

III

Mental Sejati Ahli Dzikir

Islam memiliki konsepsi yang seimbang diantara dua titik, yaitu akal dan jiwa. Allah menginginkan agar Ahli Dzikir mengambil sesuatu dari kehidupan ini dengan penuh perhitungan, dan meninggalkan sebagian yang lainnya dengan penuh perhitungan pula. Ahli Dzikir hendaknya menempati posisi yang seimbang dan mengambil sikap yang tegas, yang memisahkan apa yang diambilnya dan apa yang ditinggalkannya. Melalui kesadaran yang terbuka dan tidak terbelenggu oleh berbagai larangan, tetapi tidak pula liar dan hancur karena naluri keserbabolehan.

Di bawah ini beberapa sikap spiritual yang produktif dalam amalan hidup sehari-hari membimbing kita bergaul di tengah-tengah masyarakat yang mengalami disharmonisasi besar-besaran, baik secara individu maupun sosial. Sikap-sikap di bawah ini menuntun kita pada posisi sebagai seorang rohaniawan sekaligus pelayan ummat, karena seluruh upaya pembangunan sikap-sikap spiritual di bawah ini, pengamalan sekaligus ujiannya adalah berinteraksi dengan masyarakat dan memahami problematikanya.

1. Taslim dan Kemerdekaan Jiwa

Proklamasi syahadah merupakan berserah dirinya (*taslim*) manusia kepada doktrin fundamental yang selaras dengan fithrahnya, yaitu Tauhid. Dengan mengatakan “tidak ada ilah selain Allah dan Muhammad adalah Rasul Allah”, seorang manusia akan menisbikan selain-Nya dan memutlakkan Allah. Tauhid berarti komitmen manusia kepada Allah sebagai fokus dari seluruh rasa hormat, rasa syukur, dan sebagai satu-satunya sumber nilai. Apa yang dikehendaki oleh Allah akan menjadi nilai (*value*) bagi manusia-tauhid, ia tidak akan bersedia menerima otoritas dan petunjuk, kecuali otoritas dan petunjuk Allah. Komitmennya kepada Allah adalah utuh, total, positif dan kukuh, mencakup cinta, pengabdian, ketaatan dan kepasrahan, serta kemauan keras untuk menjalankan kehendak-kehendak-Nya.³⁴

Laa Ilaaha Illa Allah, meniadakan otoritas dan petunjuk yang datang bukan dari Allah. Jadi sesungguhnya, kalimat syahadat merupakan kalimat pembebasan bagi manusia. Seorang manusia-tauhid mengemban tugas untuk melaksanakan *tabrirun nas min 'ibadatil 'ibad ila 'ibadatillaah'* (membebaskan manusia dari menyembah sesama manusia

³⁴ M. Amien Rais, Cakrawala Islam, hal.13

kepada menyembah Allah semata). Dengan Tauhid, manusia akan merdeka dan sadar bahwa kedudukannya adalah sama dengan manusia mana pun. Tidak ada manusia yang lebih superior atau inferior terhadap manusia lainnya. Setiap manusia adalah hamba Allah yang berstatus sama, yang membedakan hanyalah tingkat ketaqwaan kepada Allah SWT.³⁵

Ketika seorang manusia atau bangsa merasa dirinya lebih inferior dibanding manusia atau bangsa lainnya, maka ia akan kehilangan kebebasan dan jatuh ke dalam perbudakan mental. Seseorang yang mengakui superioritas sekelompok manusia tertentu – entah berdasarkan kekuasaan, warna kulit, atau atas dasar apa saja – berarti dengan sendirinya ia akan kehilangan kemerdekaan dan mengalami degradasi kualitas Tauhid.

Begitupun sebaliknya, kesadaran Tauhid akan mencegah manusia dari merasa superior dibanding manusia lainnya. Tauhid akan mencegah manusia atau bangsa tertentu menguasai dan menindas manusia atau bangsa lainnya, karena bertentangan dengan hukum-hukum kejadian yang terkandung dalam Tauhid.

³⁵ Qs. Al Hujurat (49) : 13

Disamping membebaskan manusia dari keterjajahan mental dan penyembahan kepada sesama makhluk, Tauhid juga mengajarkan emansipasi manusia dari nilai-nilai palsu yang bersumber pada hawa-nafsu, gila kekuasaan dan kesenangan-kesenangan seksual belaka. Suatu kehidupan yang didedikasikan pada kelezatan seksual, materi, kekuasaan dan penumpukan kekayaan, pasti akan mengeruhkan akal sehat dan mendistorsi hati dan jiwa manusia. Dengan tajam Al Qur'an menyindir orang-orang semacam ini : *“Terangkanlah kepadaku tentang orang yang menjadikan hawa nafsunya sebagai tubannya. Maka apakah kamu dapat menjadi pemelihara atasnya?, atau apakah kamu mengira bahwa kebanyakan mereka itu mendengar atau memahami. Mereka itu tidak lain, hanyalah seperti binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat jalannya (dari binatang ternak itu)”*. (Qs Al Furqan (25) : 43-44).³⁶

Tauhid akan mentransformasi setiap individu yang meyakini menjadi individu yang bebas dari setiap belenggu pemikiran, mental, bahkan belenggu sosial, politik, ekonomi dan budaya. Belenggu-belenggu yang akan memasungnya dalam situasi tidak manusiawi dan nista.

³⁶ M. Amien Rais, Op.Cit, hal. 15

Diantara berbagai atribut manusia-tauhid adalah :
³⁷*pertama*, ia memiliki komitmen utuh kepada Rabb-nya. Ia berusaha secara maksimal untuk menjalankan pesan dan perintah Allah sesuai kadar kemampuan dan konteks dimana ia berada.

Kedua, ia menolak pedoman hidup yang datang bukan dari Allah. Penolakannya itu berarti emansipasi dan restorasi kebebasan esensialnya dari seluruh belenggu buatan manusia, supaya komitmennya kepada Allah menjadi bersih dan utuh.

Ketiga, ia bersikap progressif dengan selalu melakukan penilaian terhadap kualitas kehidupannya, adat istiadatnya, tradisi dan faham hidupnya. Bila dalam penilaiannya ternyata terdapat unsur-unsur syirik dalam arti luas, maka ia selalu bersedia untuk merubah hal-hal itu agar sesuai dengan pesan-pesan Ilaahi. Manusia-Tauhid adalah anti stagnasi karena ia tidak pernah menolak setiap perubahan yang positif.

Keempat, tujuan hidupnya amat jelas. Ibadah, kerja keras, hidup dan matinya hanya untuk Allah. Ia tidak pernah terjat ke dalam nilai-nilai palsu atau hal-hal yang hina (*disvalues*) sehingga tidak pernah mengejar kekayaan,

³⁷ Ibid, hal 21

kekuasaan dan kesenangan hidup sebagai tujuan. Sebaliknya, hal-hal diatas ia jadikan sarana belaka untuk mencapai keridhaan Allah.

Kelima, manusia-Tauhid memiliki visi yang jelas tentang kehidupan yang harmonis antara manusia dengan Rabb-nya. Begitu pun dengan lingkungan hidupnya, dengan sesama manusia, dan dengan dirinya sendiri. Pada gilirannya, visi tersebut akan mendorongnya untuk merubah dan membangun masyarakat di sekelilingnya, sehingga kewajiban membangun masyarakat yang *jumud* (stagnan) menjadi masyarakat yang baru dipandang sebagai misi utama sepanjang hidupnya.

2. Tawakkal dan Pembebasan dari Rasa Takut

Al Qur'an sangat menekankan sikap tawakkal kepada Allah sebagai salah satu unsur psikologis yang dapat memberikan inspirasi tentang kepercayaan diri dan ketenangan, serta menjauhkan rasa takut sebagai salah satu cara untuk memiliki kekuatan jiwa. Sebab, tawakkal melindungi seseorang dari kegelisahan jiwa yang merusak

dan membangkitkan perasaan lemah dalam menghadapi kekuatan manusia dan permasalahan hidup.

Dengan demikian, tawakal merupakan unsur pelindung dari ancaman sesuatu yang tidak diketahui atau tidak terlihat, sesudah manusia memiliki unsur-unsur lain untuk mencapai hasil kerja yang baik, dan sesudah ia mengerahkan seluruh kemampuannya untuk bekerja.

فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ ۗ

“Kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad, maka bertawakallah kepada Allah”.(Qs Ali Imran (3) : 159)

Dalam sebuah riwayat, disebutkan Rasul Saw berdialog dengan Jibril. Rasul bertanya, “Apa yang dimaksud dengan tawakal kepada Allah itu?”.

Maka Jibril menjawab, “Tawakkal adalah mengetahui bahwa makhluk itu tidak dapat memberi mudharat atau manfaat, tidak dapat memberi atau menahan pemberian, serta memutuskan harapan dari manusia. Kalau seorang hamba sudah bertawakal seperti itu, maka dia tidak bekerja untuk siapapun kecuali Allah, tidak berharap dan tidak takut

kecuali kepada-Nya, serta tidak pula taat kepada siapapun kecuali Allah”.

Suatu saat Jafar Shadiq ditanya, “Apa batasan tawakal itu?”. Beliau menjawab, “Keyakinan”. Orang tersebut bertanya kembali, “Apa itu keyakinan?”. Beliau berkata, “Hendaknya engkau tidak takut kepada apa pun selain Allah”.

Orang yang bertawakal tidak akan mudah tertekan oleh situasi yang menjepitnya pada kondisi serba sulit. Ia tetap mampu berfikir rasional dan bertindak secara tepat pada saat krisis. Kepanikan dan ketakutan tidak bisa menguassainya dan menjadikan ia lemah dan tunduk terhadap situasi, seseorang yang bertawakal laksana sebuah karang yang kokoh ditengah badai samudera.

Dalam kehidupan sehari-hari seringkali kita dijepit kesukaran sampai tidak mampu lagi berfikir secara rasional. Rasa tawakkal kita kepada Allah akan mendorong kita untuk mampu keluar dari tekanan hidup, baik berupa tekanan ekonomi, sosial, politik maupun mental. Orang yang bertawakal tidak menyerah pada rasa takut akan kelaparan atau kehilangan sumber penghidupan, takut miskin dan takut mati.

Pada saat itulah tingkat tawakal kita diuji. Ketika akal buntu, hati sempit, dan kebingungan mendera, jernihkanlah hati, pikiran dan emosi kita sampai pada titik nol. Temukanlah Allah akui kelemahan kita, mengadulah padanya dan serahkan segenap permasalahan kita kepadanya untuk dibantu dan dibimbing. Katakanlah : “Cukuplah Allah sebagai Penolongku”.

Seringkali kegagalan dalam keluar dari tekanan disebabkan manusia melulu mengandalkan akalnya sehingga yang lahir adalah stres, emosi, atau terjebak dengan perilaku hidup yang tidak lurus, dan tidak jarang berakhir dengan bunuh diri. Padahal tidak semua hal bisa dirasionaliasikan, tidak semuanya bisa kita jangkau dengan penalaran kita. Karenanya kesadaran bertawakal dapat menjadi tuntunan dalam keluar dari kesulitan dan tekanan, baik yang datangnya dari persoalan ekonomi, maupun dari manusia-manusia yang berlaku tidak adil (menindas).

3. Qanaah dan Pembebasan dari Hedonisme

Hedonisme adalah sebuah sikap yang gencar memburu kesenangan dan kepuasan pribadi, baik itu harta benda, hiburan, kekuasaan, maupun seks.

Dalam upayanya membangun kekuatan jiwa, Islam memberi petunjuk kepada ummatnya untuk bersikap *Qana'ah* (merasa cukup) dan menjauhkan diri dari perilaku bersenang-senang, memuaskan hasrat dan kenikmatan belaka (*hedonisme*).

Rasa cukup terhadap apa yang ada, merupakan ungkapan tentang kecukupan diri sehingga membuat seseorang tidak mengorbankan kemampuan dan potensinya secara membabi buta untuk memperoleh sesuatu yang diinginkannya.

Seorang yang *qana'ah* akan berfikir panjang dan positif, karena sadar bahwa kehidupan sesungguhnya adalah di akhirat nanti, ia akan menggunakan segenap potensi materil dan psikisnya demi kehidupan di *yaumul akhir* nanti. Mengumpulkan harta benda, kekayaan, menghabiskan uang untuk benda-benda yang tidak sepenuhnya diperlukan akan mendorong manusia untuk terus-menerus menjadi hamba keiinginan dan hasratnya, berfikiran sempit dan tidak punya arah. Jafar As Shadiq ra mengatakan, “Alangkah buruknya

seorang mu'min jika dia mempunyai keinginan yang membuat dirinya menjadi hina”.

Realitas ummat muslim saat ini sungguh menggetirkan. Gaya hidup konsumtif begitu mengikat, sehingga tertutup dari kesadaran akan empati sosial, bersikap individualis dan materialis. Bahkan pada bulan Ramadhan pun, nafsu hedonis begitu membuncah. Lihat saja, anggaran berbelanja rumah tangga justru meningkat pada bulan dimana kita dilatih untuk *zuhud* dan *qana'ab*. Bukankah pada akhir ramadhan yang penuh justru pusat-pusat perbelanjaan, bukannya masjid-masjid? Jadi sebenarnya, kita hendak mencari berkah ramadhan dimana?

Wajar sudah sekitar 1431 kali ramadhan dilakukan, kita tidak pernah menang melawan hasrat kita sendiri. Ironisnya, kita tidak malu untuk ikut merayakan hari kemenangan (Idul Fitri), Padahal secara logika, hari kemenangan hanya pantas dirayakan oleh orang-orang yang berhasil memenangkan pertempuran.

Hedonisme akan menghancurkan harga diri kita, banyak dari manusia yang rela menggadaikan harga diri dan kehormatannya demi memperoleh apa yang diinginkannya. Hal ini menunjukkan bahwa sikap-sikap pemenuhan hasrat,