

# Kesempurnaan Jasmani dan Rohani

---

<"xml encoding="UTF-8">

Manusia terdiri dari dua unsur utama, yaitu jasmani dan rohani. Di satu sisi, unsur jasmani telah sempurna sejak penciptaannya dan hanya perlu dirawat agar tetap optimal. Sebaliknya, unsur rohani harus terus diperbaiki melalui upaya spiritual. Kesempurnaan jiwa sangat bergantung pada pembangunan unsur rohani, yaitu dengan mengenali dan mendekatkan diri kepada Allah

Selain itu, alam semesta sendiri diciptakan dalam keadaan bertasbih kepada Allah. Guruh, tumbuhan, dan seluruh ciptaan memuji-Nya secara konstan. Doa, adzan, syahadat, dan gerakan shalat merupakan manifestasi pengakuan terhadap keesaan Allah. Demikian pula, manusia memiliki kapasitas tertinggi dalam mengenal Allah, sebagaimana yang dicontohkan oleh Nabi Adam, yang mampu menyebutkan nama-nama yang tidak diketahui oleh para malaikat dalam proses penciptaannya sebagai khalifah di bumi

## Langkah-Langkah Mencapai Kesempurnaan Rohani

:Untuk mencapai kesempurnaan rohani, terdapat dua hal fundamental yang harus dilakukan

Melakukan segala sesuatu yang baik .1

Meninggalkan segala sesuatu yang buruk .2

تَزْكِيَةُ النَّفْسِ Dalam konteks ini, ilmu irfan, tasawuf, dan akhlak menyebut proses ini sebagai ta allī, menghiasi diri) dengan) تَحْلِينٌ tazkiyatun nafs, penyucian jiwa). Selanjutnya, proses sifat-sifat baik mencakup kewajiban (wājibāt) serta amal yang dicintai Allah (sunnah). Meskipun seluruh perbuatan manusia diatur dalam lima hukum Islam, pada intinya, setiap individu harus memilih antara melakukan kebaikan dan meninggalkan keburukan

:Adapun, terdapat dua jenis kebaikan yang perlu diinternalisasi

Kebaikan universal (esensial): tercatat dalam Al-Qur'an dan diakui secara universal, seperti .1  
.kejujuran dan keadilan

Kebaikan relatif: bergantung pada norma sosial, contohnya menghormati orang tua melalui .2

.tradisi mencium tangan sebagai bentuk penghargaan

Oleh karena itu, seorang Muslim harus berupaya mewujudkan kedua jenis kebaikan tersebut tidak hanya sebagai hiasan lahiriah, tetapi hingga meresap menjadi bagian dari dirinya. Di sisi mengosongkan diri) dengan <sup>تَحْلِينٌ</sup> lain, manusia juga harus menjalankan prinsip takhallī .meninggalkan segala bentuk keburukan, baik yang bersifat esensial maupun relatif