

MENGENAL NAFS (II) : EMPAT TAHAPAN MENCAPAI KESEMPURNAAN NAFS

<"xml encoding="UTF-8?>

Oleh: Quito R. Motinggo

TAHAPAN PERTAMA -MENEMUKAN DIRI

Imam Ali as bekata : "Aku heran kepada orang yang manakala kehilangan benda miliknya, dia bersegera mencarinya, tetapi manakala diri insaninya hilang, dia enggan mencarinya" (Mizan al-Hikmah 6 : 141).

Manusia yang kehilangan nafs (diri)-nya adalah manusia yang kehilangan diri insaninya, manusia yang kehilangan kesadarnya. Mereka ini adalah orang-orang yang nafs-nya ditarik oleh kecederungan duniawinya. Mereka lebih menghargai nilai-nilai duniawi daripada nilai-nilai spiritual (ruhani). Imam Ali as mengatakan : Ahlud dunya karakbin yusaru bihim wa hum niyâm - para ahli duniawi itu seperti pengendara yang berjalan dengan kendaraannya sementara mereka tertidur (Nahjul Balaghah, Hikam 64). Ini artinya bahwa para pecinta dunia adalah orang-orang yang telah kehilangan kesadarnya. Mereka terjebak oleh rutinitas hidup yang cenderung duniawi atau lebih tepatnya hidup sekadar memenuhi kebutuhan-kebutuhan jasmani belaka. Padahal pusat dari diri insani manusia berada pada kesadarnya, yaitu kesadaran insani yang melampaui kesadaran hewani, kesadaran yang melibatkan esensi dan seluk beluk dari obyek kesadarnya. Kesadaran ini mampu melampaui kesadaran lingkungan yang hanya diperoleh melalui indera jasadi. Kesadaran ini juga mampu untuk melakukan generalisasi sehingga melampaui batasan-batasan lingkungannya. Kesadaran insani tidak bergantung pada kekinian dan mampu memperhitungkan masa mendatangnya, sehingga sanggup mengubah sejarah. Inilah bentuk kesadaran yang membedakan nafs (diri) insani dari nafs (diri) hewani.

Perubahan-perubahan nafs dari nafs hewani ke nafs insani dapat digambarkan sebagai suatu perjalanan atau pendakian dari ketidak sempurnaan menuju kesempurnaan atau dari kelalaian menuju kepada ingatan dan kesadaran. "Janganlah kamu termasuk orang yang melupakan

Allah lantas Allah menjadikan mereka lupa akan dirinya sendiri" (QS 59 : 19; "Dan Kami telah menunjukkan kepadanya dua jalan, tetapi dia tiada menempuh jalan mendaki lagi sukar !" (QS 90 : 10-11).

Realitas manusia meskipun tunggal, tetapi memiliki indra-indra dan dimensi yang majemuk. Kesatuan manusia terletak pada kesadarannya yang diarahkan pada satu arah, yaitu Ruh Ilahi, sementara kemajemukannya berkaitan dengan jasad yang memiliki banyak sisi dan bagian.

Ruh Allah digambarkan sebagai pusat lingkaran sementara sekelilingnya adalah jasad. Nafs yang ditarik oleh kecenderungan jasadi sehingga berpaling dari pusat kepada sekelilingnya membuat nafs menyebar dan terpecah-pecah. Keadaan nafs yang terpecah-pecah inilah yang disebut hilangnya kesadaran. Sebaliknya, jika nafs mengarah kepada pusat lingkaran atau sumbernya sendiri (Ruh Ilahi), ia menjadi menyatu dan menyeluruh dalam kesatuan. Ingatan dan kesadaran yang penuh berada dalam keadaan seperti ini (Sachiko Murata, *The Tao of Islam*, edisi terjemahan, hal.333).

TAHAPAN KEDUA - MEMBEBASKAN DIRI

Imam Ali as berkata : "Manusia di dunia ini terbagi menjadī dua : yang pertama adalah mereka yang datang ke (pasar) dunia ini dan menjual dirinya sehingga menjadi budak. Yang kedua adalah mereka yang membeli dirinya di pasar ini dan menjadikannya merdeka." (Nahjul Balaghah).

Orang yang menjual dirinya adalah orang-orang yang terampas kesadarannya sehingga ia kehilangan dirinya. Orang ini menyerahkan kebebasannya kepada orang lain, karenanya Imam mengatakan orang ini telah menjadikan dirinya budak ! Budak bagi kecenderungan-kecenderungan jasadnya. Sementara orang yang membeli dirinya menjadi orang yang merdeka dan terbebaskan ! Ini juga berarti bahwa kebebasan dan kemerdekaan tidak bisa tidak harus diperjuangkan dan tidak bisa diperoleh secara cuma-cuma. Sebelum ia membebaskan dirinya dari belenggu-belenggu kecenderungan jasadi, pertama-tama sekali ia menemukan diri sejatinya. Ia harus mendapatkan kesadaran dari penemuan akan diri sejatinya itu. Kesadaran inilah yang nantinya akan mengantarkannya kepada upaya pembebasan !

Salah satu tugas para nabi adalah membuang beban dan belenggu dari manusia ! "...yang membuang dari mereka beban-beban dan belenggu-belenggu yang ada pada mereka" (QS 7 : 157).

Contoh yang paling indah tentang usaha pembebasan nafs ini digambarkan Alquran mengenai perdebatan Nabi Ibrahim as dengan kaumnya : "Maka Ibrahim membuat berhala-berhala itu hancur terpotong-potong, kecuali yang terbesar (induk) dari patung-patung yang lain, agar mereka kembali kepadanya. Mereka berkata : "Siapakah yang melakukan perbuatan ini terhadap tuhan-tuhan kami, sesungguhnya dia termasuk orang-orang yang zalim ?" Mereka berkata : "Kami dengar ada seorang pemuda yang mencela berhala-berhala ini yang bernama Ibrahim". Mereka berkata : "(Kalau demikian) bawalah dia dengan cara yang dapat dilihat orang banyak, agar mereka menyaksikan". Mereka bertanya : "Apakah kamu yang melakukan perbuatan ini terhadap tuhan-tuhan kami, hai Ibrahim ?" Ibrahim menjawab : "Sebenarnya patung yang besar itulah yang melakukannya, maka tanyakanlah kepadanya jika mereka dapat berbicara !" Maka mereka telah kembali kepada kesadaran mereka..." (QS. Al-Anbiyâ : 58-64). Alquran megatakan dengan indahnya : "Faraja'û ilâ anfusihîm", "maka mereka kembali kepada diri mereka sendiri !", bahwa pada detik dan saat itu orang-orang yang berdebat dengan Ibrahim menemukan kembali diri mereka sendiri ! (Murtadha Muthahhari, Haula al-Tsaurah al-Islamiyyah, hal. 3).

Penemuan diri kaum Ibrahim diperoleh melalui proses berpikir, walaupun setelah itu mereka mengabaikan penemuan dirinya, itu soal lain. Paulo Freire di dalam bukunya Pendidikan Kaum Tertindas membagi pemikir menjadi dua : pemikir naif dan pemikir kritis. Bagi pemikir naif, yang penting hanyalah membagi tempat bagi hari ini, sebaliknya bagi pemikir kritis, yang penting adalah kelanjutan dari perubahan realitas, kelanjutan dari proses pembebasan ! " Sesungguhnya Allah tidak akan mereformasi suatu kaum sehingga mereka mereformasi diri (nafs) mereka sendiri." (QS Ar-Râ'du : 11). Perubahan eksternal tidak dapat terwujud sebelum perubahan internal diwujudkan. Mungkin inilah yang dimaksud bahwa kebebasan tidak bisa diperoleh begitu saja, kebebasan harus diperjuangkan dengan segenap keteguhan hati. Dengan kata lain, seseorang harus kembali kepada pusat kesadarannya dan menjaganya agar tetap di sana. Selama seseorang memiliki kesadaran akan dirinya, keinginan dan kehendak untuk bebas merdeka akan terus mengusik nafs-nya.

Ketika Khalifah Utsman bin Affan gagal dalam usahanya membungkam protes dan kritik pedas dari Abu Dzarr ra atas kebijakan-kebijakan politiknya, akhirnya ia membuang Abu Dzarr ke Damaskus. Akan tetapi di Damaskus pun Abu Dzarr membut pejabat setempat gelisah dan menjadi gusar bukan main. Mu'awiyah yang menjabat gubernur di sana mengeluhkannya kepada Khalifah Utsman, sehingga Utsman kemudian mengirimkan budaknya kepada Abu Dzarr dengan membawa sekantung penuh uang dan berjanji akan membebaskan budaknya itu jika ia sanggup meyakinkan Abu Dzarr untuk menerima uang itu. Budak yang bermulut licin itu menemui Abu Dzarr, namun Abu Dzarr tidak goyah sedikitpun. Bahkan bertanya uang siapakah itu dan mengapa ditawarkan kepadanya, ia juga bertanya uang siapakah itu dan mengapa ditawarkan kepadanya. Ia juga bertanya apakah orang lain juga diberi sebagaimana dirinya. Abu Dzarr dengan tegas menolak pemberian uang tersebut. Budak itupun mulai putus asa dan akhirnya ia mencoba menggugah perasaan religius Abu Dzarr : "Tidakkah engkau ingin membebaskan budak ?" "Ya, tentu," jawab Abu Dzarr. "Saya adalah seorang budak Utsman, dan ia berjanji akan membebaskan saya, jika Anda menerima uang ini. Oleh karena itu, lakukanlah itu demi saya," kata budak itu. Abu Dzarr menjawab, "Saya sangat menginginkan kebebasanmu, tetapi jika saya menerima uang ini, Anda akan mendapatkan kebebasan Anda, sementara saya akan menjadi seorang budak Utsman (Murtadha Muthahhari, The Unschooled Prophet). Mungkin ini salah satu bentuk money politik ? Terlepas dari itu semua, kita melihat bahwa Abu Dzarr bisa menjadi contoh yang baik. Ia tidak rela menjual harga dirinya dengan nilai-nilai materi. Ia juga tidak rela dibeli oleh siapapun ! Ini merupakan contoh dari seorang manusia merdeka dan terbebaskan !

Kesadaran Ilahiyyah

Kesadaran untuk merdeka dari ikatan-ikatan materi, jasadi, dan duniawi diperoleh oleh mereka yang telah menemukan asal dan tujuan dari keberadaannya. Imam Ali as berkata : "Semoga Tuhan memberkahi orang yang tahu darimana ia datang, di mana ia berada sekarang, dan ke mana ia akan pergi" (Muthahhari, Human Being in the Qur'an). Alquran sendiri mengatakan : Innâ lillâhi wa innâ ilaihi raji'ûn - sesungguhnya kami milik Allah dan kepada-Nyalah kami kembali.

Kesadaran akan asal diri membuat manusia sadar bahwa keberadaannya harus dinilai dari sisi insaniyyah-nya, bukan dari basyariyyah (fisik)-nya. Sisi insaniyyah-nyalah yang membawanya pada kemuliaan. Dan karena alasan ini pulalah manusia harus berusaha membebaskan nafsa-nya dari tarikan jasad atau duniawinya. Memang tak bisa diingkari bahwa tarikan jasadi atau duniawi sangatlah kuat, karena manusia adalah anak-anak dunia, Imam Ali as mengatakan :

"Manusia adalah anak dunia dan seseorang tak bisa disalahkan karena mencintai ibunya"
(Nahjul Balaghah, Hikam 313).

Hal ini dimaksudkan bahwa manusia harus disapih, ia harus biasa dan bisa memisahkan diri dari ibunya. Ia tidak boleh terus menetek dan bergantung kepada susu ibunya. Ia mesti berjuang dan berjuang untuk membebaskan dirinya dari keterikatan dan kebergantungan yang berlebihan kepada ibunya yaitu dunia. Perjuangan ini mesti ia lakukan agar ia sanggup menjadi manusia merdeka, menjadi Insan Sejati !

TAHAPAN KETIGA - MENAKLUKKAN DIRI (JIHAD AL-NAFS)

Berbeda dengan maujud-maujud lainnya, manusia adalah maujud yang dapat terpisah dari keinsanannya. Jika kita tak dapat memisahkan batu sifat ke-batu-an dari sebongkah batu dan tidak bisa memisahkan sifat ke-kucing-an dari seekor kucing atau sifat ke-harimau-an dari seekor harimau, sebaliknya manusia justru harus bersusah payah mewujudkan ke-insan-an pada dirinya. Manusia harus berjihad dan berperang terhadap nafs-nya untuk menjadi manusia yang utuh. Ia mesti menaklukkan nafs hewani-nya karena kecenderungan-kecenderungan hewaninya ini merupakan musuhnya yang terbesar. Jika ia tidak berjuang menaklukkan musuhnya ini, ia tidak berbeda dengan hewan.

"Musuhmu yang paling berbahaya adalah musuhmu yang ada di antara dua sisimu (lambungmu)" (Al-Bihar 70 : 64).

Imam Musa al-Kazhim as berkata : "Berjihadlah atas nafs (diri)-mu untuk menolaknya dari hawa (nafs)-nya karena sesungguhnya itu merupakan kewajiban atasmu sebagaimana berjihad terhadap musuhmu !" (Al-Bihar 78 : 315).

Seperti terhadap urusan-urusan duniawi, kitapun harus membuat program untuk melatih diri

kita daam rangka menaklukkan atau menjinakkan nafs kita agar terkendali. Tanpa riyadah (latihan dan disiplin) kita hanya akan menjadi makhluk yang tiada berbeda dengan hewan. Rutinitas kita di dalam urusan-urusan duniawi tidak akan meningkatkan nilai nafs kita. Kita tidak akan terangkat menjadi Insan Ilahiyyah, manusia yang berjiwa ketuhanan.

Mungkin Imam Ali as bisa menjadi contoh insan yang telah berhasil menaklukkan diri (nafs)-nya, yaitu ketika beliau berperang tanding melawan musuhnya. Ketika musuhnya terjatuh, Imam segera mengayunkan pedangnya, namun sebelum Imam menggerakkan pedangnya, musuhnya meludahi wajah beliau. Wajah Imam Ali memerah karena marah. Namun yang mengejutkan musuhnya, Imam justru berbalik mengurungkan niat untuk membunuhnya. Hal ini menyebabkan sebagian sahabat beliau bertanya kepada Imam : "Mengapa Anda tidak jadi membunuhnya ?" Imam menjawab, "Pada awalnya aku berperang demi Tuhan, tetapi ketika lelaki itu meludahi wajahku, kemarahanaku telah mengubah niatku itu, aku marah bukan karena-Nya lagi, karena itu kuurungkan niatku untuk membunuhnya. Aku takut jika aku membunuhnya bukan karena Allah tetapi karena diriku semata !" Suatu sosok pribadi yang mulia telah memberikan contoh yang begitu menarik untuk direnungi. "Dan orang-orang yang berjihad di jalan Kami, benar-benar akan Kami tunjukkan kepada mereka jalan-jalan Kami" (QS Al-Ankabût : 69).

TAHAPAN KEEMPAT - MEMFANAKAN DIRI

Memfanakan diri atau meniadakan diri adalah upaya untuk hijrah dari rumah kendirian (ego). Ini tahapan tertinggi di dalam jenjang (maqam) para sufi. Biasanya setelah ini para sufi akan sirna dalam Allah (Wahdat al-Wujud). Pada saat ini kita masih terperangkap dalam kendirian kita yang teramat gelap. Kita masih berputar-putar dalam keinginan-keinginan diri kita semata. Apapun yang kita inginkan, kita menginginkan untuk diri kita sendiri. Pandangan dan pikiran-pikiran kita hanya terpaku pada kepentingan-kepentingan dunia belaka. Karena itu tahapan ini seseorang harus rela menanggalkan cinta diri dan cinta dunia. Ia harus meneladani Nabi Musa as yang hendak menghadap Tuhanya. Allah Swt berfirman : "Sesungguhnya Aku ini Tuhanmu, maka tanggalkanlah kedua terompahmu. Sesungguhnya kamu berada di lembah yang suci. Thuwa !" (QS Thaha : 12). Sebagian ahli 'irfan menakwilkan kedua terompah sebagai diri dan dunia. Karena itu di kalangan para arif ada golongan khala' al-na'lain (melepaskan kedua terompah). Diri merupakan berhala terbesar. Betapa sering kita senang mendengar jika kita

dipuji-puji orang. Kita selalu melakukan kebaikan atau amal saleh hanya jika itu mendatangkan keuntungan bagi kita dan pada saat yang sama pula kita menolak kebenaran dan kebaikan jika itu tidak mendatangkan keuntungan pada diri kita. Semua tindak tanduk kita terpusatkan pada diri kita sendiri. Bahkan kedulian dan perhatian kita kepada orang lain hanya muncul apabila itu mendatangkan keuntungan bagi kita. Mungkin inilah yang dinamakan egoisme, yang menarik seseorang kepada keinginan-keinginan diri sendiri semata.

Manusia memang memerlukan tangan-tangan gaib untuk dapat membebaskannya dari kuil diri atau dari penyembahan diri yang tiada disadarinya. Tangan-tangan gaib itu adalah para nabi dan para wali-Nya yang suci. Saya akan menutup tulisan ini dengan sebuah hadis Nabi Saww.

Seseorang bernama Majasyi' datang kepada Rasulullah Saww dan bertanya kepada beliau : "Wahai Rasulullah, bagaimana jalan menuju pengenalan kepada Allah (al-Haqq) ?" Rasul Saww menjawab : "Pengenalan diri". Orang itu bertanya lagi : "Wahai Rasulullah, bagaimana cara menyesuaikan diri dengan Allah ?" Rasulullah Saww menjawab : "Menyelisihi (nafs) ego". Orang itu bertanya lagi : "Wahai Rasulullah, bagaimana jalan menuju keridhaan Allah ?" Jawab Nabi : "Membenci ego." Dia bertanya lagi : "Wahai Rasulullah, bagaimana cara untuk sampai kepada Allah?" Jawab Nabi : "Hijrah dari ego." Orang itu bertanya lagi : "Wahai Rasulullah bagaimana jalan untuk taat kepada Allah". Jawab Nabi : "Menentang ego". Orang itu bertanya lagi : "Wahai Rasulullah, bagaimana cara berzikir kepada Allah ?" jawab Nabi : "Melupakan ego."

Dia bertanya lagi : "Wahai Rasulullah, bagaimana cara mendekat kepada Allah ?" Jawab Nabi : "Menjauhi ego."

Dia bertanya lagi : "Wahai Rasulullah, bagaimana cara berakrab dengan Allah ?" Nabi menjawab : "Melepaskan diri dari ego."

Akhirnya orang itu bertanya lagi : "Wahai Rasulullah, bagaimana jalan untuk mencapai-Nya ?" Rasulullah saww menjawab : "Memohon pertolongan kepada Allah di dalam mengatasi ego."
.((Mizan al-Hikmah 6 : 142-143).] (Jakarta, 8 Juni 1999