" Padang, 1999), h. 1. Tapi Seyyed Hossein Nasr berpendapat bahwa mistisisme ini boleh dipakai asalkan dibatasi *term* penggunaannya, yang khusus untuk skop Islam. Alasan selanjutnya lihat, Nasr, *Tiga Pemikir Islam, Ibn Sina, Suhrawardi dan Ibn 'Arabi*, penerjemah A.Nashir Budiman, judul asli, "*Three Muslim Sages, Avicenna, Suhrawardi and Ibn 'Arabi*", (Jakarta: al-Husna, 1976), Cet. ke-1, h. 43. *Tashawwuf* kalau dilacak dari derivasi atau akar katanya banyak memunculkan asumsi dari peneliti. Di antaranya Harun Nasution, ia mengemukakan beberapa asal kata *tashawwuf* yaitu berasal dari *shuf* (bulu domba), *ahl al-shuffah* (kelompok suci), *Shaff* (barisan), *shaffa* (murni, bening), *sophos* dan *sophia*¹⁷ (penerima hikmah) yang berasal dari bahasa Yunani dan *suffa* yang dinisbatkan dengan nama suku di Arab. lihat Harun Nasution, *Falsafah dan Mistisisme dalam Islam*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1976), Cet. ke-2, h. 56. Lihat juga Abu al-Qasim al-Qusyairi, *al-Risalah al-Qusyairiyyah*, oleh Abd. Al-Halim Mahmud, (Kairo: Dâr al-Kutub al-Haditsah, 1970) h. 143. Bandingkan dengan Khan Sahib Khaja Khan. BA. *Cakrawala Tasawuf*, penerjemah A.Nashir Budiman, judul asli "*Studies in Tasawwuf*", (Jakarta: Rajawali Press, 1995), Cet. ke-1, h. 158 Menurut Abdullah al-Qusyairiyyah, kata *tashawwuf* ini tidak punya padanan dalam bahasa Arab. Menurutnnya lagi kata tersebut merupakan penisbatan dan dianggap hanya sebagai gelar karena tidak memenuhi kriteria dalam bahasa Arab. Bahkan kata *tashawwuf* muncul belakangan seiring kecenderungan pada pemunculan *term* "hikmah" yang muncul sekitar abad ke 2 H. Lebih jauh Suhrawardi memberikan alasan bahwa kata *tashawwuf* ini tidak ditemukan dalam *sittah* yang dikompilasikan pada tahun 392 H dan kamus bahasa Arab baku yang dikompilasi pada tahun 817 H Suhrawardi, *Awârif al-Ma'ârif, sebuah Buku Daras Klasik Tasawuf*, penerjemah Ilma Nugrahani Ismail, judul dari terjemahan bahasa Inggris "*A Dervish Textbook from the 'Awârif al-Ma'ârif*", (Jakarta: Pustaka Jaya, 1990), Cet. ke-1, h. 85.

Dalam ruang lingkup pemahaman, terlepas dari apakah kata *tashawwuf* sendiri dari bahasa Arab atau tidak, menurut penulis pendapat para pakar yang lebih mendekati di antaranya Abu Nasr al-Sarraj. Ia berpendapat bahwa *tashawwuf* berasal *shuff* dari pakaian Nabi. Sedangkan 'Afifi editorialnya beranggapan bahwa para jumbuh lebih sepakat menganggap kata *tashawwuf* berasal dari *al-shafa*, yaitu bening dan bersih. Indikasi yang dpegangi bahwa mereka merupakan para pencari hikmah yang selalu mempunyai hati yang bersih R.A. Nicholson, *Fi al-Tashawwuf al-Islâmî wa Tarikhihi*, oleh Abu 'Ala 'Afifi, (Kairo: Mathba'at Lajnat al-Ta'lif wa al-Tarjamah wa al-Nasyr, 1969) h. 34. Tetapi dari segi esensi dan substansi yang dikandung dalam kata tasawuf, para peneliti tidak berbeda pendapat. Menurut mereka sufi yaitu seorang atau sekelompok orang yang mempunyai hati yang bersih yang merupakan garda terdepan dalam mencapai keridhaan Allah. Sinyalemen ini memang muncul dari fakta empiris bahwa mereka orang yang dominan berpakaian wol, menyendiri di tepi mesjid dan suku terisolir di Arab. Dari fakta empiris ini merupakan implikasi kebersahajaan dan komitmen moral yang tinggi terhadap kehadiran Ilahi. Menurut penulis fakta atau gejala ini semestinya tidak perlu dipertentangkan, yang terpenting esensi dan substansinya.

kerumitan dalam merumuskannya. Fenomena tersebut disebabkan lantaran *stereotyped ideas* yang telah lama direntang oleh para pendukung tasawuf. Pemahaman umum yang mengkleim bahwa esensi tasawuf sebagai pengalaman kerohanian yang hampir tidak mungkin dijelaskan secara tepat dalam bahasa lisan. Masing-masing orang yang mengalaminya mempunyai penghayatan yang berbeda dengan orang lain, sehingga pengungkapannya juga melalui cara yang berbeda. Rivai mencatat, ciri tasawuf yang disinyalir bersifat intuitif subjektif dipersulit lagi karena pertumbuhan dan kesejarahannya melalui berbagai segmen dan dalam kawasan bervariasi. Kemunculan tasawuf terlihat hanya sebagian dari unsur-unsur saja sehingga penampilannya tidak utuh dalam satu ruang waktu.

Persoalan di atas mesti dipecahkan dengan memahami dimensi tasawuf secara komprehensif. Ibrahim Basuni seperti dikutip Riva'i memecahkan fenomena di atas dengan mencoba mendefinisikan tasawuf. Menurutnya tasawuf adalah manifestasi dari kesadaran spiritual manusia tentang dirinya sebagai makhluk Tuhan. Kesadaran itu mendorong manusia untuk memusatkan perhatian beribadah kepada Khalik yang dibarengi dengan kehidupan asketisme yang tujuannya pembinaan terhadap akhlak¹⁸. Penekanan akhlak dalam tasawuf, didefinisikan oleh Ibn 'Arabi,

¹⁸Rivai Siregar, *Tasawuf dari Sufisme Klasik sampai Neo Sufisme*, (Jakarta: Rajawali Press, 1999), Cet. ke-1, h. 13. Definisi dengan corak lain di samping penekanan akhlak (*al-bid'iyah*) di atas, yaitu *kedua*, *al-mujāhadah*, adalah seperangkat amaliah dan latihan yang keras dengan tujuan berjumpa dengan Allah. Berdasarkan sudut tinjauan ini, maka tasawuf diartikan sebagai usaha yang sungguh-sungguh agar berada sedekat mungkin dengan Allah. Penekanan pada pengelompokan definisi ini adalah upaya pencarian hubungan langsung dengan Allah. Sedangkan kelompok pertama didasarkan pada kesadaran manusia sebagai hamba Allah. Definisi yang dapat dikelompokkan pada definisi kedua ini adalah pendapat A.S.Horby dalam **TASAWUF DAN PSIKOLOGI**
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

Ibn Qayyim al-Jawzi dan Rivai Siregar. Khususnya Ibn ‘Arabi sebagai fokus

penelitian, ia berpendapat bahwa tasawuf adalah mengikat diri dengan kelakuan baik melalui syariah, baik yang zahir maupun batin, esensinya terfokus pada akhlak¹⁹

Ibn ‘Arabi ingin menekankan bahwa esensi tasawuf yang tidak dipertentangkan para salik dan peneliti adalah aspek moralnya. Tasawuf merupakan esensi dari proses perkembangan jiwa dalam bentuk pertumbuhan, pembinaan dan pengembangan nilai-nilai akhlak dalam diri dan kehidupan manusia. Akhlak adalah kualitas yang khas manusiawi. Dalam akhlak tercermin jiwa sebagai makhluk jasmani dan rohani sebab dalam kehidupan

Learner's Dictionary of Current English. Seperti dikutip Simuh, menurutnya tasawuf adalah ajaran atau kepercayaan bahwa pengetahuan tentang hakikat atau Tuhan, bisa didapat melalui meditasi atau tanggapan kejiwaan yang bebas dari tanggapan akal pikiran atau panca indera. Simuh, ***Tasawuf Sejarah dan Perkembangannya***, (Jakarta: Rajawali Press, 1997), Cet. Ke-1, h. 86 Kecenderungan dari definisi kelompok kedua ini menekankan pencarian jati diri atau Tuhan melalui latihan-latihan tertentu. Seperti definisi yang dikemukakan A.S.Hornby, ia memberikan spesifikasi pada jalan-jalan yang mesti dicapai oleh seorang sufi.

Ketiga, al-muẓīqah, diartikan sebagai apa dan bagaimana yang di alam dan dirasakan seseorang di hadirat Allah, apakah ia melihat Tuhan, merasakan kehadiran Tuhan dalam hatinya atau ia merasakan bersatu dengan Tuhan. Berdasarkan pendekatan ini, tasawuf dipahami sebagai makrifat *al-Haq*, yaitu ilmu tentang hakikat realitas-realitas intuitif yang terbuka bagi seorang sufi. Pendefinisian yang filosofis ini pernah dilontarkan oleh Harun Nasution yang berpendapat bahwa tasawuf merupakan kesadaran akan adanya komunikasi dan dialog antara roh manusia dengan Tuhan. Harun Nasution, ***Falsafah... op. cit.***, h. 43. Dzun Nun al-Misri seorang sufi Baghdad mendefinisikan tasawuf dengan seseorang yang bicaranya sesuai dengan perilaku yang dalam diamnya menunjukkan keadaan dan memutuskan pertaubatannya dengan kehidupan duniawi.

Dari tiga pengkategorian tasawuf ini, terkesan Ibrahim Basuni mengelompokkan definisi berdasarkan fase dalam perkembangan tasawuf. Ada kecenderungan para peneliti dan sufi hanya menekankan kesadaran awal, ada yang proses dan ada meninjaunya dari segi hasil yang dicapai. Tapi menurut penulis ke semua definisi yang dipakai merupakan proses perjalanan sufi menuju Tuhan

¹⁹Muhyi al-Din Ibn ‘Arabi, ***al-Futūhāt al-Makkiyyah***, (Beirut: Dār al-Fikr, t.th), jilid 2, h. 45, Lihat karya Ibn ‘Arabi yang lain seperti ***Kitāb Ishthilāhāt al-Shufiyyah*** dalam *Rasā’il Ibn ‘Arabi* (Hyderabad-Deccan: The Da’irāt al-Ma’rif al-Osmania, 1984) h. 17 Bandingkan dengan definisi Ibn Qayyim al-Jauziyyah, dalam ***Madārij al-Sālikīn bayn Manāzil Iyāk Na’bud wa Iyyāk Nasta’in***, oleh Muh. Hamid al-Fiqh (Kairo: Mathba’at al-Sunnah al-Muhammadiyah, 1955) h. 125. Lihat juga Riva’i, ***op. cit.***, h. 12

TASAWUF DAN PSIKOLOGI

Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

akhlak itu manusia terbentuk dan terisi pada wujud kejadiannya. Tanpa akhlak manusia akan kehilangan esensi kemanusiaannya.

Konsekuensi akhlak dalam tasawuf mengindikasikan bahwa ilmu ini mementingkan syariah sebagai bentuk eksetoris dalam Islam. Menurut Titus tasawuf adalah perenungan langsung atas realitas ketuhanan dan kerohanian ke dalam kehidupan pribadi dan hubungannya dengan kondisi tertentu dalam tahap kemanusiaan.²⁰

Elaborasi selanjutnya, berbicara masalah tasawuf, *image* kita diantarkan pada tingkah laku, pengalaman dan gejala yang terjadi pada diri seseorang. Indikasi ini membuat tasawuf tidak hanya berasal dari literatur formal agama, dengan kata lain terjadi percampuran. Para peneliti berbeda pendapat apakah tasawuf ilmu murni dalam Islam atau campuran dari budaya dan pengaruh²¹ lingkungan tempat ia tumbuh. Asumsi tersebut membawa mereka berpendapat bahwa tasawuf muncul dalam khazanah intelektual Islam berdasarkan pengaruh dari luar Islam, yaitu filsafat Yunani, agama Kristen, Hindu dan Budha. Pendapat ini dianut oleh peneliti seperti. R.A.Nicholson, Asian Palacios, O'leary, Goldziher, Alfred Van Kenner, R.D.Dozy dan Richard Hardman.²² Mereka beralasan dengan banyaknya orang Islam berintegrasi dengan orang Nasrani, kesamaan antara asketisme

²⁰Titus Burckhardt, *Mengenal Ajaran Kaum Sufi*, penerjemah Azyumardi Azra, judul asli "*An Introduction to Sufism Doctrine*" (Jakarta: Pustaka Jaya, 1987), Cet. ke-1 h 46.

²¹Sulit mendudukkan orisinalitas dari tasawuf apakah ia murni dari Islam atau tidaknya. Interaksi ilmu ini dengan kondisi budaya dan lingkungan yang tumbuh sekitar menambah rumitnya menyelesaikan. Selanjutnya lihat *ibid*.

²²R.A.Nicholson, *The Mystic of Islam* (London: Roledge & Kegan Paul Ltd, 1996) h. 24 Pendapat tokoh lainnya lihat juga paparan Taftazani dalam *Madkhal ilâ al-Tashawwuf al-Islâmî*, (Kairo: Dâr al-Tsaqfah li al-Thiba'ah wa al-Nasyr, 1979) h. 164 dan Annemarie **TASAWUF DAN PSIKOLOGI**

Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

yang dijalaninya serta kemunculan tokoh sufi yang berasal dari Persia, India atau umat Islam yang dulunya beragama Kristen.

Pendapat kedua, tasawuf adalah ilmu murni dalam Islam dan berkembang secara wajar seperti ilmu keislaman lainnya. Pendapat ini dianut oleh J.S.Trimingham, Martin Lings, 'Afifi, Lois Massignon, Seyyed Hossein Nasr dan Harun Nasution²³. Secara spesifik Titus beralasan, kalau seandainya sufi itu berasal dari luar Islam, tentu para penggiatnya tidak menyandarkan pada landasan skripturalis dalam Islam, sedangkan selama ini semua tokoh selalu menyandarkannya pada al-Qur'an dan hadis. Benar tidaknya analisis di atas yang jelas tasawuf telah berkembang di dunia Islam dan mengalami akulturasi budaya dengan lingkungan di mana ia berkembang.

Perdebatan antara murni atau tidaknya tasawuf dalam khazanah intelektual Islam, harus disikapi secara arif dan tidak apologetik. Secara umum para pakar berpendapat bahwa semua ilmu keislaman berasal dari Islam itu sendiri dan sesuatu yang tidak salah dan wajar apabila dicampuri hal yang lain. Jadi tasawuf sebagai praktek atau teori ilmu yang berkembang seiring dengan akulturasi budaya, suatu hal yang wajar kalau ia kontak dan berinteraksi dengan budaya dan lingkungan di luarnya. Persoalan tersebut harus disikapi dengan mengkaji mana ajaran Islam yang boleh dicampuri dan mana yang tidak boleh. Pendapat

Schimmel *Dimensi Mistik dalam Islam*, penerjemah Achadiati Ikram, judul asli *"Mystical Dimension of Islam"*, (Jakarta: Mizan, 1996), Cet. ke-5, h. 234..

²³J.S Trimingham, *The Sufi Order in Islam* (London: Oxford University Press, 1971) h. 28. Juga Martin Lings, *What is Sufisme, Membedah Tasawuf*, penerjemah Abu Bakar Sirajuddin, judul asli, *"What is Sufism"*, (Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya, 1991), h. 65. Pendapat 'Afifi terdapat pada Nicholson, *Fi al-Tashawwuf...op. cit.*, h. 53. Harun, *op. cit.*, h. 74. Nasr, *op. cit.*, h. 23

ini sesuai dengan analisis Abd. Azis Dahlan, menurutnya umat harus mampu membedakan antara ajaran pokok dengan yang tidak pokok²⁴. Karena menurutnya di sini akan kentara mana yang boleh dicampuri dan mana yang tidak boleh.

Terlepas dari sisi orisinil atau tidak, menurut penulis esensi tasawuf telah ada dan berkembang sejak masa nabi. Pada periode awal, pembentukan keilmuan itu dilandasi oleh moral keagamaan yang disemangati oleh al-Qur'an dan hadis. Sarraj al-Thusi berpendapat bahwa tasawuf pada fase awal lebih menaruh perhatian terhadap moral luhur, sifat ketauladanan dan amalan-amalan utama yang terdapat dalam al-Qur'an dan hadis.²⁵ Sebagai bukti konkritnya, Taftazani mengklasifikasi ayat yang memuat tentang semangat moral, penggemblengan jiwa, asketis, tawakkal, sabar, rela, malu dan makrifat beserta tingkatan *maqâm* dan *hâl* lainnya.²⁶ Landasan skripturalis al-Qur'an dan hadis merupakan "leksikon unik" buku teks inti bagi segala ilmu, kunci ke arah *weltanschauung* bagi setiap Muslim, sebab semua yang berkenaan dengan masalah duniawi dan rohani terdapat dalam al-Qur'an²⁷

Elaborasi selanjutnya tasawuf bukan hanya ditampilkan dalam usaha memelihara bentuk-bentuk praktek Islam, tetapi juga tercermin dalam perkembangan organik dari ajaran nabi. Tasawuf punya kemampuan untuk mengasimilasikan seluruh bentuk

²⁴Abdul Azis Dahlan, *Penilaian atas Paham Wahdat al-Wujûd, Konsep Tuhan, Alam dan Manusia dalam Tasawuf Syamsuddin Samatrani* (Padang: IAIN IB Press, 2000), Cet. ke-1, h. 197

²⁵Sarraj al-Thusi, *al-Luma'* (Beirut: Dâr al-Ma'arif, t.th) h. 75

²⁶Ayat-ayat yang berkenaan dengan penggemblengan jiwa terdapat pada; 29:69, 69:40-1, 12:53. Asketis terdapat pada; 4:77 dan 59:9. Tawakkal; 65:3 dan 9:51. Sabar; 16: 127 dan 2: 155. Rela; 5:119. Makrifat; 2:282. Lebih lengkap lihat Taftazani, *op. cit.*, h. 327

²⁷Annemarie Schimmel, *op. cit.*, h. 24

ekspresi rohaniyah yang esensinya tidak hanya ditampilkan pada bentuk ajaran, tetapi juga praktis ritual ibadah dan perilaku nabi berupa uzlah, kesederhanaan dalam berpenampilan. Gaya hidup tersebut turut mewarnai perkembangan fase awal tasawuf. Annemarie Schimmel menganalisis bahwa nabi merupakan mata rantai pertama dalam rangkaian rohani dan “mikraj”nya lewat berlapis-lapis langit ke hadirat Ilahi. Analisis ini sesuai dengan paparan dalam surat Isra’ yang merupakan *prototype* kenaikan rohani para sufi ke hadapan Allah.²⁸

Tradisi ketasawufan berupa kezuhudan, kesederhanaan hidup dan percaya diri yang diwarisi nabi, diadopsi oleh sahabat terutama Abu Bakar Siddik, Umar ibn Khatthab dan Abu Dzar al-Ghiffari. Fase selanjutnya sejarah mencatat dalam perkembangan Bani Umayyah dipenuhi dengan mundurnya moralitas agama, dekadensi moral dan pelecehan terhadap ajaran agama. Sebagai reaksi dari fenomena itu muncul pencari “hikmah” atau sufi dari Basrah dan Irak seperti, al-Hasan al-Basri (w.110 H) Sufyan al-Tsaury (w.161 H).²⁹ Mereka sebagai perintis garda depan dalam menghadang gejolak di tengah masyarakat yang mengindahkan ajaran agama Mereka sangat konsisten dalam menjalankan dan mengamalkan agama.

Para peneliti sepakat bahwa istilah sufi muncul pada abad II H. Walaupun terjadi perbedaan pendapat tentang siapa yang pertama menyandang gelar sufi tersebut. Menurut Abdurahman

²⁸Annemarie Schimmel, *Dan Muhammad Utusan Allah, Penghormatan terhadap Nabi Saw dalam Islam*, penerjemah Rahmani Astuti, judul asli “*An Muhammad is His Messenger: The Veneration of the Prophet in Islamic Piety*”, (Bandung: Mizan, 1993), Cet. ke-3, h. 231

²⁹Harun Nasution, *Kedudukan Tasawuf...*, *op. cit.*, h. 5

Jami', sufi pertama adalah Abu Qasim al-Kufi. Sedangkan penulis kitab *Tazkirat al-Awliyyah* menjatuhkan pilihan pada Jabir al-Shufi.³⁰ Sufi terkenal lain yang muncul pada abad ini adalah Rabi'ah al-Adawiyah dan Saqiq Balkhi, kemunculan mereka juga dilatarbelakangi protes moral terhadap kondisi sosial yang terjadi.

Dari gejala di atas dapat disimpulkan bahwa kemunculan sufi bukan karena mereka ingin menjauhkan diri dari hiruk pikuk dunia. Secara spesifik kemunculan sufi-sufi terkenal di Basrah dan Irak karena upaya mereka mempertahankan tradisi agama yang telah mulai dikaburkan oleh gemerlapnya harta dan *glamour*nya kekuasaan, sehingga gejala tersebut mempengaruhi kondisi sosial masyarakat setempat.

Sejak abad ke III H/IX M, tasawuf menurut para ahli berkembang mengambil bentuk mistisisme, yaitu mistisime yang berada dalam landasan Islam. Ciri mistisisme Islam adalah tradisi yang dibangun tidak pernah lepas dari upaya *mujâhadah*, mengosongkan diri dan membersihkan batin dari segala sifat negatif atau *takhallî*. Kemudian selanjutnya diisi dengan sifat-sifat positif atau *tahallî*. Para penempuh jalan tasawuf pada abad itu berupaya keras mengembangkan satu tahap demi tahap sikap jiwa positif seperti tekun beribadah, banyak puasa, *zuhd* (tidak cinta berlebihan) *tawakkal* (percaya diri) *qanâ'ah* (tidak ambisius) dan *warâ'* (menjaga harga diri). Ajaran-ajaran tersebut dimunculkan oleh sufi terkenal seperti al-Hallaj (w.309 H) Dzun al-Nun al-Misri, Abu Yazid al-Bustami, Junaid al-Baghdadi (w.309 H). Abdul Azis Dahlan mencatat, walaupun pada abad ke III H tasawuf mencapai

³⁰Abu al-Qasim al-Qusyairi, *op. cit.*, h. 421

puncak kegemilangan intelektual dan suri tauladan, tetapi di satu pihak terjadi ketegangan, yaitu antara ulama zahiri dan ulama syari'ah.³¹ Menurut penulis kasus ini sebenarnya bersifat person yang tidak ditujukan kepada semua sufi. Tuduhan bahwa seorang sufi sesat dalam memahami salah satu sisi ajaran agama, tidak mesti dituduhkan pada semua sufi.

Ketegangan dan tuduhan bahwa tasawuf menyimpang dari ajaran Islam ditanggapi oleh sufi seperti; Dzun Nun al-Misri, dan Junaid al-Baghdadi.³² Mereka berpendapat bahwa tidak ada pertentangan antara syari'at dan tasawuf. Upaya para sufi ini memunculkan penerus yang sangat intens mengolah dan meyakinkan umat Islam bahwa tasawuf tidak bertentangan dengan syariah. Pembelaan ini datang dari para sufi di antaranya: Sarraj al-Tusi (w. 378 H), al-Kalabadzi (380 H), Abu Thalib al-Makki (387), al-Sulami (w. 412 H), al-Qusyairy (w. 465 H), al-Hujwiri (w. 465 H), al-Harawi (w. 481 H) dan al-Ghazali (w. 505 H)³³

Fase selanjutnya, sejak terjadi gelombang Hellenisme, berupa masuknya pengaruh filsafat ke dunia Islam, kaum Muslimin dihadapkan pada dua sisi menerima pemikiran filsafat atau menolaknya. Fenomena tersebut menimbulkan reaksi beragam dalam kalangan Islam. Tasawuf sebagai tradisi keilmuan Islam yang bertujuan mengembangkan kesucian batin selain

³¹Ketegangan ini disebabkan adanya unsur *mustawif* atau orang yang berpura-pura bertasawuf, orang awam bertasawuf, mengabaikan syari'ah, unsur *malāmatīyyah* dan *syathābat* serta ada *image* bahwa ulama batin lebih unggul dari ulama syariah. Lebih lanjut lihat Abdul Azis Dahlan, "Tasawuf Sunni dan Falsafi", *Ulumul Qur'an*, No 6 Vol III, (Februari- Maret, 1991), h. 7

³²Tanggapan selanjutnya tentang bantahan tersebut dapat di baca pada *ibid*.

³³*Ibid.*, h. 4

menarik minat, di pihak lain memunculkan kritikan. Dalam tradisi demikian muncul sufi seperti Ibn Masarra (w. 319 H) dan Suhrawardi al-Maqtul yang mencoba merasionalisasikan pengalaman kerohanian dalam tasawuf dengan memfungsikan dua sisi; akal dan rasa. Ibn 'Arabi menjelaskan bahwa tasawuf merupakan penyingkapan rohani seorang sufi hingga penyatuannya dengan Tuhan. Pendapat tersebut terangkum dalam ajaran *wahdat al-wujûd*. Pemikiran Ibn 'Arabi selanjutnya diekspansi para pengikut yang muncul kemudian seperti al-Qunawi, al-Faraqi, al-Kasyari, Jalal al-Din Rumi dan al-Jilli. Jadi tuduhan sepihak bahwa tasawuf falsafi merupakan pengalaman rohani yang tidak mementingkan syari'at dibantah oleh Ibn 'Arabi, dengan berpendapat bahwa pengalaman kebertuhanan tingkat tinggi harus dimulai dengan pengalaman syariat dalam ajaran agama.

Jadi dari keterangan sub bab ini dapat disimpulkan bahwa tasawuf merupakan ilmu tentang pencarian hikmah, para pengikutnya merupakan orang mempunyai hati yang bersih, bening dan tulus. Tasawuf dengan *stereotyped ideas* yang telah lama direntang oleh pendukung seharusnya diletakkan pada tataran etis. Dalam artian tasawuf sebagai manifestasi dari kesadaran spiritual manusia tentang dirinya sebagai makhluk Tuhan. Kesadaran itu mendorong manusia untuk memusatkan perhatian beribadah kepada Khalik yang dibarengi dengan kehidupan asketisme yang tujuannya pembinaan terhadap akhlak. Tasawuf yang cenderung dipahami sebagai ajaran yang menyimpang atau tidak sesuai dengan ajaran agama formal dan dikleim sebagai

keilmuan yang tidak berasal dari Islam, seharusnya dipahami secara objektif dan proporsional. Karena tidak selamanya harus disimpulkan bahwa satu aliran yang sesat dan menyimpang kemudian dibandingluruskan dengan aliran tasawuf secara umum.

Selanjutnya untuk melengkapi pembahasan ini, ada baiknya kalau ditinjau pokok pemikiran Ibn ‘Arabi tentang jiwa. Pembicaraan tentang jiwa dan struktur jiwa yang membangun kepribadian banyak disebut-sebut dalam al-Qur’an. Ibn ‘Arabi sebagai seorang sufi mengetengahkan tiga unsur yang terdapat dalam diri manusia, yaitu tubuh, jiwa dan ruh.³⁴ Ia menggambarkan bahwa tubuh sebagai bentuk material yang punya ruang dan waktu serta mudah hancur dan berubah. Tubuh adalah ragam partikular dari tubuh universal (*al-jism al-kullî*)

Berbicara tentang jiwa, al-Qur’an sering mengistilahkannya dengan *al-nafs*. Dalam al-Qur’an sendiri kata *al-nafs* mengandung arti yang berbeda. *Nafs* dan jamaknya *nufus* diartikan sebagai jiwa (*soul*), pribadi (*person*), diri (*self*), hidup (*life*), hati (*hearth*) dan akal (*mind*).³⁵ Dalam surat Yusuf ayat 53 dijelaskan adanya kemungkinan yang terjadi pada *nafs*. Nafsu pada umumnya mendorong untuk atau mengarah pada keinginan rendah, namun ada pula yang membawa rahmat. Jadi *al-nafs* atau jiwa adalah netral, bisa diarahkan ke positif dan bisa pula ke negatif. Para filosof Islam menafsirkan bahwa *al-nafs* adalah

³⁴ Abu al-‘Ala ‘Afifi, *Filsafat Mistik Ibn ‘Arabi*, penerjemah Syahrul Nawi, judul asli “*al-Tashawwuf al-Tsaurah wa al-Rûhiyyah*.”, (Jakarta: Media Pratama, 1996) h.78

³⁵ Jiwa atau *nafs* harus dibedakan dengan *hawâ / ahwâ* yang berarti hasrat (*desire*) tingkah (*caprice*) nafsu dalam bahasa Indonesia sering diasosiasikan dengan jelas yang sebenarnya “hawa nafsu”. Lihat Dawam Rahardjo “Nafs” *Ulumul Qur’an* No 8 Vol II, (April-Mei 1991) h. 20

substansi yang terpisah dari jasmani. Jiwa yang dikatakan sebagai sebagai “diri” atau “batin” manusia memang dinyatakan al-Qur’an sebagai realitas manusia tetapi ia tidak terpisah secara eksklusif dari raga.

Ibn ‘Arabi berpendapat bahwa jiwa adalah model partikuler dari jiwa universal. Dengan pendapat ini Ibn ‘Arabi mengasosiasikan jiwa sebagai unsur universal yang melingkupi semua makhluk hidup Ibn ‘Arabi. Pemikiran tersebut sesuai dengan pendapat Aristoteles bahwa jiwa bersifat universal yang terdiri dari beberapa jiwa di antaranya:

Pertama, jiwa vegetatif (*al-nafs al-nabâtiyyah*), yaitu jiwa tumbuh tumbuhan sebagai manifestasi dari nutrisi pertumbuhan dan reproduksi dengan cara asimilasi dengan organisme. *Al-nafs al-nabâtiyyah* mempunyai empat daya, yaitu daya penarik, daya penahan, daya pencernaan dan daya pengusiran.³⁶

Kedua, jiwa kehewan (*al-nafs al-hayawâniyyah*), jiwa ini diibaratkan sebagai uap yang sangat halus yang berada dalam hati (hati fisik) yang terdapat dalam materi hewan maupun manusia. Jiwa kehewan mempunyai dua kekuatan, yaitu: pertama, *al-quwwah al-muharrika*, yaitu kekuatan penggerak implus yang menyebabkan tindakan atau gerakan kekuatan ini terbagi dua pula, yaitu *al-quwwah al-syahwiyyah* dan *al-quwwah al-gadhabiyah*. Kedua, *al-quwwah al-mudrika*, yaitu kekuatan perseptual yang mengacu pada kemampuan makhluk mengadakan persepsi sensori terhadap dunia luar maupun dunia dalam. Ibn ‘Arabi membagi *al-quwwah al-mudrika* kepada dua pula, yaitu *al-hawâ al-*

³⁶ Muhyi al-Din Ibn ‘Arabi, *op. cit.*, jilid 3, h. 313-31

zhâhiriyyah (conscious and sensory perception) atau *al-ma'rifah* (pengetahuan dengan pengenalan). Dua daya ini merupakan kesadaran dan persepsi sensori yang diperoleh melalui enam indera, dari lima indera yang ditambah indera intelek.³⁷ Dan *'ilmî quwwat al-bâthiniyyah* (unconscious forces) yang menunjukkan kemampuan manusia untuk melakukan penginderaan dalam diri sendiri yang termanifestasikan dalam kemampuan asosiasi, imajinasi tahap memori dan ilusi. Pengetahuan *al-quwwah al-bâthiniyyah* merupakan inti filsafat mistik Ibn 'Arabi. Dalam istilah dunia tasawuf kekuatan tersebut dinamakan *dzauq, taste* atau rasa yaitu pengalaman langsung dari persepsi batin.

Ketiga, *al-nafs al-nâthiqah* atau jiwa rasional. Jiwa ini merupakan ruh murni yang pada dasarnya kognisi dilahirkan murni dan bebas dari semua dosa. Menurut Ibn 'Arabi dosa timbul akibat konflik yang timbul di antara jiwa rasional dengan tubuh manusia. Jiwa rasional tidak dapat hancur dan abadi sampai akhir zaman³⁸ dan akan kembali pada jiwa universal³⁹

Ibn 'Arabi membagi *al-nafs al-nâthiqah* kepada akal intelek yang terdiri dari *al-'aql al-'amâliyyah* (practical intellect) yaitu kemampuan intelek untuk tugas kehidupan sehari-hari. Dan *al-'aql 'ilmiyyah* (abstract and universal intellect) yang berkaitan dengan kemampuan berfikir abstrak dan teoritis. Bahagian kedua *al-nafs al-nâthiqah* adalah *qalb* (heart). Unsur ini merupakan inti dari

³⁷ Ibn 'Arabi, *Fushûsh al-Hikam*, (Beirut: Dâr Kitâb al-'Arabi, tth) h. 327 lihat juga *Futûhât., op. cit.*, jilid 3, h. 393. Bandingkan juga kekuatan persepsi ini pada pengklasifikasian lain. Ibn 'Arabi mengelompokkan pada dua kelas utama; *Pertama*, proposisi wajib yaitu semua penilaian perseptual, penilaian apriori dari logika formal, penilaian intelek yang ada dengan sendirinya dan penilaian intuitif. Penilaian itu pada dasarnya benar. *Kedua*, proposisi kontingensi yaitu penilaian yang berdasarkan pemahaman dan indera secara serempak. Penilaian ini relatif bisa salah dan bisa benar, tetapi kebenarannya tidak diperlukan. Lihat *ibid.*, jilid 1 h. 279

³⁸ *Ibid.*, jilid 3, h. 347-348

ketidaksadaran yang menghubungkan manusia dengan realitas universal.

Dalam elaborasi selanjutnya Ibn 'Arabi membagi akal⁴⁰ yang diasosiasikan dengan jiwa kepada dua yaitu akal partikular ('*aql juz'î*) dan akal universal ('*aql kullî*). Akal juz'î diperoleh melalui pengalaman sehari-hari dari pengalaman kehidupan material. Selain itu akal partikular juga berfungsi sebagai alat untuk mengontrol dan menaklukkan *al-nafs al-amârah* sehingga ia tidak liar dan terkendali. Menurut psikolog sufi, akal partikular tidak dapat digunakan untuk mencapai kebenaran. Ini berarti karena kebenaran selalu berkaitan dengan keseluruhan universalitas yang hanya diperoleh secara intuitif melalui akal *kullî*⁴¹

Ibn 'Arabi ketika bicara tentang hati,⁴² ia berpendapat bahwa hati merupakan instrumen untuk memindahkan pengetahuan esoteris atau usaha pewahyuan pengetahuan. Hati yang dimaksud Ibn 'Arabi merupakan hati batin tidak hati organ. Yang dimaksud dengan hati ini adalah *al-nafs al-muthmainnah*. Hati hanyalah aspek rasional manusia, ia tidak identik dengan akal

³⁹ Ibn 'Arabi , *Fushûsh.., op. cit.*, h. 327

⁴⁰ '*Aql*' dalam kajian filosof merupakan daya nalar yang terdapat dalam jiwa manusia Lihat analisa filosof selanjutnya dalam Harun Nasution, *Akal dan Wahyu dalam Islam*, (Jakarta: UI-Press, 1986), Cet. ke-4, h. 8

⁴¹ 'Afifi, *loc. cit.*

⁴² Hati merupakan sistem kognisi yang berdaya emosi, al-Ghazali sufi yang banyak mengkaji hati membaginya kepada dua aspek yaitu: *al-qalb al-jasmâniyyah* berupa alat organ yang berfungsi sebagai pengontrol dan *al-qalb al-ruhâniyyah* yaitu sesuatu yang bersifat halus (*latîf*) rabbani yang berhubungan dengan kalbu jasmani yang merupakan esensi manusia. Hati merupakan Tuhan yang suci dengan fitrah asal dan kecenderungan menerima kebenaran dari Allah. Apabila hati telah bersih dari berbagai macam noda seorang murid sufi akan merefleksikan kebenaran sebagaimana adanya. Sumber dan cara pandangnya akan terhindar dari gangguan angan-angan, kesalahan dan cinta diri. Dalam keadaan hati yang bersih seorang murid sufi akan mampu mempergunakan akal universal yang secara potensial telah ada dalam dirinya. Lihat al-Ghazali, *Ihyâ' 'Ulûm al-Dîn* (Kairo: Dâr al-Fikr, 1991), Cet. ke-3 jilid 1, h. 153

TASAWUF DAN PSIKOLOGI

Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

filosof. Kedudukannya dengan badan dipandang sebagai suatu fenomena dan tergantung pada tubuh. Hati dalam asumsi tersebut lebih merupakan suatu yang fenomena dan tergantung pada tubuh dan merupakan suatu bagian yang tak dapat dipisahkan dari akal universal atau akal pertama. Walaupun akal berfungsi melalui tubuh, tapi tidak tubuh itu sendiri dan tidak menggantungkan eksistensinya dengan tubuh dan tidak terikat dengan sesuatu apa pun oleh limitasi materi⁴³

Dari keterangan Affifi di atas jelas bahwa Ibn 'Arabi sangat menekankan jiwa atau *al-nafs* yang meliputi kalbu dan akal, berasal dari *al-nafs al-nâthiqah*. Berarti akal dan kalbu punya fungsi kontrol yang sama sekalipun peran dan stressingnya berbeda.

Di samping *al-nafs*, struktur kepribadian manusia yang lain adalah *al-rûh*.⁴⁴ Menurut Ibn 'Arabi, ruh merupakan penengah antara wujud Tuhan dengan alam yang diciptakan. Menurutnya lagi ruh adalah substansi sederhana yang berbeda dengan substansi materi yang gelap dan kompleks yang disebut dengan tubuh.⁴⁵ Ruh merupakan pengetahuan wujud akal di hati dalam bentuk kemampuan yang menyambungkan antara ruh yang abadi dengan jasmani. Ruh bersifat vital ini relatif tidak dapat dibedakan, karena cakupannya bukan hanya jasmani dengan ruang yang terbatas, tetapi juga bakat inderawi dengan lingkungan, pengalaman yang dialami orang awam. Ruh dapat dicerna dengan kesadaran tertentu

⁴³ 'Affifi, *op. cit.*, h 23

⁴⁴ Ruh dalam al-Qur'an terdapat pada Dawam Rahardjo, *loc. cit.*

⁴⁵ Ibn 'Arabi, *al-Futûhât...*, *op. cit.*, jilid 2, h. 912-913

Menurut Titus, ruh mempunyai fungsi pengetahuan dan wujud dalam diri manusia, dalam hal ini pada akal dan hati. Hati menunjukkan apa kedudukan manusia dari lahan keabadian. Sedangkan akal menunjukkan apa yang dipikirkan. Selanjutnya, ruh berfungsi sebagai alat penyebaran cahaya ruhani yang dapat memancar secara eksternal dalam aspek eksistensial. Sebagaimana tercermin dalam pembicaraan sebelumnya, struktur batin ini merupakan pelengkap bagi akal dan bahkan dan pada waktu yang bersamaan ia juga 'aql.⁴⁶ Ibn 'Arabi tidak memaksudkan ruh itu instink dan berada dalam hati atau kekuatan manusia yang memberi respon terhadap kemarahan atau kekuatan yang menggerakkan hidup yang berada dalam hati. Sachiko Murata menyimpulkan bahwa ruh berfungsi sebagai pengatur badan, ia mengibaratkan ruh itu langit sedangkan badan adalah bumi. Dengan mengutip Aziz al-Din al-Nafasi, Sachiko melihat ruh berhubungan dengan semua jaringan tubuh⁴⁷.

Dari uraian di atas terkesan Ibn 'Arabi tidak membedakan secara vulgar antara *nafs*, 'aql, *rûh* dan *qalb*. Menurutnya, empat unsur tersebut mempunyai fungsi kontrol terhadap jasmani. Perbedaannya cuma terlihat pada peran dalam fungsi masing-masing. Pendapat ini juga dianut oleh para sufi di antaranya, al-Ghazali dan al-Nafasi. Khusus al-Nafasi merupakan pengikut dan sealiran dengan Ibn 'Arabi, sangat jelas mengelaborasi antara struktur kepribadian *nafs*, *qalb*, *rûh* dan 'aql. Dengan memusatkan

⁴⁶ 'Afiñ, *loc. cit.*

⁴⁷Sachiko Murata, *The Tao of Islam, Kitab Rujukan tentang Relasi Gender dalam Kosmologi dan Teologi Islam*, penerjemah Rahmani Astuti, judul asli "A Sourcebook on Gender Relationship in Islamic Thought", (Bandung: Mizan, 1996), Cet. ke-2, h. 311-31

TASAWUF DAN PSIKOLOGI
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep
Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

semua struktur pada *nafs*, al-Nafasi menjelaskan bahwa *qalb* merupakan unsur jiwa yang dapat meningkatkan atau mengurangi bahkan merubah dari satu keadaan ke keadaan lain. *Al-rûh* adalah jiwa yang hidup dan memberikan kehidupan pada badan. '*Aql*' adalah jiwa yang dapat mengenal dirinya sendiri dengan memberi sifat untuk mengetahui dirinya⁴⁸. Dengan pendapat al-Nafasi ini terkesan bahwa semua unsur kepribadian pada prinsipnya sama berada dalam jiwa, cuma fungsi dan penekanannya berbeda. Kolaborasi antara ruh, akal, kalbu dapat dilihat pergerakan atau dinamika unsur batin ke dalam tubuh atau badan melibatkan intensitas yang semakin meningkat dari sifat ontologis. Jalur peningkatan itu pada akhirnya menuntut pada zat yang tak terbatas. Jadi dengan memahami struktur batin atau kepribadian mengantarkan pada pemahaman satu penciptaan oleh Sang Pencipta.

Setelah diketahui seluk beluk struktur kepribadian jiwa, akal, nafsu, hati dan ruh, proses selanjutnya adalah upaya penyempurnaannya melalui jalan tasawuf. Kondisi psikologi yang paripurna yang dicapai oleh tasawuf adalah insan kamil. Dalam tasawuf gangguan-gangguan jiwa ada karena adanya keterpisahan baik manusia dengan dirinya sendiri, alam dan realitas universal. Dalam bahasa Nasr, masalah pokok yang dihadapi manusia pada umumnya karena mereka berada di pingiran lingkaran eksistensi, tanpa adanya keterkaitan dengan titik pusat eksistensi. Sufisme

⁴⁸ *Ibid.*, h. 307 penjelasan al-Ghazali yang sama pada prinsipnya juga terdapat pada *ibid.*, h.337

berupaya membangun jembatan penghubung antara manusia dengan pusat eksistensi.

Insan kamil merupakan satu istilah yang populer di kalangan tasawuf, yang diintrodusir oleh Ibn 'Arabi dan dikembangkan oleh al-Jili. Ibn 'Arabi mengasosiasikan bahwa Tuhan ingin melihat diri-Nya sendiri. Namun karena Tuhan sendiri, maka ia melakukan dialog dengan diri-Nya sendiri. Kemudian Tuhan mengenalkan dirinya dengan berpikir tentang diri-Nya dan pemikiran itu kemudian menciptakan realitas baru di luar diri-Nya⁴⁹. Intinya *term* itu dikenal dalam literatur tasawuf klasik bahwa Tuhan kemudian menciptakan alam raya sebagai cermin bagi diri-Nya sendiri.

Dalam elaborasi Komaruddin bahwa Tuhan pada awalnya narsis, dalam bahasa psikologi adalah orang yang ingin melihat dirinya, bahkan mencintai dirinya secara berlebihan. Tapi yang dimaksudnya adalah bahwa Tuhan ingin melihat kebesaran diri-Nya, maka ia menciptakan sesuatu yang lain sebagai cermin untuk diri-Nya. Secara psikologis, ini juga sering terjadi pada diri manusia antara anak dengan ayah yang mirip.⁵⁰

Budhy Munawar-Rachman dalam edisi Fuat Nashori menganalisis jika manusia merupakan cermin Tuhan pertanyaan yang muncul adalah manusia sempurna yang berusaha mencari penyatuan menjadi bagian dari Tuhan. Apakah eksistensinya hilang. Logika pembenaran yang dapat memahami logika perpaduan Tuhan-alam, menurut Budhy tidak memecahkan

⁴⁹Kautsar Azhari Noer, *op. cit.*, h. 36

⁵⁰Komaruddin Hidayat "Insan Kamil sebagai Makhluq Multidimensi" *Makalah* Kajian Tasawuf Positif di Universitas ParamadinaMulya, (Jakarta: Paramadina, 1998) h. 4

TASAWUF DAN PSIKOLOGI
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep
Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

masalah karena terkesan keutuhan diri hancur dalam istilah Freud dikenal dengan *narsisme*.⁵¹ Solusinya menurut Budhy adalah memahami hubungan antara Tuhan dengan manusia dengan cinta. Melalui cinta pribadi dapat tumbuh tapi tidak dianggap dengan *narsisme*. Melalui cinta pula manusia dapat mengatasi problem eksistensinya tersebut secara rasional. Cinta adalah suatu bentuk hubungan interpersonal yang paling fundamental karena menyangkut rasa tanggung jawab, perhatian, respon atau hormat pada setiap makhluk

Teori penyatuan antara manusia dengan Tuhan berkaitan dengan teori *wahdat al-wujûd*, karena teori Ibn 'Arabi selalu berhubungan antara satu dengan yang lainnya. Dengan demikian ia menawarkan solusi alternatif untuk menyelami hakikat diri manusia yang bersifat Ilahi. *Wahdat al-wujûd* merupakan puncak dari pengalaman kebertuhanan yang membawa pada kebahagiaan manusia, yang dicapai melalui tahapan-tahapan spiritual.

C. Pemikiran Ibn 'Arabi tentang Perjalanan Spiritual *Maqâm* dan *Hâl*

Pada dasarnya tasawuf adalah ilmu tentang moral agama, yakni aspek moral yang berkaitan dengan pembahasan jiwa. Dalam tasawuf sendiri terdapat prinsip positif yang mampu menumbuhkan perkembangan masa depan masyarakat. Prinsip positifnya antara lain hendaklah manusia selalu introspeksi untuk meluruskan kesalahan serta menyempurnakan keutamaan-

⁵¹Fuat Nashori (ed) *Membangun Paradigma Psikologi Islami* (Yogyakarta: Sipress, 1994), Cet. ke-2, h. 23

keutamaan yang dimiliki. Bahkan tasawuf mendorong wawasan hidup menjadi moderat dan membuat manusia tidak lagi terjerat hawa nafsu atau lupa pada dirinya dan Tuhannya yang membuat diri terjerumus dalam penderitaan berat. Menurut tasawuf kehidupan hanyalah sekedar sarana bukan tujuan.

Menurut Simuh, tujuan utama orang yang menempuh jalan tasawuf adalah ingin mendapatkan penghayatan makrifat pada zat Allah, makrifat yang dimaksud adalah bukan tanggapan rasio dan indera tetapi pengalaman atau penghayatan kejiwaan. Yaitu penghayatan yang dialami ketika sampai ke tingkat tertentu pada pengalaman tasawuf. Dalam menempuh jalan rohani, sufi mengalami perubahan perasaan dan pengalaman kejiwaan. Pengalaman dan perasaan kejiwaan yang berubah dan dialami secara tiba-tiba, tanpa diikhtiyari -di luar usaha manusia atau anugerah Tuhan- maupun usaha atau ikhtiar manusia⁵²

Sebagai jalan keluar atau solusi permasalahan di atas dalam khazanah keilmuan tasawuf terdapat ajaran untuk menyempunakan jiwa atau kepribadian dengan berprinsip menjalankan ajaran agama yang lazim. Jalan kerohanian adalah proses pembebasan jiwa dari dunia jasmani sehingga ia melebur ke dalam Tuhan. Tasawuf berarti suatu perubahan jiwa secara radikal yang disebabkan karunia wahyu sehingga jiwa menjadi bernilai. Jiwa tersebut berfungsi sebagai mepelai ruh dan masuk bersatu dengan Tuhan. Proses ini dikenal dengan *maqâm dan hâl*,

⁵²Simuh, *Tasawuf dan Perkembangannya dalam Islam*, (Jakarta: Rajawali Press, 1996) Cet. ke-1, h. 49

secara kebahasaan *maqâm* berarti “tempat” dengan *maqâmât* sebagai pluralnya⁵³. Sedangkan *hâl* berarti “keadaan” atau “kondisi”⁵⁴. Pengertian *term* *maqâm* dan *hâl* dalam khazanah keilmuan tasawuf terdapat dalam pendapat para pakar di antaranya, al-Qusyairi,⁵⁵ al-Hujwiri,⁵⁶ al-Kalabadzi,⁵⁷ Seyyed Hossein Nasr,⁵⁸ Amatullah Armstrong⁵⁹ dan Suhrawardi⁶⁰. Umumnya mereka berpendapat bahwa *maqâm* adalah tingkatan atau jalan yang ditempuh oleh seorang sufi untuk sampai pada tingkatan tertentu dalam bentuk *riyâdhah* dan *mujâhadah*. Sedangkan *hâl* adalah kondisi psikologis seorang sufi setelah mencapai tingkatan dalam *maqâm*.

Mayoritas sufi membatasi hubungan antara *maqâm* dan *hâl*. *Maqâm*, menurut mereka bersifat “tetap” dan “bertahan”,

⁵³Amatullah Armstrong, *Khazanah Istilah Dunia Tasawuf, Kunci Memasuki Dunia Tasawuf*, penerjemah M. Nasrullah, judul asli “*Sufi Terminology (al-Qamûs al-Sufi) The Mystical Language of Islam*”, (Bandung: Mizan, 1996), Cet. ke-1, h. 85

⁵⁴*Ibid.*, h. 175

⁵⁵Al-Qusyairi berpendapat bahwa *maqâm* adalah sejenis adab yang didapatkan seseorang hamba dalam upaya peningkatan rohaninya, jadi harus dicapai dengan ikhtiar dan kerja keras, sedangkan *hâl* adalah penghayatan yang datang dalam hati (dialami dalam jiwa) tanpa kesengajaan dari mereka dan tanpa diusahakan. Abu al-Qasim al-Qusyairi, *al-Risâlah al-Qusyairiyyah*, (Kairo: Maktab ‘ali Shohib, 1976) h. 232

⁵⁶Al-Hujwiri berpendapat bahwa *maqâm* adalah deretan seseorang di jalan Tuhan dan pemenuhan kewajiban yang berhubungan dengan pangkat dan pemeliharaannya sehingga ia melengkapi kesempurnaan sejauh kemampuan sebagai manusia dan ia tidak diperkenankan meninggalkan *maqâm* tanpa memenuhi tingkatan di bawahnya. Sedangkan *hâl* adalah anugerah dan karunia yang diberikan Tuhan atas hati hambanya dan yang tidak bertahan dengan penyesalan diri. Lihat al-Hujwiri, *Kasyf al-Mahjub, Risalah Tasawuf Tertua Persia*, penerjemah Abdul Hadi W.M., judul asli “*The Kasyf al-Mahjub, The Oldest Persian Treatise on Sufism*”, (Bandung: Mizan, 1995), Cet. ke-1, h. 45

⁵⁷Al-Kalabadzi, juga mendefinisikan *maqâm* dan *hâl* pengertian tidak jauh beda dengan sebelumnya, lihat lebih lengkap al-Kalabadzi, *al-Ta’arruf li Madzhab Ahl al-Tashawwuf*, (Kairo: Maktabat al-Kulliyah al-Azhariyyah, 1969) h. 143

⁵⁸Bandingkan dengan definisi Seyyed Hossein Nasr, *Tasawuf Dulu dan Sekarang*, penerjemah Abdul Hadi W.M., judul asli “*Living Sufism*”, (Jakarta: Pustaka al-Husna, 1997), Cet. ke-2, h. 68

⁵⁹Lihat definisi lengkap pada Amatullah Armstrong, *op. cit.*, h. 96 dan 175

⁶⁰Al-Suhrawardi banyak memberikan elaborasi tentang *maqâm* dan *hâl*. Lihat lebih lanjut Suhrawardi, *Awârif al-Ma’ârif, Sebuah Daras Klasik Tasawuf*, penerjemah Ilma Nugrahani Ismail, judul asli, “*A Dervish Textbook from the ‘Awârif al-Ma’ârif’*”, (Jakarta: Penerbit Utama, 1999), Cet. ke-1, h. 57

sedangkan *hâl* “berlalu” dan “lenyap” tanpa ditunda-tunda.⁶¹ Jurjani dalam *al-Ta’rîfât* membuat suatu perbedaan. *Hâl* adalah suatu makna kerohanian yang bergema di dalam hati yang tidak berpura-pura dan tidak diperoleh dan diiktiyari. Sedangkan *maqâm* datang diusahakan. Al-Hujwiri juga memberi batasan, *maqâm* merupakan jalan penghambaan, dapat diusahakan dan kedudukannya sesuai dengan ikhtiar. Sedangkan *hâl* adalah anugerah dan karunia yang diberikan Tuhan atas hati hamba-Nya. Pemisahan hubungan antara *maqâm* dan *hâl* ini dapat dipahami, setiap usaha yang dilakukan tidak ada hubungannya dengan kondisi kejiwaan, karena kondisi tersebut anugerah yang bersifat sesaat dan tak terkira.

Minoritas sufi berpendapat bahwa *maqâm* punya hubungan yang erat dengan *hâl*. Pendapat ini dikemukakan oleh Haris ibn Muhasibi dan al-Suhrawardi⁶². Menurut mereka *hâl* - sama seperti *maqâm*- bersifat “langgeng” dan “bertahan”. *Hâl* merupakan kondisi kejiwaan seorang sufi setelah menjalani tahap spiritual dalam *maqâm*.

Ibn ‘Arabi secara global berpendapat seperti mayoritas sufi di atas bahwa *maqâm* adalah hasil usaha. Sedangkan *hâl* adalah pemberian. Hal ini seperti yang termuat dalam karya monumentalnya, berdasarkan kutipan di bawah ini :

⁶¹ Abu Hamid al-Ghazali, *Ihyâ’ ‘Ulûm al-Dîn*, (Beirut: Dâr al-Fikr, 1991), Cet. ke-3, jilid 4, h. 123

⁶² Seyyed Hossein Nasr, *op. cit.*, h. 45. Lihat juga al-Suhrawardi, *lot. cit.*,

كل مقام ثابت انما هو مثل بارق برق فإبرق إمّا يزول
لنقيضه وأمّا ان يتوالى فى طريق الله تعالى فهو مكتسب
ثابت وكل حال موهوب غير امثاله فإن يتولى امثاله
فصاحبه خاسر...⁶³

Setiap *maqâm* di jalan Tuhan merupakan hasil usaha dan ada pula pemberian, sementara *hâl* merupakan pemberian, bukan sebagai hasil usaha dan bukan pula sebagai sesuatu yang telah ditetapkan. *Hâl* bagaikan pancaran cahaya ketika ia memancar, akan lenyap dikarenakan adanya sesuatu berlawanan atau karena ada sesuatu yang serupa...

Berbeda dengan mayoritas sufi, bagi Ibn ‘Arabi, *hâl* (keadaan rohani) adalah pemberian atau penerang tiba-tiba terhadap hati yang dihasilkan bukan dari pengusahaan (*al-isti’dâd*) dan bukan pula karunia Tuhan. Karakter *hâl* menurutnya disifati dari pencerahan dan penerimaan dasar yang akrab dengan jiwa seperti dikiaskan al-Junaid “warna air adalah warna wadah yang menampungnya.”

Hanya saja, bagaimana hubungan antara *maqâm* dan *hâl* dalam tasawuf Ibn ‘Arabi. Untuk menjelaskannya, menarik dicermati analisa Titus Burchardt. Menurutnya, pengusahaan *maqâm* hanyalah potensi murni Potensi itu tidak dapat dikenali lepas dari pencerahan atau *hâl*. Karena potensi hanya dapat diukur sejauh isinya dapat diaktualisasikan.⁶⁴

⁶³Muhyi al-Din Ibn ‘Arabi, *al-Futûhât al-Makkiyyah*, (Beirut: Dâr al-Fikr, tth), jilid 1, h. 76.1

⁶⁴Titus Burchardt, *Mengenal Ajaran Kaum Sufi*, penerjemah Azyumardi Azra, judul asli, “*An Introduction to Sufism Doctrine*”, (Jakarta: Pustaka Jaya. 1976), Cet. ke-1, h. 148

Dalam menjelaskan hubungan antara *maqâm* dan *hâl*, apakah *hâl* itu tidak dapat diusahakan, tidak permanen dan tidak ada hubungan dengan *maqâm* atau permanen, dapat diusahakan dan berhubungan dengan pencapaian *maqâm*, Ibn ‘Arabi menjelaskan secara bergantian di antara salah satu dari kedua sudut di atas. Indikasi ini terkesan sekali ketika Ibn ‘Arabi mengklasifikasikan akar kata *hâl* menurut para sufi. Para sufi membedakan pengertian *hâl* menjadi dua macam. *Pertama*, ada yang berpendapat bahwa *hâl* berasal dari kata *hâ-waw-lâm* yang membentuk kata *tahawwul* atau transmutasi diri. Dalam pengertian umum, akar kata ini menerangkan bahwa sesuatu mengalami perubahan dari satu situasi ke situasi lain atau dari satu keadaan ke keadaan lain. Maka *hâl* dalam pengertian ini tidak permanen dan tidak dapat diusahakan karena kesibukan Tuhan, transmutasi pencerahan dari Tuhan yang bersifat tidak konstans dan penciptaan sesaat. Penjelasan ini terdapat dalam karya Ibn ‘Arabi *Ishtihâlât* seperti yang dikutip William C. Chittick :

Sedangkan dia yang berpendapat *hâl* itu tidak tetap dan tidak berpenghujung, berpendapat bahwa ia berasal dari kata *hâ-waw-lâm*. Ia juga menyatakan bahwa keadaan adalah perubahan sifat-sifat hamba.⁶⁵

Dalam pengertian ini, *hâl* bisa dipahami sebagai pencerahan yang tidak punya hubungan timbal balik dengan *maqâm*. *Hâl* menurut mereka adalah karunia Tuhan yang datang secara tiba-tiba

⁶⁵William C. Chittick, *The Sufi Path of Knowledge, Pengetahuan Spiritual Ibn ‘Arabi*. penerjemah A. Nidjam, judul asli “*The Sufi Path of Knowledge: Ibn ‘Arabi’s Metaphysics of Imagination*”, (Yogyakarta: Pustaka Pemikiran al-Qalam, 2001), Cet. ke-1, h. 191

Kedua, di antara sufi menjelaskan bahwa *hâl* berasal dari akar kata *hâ- lâm-lâm* yang membentuk kata *hulûl* (mendiami). Pengertian ini mengindikasikan bahwa *hâl* dapat diusahakan dan permanen, seperti kutipan berikut:

... وإختلف في دوامه ومنهم من قال بدوامه ومن هم من
منع دوامه ومنه لا بقاء له سوى زمان وجوده كالعرض
... فمن هم من اخذه من الحلول فقال في دوامه وجعله
نعتاوا إما غير زائل ...⁶⁶

....terdapat ketidaksepakatan di dalam umat berkaitan dengan kepermanenan atau tidaknya *hâl*. Ada yang berpendapat *hâl* permanen dan ada yang berpendapat tidak permanen. Dia yang melihatnya dari beberapa fenomena dan mengetahui *hâl* permanen berpendapat bahwa *hâl* berasal dari *al-hûlul* atau *hâ-lâm-lâm*

Dari penjelasan kedua ini, menyatakan bahwa *hâl* bukan mutlak pemberian Tuhan, yang bersifat sepiantas lalu. *Hâl* adalah aktivitas mental spiritual luar biasa yang menunjukkan kekuatan jiwa sufi setelah menjalani tahapan-tahapan spiritual dalam *maqâm*. Jadi aktivitas seseorang setelah *maqâm* akan mendapat penerimaan *hâl*.

Secara implisit Ibn 'Arabi tidak menjelaskan apakah ia termasuk kategori pertama atau kedua dari pendapat di atas. Tapi secara eksplisit Ibn 'Arabi menghubungkan antara *maqâm* dan *hâl*. Hal ini ditemukan dalam strukturisasi *maqâm* dan *hâl*, ia

⁶⁶ Ibn 'Arabi, *al-Futûhât...*, *op. cit.*, jilid 2, h. 384.21
TASAWUF DAN PSIKOLOGI
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep
Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

menempatkan secara bersamaan penjelasan keduanya dalam satu fasal, seperti kutipan berikut:

وقد امر بالتوكل وما امر به الا هو ممكن
الإتصاف به وقد وصف به نفسه بالغيرة على الألوهية
فأقام نفسه مقام و للتوكل احوال يصح الإتصاف بها
يسمى توكل ولغنى عن واحد من اهل طريق الله انه قال
بما أشرنا اليه فى هذه المسألة متنا وما شممنا لهذا التوكل

رائحة ...⁶⁷

Dan permasalahan tentang *tawakkal* maupun yang lainnya, tidak lain adalah kemungkinan tentang keadaan. Dan ia adalah kondisi kejiwaan yang bersemangat dengan cahaya ketuhanan, maka jiwa akan mencapai *maqâm*-nya....bagi *tawakal* juga mempunyai *ahwâl* yang merupakan kondisi dari *maqâm tawakal*. Adalah keistimewaan bagi salah seorang sufi seperti diisyaratkan Tuhan sebagai seorang yang punya sifat terpuji yang bisa menyesuaikan dengan jiwa dan lingkungannya..

Dari penjelasan di atas dapat dipahami bahwa Ibn 'Arabi menghubungkan antara *maqâm* dan *hâl*. *Hâl* menurutnya bukan pemberian Tuhan yang bersifat sepiantas lalu yang terlepas dari usaha atau *maqâm*. Namun *hâl* bagi Ibn 'Arabi sebagai kekuatan aktivitas yang dimiliki oleh seorang sufi yang sedang atau telah menempuh perjalanan spiritual.

⁶⁷ *Ibid.*, jilid 2, h. 300.30

Pendapat bahwa *hâl* permanen, dapat diusahakan dan berhubungan dengan *maqâm* juga dikemukakan Zaki Mubarak. Ia berpendapat bahwa *maqâm* sebagai pencapaian tempat kerohanian melalui *mujâhadah*, *'ibâdah*, dan *riyâdhah*. Sedangkan *hâl* terbagi kepada; *hâl mujâhadah* dan *hâl faydh*, yaitu *hâl* yang diusahakan dan *hâl* yang diterima dari penyinaran Ilahi.⁶⁸ Simuh dengan mengutip pendapat 'Ata'ilah dalam kitab *al-Hikam* berpendapat bahwa sekalipun *ahwâl* itu anugerah Ilahi, kedatangan atau *wurûdnya* tergantung kesiapan yang diusahakan hamba. Konkritnya menurut Simuh kalau seorang sufi tidak menyiapkan diri untuk menyongsong kedatangannya, *ahwâl* itu juga tidak dianugerahi Allah.⁶⁹

Jadi, *hâl* tidak selalu mutlak datang dari anugerah Tuhan, tapi tergantung kesiapan seorang sufi yang menerimanya. Kecemerlangan kualitas kesadaran mistik (*mystical states*) berbanding lurus dengan tingkat kebersihan hati sufi. Jadi makin bersih hati seorang sufi, semakin cemerlang tingkat penghayatan mereka di samping tergantung pada pada bakat, potensi dan kesiapannya.

Konsep *maqâm* dan *hâl* telah muncul pada awal abad perkembangan Islam. Figur pertama sebagai *stereotype* pencetus *maqâm* dan *hâl* adalah Ali ibn Abi Thalib. Ketika berbicara tentang iman, ia melandasi konsep ini dengan *shabr*, *yaqn*, *'adl* dan *jihâd*, yang

⁶⁸Zaki Mubarak, *Tashawwuf al-Islâm fi al-Adb wa al-Akhlâq*, (Beirut: Maktab al-Asyriyyah, t.th.) h. 117-118

⁶⁹Simuh, *Tasawuf dan Perkembangan...*, *op. cit.*, h. 7

terangkum dalam sepuluh pilar atau *maqâm*.⁷⁰ Tetapi secara *term* dan istilah kata *maqâm* dan *hâl* pertama kali dipakai oleh Dzun al-Nun al-Misri (796-8610).⁷¹ Al-Hujwiri berpendapat bahwa al-Sari merupakan sufi pertama yang menstrukturisasi *maqâm* menjadi beberapa tingkatan.⁷² Dari beberapa temuan di atas penulis menyikapi, siapapun pencetus nama *maqâm* tersebut umumnya mereka punya andil dalam kemunculan *maqâm* dan *hâl* secara terstruktur dan penemuan mereka saling melengkapi.

Di antara sufi yang menstrukturisasi tingkatan *maqâm* dan *hâl* adalah; Abu Nasr al-Sarraj di dalam kitab *al-Luma'* menyebutkan tujuh *maqâm* dan sepuluh *hâl*⁷³. Al-Makki menstruktur jumlah *maqâm* pada sepuluh tingkatan dan tidak spesifik membahas *hâl*.⁷⁴ Abu Sa'id ibn Abi al-Khayr menyebutkan jumlah *maqâm* sesuai dengan jumlah nabi Allah.⁷⁵ Abu Hamid al-Ghazali juga menyinggung tentang *maqâm* menurutnya ada sepuluh *maqâm* dan *hâl*. Sedangkan al-Suhrawardi, dalam '*Awârif*-nya hanya menyebutkan sepuluh *maqâm* dan tidak membedakan

⁷⁰Lihat al-Qusyairi, *op. cit.*, h. 32

⁷¹L. Gardet, "Hal", *The Encyclopaedia of Islam*, (Leiden E.J.Bill, tth) h. 243

⁷²Al-Hujwiri, *op. cit.*, h. 11

⁷³Menurut al-Sarraj, *maqâm* terdiri dari: *taubah*, *warâ'*, *zuhd*, *faqr*, *shabr*, *tawakkal* dan *ridhâ* sedangkan *hâl* terdiri dari *muraqabah*, *qurd*, *mahabbah*, *khauf*, *rajâ'*, *shauq*, *uns*, *ithma'ninah*, *musyabadah* dan *yaqn*. Lihat al-Sarraj. *al-Luma'*, (Beirut: Dâr al-Ma'arif, t.th) h. 43-72

⁷⁴Menurut al-Makki *maqâm* itu adalah *taubah*, *shukr*, *rajâ'*, *khauf*, *zuhd*, *tawakkal*, *ridhâ* dan *mahabbah*. Lebih rincinya lihat, Abu Thalib Muhammad ibn Ali al-Makki, *Quth al-Qulûb fi Mu'ammalat al-Mahbûb* (Mesir: al-Matba'ah al-Maymûniyyah, 1306) , jilid I. h.178

⁷⁵Elaborasi Abu Sa'id ini terdapat dalam Seyyed Hossein Nasr, *Sufi Essays* (New York: State University Press, 1991), h. 78-83 Pembagian berdasarkan jumlah nabi ini juga dipakai oleh al-Hujwiri lebih dari 124.000 *maqâm*, tapi ia tidak pernah menyebut tentang *hâl*. Penelitian tentang al-Hujwiri dapat dilihat pada Abdul Muhaya, "*Maqâmât* (Stations) and *Alhwâl* (States) According to al-Qusyairi and al-Hujwiri A Comperative Study", *Tesis*, MA McGirll University, (Jakarta: Dirjen Depag, 1993), h.37

antara *maqâm* dan *hâl*. Menurutnnya dalam setiap *maqâm* juga terdapat *hâl* di sana.⁷⁶

Ibn 'Arabi sebagai tokoh sentral dalam penelitian ini juga membagi *maqâm* pada beberapa tingkat. Menurut penelitian Abdul Muhaya berdasarkan kitab *al-Isrâ' Ilâ al-Maqâm al-Asrâ Au Kitâb al-Mi'râj* menyebutkan bahwa Ibn 'Arabi membagi *maqam* pada tujuh tingkatan sesuai dengan nama-nama Nabi.⁷⁷ Yunasril Ali juga pernah menyinggung *maqâm* dan *hâl* ketika membahas insan kamil Ibn 'Arabi, ia menyebutkan bahwa ada lebih dari 60 tingkatan *maqâm* dalam *al-Futûhât al-Makkiyyah*.⁷⁸ Dari sumber berbeda tersebut, penulis berpegangan pada *al-Futûhât al-Makkiyyah* dan menemukan ada sekitar 75 *maqâm* dan *hâl*. Secara lengkap *maqâm* dan *hâl* menurut Ibn 'Arabi adalah *taubah*, *mujâhadah*, *khalwah*, *uzlah*, *faqr*, *taqwâ fi-Allah*, *taqwâ fi al-hijab wa al-sitr*, *taqwâ al-hudud al-dunyâ*, *taqwâ al-nâr*, *usul ahkam al-syar'î*, *nawafil 'alâ ithlâq*, *fara'idh wa al-sunnah*, *warâ'*, *zuhd*, *al-wajd*, *al-kalâm*, *al-sîr*, *al-na'wm*, *al-khawf*, *al-rajâ' al-huzn*, *al-jû'*, *al-mathlub*, *al-fitnah wa al-syahwah*, *al-khusyu'*, *mukhallaf al-nafs*, *musâ'adah al-nafs*, *hasad wa al-ghadb*, *al-ghaibiyyah*, *qana'ah*, *syirah wa al-kharaf*, *tawakkal*, *al-syukr*, *al-yaqn*, *al-shabr*, *al-muraqabah*, *al-ridhâ*, *'ubûdiyyah*, *istiqâmah*, *ikhlâsh*, *shidq*, *hayâ'*, *huriyyah*, *al-zikr*, *al-fikr*, *al-futuwwah*, *al-firâsah*, *ma'rifat*, *al-khalg*, *al-ghirah*, *al-wilâyah*, *al-risâlah*, *al-qurbah*, *al-faqr*, *al-ghany*, *al-tashawwuf*, *al-tahqîq*, *al-hikmah*, *kimyâ' sa'âdah*, *al-adab*, *al-shalb*, *al-tauhîd*, *al-syirk*, *al-safr*, *ahwâl al-qaum*, *al-ma'rifah*, *al-mahabbah*, *al-hubbah*, *al-syuq*, *ihtirâm al-syuyukh*, *al-sima'*, *karâmah*,

⁷⁶ Al-Suhrawardi, *op. cit.*, h. 472-476

⁷⁷ Lihat Abdul Muhaya, *op. cit.*, h. 34-35

⁷⁸ Yunasril Ali, *Manusia Citra Ilahi Konsep Insan Kamil Ibn 'Arabi dan Pengembangan oleh al-Jilli*, (Jakarta: Paramadina, 1998), Cet. Ke-2, h. 2

kharq al-'adab, dan *al-mi'jizah*⁷⁹ Dalam uraian itu, Ibn 'Arabi tidak membedakan penjelasan antara *maqâm* dan *hâl* secara terpisah karena ia menghubungkan antara keduanya seperti dikemukakan sebelumnya.

⁷⁹. Lihat Muhyi al-Din Ibn 'Arabi, *al-Futûhât...*, *loc. cit.*

BAB III

TASAWUF DALAM TINJAUAN PSIKOLOGI DAN KESEHATAN MENTAL

A. Pendekatan Psikologi

Sebelum mengkaji pendekatan psikologi terhadap pengalaman keagamaan, ada baiknya dilihat fenomena yang terjadi dalam khazanah keilmuan dunia yaitu isu sekitar agama dan sains. Ada asumsi yang menekankan bahwa kajian agama didasarkan pada *kleim* abstrak dan imani. Agama mengajarkan percaya pada yang gaib, Tuhan Sang Pencipta, wahyu, kiamat, malaikat, surga dan neraka. Bahkan agama hanya dipahami sebatas sistem kepercayaan komunitas yang mencakup ritual, tradisi, dogma dan ajaran dalam konteks historis dalam hidup manusia. Agama tidak lebih hanya merupakan aspek pewahyuan, *kleim* kebenaran, kekakuan dogma yang cenderung bersifat formal, kosmopolit, kaku dan *one way communicateed* (kebenaran satu arah) Asumsi-asumsi di atas mengantarkan para ilmuwan bahkan agamawan sendiri berpandangan bahwa ilmu-ilmu keagamaan tidak sejalan dengan pendekatan ilmu kealaman dan ilmu sosial humaniora lainnya. Pandangan tersebut tidak lepas

dari pemahaman agama yang sempit serta sulitnya menetapkan dan menyepakati definisi agama itu sendiri¹.

Menurut Amin Abdullah, pandangan kontra antara ilmu agama dan sains bisa diselesaikan dengan mengkaji dan mengelaborasi konstruksi epistemologi kedua ilmu². Ilmu agama tidak mesti dipahami dari konsep teologi yang hanya sebatas pemahaman hubungan antara manusia dan Tuhan semata, tapi secara diektika agama merupakan suatu sistem ajaran dan sarana pemenuhan kebutuhan untuk mencapai kepribadian yang kuat dan ketenangan jiwa.³ Robert H.Thouless berpendapat bahwa agama tidak hanya menceritakan tentang aturan dan dogma. Agama menurutnya mempunyai titik tekan pada tingkah laku dan perbuatan. Ketika agama telah terjalin dalam sikap dan tingkah laku, agama tersebut akan memberikan dampak empiris bagi tingkah laku dan dapat dilihat implikasinya. Bahkan Jalaluddin Rahmat berkesimpulan, ketika agama telah terimplikasi dalam perbuatan dan tingkah laku di sinilah dimensi empiris agama,

¹Kalau berpedoman pada kriteria pendefinisian yang diberikan Aristoteles dan apalagi menyesuaikan dengan konteks bahasa, cukup rumit mengambil kesimpulan dari beberapa definisi yang banyak diberikan para pakar. J.H.Leuba dalam bukunya *A Psychology Study of Religion*, ketika mencoba mendefinisikan agama, ia mencantumkan 48 lebih definisi agama. J.H. Leuba, *A Psychology Study of Religion*, (New York: New York University Press, 1986), h. 152 Menurut penulis, Ini mengindikasikan bahwa bermacam visi dan persepsi orang tentang agama. Asumsi ini juga disebabkan karena umat beragama dan para pakar masih beranggapan bahwa agama adalah masalah batin, tidak bisa diempirkan dan pengalaman individu. Kenyataan ini menjadikan para pakar tidak mempunyai standar baku sebagai acuan. Tapi walaupun demikian dengan berpatokan pada definisi yang dilontarkan para pakar di atas, ada dua penekanan definisi agama. *Pertama*, sistem aturan, UU dan inilah wilayah abstrak nonempiris. *Kedua*, agama merupakan sesuatu yang telah teraplikasi dalam perbuatan konkrit yang tercermin dalam sikap dan tingkah laku.

²Amin Abdullah, *Studi Agama, Antara Normativitas dan Historisitas*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1996) h. 39

³Bandingkan dengan pendapat Qureish Shihab, menurutnya agama merupakan hubungan antara Khalik dengan makhluk, hubungan tersebut menjelma dalam sikap batinnya yang tampak dalam ibadah dan tercermin dalam aktivitas sehari-hari. Hal ini merupakan cermin dari sikap keberagamaan HM Qureish Shihab, *Membumikan al-Qur'an* (Bandung: Mizan, 1995), Cet. ke-10, h. 201

dalam artian sejauh mana keterkaitan ajaran etiknya dengan corak yang memberikan dorongan kuat untuk memperoleh kesejahteraan⁴. Ketika agama telah terjelma dalam bentuk sikap dan tingkah laku, maka agama bisa dikaji secara ilmiah.

Pemahaman di atas paling tidak dapat disimpulkan bahwa ketika agama dikleim sebagai wilayah batin non empiris, maka ia dapat memberikan landasan etis bagi ilmu pengetahuan. Landasan etis ini yang mengilhami para ilmuwan dan agamawan untuk memadukan agama dan sains, dengan menjadikan agama sebagai landasan etis dan bahkan ilmu agama dijadikan sebagai objek tinjauan terhadap ilmu sains.

Psikologi sebagai salah satu cabang ilmu sains lahir dan berkembang di Barat dan dalam tradisi ilmiah lainnya. Perkembangan psikologi⁵ kemudian lebih berpedoman pada tataran empiris dalam menganalisa dan mengelaborasi tingkah laku manusia. Pandangan psikologi empiris seolah-olah dipedomani dan dijadikan *world view* oleh masyarakat dunia dan bahkan umat Islam sendiri. Khusus dalam khazanah keilmuan psikologi, kajian para ilmuwan tentang agama dan psikologi atau psikologi yang mengkaji

⁴Pendapat Jalaluddin ini dapat dilihat di Mastuhu (ed) *Tradisi Baru Penelitian Agama Islam Tinjauan antar Disiplin Ilmu*, (Jakarta, Bina Ilmu, 1999) h. 134

⁵Psikologi secara etimologi berasal dari akar kata Yunani, yaitu *psyche* dan *logos*. *Psyche* berarti jiwa sedangkan *logos* berarti ilmu. Jadi psikologi adalah ilmu yang mempelajari tentang jiwa manusia. Lihat, Tim Penyusun, *Kamus Umum Psikologi* (Jakarta: Pratama, 1975) h. 241 Menurut Clifford T. Morgan psikologi adalah ilmu yang mempelajari tentang perilaku manusia dan hewan. Dengan demikian objek kajian ilmu ini adalah penelitian tentang kejiwaan yang terefleksi melalui tingkah laku, baik yang dapat diamati secara langsung seperti tindakan dan tingkah laku, maupun yang tidak dapat diamati secara langsung seperti berpikir, emosi, kemauan dan perasaan dalam kehidupan seseorang. Perkembangan psikologi yang telah mampu memberi solusi dan telah merambah lintas budaya dan kultural serta berkembang dan mendapat tanggapan. Lihat juga Sarlito Wirawan, *Pengantar Umum Psikologi*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1983) h.

TASAWUF DAN PSIKOLOGI

Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

aspek-aspek keagamaan merupakan kajian yang menarik dan telah memakan rentang waktu yang panjang, sehingga melahirkan corak dan pendekatan yang beragam.

Permasalahan yang selalu menarik yang menjadi bahan kajian para ilmuwan di antaranya adalah fenomena keberagaman manusia. Agama menurut pengamatan mereka merupakan faktor yang mempengaruhi tingkah laku dan pengalaman manusia.⁶ Sedangkan tingkah laku dan pengalaman manusia adalah objek kajian psikologi, maka secara tidak langsung psikologi tidak bisa dilepaskan dari kajian agama. William James, ilmuwan yang telah meletakkan tatanan baku bagi pengkajian agama secara psikologis, berpendapat bahwa fungsi esensial psikologi adalah mengamati dan mengkaji gejala keagamaan berupa pengalaman keberagaman dan kesadaran keberagaman.⁷ Analisis serupa datang dari Robert Thouless, ia menilai pemanfaatan fakta agama mesti dilakukan untuk mengembangkan prinsip psikologi dalam memahami fakta dalam tingkah laku.⁸ William James berusaha untuk membantu pemahaman terhadap cara bertingkah laku dan berfikir dengan mengemukakan perasaan keagamaan. Upaya tersebut pada gilirannya merupakan usaha untuk mengelaborasi kajian keagamaan dengan pendekatan psikologis secara ilmiah dan menjadikannya sebagai salah satu cabang ilmu kealaman.

⁶Bandingkan dengan pendapat Zakiah Daradjat, menurutnya keyakinan agama sangat berpengaruh terhadap sikap dan tingkah laku, dalam hal cara orang bersikap, bereaksi tidak dapat dilepaskan dari keyakinan yang dianutnya. Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1996), h. 2

⁷William James, *The Varieties of Religious Experience*, (New York: New York University Press, 1985) h. 201

Untuk lebih fokusnya pembahasan ini, maka penulis akan memilih pengalaman dan kesadaran keagamaan sebagai objek kajian dalam menelaah aspek keagamaan dengan pendekatan psikologi. Pendekatan psikologi terhadap kajian agama tidak bisa dilepaskan dari objek kajian psikologi secara umum, yaitu pengalaman dan kesadaran, motivasi, tingkah laku, ekspresi.⁹

Pengalaman keagamaan (*religious experience*) dan kesadaran keagamaan (*religious consciousness*) sebagai pokok bahasan dalam sub ini, dapat dipahami dari berbagai tinjauan oleh para peneliti. Yahya Jaya menganggap sebagai objek psikologi agama di samping kesadaran dan lainnya.¹⁰ Sedangkan Zakiah Daradjat menganggapnya sebagai lapangan penelitian dalam ilmu jiwa agama. walaupun demikian kesadaran dan pengalaman keagamaan tetap merupakan objek terpenting dalam psikologi agama.

Selanjutnya menurut Zakiah Daradjat, *religious experience* atau pengalaman keagamaan adalah unsur perasaan dalam kesadaran keagamaan, yaitu perasaan yang membawa kepada keyakinan yang dihasilkan oleh tindakan amaliah secara langsung. Ia mencontohkan pengalaman keagamaan ini dalam bentuk pengalaman abstrak oleh sufi yang selalu hadir dan menjadi visi dan orientasi hidupnya. Pengembangan lebih lanjut tentang bahasan ini dikemukakan oleh Robert H.Thouless.

⁹Robert H. Thouless, *Pengantar Psikologi Agama*, penerjemah Machnun Husein, judul asli "*An Introduction to the Psychology of Religion*",(Jakarta: Rajawali Press, 1992),Cet.ke-1, h. 35

⁹Penjelasan objek kajian psikologi dan psikologi agama terdapat di, Yahya Jaya, *Menuju Optimalisasi Kesehatan Mental, Pemahaman Baru dan Harapan Baru dalam Paradigma Keberimanan dan Kebertakwaan*, (Padang: Angkasa Raya, 2001), h.112

¹⁰ Baca Yahya Jaya, " Psikologi Agama", *Makalah* Kursus/Pelatihan Dosen PAI PTU se-Indonesia, (Padang: IKIP Padang, 1997) h. 5.

TASAWUF DAN PSIKOLOGI
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep
Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

Menurutnya pengalaman keagamaan adalah pengalaman yang meskipun secara orisinil terjadi dalam kaitan bukan keagamaan, tetapi ia cenderung mengakibatkan perkembangan keyakinan keagamaan. Dalam analisis lain suatu corak pengalaman yang timbul sebagai bagian dari perilaku keagamaan yang mungkin memperkuat, memperkaya, atau malah memodifikasi kepercayaan-kepercayaan yang sudah dianut sebelumnya¹¹

Pengalaman keagamaan tidak bisa dilepaskan dari kesadaran keagamaan (*religious conciousness*) hubungan ini diilustrasikan Armahedi Mazhar seperti kutipan di bawah:

“Perasaan tenang yang luar biasa dan kegairahan hidup yang menyala setelah mengalami pengalaman keberagamaan tertentu. Jadi seolah-olah pengalaman ini merupakan suatu bentuk kesadaran yang menyakinkan”¹²

Kesadaran menurut Armahedi merupakan tingkatan yang dicapai setelah mengalami pengalaman tertentu dalam beragama. Menurut Zakiah, kesadaran keagamaan adalah sebagai bagian atau segi yang hadir atau terasa dalam pikiran, dapat diuji melalui introspeksi dan merupakan aspek mental dan aktivitas keberagamaan.¹³ Jadi yang dituju oleh kesadaran keagamaan

¹¹ Robert H. Thouless, *op. cit.*, h. 88

¹² Armahedi Mazhar *Integralisme, sebuah Rekonstruksi Filsafat Islam*, (Bandung: Pustaka Bandung, 1976), Cet. ke-1, h. 12. Kesadaran (*consciousness*) adalah kata benda yang di bentuk dari kata keadaan “sadar” dan kata ini sering diikuti oleh kata “akan”. Dalam rangkaian kata “sadar akan” menunjukkan suatu hubungan antara “subjek yang menyadari” dan “objek yang disadari”. Menyadari akan suatu objek berarti melibatkan pengetahuan tentang objek tersebut ke dalam perilaku subjek kesadaran yang bersangkutan. Tingkat kesadaran dalam bahasan ini ditentukan dengan tingkatan yang dicapai oleh sufi berupa implikasinya terhadap perubahan sikap dalam kehidupan.

¹³ Zakiah Daradjat, *op. cit.*, h. 3

adalah implikasi pengalaman dan kesadaran beragama terhadap tingkah laku dan orientasi hidup penganut suatu agama.

Pengalaman keagamaan ini menurut Thouless merupakan seperangkat pengalaman kejiwaan yang dipengaruhi oleh faktor sosial, alamiah, emosional¹⁴. Kadar pengalaman ini dipengaruhi oleh tingkatan emosional dalam kadar tertentu yang berkaitan dengan pemahaman dan pengamalan agama yang dianut seorang beragama. Pencapaian pengalaman tersebut menurut Thouless tidak tertutup kemungkinan untuk mencapai pengalaman batin yang tampaknya terkait langsung dengan Tuhan atau sejumlah wujud lain. Pengalaman batin ini bisa dikaji dan tidak ada alasan yang kuat untuk menganggap pengalaman itu hanya ada dalam mistik semata¹⁵.

Pengalaman dan kesadaran sebagai objek kajian psikologi sangat menarik untuk diteliti. Pengalaman dan kesadaran agama seperti diilustrasikan Zakiah Daradjat di atas ternyata memiliki dimensi kejiwaan atau tinjauan psikologis. Aset ini dapat dikembangkan dengan tinjauan kejiwaan terhadap cabang psikologi lainnya seperti, kesehatan mental, psikologi kepribadian, psikologi perkembangan, psikologi pertumbuhan dan lain sebagainya.

-Pandangan Psikolog Barat terhadap Pengalaman Keagamaan

¹⁴ Robert H. Thouless, *op. cit.*, h. 34. Bandingkan dengan pendapat psikolog lain seperti A. Maslow yang menyoroti bahwa kebutuhan merupakan faktor yang berpengaruh terhadap tingkah laku dan pengalaman hidup manusia. Sedangkan Amir al-Najjar berpendapat, faktor yang mempengaruhi keberagaman manusia adalah fitrah agama yang telah ada dalam dirinya sejak lahir.

¹⁵ Robert H. Thouless, *op. cit.*, h.

Dalam konteks ini penulis akan menyajikan pandangan para psikolog Barat tentang kajian keagamaan dalam rancang bangun psikologi mereka. Setidaknya tanggapan psikolog Barat terhadap kajian atau fenomena agama dapat dikategorikan pada 2 kategori; *pertama*, psikolog yang tidak mengakui adanya kajian keagamaan dalam pendekatan psikologi dan *kedua*, psikolog yang telah meneliti dan mengakui aspek keagamaan dalam rancang bangun teori mereka. Aliran psikologi yang tidak memasukkan kajian agama dalam konstruksi keilmuan mereka di antaranya psikologi beraliran psikoanalisa, behaviorisme dan humanisme. Pendapat ini dianut oleh Hanna Jumhana Bastamam, Fuat Nashori, Abdul Mujib dan Malik B.Badri.¹⁶

Psikoanalisa pada prinsipnya melihat gejala yang muncul dari tingkah laku manusia berdasarkan pada sesuatu yang dapat diindra dan dimengerti. Kalau dihubungkan dengan tenaga yang muncul dari tingkah laku manusia, menurut aliran ini berasal dari dorongan bawah sadar atau ketidaksadaran (dorongan libido). Libido menjadi dorongan untuk hidup yang diistilahkan dengan *oedipus kompleks*. Freud berpendapat dorongan libido seksual telah ada sejak kanak-kanak dan sangat mempengaruhi tindak tanduk manusia.¹⁷ Dorongan dalam diri manusia dibedakan menjadi *Das Ich* (dorongan hidup) dan *Das Es* (pengendalian) ¹⁸atau dalam

¹⁶Hanna Jumhana Bastamam *Integrasi Psikologi dengan Islam* (Jakarta: Pustaka Pelajar, 1975) h. 38. Malik B.Badri. *Dilema Psikologi Islam*, penerjemah Siti Z.Luxfanti, judul asli *"The Dillema of Muslim Psychologist"*, (Jakarta: Pustaka Firdaus, 1986), Cet. ke-2, h. 47. Fuat Nashori (ed) *Paradigma Psikologi Islami*, (Yogyakarta: Sipress, 1994), Cet. ke-1, h. 83. Abdul Mujib dan Yusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2001), Cet. ke1, h. 133

¹⁷Sigmund Freud, *Sekelumit Sejarah Psikoanalisa*, judul asli *"Zur Geschichte der Psychoanalytischen Bewegung"* penerjemah K. Bertens, (Jakarta: Gramedia, 1994) h. 24

¹⁸K.Konstantmar, *Sejarah Ilmu Jiwa*, (Jakarta: Bina Ilmu,1983) h. 175

kesempatan lain diterjemahkan dalam ego dan superego. Dorongan itu sangat berpengaruh dalam melahirkan perbuatan. Freud sangat berjasa dalam mengelaborasi gejala kejiwaan manusia yang neorosis dalam artian fundamental.

Freud tidak meneliti aspek keagamaan, karena berada di luar dimensi ego dan super ego, sebagai batasan kajiannya. Bahkan para peneliti berkesimpulan bahwa Freud tidak mengakui dimensi keagamaan dalam struktur keilmuannya dan menganggapnya sebagai perasaan menyamudera (*ocean feeling*) serta regresi jiwa ke arah sebelum lahir¹⁹. Menurut Malik B.Badri, Freud mengasosiasikan pengalaman keagamaan sebagai seseorang yang sedang neorosis universal dan menyamakannya dengan sidrom obsesi kopulsi yang diderita oleh pasiennya yang sakit.²⁰ Penilaian negatif juga datang dari murid dan pengikut Freud sendiri, Eric Fromm. Ia menerangkan bahwa Freud menganggap kepercayaan terhadap suatu agama merupakan delusi, ilusi, perasan menggoda pikiran (*obsesional neorosis*) dan ketidakmampuan manusia dalam menghadapi kekuatan alam di luar diri dan juga kekuatan insting dalam dirinya sendiri.²¹ Louis Leahy menyoroti pengalaman agama dalam pandangan Freud sebagai totemisme primitif. Totem dalam tradisi religius memiliki dua fungsi objek kekaguman dan sekaligus penolakan.²²

¹⁹Armahedi Mazhar, *op. cit.*, h. 12

²⁰ Malik.B.Badri, *op. cit.*, h

²¹Eric Fromm, *al-Dîn wa al-Tahlîl al-Nafs*, penerjemah Fuad Kamil, judul asli '*Psychoanalysis and Religious*' (Kairo: Maktabah al-Gharbiyyah, tt) h. 151

²²Louis Leahy, *Aliran-Aliran Ateisme: Tinjauan Kritis*, (Yogyakarta: Kanisius,1990) h. 48-49

Penilaian yang cukup objektif dikemukakan oleh Abdul Mujib; ia menilai kurang tepat apabila Freud dituduh tidak mampu memahami fenomena agama. Freud menurut Mujib memandang manusia dari sudut pandang yang berbeda. Setidaknya ada tiga penekanan yang dapat disimpulkan dari pendapat Freud tentang agama; (1) Objek penelitian empiriknya difokuskan pada manusia-manusia sakit yang terganggu emosinya. (2) Hierarki struktur kepribadian yang dibangun Freud terdiri dari kesadaran, ketidaksadaran dan kebawahsadaran (3) Agama yang diteliti Freud lebih berorientasi pada agama-agama primitif yang belum matang tingkat keagamaannya²³. Jadi berdasarkan penelitian Mujib seharusnya penilaian terhadap Freud harus dipahami dari aspek pendekatan yang digunakan. Tentu saja Freud tidak mengakui agama karena di luar skop penelitiannya.

Behaviorisme juga meneliti tingkah laku secara terbatas. Aliran ini membatasi penelitian pada aspek perbuatan manusia. Behaviorisme mencari elemen-elemen tingkah laku yang paling sederhana. Elemen-elemen itu ditemukan dalam refleksi atau reaksi-reaksi yang tidak disadari terhadap rangsangan tertentu. Tingkah laku terwujud dari refleksi sensori dan motoris yang berarti perindra. Rangsangan sensori dengan reaksi motori akan berpadu, sehingga melahirkan aktivitas takut, cinta sedih dan ekspresi tingkah laku lainnya.²⁴ Jadi suatu tingkah laku menurut

²³Abdul Mujib, *op. cit.*, h. 70-72

²⁴K. Konststanmar, *op. cit.*, h. 186

behaviorisme tidak lahir dari dorongan luar, tetapi berasal dari rangsangan dan reaksi dari perbuatan itu sendiri.

Eric Fromm berpendapat bahwa behaviorisme memakai penelitian perilaku dan aktivitas manusia. Pandangan tersebut mengenyampingkan semua dimensi subjektif yang pada hakikatnya tidak bisa diamati, tapi secara kinerja mempengaruhi sensasi, persepsi, cita dan hasrat.²⁵

Aliran yang dipelopori oleh John Dollard dan Skinner dan Neal E. Miller ini menurut Malik B. Badri meyakini agama dan upacara ritual untuk mengagungkan Tuhan sebagai tingkah laku tahayul dari burung dara kelaparan. Sedangkan Mujib menilai bahwa behaviorisme anti agama dan teori-teori psikologisnya melepaskan diri dari norma agama.²⁶

Kemunculan aliran humanisme dalam dunia psikologi menawarkan pendekatan dan wawasan baru bagi dunia psikologi Barat. Aliran ketiga psikologi setelah psikoanalisa dan behaviorisme ini mengkritik aliran-aliran yang muncul sebelumnya. Aliran-aliran itu sering mengekspresikan tingkah laku hewan dan manusia sakit dalam eksperimen dan hasilnya digunakan untuk memahami fenomena psikologis manusia. Dengan latar belakang demikian, kemunculan humanisme lebih mengoptimalkan potensi manusia dari aspek berfikir, bertanggung jawab dan berestetika. Humanisme lebih berorientasi

²⁵Eric Fromm, *Akar Kekerasan, Analisa Sosial Psikologis atas Watak Manusia*, judul asli *"The Anatomy of Human Destructiveness"* penerjemah Imam Muttaqin, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2000) h. 215

²⁶Lihat Malik B. Badri, *op. cit.* h. 6 dan Mujib, *op. cit.*, h. 74 lihat juga pendapat Yasir G. Wirawan, dalam edisi Fuat Nashori, *op. cit.*, h. 27 menurutnya manusia dalam pandangan behaviorisme dianggap sebagai robot yang diprogram dan bukan sebagai makhluk Tuhan.

pada penekanan pola kemanusiaan dan tidak meneliti tingkah laku dari kesadaran, tapi tingkah laku itu sendiri sebagai kesatuan yang lebih luas. Kesatuan itu sama besarnya dengan tindakan penyesuaian atau tindakan pengulangan yang pasti melibatkan organ situasi.

Psikologi humanistik berprinsip, sifat-sifat dan kemampuan kemampuan kemanusiaan secara lebih luas benar-benar gejala kejiwaan yang khas insani yang tidak terpisahkan dan tidak bisa dilihat pada eksistensi manusia.²⁷ Gejala kejiwaan manusia mulai merambah pada dimensi cipta, rasa, karsa dan karya. Jadi humanisme hanya meneliti pengalaman manusia sebatas kekuatan intern dalam diri manusia atau meneliti dan mengelaborasi kualitas insani. Para humanis memandang diri manusia apa adanya dan tidak sampai meneliti pengalaman keagamaan. Kesimpulan ini sesuai dengan analisis Hanna Jumhana yang melihat humanisme tidak mengkaji hal-hal yang bersifat sangat sakral dan idealis. Bahkan Abdul Mujib menilai teori humanistik sangat menekankan struktur kekuatan manusia dan selangkah lagi akan menjadi ateis.²⁸

Tapi walaupun demikian Abraham Maslow sendiri dalam karyanya pernah menjelaskan pengalaman keagamaan. Pengalaman itu merupakan pengalaman luar biasa yang sudah punya tempat yang baik dalam yurisdiksi ilmu pengetahuan. Bahkan menurut Maslow lagi, pengalaman keagamaan adalah intensifikasi luar biasa dari setiap pengalaman yang

²⁷Hanna Jumhana Bastamam, dalam Fuat Nashori, *op. cit.*, h. 78-79

²⁸*Ibid.*, bandingkan dengan pendapat Mujib, *op. cit.*, h.75

mengindikasikan lupa diri atau melampaui kesadaran dirinya.²⁹ Jadi meskipun Maslow sendiri mengkleim pengalaman keagamaan sebagai pengalaman puncak dan pengalaman orang yang tak sadar, tapi pemikiran Maslow telah mewarnai pemikiran psikolog Barat selanjutnya.

Secara objektif harus diakui bahwa semua pendekatan keagamaan dianggap di luar bahasan kajian para ilmuwan Barat. Mereka hanya terfokus pada penelitian empirik. Seharusnya disimpulkan bahwa pendekatan keagamaan di luar objek kajian atau tidak ditemukan dalam penelitian mereka. Jadi tidak tepat kalau dikleim aliran-aliran tersebut anti agama.

Perkembangan selanjutnya, psikologi modern Barat telah mulai menyentuh persoalan transendental dalam bangunan psikologis mereka. Di antara psikologi yang mulai meneliti pendekatan keagamaan dalam psikologi Barat adalah, aliran psikologi agama, logo terapi, fenomenologi dan transpersonal. Psikologi Barat kontemporer ternyata tidak hanya sebatas penelitian empirik dari tingkah laku. Buktinya di Barat sendiri telah berkembang pendekatan baru dari dunia psikologi.

Tradisi penelitian agama sebenarnya mulai marak pada akhir abad 18. Penelitian-penelitian ini muncul bersamaan dengan tiga aliran besar psikologi namun pamornya redup di tengah kepopuleran aliran-aliran besar tersebut. Thouless berpendapat, psikologi mulai mengambil fakta-fakta agama sebagai objek kajiannya bermula sekitar akhir abad 19. Tapi secara

²⁹ Abraham Maslow *Motivasi dan Kepribadian: Teori Motivasi dengan Pendekatan Heirarki Kebutuhan Manusia*, penerjemah Nurul Iman, judul asli "*Motivation and Personality*" (Jakarta: PT Pustaka Binaman Pressindo, 1996) h. 27

rinci menurut Zakiah Daradjat penelitian agama telah dilakukan semenjak G. Stanley Hall tahun 1881, kemudian dilanjutkan oleh, George Albert Coe tahun 1890, Edwin Diller Stanbuct tahun 1899, baru muncul William James tahun 1900, J.H. Leuba dan Flournoy tahun 1901, Stanly Hall tahun 1904, George M. Stratton tahun 1911, Pierre Bove tahun 1918, James B.Pratt tahun 1920, Rudolf Otto tahun 1923, R H. Thouless tahun 1923, Sante de Sanetis tahun 1927³⁰ dan banyak lagi para pakar lainnya. Umumnya mereka berupaya meyakinkan dunia bahwa agama dapat dikaji secara ilmiah melalui metode pendekatan psikologi.

Dari penelitian-penelitian di atas, gejala atau fakta-fakta agama dalam bentuk pengalaman dan kesadaran keagamaan tidak bisa dilepaskan dari metode yang digunakan ilmu jiwa atau psikologi secara umum. Mereka lebih cenderung memakai metode penelitian kuantitatif eksperimental dalam artian dengan menggunakan metode penelitian, dengan menjadikan perilaku (behavior) sebagai objek kajian³¹. Mereka berpendapat karena fungsi jiwa itu memantul dan memperlihatkan diri dalam perilaku behavior. Persoalan ilmu jiwa atau psikologi yang mengkaji agama sebenarnya lebih kompleks dan sukar diteliti. Menurut mereka hal itu lebih sukar lagi, tanpa menggunakan pantulan jiwa yang dapat diamati, diukur dan dianalisa.

Metode ilmiah jenis kuantitatif eksperimental itu telah banyak dilakukan dalam bentuk penelitian empiris terhadap sikap keberagamaan seseorang. Stanbuct yang meneliti tentang

³⁰Zakiah Daradjat, *op. cit.*, h. 11-34

³¹Pendapat ini dianut oleh sebagian besar peneliti psikologi agama di antaranya Zakiah Daradjat. Baca alasan selengkapnya di *ibid.*, h. 6

konversi agama berdasarkan dengan menggunakan metode statistik³². Metode serupa juga digunakan Leuba yang meneliti tentang kepercayaan para ahli tentang adanya Tuhan dan kepercayaan terhadap keabadian jiwa dengan menggunakan yang bersifat pengukuran-pengukuran kuantitatif.³³ Psikolog agama masih memakai metode pendekatan psikologi yang populer untuk mengungkapkan fenomena keagamaan.

Kemunculan William James memberikan warna baru bagi metode penelitian terhadap fakta-fakta agama. James tidak memakai metode kuantitatif eksperimental dalam meneliti pengalaman dan kesadaran keagamaan. Kesan ini terlihat pada buku eksperimentalnya *The Verieties of Religious Experience*, yang menganalisa tulisan dan biografi tokoh-tokoh agama dengan menggunakan prinsip-prinsip psikologis. Dalam penelitian, James memakai fakta-fakta agama sebagai kriteria untuk mengembangkan teori-teori psikologi. Penelitian ini setidaknya melengkapi kekurangan dan kelemahan penelitian agama seperti disitir Robert H. Thouless dalam kutipan di bawah ini:

Satu sisi metode kuantitatif eksperimental behavior memang berguna bagi psikologi karena ia mengarahkan perhatian dari sekedar spekulatif menuju pemecahan konkrit, namun juga dapat mempersempit bidang kajian yang sebenarnya sangat luas. Pengumpulan jawaban secara kuantitatif semata-mata terhadap berbagai permasalahan, khusus dalam psikologi agama dapat menjurus pada pemahaman yang tidak sempurna terhadap agama.³⁴

³² *Ibid*, h. 12

³³ Robert H. Thouless, *op. cit.*, h. 5

³⁴ *Ibid*,

Dari kutipan di atas dapat dipahami agama bukan hanya memuat tentang tingkah laku yang diukur secara empirik, tapi dalam agama mencakup unsur perasaan, kemauan, emosi, dan unsur lain yang tidak tercakup atau tidak ditangkap dari perilaku yang empirik. Bahkan agama mencakup unsur transendental yang mempengaruhi perilaku seseorang beragama yang dianggap tabu oleh psikologi populer.

Perkembangan selanjutnya, ternyata metode William James telah dikembangkan oleh para ilmuwan berikutnya di antaranya aliran fenomenologi yang menganalisa esensi pengalaman keberagaman manusia. Psikologi fenomenologi merupakan psikologi pasca humanisme yang mulai meneliti dimensi transendental dalam diri manusia. Pendekatan fenomenologis berusaha memperoleh gambaran yang lebih utuh dan lebih fundamental tentang fenomena keberagaman manusia. Pendekatan yang diilhami oleh filsafat fenomenologi ini, dikembangkan oleh Edmund Husserl dengan meneliti esensi keberagaman manusia.³⁵

Psikologi fenomenologi yang dipelopori oleh Rudolf Otto dan W.B. Kristensen, memusatkan perhatian pada dimensi transendental. Kajiannya hanya sebatas pencarian esensi, makna dan struktur fundamental dari pengalaman keberagaman manusia. Rudolf Otto menemukan suatu perasaan yang spesifik di antara perasaan asing lainnya seperti: mengagumkan, mengharukan, menarik dan menggetarkan jiwa keberagaman manusia. G Van de Lewis lebih menekankan ketergantungan

³⁵Amin Abdullah, *op. cit.*, h. 11 Husserl juga menjelaskan hubungan mistisisme dengan logika dalam karyanya *Mysticism and Logic*
TASAWUF DAN PSIKOLOGI
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep
Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

seorang beragama pada Zat Maha Kuasa. Mircea Eliade menyebutnya dengan suatu yang sakral yang tidak bisa dilepaskan dari fenomena manusia beragama;³⁶ inilah fungsi esensi dari keberagaman manusia.

Psikolog fenomenologi mengamati gejala kesadaran-kesadaran melebihi dimensi fisik dengan meneliti pengalaman batin yang tidak bisa dicerap dan dialami manusia. M.A.W. Brouwer berpendapat aktivitas kesadaran sebagai aktivitas psikis menjadi pokok penelitian psikologi. Kajian tentang dimensi transendental tidak bisa dikatakan pengalaman subjektif, karena ia merupakan aktivitas kesadaran manusia.³⁷ *Term* fenomenologi menerangkan bahwa keterangan wujud dan sistematika dari relasi-relasi intensional yang berhubungan dengan suatu alam.

Tokoh fenomenologi lainnya seperti Heidegger dan Merleau-Ponty telah merumuskan pemikiran fenomenologi yang berbeda dengan cara berfikir ahli psikologi tradisional. Dalam psikologi biasanya orang mencari fakta dengan obsesi dan eksperimen yang digabung dengan $y=f(x)$; suatu relasi yang ditafsirkan sebagai relasi sebab musabab. Pemikiran kausalitas linier itu paling nyata dalam psikologi behaviorisme yang menegaskan tingkah laku manusia berdasarkan bagan stimulus-respon. Dua variabel stimulusnya tidak bergantung pada respons. Sedangkan respons tergantung pada stimulus, seperti aktivitas makan disebabkan lapar, itu saja. Logika berfikir ini bersandarkan pada x identik dengan x .

³⁶ *Ibid.*, h. 35

³⁷ M.A.W. Brouwer, *Badan Manusia dalam Cahaya Psikologi Fenomenologi*, (Jakarta: Gramedia, 1987) h. 41

Tingkah laku manusia dalam fenomenologi, menurut Heidegger, Sartre dan Merleau-Ponty terlahir dari suatu dialektika antara dua segi dari satu gejala yang disebut hal pengada pada dunia. Badan subjek tempat x menciptakan y dan y menciptakan x. Pemikiran itu berlandaskan pada filsafat Hegel yang berpendapat bahwa sesuatu tidak mungkin ada kalau tidak ada yang lain.³⁸

Jadi fenomenologi mencoba mencetuskan logika berfikir dari pengalaman transendental yang semula dianggap pemikir terdahulu sebagai pengalaman yang di luar jangkauan akal. Logika fenomenologi telah menjungkirbalikkan tradisi psikologi yang meneliti aspek behavior, yang berkembang dari aliran positivisme empiris.

Sesudah aliran fenomenologi, dunia Barat dikejutkan dengan munculnya psikologi transpersonal. Transpersonal yang dipelopori oleh David Lurken telah mendobrak penelitian psikoanalisa dan humanistik yang hanya membatasi diri pada penelitian kesadaran dan ketidaksadaran. Padahal masih ada segmen terabaikan yang merupakan esensi kesadaran itu sendiri, yaitu keatassadaran sebagai aspek terpenting dari kesadaran manusia. Aspek terpenting ini berhubungan dengan dimensi gaib yang disebut kesadaran murni dan kepuncaksadaran. Armahedi berpendapat pengalaman puncak atau transendental tidak bisa diteliti secara ilmiah.³⁹ Dan kalau dikaitkan dengan konteks penelitian tesis ini, penulis akan mencoba menganalisa keraguan Armahedi itu. Mungkin yang dikeragui Armahedi adalah esensi

³⁸ *Ibid.*, h. xi-xii.

³⁹ Armahedi Mazhar, *op. cit.*, h. 42

dari pengalaman puncak tersebut, tetapi gejala-gejala kejiwaan dari pengalaman tersebut bisa diteliti.

Jalaluddin dalam pengantar SQ Danah Zohar menggolongkan pendekatan psikologi transpersonal sebagai psikologi aliran keempat, setelah humanisme aliran ketiga. Psikologi transpersonal telah menambah diagnosis baru yang tidak hanya melihat psikosis dari perspektif biomedis, tapi berusaha memahami jiwa manusia dengan

membuka diri pada pengalaman spiritual.⁴⁰ Pengalaman spiritual merupakan kepuncaksadaran yang dianggap sebagai pengalaman tertinggi.

Psikologi transpersonal sebagai aliran yang berkembang kemudian, tidak bisa dilepaskan dari aliran sebelumnya. Seperti diakui sendiri oleh Zohar, psikologi transpersonal mencoba menggabungkan tradisi psikologi William James, Jung dan Maslow serta Victor Frank dengan tradisi agama Timur. Sekalipun berusaha memformulasi psikologi baru, Zohar -seperti disitir Jalaluddin- tidak bisa dilepaskan dari metode psikologi Barat sebagai akarnya.⁴¹ Psikologi transpersonal memandang manusia sebagai totalitas yang terdiri dari tiga dimensi: fisik, psikologis dan spiritual. Untuk memahami manusia secara komprehensif harus dilacak totalitas semua dimensi kemanusiaan. Dimensi kemanusiaan menurut Frankl sebagai *noos* yang mengandung

⁴⁰Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ; Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berpikir Integralistik dan Holistik untuk Memaknai Kehidupan*, penerjemah Rahmani Astuti, judul asli “ *SQ: Spiritual Intelligence- The Ultimate Intelligence*”, (Bandung: Mizan, 2001), Cet. ke-2, h.xxvi

⁴¹*Ibid.*, h. 17

semua sifat khas manusia, seperti keinginan untuk memberi makna, orientasi tujuan dan makna hidup serta kreativitas⁴²

Psikologi transpersonal mencoba menggiring Barat untuk mengatasi krisis multidimensinya. Dari pemikiran ini muncul pemikir Barat seperti Fijrof Capra, Alvin Tofler dan ilmuwan lainnya yang mengelaborasi dimensi transenden ini. Padahal dimensi tersebut semula dianggap tabu oleh metode ilmiah Barat. Tetapi mereka mencoba memahami manusia secara totalitas dalam mengatasi krisis multidimensi.

- *Kajian Psikologi dalam Khazanah Keilmuan Islam.*

Pertumbuhan psikologi Barat mendapat kritikan dari ilmuwan Barat sendiri dan termasuk juga ilmuwan Islam. Kritikan itu pada gilirannya melahirkan pemikiran psikologi dari beberapa aliran. Kehadiran psikologi Islam di satu sisi merupakan reaksi positif bagi serangkaian upaya pengembangan wacana psikologi yang bercorak Islami. Sedangkan di sisi lain, perkembangan psikologi yang bercorak Islam, dikhawatirkan hanya sebatas saduran metode Barat dan legitimasi keIslaman semata. Seperti yang dicemaskan oleh Malik B.Badri bahwa psikologi di dunia Islam berada dalam liang biawak yang susah untuk keluar darinya⁴³. Kecemasan tersebut menurut penulis adalah suatu kewajaran karena umat Islam dituntut untuk taat azas pada nilai agama dan di sisi lain, pengembangan keilmuan keIslaman tidak bisa lepas dari kredibilitas dan kapabelitas metode penelitian

⁴² *Ibid.*, h.xxiv

⁴³ Malik B. Badri, *op. cit.*, h. 17

psikologi Barat. Maka akhirnya tidak bisa disangkal lagi dengan munculnya psikologi Islam yang hanya berbentuk saduran dari psikologi Barat.

Pengembangan dan rekonstruksi rancang bangun epistemologi psikologi sangat dibutuhkan untuk mengeluarkan psikologi dari liang biawak. Salah satu upaya ilmuan adalah dengan mencetuskan lahirnya Islamisasi sains khususnya di bidang psikologi.⁴⁴ Beberapa upaya dalam merekonstruksi metode ilmiah dari Barat adalah dengan cara memformulasikannya menjadi metode keilmuan baru.⁴⁵ Di pihak lain ada upaya rekonstruksi metode psikologi tersendiri dalam melahirkan psikologi baru bercorak Islam ⁴⁶

Untuk mudah memahami perkembangan psikologi dalam Islam, ada baiknya diketahui corak psikologi dalam Islam. Djamaluddin Ancok telah mentipologikan corak-corak pengkajian psikologi dalam Islam berdasarkan tiga kategori: *pertama*, psikologi yang memakai prinsip-prinsip ajaran Islam sebagai pisau analisa.

⁴⁴Ide mengenai Islamisasi sains diperkenalkan Ismail Raji al-Faruqi, *Islamisasi Pengetahuan*, penerjemah, Anas Mahyuddin, judul asli “*The Islamization of Knowledge*” (Bandung: Pustaka Bandung, 1994) h. 45 Syed Naqib al-Attas, *Islam dan Sekularisasi*, penerjemah Karsidjo Djojosuwarno, judul asli “*Islamic Secularism*”, (Bandung: Pustaka, 1981) h. 47

⁴⁵Ada beberapa metode atau upaya Islamisasi sains di antaranya komplementasi, merupakan salah satu pola yaitu antara sains dan agama saling mengisi dan memperkuat satu sama lain. Dalam konteks ini ilmu agama (tasawuf) dianalisa dengan pendekatan ilmu sains (psikologi) karena kesamaan objek yang mengkaji masalah jiwa dan tingkah laku manusia. Pola lain yaitu similarisasi (menyamakan konsep agama dan sains), paralerisasi (mensejalkan kedua konsep), komparasi (perbandingan), induktivikasi (sains diarahkan ke agama) dan verifikasi (mengungkap hasil penemuan sains dan dikaitkan dengan agama) Lebih tentang uraian ini lihat Kadirun Yahya, *Agama, Metafisika dan Ilmu Eksakta*, (Yogyakarta: Integrita Press, 1987) h. 56. Zakiah Daradjat, *Islam dan Kesehatan Mental*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1980) h. 45. Hanna Jumhana Bastamam, “Islamisasi Sains dengan Psikologi sebagai Ilustrasi?” *Ulumul Qur'an*, no 8 vol II, (April-Mei, 1991), h.7-10

⁴⁶Baca metode Sardar dalam Islamisasi sains dengan membangun psikologi sendiri dari khazanah keilmuan Islam. Dengan metode ini Sardar ingin menunjukkan bahwa psikologi dapat dibangun tanpa harus mengadopsi metode Barat. Abdul Mujib, *op. cit.*, h. 14

Ajaran Islam dijadikan metode pencarian dalam menganalisa kejiwaan manusia. Tipologi itu menurut Mujib terdapat dalam karya Zakiah Daradjat *“Pokok-Pokok Kesehatan Mental dan Ilmu Jiwa.”*, Abd Mu’in Abd al-Azis al-Maligy ilmuan Mesir dengan karyanya, *“Tasawwûr al-Syu’ûr al-Dînî ‘indâ al-Thifl wa al-Murâhiq”* Penelitiannya menganalisa perkembangan perasaan beragama pada anak dan remaja dengan metode ilmiah berupa angket, wawancara dan observasi. Serta penelitian Afifi Abd al-Fath dalam karyanya, *“Rûh al-Dîn al-Islâmî”*.⁴⁷

Kedua, psikologi dijadikan sebagai pisau analisa bagi pemecahan persoalan psikologis umat Islam. Pendekatan itu terdapat dalam karya Zakiah Daradjat seperti *“Ilmu Jiwa Agama”*, Djamaluddin Ancok, *“Psikologi Islami: Solusi Islam atas Problem Psikologi”* dan Hanna Jumhana Bastamama dalam karyanya. *“Integrasi Psikologi dengan Islam menuju Psikologi Islami”*

Ketiga, menciptakan pola psikologi baru yang digali dari khazanah keilmuan Islam yang memuat topik-topik psikologi. Pola ini terlihat dalam karya Sukanto Mulyomartono *“Nafsiologi: Suatu Pendekatan Alternatif atas Psikologi”*, Zuardin Azzaino *“Asaz Psikologi Ilahiyah: Sistem Mekanisme Hubungan Jasmani dan Rohani”*

B. Pendekatan Kesehatan Mental

-Fenomena Sosial dan Gangguan Jiwa

⁴⁷Abdul Mujib, *Fitrah dan Kepribadian, Pendekatan Psikologis dalam Perspektif Islam*, (Jakarta: Darul Falah, 2000) h. x
TASAWUF DAN PSIKOLOGI
 Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep
 Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

Sepanjang sejarah kehidupan manusia dari dahulu sampai sekarang sering muncul masalah-masalah yang memerlukan pemecahan agar manusia tidak larut dalam kemelut yang berkepanjangan. Masalah-masalah tersebut di antaranya masalah kemanusiaan, gangguan jiwa dan krisis moral. Semua itu telah banyak membuat manusia tidak mendapatkan kebahagiaan dalam kehidupan, baik secara pribadi maupun secara masyarakat. Menurut Yahya Jaya gangguan kejiwaan berarti kumpulan dari keadaan yang tidak normal, baik yang berhubungan dengan kejiwaan maupun yang berhubungan dengan jasmani. Keabnormalan terjadi bukan disebabkan oleh rusak atau sakitnya bagian-bagian anggota tubuh. Gejala-gejalanya kendatipun kelihatan pada fisik, tapi banyak disebabkan oleh keadaan jiwa dan jasmani yang terganggu.⁴⁸

Zakiah Daradjat membagi keadaan yang abnormal itu pada dua bagian, yaitu neurosa dan psikosa. Neurosa berkaitan dengan gangguan kejiwaan pada perasaan sedangkan psikosa merupakan gangguan pikiran. Perbedaan antara neurosa dan psikosa terletak pada perasaan, pikiran dan kepribadian penderita⁴⁹. Para penderita neurosis yang terganggu hanya perasaannya, karena itu ia masih merasakan kesukaran yang dihadapi, sehingga kepribadiannya tidak memperlihatkan kelainan yang berarti. Sedangkan psikosis tidak saja perasaannya yang terganggu akan tetapi pikiran dan kepribadiannya.

⁴⁸Yahya Jaya, *Spiritualisasi Islam dalam Menumbuhkembangkan Kepribadian dan Kesehatan Mental*, (Bandung: Ruhama, 1994), Cet. ke-1, h. 81

⁴⁹Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, 1983) h. 3

Kepribadiannya tampak tidak padu karena integritas kehidupannya tidak berada pada alam nyata.

Lebih lanjut akibat gangguan jiwa ini, menurut Zakiah Daradjat, kesehatan mentalnya terganggu dan berpengaruh buruk terhadap kesejahteraan dan kebahagiaan. Gejala-gejala itu dapat dilihat dari segi perasaan, pikiran, tingkah laku dan kesehatan badan. Dari segi perasaan gejalanya antara lain menunjukkan rasa gelisah, iri, dengki, sedih, risau, kecewa, putus asa, bimbang dan rasa marah. Dari segi pikiran dan kecerdasan, gejalanya antara lain menunjukkan sifat lupa dan tidak mampu mengkonsentrasikan pikiran kepada suatu pekerjaan. Dari segi tingkah laku antara lain menunjukkan kelakuan yang menyimpang dan tidak terpuji seperti suka mengganggu lingkungan, mengambil milik orang lain, menyakiti dan memfitnah. Bila semua gejala ini berlarut dan tidak mendapat penyembuhan, kemungkinan penderita akan mengalami psikosomatik yaitu penyakit jasmani yang disebabkan oleh gangguan jiwa⁵⁰

Contoh kongkrit dari gangguan kejiwaan yaitu seseorang pada suatu malam kehilangan uang yang telah dikumpulkannya selama beberapa bulan dan ia bermaksud membeli kebutuhan, tetapi di tengah jalan uangnya hilang. Ia pulang sambil menyesali diri. Perasaannya menjadi tidak karuan, detak jantungnya berdegub keras. Ia setiap malam tidak bisa tidur dan menjadi malas bekerja.⁵¹

⁵⁰ *Ibid.*, h. 15-23

⁵¹ Bambang Marhiyanto, *Teknik Menciptakan Ketenangan Jiwa*, (Lamongan: Bintang Pelajar, 1987) h. 14

Adapun jenis gangguan jiwa ada empat macam yaitu:

1. *Stres* yaitu reaksi tubuh terhadap setiap permasalahan kehidupan yang menimpa pada diri seseorang yang dapat mengakibatkan gangguan fungsi organ tubuh. Dengan kata lain, stres adalah tanggapan tubuh terhadap berbagai beban atau tuntutan atasnya yang bersifat non spesifik. Tatkala badan terhadap tubuh berlebihan, dinamakan *distress*.
2. *Depresi*, yaitu reaksi kejiwaan terhadap *stres* yang dialami.
3. *Anxiety*, yaitu kecemasan.
4. *Split personality*, yaitu penyakit jiwa yang ditandai dengan ketidakacuhan, halusinasi dan gejala aneh lainnya.⁵²

Orang yang sakit jiwa dalam Islam adalah orang yang tidak memiliki keseimbangan dalam berakhlak atau pribadi yang buruk seperti nifaq, memperturukkan hawa nafsu, marah, iri, dengki dan cinta dunia.⁵³

Untuk mengatasi gangguan jiwa di atas, munculnya ilmu pengetahuan yang pada teorinya memecahkan permasalahan manusia supaya hidup damai. Ketika masalah yang dihadapinya adalah gangguan jiwa atau mental, maka yang dibutuhkan adalah sehat mental atau jiwanya. Orang yang sehat mental secara psikologis adalah orang yang bisa mengontrol kehidupannya secara sadar, Walaupun tidak selalu rasional, orang yang sehat

⁵²Dadang Hawari, *Al-Qur'an, Ilmu Jiwa, Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Mental*, (Yogyakarta: PT.Dana Bakti 1998), Cet. ke-3, h. 41

⁵³Yahya Jaya, *op. cit.*, h. 82

mampu secara sadar. mengatur tingkah lakunya dan bertanggung jawab terhadap nasibnya sendiri⁵⁴

Masalah kesehatan mental dalam kehidupan manusia merupakan suatu hal yang sangat penting karena menyangkut soal kebahagiaan dan kesejahteraan manusia. Secara sistematis untuk mencapai sehat secara mental telah muncul cabang psikologi yaitu ilmu kesehatan mental. Menurut Hasan Langgulung ilmu kesehatan mental merupakan ratu bagi semua cabang lain dalam psikologi. Ini karena kesehatan mental merupakan gabungan semua fungsi psikologi yang dikerjakan oleh manusia yang bertujuan mengobati gangguan penyakit jiwa.

55

Ilmu kesehatan mental merupakan salah satu cabang termuda dari disiplin ilmu jiwa, serta tumbuh pada akhir abad ke-19 dan sudah ada di Jerman sejak tahun 1875.⁵⁶ Dewasa ini ilmu kesehatan mental berkembang dengan pesat sejalan dengan perkembangan ilmu pengetahuan modern. Kesehatan mental dipandang sebagai ilmu praktis yang banyak dipraktekkan dalam kehidupan sehari-hari termasuk upaya pengembangan kepribadian. Jadi psikologi agama dan kesehatan mental tidak hanya memecahkan fenomena dan gangguan jiwa tapi bagaimana menuju mental yang sehat dengan kepribadian yang sempurna

⁵⁴Duane Schultz, *Psikologi Pertumbuhan: Model-Model Kepribadian Sehat*, penerjemah. Yustinus, judul asli “*Growth Psychology: Models of the Healthy*”, (Yogyakarta: Kanisius, 1991), Cet. ke-1, h. 31

⁵⁵Hasan Langgulung, *Teori-Teori Kesehatan Mental*, (Jakarta: Pustaka al-Husna, 1986), cet. ke-2, h. 5

⁵⁶Yahya Jaya, *Spiritualisasi... op. cit.*, h. 75

-Pengertian Kesehatan dan Ilmu Kesehatan Mental

Secara etimologi kesehatan berasal dari kata sifat 'sehat' yang berarti dalam keadaan baik seluruh badan serta bagian-bagiannya, bebas dari sakit. Sedangkan istilah 'kesehatan' berarti keadaan atau kondisi badan baik dan sehat.⁵⁷ Pengertian ini kalau dianalisis cenderung ke arah fisik, padahal non fisik atau psikis sangat menentukan kesehatan fisik.

Memahami kesehatan mental secara terminologi ilmu, para ilmuwan mengalami kesulitan. Di samping batasan yang sangat luas, penekanan masing-masing pakar yang mendefinisikan cukup beragam. Untuk mudah memahami pengertian ilmu ini, mesti berpedoman pada pengklasifikasian definisi yang dilontarkan para peneliti, di antaranya Hasan Langgungul,⁵⁸ Mustafa Fahmi,⁵⁹ Hanna Jumhana Bastamam,⁶⁰

⁵⁷Depdikbud, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1995), 89

⁵⁸Hasan Langgungul membagi pengertian kesehatan mental kepada dua pola; *pertama*, yaitu golongan yang berpendapat bahwa kesehatan mental adalah suatu kondisi bebas atau sembuh dari segala tanda-tanda penyakit. *Kedua*, terbagi dua: (1) mendasarkan kesehatan mental pada gejala umum (2) mendasarkan kesehatan mental pada gejala tingkah laku tertentu. Lihat, Hasan Langgungul, *Teori-Teori..., op. cit.*, h. 297-304

⁵⁹Mustafa Fahmi seperti yang dikutip Muhammad Mahmud, menemukan dua pola dalam mendefinisikan kesehatan mental. *Pertama*, pola negatif, bahwa kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari segala neurosis (*al-amrād al-ashābiyyah*) dan psikosis (*al-amrād al-dzihniyyah*). *Kedua*, pola positif, bahwa kesehatan mental adalah kemampuan individu dalam menyesuaikan terhadap diri sendiri dan lingkungan sosialnya. Lebih lengkap lihat, Abdul Mujib dan Yusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2001), Cet. ke1, h. 133

⁶⁰Hanna Jumhana Bastamam lebih luas menyebut empat pola yang ada dalam mendefinisikan kesehatan mental, yaitu pola simptomatis yaitu pola yang berkaitan dengan gejala dan keluhan gangguan atau penyakit nafsaniah. Kesehatan mental berarti terhindarnya seseorang dari semua gejala keluhan dan gangguan mental baik berupa neurosis maupun psikosis. Pola penyesuaian diri adalah pola yang berkaitan dengan keaktifan seseorang dalam memenuhi tuntutan lingkungan tanpa kehilangan dan lingkungan sosialnya. Lebih lengkap lihat, *ibid.*, h.134

Zakiah Daradjat⁶¹ dan Yahya Jaya.⁶² Berdasarkan pengklasifikasian tersebut penulis menyimpulkan dengan mencoba mengelompokkan definisi yang ada berdasarkan proporsi dan penekanannya, yaitu:

1. Kesehatan mental sebagai ilmu pengetahuan. Para pakar yang mendefinisikan dari aspek ini adalah Buchori dan Zakiah Daradjat. Menurut mereka⁶³ kesehatan mental adalah ilmu pengetahuan yang bertujuan untuk mencapai kepribadian paripurna dalam bentuk perinsip-prinsip peraturan serta prosedur untuk mempertinggi kesehatan rohani.
2. Kesehatan mental sebagai kondisi atau hal. Kondisi kesehatan mental adalah sehat dan mempunyai kepribadian istimewa. Dari aspek ini banyak sekali pakar yang mendefinisikan, di antaranya para psikolog Barat seperti yang dikutip Hasan Langgulung adalah Margaritus (1974). Menurutnya kesehatan mental adalah kesediaan seseorang menerima kesanggupannya secara realistis menikmati hubungan sosial, kesuksesan dan kerelaan dalam pekerjaan. Maslow (1972) mendefinisikan kesehatan mental dengan jujur pada diri sendiri dan orang lain, berani menyatakan apa yang dianggap benar, bekerja keras menunaikan kewajiban, mengetahui siapa dirinya, apa keinginannya, apa yang disukainya dan mengetahui

⁶¹Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental dalam Keluarga*, (Jakarta: Pustaka Antara, 1997) h. 10-11

⁶²Yahya Jaya, *Peran Psikologi.*, *op. cit.*, h. 4

⁶³Lihat *ibid.*, h. 11 dan Jalaluddin, *op. cit.*, h. 138

apa yang baik baginya.⁶⁴ Berdasarkan definisi kategori ini, mereka menekankan bahwa kesehatan mental intinya terhindar dari gangguan jiwa. Ide ini dibantah oleh Marie Johada seperti dikutip Yahya Jaya. Menurutnya kesehatan mental tidak hanya terbatas pada terhindarnya seseorang dari gangguan penyakit jiwa, tetapi di samping itu orang yang sehat mentalnya adalah mereka yang memiliki sikap dan kepribadian, pertumbuhan jiwa yang sempurna, integritas diri, otonomi diri, persepsi mengenai realitas dan kemampuan untuk menguasai lingkungan⁶⁵. Dengan demikian Marie Johada memberikan batasan yang sangat luas pada kesehatan mental yang semula hanya bertumpu pada bebasnya seseorang dari gangguan jiwa tapi punya keistimewaan mental. Zakiah Daradjat juga memberi definisi pada pola ini, di antaranya (1) Kesehatan mental adalah kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan diri sendiri, orang lain, masyarakat serta lingkungan di mana ia hidup. (2) Kesehatan mental juga berarti terwujudnya keharmonisan yang sungguh antara fungsi jiwa serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem yang biasa terjadi dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan. (3) Kesehatan mental adalah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia berdasarkan keimanan dan ketakwaan

⁶⁴Hasan Langgulang, *op. cit.*, h. 303

⁶⁵Yahya Jaya, *Spiritualisasi.., op. cit.*, h. 76

serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna bahagia dunia dan akhirat⁶⁶

3. Kesehatan mental sebagai kondisi bebas dari tanda-tanda penyakit. Definisi ini diberikan oleh (1) Boehm. Menurutnya kesehatan mental adalah keadaan dan paras dinamis seseorang dari segi sosial yang membawa pada pemuasan kebutuhan. (2) Shoben berpendapat, orang yang sehat mental adalah orang memiliki kemampuan bebas dan memilih hidup dengan bebas berdasarkan norma yang ada⁶⁷ (3) Menurut al-Quossy, kesehatan mental adalah perpaduan antara berbagai fungsi psikologis dengan kesanggupan menghadapi krisis psikologis yang muncul⁶⁸ (4) Sedangkan Zakiah Daradjat, terhindarnya seseorang dari gejala gangguan jiwa dan penyakit jiwa⁶⁹
4. Kesehatan mental dari segi terapi, ini ditambahkan Yahya Jaya sebagai ilmu terapi yang mengkaji dan mengembangkan tehnik konseling untuk terapi jiwa.

Dari pendefinisian tersebut, penulis mencatat bahwa kesehatan mental merupakan terbebasnya seseorang dari gangguan mental dan setelah itu seseorang mempunyai kepribadian utama.

Elaborasi selanjutnya berbicara tentang kesehatan mental, berarti berbicara tentang teori-teori psikologi, sebab

⁶⁶Zakiah Daradjat., *Kesehatan..*, *op. cit.*, h. 77

⁶⁷Hasan Langgulung, *op. cit.*, h. 304

⁶⁸Al-Quossy, *Usus al-Shihhah al-Nafsiyyah*, (Kairo:Dâr Nahdah al-Misriyyah, 1970) h.

57

⁶⁹Zakiah, *op. cit.*, h. 77

bagaimanapun juga kesehatan mental merupakan cabang dari psikologi. Dalam perkembangannya terdapat empat aliran besar yang berpengaruh, yaitu psikoanalisa, behaviorisme, eksistensialisme dan humanisme.

Psikoanalisa berpendapat bahwa kesehatan mental yang wajar terletak pada *super ego* dan *ego* yang kuat, yang dapat mendudukkan antara tuntutan-tuntutan *id* yang bersifat primitif dengan desakan alam kenyataan dan mempunyai norma-norma dan

hati nurani yang membawa nilai-nilai moral⁷⁰. Pandangan yang diwarisi rasa pesimis yang sangat kuat ini menganggap bahwa manusia hanya sanggup mencapai sebagian saja kesehatan mentalnya, sebab manusia tidak mampu mencapai kebahagiaan dan kemajuan sekaligus.⁷¹

Penganut behaviorisme menyatakan bahwa kesehatan mental terletak pada kesanggupan manusia memperoleh kebiasaan yang sesuai untuk berintegrasi dengan orang lain.⁷² Dengan demikian jika ia gagal dalam memperoleh kebiasaan-kebiasaan yang tidak sesuai dengan masyarakat sosialnya berarti ia mengalami gangguan jiwa.

Eksistensialisme menganggap kesehatan mental itu ada pada manusia yang menikmati wujudnya. Aliran ini menyadari potensi-potensinya dan ia bebas untuk mencapai apa yang dikehendaki dengan cara yang dipilihnya, begitu ia menyadari

⁷⁰Yahya Jaya, *Psikoterapi Agama Islam*. (Padang: IAIN IB Press, 1999), h. 3

⁷¹Hasan Langgulang. *Teori., op. cit.*, h. 10

⁷²Hasan Langgulang. *Beberapa Pemikiran tentang Pendidikan Islam*, (Bandung: al-Ma'arif, 1995), Cet. ke-2, h. 147

segi kelemahan dan menerimanya.⁷³ Aliran eksistensialis begitu pesimis dalam menghadapi kehidupan, sehingga mereka selalu berbicara nostalgia dan merindukan hal yang sulit dicapai.

Berbeda dengan yang di atas, aliran humanistik berpendapat bahwa kepribadian manusia merupakan suatu unitas yang terdiri dari tiga dimensi somatik, psikis dan spiritualis.⁷⁴ Menurut mereka orang yang mentalnya sehat bisa mengaktualisasikan dirinya dan bertujuan untuk mencapai kemanusiaan yang *integrated*. Sebaliknya orang yang tidak memiliki kesehatan mental adalah orang yang tidak atau belum mampu menumbuhkembangkan potensi dirinya sendiri.⁷⁵

Dari keempat teori di atas, tampaknya banyak mengandung kelemahan. Psikoanalisa misalnya, kesan pertama yang dirasakan adalah obsesi Freud yang kuat untuk mempersoalkan jiwa-jiwa yang sakit, sehingga ada yang mengistilahkan dengan psikologi orang sakit. Behaviorisme mengabaikan spiritualisme manusia dan mementingkan pada aspek biologis. Humanistik memfokuskan pada bingkai sosial sehingga tingkah laku manusia yang sehat mestilah sesuai dengan bingkai tersebut. Paham humanistik ini mulai menyinggung masalah spiritual manusia sebagai dimensi yang patut diperhitungkan. Sekalipun belum mengarah pada satu konsep agama, tetapi merupakan langkah awal bagi kesehatan mental dalam penemuan jati dirinya melalui ajaran agama.

⁷³Hasan Langgulang, *Teori..., op. cit.*, h. 30-31

⁷⁴Yahya Jaya, "Kesehatan Mental Menurut Islam; Suatu Tinjauan dari Segi Filsafat dan Pemikiran", *al-Turas* No 46 th. II, (Februari, 1991) h. 2

⁷⁵Yahya Jaya, *Psikoterapi..., op. cit.*, h. 50

Dalam khazanah keilmuan Islam, ternyata ajaran atau sumber-sumber keagamaan bisa memberikan sumbangan yang berharga untuk pengembangan kesehatan mental. Malik B.Badri menganalisis bahwa pendekatan sains Barat terhadap ilmu kesehatan mental cenderung kurang sehat.⁷⁶ Ilmu kesehatan mental dipahami selama ini cenderung sekuler dan jauh dari nilai-nilai agama. Ini disebabkan karena kesehatan mental lahir dari tubuh psikologi Barat, tentu disesuaikan dengan budaya dan kultur Barat itu sendiri. Mereka cenderung melupakan untuk sampai kepada kesehatan mental, seseorang harus menganut nilai-nilai luhur. Keharusan nilai-nilai ini menurut Zakiah Daradjat menjadikan pentingnya agama masuk dalam unsur kesehatan mental. Ini dengan alasan karena agama adalah bagian dari aspek manusia yang sangat penting. Agama adalah kebutuhan jiwa dan aspek kehidupan manusia yang paling tinggi. Ajaran agama sendiri mempunyai terapi khusus dengan menjalani ritual-ritual untuk sampai pada tingkat sempurna atau insan kamil.

-Prinsip dan Paham Kesehatan Mental

Untuk mencapai puncak kebahagiaan dan kesejahteraan yang diidam-idamkan semua orang, seseorang harus tetap menjaga kondisi mentalnya agar terhindar dari gangguan jiwa dan penyakit kejiwaan lainnya. Dengan kata lain untuk mencapai kesehatan mental perlu diperhatikan beberapa prinsip-prinsip dan paham kesehatan mental itu sendiri.

⁷⁶Malik B.Badri , *op. cit.*, h.35

Yang dimaksud dengan prinsip kesehatan mental adalah pondasi yang harus ditegakkan orang dalam dirinya, guna mendapatkan kesehatan mental dan terhindar dari gangguan jiwa⁷⁷ Dengan demikian seseorang yang menginginkan dan mendambakan suatu kondisi kesehatan mental, haruslah melaksanakan dan menegakkan dalam dirinya prinsip-prinsip kesehatan mental.

Abdul Azis Ahyadi membagi prinsip kesehatan mental ini kepada tiga kelompok, yaitu:

1. Prinsip yang didasarkan pada kodrat manusia (*nature of man*) berupa kesehatan mental dalam bentuk integritas diri, perilaku yang konformitas dengan kodratnya sebagai makhluk biologis, sosial, psikologis dan rohaniah. Adanya kontrol diri yang semuanya didahului dengan pengetahuan yang luas tentang diri sendiri berupa *self insight* (kebutuhan dasar), *self acceptance* (kasih sayang), *self improvement* (rasa aman), dan *self realization* (aktualisasi diri)⁷⁸
2. Prinsip-prinsip yang didasarkan pada hubungan manusia dengan manusia lain serta lingkungannya. Prinsip hubungan dengan keluarga atau hubungan manusia yang sehat, bergantung pada pekerjaan yang sesuai dan memuaskan, sikap yang realistis dengan menerima realitas tanpa diputar balik.

⁷⁷Yahya Jaya, *Spiritualisasi ...*, *op cit.*, h 8

⁷⁸Penjelasan lanjutan lihat Frank G. Goble, *Mazhab Ketiga Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, penerjemah A. Supratinyo, judul asli "*The Third Force, The Psychology of Abraham Maslow*", (Yogyakarta: Kanisius, 1998), cet. ke-7, h. 231

3. Prinsip yang didasarkan pada hubungan manusia dengan Tuhan. Kesehatan mental menghendaki agar setiap orang memiliki kesadaran yang makin berkembang mengenai suatu realitas yang lebih besar dan luhur dari dirinya sendiri. Prinsip sangat bergantung padanya dengan cara yang sangat fundamental. Kesehatan mental dan ketenangan batin menghendaki hubungan aktif dan konstans dengan Tuhan melalui penerimaan dan pelaksanaan perintah-Nya serta meninggalkan larangan-Nya.⁷⁹

Dalam buku *Spiritualisasi Islam*, Yahya Jaya merumuskan ada delapan prinsip yang harus ditegakkan atau dilaksanakan agar manusia terhindar dari gangguan kejiwaan dan sebaliknya mendapatkan kesehatan mental, yaitu:

1. *Self-image* yaitu gambaran dan sikap yang baik terhadap dirinya sendiri. Sikap ini dapat diperoleh dengan cara; penerimaan diri, keyakinan diri, dan kepercayaan pada diri sendiri.
2. Keterpaduan dan integritas diri. Ini berarti adanya keseimbangan antara kekuatan-kekuatan jiwa dalam diri, kesatuan pandangan hidup dan kesanggupan mengatasi ketegangan emosi dan stress.
3. Perwujudan diri. Perwujudan diri ini sebagai proses pematangan diri dapat berarti sebagai kemampuan menggunakan potensi jiwa dan memiliki gambaran dan

⁷⁹Abdul Azis Ahyadi, *Psikologi Agama: Kepribadian Muslim Pancasila*, (Bandung: Sinar Baru, 1991), Cet. ke-1, h. 212-222

sikap yang baik terhadap diri sendiri serta peningkatan motivasi dan semangat hidup.

4. Berkemampuan menerima orang lain, melakukan aktifitas sosial dan menyesuaikan diri dengan lingkungan.
5. Berminat dalam tugas dan pekerjaan.
6. Agama, cita-cita dan falsafah hidup.
7. Pengawasan diri
8. Rasa benar dan tanggung jawab.⁸⁰

Dari uraian tentang prinsip di atas, dapat disimpulkan bahwa untuk sampai pada kesehatan mental seseorang harus menjalankan prinsip-prinsip tertentu dengan kepribadian tersendiri. Ternyata ajaran Islam yang dielaborasi menjadi pemikiran Islam memuat prinsip-prinsip dan dasar tentang kesehatan mental. Prinsip-prinsip kesehatan mental juga dapat dikembangkan dengan ajaran tasawuf, seperti penelitian Amir al-Najar. Ia berpendapat bahwa sufi sebagai psikolog terapan yang mempunyai mental yang sehat.⁸¹ Upaya ini patut dikembangkan menjadi satu konsep yang mapan tentang kesehatan mental. Dalam elaborasi penulis selanjutnya, kajian tasawuf memuat beberapa jalan menuju kesempurnaan. Ini merupakan konsep yang tepat untuk pengembangan jiwa ke arah mental yang sehat.

⁸⁰Yahya Jaya, *op. cit.*, h. 82-85

⁸¹Amir al-Najjar, *Ilmu Jiwa dalam Tasawuf*, Hasan Abrori, judul asli “*Ilm al-Nafs wa al-Tashawwuf*”, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2001), Cet. ke-1, h. 49

C. Pendekatan Psikologi dan Kesehatan Mental terhadap Kajian Tasawuf

Psikologi sebagai salah satu disiplin keilmuan, objek kajiannya adalah mempelajari jiwa manusia. Jiwa sebagai sasaran telaah dianggap terlalu abstrak dan tidak mungkin diteliti secara utuh. Karena itu psikologi membatasi diri dengan mengkaji gejala kejiwaan, kondisi, proses dan fungsi jiwa.⁸² Persoalan kejiwaan tidak bisa diteliti dengan empiris karena menimbulkan kerancuan dan ketidaksempurnaan kajian. Persoalan jiwa hanya dapat dicapai dengan yang lebih tinggi yaitu sisi batin. Hanya rohani yang tahu jiwa dan dapat menerangi sudut-sudut dan celah-celah kegelapan. Dan jiwa yang utuh dan terang punya hak dan andil untuk mengobati jiwa-jiwa yang lain.

Dalam khazanah keilmuan Islam, persoalan jiwa dikaji secara komprehensif⁸³ terutama dalam disiplin ilmu tasawuf. Ilmu ini dikleim sebagai aspek batin dalam agama Islam. Aspek utama tasawuf atau sufisme adalah aspek kerohanian (spiritual) dan

⁸² Hanna Jumhana Bustamam, "Islamisasi Sains dengan Psikologi sebagai Ilustrasi", *Ulumul Qur'an*, No 8 Vol II, (April-Mei, 1991) h. 10

⁸³ Dalam khazanah Filsafat Islam, persoalan jiwa telah dikaji oleh filosof Islam di antaranya: Ibn Sina. Sebagai filosof emanasi, ia berpendapat bahwa jiwa berasal dari proses emanasi yaitu serangkaian proses filosofis. Kajian ini merupakan rasionalisasi penciptaan alam yang terangkum di dalamnya penciptaan jiwa-jiwa. Ibn Sina juga telah membagi jiwa pada jiwa tumbuhan, hewan, dan manusia dengan segala daya yang dimilikinya. Untuk mencapai kesempurnaan jiwa dalam temuan penulis, Ibn Sina tidak menjelaskan secara konkrit, tapi hanya mengisyaratkan dengan menjalankan agama. Untuk sampai pada kesempurnaan, seseorang harus berusaha membersihkan jiwanya dan mencapai tingkatan jiwa tertinggi yang dalam *termin* filsafat dikenal dengan akal *mustafad* Metode penyempurnaan jiwa dalam kajian filosof Islam klasik dikemukakan oleh Ibn Miskawaih dalam karyanya *Tabdzib al-Akhlâq*. Ibn Miskawaih mengidentifikasi penyakit jiwa dan jiwa yang sehat di samping menjelaskan hakikat jiwa. Semua penyakit jiwa menurutnya bisa diobati atau diubah, kecuali mereka yang telah ditakdirkan Tuhan untuk selalu baik seperti para nabi dan mereka yang ditakdirkan jahat seperti kaum Kan'an. Jadi kajian tentang jiwa dan cara penyempurnaan telah dianalisis oleh filosof klasik dengan pendekatan filosofik. Selengkapnya baca Sirajuddin Zar, *Filsafat Islam I* (Padang: IAIN "IB" Press, 1999) h. 70 dan lihat juga salah satu karya filosof, Ibn Taimiyyah, **MENJU TASAWUF DAN PSIKOLOGI**

Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

kejiwaan (psikologis) manusia. Tasawuf berusaha mengembangkan dan mengarahkan kedua potensi manusia untuk mencapai tujuan pokok demi terwujudnya insan kamil. Insan kamil adalah manusia yang *integrated* dalam segala kedalaman dan keluasan eksistensi.⁸⁴ Oleh karena itu tidak mengherankan jika tasawuf mengkaji secara mendalam segala aspek spiritual dan psikologis manusia, dalam upaya mencapai tujuan insan kamil.

Karya para sufi, seperti teks-teks baik berupa puisi maupun anekdot, dapat memberikan kontribusi teoritik bagi pengembangan psikologi dalam Islam. Al-Muhasibi salah seorang sufi, menurut Amir al-Najjar telah mengelaborasi seluk beluk jiwa. Menurutnya suatu perbuatan baik kejahatan dan kebajikan tergantung pada bersih atau tidaknya jiwa seseorang.⁸⁵ Al-Ghazali dalam karyanya *Ihyâ' 'Ulûm al-Dîn*, juga mengidentifikasi penyakit jiwa dan cara mengatasinya dengan menjalankan proses ruhani melalui *maqâm* dan *hâl*.⁸⁶ Sama seperti al-Ghazali, Ibn Arabi sebagai tokoh sentral pembahasan, sangat atraktif mengemukakan metode penyempurnaan jiwa melalui *maqâm* dan *hâl* ini. Kelebihannya dari al-Ghazali, metode tasawuf Ibn Arabi menjelaskan semua pengalaman keagamaan yang dicapai sekalipun tingkat tertinggi yang selalu diperdebatkan, masalah ini telah dianalisisnya secara logika dan syar'i.

Kesempurnaan Akhlak, penerjemah Helmi Hidayat, judul asli "*Tahdzib al-Akhlaq*" (Bandung: Mizan, 1998), h. vii

⁸⁴Seyyed Hossein Nasr, *Tasawuf Dulu dan Sekarang*, penerjemah Abd. Hadi W.M., judul asli "*Living Sufism*" (Jakarta: Pustaka Firdaus 1994), Cet. ke-3, h. 34

⁸⁵Amir al-Najjar, *op. cit.*, h. 49

⁸⁶Al-Ghazali, *Ihyâ' 'Ulûm al-Dîn*, (Beirut: Dâr al-Fikr, 1991), Cet. ke-3, jilid 4, h. 215. Al-Ghazali menjelaskan dengan argumen dengan dalil-dalil agama semua tingkat *maqâm* dan *hâl*.

TASAWUF DAN PSIKOLOGI

Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

Dari pemikiran di atas, ternyata tasawuf merupakan ilmu tentang dimensi esoteris dalam Islam yang membicarakan struktur jiwa, dinamika jiwa, proses perkembangan jiwa, penyakit jiwa dan terapinya serta proses penempatan dan penyuciannya. Analisis ini sesuai dengan pendapat Calvin S Hall dan Amir al-Najar⁸⁷ yang berpendapat bahwa sufi merupakan psikolog terapan yang memberikan sumbangan kontributif terhadap permasalahan jiwa manusia. Bahkan bukan hanya dari aspek materi ajaran, praktek- praktek ajaran sufi yang merupakan pengalaman batin yang dicapai melalui proses rohani yang dapat dipahami dan diterapkan. Menurut William James, pengalaman batin itu merupakan seperangkat pengalaman kejiwaan sebagai wujud dari kesadaran dan pengalaman keagamaan⁸⁸. Semakin dalam kesadaran yang dicapai dalam pengalaman ini maka kemampuan jiwa akan mampu menangkap kebenaran sejati dan secara tidak langsung memberikan implikasi bagi pengembangan kepribadian dan mental yang sehat. Dengan arti kata pengalaman tasawuf dapat dipahami atau ditinjau dari aspek psikologis dalam rangka menyempurnakan kepribadian dan mental. Kesimpulan ini setidaknya pengembangan dari pendapat yang dikemukakan Nasr bahwa ajaran tasawuf memuat empat objek; metafisika, kosmologi, psikologi dan eskatologi.⁸⁹

Pengkajian tasawuf dengan pendekatan psikologis telah diupayakan oleh para pemikir Islam kontemporer, dengan

⁸⁷Lihat pendapat Calvin S. Hall dan Gardnes Lindzey, *Teori-Teori Psikodinamis (Klinis)*, penerjemah Yustinus, judul asli *"Theories of Personality"* (Yogyakarta: Kanisius, 1993) h. 20-21 dan Amir al-Najjar, *op. cit.*, h. 103

⁸⁸William James, *op. cit.*, h. 38

⁸⁹Seyyed Hossen Nasr, *op. cit.*, h. 36

berpendapat bahwa tasawuf memuat substansi kajian psikologi yaitu jiwa atau *psyche*. Pendapat ini dikemukakan oleh Shah Shahidullah Farid, yang berpendapat bahwa sudah tidak masanya lagi psikologi hanya mengkaji jiwa dari aspek lahir. *Image* jiwa yang dikembangkan psikologi, selalu diasosiasikan dengan dimensi lahir. Menurut Farid perlu diluruskan pemahaman psikologi Barat tentang *psyche* sebagai asal kata dari jiwa. Menurutnya lagi, akar kata Yunani ini mengandung pengertian luas. Psikolog Barat cuma memahami jiwa dari aspek lahir suatu fenomena.⁹⁰ Argumen di atas diperkuat oleh Ikram Azam bahwa Islam punya resep tersendiri dalam mengatasi fenomena kemanusiaan yang terjadi seperti acuh tak acuh dan egois. Metode yang ditawarkannya ialah dengan menjalankan ajaran agama, seperti salat dan perenungan yang termuat dalam menjalani *maqâm* dan *hâl* sufi⁹¹

Pengembangan lebih lanjut dikemukakan Inayat Khan yang berpendapat bahwa psikologi idealnya adalah ilmu tentang fitrah manusia, kecenderungan manusia, perkembangan manusia dan pikiran manusia. Semakin dalam seseorang menyentuh ilmu ini, semakin mantap pencerahan yang didapatinya.⁹² Dari segi

⁹⁰ Shah Sahidullah, "The Spiritual Psychology Islam" dalam *The Sufi Path* Kuala Lumpur Noorreen jilid 2&3, (Januari, 1990), h. 4. Penjelasan tentang *psyche* diperkuat oleh Sukanto, MM, menurutnya *psyche* muncul dari pemikiran Plato sekitar 25 abad silam, ia membagi *psyche* tersebut pada ; akal yang berpusat pada kepala, kemauan di dada dan nafsu di perut. Sesuai dengan prinsip filsafat plato, konsep ini berhubungan dengan ide atau dalam bahasan filosof Islam. Idea ini berhubungan dengan dimensi abstrak atau Tuhan. Ketimpangan psikolog Barat, mereka menurut Sukanto perpatokan pada logika berpikir Aristoteles yang cenderung empiris. Jadi pemahaman ini dapat disimpulkan *psyche* melingkupi semua gejala dalam pemunculan suatu perbuatan, mulai dari kemunculan, proses dan imbasnya. Semua ini melibatkan semua unsur, tidak hanya aspek lahir perbuatan saja. Baca, Sukanto MM, dalam Fuat Nashori, *op. cit.*, h. 35-36

⁹¹ Ikram Izzam, "Islamic Meditation" dalam *The Sufi Path...*, *op. cit.*, h. 34

⁹²Inayat Khan, *Dimensi Spiritual Psikologis*, penerjemah Andi Haryadi, judul asli "*Spiritual Dimensions of Psychology*". (Jakarta: Pustaka Hidayah, 2000), Cet. ke-2 h. 75

TASAWUF DAN PSIKOLOGI
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep
Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

materi Amir al-Najjar menjelaskan bahwa khazanah keilmuan tasawuf merupakan ajaran yang mengandung tentang kejiwaan manusia. Para sufi lebih dahulu dalam memahami psikologi, bahkan tidak hanya memusatkan kajian pada studi kejiwaan tapi mengkaji seluk beluk jiwa dan bagaimana pencerahan jiwa⁹³. Menurut Amir al-Najjar

dengan memahami isi kandungan jiwa akan dapat diketahui reaksinya terhadap tingkah laku. Javad Nurbakh mencoba melihat dari sisi metode, bahwa upaya untuk membahas tasawuf dengan pendekatan psikologi dapat ditempuh dengan cara penyucian jiwa sehingga mencapai kesadaran tertentu seperti kesadaran tingkat tinggi yang tidak semua orang dapat mencapainya⁹⁴. Metode tersebut bisa dipakai dengan menyelami mutiara ajaran sufi dengan pendekatan *maqâm* dan *hâl*. Subandi, pencetus psikologi pendekatan tasawuf di Indonesia. Dalam beberapa makalahnya lebih terfokus pada pengelaborasi struktur jiwa dalam perspektif sufi.⁹⁵

Pengelaborasi psikologi berdasarkan dimensi agama secara umum tidak memecahkan permasalahan ilmu psikologi itu sendiri. Penamaan psikologi Islam menurut Subandi menambah kekaburan istilah dan tidak menyelesaikan masalah karena Islam konsep universal yang mencakup unsur teologis, syariah dan aspek sosial lainnya Hanya tasawuf yang cocok didekatkan

⁹³Amir al-Najjar, *op. cit.*,

⁹⁴Javad Nurbakh, *Psikologi Sufi*, penerjemah Arif Rakhmat, judul asli "*Psychology of Sufism*", (Jakarta: Pustaka Pelajar, 1995), Cet. ke-1, h. 98

⁹⁵Subandi dalam Fuat Nashori (ed) *Paradigma Psikologi Islami*, (Yogyakarta: Sippres1994), Cet. ke-1, h. 83

TASAWUF DAN PSIKOLOGI
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep
Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

dengan psikologi.⁹⁶ Pendekatan lain dalam Islam hanya memahami secara sepintas dan kulit-kulit. Karena itu menurutnya sufi mempunyai kajian yang mendalam dan komprehensif tentang seluk beluk jiwa secara filosofis dan aplikatif.

Pengkajian tasawuf dalam pendekatan psikologi memerlukan pengembangan konstruksi keilmuan yang lebih mapan. Rekonstruksi metode ilmiah tasawuf dengan pendekatan psikologi telah dimulai oleh Willam James⁹⁷ dan kemudian dikembangkan oleh Subandi⁹⁸ dan Abdul Mujib.⁹⁹ Pengembangan tasawuf dengan pendekatan psikologi lebih berorientasi pada pengelaborasi muatiara-mutiara ajaran sufi

⁹⁶*Ibid.*, h. 57

⁹⁷William James telah meletakkan batu pertama tentang pengkajian tasawuf dengan metode ilmiah. Walaupun tidak menjelaskan secara metodologis tapi penelitiannya menjadi ilham bagi peneliti sesudahnya. Baca rincinya pada William James, *op. cit.*, h. 126.

⁹⁸Walaupun Subandi tidak menjelaskan metodenya secara sistematis, tapi corak kajiannya telah memberikan pengembangan dalam kajian ini. Lihat, Subandi, *op. cit.*, h. 32

⁹⁹Pengkajian tasawuf dengan pendekatan psikologi dikemukakan Mujib di samping pendekatan lain. Di antaranya *Pertama*, pendekatan skripturalis, mengelaborasi kekhasan al-Qur'an dalam berbicara tentang persoalan psikologi. Ini terlihat dalam karya Usman Najati "*al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*", *Kedua*, pendekatan falsafi, yaitu pendekatan psikologi Islami dengan berpikir spekulatif seperti elaborasi jiwa oleh para filosof Islam *Ketiga*, pendekatan spiritual, pendekatan dengan memakai intuisi seperti yang pernah dilakukan Inayat Khan dalam bukunya "*Dimensi Spiritual Psikologis*", Subandi dalam Fuat Nashori (ed) "*Paradigma Psikologi Islami*", Javad Nurbakh "*Psikologi Sufi*", dan Amir al-Najjar "*Ilmu Jiwa dalam Tasawuf*",

Menurut Mujib Metode tasawuf atau spiritual didasarkan pada prosedur intuisi dalam pengkajian jiwa sebagai objek psikologi. Prosedur itu dilakukan dengan cara menajamkan struktur jiwa melalui proses dan penyucian jiwa. Cara ini dapat membuka tabir yang menjadi penghalang antara Tuhan dengan jiwa sehingga mereka memperoleh ketersingkapannya dan mampu menyelami hakikat jiwa sesungguhnya. Pengkajian tasawuf ini dilakukan dengan pendekatan atau rancang bangun epistemologi dengan metodologi idealistik yang merujuk pada pola Islamisasi versi Saddar. Ia telah memberi kerangka epistemologis dalam pengembangan metode keilmuan ini di antaranya:

1. Didasarkan pada suatu kerangka pedoman mutlak sebab datangnya dari Tuhan.
2. Bersifat aktif dan bukan pasif.
3. Memandang objektivitas sebagai masalah umum dan bukan subjektivitas.
4. Memadukan pengetahuan dengan nilai-nilai.
5. Secara umum bersifat deduktif
6. Memandang pengetahuan bersifat inklusif bukan eksklusif yakni menganggap pengalaman manusia sebagai masalah subjektivitas yang sama validnya dengan evolusi yang bersifat objektif. Ziaduddin Sardar, *Merekayasa Masa Depan Peradaban*, (Bandung: Pustaka Bandung, 1986) h. 134. Bandingkan dengan Abdul Mujib, *op. cit.*, h. 14.

kemudian dianalisa dengan prinsip-prinsip psikologi, sehingga melahirkan pendekatan komprehensif tentang gejala-gejala kejiwaan. Selama ini metode yang dipakai dalam psikologi secara umum hanya sebatas pengamatan indrawi yang empiris ekperimental.

Permasalahan yang mesti dipecahkan dalam membangun pendekatan ini adalah; adanya image yang berkembang bahwa tasawuf merupakan pengalaman batin yang antiintelektual. Dari segi pencapaian, tasawuf juga dikleim sebagai pengalaman yang antisains, tidak punya metodologi dan tidak bisa diterapkan. Di kalangan Islam sendiri muncul kritikan bahwa tasawuf banyak muatan-muatan yang tidak sesuai dengan ajaran agama. Permasalahan itu mesti didudukkan dulu sebelum bicara lebih jauh.

M.T. Ja'fari menganalisis, tidak semua orang mampu menganalisa dan memahaminya secara langsung esensi pengalaman tasawuf. Untuk mencapai proses dan kesempurnaan pengalaman keagamaan dalam tasawuf -seorang guru umpamannya- membutuhkan pengertian, penjelasan, informasi dan penjabaran¹⁰⁰. Semua proses pemahaman itu butuh akal untuk proses rasionalisasi.

Dalam elaborasi lain, aktivitas kesadaran sufi merupakan aktivitas psikis yang juga pokok penelitian psikologi. Pengalaman ini tidak bisa dikatakan pengalaman yang antisains karena terjadi dalam realitas keseharian manusia Dalam penjelasan terdahulu ditekankan bahwa ia merupakan pengalaman yang sama validnya

¹⁰⁰M.T. Ja'fari, "Tasawuf Positif", dalam kumpulan makalah, *Pusat Pengembangan Tasawuf Positif dan Klinik Spiritual Islam*, Jakarta, 16 Desember 2000 h. 14
TASAWUF DAN PSIKOLOGI
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

dengan pengalaman objektif sains lainnya.¹⁰¹ Pengalaman tasawuf tidak bisa dipahami dari aspek *dzuq* tanpa akal, karena di sisi lain perkembangan tasawuf dalam Islam telah memadukan fungsi rasio dan intuisi. Ini dapat dilihat dari tradisi pemikiran filosof pasca Ibn Rusyd.¹⁰²

Begitu pula tidak pengalaman tasawuf tidak punya metode dan menyimpang, dapat diteliti bahwa tasawuf yang dikembangkan Ibn 'Arabi memakai metode yang bisa dipraktekkan oleh seseorang dan tentunya dengan mengindahkan ajaran agama.

Dalam konteks ini penulis ingin mengelaborasi pemikiran tasawuf khususnya *maqâm* dan *hâl* Ibn 'Arabi, dengan memakai pendekatan psikologis. Ada kekhasan tersendiri dari pemikiran Ibn 'Arabi yang terkenal dengan tasawuf falsafinya. Tasawuf falsafi dalam mengkaji jiwa tidak hanya dari tataran amali tapi filosofis ilmiah plus amaliah. Metode pengkajiannya dengan meneliti secara filosofis bagaimana esensi dan eksistensi pengalaman dan kesadaran dalam tasawuf. Penulis sedang menuju pengembangan paradigma baru dalam psikologi dengan merekonstruksi pemikiran khazanah tasawuf dalam Islam.

¹⁰¹Logika berfikir ini juga ditemukan pada filsafat fenomenologi, baca M. A. W. Brouw, *op. cit.*, h. 215. Bandingkan dengan makalah tasawuf KKA Paramadina di [http://: www.paramadina.com](http://www.paramadina.com)

¹⁰²Pemaduan antara logika berfikir tasawuf dengan filsafat ditemukan pada corak pemikiran filosof pasca Ibn Rusyd. Pemikir terbesar aliran ini yaitu Mulla Shadra telah membangun jembatan antara visi mistik dengan persepsi dalam filsafat yang pada gilirannya melahirkan psikologi Mulla Shadra. Wacana ini mengemuka pada Konferensi Mulla Shadra Internasional di Teheran. Di antara makalahnya Alparslan Acikgenc, "Philosophical Perception and Mystical Vision in Shadra within the Whiteheadian Contexts", *Makalah* First International Conference on Mulla Shadra, Mei 1999 di Teheran Iran

BAB IV

TINJAUAN PSIKOLOGI KESEHATAN MENTAL DALAM MAQÂM DAN HÂL IBN ‘ARABI

Tasawuf merupakan sisi batin yang melingkupi seluruh sisi kehidupan manusia dan *moral elaboration perfection* (kesempurnaan etika). Para peneliti, aktivis tasawuf dan bahkan orientalis tidak ada yang tidak menerima *aksioma* atau hal yang universal dalam tasawuf, bahwa ia merupakan landasan etik Islam. Seyyed Hossein Nasr beranggapan bahwa tasawuf adalah *spirit of Islamic religion* (jiwa dan semangat Islam). Nasr mempersonifikasikan tasawuf dengan Islam ibarat tubuh dengan jiwa, tanpa jiwa tubuh tidak akan hidup. Jadi Islam kalau tidak ada tasawuf, ia akan gersang, tidak subur bahkan tidak hidup.¹

Elaborasi selanjutnya menurut Alwi Shihab, dalam tataran etik, tasawuf memang disepakati dan tidak ada bantahan. Sedangkan dalam tataran penyingkapan seperti pengalaman yang pernah dicapai oleh para sufi terjadi pro dan kontra, di antaranya al-Hallaj, Abu Yazid dan bahkan Ibn ‘Arabi sendiri. Untuk mencari solusinya menurut Alwi, tasawuf harus dipahami dan disadari bahwa pengalaman transenden merupakan kelanjutan bagi mereka yang telah melampaui tataran etik. Tapi menurutnya lagi,

semua tidak bisa dilepaskan dari kepatuhan pada ajaran agama yang formal². Jadi pengalaman agama yang dicapai oleh sufi yang dianggap *alient* (menyimpang) harus dipahami sebagai lanjutan tingkat kesadaran dari pengalaman seorang sufi yang menjalani fase-fase keagamaan.

Dalam konteks ini, penulis akan meninjau bahwa pengalaman transendental yang dianggap pengalaman menyimpang, sebenarnya merupakan implikasi etis dari mereka yang menjalani jalan rohani. Kesemua pengalaman itu dapat dilihat implikasi dalam gejala kejiwaan dan tingkah laku, semacam pengalaman keagamaan (*religious experience*) dan kesadaran keagamaan (*religious conciousness*)³ dalam psikologi. Dengan meminjam pendekatan Armahedi Mazhar, kajian tasawuf dalam konteks ini merupakan penelitian sisi atau dimensi kejiwaan terhadap tingkatan *maqâm* dan *hal* yang dicapai oleh sufi. Menurutnya dimensi kejiwaan yang dialami seorang sufi merupakan pengalaman batin ketika sampai ke tingkat tertentu. Pembuktian kejiwaan itu bahkan sampai ke tingkat pengalaman batin luar biasa yang disebut pengalaman atau kesadaran transendental.⁴ Jadi pengalaman rohani keagamaan bisa ditinjau gejala-gejala kejiwaannya yang dialami oleh para sufi. Bahkan

¹Seyyed Hossein Nasr, *Sufi Essays*, (London: Penguin Books, 1986) h. 24

²Alwi Shihab, "Tradisi Tasawuf dalam Islam" *Makalah* Kajian Tasawuf Positif Paramadina, (Jakarta: Paramadina, 1999), h. 20

³ Kajian tentang kesadaran keagamaan (*religious conciousness*) dan pengalaman keagamaan (*religious experience*) dapat ditemukan di Yahya Jaya, "Psikologi Agama", *Makalah* Kursus/Pelatihan Dosen PAI PTU se-Indonesia, (Padang: IKIP Padang, 1997) h. 5. Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1996), Cet. ke-15, h. dan juga Robert H. Thouless, *Pengantar Psikologi Agama*, penerjemah Machnun Husein, judul asli "*An Introduction to the Psychology of Religion*", (Jakarta: Rajawali Press, 1986), Cet. ke-2, h. 88

⁴Armahedi Mazhar, *Integralime sebuah Rekonstruksi Filsafat Islam*, (Bandung: Penerbit Pustaka, 1983), Cet. ke-1, h. 12

praktek itu memuat landasan etik dan syari'at. Selama ini pengalaman tersebut dikleim sebagai pengalaman yang menyimpang, antiintelektual, antisains dan tidak sesuai dengan ajaran agama formal. Menurut penulis pengalaman keagamaan merupakan implikasi atau bagian dari kesadaran keagamaan yang merupakan peningkatan dari kepatuhan menjalankan ajaran agama yang diyakini. Sehingga dengan kesadaran yang diperoleh dari pengalaman itu, keyakinan seseorang terus meningkat. Kalau dikembangkan lebih lanjut ternyata pengalaman dan kesadaran keagamaan bertujuan untuk meningkatkan pemahaman keagamaan. Dalam konteks tasawuf, pemikiran itu terangkum dalam ajaran *maqâm* dan *hâl*. Perubahan pengalaman dan kesadaran menuju titik kesempurnaan merupakan esensi dari *maqâm* dan *hâl* dalam tasawuf.

Maqâm dan *hâl* menurut Amir al-Najjar merupakan jaminan dalam mencapai kemantapan jiwa. Di samping itu, berdasarkan tingkatan-tingkatan tersebut merupakan indikasi untuk mencapai kesempurnaan manusia.⁵ Kenaikan atau kemajuan dalam *maqâm* dan *hâl* merupakan cara terbaik dalam menjaga keselamatan jiwa dan

kesehatannya dalam menghadapi godaan. Selanjutnya al-Najjar melihat, terapi *maqâm* dan *hâl* yang padu dengan diagnosa dan terapi jiwa melalui dasar-dasar psikologis dan biologis, secara serentak akan memberikan pengaruh keruhanian dan kesadaran tertentu. Indikasi tersebut memberikan kesimpulan bahwa aspek biologis seperti gerak tubuh memberi pengaruh pada individu

⁵Amir al-Najjar, *op. cit.*, h. 24
TASAWUF DAN PSIKOLOGI
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep
Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

secara psikologis. Perjalanan spiritual seorang sufi pada hakikatnya merupakan perjuangan yang berkesinambungan. Perjuangan timbul dari pertentangan-pertentangan antara kecenderungan dan perasaan-perasaan yang tidak sesuai dengan prinsip akhlak dan nilai-nilai ruhaniah yang tinggi. Nilai-nilai tinggi inilah yang oleh kaum sufi selalu diperjuangkan untuk direalisasikan.⁶

Tujuan dari pencapaian *maqâm* dan *hâl* adalah kesempurnaan jiwa yang tercermin dalam pribadi yang positif dan dikolaborasikan dalam bentuk memfungsikan fitrah kemanusiaan manusia sendiri. Ketika manusia berada di luar eksistensi dirinya, ia akan terjatuh dan terkungkung pada sisi yang menguasai eksistensinya. Menurut Komaruddin, jalan rohani *maqâm* dan *hâl* membebaskan manusia dan mengembalikan eksistensinya yang selama ini dikuasai hal yang lain.⁷ Jadi melalui *maqâm* dan *hâl*, tujuan tasawuf yang dicapai adalah akhlak yang baik sebagaimana akhlak nabi, seperti lemah lembut, sensitif dan sabar. Secara tidak langsung sifat-sifat tersebut akan memberikan implikasi sosial bahwa seorang sufi mempunyai akhlak yang benar dan mengemban satu misi sosial, yaitu misi reformis, islah dan melakukan transformasi sosial politik masyarakat.

Seperti dijelaskan pada bab sebelumnya, tasawuf Ibn 'Arabi tidak begitu kentara membedakan antara *maqâm* dan *hâl*, karena

⁶*Ibid.*, h. 226

⁷Komaruddin Hidayat, *op. cit.*, h. 75

pada saat bersamaan *maqâm* juga dilihat dari dimensi *hâl*nya.⁸ Fokus penelitian ini hanya menelaah orang yang mentalnya tidak terganggu atau mengkaji kiat-kiat untuk mencapai kesempurnaan mental. Untuk meneliti sisi kejiwaan yang terdapat dalam tasawuf khususnya *maqam* dan *hal* Ibn ‘Arabi, penulis akan mengelaborasi pengalaman psikologis seorang sufi pada masing-masing tingkatan. Dalam melihat prinsip-prinsip psikologi kesehatan mental dalam *maqâm* dan *hâl*, penulis akan mengkaji tingkat terpenting dari sekian banyak tingkatan dalam *maqâm* dan *hâl* Ibn ‘Arabi. Di antara *maqâm* dan *hâl* itu adalah *taubah*, *warâ*’, *zuhd*, *tawakkal*, *istiqâmah*, *faqr*, *takhalluq*, *‘ubûdiyyah*, *dzikr*, *kimyâ al-sa’âdah*, *wilâyah*, *fanâ*’, *firâsat* *al-imâniyyah*, *al-futuwwah* dan *al-mu’jizah*. *Maqâm* dan *hâl* ini penulis rinci menjadi:

A. *Taubah* (taubat)

Menurut Ibn Manzhur, *taubah* berarti merubah dari satu dosa ke amalan yang lebih baik.⁹ Berdasarkan *term* yang mendekati istilah sufi, taubat diartikan merubah dari perbuatan maksiat ke amalan yang berguna.¹⁰

Penyesalan atau taubat merupakan kebangkitan jiwa dari nyenyaknya ketidakpedulian, sehingga mereka yang dulu penuh dosa menjadi lebih menyadari tindakan jelek dan merasa menyesal atas segala kekurangannya di masa lalu. Ia tetap dianggap masih

⁸William C.Chittick, *The Sufi Path of Knowledge: Perjalanan Spiritual Ibn ‘Arabi*, penerjemah A. Nidjam, judul asli “*The Sufi Path of Knowledge Ibn ‘Arabi’s Metaphysics of Imagination*” (Jakarta: Pustaka Qalam, 2001), Cet. ke-1, h. 47

⁹Lihat Ibn Manzhur, *Lisân al-‘Arab* (Beirut: al-Maktab al-Mausu’ah al-‘Arabiyyah, 1996), Cet. ke-2, jilid 2, h. 342

¹⁰Abu al-Qasim. *Ishthilâhât al-Shufiyyah*, (Beirut: Dâr-Kitâb al-‘Arabî, tth) h. 163

berdosa dan belum bertaubat hingga (1) segera meninggalkan dosa yang telah berlalu, dan (2) berjanji tidak akan mengulangnya.

Ibn 'Arabi mendefinisikan taubat dengan keluar dari kejahatan (non eksistensi) kepada kebaikan (eksistensi). Menurutny secara prinsip kejahatan adalah tidak eksisnya kebaikan, karena kejahatan adalah kebaikan yang tertunda seperti kutipan di bawah:

Kejahatan adalah kegagalan seseorang untuk memenuhi hasrat dan tuntutan hakikat keterciptaan. Hal itu tidak terlepas dari kenyataan bahwa kemungkinan sesuatu menghalangi untuk ada, karena kenyataan ada dia melalui mungkin, bukan karena Tuhan. Ia terpaut dengan kemungkinan penciptaan.¹¹

Dari kutipan di atas, Ibn 'Arabi mengisyaratkan bahwa seseorang tidak ada halangan untuk bertaubat dari kejahatan yang dilakukan. Kejahatan bukan sesuatu yang mutlak dari Tuhan yang tidak bisa dirobah.

Menurut Titus, kebajikan rohani dan konsentrasi mistis mempunyai tujuan peniadaan buhul egosentris. Sifat itu secara langsung menghalangi hati untuk merenungi tentang kesalahan-kesalahan untuk mencapai hakikat Tuhan. Penerimaan kesadaran tersebut muncul dari kemauan, maka untuk mengalahkan ego harus dengan kemauan. Itu mungkin menurut Titus terjadi pemutarbalikan kemauan yang secara mendadak dengan cara menanggalkan hijab pusat kesadaran, sehingga terjadi suatu penolakan, pengorbanan atau pembalutan.¹²

¹¹Ibn 'Arabi. *al-Futûhât., op. cit.*, jilid 2. h. 157.1

¹²Titus, *op. cit.*, h. 126
TASAWUF DAN PSIKOLOGI
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep
Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

Ahmad Shubi seperti yang dikutip Amir al-Najjar menyebutkan bahwa seorang sufi tidak cukup hanya bertaubat dari perbuatan dosa lahiriyah, tetapi ia harus menjaga dosa hati secara menyeluruh. Menurutny konsekuensi semua itu membuat taubat bertingkat-tingkat¹³.

Adapun tinjauan psikologis *maqâm* dan *hâl* taubat, merupakan pengalaman yang dicapai melalui perubahan keyakinan dari rasa bersalah menjadi sadar. Menyadari akan sesuatu berarti melibatkan pengetahuan tentang objek tersebut ke dalam perilaku kesadaran yang bersangkutan. Tingkat kesadaran ditentukan oleh tingkatan yang dicapai oleh sufi berupa implikasinya terhadap perubahan sikap dalam kehidupan. Pengalaman taubat adalah tingkatan terberat karena merubah sesuatu yang telah terbiasa, terutama terlihat pada proses penjaualan dan bersifat preventif.. Dengan taubat sang sufi mengalami perubahan drastis setelah mengalami kesadaran tertentu dalam hidup.

Amir al-Najjar berpendapat, taubat merupakan kondisi kejiwaan luar yang mengendalikan pertentangan antara kebaikan di dalam diri manusia yang sebelumnya seseorang mengalami keterbelahan jiwa (*split personality*) pertentangan nilai yang

¹³Amir al-Najjar, *Ilmu Jiwa dalam Tasawuf*, penerjemah Hasan Abrori, judul asli "*Ilm al-Nafs wa al-Tashawwuf*", (Jakarta: Pustaka Azam, 2000), Cet. ke-1, h. 229-230 Ia membagi taubat pada beberapa tingkat: *pertama*, ketika terdetik di dalam hatinya pikiran-pikiran buruk, ia cepat sadar sebelum pikiran itu terelisir dalam bentuk aktivitas. *Kedua*, taubat karena kelalaian untuk melakukan *al-muqarrabah* (pemantauan) terhadap gerak hati, terhadap gerak hatinya, sehingga ia berniat untuk melakukan sesuai suara hati dan menyadari sikap hasad iri, dengki dan lainnya adalah perbuatan tercela. *Ketiga*, taubat dari perbuatan hati yang lebih lalai dalam *al-muraqabah*. Sehingga ia hampir benar-benar terjerumus dalam maksiat, tapi ia cepat menghentikan. Lebih lanjut lihat *ibid*.

dianutnya dengan nilai lainnya.¹⁴ Pendapat ini mirip dengan analisis Thouless bahwa keterbelahan itu disebabkan konflik yang terjadi, baik konflik sosial maupun konflik pribadi. Seseorang sebelum sadar diri, ia dihadapkan pada sebuah konflik. Konflik dianggap sebagai salah satu faktor menentukan sikap keagamaan. Ini terjadi karena adanya benturan antara kekuatan-kekuatan yang baik dan yang jahat dalam diri seseorang.¹⁵ Lebih lanjut Thouless menjelaskan bahwa salah satu masalah dalam konflik adalah antara sudut pandang keagamaan dan psikologik adalah penilaian terhadap kesadaran orang akan dosanya sendiri.

Pengalaman taubat berhubungan dengan keselamatan jiwa, pengakuan dosa dan penyesalan diri. Dalam pengakuan dosa, orang mengungkapkan kembali perbuatan dosa dan kesalahan yang pernah dilakukan secara sadar. Sedangkan penyesalan, orang menginsafi dan menyesali dirinya karena telah berbuat dosa dan salah serta berniat untuk memperbaikinya. Kondisi kejiwaan yang demikian dapat mendorong orang untuk meninggalkan perbuatan dosa dan kemudian taat beragama.

Kalau dianalisis dari penjelasan sebelumnya ternyata taubat kalau ditinjau dari dimensi psikologis adalah semacam pengalaman konversi dalam kajian psikologi agama¹⁶. Kalau tidak dikatakan identik, paling tidak ada gejala-gejala yang sama berupa kesadaran yang dicapai melalui perubahan kesadaran seseorang. Menurut Walter Houston Clark, konversi agama adalah

¹⁴ Amir al-Najjar, *Ilmu Jiwa dalam Tasawuf*, penerjemah Hasan Abrori. Judul asli "*Ilm al-Nafs wa al-Tashawwuf*", (Jakarta: Pustaka Azzam, 2000), h. 35

¹⁵ Robert H. Thouless, *op. cit.*, h. 72

TASAWUF DAN PSIKOLOGI
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep
Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

suatu pertumbuhan atau perkembangan spiritual yang mengandung perubahan arah yang cukup berarti dalam sikap terhadap ajaran dan tindakan agama. Juga menurutnya konversi merupakan perubahan emosi yang tiba-tiba ke arah mendapat hidayah dari Tuhan. Pencapaian konversi bisa secara mendadak dan bisa pula secara berangsur-angsur.¹⁷ Pengertian yang lebih atraktif tentang konversi dikemukakan oleh Thouless. Menurutya konversi merupakan istilah yang pada umumnya diberikan untuk proses yang menjurus kepada penerimaan suatu sikap keagamaan yang mencakup perubahan keyakinan terhadap beberapa persoalan agama. Pencarian ini akan dibarengi dengan perubahan motivasi, perilaku dan reaksinya terhadap lingkungan sosial.¹⁸

Penjelasan psikologi tentang perubahan, ada beberapa proses kejiwaan yang secara aktif menolak perubahan-perubahan keyakinan. Proses mental kejiwaan yang bisa memberikan berbagai alasan untuk tetap berpegang pada suatu sistem kepercayaan setelah ia dikalahkan argumen dan bukti kebenaran kepercayaan yang baru. Bias efek terhadap pengukuhan sistem pemikiran kepercayaan yang lama barangkali sangat kuat sehingga ia masih mempengaruhi seseorang walaupun telah memperoleh perubahan kesadaran.

Zakiah Daradjat ketika menjelaskan perkembangan kepercayaan pada orang dewasa menekankan bahwa perubahan

¹⁶Konversi agama berasal dari bahasa latin "*conversio*:" berarti taubat, pindah dan berubah. Dalam bahasa Inggris konversi berarti *change from one state or from one religion to another* lebih lanjut lihat Jalaluddin, *Psikologi Agama*. (Jakarta: Rajawali Press, 1996), Cet. ke2, h.245

¹⁷Walter Houston Clark, *The Psychology of Religion*, (New York: The Mac Millan Company, 1959) h. 35

keyakinan atau perubahan jiwa agama bukanlah suatu hal yang terjadi secara kebetulan, tidak pula pertumbuhan yang wajar, akan

tetapi perubahan adalah suatu kejadian yang didahului oleh berbagai proses dan kondisi yang dapat diteliti dan dipelajari secara psikologis¹⁹. Konversi agama, proses acuh tak acuh terhadap agama dan bahkan keyakinan spiritual adalah proses penyadaran dalam proses psikologis. Konversi agama merupakan perubahan yang terjadi secara perlahan meskipun di luar batas kesadaran manusia. Analisis terakhir ini mirip dengan pendapat William James tentang teori inkubasi bawah-sadar (*subconciouss incubation*)²⁰, berupa kekuatan alam bawah sadar yang mendorong seseorang semakin kuat meyakini kepercayaannya

Berdasarkan uraian di atas, taubat merupakan perubahan sikap secara esensial yang merupakan penerimaan terhadap pandangan hidup baru yang tercermin dalam perubahan tingkah laku. Perubahan-perubahan itu menurut Thouless mengandung berbagai implikasi terhadap perilaku dan kesetiaan sosial. Tidak ada seorang pun bisa merubah kesetiaan sosialnya dalam bidang agama atau motivasi perilaku, tanpa ada perubahan dalam bidang yang diyakininya. Dari penekanan ini dapat disimpulkan bahwa pengalaman dan kesadaran keagamaan dapat dianalisis melalui

¹⁸Thouless, *op. cit.*, h.15

¹⁹Zakiah Daradjat, *op.cit.*, h. 24. Perubahan tersebut dapat dilihat dari aspek atau faktor yang mempengaruhi konversi agama di antaranya konflik batin, pengaruh hubungan dengan tradisi agama, faktor emosi dan kemauan.

²⁰William James, *The Varieties of Religious Experience*, (New York: New York Press, 1987), h. 32

implikasinya dalam kehidupan seseorang. Seseorang yang sadar dan

taubat tercermin dari sikap dan tingkah laku kepribadiannya.

Selanjutnya dalam kesehatan mental, *maqâm* taubat yang dicapai seorang sufi merupakan upaya memperbaiki dan meluruskan jalan hidup menuju tujuan yang lebih sempurna dan lebih baik. Pergantian dari sifat tercela ke sifat yang baik, dan sifat yang baik ke yang lebih baik. Pengalaman taubat ini merupakan tingkat terberat karena merubah sesuatu yang telah terbiasa terutama dari aspek menjauhi atau preventif.

Prinsip-prinsip kesehatan mental dalam taubat adalah dalam bentuk perubahan sikap mental seseorang yang mensucikan apa yang mengotori jiwanya dari godaan syahwat dan kecenderungan negatif lainnya. Karena ketidaksucian jiwa akan menyebabkan timbul penyakit. Perasaan bersalah dalam konsep idealnya harus dimanfaatkan dengan meningkatkan jalur-jalur perbuatan salah yang menimbulkan perasaan tersebut. Sebagai konsekuensinya memperkecil kemungkinan terulangnya kembali perbuatan-perbuatan negatif. Sikap itu lambat laun menjurus pada penerimaan suatu sikap keagamaan tertentu. Ini mirip dengan terapi yang dikemukakan al-Muhasibi dengan metode introspeksi, hendaklah seseorang mengenang masa lalunya, bagaimana terjadinya, pelecehan-pelecehan yang dilakukan, dosa-dosa dan membandingkan dengan nilai-nilai baru yang dianut yang lebih baik²¹

²¹ Amir al-Najjar, *op.cit.*, h.235
TASAWUF DAN PSIKOLOGI
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep
Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

Kondisi mental dalam taubat menimbulkan proses dan tingkatan yang beragam setiap orang, sesuai pertumbuhan jiwa, pengalaman jiwa, suasana lingkungan dan pengalaman mental terakhir dari perubahan itu. Adapun sikap mental yang dapat diidentifikasi dari tingkatan dan proses konversi agama dapat diuraikan sebagai berikut: (1) Masa tenang pertama berupa sikap acuh tak acuh sebelum konversi, (2) Masa ketidaktenangan berupa konflik dan pertentangan batin, gelisah, putus asa, tegang, panik, perasa, mudah tersinggung dan mudah tersugesti, (3) Peristiwa konversi seseorang mengalami mental yang tersugesti sehingga ia mendapat kekuatan, semangat, rileks dan menyerahkan diri, (4) Kondisi tenang dan tentram, rasa aman, damai di hati, segala persoalan menjadi enteng mudah dan luas, (5) Ekspresi sikap mental, perubahan mental dalam hidup sehari-hari dalam tindak tanduk, kelakuan, sikap dan perkataan. Seluruh jalan hidupnya berubah mengikuti aturan yang diajarkan agama. Taubat yang diiringi dengan tindak tanduk dalam ungkapan konkrit dalam kehidupan sehari-hari itulah yang akan membawa pada tetap dan mantapnya perubahan keyakinan²²

Yahya Jaya pada kesempatan lain menjelaskan, *Maqâm* dan *hâl* taubat kalau ditinjau dari sudut kesehatan mental berfungsi sebagai pengobatan, pencegahan dan pembinaan. Dalam perawatan kejiwaan, menurutnya terdapat pengobatan dengan *catharsis*, dengan metode penderita mengungkapkan sikap dan perasaan dosa dan salahnya pada konsultan. Dengan demikian penderita akan merasa lega, karena sikap dan perasaannya

²²Zakiah Daradjat, *op.cit.*, h. 139-140
TASAWUF DAN PSIKOLOGI
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep
Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

diperhatikan, didengar sehingga ia memperoleh ketenangan batin.²³ Dengan taubat seseorang akan memperoleh kelegaan batin dan merasa kesalahannya dimaafkan dan diampuni Tuhan. Sedangkan fungsi pembinaan, setiap kali orang bertaubat, berarti setiap kali pula ia membina dirinya dengan kelegaan batin. Semakin sering orang bertaubat, semakin bersih hatinya dari rasa berdosa, bersalah dan kelalaian serta berdampak pada ketentraman jiwanya.²⁴ Bahkan Amir al-Najjar berpendapat taubat merupakan salah satu kunci dalam pengobatan jiwa dan dapat dikatakan sebagai media pengobatan yang paling penting dalam rangka membersihkan jiwa dan hati serta dapat mengembangkan rasa dan cita-cita yang dalam.

B. Warâ' (warak)

Warâ' secara harfiah berarti menahan diri, berhati-hati dan menjaga diri. Indikasi ini menurut Simuh dengan tidak hanya meninggalkan yang sesat bahkan yang subhat pun harus ditinggalkan. Jadi warak merupakan kesucian diri orang Islam.

Pengukuran ditujukan pada keutamaan makna, keabsahan gagasan dan tindakan sejauh mana keduanya memproses penyucian diri.²⁵ Dalam elaborasi lain, warak merupakan pencetakan diri agar senantiasa berbuat baik, sehingga mencapai

²³Yahya Jaya, *Spiritualisasi Islam dalam Menumbuhkembangkan Kepribadian dan Kesehatan Mental*, (Jakarta: Ruhama, 1996), Cet. ke-1, h.123

²⁴*Ibid.*, h. 124

²⁵*Ibid.*, h. 10

kesempurnaan jiwa²⁶ Menurut penulis, laku hidup warak adalah penting dalam perkembangan mentalitas keislaman.

Dalam tasawuf, warak merupakan langkah kedua sesudah taubat. Di samping pembinaan mentalitas, warak juga merupakan tangga awal untuk membersihkan hati dari keterikatan pada keduniaan

Ibn Qayyim Jauziyah membagi warak kepada beberapa tingkatan (1) meninggalkan kejelekan, (2) menjauhi hal yang diperbolehkan karena dikuatirkan jatuh pada hal yang dilarang, dan (3) menjauhi hal-hal yang dilarang.²⁷

Dalam penjelasannya, Ibn 'Arabi sangat menekankan sikap warak dengan anjuran kepada sang salik untuk merenungi proses penciptaannya dari berbagai proses. Hal itu diupayakan sebagai koreksi diri dan wadah introspeksi diri sesuai dengan kutipan:

Debu dan tanah adalah asal kejadian manusia dan inilah yang menjadi bukti kehambaan serta kewarakan manusia. Kemudian diapun menjadi sadar akan keberadaan dirinya.....Karena itu ia diperintahi untuk melakukan penyucian diri dengan menggunakan debu dan tanah dari kesombongan. Sehingga ia kembali ke asal mula kejadian.....²⁸

C. *Zuhd* (zuhud)

Zuhd kalau di lihat dari derivasi katanya merupakan *mashdar* yang berasal dari *zahada*, *yazhadu*, *zuhd*. Menurut Ibn Manzur, *zuhd* berarti benci kepadanya dan meninggalkannya.

²⁶Ibn Miskawaih, *Menuju Kesempurnaan Akhlak*, penerjemah Helmi Hidayat, judul asli "*Tahdzīb al-Akhlaq*"; (Bandung: Mizan, 1996), Cet. ke-1, h. 4

²⁷Ibn Qayyim Jauziyah, *op .cit.*, h. 24

TASAWUF DAN PSIKOLOGI
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep
Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

Sumber lain mengartikannya dengan berpaling dari sesuatu karena sesuatu itu dinilai rendah.²⁹ Ibn Qayyim Jauziyah mendefinisikan *zuhd* dengan berpaling darinya karena dipandang remeh dan rendah sehingga merasa cukup dengan hal yang lain yang lebih baik dari itu.³⁰ Ibn 'Arabi mendefinisikan *zuhd* dengan menjauhkan serta menghindari diri dari sesuatu dari Tuhan, berdasarkan kutipan:

Maqâm zuhd melibatkan kemutlakkan sifat keesaan karena hakikatnya adalah pencegahan dan bertumpu pada sisi selain Tuhan. Sekalipun orang yang memilikinya tidak diketahui atau tidak diakui. *Hâlnya* adalah dalam hubungannya dengan apa yang ia amalkan melalui *zuhd*. Nama Allah menatap padanya dan orang zahid mampu mengaktualisasikan akibat-akibatnya dalam perbuatan.³¹

Dari pendapat di atas terkesan *zuhd* menjauhkan seseorang sufi dari dunia. Permasalahan tersebut mendapat bantahan beragam para pakar tasawuf, seperti al-Taftazani yang menekankan bahwa *zuhd* tidak berarti kependetaan atau terputus dari kehidupan duniawi, tetapi memandang dunia dengan pandangan khusus. Seorang zahid tetap bekerja dan berusaha akan tetapi kehidupan dunia tidak menguasai kecenderungan kalbunya.³² Pendapat senada juga dikemukakan oleh Jalaluddin Rahmat yang menegaskan bahwa *zuhd* bukan dijalani dengan meninggalkan dunia tetapi tidak meletakkan hati padanya, tidak pula menghindari kenikmatan dunia dan tidak meletakkan nilai

²⁸Ibn 'Arabi., *al-Futûhât...*, *op. cit.*, jilid 1, h. 373. 33

²⁹Ibn Manzûr, *op. cit.*, h. 326

³⁰Ibn Qayyim al-Jawziyyah, *Madârij al-Sâlikîn bayn Manâzil Iyyâk Na'bud wa Iyyâk Nasta'in* (Kairo: Mathba'ah al-Sunnah al-Muhammadiyah, 1959) h. 9

³¹Ibn 'Arabi. *al-Futûhât...*, *op. cit.*, jilid 2, h. 176.12

³²Taftazani, *op. cit.*, h. 54

yang tinggi padanya.³³ Jadi tasawuf tidak berarti meninggalkan dunia yang tercermin dalam ajaran *zuhd*, tetapi mengurangi kelezatan hidup serta berpaling dari keterpesonaan. Sehingga dengan demikian terealisasi kebebasan manusia yang tercermin dalam keterhindarannya dari hawa nafsu.

Menurut penulis dengan berpedoman pada al-Tustari, sebenarnya yang terpenting adalah memusatkan perhatian pada ruh *zuhud*, bukan kepada indikasi luar yang formalistik, terkesan meninggalkan dunia dan isinya. Pendapat senada juga dikemukakan oleh al-Muhasibi bahwa ruh *zuhud* adalah bebasnya seseorang dari pengaruh jiwa dan dunia serta tidak tunduk keduanya. Dengan mementingkan substansi *zuhud* seorang manusia akan terbiasa introspeksi diri dan tidak terkesan lupa diri.

D. *Faqr* (fakir)

Menurut Jami' seperti yang dikutip Nicholson, *faqr* adalah melupakan segala sesuatu yang duniawi demi semata-mata mencari ridha Allah. Dalam elaborasi Nasr, fakir dalam literatur klasik sering diistilahkan dengan *al-faqr al-Muhammad*. Menurutnyanya tanpa kepapan maka cangkir kehidupan tidak punya ruang untuk menampung *nectar* kebijakan Ilahi. Tanpa kepapaan betapa tajamnya inteligensia seseorang ia tidak mungkin memperoleh kesempurnaan spiritual.³⁴ Jadi dalam fakir, menurut

³³Jalaluddin Rahmat, *Renungan-Renungan Sufistik*, (Bandung: Mizan, 1996), Cet. ke-2 h. 118

³⁴Seyyed Hossein Nasr, *Islam dalam Nestapa Manusia Modern*, penerjemah Anas Mahyuddin, judul asli "*Islam and the Plight Modern*", (Bandung: Pustaka Salman, 1996), Cet. ke-2, h. 78

Simuh merupakan puncak tingkatan penyucian yaitu mengosongkan seluruh hati dari ikatan dan keinginan terhadap apa saja selain Tuhan. Maka fakir merupakan perwujudan upaya penyucian hati secara keseluruhan terhadap apa yang selain Tuhan.

Idealisme sufi tentang kemiskinan telah berkembang jauh. Kemiskinan sejati bukan saja jauh dari barang-barang, melainkan juga tiadanya hasrat untuk menguasai barang-barang tersebut, kosongnya hati sebagaimana kosongnya tangan. Manusia fakir dan penuh harap adalah sebutan kebanggaan bagi kaum sufi, karena sebutan itu bermakna bahwa dirinya sudah terbebas dari segala sesuatu yang dapat memalingkan pandangannya dari Tuhan. Menurut Nicholson bersungguh-sungguh merupakan hal yang baik dalam kehidupan kini dan masa depan. Tidak menginginkan sesuatu selain Tuhan dari kehidupan itulah sesungguhnya kefakiran.³⁵

Lebih lanjut Nicholson menjelaskan kepentingan pengorbanan bagi seorang sufi dilihat dari tiga motif, (1) Berharap mendapatkan kemudahan di hari akhirat, (2) Mengharap surga, dan (3) Berharap mendapatkan kenikmatan rohani dan ketenangan batin.³⁶

Ibn 'Arabi ketika berbicara tentang *maqâm* dan *hâl* fakir, juga mengaitkannya dengan Tuhan karena seorang fakir selalu merasa rendah dihadapan Tuhan. Ia menekankan bahwa *maqâm* ini sebagai landasan etis dan korektif bagi sang sufi karena sebagai

³⁵R A Nicholson, *Tasawuf Mengukir Citra Ilahi*, penerjemah A. Nashir Budiman, judul asli "*The Mystic of Islam*", (Jakarta: Rajawali Press, 1997), Cet. ke-1, h. 35

bukti kelemahan hamba di depan Tuhan.³⁷ Melalui sifat itu sang sufi mampu memproyeksikan atau memposisikan kehambaan atau kefakiran dirinya di tengah kekayaan Tuhan. Implikasi dari sikap ini melahirkan hamba yang bersyukur dan mengabdikan kepada Tuhannya

E. *Tawakkal* (tawakal)

Menurut Abu al-Dayin, *tawakkal* adalah melepaskan kemauan pribadi dan berserah diri pada apa yang ditetapkan Allah.³⁸ Sedangkan al-Qusyairi berpendapat bahwa tawakal adalah berserah diri pada jaminan

pemeliharaan Allah sepenuhnya.³⁹ Menurut Simuh, definisi tersebut terkesan berpaham Jabariyah karena hanya tunduk pada kehendak mutlak Tuhan tanpa memikirkan usaha. Seseorang harus menggantungkan diri sepenuhnya pada takdir Ilahi. Pendapat itu dibantah oleh al-Tustari dalam al-Najjar, menurutnya umat harus memberikan proporsi yang sama antara tawakal dengan usaha. Menurutnyalagi harus dipahami proporsi keduanya jangan sampai mengambil satu sisi dan meninggalkan sisi yang lain, sebenarnya keduanya merupakan hal yang ditekankan.⁴⁰

Ibn 'Arabi berpendapat bahwa *tawakkal* adalah berketetapan hati pada Allah bersamaan dengan tidak adanya kemampuan dan tidak ada sebab yang memungkinkan. Ia juga

³⁶ *Ibid.*, h. 36

³⁷ Ibn 'Arabi. *al-Futūḥāt...*, *op. cit.*, jilid 3, h. 19.24

³⁸ Abu al-Dayin *Tashawwuf bayn al-Islām wa al-Dīn* (Beirut: Dār Kitāb al-Mathbu'ah, ttth) h. 124

³⁹ Al-Qusyairi, *op. cit.*, h. 35

⁴⁰ Alasan lebih lanjut lihat Amir al-Najar, *op. cit.*, h. 244

menandakan bahwa tawakal merupakan sifat dari orang beriman yang ditauladani dari nabi Allah. Latar belakang penetapan sikap dalam *maqâm* ini adalah karena tidak semua fenomena yang terjadi di alam ini dapat dipahami manusia, oleh sebab itu Ibn 'Arabi menganjurkan manusia untuk bertawakal.⁴¹

Berdasarkan pengertian *tawakkal* di atas, apakah *tawakkal* menurut Ibn 'Arabi mengindikasikan pada Jabariah. Pada kesempatan lain Ibn 'Arabi menjelaskan bahwa bertawakal tidak selalu dikaitkan dengan Jabariah, tapi setelah berusaha terlebih dahulu. Tawakal menurutnya hanya sebagai menyerahkan hasil kepada Tuhan. Dengan demikian akan memberikan ketenangan jiwa, apapun yang terjadi diserahkan kepada Allah⁴²

F. *Istiqâmah* (istikamah)

Istiqâmah merupakan sifat terpuji dengan konsisten terhadap sesuatu. Ibn 'Arabi menganalogikan sifat ini dengan kekonsistenan. Kekonsistenan sebatang pohon adalah ketika ia menancap ke tanah dan keistikamahan binatang adalah berjalan secara horizontal tidak liar. Ketidakistikamahan segala sesuatu menyebabkan ia tidak berarti apa-apa. Seperti kutipan berikut:

Istiqâmah merupakan kemestian yang berasal dari nama Tuhan yang melingkupi segala sesuatu. Tuhan berfirman, sebagai penegas atas pertanyaan Musa "Dia memberikan atas segala sesuatu bentuk kejadiannya" (20:50). Karena segala sesuatu berada dalam keistikamahannya. Keistikamahannya sebatang pohon adalah ketika ia menancap ke tanah. Sedangkan *istiqâmah* seekor binatang bergerak lurus. Jika demikian halnya, tiada

⁴¹Ibn 'Arabi, *al-Futûhât.., op. cit.*, jilid 2, h. 199. 32

⁴²*Ibid.*

seorangpun yang mampu memperoleh keuntungan darinya. Jika sebatang pohon tidak menancap ke tanah untuk minum air melalui akarnya, maka ia tidak akan berarti.⁴³

Selanjutnya Ibn 'Arabi menegaskan bahwa semua yang ada di bumi berada dalam *keistiqâmahân* karena Tuhan tidak menciptakan kecuali yang *istiqâmah*. Seperti dijelaskan dalam kutipan berikut:

Seluruh gerakan senantiasa berada dalam *keistiqâmahân*. Tiada sesuatupun kecuali konsisten. Tiada jalan lain yang berlawanan dengannya. Kekonsistenan jenggot adalah keikalannya. Karena begitulah semestinya. Sebab, tiada sesuatu pun dalam segala ciptaan kecuali istikamah. Dalam hubungannya dengan keberadaannya sebagai Tuhan selalu berada dalam *keistiqamahân*.⁴⁴

Jadi dari keterangan di atas dijelaskan bahwa implikasi *istiqâmah* adalah menghiasi mental sufi. Seorang sufi harus menghiasi dirinya dengan sifat kekonsistenan. Kalau tidak mempunyai sifat itu seorang manusia diibaratkan sebatang pohon yang tidak bisa minum karena tidak menghunjam ke bawah. Maka ia tidak akan berarti karena di luar kelaziman

Tinjauan psikologis *Warâ'*, *Zuhd*, *Faqr*, *Tawakkal* dan *Istiqâmah* adalah pengalaman mengosongkan diri dari sifat tercela dan menghiasi diri dengan sifat terpuji. Esensi dari *maqâm* dan *hâl* ini merupakan latihan awal bagi seseorang yang telah mengalami perubahan. Biasanya ia dijauhi dari segala yang akan memburyarkan konsentrasi, sehingga ketaatannya meningkat.

⁴³ *Ibid.*, jilid, h.217.1

⁴⁴ *Ibid*

Menurut al-Muhasibi, kondisi kesadaran dalam *maqâm* dan *hâl* warak dan zuhud adalah seseorang menjauhi hal-hal bersifat emosi, sangat berhati-hati dalam melangkah. Untuk mencapai kesadaran dalam tingkatan ini seseorang harus memperbaiki dan membersihkan jiwanya. Kaum sufi selalu mengajak untuk berjuang melawan nafsu dan menguasainya. Jika hendak ingin memperbaiki, seseorang harus bisa menguasai diri dari hal-hal yang dapat mencelakakannya, bahkan menghindari pertentangan batin dalam jiwa. Terminologi sufi mengartikan ketenangan dengan menghilangkan hal-hal yang bersifat badani, nafsu sahwat yang berlebihan karena semua itu akan merusak jiwa.

Dalam praktek sufi, dengan proses kesadaran, seorang murid dituntun untuk mengosongkan jiwanya berupa mengurangi makan berlebihan dan banyak mengamalkan sifat-sifat terpuji yang dianjurkan. Dalam dunia psikologi, proses ini dikenal dengan meditasi. Menurut Thouless, meditasi merupakan konsentrasi pemikiran yang terarah pada visual, pengaturan posisi tubuh dan nafas yang bertujuan merubah dan meningkatkan kesadaran.⁴⁵ Kalau dikaitkan dengan pengalaman meditasi agama Budha, meditasi mempunyai tujuan akhir untuk mematikan nafsu dengan menyadari ketidakabadian segala sesuatu, sehingga seorang Budhis terbebas dari kungkungan nafsu dunia. Meditasi dalam agama Kristen lebih berorientasi pada kecenderungan sifat penyempurnaan jiwa seperti; berada di tempat suci, menyesali dosa dan berpuasa.

⁴⁵ Thouless, *op. cit.*, h. 68

Kondisi psikologis *maqâm* dan *hâl* warak dan zuhud merupakan gejala-gejala kejiwaan yang menimbulkan perubahan kesadaran di mana terdapat pengendalian terus menerus untuk mencapai perubahan kepribadian. Gejala-gejala kejiwaan dalam proses spiritual ini mirip dengan meditasi, sekalipun prosesnya tidak harus mematikan nafsu dan menyendiri seperti agama lain, tapi dengan membatasi diri dari ketamakan dunia yang menggangu kesadaran untuk mencapai kebenaran hakiki.

Maqâm dan *hâl faqr, tawakkal* dan *istiqâmah*, merupakan tingkat kesadaran jiwa yang telah meningkat dengan mengamalkan sikap-sikap positif seperti berkecukupan, tawakal dan konsistensi. Sikap ini memberikan kemampuan kepada orang yang ingin menenangkan pikirannya untuk menentukan dan mengamalkan sikap praktis antara kehidupan yang didominasi oleh motif keagamaan. Gejala-gejala itu menurut psikolog merupakan tahap-tahap perkembangan spiritual yang lebih maju dari meditasi. Penulis melihat gejala ini mirip dengan kontemplasi dan asketisme. Menurut Thouless, istilah kontemplasi digunakan secara umum yaitu kondisi kesadaran, di mana pikiran tetap dalam konsentrasi tanpa citra pada satu sasaran. Sedangkan meditasi digunakan untuk proses yang lebih aktif di mana pikiran telah diarahkan dan ditekan.⁴⁶ Jadi kontemplasi dapat dipahami sebagai kondisi kesadaran tingkat tertentu pada saat pikiran telah mencapai kematangan rohani. Hal ini adalah kelanjutan atau buah dari proses meditasi, sekalipun masih ada upaya untuk

⁴⁶ *Ibid.*, 185

penyempurnaan lebih lanjut. Tahap ini tidak seperti pengalaman pada meditasi yang masih dalam bentuk upaya awal.

Kaitannya dengan pengalaman asketisme, gejala kejiwaan dalam sikap fakir, tawakal dan istikamah merupakan kesadaran lanjutan dalam bentuk penolakan sikap lawannya yaitu menghindari keserakahan, gelisah dan tidak konsisten. Dari pengertian tekhnisnya, asketisme adalah aturan sikap dan penolakan untuk melaksanakan tindakan instinktif.⁴⁷ Jadi pengalaman dan kesadaran yang dicapai dalam menjalani *maqâm* dan *hâl* fakir, istikamah dan tawakal adalah sang sufi mengalami pencerahan jiwa yang berdampak pada ketenangan batin. Seorang sufi telah melampaui perubahan dalam diri dan telah diperkuat dengan proses ritual agama.

Maqâm dan *hâl* warak, zuhud, fakir, tawakal dan istikamah pada prinsipnya bertujuan membersihkan diri dari segala penyakit kejiwaan dan menghiasi jiwa dengan sifat-sifat positif. Proses itu menurut al-Najjar merupakan tahap *takhallî* atau pengosongan dari sifat-sifat yang rendah dan menghiasinya dengan sifat kebajikan yang mengantarkannya kepada kesucian.⁴⁸ Peralihan tingkatan spiritual yang dialami sufi tidak hanya sebagai tingkatan kenaikan perilaku saja, akan tetapi juga dapat berfungsi sebagai media yang sangat potensial dalam upaya mencapai kesempurnaan jiwa.

Setelah seorang sufi menjalani taubat dalam artian menyadari dan mengoreksi diri, dalam proses pencarian melalui *maqâm* dan *hâl*, ia diharuskan untuk menghindari dan

⁴⁷ Lihat pendapat R.A. Nicholson *Tasawuf Menguak Cinta Ilahi*, penerjemah A. Nashir Budiman, judul asli “*The Mystic of Islam*”, (Jakarta: Rajawali Press, 1986), Cet. ke-1, h. 33

⁴⁸ Amir al-Najjar, *op. cit.*, h. 223

mengosongkan jiwanya dari sifat-sifat tercela. Yahya Jaya meninjau *maqâm* dan *hâl* warak dan zuhud berfungsi sebagai pengobatan, pencegahan dan pembinaan. Perawatan kejiwaan menghendaki seseorang agar dalam menghadapi kebutuhannya yang banyak dapat mengendalikan diri, menerapkan aturan dan memenuhinya atau jika perlu menangguhkan dalam pemenuhannya. Ini supaya jiwa selamat dari kegelisahan, kecemasan dan perilaku buruk.⁴⁹ Dalam fungsi pembinaan, menurut Yahya Jaya, setiap kali ia membina dirinya dengan sikap baik dan ketenangan jiwa semakin mantap dan bebaslah jiwanya dari sikap yang menekan. Imbasnya semakin tenang dan tentramlah jiwanya. Implikasi dari proses mental ini, seorang sufi semakin mampu merasakan keselamatan, kebahagiaan, keuntungan atau menafikan kebutuhan hidup yang tidak perlu.⁵⁰

Prinsip-prinsip kesehatan mental yang muncul dari *maqâm* dan *hâl warâ'* dan *zuhd* adalah kesederhanaan dan pengasingan. Seorang merasa mudah menjaga jarak, hati-hati, bersikap tenang dan tentram. Ia mampu menanggulangi kemalangan diri tanpa memberikan reaksi yang berdampak negatif. Sufi yang menjalani *maqâm* ini bisa menjaga martabat mereka sekalipun dalam lingkungan dan situasi yang kurang kondusif⁵¹ Kepiawaian mereka adalah bisa mengkondisikan keadaan dan bukan

⁴⁹ *Ibid.*, h. 127

⁵⁰ *Ibid.*, h. 128

⁵¹ Maslow, *Motivasi dan Kepribadian, Teori Motivasi dengan Pendekatan Hierarkhi Kebutuhan Manusia*, penerjemah Nurul Iman, judul asli "*Motivation and Personality*" (Jakarta: PT Pustaka Binaman Pressindo, tth) h.9

⁵¹ *Ibid.*, h.15

tergantung pada perasaan atau pikiran orang lain tapi berdasarkan kebijakan jiwanya sendiri.

Setelah menjalani *maqâm* warak dan zuhud, sifat positif yang dijadikan hiasan jiwa adalah fakir, tawakkal dan istiqamah. Sifat positif itu pada esensinya merupakan hiasan jiwa yang mengantarkan sufi pada sifat merasa berkecukupan, tidak tamak, berserah diri dan konsisten.

Sifat fakir pada intinya seorang sufi merasa tidak mempunyai apa-apa karena ia merasa rendah diri. Sehingga dengan kerendahan itu ia semakin mengakui kebesaran Tuhan.⁵² Maslow berpendapat, sifat fakir akan melahirkan orang yang sehat, merasa mampu menerima diri dan sifatnya sebagaimana adanya, tanpa sesal dan keluhan atau tanpa terlalu banyak memikirkannya. Ini menurut Maslow dapat dicapai dengan menahan nafsu yang berlebihan.⁵³

Sikap pasrah dan menerima dari fakir bukan berarti puas diri dengan keadaan yang diterima atau fatalis. Tapi dapat menerima semua yang baik berdasarkan tabiat alam, tentunya setelah diusahakan sekuat-kuatnya. Kerelaan dan kepasrahan dalam elaborasi Murthadha Muthahari, juga bukan berarti ketundukan atau apatis yang negatif, tapi dengan sikap tersebut mampu menimbulkan dorongan yang lebih dahsyat ke arah dinamika masa depan.⁵⁴ Menurut Yahya, sikap fakir akan

⁵²Haidar Bagir, Tasawuf Positif, *Makalah* Tasawuf Positif Paramadina, Jakarta, 1999, h. 14

⁵³Abraham Maslow *op. cit.*, h.9

⁵⁴Murthadha Muthahari, *Menjangkau Masa Depan, Bimbingan untuk Generasi Muda*, (Bandung:Mizan,1996) h.129-131

membawa seseorang dalam memenuhi kebutuhan hidupnya, ia akan terhindar dari kegoncangan, kecemasan dan kegelisahan.⁵⁵

Sifat tawakal merupakan sikap tenteram dan jalan kembali pada agama setelah berusaha. Orang mudah mengadukan dan menyerahkan diri segala urusannya kepada Allah.⁵⁶ Implementasi sikap positif terhadap kesehatan mental akan memberikan sikap stabil dan ketenangan jiwa. Dengan demikian mental dan jiwanya semakin sehat. Setelah seseorang melaksanakan kewajibannya, ia tidak perlu khawatir dan mengundang keguncangan jiwa dalam menghadapi persoalan yang berada di luar kehendak dan kemampuannya. Ia berada dalam kondisi tenang, kebahagiaan dan bermental sehat.⁵⁷ Orang tawakal tidak merasa susah di saat menerima derita dan tidak lupa diri. Thouless berpendapat orang yang tawakal mampu menghilangkan ketegangan yang timbul dengan keyakinan bahwa semua persoalan diserahkan kepada Tuhan. Tawakal dalam literatur sufi dipersonifikasikan terhadap sikap kapan saja matahari terbit sama indahnya dengan terbit pertama. Keindahan setiap bunga sama mempesonanya sekalipun ia telah menjadi satu buah. Bagi orang punya sikap positif tawakal menurut Umar Hasyim, semua urusan kehidupan yang rutin dari waktu ke waktu selalu menarik dan menggetarkan hatinya.⁵⁸ Lebih lanjut Umar Hasyim meninjau orang yang bahagia adalah mereka yang bersukur dengan keadaannya saat ini dan bisa menyesuaikan dengan keadaan dan kondisi yang lain. Alfred Korzybski seperti dikutip Umar Hasyim, berpendapat bahwa

⁵⁵ Yahya Jaya, *op. cit.*, h. 135

⁵⁶ *Ibid.*, h. 137

⁵⁷ Amir al-Najjar, *op. cit.*, h. 251

hakikat kebahagiaan adalah bila manusia mengharapkan lebih banyak dari hidup ini, maka akan banyak mendapatkan kekecewaan, kecil hati dan putus asa karena kegagalan. Tapi apabila berharap secara wajar dalam lingkungan dan kemampuan, ia akan merasa bahagia⁵⁹

Sikap istikamah membuat jiwa seseorang jujur terhadap dirinya dan orang lain, karena keistikamahan amat besar artinya dalam memperoleh kesehatan mental. Dengan sikap itu orang dapat bersikap objektif dalam mengenal dan menerima keadaan dirinya. Maslow mengasosiasikan sikap istikamah dengan orang mewujudkan dirinya secara spontan dalam perilaku mereka dan tercermin dalam hidup kejiwaannya. Orang yang sedang mewujudkan dan punya kepribadian positif segera dan tanpa dibuat-buat menghargai hal-hal yang pokok dalam kehidupan dengan rasa kagum yang seimbang dengan senang hati.⁶⁰ Mereka yang menjalani *maqâm istiqâmah* punya konsistensi diri yang muncul dari kolaborasi diri dan orang lain secara wajar serta tidak bisa dipengaruhi lingkungan dan orang lain.

Dengan sifat-sifat positif di atas, seorang sufi akan mendapatkan kepuasan batin dan ketenangan jiwa. Konsekuensinya mereka akan kuat dalam motivasi agama dan kehidupan, konsisten dalam menjalankan hidup. Sikap tersebut merupakan proses penyehatan jiwa dalam pandangan kesehatan mental.

⁵⁸Umar Hasyim, *Memburu Kebahagiaan*, (Surabaya: PT Bina Ilmu, 1983) h. 25

⁵⁹*Ibid.*, h. 34

⁶⁰ Maslow, *op. cit.*, h. 11

G. *Dzikr* (zikir)

Secara istilah, *dzikr* adalah sebutan, ingat dan bangkit. Pengingatan terealisasi dalam bentuk pengulangan dalam membaca rumusan sakral baik dengan intonasi keras ataupun lunak. Karakter universal penyeruan nama Tuhan secara tidak langsung dicerminkan oleh kesederhanaan bentuknya dan kekuatan pembaurannya kepada semua tindakan kehidupan. Fungsi zikir dalam kehidupan spiritual sama dengan fungsi darah dalam tubuh manusia. Tafakur mempengaruhi jiwa manusia menerima doa dengan pembukaan saluran-saluran yang bakal dilaluinya.

Menurut Edward Lane, *dzikr* merupakan bentuk latihan yang diberikan kepada pencari hikmah. Istilah zikir sering disamakan dengan *rekoleksi* dalam bahasa Inggris. Kata itu hampir mirip dengan menyebut (*mentioning*), mengingat

(*remembering*) dan ingat akan (*thinking of*). Kaum sufi umumnya melaksanakan dengan cara menyebut nama Tuhan secara berulang-ulang dengan irama atau intonasi tertentu dan pemusatan perhatian dari setiap bagian tubuh. Memperbanyak pengucapan bukan dari segi kuantitatif tapi kualitatif. Tasawuf menggunakan bentuk zikir di mana segala yang terpisah dari Tuhan disingkirkan, yang berguna untuk mencapai tauhid. Ibn 'Arabi membatasi lafaz zikir dengan nama Tuhan yang lazim seperti *Allâh akbar subhana Allâh* dan *lâ haulâ wa lâ quwwatâ*.⁶¹ Walaupun proses pengubahan jiwa manusia ini tampak berangsur-angsur, namun pada awal dan akhirnya ritual zikir

menjelma dalam sifat manusia yang hakiki. Sifat itu pada hakikatnya dijadikan identifikasi diri oleh manusia sendiri.

Jadi dengan bantuan zikir yang dipadukan dengan bentuk-bentuk perenungan, seseorang mulai memperoleh jiwa yang utuh, murni dan menyeluruh. Dalam zikir seorang sufi menyerahkan seluruh jiwanya kepada Tuhan di dalam bentuk pengorbanan yang luhur. Kekuatan zikir dalam pengutuhan jiwa tampil pada tubuh yang secara simbolik mencerminkan kehidupan batin manusia. Pada awalnya kesadaran harus memisahkan dirinya dari keutamaan jasmani negatif dari aspek nafsunya. Tahap berikut dengan jalan zikir ini bertujuan untuk memelihara diri di dalam tubuh dan terpusat pada hati⁶²

Jadi *dzikr* merupakan wadah bagi seorang hamba untuk mengingat Tuhan. Secara otomatis sebagai motivasi bagi sang pendoa dan sebagai sarana kehadiran Tuhan melalui kalbu berdasarkan lafaz *dzikr* yang dibaca

Dalam tinjauan psikologis, zikir menurut Armahedi, dengan zikir, seorang calon sufi menyadari dan mengosongkan diri dari sifat negatif. Semua kemampuan-kemampuan jiwa dan sel-sel otak bekerja secara padu, serasi dan maksimal. Proses itu menurutnya terjadi dalam ritual menyebut nama Allah, nama indah Ilahi dan ke seratus sifat-sifat Ilahi. Unsur ini mencerminkan ketaktherhinggaan di dalam keesaan zat Ilahi. Zikir mencakup proses pembayangan (peranan otak belahan kanan), walaupun demikian melibatkan proses tafakkur, yaitu proses pemikiran (otak sebelah kiri) dan selalu dimanifestasikan dalam perbuatan

⁶¹Ibn 'Arabi. *al-Futûhât...*, *op. cit.*, jilid 2, h. 329.4
TASAWUF DAN PSIKOLOGI
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep
Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

dengan pengaturan gerak (peran otak sebelah depan).⁶³ Jadi zikir melibatkan secara seimbang seluruh fungsi otak; baik otak kiri, otak kanan maupun otak sebelah depan.

Melalui pengalaman zikir, kesadaran yang dicapai adalah sarana inspirasi atau sumber kekuatan spiritual yang dapat dipergunakan untuk mencapai tujuan pribadi. Inayat Khan berpendapat kekuatan spiritual dalam zikir diperoleh dengan cara mensugestikan maknanya secara mendalam, seolah-olah muncul reaksi terhadap apa yang disugestikan terhadap sesuatu yang nyata.⁶⁴ Psikologi zikir yang ditinjau dari aspek sugesti, berupa pernyataan atau perbuatan yang diulang-ulang yang dapat membentuk suatu keyakinan. Bahkan Thouless melihat gejala sugesti merupakan proses komunikasi yang menyebabkan diterima dan disadarinya suatu gagasan yang dikomunikasikan tanpa alasan rasional yang cukup.⁶⁵ Untuk memahami atau mengekspresikan rasa yang ditemukan dalam zikir, caranya tidak hanya mensucikan kata itu tapi memahami hakikat, karakter dan misteri dari zikir tersebut. Pada akhirnya zikir bukan hanya aktualisasi kata-kata, tapi bisa berubah menjadi persepsi perbuatan dan keyakinan. Para guru sufi sering menampilkan zikir dengan cara atraktif sehingga gagasan zikir tertanam dalam pikiran, akhirnya mendorong timbulnya perbuatan dan keyakinan.

Dimensi psikologis dalam zikir seperti dikemukakan Robert H. Thouless, ketika menyebutnya dengan “*pray*”, kadang-kadang

⁶²Seyyed Hossein Nasr, *Tasawuf*, *op. cit.*, h. 52-53

⁶³ Armahedi, *op. cit.*, h. 116

⁶⁴Inayat Khan, *Dimensi Spiritual Psikologi*, penerjemah Andi Haryadi, judul asli “*Spiritual Dimensions of Psychology*”, (Jakarta; Pustaka Hidayah, 2000) h. 56

⁶⁵Thouless, *op. cit.* h.39

hanya diartikan sebagai ritual yang menggunakan kata-kata, baik secara bersama-sama ataupun pribadi-pribadi yang bertujuan untuk mengarahkan kesadaran dan penyerahan diri dan cinta kepada Tuhan. Para psikolog cenderung menafsirkan zikir lebih berorientasi pada perubahan kesadaran yang berbeda dengan gejala kejiwaan dalam meditasi dan kontemplasi di atas. Kesadaran dalam meditasi dan kontemplasi lebih berorientasi pada perubahan sikap mental sedangkan zikir pada perubahan kesadaran sesudah taubat.

Zikir merupakan media yang paling utama di kalangan sufi dalam upaya meningkatkan kesadaran ruhani. Pada saat melakukan zikir, para sufi terbawa hanyut dan jiwa mereka keluar ke alam rasa. Lebih jauh al-Tustasi mengelaborasi bahwa zikir tidak hanya aktivitas temporal di dalam jiwa dan bukan pula sebagai media yang diucapkan seseorang secara berulang-ulang atau hiburan jiwa, tetapi zikir merupakan kesadaran substantif dan pengenalan universal terhadap kehadiran Ilahi. Asumsi ini terkesan ketika al-Tustari mengelompokkan zikir kepada zikir vertikal dan zikir horizontal. Zikir vertikal dimulai dari kesadaran luar diri dengan masuk ke dalam diri sehingga makna zikir tersebut merasuk ke lubuk hati yang paling dalam. Sedangkan zikir horizontal di mulai dari dasar dan naik menuju puncak yang dimulai dengan penguburan jiwa dan membiarkan hati bergantung di alam *samâwât*⁶⁶. Dengan pencapaian itu dapat dipahami bahwa zikir merupakan kunci menelusuri alam kerohanian sufi dan menyingkap dasar yang sangat luas yang

menjelaskan hubungan antara makhluk dengan khaliknya . Pencapaian kesadaran jiwa dalam pengalaman zikir dibatasi al-Tustari dengan tidak diasumsikan sebagai terhapusnya totalitas pribadi, akan tetapi yang dituju adalah terhapusnya unsur-unsur yang membuat seseorang menjadi rendah dan perasaannya menjadi sempit dan terikat, sehingga jiwanya dipenuhi dengan zikir. Bahkan Kamal Gaffar seperti dikutip Amir al-Najjar berpendapat, zikir adalah semacam kesadaran tetapi bukan kesadaran biasa ⁶⁷

Dalam kesehatan mental, zikir sendiri sudah merupakan obat jiwa yang membersihkan dan mengobati jiwa seseorang yang kotor. Menurut Amir al-Najjar, zikir merupakan cara yang benar untuk membuat mental menjadi sehat, dengan melakukan hubungan dengan pencipta-Nya. Karena di waktu orang mengingat Tuhannya dengan jujur dan ikhlas, jiwa akan merasa tenang. Dengan zikir manusia akan mempunyai rasa harap dalam kehidupan dan tidak putus asa dari rahmat-Nya. Dalam ajaran agama sering ditekankan bahwa Tuhan memiliki pemberian dan ampunan yang sangat luas.

Orang yang ingat pada Allah akan memiliki ketenangan jiwa dan hati, hilang perasaan benci, hasud, kikir, riya, takabur dan congkak. Orang yang selalu dihiasi zikir akan mempunyai jiwa yang stabil, karena ia merasa diri hidup dari Allah, dengan Allah dan untuk Allah⁶⁸. Dengan perasaan tersebut akan dapat

⁶⁶ Amir al-Najjar, *op.cit.*, h. 29

⁶⁷ *Ibid.*,

⁶⁸ Amir al-Najjar, *op. cit.*, h. 321

memberikan kekuatan dalam menghadapi kesulitan hidup karena ia telah menyerahkan semua kepada Allah.

Zikir yang ikhlas merupakan salah satu pengobatan penyakit jiwa karena memberikan kesan pada ruh serta membangun kualitas kebaikan, penghargaan dan kekuatan inspirasi. Hati yang lahir dapat merubah rasa takut menjadi aman dan merubah rasa gelisah menjadi tenang. Dimensi psikologi sugesti dalam zikir sebagai wadah penegasan kebenaran yang dilakukan berulang-ulang dengan penuh keyakinan, sangat berpengaruh lebih besar terhadap tingkah laku.⁶⁹

Implikasi dari prinsip-prinsip kesehatan mental dalam zikir merupakan penolong yang sangat penting bagi manusia. Dengan hubungan ini manusia akan selalu mempunyai rasa harap dalam kehidupan dan tidak putus asa dari rahmat-Nya, karena Tuhan memiliki ampunan yang sangat luas. Jadi orang yang selalu ingat pada Tuhan akan memiliki ketenangan jiwa dan hati, punya jiwa yang stabil karena ia hidup dari Allah. Dengan modal mental itu ia akan memiliki kekuatan dalam menghadapi kesulitan hidup, karena segala urusan diserahkan pada Tuhan.

H. *'Ubûdiyyah* (ubudiah)

Menurut Ibn 'Arabi upaya manusia untuk menekankan diri pada Allah tidak akan berhasil kecuali dengan ketaatan, karena ketaatan adalah perwujudan dari kehendak Allah. Dilihat dari sudut hubungan antara hamba dengan Tuhannya, ketaatan itu disebut *'ubûdiyyah*. Menurut W.C.Chittick, *'ubûdiyyah* berasal

⁶⁹Thouless, *op. cit.*, h. 38

dari kata '*abd* (abdi). Term ini diterapkan kepada segala sesuatu yang selain Tuhan, khusus kepada manusia⁷⁰

Dalam pengertian teknis, Ibn 'Arabi mengungkapkan pengertian '*abd* dengan sangat filosofis yaitu suatu yang menunjukkan pada kefakiran, ketergantungan dan ketundukan seluruh makhluk dihadapan Allah. Permasalahan yang muncul kemudian adalah; dengan demikian apakah manusia akan tunduk pada kehendak mutlak Tuhan, dan tidak merdeka dalam berbuat dan berkehendak. Masalah tersebut dijelaskan Ibn 'Arabi dalam kutipan di bawah:

Kehambaan adalah keterpautan hamba pada Tuhannya. Setelah itu keberhambaan yang berperan sebagai lokus pengejawantahan Tuhan. Melalui kehambaan, dia mesti tunduk pada perintah tanpa memiliki kemungkinan untuk melepaskan diri dari-Nya. Ketika Dia menyatakan "jadilah" mewujudlah ia dengan seketika, karena tiada sesuatupun kecuali entitas abadi yang representatif terhadap esensinya sebagai ciptaan. Kemudian ketika lokus pengejawantahan teraktualisasi Tuhan berfirman "laksanakanlah ini dan jauhi itu". Jika ia menentang perintah, hal ini terjadi dalam hubungan dengan keberadaannya sebagai lokus pengejawantahan...⁷¹

Dalam kutipan ini Ibn 'Arabi membedakan term '*ubadaḥ* dengan '*ubûdiyyaḥ*, yang diterjemahkan dengan "kehambaan" dan "keberhambaan". Kehambaan ('*ubûdiyyaḥ*) mengisyaratkan bahwa kebebasan kehendak merupakan bagian yang tak terpisahkan

⁷⁰William C. Chittick, *op. cit.*, h. 191. Walaupun dalam beberapa kesempatan Ibn 'Arabi juga memaksudkan hamba adalah apa saja selain Tuhan yaitu alam semesta bukan saja manusia. Bandingkan dengan Ibn 'Arabi, *al-Futûḥât.... op. cit.*, jilid 2, h. 243.

⁷¹*Ibid.*, h. 88

darinya. Sedangkan 'ubadah turunan yang terdekat dengan 'abd, berdasarkan kehendak Tuhan yang mutlak.

Pendapat di atas dikembangkan Chittick, menurutnya manusia sebagai hamba Allah memiliki dua pengertian: *Pertama*, Tuhan menjadikan manusia melalui perintah(*takwin*)-Nya, dan dia tunduk pada-Nya dalam setiap keadaan. *Kedua*, manusia adalah objek perintah (*taklif*) dan manusia dapat menentukan pilihan untuk tunduk atau membangkang.⁷² Dalam pengertian pertama, perbuatan manusia adalah perbuatan Tuhan, semua dinisbatkan dengan langsung kepada Tuhan, ini disebut 'ubadah oleh Ibn 'Arabi. Dalam pengertian kedua manusia adalah locus pengejawantahan diri Tuhan dan memiliki kebebasan untuk menentukan pilihan, ini disebut dengan 'ubûdiyyah. Jadi Ibn 'Arabi tidak mengidentikkan 'ubûdiyyah dengan keterpaksaan yang mutlak pada aturan Tuhan, tapi merupakan aturan yang dapat ditolerir melalui pencapaian usaha manusia.

Selanjutnya kata hamba erat kaitannya dengan ibadah. Dalam pengertian seorang hamba memuja Tuhan hanya melalui cara-cara pemujaan yang telah ditetapkan. Menurut Kautsar Azhari bukti keberhambaan seorang manusia diindikasikan dengan ketaatan kepada Allah melalui ajaran syar'i.⁷³ Aspek ini dijelaskan Ibn 'Arabi dalam kutipan berikut:

Ketahuilah bahwa di dalam segala sesuatu yang selain Tuhan, ibadah terbagi kepada dua (1) 'Ibâdah dzatî yaitu penghambaan yang hanya layak ditujukan pada esensi Tuhan, penghambaan ini berasal dari penyingkapan diri

⁷²W.C.Chittick, *op. cit.*, h. 191

⁷³Kautsar Azhari. *Ibn 'Arabi: Wahdat al-Wujûd dalam Perdebatan*, (Jakarta: Paramadina, 1996), Cet. ke-1, h. 140

Tuhan. (2) '*Ibâdah wadh'î* yaitu penghambaan yang berasal dari ajaran nabi"⁷⁴

Jadi ketaatan kepada Allah menurut Ibn 'Arabi dibuktikan dengan kepatuhan menjalankan ibadah syar'i ajaran para nabi.

Dalam tinjauan psikologis, pengalaman keagamaan yang dicapai melalui '*ubûdiyyah* adalah seorang sufi dituntun untuk menjalankan ritual keagamaan seperti salat dan ibadah lainnya. Tujuannya adalah memantapkan proses "kembali" dalam rangka mencapai kesempurnaan dan mencapai akhlak terpuji. Ibadah merupakan mi'raj ruhani bagi manusia, karena pada hakikatnya manusia bukan makhluk fisik saja, akan tetapi ia memiliki unsur lain seperti unsur imajinasi, intelektual dan spiritual. Komaruddin Hidayat berpendapat, pada saat manusia dalam kesibukan, ruhani perlu melakukan *self deprection* (pembebasan diri). Disinilah menurutnya fungsi salat atau ibadah secara umum yang menghubungkan manusia dengan Tuhan dan mengisi ruang-ruang spiritual dan memutuskan diri dari dominasi rutinitas.⁷⁵ Kesadaran dan pengalaman keagamaan dalam ibadah tidak hanya ritual fisik tapi merupakan kolaborasi proses spiritual dan intelektual

Dalam *term* kajian psikologi agama ibadah bisa dianalisa berdasarkan gejala-gejala meditasi diskurtif yang disertai dengan gerakan-gerakan tertentu, di mana pikiran terarah dalam bentuk kata-kata dengan berbagai citra yang dipergunakan untuk

⁷⁴Ibn 'Arabi. *al-Futûhât., op. cit.*, jilid 2, h. 256.3

⁷⁵Komaruddin Hidayat "Insan Kamil Merupakan Manusia Multidimensi" *Makalah.... op. cit.*, h. 13

menimbulkan perubahan-perubahan kejiwaan yang diinginkan. Robert H. Thouless lebih cenderung menganalisa pengalaman ibadah dengan proses pendidikan diri atau otosugesti. Menurutnya, otosugesti adalah suatu upaya untuk membimbing diri melalui proses pengulangan suatu rangkaian ritual dalam bentuk suatu keyakinan atau perbuatan.⁷⁶ Dalam psikologi, pelaksanaan otosugesti merupakan metode terkenal untuk menimbulkan perubahan-perubahan kepribadian yang diinginkan seperti terapi menghentikan merokok, ketergantungan obat dan penyakit kejiwaan lainnya. Tapi walaupun demikian dapat dipahami bahwa otosugesti mempunyai indikasi yang sama dengan meditasi diskurtif dalam hal bentuk ritual yang tidak hanya dengan kata-kata tapi diiringi dengan gerakan ritual yang bertujuan untuk menyerahkan dan pengabdian diri.

Kesadaran lain yang dicapai dalam ibadah adalah penyerahan diri dan pengabdian. Seseorang yang melakukan ibadah dengan benar, ia akan selalu rindu pada ketaatan dan harap. Ia akan merubah orientasi hidupnya pada pengabdian yang dapat mencerahkan hati. Faktor yang dapat memperkuat pengabdian adalah amal yang kuat dan yang dapat memperkuat hati adalah ibadah

Inayat Khan meninjau dimensi psikologis ibadah dari aspek gerakannya. Ia berpendapat bahwa gerakan dalam ibadah bukan hanya menyertakan suatu makna pada gerakan, tapi gerakan yang sering diulang-ulang akan menimbulkan bekas tersendiri dalam

⁷⁶ *Ibid.*, 175
TASAWUF DAN PSIKOLOGI
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep
Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

jiwa.⁷⁷ Jadi ritual ibadah punya dimensi sugesti dan otosugesti apabila dihayati dan diyakini hakekat dan karakternya. Ritual tersebut memiliki pengaruh yang signifikan bagi perbuatan.

Ibadah dalam tinjauan kesehatan mental, sebagai sumber kekuatan yang dapat digunakan untuk meraih tujuan-tujuan pribadi. Otosugesti dalam psikologi yang identik dengan ibadah, merupakan metode terkenal untuk menimbulkan perubahan-perubahan kepribadian. Metode otosugesti yang diperkenalkan dr Coue pernah melakukan penelitian dan menghasilkan kondisi kesehatan yang lebih baik dari mereka yang tidak melakukan. Otosugesti yang sebenarnya berhubungan dengan sugesti, merupakan prinsip-prinsip sugesti yang telah diaplikasikan dalam bentuk ritual ibadah. Seperti disitir Thouless bahwa beberapa peribadatan agama-agama bisa dijadikan otosugesti tipe Coue yang bertujuan untuk penerimaan terhadap ajaran-ajaran tertentu yang dijalani dengan latihan-latihan mental.⁷⁸

Prinsip-prinsip kesehatan mental dalam ritual ibadah akan membantu perkembangan sikap mental positif. Pikiran akan terisi oleh gagasan-gagasan tunggal dan bebas dari pikiran yang tidak relevan. Ibadah yang dilakukan dengan niat, ilmu dengan benar akan dapat merubah pola hidup dan perilakunya. Sebenarnya bila manusia dapat menguasai jiwa dan waktunya, niscaya akan dapat berbuat banyak tanpa menunggu bantuan dari luar diri untuk menggapai apa yang menjadi tujuannya yang terpendam serta kesempatan yang tersedia akan dapat membangun jiwa dalam

⁷⁷Inayat Khan, *op. cit.*, h.62

⁷⁸*Ibid.*, h. 176

bentuk kehidupan mental yang sehat. Dengan niat yang benar dan kehendak yang kuat seseorang dapat memperbaharui hidupnya, hati dan jasmaninya selalu menghamparkan hidupnya dalam pengabdian pada penciptanya.

Al-Muhasibi berpendapat kondisi mental orang yang mengabdikan akan terbebas dari kesusahan dunia serta dapat menghilangkan rasa takut kepada sesama makhluk dan tidak serakah terhadap segala sesuatu. Karena secara kejiwaan penyerahan diri adalah perbuatan hati di mana dengan penyerahan itu hati seseorang tidak merasa terbebani, bahkan memberikan perasaan tenang bagi jasmani dan rohani. Bagaimana seseorang akan dibebani derita dan kesusahan bila seluruh persoalan hidupnya selalu dipasrahkan pada yang kuasa.

Dalam terminologi tasawuf, ibadah sering diasosiasikan sebagai revolusi jiwa. Proses pengolahan batin dalam salat yang sempurna akan mampu menghadirkan dan mewujudkan dalam dirinya kondisi mental yang bersih, tenang dan sederhana. Itu semua akan membentuk pola hidup yang tenang dan bisa mengatasi masalah yang muncul.

I. Takhalluq dan Tashawwuf

Secara filosofis kata *akhlâq* dengan pluralnya *khuluq*, biasa diartikan sebagai “etika”. Kata ini juga dipahami sebagai “moral” atau “kualitas moral”. Ibn ‘Arabi sering berbicara tentang berakhlak dengan nama Tuhan, yaitu terkenal dengan ungkapan “*al-takhalluq bi akhlâq Allâh* (berakhlak dengan akhlak Allah) atau *al-*

takhalluq bi asmâ Allâh (berakhlak dengan nama-nama Allah) dalam beberapa teks sufi ungkapan itu dianggap sebagai ungkapan Nabi.

Takhalluq bukan berarti meniru secara aktif nama-nama Allah karena aktivitas ini di luar kemampuan manusia. Upaya meniru nama-nama Allah sama dengan menyaingi Allah sendiri, yang menimbulkan arogansi luar biasa. Jadi *takhalluq* berarti menafikan sifat-sifat kita sendiri dan menegaskan sifat-sifat Allah, yang telah ada pada kita sekalipun secara potensial. W.C. Chittick berpendapat bahwa substansi yang dapat di ambil dalam *maqam* ini adalah dengan mengadopsi nama Tuhan menjadi sifat aktual. Para sufi atau manusia mampu mengejewantahkan realitas atau asal usul ketuhanan yang tercakup dalam nama-nama atau sifat itu sebagai aksi manusia. Jadi dengan *takhalluq* membuat nama Tuhan yang berbentuk potensial dalam diri kita menjadi bentuk aktual dalam aktivitas sehari-hari

Ibn ‘Arabi menunjukkan bahwa ketika kalangan sufi berbicara tentang *takhalluq*, mereka menunjukkan atau mengaitkannya dengan konsep filosof tentang *tasyabbuh*⁷⁹. Sesuai dengan pendapat Ibn ‘Arabi bahwa sinonim *al-takhalluq bi akhlâq Allâh* atau *al-takhalluq bi asmâ Allâh* adalah *al-tasyabbuh bi akhlâq Allâh*, *al-tasyabbuh bi Ilah* dan *al-tasyabbuh bi al-hadharaḥ al-Ilâhiyyah*⁸⁰.

⁷⁹Konsep *tasyabbuh* ini menurut penulis mirip dengan *tasybih* (penyerupaan). Menurut Ibn ‘Arabi, untuk bisa memahami *wahdat al-wujûd*, harus dipahami terlebih dahulu pemahaman *tasybih* (penyerupaan) dan *tanzîh* (penyucian). Ibn ‘Arabi menekankan bahwa kolaborasi antara Tuhan dan alam yang dipahami secara “serupa” harus diimbangi dengan paham *tasybih* dan *tanzîh*. Elaborasi lanjutan baca, Abdul Azis Dahlan, *Penilaian Teologis atas Paham Wahdat al-Wujûd, Tuhan, Alam dan Manusia dalam Tasawuf Samsuddin Samatrani*, (Padang: IAIN “IB” Press, 2000), h. 39

⁸⁰Ibn ‘Arabi, *op. cit.*, jilid 2, h. 126. 93
TASAWUF DAN PSIKOLOGI
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

Analisis tentang pengaitan antara *takhalluq* dengan *tasyabbuḥ* dikemukakan secara atraktif oleh Kautsar Azhari. Menurutnya untuk mudah memahaminya perlu dikaitkan dengan doktrin *wahdat al-wujūd*. Menurutnya lagi *takhalluq* berarti menafikan wujud manusia dan menegaskan wujud Allah karena segala sesuatu selain Tuhan tidak mempunyai wujud, kecuali dalam arti majazi.⁸¹ Ini sesuai dengan pendapat Ibn 'Arabi pada kesempatan lain bahwa *takhalluq* mengukuhkan pandangan bahwa tiada sesuatu pun dalam wujud kecuali Allah, nama-nama-Nya dan perbuatan-Nya.⁸²

Jadi dapat dipahami bahwa *maqâm* dan *hâl takhalluq* merupakan jalan spiritual menuju Tuhan yang melahirkan akhlak mulia seperti amanah, amin, rahman atau penyayang dan sifat-sifat lainnya. Ibn 'Arabi juga mengaitkan *maqâm* dan *hâl takhalluq* dengan *maqâm* dan *hâl tashawwuf*. Menurutnya berakhlak dengan akhlak Allah adalah tasawuf.⁸³

Secara filosofis para sufi mengidentikkan sifat yang *akhlâqiyyah* sebagai upaya penafian sifat-sifat kemanusiaan dan berakhlak seperti idealnya yang ditetapkan Allah dan rasul.⁸⁴ Ekses dari pencapaian jalan spiritual *takhalluq* akan melahirkan akhlak mulia dengan munculnya sifat-sifat positif. Tasawuf dalam

⁸¹Kautsar Azhari, *op. cit.*, h 138

⁸²Ibn 'Arabi., *op. cit.*, jilid 3, h. 68

⁸³*Ibid.*, jilid 2, h. 267 kaitkan dengan pembahasan pada bab II tentang tasawuf, pengertian menurut Ibn 'Arabi yaitu mengikat diri dengan kelakuan baik menurut syar'i secara lahir ataupun batin

⁸⁴Kautsar Azhari, *Ibn al-Arabi, Wahdat al-Wujūd dalam Perdebatan*, (Jakarta: Paramadina, 1996) h.139-140

pengenalannya memberikan kiat-kiat pembinaan bagi manusia untuk bisa memperoleh sifat utama dengan cara memulai pengenalan diri manusia terutama kondisi batin atau mengelola batin. Bahkan seorang sufi yang benar adalah mereka yang berusaha mengangkat kesadaran dan eksistensi kemanusiaannya kepada eksistensi ketuhanan. Ini sejalan dengan anjuran dalam tasawuf Ibn ‘Arabi, berakhlak dengan akhlak Tuhan seperti dijelaskan sebelumnya. Setelah manusia menjalani mi’raj ruhani dalam kesadaran dan pengalaman ibadah, mereka mesti memanifestasikan kesadaran yang diperolehnya dengan akhlak yang mulia.

Tinjauan psikologis akhlak merupakan kondisi kesempurnaan kesadaran keagamaan yang dicapai oleh seorang sufi setelah menjalani ritual-ritual tertentu. Bahkan dalam tinjauan kejiwaan, akhlak atau perbuatan baik adalah kelaziman dan kelanjutan dari iman percaya. Niat baik yang tertanam dalam hati mesti diaktualkan dalam ucapan dan tindakan sehari-hari. Seorang manusia yang percaya, maka akan mendorongnya untuk membuktikan diri melalui tingkah laku sehari-hari. Rasionalisasinya, akhlak yang benar selalu dimotivasi oleh kesadaran batin. Dalam artian, nafsu, hati dan pikirannya sejalan dan searah dengan pekerjaan fisiknya⁸⁵. Inilah esensi akhlak seperti dikemukakan Ibn Miskawaih bahwa akhlak merupakan manifestasi dari niat, aktifitas atau kolaborasi antara ilmu, iman dan amal.

⁸⁵Ibn Miskawaih, *Menuju Kesempurnaan Akhlak, Buku Daras Pertama tentang Filsafat Akhlak*, penerjemah Helmi Hidayat, judul asli “*Tahdzīb al-Akhlāq*” (Bandung: Mizan, 1997) Cet-ke. 3, h. 62

Jadi akhlak merupakan kesadaran keagamaan yang teraktualisasi melalui tingkah laku sehari-hari setelah mengalami penyadaran-penyadaran spiritual sebelumnya. Ibn Miskawaih membagi gejala-gejala kejiwaan dalam akhlak kepada: *kesadaran kognitif*, yaitu orang yang mencapai kesempurnaan akhlak sehingga persepsi, wawasan, kerangka pikirannya akurat. Dengan demikian ia tidak akan melakukan kesalahan dalam keyakinan dan tidak meragukan kebenaran. Dengan tingkat pengetahuan ini ia bergerak maju mencapai pengetahuan Ilahi dalam tingkat selanjutnya. *Kesadaran praktis* yaitu kesempurnaan karakter, pribadi yang sempurna, padu, tidak berbenturan harmonis dalam dirinya sehingga seluruh aktifitasnya sesuai dan tertata dengan baik serta menyatu dengan lingkungan sosialnya.

Prinsip-prinsip kesehatan mental yang dicapai dalam *maqâm* dan *hâl takhalluq* adalah jiwa akan berpikir dan bertindak tanpa dipikir dan dipertimbangkan lagi. Hasil yang diperoleh dari sikap mental tersebut adalah menghasilkan orang yang beretika atau berakhlak baik., karena eksekusi dari pencapaian jalan spiritual akan melahirkan akhlak yang mulia Mereka tidak akan melakukan kesalahan dan tidak akan meragukan kebenaran, bergerak maju secara sistematis, mencapai pengetahuan Ilahi dan berpegang teguh, punya jiwa yang tenang, hati yang tenang, hilang keraguan, kesempurnaan karakter, penataan pribadi dan kehidupan sosial.⁸⁶ Ibn 'Arabi menekankan bahwa sikap mental dalam akhlak secara filosofis dengan mengkategorikan sikap mental ini dengan manifestasi sifat Tuhan., tapi bukan berarti

⁸⁶Ibn Miskawaih, *op. cit.*, h.63-64
TASAWUF DAN PSIKOLOGI
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep
Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

meniru secara aktif, karena hal itu di luar kemampuan manusia. Dan lagi upaya meniru nama-nama Allah diasumsikan sama dengan menyaingi Allah yang menimbulkan arogansi yang luar biasa. Tapi dalam hal ini ditekankan pada menafikan sifat kemanusiaan dan mengaltualkan sifat ketuhanan seperti pengasih, penyayang dan lainnya

J. Kimyâ Sa'âdah

Secara kebahasaan *kimyâ sa'âdah* berarti *al-kimyâ* kebahagiaan, yaitu suatu seni memusatkan pikiran atau konsentrasi. Ini merupakan kebajikan kontemplatif tidak dapat menjadi sempurna tanpa bantuan *al-kimyâ* yang melindungi perubahan kekuatan alamiah dalam jiwa.

Istilah *al-kimyâ* paling cocok dipakai pada seni konsentrasi yang terfikirkan dalam dirinya sendiri. Karena dari sudut ini jiwa adalah seperti suatu hal yang harus dirubah. Seperti analogi kimia memberi petunjuk untuk merubah logam mentah menjadi emas.⁸⁷

Elaborasi tentang *al-kimyâ* juga pernah dibahas oleh Inayat Khan, bahwa menurutnya *al-kimyâ* merupakan proses merubah sesuatu menjadi emas. Proses ini menurutnya tidak biasa melalui proses alamiah tapi melalui proses esoteris.⁸⁸

Ibn 'Arabi juga mengibaratkan *al-kimyâ* sebagai ilmu khusus yang mampu merubah dengan mempertimbangkan semua yang ada di alam, baik yang bersifat rahasia maupun nyata.⁸⁹ Jadi

⁸⁷Titus. *op. cit.* h. 115

⁸⁸Inayat Khan, *Dimensi Spiritual Psikologis*, penerjemah Andi Haryadi, judul asli “*Spiritual Dimensions of Psychology*”, (Jakarta: Pustaka Hidayah. 2000), Cet. ke-2, h. 14-17

⁸⁹Ibn 'Arabi, *op. cit.*, jilid 2, h. 270

konsentrasi merupakan keistimewaan yang diberikan kepada orang yang menempuh jalan rohani dengan mampu merubah segala sesuatu.

Berdasarkan analisis Titus pada bab sebelumnya, bahwa secara psikologis *maqâm* dan *hâl kimyâ sa'âdah* merupakan ilmu tentang konsentrasi. Inayat Khan mendefinisikan konsentrasi dengan pengelompokkan bersama atom-atom halus pada mata kepala, sehingga terbentuk dalam pikiran gambaran suatu objek.⁹⁰ Dimensi ini melahirkan pemusatan pikiran untuk merubah pandangan tentang satu objek ke bentuk yang lainnya.

Berdasarkan penjelasan di atas, penekanan konsentrasi sangat identik dengan *maqâm* dan *hâl kimyâ sa'âdah* dalam tasawuf Ibn 'Arabi. Kemampuan yang dimiliki oleh seorang sufi yang sampai ke tingkat ini, bisa merubah objek seperti merubah logam menjadi emas. Upaya tersebut tentunya tidak bisa dicapai oleh semua orang, tapi telah menjalani *maqâm-maqâm* dalam tasawuf.

Untuk sampai ke pengalaman konsentrasi seperti diasosiasikan Ibn Arabi, menurut Inayat Khan, seorang sufi mesti menjalani tahapan-tahapan di antaranya; (1) Konsentrasi biasa yaitu memusatkan pikiran pada satu objek dalam bentuk tindakan. (2) Kontemplatif yaitu memusatkan pikiran dalam bentuk idea, (3) Meditasi komunikatif yaitu proses lanjutan dari pemusatan pikiran yang mampu berkomunikasi dan (4) Realisasi yaitu konsentrasi mistik sejenis ekspansi kesadaran, penampakan jiwa dan penyelaman mendalam bersama diri sendiri.⁹¹ Berdasarkan

⁹⁰Inayat Khan, *op. cit.*, h. 33

⁹¹Inayat Khan, *op. cit.*, h.113-115

tingkatan konsentrasi di atas, ada jalan panjang yang harus ditempuh oleh seorang sufi untuk sampai pada tingkat konsentrasi mistik, sehingga mampu merubah sesuatu yang nyata. Jadi tinjauan psikologis *maqâm kimyâ sa'âdah* berupa pengalaman dan kesadaran seorang sufi yang mampu mengkonsentrasikan dan mengkondisikan keadaan diri dan lingkungannya.

Dalam kesehatan mental, para sufi membagi konsentrasi yang diidentikkan dengan *maqâm* dan *hâl kimyâ sa'âdah* kepada empat tingkatan. Maka untuk meninjau prinsip-prinsip kesehatan mental dalam *maqâm* dan *hâl* ini, penulis melihat implikasi mental berdasarkan perkembangan tingkat konsentrasi tersebut

Konsentrasi tindakan sebagai konsentrasi tingkat pertama, dari segi kesehatan mental akan melahirkan jiwa yang selalu terpusat pada satu objek. Konsentrasi tingkat kedua akan bermanfaat pemusatan pikiran terhadap perubahan dalam mengatur diri dan lingkungan yang mempengaruhi jiwa. Inayat Khan mengilustrasikan tingkat konsentrasi ini seperti seorang sufi yang mampu memanfaatkan waktu istirahatnya dengan pengaturan nafas yang sempurna serta menikmati istirahat dengan ketenangan.

Konsentrasi tingkat selanjutnya, seorang sufi mampu menyadari dua kehidupan baik lahir dan batin dan mampu berkomunikasi dengan dua alam itu. Maju selangkah lagi akan sampai pada konsentrasi mistik di mana seorang sufi mempunyai kesadaran nyata yang membantu pemenuhan tujuan kehidupan. Ia akan mengalami konversi mistik, ekspansi kesadaran, pemaparan jiwa, penyelaman mendalam bersama diri sendiri dan

mampu berkomunikasi dengan setiap alam yang berada di sekitarnya.⁹²

K. *Wilâyah* (wilayah)

Maqâm dan *hâl wilâyah* lebih terkenal perbincangannya dalam aliran Syi'ah yang berarti kesucian. Dalam aliran syi'ah, fungsi keseluruhan imam dikaitkan dengan kekuasaan atau fungsinya disebut wilayah. Menurut Nasr, wilayah sama dengan kekuatan nubuwah dari risalah kenabian. Unsur tersebut mempunyai kekuatan dalam petunjuk rohani dan pentahbisan yang dialihkan kepada pengikutnya yang berhak menerima.⁹³ Dalam dunia tarekat, ditandai dengan pemindahan jubah dari guru kepada murid yang mengindikasikan pada pengalihan keberkatan melalui orang suci

Maqâm wilayah merupakan penisbatan Tuhan kepada hamba pilihan untuk memegang kendali pewahyuan Ibn 'Arabi menjelaskan bahwa mereka yang mendapat keistimewaan berupa nabi, wali dan para sufi.⁹⁴ Pendapat ini didukung oleh A.J. Arberry, menurutnya Ibn 'Arabi sangat memfokuskan fungsi ke-wilayah-an pada manusia pilihan yang representatif sebagai manifestasi *nur al-Muhammad*.⁹⁵ Bahkan analisis lebih lanjut menurut J.S Trimmingham, konsep yang diadopsi Ibn 'Arabi dari al-Tirmizi ini

⁹²Inayat Khan *op. cit.*, h.113-115

⁹³Lihat Seyyed Hossein Nasr, *Tasawuf...*, *op. cit.*, h. 124

⁹⁴Ibn 'Arabi, *op. cit.*, jilid 2, h. 246. Bandingkan dengan Michel Chodkiewicz, *Konsep Ibn 'Arabi tentang Kenabian dan Aulia*, penerjemah Dwi Suryaatmaja, judul asli "*Seal of the Saints Prophetood and Sainthood in the Doctrine of Ibn 'Arabi*", (Jakarta: Srigunting, 1999), Cet. ke-1, h. 15

⁹⁵A.J. Arberry. *Sufism An Account of The Mysticism of Islam*, (London: Unwin Paperbacks, 1992) h. 56

sebenarnya dinisbatkan dengan *khatim al-anbiyâ'*, yaitu pada fungsi pentahbisan pada Nabi Muhammad.⁹⁶

Selanjutnya Ibn 'Arabi membagi *maqâm* wilayah kepada dua: yaitu *wilâyat al-bashariyyah* dan *wilâyat al-mulkiyyah*, merupakan pentahbisan yang diserahkan pada wakil manusia dan wakil malaikat. Tujuan *wilâyah* menurut penulis adalah untuk mengaktualisasikan ajaran transendental Ilahi, supaya dapat diaktualisasikan oleh umat. Pentahbisan yang diterima wali ini bertujuan juga penjaga ajaran Tuhan.

Penjelasan proses tahbis yang terkesan tidak membumi atau tidak bisa diterapkan secara luas, dibantah oleh Stephen Hirtenstein, menurutnya proses tahbis ini pernah ditekankan Ibn 'Arabi dengan pemindahan jubah yang bertujuan menjaga persahabatan dengan guru dan melaksanakan ajaran spiritual. Ibn 'Arabi pernah melakukan pentahbisan pada seorang muridnya.⁹⁷

Maqâm dan *hâl wilâyah* dalam pengertian konteks psikologis adalah proses pentahbisan yang dipersonifikasikan dalam bentuk pemindahan jubah seorang guru ke murid spiritualnya. Penekanan tersebut sengaja dipakai untuk lebih membumikan *maqâm* dan *hâl wilâyah* yang semula dipahami sebagai proses abstrak pewahyuan dari Tuhan ke nabi sebagai implementasi term *khâtim al-anbiyâ'*. Pentahbisan dalam bentuk pemindahan jubah guru merupakan

⁹⁶J.Spencer Trimmingham, *The Sufi Orders in Islam*, (London: Oxford University Press, 1973) h. 134-7

⁹⁷Penjelasan lebih lanjut baca Stephen Hirtenstein, *Dari Keberagamaan ke Kesatuan, Ajaran dan Kehidupan Spiritual Syaikh al-Akbar Ibn 'Arabi*, penerjemah Triwibowo Budi Santoso, judul asli "*The Unlimited Mercifier- The Spiritual Life and Thought of Ibn 'Arabi*", (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2001), Cet. ke-1, h. 74-75

transfer kebenaran atau proses penerimaan kebenaran dari seorang guru ke muridnya.

Proses transfer berhubungan dengan kehendak atau iradah seorang sufi. Proses ini dikembangkan secara sistematis dalam bentuk pendisiplinan diri yang terlebih dahulu dengan upaya penanggulangan rintangan-rintangan yang berada dalam diri dan luar dirinya serta tidak membiarkan diri dikendalikan emosi. Di saat kekosongan jiwa itulah seorang guru mentransfer kebenaran ke murid sufinya.

Inayat Khan mengasosiasikan *maqâm* ini dengan ibarat kehendak Tuhan baru bisa dipahami dan diserap manusia dengan jelas apabila memiliki tingkat kesucian yang tinggi.⁹⁸ Proses transfer tidak dipahami sebagai proses pasif dan fatalis penerimaan, tapi ada kesiapan mental tersendiri seseorang menerima *wilâyah* atau transfer tersebut.

Kesehatan mental yang dicapai oleh seorang sufi yang sampai ke tingkat wilayah adalah bisa mengendalikan tubuh dan sehat secara paripurna. Imbas ini terlihat dari latihan mental sebelum menerima sesuatu dari sang guru. Dalam proses penerimaan, seorang murid menghadapi kesulitan tetapi ia selalu bebas dari pikiran kesenangan, kegembiraan dan ketakamanan. Sel-sel sarafnya menyerap nilai-nilai kebenaran yang dikehendaki oleh sang guru sufi.⁹⁹

Prinsip-prinsip kesehatan mental dari *maqâm* wilayah bukan saja menjadikan murid yang patuh pada guru serta mampu

⁹⁸ *Ibid.*, h.108-109

⁹⁹ *Ibid.*, h. 108-109

menerima pelimpahan dan penyingkapan kebenaran darinya. Penyerahan diri dan harapan mendapatkan iradah dari sang guru secara aplikatif. Ritual sufi ini di sisi lain sebagai sarana untuk mengukuhkan hubungan batin yang erat antara guru dan murid. Hubungan batin tersebut sangat mempengaruhi perjalanan seorang murid untuk menuju perjalanan spiritual selanjutnya. Jadi proses tahbis atau transfer kesucian akan melahirkan hubungan harmonis antara guru dan murid.

L Firâsat al-Imâniyyah (firasat imaniah)

Firâsat al-imâniyyah menurut Ibn ‘Arabi adalah cahaya ketuhanan yang diberikan kepada seorang mukmin melalui mata penglihatannya. Isyarat ini sesuai hadis nabi “Waspadalah terhadap firasat orang mukmin, karena ia melihat cahaya Ilahi”. Firasat iman berfungsi sebagai pembeda antara kebaikan dengan kejahatan. Prinsip kejahatan seperti penjelasan di muka, bahwa tiada sesuatupun selain kebaikan dalam wujud dan karenanya, seluruh jalan dapat mengantarkan pada Tuhan. Maka konsekuensinya setiap perbuatan tiada yang tercela, karena tercela hanya melingkupi yang baik. Untuk dapat memahami perbedaan ini manusia memerlukan keberadaan hukum berupa firasat seperti kutipan:

Maqâm dan hâl Firâsat al-Imâniyyah tidak lepas dari kenyataan bahwa firasat iman dinisbatkan pada Tuhan yaitu nama-nama yang mencakup perbendaharaan seluruh nama itu. Itulah cahaya yang menyelubungi baik yang terpuji maupun yang tercela, baik kecenderungan–kecenderungan

ke arah kebahagiaan maupun ke arah kesengsaraan dalam kehidupan yang akan datang..."¹⁰⁰

Dengan firasat iman, seorang yang telah mencapai tingkat tertentu dalam perjalanan rohani, mampu membedakan yang baik dan yang buruk, mampu mengetahui rahasia, meramal nasib dan mencari barang hilang. Seperti kutipan berikut:

Sebagian dari pada pemilik *firâsat al-imâniyyah* mampu mencapai titik di mana dengan melihat jejak kaki seorang di atas tanah, meski orang itu tidak ada. Mereka mampu mengatakan bahwa ia orang bahagia atau orang yang sengsara.... Hal ini mirip dengan apa yang dilakukan pencari jejak kaki. Orang yang mempunyai *firâsat al-imâniyyah* akan mampu mengetahui warna kulit, buta atau tidak, memprediksi watak seseorang dan mengetahui garis keturunan.¹⁰¹

Tinjauan psikologis *Firâsat al-Imâniyyah* Ibn 'Arabi pada esensinya merupakan kemampuan seseorang yang mampu membedakan yang baik dan yang buruk, mampu mengetahui rahasia, meramal nasib dan mencari barang yang hilang. Dengan keistimewaan itu seorang sufi mampu menangkap dan mengabstraksikan sesuatu berdasarkan suara batin yang dimilikinya. Firasat orang beriman ini berhubungan dengan empiri dan inspirasi dalam psikologi. Impresi adalah kekuatan yang dicapai otak melalui pusat syaraf. Sedangkan inspirasi adalah pengetahuan yang memancar keluar dari dalam tanpa usaha tertentu dalam pikiran.¹⁰²

Impresi dan inspirasi terakumulasi dalam pikiran sebagai *revoar* abadi. Kolaborasi impresi dan inspirasi mirip dengan

¹⁰⁰ *Ibid.*, jilid 2, h. 235.35

¹⁰¹ *Ibid.*

¹⁰² *Ibid.*, h. 210

kolaborasi pengetahuan dan jiwa. Jiwa berada dalam diri dan pengetahuan ada di luar diri. Pengetahuan tidak datang dari dalam diri karena jiwa berada dalam alam fisik. Firasat yang disamakan dengan impresi dan inspirasi tidak terkumpul di mana-mana seperti harta terpendam sehingga datang ruh atau malaikat untuk mengempiriskannya. Semua pengalaman tersebut tergantung pada kesiapan seorang sufi.¹⁰³

Proses kerja inspirasi seperti dijelaskan Inayat Khan, ibarat lampu sorot jiwa yang bergerak di lingkungan yang ia senangi, mengambil segala yang bagus, indah dan menarik¹⁰⁴. Jadi penerimaan firasat atau inspirasi bukan proses tiba-tiba tapi bagaimana seorang sufi membuat jiwanya menarik, bagus, suci dan bersih dan didatangi ruh dan malaikat pemberi inspirasi. Di sinilah peran penyucian jiwa dalam proses spiritual *maqâm* dan *hâl firâsat al-imâniyyah*.

Pada esensinya, kesehatan mental dalam firasat merupakan penyerapan kebenaran yang didapat melalui impresi dan inspirasi. Dengan proses tersebut seorang sufi akan menerima dan menyerap kebenaran. Penyerapan bukan hanya tentang objek dirinya dan orang lain, tapi bahkan segala yang berada disekelilingnya. Orang yang menerima inspirasi adalah orang yang tenang dan tidak terusik dengan apapun yang mendatanginya. Karena ia percaya kepada satu kebenaran yang diterimanya melalui firasat.¹⁰⁵

Sikap mental yang didapat dari *maqâm* firasat imaniah adalah di samping seorang sufi akan mendapat

¹⁰³ *Ibid.*,

¹⁰⁴ *Ibid.*,

¹⁰⁵ *Ibid.*, h.210

kebenaran orisinil, ia akan menjadi bergairah untuk menerima sesuatu. Dia merasa ketagihan dan rindu untuk mendapatkan dan merasakan serapan kebenaran

M. Al-Futuwwah

Untuk dapat mengetahui secara jelas pandangan Ibn ‘Arabi tentang *al-futuwwah* ini, menurut Chittick orang harus mampu membedakan antara kategori ilmu yang didapat melalui usaha dan pengalaman dengan doktrin atau penyingkapan Ilahi.¹⁰⁶ Ini dikarenakan ketersingkapannya terjadi tidak pada semua ilmu atau usaha manusia tapi melalui penyingkapan bagi mereka yang berada dalam jalan Tuhan. Menurut Ibn ‘Arabi, *al-futuwwah* adalah ketersingkapannya sesuatu yang dapat memberikan suatu daya atau pemahaman yang mendalam tentang kejernihan penglihatan dan kelapangan, seperti kutipan berikut:

Seseorang yang sedang menempuh perjalanan menuju Tuhan ingin merasa aman dalam mencapai tujuannya serta terhindar dari ketersesatan yang senantiasa menghadang di tengah jalan, Manakala setelah mencapai fase tertentu, sang sufi akan mendapat keistimewaan yaitu ketersingkapannya Ilahi.....”¹⁰⁷

Ibn ‘Arabi sangat berhati-hati dalam menjelaskan ketersingkapannya ini. Menurutnya tidak semua ketersingkapannya ini benar dan dijadikan pegangan. Menurutnya lagi, orang yang mengalami atau mencapai ketersingkapannya selalu berpedoman pada ajaran agama, seperti kutipan berikut:

Setiap wali yang telah mengalami ketersingkapannya di dalam Ilmu Tuhan, tidak pernah melampaui apa yang telah

¹⁰⁶Chittick., *op. cit.*, h. 156

¹⁰⁷Ibn ‘Arabi., *op. cit.*, jilid 2, h. 233

disebut dalam kitab Allah dan sunnah nabi. Dalam hal ini al-Junaid berkata " ilmu yang kami miliki dibatasi oleh al-Qur'an dan hadits" Yang lain mengatakan setiap penyingkapan yang tidak dilahirkan dari al-Qur'an dan hadits tidak ada artinya...¹⁰⁸

Ibn 'Arabi juga sangat membedakan ketersingkapan yang dibantu oleh setan dan pertolongan makhluk gaib lain, karena semua dapat menggelincirkan atau mengelabui umat. Maka jalan keluarnya Ibn 'Arabi menganjurkan berpedoman pada ajaran agama, seperti kutipan berikut:

Maka waspadalah wahai saudara-saudaraku terhadap tipu daya dalam *maqam* ini dan ketersesatan yang melingkupi ketersingkapan itu. Aku telah menasehatimu, maka ikutilah petunjuk yang telah disampaikan....¹⁰⁹

Tinjauan Psikologi *al-futuwwah* dalam *maqâm* dan *hâl* Ibn 'Arabi diartikan sebagai penampakan atau ketersingkapan yang memberikan suatu daya atau pemahaman yang mendalam.¹¹⁰ Cahaya jiwa sepenuhnya mencerahi pikiran dan mampu memahami dengan jelas gambaran masa lalu, masa kini dan masa datang. Secara aktual seorang sufi mampu melihat yang sedang terjadi dari kejauhan dan apa yang terjadi pada masa lalu. Inayat Khan berpendapat bahwa visi bisa digambarkan sebagai bahasa Tuhan yang tidak hanya diekpresikan dalam bentuk kata-kata, tetapi bisa dalam bentuk gambar, sesuatu yang tidak bisa didengar dan tidak dapat diraba. Visi bisa membawa penampakan seorang yang bijaksana atau guru sufi dalam bentuk simbolik yang susah

¹⁰⁸ *Ibid.*, jilid 2, h. 55.32

¹⁰⁹ *Ibid.*, jilid 2, h..233.40

¹¹⁰ Muhyi al-Din Ibn 'Arabi, *Futûhât al-Makkiyyah*, (Beirut: Dâr al-'Arabi,1972) jild. II h.

dipahami seperti suara dan kata-kata, gubahan lagu, puisi dan surat.

Ibn 'Arabi mensitir, tidak semua penyingkapan dibenarkan dan dipercayai. Menurutnya ketersingkapan bisa saja datang dari setan dan makhluk halus lainnya, atau diistilahkan dengan visi semu. Visi semu dalam karya Ibn 'Arabi berkaitan erat dengan mimpi dalam psikologi.

Jadi Semakin tinggi tingkat perkembangan evolusi spiritual seseorang, makin tinggi dan dalam visi yang dimilikinya. Seperti *maqâm* lainnya, kesiapan seorang sufi dan kematangan jiwa sangat mempengaruhi ada atau tidaknya ia menerima visi.

Dalam tinjauan kesehatan mental *Maqâm* ketersingkapan atau *al-Futuwwah* dialami oleh seorang sufi sehingga mampu melihat aspek terdalam yang sangat membantu untuk melihat aspek luar. Orang yang mencapai visi atau ketersingkapan, terpancar dari hatinya kelembutan kepribadian, punya kemampuan artistik yang indah dan kandungan sastra yang simbolik. Keistimewaan ini dapat dilihat dari seorang sastrawan, seniman dan sufi.

Visi yang datang pada orang yang taat, tidak berdosa dan orang suci ini mempunyai implikasi mental yang sehat, berpikiran tenang, pencinta kehidupan, kesabaran, kelembutan hati dan selalu berada pada jalan kebajikan Pada sisi lain dijelaskan orang yang sampai ke tingkat pengalaman ini mempunyai sikap mental punya watak yang menyenangkan, sebuah kualitas

menyenangkan dari kepribadian manusia dalam bentuk kejujuran, keterusterangan dan kejernihan pikiran dan kedermawanan¹¹¹

N. *Fanâ'* (*fana*)

Fanâ' adalah proses beralihnya kesadaran dari alam inderawi ke alam kejiwaan tentang penghayatan ma'rifat pada Allah. Pengalaman ini dialami pada saat memuncaknya pengalaman *fanâ'* atau ekstasi. Menurut Nicholson *fanâ'* ada tiga tingkat:

1. Peralihan moral dari sifat tercela dengan jalan mengendalikan nafsu-nafsu dari segala keinginan.
2. Lenyapnya kesadaran terhadap segala yang ada di alam sekeliling baik pikiran, perbuatan dan perasaan. Faktor ini lantaran kesadarannya telah terpusat dalam penghayatan pada Tuhan.
3. Lenyapnya kesadaran akan keberadaan diri. Ini menurut Nicholson merupakan tingkatan tertinggi dari fana, yaitu tercapainya kesadaran akan kefanaan itu sendiri telah lenyap. Para sufi menyebut keadaan ini sebagai fana terhadap kesadaran akan kefanaannya¹¹²

Dari pendapat Nicholson di atas dapat disimpulkan bahwa pengertian *fanâ'* dua pendekatan, yaitu moral dan kejiwaan. Secara moral fana berarti hilangnya sifat-sifat tercela.

¹¹¹Seyyed Hossein Nasr (ed.al) *Buku Daras Pertama Warisan Sufi, Sufisme Persia Klasik dari Permulaan sampai Rumi (700-1300 M)*, penerjemah Hasan Ahmad, judul asli "*The Heritage of Sufism: Classical Persian Sufism from its Origins to Rumi (700-1300)*", (Yogyakarta: Pustaka Sufi, 2002), h. 265

¹¹²R.A. Nicholson, *Tasawuf.., op. cit.*, h. 56-57

Sedangkan fana dari segi kejiwaan adalah lenyapnya kesadaran akan diri dari sifat pribadinya lantaran telah menghayati sifat-sifat Tuhan, merasa lebur menyatu dengan wujud Tuhan, lenyapnya kesadaran akan penghayatan terhadap sifat Tuhan dan lantaran telah mulai menyaksikan keindahan zat Allah. Kemudian akhirnya lenyap kesadaran akan kefanannya itu sendiri lantaran telah menyatu dengan wujud Tuhan.

Taftazani mengilustrasikan bahwa *fanâ'* merupakan keadaan insidentil dan tidak berlangsung secara terus menerus. Andaikata ini terjadi secara permanen tentu bertentangan dengan tugasnya untuk melaksanakan kewajiban agama.¹¹³

Ibn 'Arabi ketika berbicara tentang *fanâ'* sangat berhati-hati supaya tidak terjerumus pada penyatuan secara mutlak antara Tuhan dengan alam. Indikasi itu terlihat ketika ia menjelaskan *maqam* ini dengan berpendapat bahwa ia merupakan sebuah penisbatan yang mengalami kesirnaan. Fana merupakan salah satu sifat eksistensi dan tidak pernah bersentuhan dengan kehadiran Tuhan,¹¹⁴ Pendapat Ibn 'Arabi ini didukung oleh Khan Sahib Khaja Khan. Menurutnya *fanâ'* adalah pengalaman kebutuhanan bukan dipandang sebagai penyatuan sifat seperti menyatunya gula dan air, tapi masing-masing masih berada pada eksistensinya.¹¹⁵ Pendapat itu juga diperkuat oleh al-Hujwiri, fana bukan hilangnya esensi sesuatu, tapi lenyap sesuatu dalam pandangan.¹¹⁶ Jadi dapat dipahami bahwa "lenyap" sesuatu dalam

¹¹³Taftazani, *op. cit.*, h. 108

¹¹⁴Pendapat ini dapat dianalisis dari Ibn 'Arabi, *op. cit.*, jilid 2, h. 515.53

¹¹⁵Khaja Sahib Khaja Khan, *Cakrawala Tasawuf*, penerjemah. A.Nashir Budiman, judul asli "*Studies in Sufism*", (Jakarta: Rajawali Press, 1987), Cet. ke-1, h. 91

¹¹⁶Al-Hujwiri, *op. cit.*, h. 215

fana adalah hilangnya ke-aku-an atau “ego” manusia ke dalam “ego” Tuhan, Yang menyatu bukan esensi manusia tapi eksistensinya menyatu bersama Tuhan.

Secara psikologis *al-fanâ'* bisa dipahami sebagai proses peralihan kesadaran diri dari alam inderawi ke alam kejiwaan. Perasaan atau pengalamam transendental yang notabene sebagai bentuk pengalaman batin luar biasa ini dalam wujudnya merupakan perasaan menyatu dengan segala yang ada. Pengalaman atau keadaan ekstasi telah dianalisis oleh psikolog¹¹⁷ seperti Freud yang mengistilahkan dengan “perasaan menyamudera” (*oceanic feeling*). Pengalaman tersebut dianggap sebagai pemunduran atau regresi jiwa ke keadaan sebelum lahir tatkala janin masih berada dalam bentuk cairan pada rahim ibu. Menurutny setiap pemunduran dalam psikoanalisa sebagai penyakit.¹¹⁸ Jadi dengan sendirinya pengalaman batin yang didamba-dambakan para penganut kebatinan dan sufi dianggap Freud sebagai kelainan jiwa yang harus dihindari.

Dalam perkembangan lebih lanjut, Fischer telah meneliti dan memetakan keadaan-keadaan jiwa yang dikenal oleh psikolog muda Amerika ini sebagai “tingkat-tingkat kesadaran lain” (*altered states of conciousness*). Fischer telah membagi dan menjelaskan kesadaran-kesadaran kepada empat tingkat yaitu kesadaran, kebawahsadaran, ketidaksadaran dan kepuncaksadaran.¹¹⁹

¹¹⁷ Seperti telah dijelaskan psikolog Barat seperti Maslow yang menganggap bahwa membahas masalah jiwa belum sempurna jika tidak difokuskan pada kesadaran kesadaran. Selanjutnya Victor Frankl menjelaskan bahwa pengalaman ini dapat dianalisis dari gejala kejiwaan yang timbul dan merupakan kesadaran puncak seseorang dalam mencapai Tuhan. Armahedi.. *op. cit.*, h. 112

¹¹⁸ Armahedi Mazhar, *op. cit.*, h. 12

¹¹⁹ Lebih lanjut tentang masalah ini lihat *ibid.*, h. 15

Dengan pemetaan itu Fischer telah memberikan sumbangan berarti dalam dunia psikologi yang selama ini sangat Freudian, yang cuma memetakan kesadaran-kesadaran pada aspek kesadaran dan ketidaksadaran.

Dimensi kejiwaan yang ditemui ketika seorang *ekstase* adalah kondisi fisiologis tubuh dan keadaan jiwa sangat berlainan. Fischer menunjukkan spektrum keadaan tertinggi ini dicapai setelah menjalani meditasi dan meningkatnya kesadaran¹²⁰ Santa Teresa seperti dikutip Robert Thouless memaparkan bahwa gejala kejiwaan ekstasi mirip seperti hilang kesadaran. Gejala empirik yang terjadi, kedua tangan dan tubuhnya dingin seakan-akan jiwanya telah melayang, bahkan kadang-kadang nafasnya tidak dapat dideteksi, tapi secara logis ekstasi diharapkan untuk mendapatkan sesuatu yang diinginkan.¹²¹ Literatur sufi banyak menyebutkan fakta dan data empiris bahwa sufi yang mencapai penyingkapan transendental tersebut mengalami gejala psikologis yang sama, walaupun gejala empirik tidak selalu menggambarkan secara keseluruhan gejala-gejala yang terjadi sebenarnya

Pencapaian tingkatan transenden pernah dideteksi dan ternyata secara empirik bersamaan dengan gejala yang dicapai dengan mengkosumsi obat kimia di samping menjalani meditasi. Tetapi Armahedi dan Thouless, berkesimpulan bahwa dampak lahir kejiwaan yang muncul memang sama tapi implikasi sikap sesudahnya sangat kentara antara seorang sufi atau seorang yang menjalani meditasi dengan obat kimia. Seorang sufi mengalami

¹²⁰ *Ibid.*, h. 13

¹²¹ Robert H. Thouless, *op. cit.*, h. 228

pencerahan jiwa setelah menjalani fase ini sedangkan pemakaian obat terlihat efek negatif pada fisik dan psikisnya.

Analisis Armahedi dan Thouless di atas, telah dielaborasi oleh Danah Zohar dan Ian Marshall berdasarkan tinjauan neurologis. Bagaimana sistem kerja otak sewaktu seseorang mencapai kesadaran mistik yang membedakannya dengan penderita skizofrenia dan epilepsi. Menurut Zohar, pengalaman mistik dalam sistem kerja otak adalah semacam sinyal yang memberi warna dan makna. Sinyal ini nanti melakukan kontekstualisasi dan transformatif. Perangkat otak itu berbeda dengan fungsi otak kiri yang bersifat asosiatif dan otak kanan yang bersifat ekspresif. Pengalaman spiritual merupakan pengalaman kemenyatuan dalam menangkap suatu situasi dan aksi. Secara holistik merupakan kemampuan untuk menangkap seluruh konteks yang mengaitkan antara unsur yang terlibat.¹²² Menurut Zohar, kemampuan tersebut tidak bisa dicerap secara utuh oleh penderita skizofrenia maupun epilepsi. Mereka tidak mampu mengutuhkan pengalaman dan merespons secara utuh sinyal-sinyal yang muncul tentang suatu fenomena.

Analisis selanjutnya, bagian otak yang bekerja dalam pengalaman di atas, tidak luput dari temuan dan penelitian para pakar. Seperti penelitian yang pernah dilakukan Wolf Singer dan Charies Gray di Universitas Frankfurt, yang menghubungkan elektron-elektron ke neuron dari berbagai otak mamalia. Bagian otak ini ternyata selalu mengeluarkan sinyal listrik yang

¹²²Danah Zohar, *SQ: Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berpikir Integralistik dan Holistik untuk Memaknai Kehidupan*, penerjemah Rahmani Astuti, judul **TASAWUF DAN PSIKOLOGI**
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi 177

disebutnya EEG (*Electronencepholograph*) yang berosilasi dengan frekuensi yang berbeda¹²³.

Bagian otak yang mengeluarkan sinyal menurut penelitian Wolf dan Gray adalah semacam sel-sel saraf yang diistilahkan Marshall dengan *lobus temporal*¹²⁴ yang berosilasi secara beragam dengan frekuensi 35-45 Hz. Pendapat ini sesuai dengan penelitian Marshall berdasarkan pengamatannya terhadap satu gelas kopi. Ketika mencermati kopi tersebut, sel-sel saraf di setiap bagian tertentu dari otak berosilasi secara beragam. Osilasi sinkron itu menyatukan respons serapan yang berbeda terhadap gelas, sehingga fenomena bentuk, warna, ukuran, tinggi tersingkap secara utuh dan solid¹²⁵. Menurut penulis sekalipun penelitian ini berobjekkan empiris, tapi penelitian yang sama bisa diterapkan pada fenomena abstrak seperti pengalaman spiritualitas, maka sistem kerja otak akan sama. Dalam segala fenomena yang masuk dan yang diamati, sel-sel saraf (*lobus temporal*) bereaksi secara aktif dengan frekuensi osilasi 40 Hz. Serapan sel saraf ini secara sempurna dan lengkap ditangkap oleh para pencari jalan spiritual seperti sufi. Sedangkan penderita skizofrenia hanya mencerap separo atau tidak sempurna.

asli “*SQ: Spiritual Intelligence- The Ultimate Intelligence*” (Bandung: Mizan, 2001), Cet. ke-2, h. 4

¹²³ *Ibid.*, h. 13

¹²⁴ *Lobus temporal* menurut Ian Marshall merupakan bagian otak yang terletak tepat di bawah pelipis. Ia mempunyai kemampuan khusus yang merupakan modul yang terosilasi. Sistemnya berupa *limbik*, pusat emosi dan memori otak. Lebih lanjut bagian terpenting dalam sistem *limbik* ini adalah *amigdala* yaitu struktur yang menyerupai *almord* di bagian tengah dari area *limbik*. Kemudian ada bagian *hipokampus* semacam alat perekam. Pemahaman lebih lanjut baca, *ibid.*, h. 30

¹²⁵ *Ibid.*, h. 13

Jadi dapat disimpulkan bahwa pengalaman mistik ekstasi atau *fanâ'* merupakan pengalaman luar biasa yang melibatkan semua sel saraf berkala terutama *lobus temporal*, secara teratur melalui aktivitas positif. Pengalaman ini berekses positif juga terhadap tingkah laku. Dalam artian gejala kejiwaan yang ditampilkan sufi yang menerima ketersingkapan transendental, semacam pencerahan terhadap diri dan lingkungannya. Sedangkan penderita skizofrenia, epilepsi maupun pemakai obat kimia, kerja otak yang melibatkan sel saraf tersebut dirangsang secara paksa dan tidak teratur. Sel saraf tidak utuh dalam beresilasi. Ekses tingkah laku yang ditampilkan bersifat aneh dan tidak wajar.

Sementara di dunia tasawuf tingkat kesadaran yang dicapai dengan *maqâm* dan *hâl al-fanâ'* ini seharusnya juga dipahami dari sisi kejiwaan. Tingkatan tersebut merupakan pengalaman batin seorang sufi setelah mengalami dan melampaui tingkatan tertentu dalam perjalanan spiritualnya.

Maqâm dan *hâl al-fanâ'* adalah penyingkapan Ilahi bagi para sufi. Pengalaman kesehatan mental pada tingkat tinggi ini merupakan intensifikasi luar biasa dari setiap pengalaman di mana orang lupa diri dan melampau diri sendiri. Abraham Maslow melihat mereka yang mencapai tingkatan tersebut tampak cenderung bersikap praktis, efektif dan mesomorfis. Mereka juga hidup dalam kehidupan sosial dan menjadi salah satu perbedaan kelas yang kategoris yang penting sekali. Perbedaan itu sangat penting bagi kehidupan sosial karena orang yang mewujudkan dirinya dan mencapai pengalaman puncak mungkin akan menjadi

orang-orang sosial yang akan memperbaiki dunia. Mereka bisa berprofesi politis, pekerja sosial. Sedangkan dalam bidang seni mereka berprofesi penyair, musisi, sufi dan filosof.¹²⁶ Dari analisis Maslow, dapat disimpulkan bahwa orang yang punya pengalaman tinggi tersebut, mampu mengubah dunia dan tidak hanya berwujud seorang sufi yang menjauhi dunia seperti dipahami selama ini. Mereka yang memiliki pengalaman keagamaan tingkat tinggi, merupakan sifat utama yang tidak dipunyai sembarangan manusia. Pengalaman tersebut secara kejiwaan sering diasosiasikan memiliki manifestasi sifat Tuhan yang tercermin dalam sifat dan tingkah lakunya.

Sikap mental yang muncul dari perubahan kesadaran dalam *maqâm* tingkat tinggi itu menurut John Hick akan membuat manusia bangkit dengan keadaan yang lebih baik yang tanpa batas. Sekalipun pengalaman ekstasi ditanggapi cukup kontroversi oleh para peneliti, tapi menurut penulis akhirnya akan membuka kesadaran dan pengalaman menuju karunia Tuhan. Penguasaan kemampuan tersebut dicapai secara bertahap dari sudut pandang egoistis terhadap realitas hakikat diri, sehingga menerima kebaikan tertinggi.¹²⁷

Pengalaman transendental dalam bahasa Armahedi Mazhar disebut kesadaran mistik yang merupakan kesadaran dan kebaikan mutlak. Kesadaran ini pada hakikatnya adalah kesatuan mutlak yang merupakan sumber yang satu bagi semua nilai-nilai. Dengan menyadari kesatuan sumber, maka berarti bahwa seluruh

¹²⁶Maslow, *op. cit.*, 20-21
TASAWUF DAN PSIKOLOGI
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep
Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

sel-sel otak bekerja secara serempak. Lebih lanjut menurutnya lagi pemahaman mistik dalam *maqâm* dan *hâl fanâ'* adalah suatu pemahaman yang bersifat menyeluruh, yang memandang semua yang ada sebagai suatu kebutuhan, bukan suatu kumpulan unsur-unsur lepas. Menurut Armahedi paham tersebut terangkum dalam kajian *wahdat al-wujûd* Ibn 'Arabi.¹²⁸

Jadi dari premis di atas, penulis menangkap bahwa kondisi kejiwaan yang dialami oleh seorang sufi ketika berada dalam tahapan *al-fanâ'* adalah dimensi individu sang sufi berhubungan secara padu dan serasi dengan lingkungan sekitarnya. Selain itu mereka mengalami keterpaduan dan serasi dalam kebiasaan, kesadaran, keyakinan dengan aktivitas kesehariannya. Pikirannya akan memperoleh keinsafan yang tinggi, perasaannya akan memperoleh kebahagiaan yang tak terhingga dan kemauannya akan menjadi kenyataan. Semua kesadaran melebur dalam suatu keadaan jasmani-rohani. Dalam ajaran Islam semua pikiran individu terpadu dalam memahami kebesaran Tuhan dan semua perasaan luluh dalam menyelami kasih sayang Tuhan.

¹²⁷John Hick, *Dimensi kehidupan, Menelusuri Makna Kehidupan*, penerjemah Tatan Hermasyah, judul asli "*The Fifth Dimension An Exploration of the Spiritual Realm*" (Jakarta: Murai Kencana, 201) h. 53

¹²⁸Pemahaman *wahdat al-wujûd* selama ini lebih ditekankan pada sisi filosofis, dari dimensi kejiwaan. Armahedi memberikan satu pemahaman bahwa *wahdat al-wujûd* merupakan paham integralisme dan dapat dilihat dari dimensi holistik dari pada dimensi falsafi yang cenderung dipahami selama ini. Ia menjelaskan dimensi holistik adalah komponen kesadaran melibatkan otak kanan yang prosesnya bersifat menyeluruh. Sedangkan pemahaman falsafi adalah suatu pemahaman yang melibatkan otak kiri yang bersifat analitik. Jadi pemahaman yang holistik serba menyatu ke dalam kerangka analitik serba menganeka, terjadi paradoksal. Sama seperti pemahaman dalam filsafat Ibn 'Arabi memahami Tuhan dan alam banyak dan satu. Term ini dikenal dengan *al-Jam'u bayn al-'adâd* dan pemahaman ini pernah dielaborasi Kautsar Azhari. Pemahaman lebih lanjut baca Armahedi Mazhar, *op. cit.*, h. 116-117 dan bandingkan dengan Kautsar Azhari, *op. cit.*, h.46

Sikap perpaduan atau penyatuan identik dengan toleransi yaitu memandang berbeda dalam satu, satu dalam berbeda. Prinsip itu dalam ajaran Ibn 'Arabi dikenal dengan konsep *wahdat al-adyân* atau kesatuan agama Tuhan. Dalam kajian ini, penulis melihat implementasi *wahdat al-adyân* terhadap kesehatan mental. Karena prinsip *wahdat al-adyân* dalam bentuk toleransi secara tidak langsung melahirkan mental yang sehat.

Jadi ditinjau dari kesehatan mental, *maqâm* dan *hâl* yang notabene sebagai penyingkapan Ilahi, sikap positif yang lahir adalah di samping sikap pribadi yang mapan, mereka juga memiliki aktualisasi, integritas dan integrasi diri, menerima orang lain dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar. Sikap tersebut merupakan aktualisasi dari paham *wahdat al-wujûd* dan *wahdat al-adyân* yang selama ini cenderung dipahami secara filosofis.

O. *Mu'jizah* (mukjizat)

Ibn 'Arabi menjelaskan bahwa *mu'jizah* berasal dari *i'jâz* (firman Tuhan) Maksudnya adalah keistimewaan yang diberikan kepada nabi Allah untuk menyampaikan firman Tuhan. Jadi nabi berfungsi sebagai “juru bicara” Tuhan. Seperti kutipan berikut:

Karena nabi memiliki keistimewaan yang meliputi segala sesuatu. Ini artinya dia telah dianugerahi *mu'jizah* yaitu firman Tuhan dan melaluinya ia berperan sebagai juru bicara Tuhan. Karenanya *i'jâz*nya adalah bahwa dia berbicara atas nama Tuhan. Orang yang tidak dapat menangkap makna “mukjizat” melalui suatu substansi

karena mukjizat merupakan suatu hubungan antara makna dengan bentuk realitas melalui kejadian.¹²⁹

Mukjizat merupakan keistimewaan yang diberikan kepada nabi. Inilah transendensi Ilahi diberikan kepada hamba-Nya yang merupakan lokus pengejawantahan Tuhan di bumi, dalam kutipan dijelaskan :

... Karena mereka terpelihara dan berbuat dosa. Ketika mukjizat itu menjadi nyata dari mereka. Mereka berkata “semua itu adalah milik nama-nama-Nya di dalam lokus pengejawantahan-Nya. Apa yang seharusnya kita lakukan dengan pernyataan kita bukan sesuatu pun menjadi lokus pengejawantahan-Nya melalui mukjizat ini”¹³⁰

Ibn ‘Arabi mengisyaratkan bahwa manusia biasa tidak bisa sampai ke tingkat *maqâm* mukjizat, *maqâm* ini hanya diperuntukkan untuk nabi yang merupakan representasi dari khalifah Tuhan di bumi. Bahkan Ibn ‘Arabi mengistimewakan kedudukan Nabi Muhammad sebagai insan kamil terkemuka, dengan wahyu penutup atau pelengkap dari wahyu yang pernah diturunkan sebelumnya. seperti kutipan berikut:

Maqâm nabi dalam hal ilmu meliputi setiap ilmu yang dimiliki oleh orang yang mengenal Tuhan, baik nabi sebelumnya maupun wali sesudahnya. Dia (Muhammad) memiliki enam keistimewaan yang tidak pernah dimiliki nabi sebelumnya kualitas itu adalah karena ia memiliki wahyu yang meliputi segala wahyu..¹³¹

Mukjizat menurut Ibn ‘Arabi merupakan *maqâm* dan *hâl* tertinggi yang hanya dimiliki nabi dan khususnya Nabi Muhamad.

¹²⁹ *Ibid.*, jilid 3, h. 142.30

¹³⁰ *Ibid.*, jilid 2, h. 96.30

¹³¹ *Ibid.*, jilid 2, h. 142.27

Menurut Annemarie Schimmel bahwa Nabi Muhammad merupakan pengejewantahan *nur Muhammad* secara langsung dengan wahyu atau mukjizat yang diterimanya¹³².

Maqâm dan *hâl al-Mu'jizah* dalam tinjauan psikologis berupa wahyu merupakan tingkat pengalaman spiritual tertinggi yang khusus dicapai oleh seorang nabi dan rasul. Pengalaman keagamaan ini melebihi tingkatan intuisi, impresi dan inspirasi yang dicapai oleh para sufi, musisi, penyair dan sufi, tapi telah melebihi dan sampai pada tingkatan instrumen Tuhan. Tuhan berbicara padanya melalui bentuk komunikasi wahyu yang mesti disampaikan kepada umat¹³³

Kesadaran dan pengalaman yang dicapai para nabi merupakan kesadaran universal yang hanya dicapai melalui sebuah integralitas diri yang paripurna. Pendapat ini sesuai dengan analisis Armahedi Mazhar bahwa nabi telah mengalami kesadaran hirarki horizontal dan kesatuan kesadaran insaniah, kesatuan kenyataan rabbaniah melalui kesatuan mesokosmik masyarakat, kesatuan makrokosmik jagad raya, kesatuan suprakosmik sekalian alam. Ketiga lapis integralitas ini yang melindungi dan melapisi diri manusia dan Tuhan¹³⁴. Pada kesempatan yang sama Armahedi juga berpendapat kesatuan kesadaran yang dicapai nabi merupakan kesatuan realitas yang terlihat dalam puncak

¹³²Annemarie Schimmel, *Dan Muhammad Utusan Allah, Penghormatan terhadap Nabi Saw dalam Islam*, penerjemah Rahmani Astuti, judul asli, “*An Muhammad in His Messenger, The Veneration of the Prophet in Islamic Piety*”, (Bandung: Mizan, 1993), cet. ke-3, h. 40

¹³³*Ibid.*, h. 228-229

¹³⁴Armahedi Mazhar, *op. cit.*, h. 145

kesadaran seorang mistikus meliputi kedua dimensi integralistik, yaitu dimensi horizontal dan vertikal.

Dalam dimensi horizontal seorang nabi melampaui kesadaran akan kesatuan umat manusia mencakup kesadaran akan kesatuan alam semesta, di mana ia merasa tubuh dan hidupnya merupakan bagian integral dari kesatuan alam semesta. Sedangkan dimensi vertikal adanya kesejajaran antara keempat tingkat perwujudan kekuasaan dengan keempat tingkat kesadaran seperti dijelaskan di muka¹³⁵.

Pemikiran di atas secara tidak langsung terkolaborasi dalam tujuan jalan ruhani dan peningkatan eksistensi manusia dalam mencapai kesempurnaan atau dalam term tasawuf dikenal dengan insan kamil. Insan kamil dalam pandangan tasawuf tradisional adalah manusia yang mampu menangkap sifat-sifat, kehebatan Tuhan, kemudian tercermin atau teraktualisasi dalam kehidupannya.

Insan kamil merupakan jalan rohani yang sulit dan tidak mudah, bahkan tidak sembarangan orang dapat menjalankannya. Dalam literatur tasawuf dijelaskan bahwa tidak semua manusia dapat mencapai insan kamil. Seperti pendapat al-Jilli menurutnya insan kamil hanya dapat dicapai dan terdapat pada diri Nabi Muhammad sebagai aktualisasi *nur muhammad* di bumi.¹³⁶ Bahkan Ibn 'Arabi sendiri sebagai pencetus insan kamil tidak secara konkrit menekankan siapa person yang representatif dianggap sebagai insan kamil. Ibn 'Arabi cuma menjelaskan secara filosofis yang bisa dipahami secara berbeda dan beragam oleh

¹³⁵ *Ibid.*,
TASAWUF DAN PSIKOLOGI
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep
Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

pengikutnya.¹³⁷ Temuan yang maju dikemukakan oleh Iqbal, filosof India. Ia menegaskan bahwa insan kamil dapat dicapai oleh umat Islam asalkan ia bisa mencapai kesempurnaan dirinya.¹³⁸

Berdasarkan penjelasan terdahulu dapat dipahami bahwa pengalaman tertinggi *maqâm* dan *hâl* Ibn ‘Arabi seperti disimpulkan Armahedi merupakan cakupan dari fungsi kesadaran pemahaman dan pemahaman mistik paripurna yang bersesuaian dengan fungsi kesadaran, pemikiran, perasaan dan kemauan. Bahkan dalam konteks ini menekankan pelegitimasi bahwa mu’jizat adalah pengalaman keagamaan yang tertinggi dicapai oleh manusia. Semua pengalaman itu tidak lepas dari kepatuhan terhadap ajaran agama. Karena menurut penulis penyingkapan batin adalah hidayah Tuhan, jadi untuk mendapatkannya, seorang sufi harus patuh pada aturan-Nya.

Sesuai dengan analisis di atas, kesehatan mental dalam *maqâm* mu’jizat hanya khusus terdapat pada nabi dan rasul. Mereka merupakan manusia pilihan yang mengalami penyingkapan Ilahi dan memiliki sifat utama. Nabi dan rasul sebagai wakil Tuhan di bumi memiliki sifat keilahian dan memahami segala realitas dengan dimensi holistik, menyeluruh dan integral.

Robert H. Thouless secara konkrit mengelaborasi sifat mental positif yang dimiliki para wali dan nabi berupa toleransi yang lebih sempurna dari tingkatan sebelumnya. Menurutnya sifat

¹³⁶Muh.al-Karim al-Jilli, *al-Insân al-Kâmil*, (Mesir: al-Bâbî al-Halâbî, 1959), h. 243

¹³⁷Abd. A’la ‘Afifi, *Filsafat Mistik Ibn ‘Arabi*, penerjemah Syahrul Nawi, judul asli “*al-Tashawwuf al-Tsaurah wa al-Rûhiyyah*”, (Jakarta: Media Pratama, 1879) h. 24

¹³⁸Baca selengkapnya Iskandar Arnel, “The Concept Ibn ‘Arabi and Iqbal, A Comparative Study”, *Tesis* MA Universitas Mc Girtl, (Jakarta: Dirjen Depag. 1997), h. 47

itu lahir dengan tidak memahami perbedaan-perbedaan dalam cara pandang kesatuan. Thouless sendiri membatasi atau keberatan dengan pemaknaan toleransi dengan makna-makna emosional setuju atau tidak setuju. Toleransi menurutnya sikap psikologis yang menentukan perilaku, ia juga direfleksikan dalam berbagai cara berfikir keagamaan. Sampai pada batas tertentu, Thouless berpendapat bahwa toleransi tidak berarti pengakuan atau penerimaan terhadap pernyataan bahwa ajaran yang saling bertoleransi sama-sama benar.¹³⁹ Nampaknya Thouless memilah mana ajaran murni agama dan mana ajaran praktis. Dalam artian mana ajaran agama yang universal yang diakui semua agama, seperti nilai-nilai kebenaran, keadilan dan lainnya dan mana ajaran khusus agama yang tidak dipunyai agama lain.

Prinsip-prinsip kesehatan mental yang dapat dikembangkan dalam pengalaman nabi ini di antaranya kepemimpinan yang penuh pengabdian . Menurut Zohar, tingkat ini merupakan perjalanan spiritual yang tertinggi dari segi aspek mental, karena hal ini tidak dimiliki semua orang. Melalui karunia karunia yang diberikan oleh kehidupan dan kepribadian, para nabi berkesempatan untuk mengabdikan diri, menyembuhkan jiwa dan mencerahkan pikiran orang yang dipimpinnya, bisa mempengaruhi orang banyak dengan mengarahkan mereka pada kebenaran, kebaikan , kemajuan dan keberhasilan¹⁴⁰. Prinsip mental para nabi pada umumnya jenius, kreatif, mereka punya kejujuran emosi dan tidak mau hidup dalam kepura-puraan,

¹³⁹Thouless, *op. cit.*, h.168

¹⁴⁰Danah Zohar, *op.cit.*, h. 228

mereka punya kemauan untuk memperbaharui keadaan, mempertanyakan aliran-aliran yang membedakan golongan, mereka punya standar dalam hal integralitas dan terus mencari makna-makna hidup yang lebih dalam.

Insan kamil merupakan kesadaran dan tingkatan yang dicapai nabi pada sisi lain juga mempunyai prinsip mental yang bisa dikembangkan dan hal itu sebuah perjuangan walaupun tingkat tersebut cuma secara sempurna dicapai oleh nabi. Minimal umatnya berusaha untuk mendekati sifat kesempurnaan dengan terus menata diri menuju kesempurnaan. Rasionalisasi insan kamil sebagai isyarat dari Tuhan bahwa manusia punya keistimewaan yang membedakan dirinya dengan makhluk lainnya. Menurut analisis Budhy dalam edisi Fuat Nashori, keberadaan manusia tidak hanya ada dalam alam, tetapi berada dan eksis dalam alam. Manusia dihadapkan pada dua alternatif kembali ke eksistensinya yang alami pra manusiawi atau mengembangkan diri hingga mencapai eksistensi kemanusiaannya. Dalam kodratnya yang pra-manusiawi, manusia dituntut untuk memuaskan kehidupan batiniah badan dengan sepuas-puasnya. Sementara dalam kodrat manusiawi, ia harus mencari keseimbangan dan harmoni sesuai dengan eksistensinya sebagai makhluk yang bersifat rohani badaniah. Untuk memaksimalkan fungsi kemanusiaan tersebut, manusia mesti bisa memformulasikan potensi diri untuk membangun kesadaran manusia sehingga mencapai puncaknya yang tertinggi yaitu insan kamil.¹⁴¹

¹⁴¹Fuat Nashori (ed), *Membangun Paradigma Psikologi Islami*, (Yogyakarta: Sipress, 1987), Cet. ke-1, h. 36
TASAWUF DAN PSIKOLOGI
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep
Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

Dari uraian di atas pada intinya tujuan *maqâm* dan *hâl* secara umum mirip dengan tujuan psikologi dan kesehatan mental yaitu mencapai insan kamil. Tujuan psikologi agama dan kesehatan mental adalah mencapai kepribadian yang paripurna. Hanya saja psikologi agama dan kesehatan mental lebih ditekankan pada aspek tingkah laku dan sifat-sifat lahir dan juga tidak menjelaskan bagaimana upaya peningkatannya.

Psikologi agama dan kesehatan mental pada esensinya bertujuan menanamkan sikap dan tingkah laku agamis. Khususnya psikologi agama bertujuan menganalisis sikap keberagamaan dalam mencapai kedewasaan beragama dan kesehatan jiwa atau mental¹⁴².

Tujuan psikologi agama dan kesehatan mental dalam upaya meningkatkan kepribadian manusia sebenarnya telah dikemukakan oleh aliran psikologi Barat sebelumnya di antaranya: Aliran psikoanalisa yang dipelopori oleh Sigmund Freud dan behaviorisme. Umumnya mereka berpendapat masalah jiwa dan kesempurnaannya tergantung pada tingkah laku lahir dari alam bawah sadar dan tidak ada pengaruhnya dengan dimensi lain.¹⁴³ Kemudian kemunculan psikolog yang meneliti agama seperti

¹⁴²Menurut Yahya Jaya, psikologi agama adalah pengaruh agama pada sikap dan tingkah laku manusia dalam segala aspek dan aktivitas kehidupan sedangkan kesehatan mental dalam kaitannya dengan agama adalah ilmu tentang manfaat agama dalam mencegah timbulnya gangguan dan penyakit kejiwaan dan pengembangan kondisi kesehatan mental. Jadi dengan psikologi agama dapat ditumbuhkembangkan dimensi dan potensi keberagamaan manusia secara optimal dan dengan kesehatan mental dapat pula ditingkatkan dan dikembangkan dengan kesehatan, kesejahteraan, dan kebahagiaan jiwa. Yahya Jaya, *Menuju Optimalisasi Kesehatan Mental Pemahaman Baru dan Harapan Baru dalam Paradigma Keberimanan dan Kebertakwaan*, (Padang: Angkasa Raya, 2002), Cet. ke-1, h. 125-126

¹⁴³Argumen selanjutnya baca Frank G. Goble, *Mazhab Ketiga, Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, penerjemah A. Supratinya, judul asli *"The Third Force, The Psychology of Abraham Maslow"*, (Yogyakarta: Kanisius, 1998), Cet. ke-7, h. 12

TASAWUF DAN PSIKOLOGI
Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep
Maqam dan Hal dalam Tasawuf Ibn Arabi

William James, Robert H. Thouless dan W.H.Chalk¹⁴⁴ merupakan perkembangan baru yang menegaskan bahwa peran agama sangat memberikan kontribusi atau mempengaruhi sikap dan tingkah laku manusia. Walaupun mereka belum meneliti keutamaan agama sebagai landasan etis, tapi langkah tersebut awal yang baik bagi perkembangan psikologi.

Selanjutnya temuan mutakhir dalam dunia psikologi dimulai dengan munculnya aliran transpersonal -yang dipelopori David Lokoff dan Victor Frankl- yang mulai memahami sisi spiritual dan menemukan pengobatan kejiwaan tidak selalu dengan diagnosa medis tapi dengan dimensi spiritual. Temuan ini populer dengan istilah *Spiritual Quostient* (SQ) atau kecerdasan spiritual yang dikembangkan oleh Danah Zohar dan Ian Marshall. Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan yang bertumpu pada bagian dalam diri kita yang berhubungan dengan kearifan di luar ego atau jiwa kesadaran. Atau dalam pengertian lain SQ adalah kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan persoalan makna dan nilai, yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup yang lebih luas dan kaya.¹⁴⁵ SQ merupakan temuan

¹⁴⁴Baca William James, *op. cit.*, h, 24 W.H.Chalk, *op. cit.*, h 35. dan Robert Thouless, *op. cit.*,h. 5

¹⁴⁵ SQ yang merupakan kecerdasan alternatif dari kecerdasan yang populer sebelumnya, yaitu IQ dan EQ. Menurut Danah Zohar, SQ memiliki wilayah kekuatan tersendiri dan bisa berfungsi secara terpisah, dengan kata lain SQ berfungsi untuk meningkatkan IQ dan EQ. Keduanya saling mendukung dan tidak berarti orang yang tinggi IQ tinggi pula SQ-nya.

Temuan SQ sebagai prose ketiga dalam psikologi mengharuskan adanya pengembangan model psikologi baru tentang diri dan kepribadian manusia. Model kepribadian terdahulu menurut Zohar hanya memiliki dua lapisan kepribadian lahiriah yang sadar - rasional, asosiasi, motivasi dan neorosis -dan alam bawah sadar. Pendapat Zohar ini kalau diteliti dari psikologi Maslow dan Jung dikenal dengan kepribadian introver dan ekstrover. Jadi psikologi selama ini hanya memfokuskan kepribadian manusia dari dalam diri dan luar diri. Temuan terbaru model kepribadian Zohar adalah inti pusat yang merupakan kepribadian manusia sebagai manifestasi Tuhan. Zohar membagi kepribadian diri yang diasosiasikan dengan teratai diri dengan tiga lapis kelopak yang terdiri dari:

Teratai diri I berupa lapisan luar atau ego.

baru dalam dunia psikologi agama dan kesehatan mental yang bertujuan menganalisis dan mengelaborasi sisi spiritual atau jiwa manusia untuk mencapai kesempurnaan kepribadian -dalam istilah Zohar dikenal dengan kecerdasan spiritual - bagaimana menuju pribadi yang sehat secara jiwa dan mental. Menurut penulis hal yang tidak menjadi bahasan SQ adalah kurangnya metode untuk meningkat kecerdasan tersebut. Zohar tidak mengadopsi secara langsung dari agama atau sistem yang ada. Sebagaimana diakuinya sendiri bahwa SQ masih mencari format dengan cara mempelajari dari kearifan agama-agama Timur. Menurut penulis mungkin ini pengaruh dari kecenderungan psikologi Barat yang menurut Jalaluddin, SQ masih terikat dengan pemikiran psikologis dari angkatan sebelumnya, yaitu transpersonal.¹⁴⁶

Untuk memperkaya dan memberi pendekatan psikologi bisa juga dengan memakai metode *maqâm* dan *hâl* dalam tasawuf. Dengan rasionalisasi keduanya bertujuan sama, yaitu mencapai kepribadian paripurna. Jadi seseorang yang ingin meningkatkan kepribadian bisa memakai metode *maqâm* dan *hâl*.

Teratai diri II, yaitu lapisan tengah asosiatif.

Teratai diri II, yaitu pusat eksistensi.

Selanjutnya Zohar menyimpulkan tanda orang yang punya SQ yang baik adalah (1) kemampuan bersikap fleksibel (adaptif secara spontan dan aktif), (2) tingkat kesadaran diri yang tinggi, (3) kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan dan sakit, (4) kualitas hidup yang diilhami oleh visi dan nilai-nilai, (5) kecenderungan untuk melihat keterkaitan antara berbagai hal, (6) mencari jawaban mendasar dari semua permasalahan dan, (7) seorang yang memiliki SQ tinggi adalah pemimpin yang penuh pengabdian, yaitu seorang yang bertanggung jawab untuk membawa visi dan nilai yang lebih tinggi kepada orang lain.

Zohar juga menjelaskan untuk meningkatkan SQ, yaitu dengan meningkatkan penggunaan proses *tersier* psikologis, yaitu kecenderungan kita untuk bertanya mengapa, suka merenung, bersedia menjangkau diluar kita, bertanggung jawab, lebih sadar diri, lebih jujur terhadap diri sendiri dan lebih pemberani baca Zohar, *op. cit.*, h.4

¹⁴⁶Jalaluddin Rahmat dalam pengantar SQ Danah Zohar, *op. cit.* h. xv

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Tasawuf merupakan ilmu tentang pencarian hikmah yang mempunyai hati yang bersih dan tulus. Tasawuf dengan *stereotyped ideas* yang telah lama direntang oleh pendukung seharusnya diletakkan pada tataran etis. Dalam artian, tasawuf merupakan manifestasi dari kesadaran spiritual manusia tentang dirinya sebagai makhluk Tuhan. Kesadaran itu mendorong manusia untuk memusatkan perhatian beribadah kepada Khalik yang dibarengi dengan kehidupan asketisme yang tujuannya untuk pembinaan kepribadian

Tasawuf yang cenderung dipahami sebagai ajaran yang menyimpang atau tidak sesuai dengan ajaran agama formal dan dikleim sebagai keilmuan yang tidak berasal dari Islam, seharusnya dipahami secara objektif dan proporsional. Karena tidak selamanya harus disimpulkan satu aliran yang sesat dan menyimpang kemudian dibandingluruskan dengan aliran tasawuf secara umum.

Ibn 'Arabi sebagai seorang sufi, sering dieksploitasi sebagai sufi filosof yang semata-mata membangun argumen “penyingkapan Ilahi” secara rasional analitik. Tapi sebenarnya ia juga mementingkan dimensi etik-syar'i. Tasawuf yang ditekankan Ibn 'Arabi lebih terfokus pada proses perjalanan sufi menuju

Tuhan dalam rangka mencapai akhlak karimah dengan mengindahkan aturan syar'i dalam ajaran agama. Ternyata konsep Ibn 'Arabi tersebut dapat memberikan kontribusi positif dalam menjawab segala tuduhan di atas.

Ketika berbicara tentang jalan spiritual atau upaya mendekatkan diri pada Allah, dalam khazanah keilmuan Islam atau tasawuf dikenal term *maqâm* dan *hâl*. *Maqâm* dan *hâl* merupakan term yang umum dipakai oleh semua ahli sufi. Para sufi sepakat mengartikan *maqâm* merupakan tingkatan atau jalan yang ditempuh oleh seorang sufi untuk sampai pada tingkat tertentu. Tingkatan tersebut dilalui dengan perjuangan dan usaha dengan sungguh-sungguh dalam bentuk *riyâdhah* dan *mujâhadah*.

Sebagai tokoh sentral dalam kajian ini, Ibn 'Arabi dalam karya monumentalnya *al-Futûhât al-Makkiyyah* secara konkrit merinci jumlah *maqâm* dan *hâl*. Penjelasan ini terdapat dalam berbagai bab yang terangkum dalam bab besar *al-maqâmât* dan *al-ahwâl*. Ibn 'Arabi menyebutkan lebih dari 60 *maqâm* dan *hâl*. Dalam penjelasannya serta menekankan bahwa tingkatan tertinggi yang dicapai seorang sufi dilalui dengan tahapan yang ketat dengan mengindahkan agama.

Penulis melihat bahwa tasawuf merupakan dimensi esoteris dalam Islam yang membicarakan struktur jiwa, dinamika jiwa, proses perkembangan jiwa, penyakit dan terapi jiwa serta proses penempatan dan penyucian jiwa. Di sisi lain khazanah keilmuan ini menekankan pada tingkatan dan pengalaman batin yang dicapai oleh seorang sufi. Tingkatan-tingkatan itu merupakan pengalaman dan kesadaran manusia untuk sampai pada

kesadaran kebertuhanan. Dalam psikologi penekanan tersebut dikenal dengan *religious experience* dan *religious conciousness*. Dengan demikian, tasawuf sebagai ilmu yang mengungkap sisi batin dalam pengelaborasi jiwa manusia bisa memberikan kontribusi dalam pengembangan keilmuan psikologi dan kesehatan mental serta memuat pokok persoalan penting dalam psikologi yaitu persoalan jiwa dan seluk beluknya.

Maqâm dan *hâl* selama ini cenderung dipahami sebagai pengalaman menuju Tuhan yang terkesan “Tuhan *orienteed*”, ternyata bisa ditinjau sisi kejiwaan atau dimensi psikologisnya serta mengandung prinsip-prinsip pengembangan kesehatan mental. Dimensi psikologis dalam *maqâm* dan *hâl* merupakan pengalaman dan kesadaran batin yang dialami seorang sufi ketika sampai pada tingkatan tertentu. Sedangkan dari sudut kesehatan mental, fase-fase tersebut memberikan sumbangan berharga untuk meningkatkan kepribadian dan mental yang sehat.

Taubat ditinjau dari dimensi psikologis adalah perubahan sikap secara esensial yang merupakan penerimaan terhadap pandangan hidup baru. Pengalaman taubat mirip dengan konversi dalam psikologi. *Maqâm* dan *hâl* warak, zuhud, fakir, dan istikamah merupakan kesadaran tingkat lanjutan seorang sufi. Pada tingkatan tersebut mereka menjalani proses meditasi dan kontemplasi serta asketisme, berupa penghiasan diri dengan sifat positif dan pembersihan dari sifat keji, dengan jalan membatasi nafsu melalui puasa dan pantangan-pantangan lain.

Maqâm dan *hâl* zikir dan ubudiah ditinjau dari sisi kejiwaannya merupakan proses pendidikan untuk meningkatkan

kesadaran dengan ritual yang diulang-ulang. Proses pengulangan yang mirip dengan sugesti dan otosugesti ini memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kehidupan. Sedangkan *maqâm* dan *hâl kimyâ sa'âdah*, *al-futuwwah*, *wilâyah*, *firâsat al-imâniyyah*, *fanâ*' dan *al-Mu'jizah* secara umum merupakan proses kesadaran dan pengalaman tingkat tinggi yang dicapai oleh seorang sufi yang telah mengalami penempaaan batin yang sangat keras. Dalam *maqâmât* tersebut ekspansi kesadaran jiwa menyelami sesuatu di alam abstrak, mempunyai visi dan ketersingkapan yang bersifat pencerahan, menerima pengejewantahan diri Tuhan dalam dirinya dan sampai pada penerimaan ilham dan wahyu.

Sedangkan dari sudut kesehatan mental, *maqâm* dan *hâl* taubat akan melahirkan manusia yang sadar, membatasi hawa nafsu, menyadari kesalahan dan dosa serta menghindari diri dari sifat tercela. *Maqâm* dan *hâl* tawakal, istikamah dan fakir, dari sudut kesehatan mental akan melahirkan sikap mental yang sadar, konsisten, tahu diri dan berserah diri. Sikap itu merupakan hiasan jiwa karena mereka telah melampaui fase penghilangan dan pengosongan sifat keji.

Pengalaman dan kesadaran tingkat tinggi dalam tasawuf Ibn 'Arabi seperti; *kimyâ sa'âdah*, *al-futuwwah*, *wilâyah*, *firâsat al-imâniyyah*, *fanâ*' dan mukjizat merupakan pengalaman dan kesadaran dalam bentuk menerima penyingkapan Ilahi yang hanya dicapai dan diperoleh oleh wali dan nabi. Sedangkan sikap mental yang dihasilkan akan memunculkan sifat istimewa seperti punya loyalitas kepribadian yang tinggi, integrasi dan integritas diri yang mantap, serasi yang menyatu dengan alam sekitar,

mampu memahami perbedaan dalam kebersatuan dan kebersatuan dalam perbedaan. Prinsip ini sebagai implementasi dari paham filosofis *wahdat al-wujûd* dan *wahdat al-adyân*.

Ternyata tujuan *maqâm* dan *hâl* sebagai upaya untuk menyempurnakan manusia atau mencapai insan kamil identil dengan tujuan psikologi agama dan kesehatan mental. Kedua disiplin ini sama-sama bertujuan untuk mencapai kematangan dan kedewasaan beragama yang cerdas secara spiritual. *Maqâm* dan *hâl* dengan pendekatan psikologi agama dan kesehatan mental bukan hanya ilmu teoritis semata, tapi bisa diimplementasikan atau diterapkan. Terapi sufistik yang telah dipakai oleh para sufi kepada murid-muridnya telah membuktikan bahwa terapi sufi tersebut bisa menjadi alternatif dalam pemecahan fenomena sosial pada zamannya. Penyakit kecanduan dan ketergantungan zat adiktif bisa disembuhkan dengan terapi sufistik melalui *maqâm* dan *hâl*. Ini telah diterapkan Pesantren Surayala sebagai afiliasi Tarekat Naqsyabandiyah-Qadiriyyah pimpinan Abah Anom. Terapi yang dipakai adalah, pasien dianjurkan menjalankan jalan-jalan *maqâm* sebagai upaya melupakan atau mengosongkan jiwa dari ketergantungan, kemudian dianjurkan untuk menerapkan sifat-sifat positif seperti sabar, tawakkal dan fakir.

Selain pengobatan penyakit kejiwaan dan sejenisnya, metode *maqâm* dan *hâl* dengan tinjauan psikologi agama dan kesehatan mental juga bisa untuk meningkatkan kepribadian. Upaya ini dicapai dengan menjalani tahapan-tahapan penyempurnaan kepribadian dengan menjalankan ajaran agama yang terangkum dalam *maqâm* dan *hâl* tasawuf.

B Saran-saran

Psikologi dan kesehatan mental sebagai ilmu sains yang lahir di Barat dan berkembang berabad-abad ternyata masing buntu dalam pencarian hakikat jiwa manusia serta pemecahan solusi kemanusiaan. Kemunculan pendekatan psikologi agama dan kesehatan mental terhadap pengkajian -terutama dimensi tasawuf- merupakan salah satu upaya untuk mencari solusi kemanusiaan. Karena dengan pendekatan ini dapat ditumbuhkembangkan dimensi dan potensi kedewasaan beragama secara optimal. Kesehatan mental juga dapat ditingkatkan dan dikembangkan untuk kesejahteraan dan kebahagiaan jiwa manusia.

Kajian ini berupa mengembangkan penelitian tasawuf dengan pendekatan ilmu sains. Dengan metode ini diharapkan menjadi konsep keilmuan alternatif untuk pemecahan fenomena sosial, tentunya di samping pendekatan lainnya. Sebagai penelitian yang bercorak ilmiah, penulis mengharapkan adanya umpan balik atau *feedback* demi kesempurnaan penelitian ini.

DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Aburdance, Patricia dkk, *Sepuluh Arah Baru untuk Tahun 1990-an, Megatrend 2000*, penerjemah FX Budijanto, judul asli "*Ten New Direction for the 1990's Megatrend 2000*", Jakarta; Bina Rupa Aksara, 1990, Cet. ke-1.
- A.Ates, "Ibn Arabi" , *The Encyclopaedia of Islam*, Leiden: Luzac, 1979
- Afifi, Abu A'la, *Dimensi Mistik Ibn Arabi*, penerjemah Syahrul Nawî, judul asli "*al-Tashawwuf al-Tsaurah al-Rûhiyyah*", Jakarta: Gaya Media Pratama, 1980
- Agustain, Ary Ginanjar, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual, ESQ Berdasarkan Rukun Iman dan Islam*, Jakarta: Penerbit Arjuna. 2000
- Al-Ahyadi, Abdul Azis, *Psikologi Agama, Kepribadian Muslim Pancasila*, Bandung: Sinar Dunia, 1991
- Anshari, Muh. Abd. Haq, *Antara Sufisme dan Syari'ah*, penerjemah A.Nashir Budiman, judul asli "*Sufism and Shari'ah A Study of Syaikh Ahmad Sirhindi's*" Jakarta:Rajawali Press, 1987
- Ancok, Djamaluddin, *Psikologi Islami, Solusi Islam atas Problem-Problem Psikologi* Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1995, Cet. ke-1
- Arabi, Ibn Muhyi al-Din, *Al-Futûhât al-Makiyyah*, Beirut: Al-Maktab al-Arabî. 1972
- , *Sufi-Sufi Andalusia*, penerjemah M.S. Narullah, judul asli "*Rûh al-Quds*" Bandung: Mizan, 1994
- , *Fushûsh al-Hikam*, Ed. Afifi, Beirut: al-Maktab al-Arabi, tth

- Arberry, A.J, *Sufism An Account of the Mysticism of Islam*, London; Unwin Paperback, 1992
- al-Attas, Syed Naqiub, *Islam dan Sekularisasi*, penerjemah Karsidjo Djojokusarno, judul asli "*Islamic Secularism*", (Bandung: Pustaka, 1981)
- Azhari, Kautsar, *Ibn al- 'Arabi: Wahdat al-Wujûd dalam Perdebatan*, Jakarta: Paramadina, 1996
- Badri, Malik B. *Dilema Psikologi Islam*, penerjemah Siti Z.Luxfianti, judul asli, "*The Dillema Muslim Psychologist*", (Jakarta: Pustaka Firdaus, 1986), Cet. ke-2, h. 47
- Burckhardt, Titus, *Mengenai Ajaran Kaum Sufi*, penerjemah Azyumardi Azra, judul asli "*An Introduction to Sufim Doctrine*", Jakarta: Pustaka Jaya, 1987
- Bustamam, Hanna Jumhana," Islamisasi Sains dengan Psikologi sebagai Ilustrasi" dalam Jurnal Ilmu dan Kebudayaan *Ulumul Qur'an* No 8 Vol II 1991/1411
- , *Integrasi Psikologi dengan Islam*, Jakarta: Pustaka Pelajar, 1975
- Chittick, William C. *The Sufi Path of Knowledge Sebuah Perjalanan Spiritual* Ibn Arabi, penerjemah Ahmad Nidjam, judul asli "*The Sufi Path of Knowledges Ibn Arabi's Metaphisycs of Imagination*", Jakarta; Pustaka Qalam, 2001
- Chodkiewicz, Micheal, *Konsep Ibn Arabi tentang Kenabian dan Awlia*, penerjemah DwiSuryaatmaja, judul asli "*Saints Prophetood and Sainthood in the Doctrine of Ibn Arabi's*", Jakarta: SriGunting, 2000
- Cox, Harvey, "Why Young Americans Are Buying Oriental Religions" dalam *Psychology Today*, edisi, Juli, 1977.
- Dahlan, Abdul Azis, *Wahdat al-Wujûd Konsep Tuhan Alam dan Manusia dalam Tasawuf Syamsuddin Samatrani*, Padang: IAIN "IB" Press, 2000

- Daradjat, Zakiah. *Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: Bulan Bintang, 1972.
- , *Kesehatan Mental*, Jakarta: Gunung Agung, 1983,
- , *Kesehatan Mental dalam Keluarga*, Jakarta: Pustaka Antara, 1997
- Al-Dayin, Abu, *al-Tashawwuf bayn al-Islâm wa al-Dîn*, Beirut: Dâr Kitâb al-Mathbuh, t.th.
- Depdikbud, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka, 1995
- Al-Faruqi, Ismail Raji, *Islamisasi Pengetahuan*, penerjemah Anas Mahyuddin, judul asli "*The Islamization of Knowledge*", Bandung: Pustaka, 1994.
- Ferguson, Marlyn, *The Aquarian Conspiracy: Person and Social Transformation in the 1980*, New York, New York University Press, 1970
- Goble, Frank G., *Mazhab Ketiga Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, penerjemah A. Supratinyo, judul asli "*The Third Force, The Psychology of Abraham Maslow*", Yogyakarta: Kanisius, 1998, cet. ke-7,
- Hamid, Rasyid, *Alternatif Psikologi Islam*, Jakarta: Studi Press, 1997 Cet. ke-2,
- Hawari, Dadang, al-Qur'an, *Ilmu Jiwa, Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Mental*, Yogyakarta: PT.Dana Bakti 1998, Cet. ke-3,
- Hidayat, Komaruddin, *Tragedi Raja Midas*, Jakarta: Paramadina, 1999
- "Insan Kamil sebagai Makhluk Multidimensi' *Makalah Kajian Tasawuf* Positif di Universitas ParamadinaMulya, 26 Desember 1998

Hirtenstein, Stephen, *Dari Keragaman ke Kesatuan Ajaran dan Kehidupan Spiritual Syaikh al-Akbar Ibn Arabi*, penerjemah Triwibowo Budi Santoso, judul asli "*The Ultimited Mercifier-The Spiritual Life and Thought of Ibn Arabi*", Jakarta: Penerbit Kencana, 2001.

Al-Hujwiri, *Kasyful Mahjub; Risalah Persia Tertua*, penerjemah Abdul Hadi W. M, judul asli "*The Kasyfl al-Mahjûb; The Oldest Persian Triatise on Sufism*" . Bandung; Mizan 1996

Jalaluddin. *Psikologi Agama.*, Jakarta: Rajawali Press. 1995

James, William. *The Varieties of Religious Experience*. New York: New York University Press, 1987.

al-Jauziyyah, Ibn Qayyim, *Madârij al-Salîkin bayn Manâzil Iyyaka Na'bud wa Iyyaka Nasta'in*, edisi Muh. Hamid al-Fiqh (Kairo: Mathba'at al-Sunnah al-Muhammadiyah ,t.th

Jaya, Yahya. *Spiritualisasi Islam dalam Menumbuhkembangkan Kepribadian dan Kesehatan Mental*. Jakarta: Ruhama.1994.

----- , "Psikologi Agama". *Makalah Kursus Pelatihan Dosen PAI PTU se- Indonesia*, IKIP Padang 28 Juli-5 Agustus 1997

----- , *Bimbingan Konseling Agama Islam*, Padang: Angkasa Raya, 2000

----- , *Psikotarapi Agama Islam*,, Padang: IAIN "IB" Press, 1999

----- , "Kesehatan Mental Menurut Islam, Suatu Tinjauan dari Segi Filsafat dan Pemikiran", *Majalah al-Turas* No. 46 th. II 1991

----- , *Menuju Optimalisasi Kesehatan Mental, Pemahaman Baru dan Harapan Baru dalam Paradigma Keberimanan dan Kebertakwaan*, Padang: Angkasa Raya, 2002

Kalabadzi, Abu Bakar Muhammad. *Al-Ta'arruf li Madzahab Ahl al-Tashawwuf*. Kairo:Maktab al-Kulliyah al-Sufiyyah, 1969

- Khan, Inayat. *Dimensi Spiritual Psikologis*, penerjemah A. Haryadi, judul asli "*Spiritual Dimension of Psychology*", Jakarta Pustaka Hidayah, 2000
- Khan Sahib Khaja Khan. BA. *Cakrawala Tasawuf*, penerjemah A. Nashir Budiman, judul asli "*Studies in Tasawuf*", Jakarta: Rajawali Press, 1995
- Langgulong. Hasan, *Teori-Teori Kesehatan Mental*, Jakarta: Pustaka al-Husna, 1986, cet. ke-2,
- , *Beberapa Pemikiran tentang Pendidikan Islam*, (Bandung: al-Ma'arif, 1995), Cet. ke-2,
- Leuba. J.H., A *Psychology Study of Religion*, New York: New York University Press, 1986.
- Lings, Martin, *What is Sufisme Membedah Tasawuf*, penerjemah. Abu Bakar Sirajuddin, judul asli "*What is Sufism*", Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya, 1991
- Lubis, Nabilah, *Menyingkap Inti Segala Rahasia*, Bandung: Mizan. 2000
- Manzhur, Ibn, *Lisân al-'Arab*, Beirut: al-Maktab al-Mausu'ah al-Arabiyyau, 1996, Cet. ke-2
- Marhiyanto, Bambang *Tekhnik Menciptakan Ketenangan Jiwa*, Lamongan: Bintang Pelajar, 1987
- Mazhar, Armahedi, *Integralisme, sebuah Rekonstruksi Filsafat Islam*, Bandung: Pustaka Bandung, 1976, Cet. ke-1,
- Miskawaih, Ibn, *Menuju Kesempurnaan Akhlak*, penerjemah Helmi Hidayat, judul asli, "*Tahdzîb al-Akhlâq*", Bandung: Mizan, 1998.
- Muhaya, Abdul, *Maqâmât (Stations) and Ahwâl (States) According to al-Qusyairi and al-Hujwiri*, MA Tesis Universitas MC Grl Kanada, 1997

Mujid, Abdul Yusuf Muzakkir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islami*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2001

Murata, Sachiko, *The Tao of Islam, Kitab Rujukan tentang Relasi Gender dalam Kosmologi dan Teologi Islam*, penerjemah Rahmani Astuti, judul asli "*A Sourcebook on Gender Relationship in Islamic Thought*", Bandung: Mizan, 1996

Nafis , M. Wahyu (ed.al) *Renungan Religius Islam*, Jakarta: Paramadina 1996

.Al-Nahlawi, Abd Rahman, *Ushûl al-Tarbiyyah al-Islamiyyah wa Asâlibih fi al-Bait wa al-Madrasah wa al-Mujtama'* , Beirut: Dâr al-Fikr, 1983

Al-Najjar. Amir. *Ilmu Jiwa dalam Tasawuf*, penerjemah Hasan Abrori, judul asli "*Ilm al-Nafs wa al-Tashawwuf*", Jakarta: Progrita. 1999

Najati, Usman, *al-Qur'an dan Ilmu Jiwa* , Jakarta: Pustaka Firdaus, 1985

Nasr, Seyyed Hosein, *Tiga Pemikir Islam, Ibn Sina, Suhrawardi dan Ibn Arabi*, penerjemah A Nashir Budiman, judul asli "*Three Muslim Sages, Avicenna, Suhrawardi, Ibn Arabi*", Jakarta: al-Husna, 1976

-----, *Tasawuf Dulu dan Sekarang*, penerjemah Abdul Hadi W.M, judul asli *Sufi Essay*, Jakarta: Pustaka Firdaus 1995

Nasution, Harun, *Falsafah dan Mistisisme dalam Islam*, Jakarta: Bulan Bintang, 1976

-----, *Akal dan Wahyu dalam Islam*. Jakarta: Bulan Bintang, 1979.

Nata, Abuddin, *Dirasah Islamiah I*, Jakarta: Rajawali Press, 1995

Nicholson, R.A, *The Mystic of Islam* (London: Roledge & Kegan Paul Ltd, 1975

-----, *Fi al-Tashawwuf al-Islam wa Târikhih*, oleh Affifi. Abu 'Ala, Kairo: Mathba'at al-Ta'lif, 1989

-----, " Muhyi al-Din Ibn Arabi" *Encyclopaedia of Religioun and Ethics* (London: Macmillan, t.th

Nurbakhs, Javad, *Psikologi Sufi*, penerjemah Arif Rahman, judul asli "*Psychology of Sufism (Del wa Nafs)*" (Yogyakarta: Fajar Pustaka, 1998.

Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihyâ' 'Ulûm al-Dîn*. Kairo: Dar al-Fikr, tth.

-----, *Munqidz min al-Dhallâl*., Kairo: al-Maktab al-Shufiyah, tth.

Palacios, Asian, *Ibn 'Arabi: Hayâtuh wa Hadzhabuh*, penerjemah. Abd. Al-Ramah al-Badawi , judul asli "*El Islam Cristianizado Estudio del Sufismo a Traves de las Obras de Abenarabi de Murcia*" ,Beirut: Dar al-Qalam, 1979),

Al-Palimbani, Abd. Samad. *Sairis Salikin*. Kairo:Isa al-Babi al-Halabi, 1933.

Al-Qasim, Abu, *Isthilâh al-Shufiyyah*, Beirut: Dâr Kitab al-Arabi, tth

Al-Qusyairi, Abu Qasim Abd al-Karim. *al-Risâlah al-Qusyairiyyah*. Muh ali Sohib. 1969.

Rahardjo, Dawam "Nafs" dalam jurnal *Ulumul Qur'an* No 8 Vol II 1991/1411H

Rahmat, Jalaluddin, *Islam Alternatif Ceramah dari Kampus ke Kampus*, Bandung: Mizan, 1996

-----, *Renungan-Renungan Mistik*, Bandung: Mizan 1997

- Al-Quossy, *Ushûsh al-Sihhah al-Nafsiyah*, Kairo:Dâr Nahdah al-Misriyyah, 1970
- Rachman Budhy Munawar- "Situasi Eksistensial dan Realisasi Diri Psikoanalisa pasca Freudian dan Masalah Spiritual" dalam Fuat Nashori (ed.al) *Membangun Paradigma Psikologi Islami* (Yogyakarta: Sipress, 1994
- Robson, J. "Ibn al-'Arabi" *The Encyclopaedia of Islam*, (London dan Leiden: Luzac dan Brill, 1977) 3:707
- Robert, CA, *The Cambridge Dictionary of Philosophy*, New York: Cambridge University Press, 1990
- Rosenhal, Franz, *Ibn Arabi between Philosophy and Mysticism Orient*, Leiden: Brill 1988
- Saefuddin, A.M, *Desekularisasi Pemikiran, Landasan Islamisasi*, Bandung: Mizan 1996
- Sahidullah, Shah, "The Spiritual Psychology Islam "dalam *The Sufi Parth*. Kuala Lumpur Noorreen jilid 2&3, (Januari, 1990),
- Schimmel, Annemaria, *Dimensi Mistik dalam Islam*, penerjemah Achadiati Ikram, judul asli "*Mystical Dimension of Islam*", Jakarta: Mizan, 1996
- *Dan Muhammad Utusan Allah*, penerjemah Rahmani Astuti, judul asli ' *An Muhammad is His Messenger. The Veneration of the Prophet in Islamic Piety*', Bandung: Mizan, 1997
- Schultz. Duane, *Psikologi Pertumbuhan, Model-Model Kepribadian Sehat*, penerjemah. Yustinus, judul asli "*Growth Psychology: Models of the Healthy*", (Yogyakarta: Kanisius, 1991), Cet. ke-1
- Shihab HM Qureish, *Membumikan al-Qur'an*, (Bandung: Mizan, 1995), Cet. ke-10, h. 201

- Simuh, *Tasawuf, Sejarah dan Perkembangannya*, Jakarta: Rajawali Press, 1997
- al-Singkili, Abd. Rauf. *Tanbih al-Masyî* Dalam edisi Oman Fathurrahman. *Menyoal Wahdat al-Wujûd Kajian Teks Tanbih al-Masyî*. Bandung: Mizan, 2000
- Siregar Rivai, *Tasawuf dari Sufisme Klasik sampai Neo Sufisme*, Jakarta: Rajawali Press, 1999
- Sobary, Muhamad, *Diskursus Islam Sosial, Memahami Zaman, Mencari Solusi*, Jakarta; Zaman, 1998
- Subandi, "Psikologi Sslami dan Sufisme' dalam Fuat Nashori, (ed,al) *Membangun Paradigma Psikologi Islami*, (Yogyakarta: Sippres, 1994)
- Suhrawardi, 'Awârif al-Ma'arif Sebuah Daras Klasik Tasawuf, penerjemah Ilma Nugrahani Ismail, judul asli "A Dervish Textbook from the 'Awârif al-Ma'ârif " (Jakarta: Pustaka Jaya, 1999
- Thouless, Robert H. *Pengantar Psikologi Agama*. Penerjemah Machnun Husein, judul asli "An Introductoin to the *Psychology of Religion*" Jakarta: Rajawali Press. 1992.
- al-Thusi Sarraj, *al-Luma'*, Beirut: Dar al-Ma'arif, tth
- Tofler. Alfin. *Future Shock*,. London: Pan Books Ltd. 1970
- Trimingham, J.S, *The Sufi Order in Islam*, (London: Oxford University Press, 1971
- T. Izutsu, "Ibn Arabi" *The Encyclopaedia of Religion*, New York dan London; Macmillan, 1987
- Yahiya, Otsman, Pengantar dalam edisi Ibn Arabi, *al-Futûhât al-Makkiyyah*, Kairo: al-Hay'at al-Misriyyat al 'Ammah li al-Kuttab 1972
- Tim Penyusun, *Kamus Umum Psikologi*, Jakarta: Pratama, 1975

Wirawan, Sarlito, *Pengantar Umum Psikologi*, Jakarta: Bulan Bintang, 1982, Cet. ke-3

Zohar, Danah dan Ian Marshall, *SQ; Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berpikir Integralistik dan Holistik untuk Memaknai Kehidupan*, penerjemah Rahmani Astuti, judul asli "*SQ: Spiritual Intelligence- The Ultimate Intelligence*", Bandung: Mizan, 2001, Cet. ke-2.

Zar, Sirajuddin, *Filsafat Islam I*, Padang: IAIN "IB" Press, 1999

