

**KHALWAT MENURUT SIHABUDDIN `UMAR
AS-SUHRAWARDI DALAM KITAB AWARIF
AL-MA`ARIF DAN KESEHATAN JIWA
DALAM PANDANGAN PSIKOLOGI BARAT**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata 1 dalam Ilmu
Ushuluddin
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi**



Oleh:
MUHAMAD SAIFULLOH
(104411057)

**JURUSAN TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO**

SEMARANG

2017



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS SYARIAH DAN HUKUM
Jl. Prof. Dr. Hamka (Kampus III) Ngaliyan Semarang Telp.(024)7601291
Fax.7624691 Semarang 50185

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Lamp : 4 (empat) Sks

Hal : Naskah Skripsi

A.n. Sdr. Muhamad Saifulloh

Kepada Yth.

Bapak Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

UIN Walisongo Semarang

Assalamu 'alaikum, Wr.Wb.

Setelah saya menyusun dan mengadakan perbaikan seperlunya. Bersama ini saya kirim naskah skripsi Saudara :

Nama : Muhamad Saifulloh

NIM : 104411057

Judul : **Khalwat Menurut Sibabuddin 'Umar as-Suhrawardi dalam Kitab Awarif Al-Ma'arif dan Kesehatan Jiwa dalam Pandangan Psikologi Barat.**

Dengan ini saya mohon kiranya skripsi Saudara tersebut dapat segera di Munaqasyahkan.

Demikian harap menjadikan maklum.

Wassalamu 'alaikum, Wr.wb.

Pembimbing I

Dr. H. Sulaiman, M.Ag

NIP. 19730627 200312 1 003

Semarang, 11 Juli 2017

Pembimbing II

Fitriyati, S.Psi., M.Si

NIP. 19690725 200501 2 002



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS SYARIAH DAN HUKUM

Jl. Prof. Dr. Hamka (Kampus III) Ngaliyan Semarang Telp (024)7601291
Fax. 7624691 Semarang 50185

PENGESAHAN

Nama : Muhamad Saifulloh

NIM : 104411057

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Telah dimunaqasyahkan oleh Dewan Penguji Fakultas Ushuluddin dan
Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, pada tanggal : 26
Juli 2017

Dan dapat diterima sebagai kelengkapan ujian akhir dalm rangka menyelesaikan
studi Program Sarjana Strata I (S1) Tahun akademik 2017-2018 guna
memperoleh gelar dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora.

Semarang, 26 Juli 2017

Dewan Penguji

Ketua Sidang

Moh. Mas'ud, M.Ag

NIP. 197204092000071038

Penguji I

Nidloimun Ni'am, M.Ag

NIP. 195808091995031001

Pembimbing I

Dr. Sulaiman, M.Ag

NIP. 197306272003121003

Sekretaris Sidang

Dra. Yustrian, M.Ag

NIP. 19640302199303

2001

Penguji II

Bahroon Anshori, M.Ag

NIP. 19750503200604

1001

Pembimbing II

Fitriyati, S.Psi., M. Si

NIP. 19690725200501

2002

MOTTO

 فَادْكُرُونِيْٓ اَذْكُرْكُمْ وَاَشْكُرُوْا لِيْ وَلَا تَكْفُرُوْا

Artinya: “Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya Aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari nikmat-Ku”. (**QS. Al-Baqarah: 152**)

“Jika aku menyembah-Mu karena takut neraka, maka bakarlah aku di dalamnya”. (**Rabiah al-Adawiyah**)

PERSEMBAHAN

Saya persembahkan karya ilmiah ini kepada :

1. Almarhumah ibuku yang selalu aku hadirkan melalui surat al-fatihah.
2. Bapak Dr. H. Sulaiman, M. Ag, Ibu Fitriyati, S.Psi.,M.Si, Bapak Wisnu Boentaran, S.Psi, Bapak Bahroon Ansori, M.Ag. di saat pikiranku terlintas nama Bapak dan ibu, aku termotivasi harus menyelesaikan tugas skripsiku.
3. Bapak Ibu dosen atau Asisten Dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang yang telah mengajarkan Ilmunya sehingga saya bisa menempuh gelar sarjana Strata Satu (S1).
4. Bapakku, terima kasih berkat darimu aku lahir ke dunia ini.
5. Mbah Mi, Kholiq, Kang Shodiqin, Mba Aris, Mba Us, Rara, Bahak, Ilul, Kang Nur, Kang Dhon, Ulin Nuha, Ahmad Munif, Afifa Liana dan Hilmy Fauziah Amy terimakasih atas setiap pertolongan dari kalian.
6. Sahabat-sahabatku di kampus yang selalu menemaniku selama menempuh kuliah di UIN Walisongo Semarang.
7. Semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

DEKLARASI

Dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab, penulis menyatakan bahwa skripsi ini tidak berisi materi yang telah dirangkai oleh orang lain atau diterbitkan. Demikian juga skripsi ini tidak berisi satu pun pikiran-pikiran orang lain, kecuali berisi informasi yang terdapat dalam referensi yang dijadikan bahan rujukan.

Semarang, 11 Juli 2017

Deklarator,



Muhamad Saifulloh

104411057

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Transliterasi kata-kata Arab yang dipakai dalam penyusunan skripsi ini berpedoman pada Surat Keputusan Bersama Departemen Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, pada tanggal 22 Januari 1988 Nomor: 157/1987 dan 0593b/1987.

I. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	alif	tidak dilambangkan	tidak dilambangkan
ب	ba'	B	Be
ت	ta'	T	Te
ث	sa'	Ṣ	es (dengan titik diatas)
ج	jim	J	Je
ح	H	Ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	kha'	Kh	ka dan ha
د	dal	D	De
ذ	zal	Z	Ze
ر	ra'	R	Er
ز	Za	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	Sad	Ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	Dad	Ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	ta'	Ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	za'	Z	zet (dengan titik di

			bawah)
ع	‘ain	‘	koma terbalik di atas
غ	Ghain	G	Ge
ف	fa’	F	Ef
ق	Qaf	Q	Oi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	‘el
م	Mim	M	‘em
ن	Nun	N	‘en
و	Waw	W	W
ه	ha’	H	Ha
ء	Hamzah	‘	Apostrof
ي	ya’	Y	Ye

II. Konsonan Rangkap Karena *Syaddah* ditulis Rangkap

متعدّده	Ditulis	<i>muta’addidah</i>
عدّه	Ditulis	<i>‘iddah</i>

III. Ta’ *Marbutah* di Akhir Kata

a. Bila dimatikan tulis *h*

حكمة	Ditulis	<i>Hikmah</i>
جزية	Ditulis	<i>Jizyah</i>

(Ketentuan ini tidak tampak terserap ke dalam bahasa Indonesia, seperti zakat, shalat, dan sebagainya, kecuali bila dikehendaki lafat aslinya).

b. Bila diikuti dengan kata sandang “*al*” serta bacaan kedua itu terpisah, maka ditulis dengan *h*

كرامة الأولياء	Ditulis	<i>karomah al-auliya</i>
----------------	---------	--------------------------

- c. Bila *ta' marbûtah* hidup maupun dengan harakat, fathah, kasrah, dan dammah ditulis *t*

زكاة الفطر	Ditulis	<i>zakat al-fitr</i>
------------	---------	----------------------

IV. Vokal Pendek

	Fathah	ditulis	A
	Kasrah	ditulis	I
	Dammah	ditulis	U

V. Vokal Panjang

Fathah + alif جاهلية	Ditulis Ditulis	Ā <i>Jāhiliyah</i>
Fathah + ya'mati تنسى	Ditulis Ditulis	Ā <i>Tansā</i>
Kasrah + ya'mati كريم	Ditulis Ditulis	Ī <i>Karīm</i>
Dammah + wawu mati فروض	Ditulis Ditulis	Ū <i>Furūd</i>

VI. Vokal Rangkap

Fathah + ya'mati بينكم	Ditulis Ditulis	Ai <i>Bainakum</i>
Fathah + wawu mati قول	Ditulis Ditulis	Au <i>Qaul</i>

VII. Vokal pendek yang berurutan dalam satu kata dipisahkan dengan aposrof

أنتم	Ditulis	<i>a'antum</i>
أعدت	Ditulis	<i>u'iddat</i>
لئن شكرتم	Ditulis	<i>la'in syakartum</i>

VIII. Kata Sandang Alif + Lam

a. Bila diikuti huruf *Qamariyyah*

القرآن	Ditulis	<i>al-Qur'an</i>
القياس	Ditulis	<i>al-Qiyas</i>

b. Bila diikuti huruf *syamsiyah* ditulis dengan menyebabkan *syamsiyah* yang mengikutinya, serta menghilangkan huruf *l (el)*nya

السماء	Ditulis	<i>As-Samā'</i>
الشمس	Ditulis	<i>Asy-Syams</i>

IX. Penulisan kata-kata dalam rangkaian kalimat

Ditulis menurut penulisannya.

ذوى القروض	Ditulis	<i>Zawī al-furūd</i>
اهل السنة	Ditulis	<i>Ahl as-Sunnah</i>

ABSTRAK

Khalwat adalah menyendiri dari pengaruh duniawi. Sementara dalam tasawuf maknanya adalah penyendirian seorang salik ke tempat pengasingan (jauh dari keramaian orang-orang awam) untuk mengabdikan diri sepenuhnya untuk beribadah kepada Allah SWT, di bawah bimbingan Syaikh Sufi, dan untuk menyucikan jiwa dari segala jenis keyakinan palsu, pikiran dan perasaan yang keruh, konsep yang keliru, serta khayalan semu yang menjauhkannya dari Allah SWT. *Khalwat* diibaratkan sebagai tempat peleburan besi yang dengan nyala api ke-zuhudan nafsu dilebur, dimurnikan dari segala kotoran, indah bercahaya laksana sebuah cermin. Dengan cermin ini, tampaklah sesuatu yang tersembunyi. *Khalwat* adalah himpunan dari segala sesuatu yang saling bertentangan di dalam nafsu (*nafs*) berbagai latihan ruhani semisal sedikit makan, sedikit berbicara, menghindari berkumpul-kumpul dengan manusia, selalu berdzikir, menolak berbagai macam pikiran, dan senantiasa melakukan kontemplasi yang disertai rasa takut (*muraqabah*). Latihan-latihan ruhani (*riyadhat*) berusaha menjalankannya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Bismillahirrahmanirrahim

Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufiq dan hidayah-Nya, sehingga tersusunlah skripsi ini meskipun dalam bentuk yang relatif sederhana. Sholawat serta salam semoga tetap dilimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW, para keluarga, dan pengikutnya. Skripsi ini diajukan guna memenuhi tugas dan syarat untuk memperoleh gelar Sarjana di Universitas Negeri Walisongo Semarang Jawa Tengah`

Pada penyusunan skripsi ini tidak lupa penulis sampaikan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Bapak Prof. Dr. H. Muhibbin, M.Ag., selaku Rektor UIN Walisongo Semarang .
2. Bapak Dr. H. M. Mukhsin Jamil, M.A., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.
3. Bapak Dr. H. Sulaiman al-Kumayi M.Ag., selaku Ketua Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.
4. Ibu Fitriyati, S.Psi, M.Si., selaku Sekretaris Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.
5. Bapak Dr. H. Sulaiman al-Kumayi, M.Ag, selaku dosen pembimbing I serta Ibu Fitriyati, S.Psi., M.Si, selaku dosen Pembimbing II.

6. Bapak Ibu dosen atau Asisten Dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang yang telah memberikan materi perkuliahan kepada penulis.
7. Kepada Orang tua saya yang sudah memberikan dukungan baik materil maupun non materil selama penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini banyak memiliki kekurangan, untuk itu penulis mohon maaf kepada pembaca apabila terdapat kesalahan dalam segi bacaan maupun penulisan dalam skripsi ini serta saran-saran yang bersifat membangun agar menjadi pertimbangan dalam penulisan selanjutnya. Penulis berharap mudah-mudahan tulisan yang telah tersusun ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi umat Islam pada umumnya. Kepada Allah SWT penulis memohon apa yang menjadi harapan penulis terkabulkan. Amien.

Semarang, 11 Juli 2017
Penulis,

Muhamad Saifulloh
104411057

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
HALAMAN DEKLARASI	vi
HALAMAN PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN	vii
HALAMAN ABSTRAK	xi
HALAMAN UCAPAN TERIMA KASIH	xii
HALAMAN DAFTAR ISI.....	xiv
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	8
D. Tinjauan Pustaka	9
E. Metode Penelitian	24
F. Sistematika Penulisan	26
BAB II : LANDASAN TEORI KONSEP KHALWAT	
A. Pengertian Khalwat	27
B. Asal-Usul Khalwat	33
C. Khalwat Menurut Para Tokoh	35

1. Menurut Abu`l-‘Abbas Ahmad ibn Musthafa al-‘Alawi (w. 1934 M).....	35
2. Menurut ‘Ala’ud Dawlah as-Simnani (w. 6 Maret 1336)	36
3. Sayyidina Sufyan Rahimahumullah	36
4. Syaikh Abu Ali ad-Daqqaq r.a.....	36
5. Abu Yazid Bishtami	37
6. Abu Utsman al-Maghriby	37
7. Dzun Nuun al-Mishry	37
8. Al-Junayd al-Baghdadi	38
D. Khalwat Menurut Penulis	38
E. Langkah-Langkah Khalwat yang Pernah Dialami Oleh Penulis	
1. Mengontrol Indra-Indra Eksternal	38
2. Mempertahankan Kondisi Suci yang Terus Menerus	39
3. Berpuasa Terus-Menerus	39
4. Diam Terus-Menerus	40
5. Dzikir Menyebut Asma Allah Swt.....	41
6. Menghapus Pikiran-Pikiran Kacau dengan Membaca Kitab al-Qur’an dan Buku-Buku yang Menambah Keimanan	41
7. Menetapkan Hati Sepenuhnya pada Pembimbing	42
8. Berhenti Mengajukan pada Pembimbing....	42

BAB III : BIOGRAFI DAN KHALWAT MENURUT SYAIKH SIHABUDDIN `UMAR AS-SUHRAWRDI

A. Biografi Sihabuddin `Umar as-Suhrawardi	43
B. Khalwat Menurut Sihabuddin `Umar as-Suhrawardi	
1. Pengertian khalwat dan Dasar Melakukan Khalwat	45
2. Kondisi ketika Menjalani Khalwat	49
3. Mimpi ketika sedang Menjalani Khalwat ...	54
C. Pengalaman Sihabuddin `Umar As-Suhrawardi tentang Khalwat	60

BAB IV : ANALISIS KHALWAT MENURUT SIHABUDDIN `UMAR AS-SUHRAWARDI DI DALAM KITAB `AWARIF AL-MA`ARIF DAN KESEHATAN JIWA DALAM PANDANGAN PSIKOLOGI BARAT

A. Khalwat dan Kesehatan Jiwa	65
B. Khalwat dan Pandangan Psikologi Barat	68
C. Perbedaan dan Persamaan Pandangan Sihabuddin `Umar As-Suhrawardi dengan Pandangan Barat	
a. Perbedaan Pandangan Sihabuddin `Umar As-Suhrawardi dengan Pandangan Psikologi Barat.....	87

b. Persamaan Pandangan Sihabuddin ‘Umar As-Suhrawardi dengan Pandangan Psikologi Barat	90
--	----

BAB V : PENUTUP

A. Kesimpulan	92
B. Saran	95

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Modernisme yang diawali oleh Descartes (1596-1650) lahir pada 31 maret 1596 di la Haye, Perancis. Putra dari seorang pengacara, pada usia ke 17 tahun, Descartes mulai mengelilingi eropa. Dikenal sebagai bapak fisafat modern dari sebuah karya bukunya yang berjudul, “*Meditations*” aku berpikir maka aku ada (*cogito ergo sum*)¹ dan Newton. Dalam bukunya, Newton menjabarkan hukum gravitasi dan tiga hukum gerak yang mendominasi pandangan sains mengenai alam semesta selama tiga abad, nama lengkapnya Sir Isac Newton, lahir pada 1643 dan meninggal pada 1727 di usia yang ke 84 tahun. Adalah seorang fisikawan , matematikawan, ahli astronomi, filsuf alam, alkimiawan, dan teolog dari inggris. Mendapat gelar sebagai bapak ilmu fisika klasik dari karya bukunya *philosophie naturalis prinsiphia mathematica*, isi buku ini adalah dasar-dasar mekanika klasik² melahirkan pandangan hidup mekanistik dan atomik³. Ia

¹ Dr. C. George Boeree, “*Sejarah Psikologi; Dari Masa Kelahiran Sampai Masa Modern*”, Terj. Abdul Qadir Shaleh, Cet.II (Jogjakarta : Primasophie), 2007, h, 123-124.

² John Polkinghorne, “*Toeri Kuantum; Sebuah Pengantar Singkat*”, terj.Wahyu Untara, Cet. I (Yogyakarta : Penerbit Jendela), 2004, h, 1.

³ Mekanistik adalah suatu pemahaman tentang segala sesuatu sudah otomatis sesuai kerja mesin; berhubungan dengan mesin. Atomik adalah suatu pemahaman tentang segala sesuatu berisi senyawa kimia yang mengandung muatan listrik yang dapat berdiri sendiri dan dapat bersenyawa dengan unsur lain. Sumber:

tergambar dengan kemajuan teknologi dan pesatnya industrialisasi. Di samping berbagai efek positifnya modernisme juga melahirkan perombakan pola kognitif manusia. Berkaitan dengan pola kognitif manusia Jean Piaget berpendapat bahwa semua bayi terlahir dengan seperangkat sistem sensorimotorik yang memungkinkan mereka untuk menggabungkan pengalaman dan rangsangan dari interaksi lingkungan⁴. Dan setiap organisme yang hidup dilahirkan dengan dua kecenderungan fundamental, yaitu kecenderungan untuk adaptasi dan kecenderungan untuk organisasi. Mekanisme kehidupan masyarakat berubah menuju orientasi materi. Kehidupan keseharian seseorang dihabiskan dengan curahan perhatian yang “*religiously*” untuk materi. Definisi “sukses” dalam perbendaharaan kamus manusia modern selalu identik dengan penampilan fisik lahiriah dalam bidang material⁵. Kerangka berpikirdi atas, ternyata membuat manusia kehilangan kesahduan hidup, seni menghormati hidup, dan krisis identitas. Krisis identitas atau ketiadaan jati diri berakar pada sejumlah masalah, dalam pada itu manusia bukanlah hewan yang jalan

Bonafacio Alexander, S.S dan Yettik Wulandari, S.S, “*Kamus Poke Bahasa Indonesia*”, cet.I (Yogyakarta : Aksara Sukses), 2014, h,333 dan 98.

⁴ Lihat Dr. Lynn Wilcox, “*Personality Psychotherapy*”, penerj. Kumalahadi P, cet I (Jogjakarta : IRCiSoD), 2006, h,130. Lihat F.J.Monk, A.M.P. Knoers, dan Siti Rahayu Haditono, “*Psikologi Perkembangan; Pengantar Dalam Berbagai Bagianya*,” Terj. Siti Rahayu Haditono, Cet.X (Yogyakarta : Gadjah Mada University Press), 1996, h, 203.

⁵ Material adalah mementingkan kebendaan, lihat Bonafacio Alexander, S.S dan Yettik Wulandari, S.S, “*Kamus Poke Bahasa Indonesia*”, cet.I (Yogyakarta : Aksara Sukses), 2014, h, 331.

Paradigma adalah kerangka berpikir, *ibid*, h, 379.

hidupnya diproyeksikan oleh insting atau nalurinya. Berbeda dengan manusia yang hidup di masa lalu, kini manusia enggan berperilaku sesuai tradisi dan nilai-nilai. Oleh karena itu, ia tidak tahu apa yang harus diperbuat; apakah mengikuti jejak orang lain dan bergabung bersama komunitas sesamanya, atautkah hidup sendiri dan hanya melakukan apa yang diinginkan orang lain belaka. Peradaban manusia saat ini mencapai titik di mana kemajuan dalam bidang teknologi, terjadi pula peningkatan gejala stress yang semakin tinggi di kalangan penduduknya. Kekosongan spiritual menjadi salah satu pemicu fenomena ini⁶. Justru kerinduan akan ketentraman batin dan dambaan akan kebahagiaan jiwa semakin menggelembung. Etos kemakmuran jasmani ternyata secara efektif menyuburkan kegersangan dan kehausan rohaniyah.

Ketika manusia mencari kedamaian dengan mereduksi “langit Ilahiah” (*Divine Stratosphere*) ke atmosfir bumi saja, maka ia akan seperti layang-layang yang putus dari benangnya, tidak menyangkut ke langit dan tidak pula ke bumi. Manusia hidup bagai dalam mimpi, mungkin mengasyikkan sesaat, tapi akan segera hilang ditelan awan.⁷

Munculnya berbagai krisis manusia modern: krisis sosial, krisis struktural dan normatif, dalam kehidupan bersumber dari problem makna. Modernisme, dengan kemajuan teknologi dan

⁶ Lihat Ishaq Husaini Quhsari, “*Al-Qur’an dan Tekanan Jiwa*”, Terj, Muhammad Habibi Amrullah, cet, I (Jakarta : Sadra Press), 2012, hal, 121.

⁷ Ahmad Najib Burhani, “*Sufisme Kota: Berpikir Jernih Menemukan Spiritualitas Positif*”, cet, I (Jakarta : PT Serambi Ilmu Semesta), 2001, h, 177-178.

pesatnya industrialisasi dapat mencipta manusia meraih kehidupan yang luar biasa. Namun seiring dengan logika dan orientasi modern, kerja dan materi lantas menjadi aktualisasi kehidupan masyarakat dan gagasan tentang makna hidup terhancurkan. Implikasinya, manusia kemudian menjadi bagian mesin yang “mati”, dan menjadi- istilah Anthony Ziedersfeld- “masyarakat abstrak” (*the abstract society*). Masyarakat lantas tergiring pada proses “reifikasi” dan pendalaman keterbelakangan mentalitas. Manusia semakin terbawa arus deras desakralisasi⁸. Desakralisasi adalah suatu keadaan di mana manusia sudah meninggalkan sesuatu yang dianggap suci, bersih dan keramat. Juga mengalami dehumanisasi⁹, dehumanisasi adalah kemerosotan moral akibat hilangnya rasa kebersamaan, asas-asas perikemanusiaan diabaikan, manusia sudah bukan menjadi obyek terpenting dalam pergaulan hidup. karena ia terlalu disibukkan oleh pergulatan tentang subyek positif dan hal empiris. Dan lahirlah apa yang disebut Ivan Illich sebagai “materealisasi kesadaran”, atau “tirani kognitif” (Majid Tehranian)¹⁰.

Ekses negatif dari modernisme inilah yang menjadi salah satu penyebab maraknya kajian *tasawuf* di masyarakat. *Secara bahasa asal-usul kata tasawuf berasal dari beberapa kosa kata*

⁸ Lihat: Bonafacio Alexander, S.S. dan Yetik Wulandari, “*kamus Bahasa Indonesia*”, cet, I (Yogyakarta : Aksara Sukses), 2014, h, 431.

⁹ Lihat: *ibid*, h, 254.

¹⁰ Ahmad Najib Burhani, “*Sufisme Kota; Berpikir Jernih Menemukan Spiritualitas Positif*”, cet, I (Jakarta : PT Serambi Ilmu Semesta), 2001, h, 163-164.

bahasa arab dan yunani, para ahli yang menekuni dibidang ilmu tasawuf menyimpulkan bahwa kata tasawuf diambil dari kata seperti: (a).al-shufi yang artinya bulu domba (wol). (b). ashabi-shuffah adalah sahabat nabi yang miskin tidak memiliki tempat tinggal sehingga orang-orang itu menempati emperan masjid. (c). ash-shuffah yang artinya pelana kuda. (d). ash-shifa yang artinya bersih, jernih, dan obat. (e) ash-shaff yang artinya barisan. (f). ash-shafwanahu yang artinya tanaman sayuran. Dan (g) tasawuf berasal dari bahasa Yunani theosophos yang artinya kebijaksanaan Tuhan ¹¹. Ketika seluruh kehidupan menjadi begitu melelahkan dan kebudayaan justru melahirkan kegersangan rohaniah, terjadilah pendulum balik, spiritual menjadi sangat digemari oleh orang-orang yang dahulu menolak prinsip-prinsip rohani dalam hidup. Manusia lantas menggandrungi kearifan tradisional yang menjanjikan pengembalian manusia pada fitrah yang menembangkan hidup bermakna (*the meaningfull life*)¹². Spiritual yang diburu oleh korban modernisme atau “pasien”

¹¹ Lihat A.W.Munawwir, “*Kamus Al-Munawwir Arab-Indonesia Terlengkap*”, cet, XIV (Surabaya : Penerbit Pustaka Progresif),1997, h, 804.

Lihat Nasirudin, M.Ag, “*Pendidikan Tasawuf*”, cet,I (Semarang : RaSAIL Media Group),2009, hal, 1-2.

Lihat Dr.Lynn Wilcox, “*Personality Psychotherapy*”, cet, I, (Jogjakarta : IRCiSoD), 2001,hal,33.

Lihat juga Syaikh Syihabuddin ‘Umar Suhrawardi, *Awarif al-Ma’arif*”, Terj, cet, I, (Bandung : Pustaka Hidayah), 2007, h, 13-14.

¹² Mengenai hidup bermakna victor Frankl dalam logoterapinya membagi ke dalam 3 asumsi dasar: (a) kebebasan untuk bermakna, (b) kehendak untuk bermakna, dan (c) makna hidup. Lihat Bagus Takwin, “*Psikologi Naratif: Membaca Manusia Sebagai Kisah*”, cet, I, (Yogyakarta : Jalasutra), 2007, h, 67-68

mental akibat krisis itu tidak selalu memiliki kaitan dengan agama formal¹³. Banyak kelompok humanis dan atheis yang memiliki kematangan spiritual dan mengajarkannya kepada orang lain. Inilah yang disebut dengan lahirnya fenomena *new age*¹⁴. Suatu zaman baru atau “konspirasi baru dalam melihat dunia” -istilah Marylyn Ferguson- yang ditandai dengan pesatnya mistik dan spiritualitas dengan menawarkan pencapaian kepada *the Higher Conciousness* atau perhubungan diri manusia kepada sumber diri (*the Source*).

Karena spiritualitas tidak mesti memiliki keterhubungan dengan Tuhan, maka ia acap kali hanya sekedar berfungsi sebagai pelarian psikologis, obsesi dan kebutuhan rohaniah sesaat, sekedar memenuhi ambisi untuk mencari ketenangan sementara. Di sinilah terjadi apa yang disebut dengan “korupsi” dan “komoditi” spiritual. Spiritual bukan lagi untuk penyadaran diri terhadap realitas manusia yang sesungguhnya dan membimbing diri untuk menikmati hidup ini sebagai “tarian eksistensial”. Ia dijajakan di pasar-pasar untuk memenuhi ambisi, obsesi dan selera sesaat

¹³ Berdasarkan pengamatan dari Ahmad Najib Burhani , kecenderungan masyarakat modern mengikuti seminar spiritualitas dikarenakan dianggap mampu mengatasi problem psikologi. Ahmad Najib Burhani, “*sufisme kota: Berfikir Jernih Menemukan Spiritual Positif*,” cet, 1 (Jakarta : PTSerambi Ilmu Semesta),2001, h. 6.

¹⁴ *New age* (Indonesia: gerakan zaman baru) adalah suatu gerakan spiritual yang terbentuk di pertengahan abad ke-20. Merupakan gabungan dari spiritualitas Timur, dan Barat serta tradisi-tradisi metafisika yang mengemukakan suatu filsafat yang berpusatkan pada manusia. Gerakan ini mencoba menciptakan “suatu pandangan yang menggabungkan ilmu pengetahuan dan spiritualitas” dan oleh karenanya gerakan ini menganut berbagai bentuk ilmu pengetahuan dan ilmu semu. Sumber Dedi E Kusmayadi, “ *Spiritualitas: Agama Baru Untuk Naw Age*”, https://www.kompasiana.com/dediekusmayadi/spiritualitas-agama/baru-untuk-new-age_552b96776ea834c4238b458e. 13: 16 WIB.

konsumen. Maka spiritualitas menjadi termaterialisasi. Orang hanya menginginkan bentuk konkret dan “material” dari spiritualitas sebagaimana yang mereka dapatkan dari perkumpulan bela diri, tenaga dalam, dan aerobik.

Ketika spiritualitas termaterialisasi dan meremehkan fungsi religius parenial yang menyediakan bantalan vital dalam menghadapi perubahan kehidupan manusia dan mewadahi visi kehanifan dan fithrah rohaniah, maka selamaya ia harus bersedia menerima “kutukan”.

Tasawuf bukanlah spiritual yang sekedar tempat pengasingan diri¹⁵. Ia berusaha menampilkan visi religius otentik yang mengarahkan diri untuk melampaui diri. Sebuah visi yang tepat dalam menafsirkan dunia, dunia lain di luar dunia ini yang mungkin ada, dan melingkupi seluruh realitas. Sebuah komitmen yang lebih besar dari sekedar tujuan perkembangan pribadi dan spiritual *an sich*. Sebuah obsesi yang lebih tinggi dari sekedar pemahaman hidup di dunia dan materi. Dan karena tasawuf merupakan bentuk dari ajaran islam itu sendiri, maka ia banyak menjanjikan untuk memenuhi hasrat hidup manusia seutuhnya dari pada janji-janji spriritualisme sekejap. Ia bukan hanya untuk memahami realitas alam, tetapi ia juga untuk memahami eksistensi

¹⁵ Pengasingan diri atau uzlah atau khalwat ini adalah penyendirin dan menarik diri, dalam tsawuf dipahami sebagai penyendirian seoerang salik ke tempat pengasingan untukmengabdikan diri sepenuhnya beribadah kepada Allah. Adapun tujuanya adlah kembali kepda hati. Sulaiman Al-Kumayi,” *Cahaya Hati Penentrm Jiwa*’, cet, 1, (Semarang: Pustaka Nuun), 2005, h, 66-68

dari tingkat yang paling rendah hingga yang paling tinggi, yaitu dalam kehadiran ilahiah¹⁶.

Dari penjelasan di atas penyusun ingin menyampaikan ajaran tasawuf yang kontroversial, yaitu pada konsep khalwat (*retreat*), yaitu salah satu ritual yang diajarkan oleh hampir semua tarekat. Selain itu juga, peneliti juga akan menjelaskannya dengan menggunakan alat bantu psikologi Barat tentang kaitannya dengan kesehatan jiwa.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian tersebut perlu diteliti lebih lanjut tentang ajaran khalwat Syaikh Syihabudin ‘Umar Suhrawardi Asy-Syuyukh dalam kitab *Awarif al-Ma’arif*, yaitu tentang penertian khalwat, khalwat menurut para tokoh, pengalaman Syaikh Syihabuddin As-Suhrawardi tentang khalwat, berikut juga penjelasan menurut ilmu kesehatan Jiwa perspektif psikologi Barat baik itu perbedaannya maupun persamaannya mengenai khalwat ini.

C. TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui konsep khalwat yang terdapat di dalam kitab *Awarif al-Ma’arif* karya Syaikh Syihabuddin ‘Umar Suhrawardi as-Syuyukh dan menjelaskannya menurut ilmu kesehatan jiwa perspektif psikologi Barat.

¹⁶ Ahmad NajibBurhani, op.cit, h, 165-166

Adapun manfaatnya dari penelitian ini adalah adanya keterhubungan antara ilmu tasawuf dan psikologi dengan konsep khalwat tidak dipandang sebagai biang keladi dari mundurnya umat islam saat ini.

D. TINJAUAN PUSTAKA

Belakangan ini, kalau kita pergi ke toko-toko buku dan mengamati jenis buku yang paling laris, maka akan kita dapati buku psikologi, spiritualitas, persoalan *inner self*, dan masalah hati (*qalb*) tergolong jenis buku yang menduduki rangking awal. Kursus, seminar, dan pelatihan yang masuk kategori paling diminati oleh komunitas urban adalah kursus-kursus kepribadian, tasawuf, reiki dan sejenisnya¹⁷. Banyak kelompok akademisi dan sarjana yang membicarakan tema tasawuf dan psikologi, seperti karya dari tokoh sufi Syaikh Syihabuddin ‘Umar Suhrawardi yang ditulis ulang oleh H. Wilberforce Clark edisi bahasa Inggris *A Darvish Textbook from the ‘Awarif al-Ma’arif* (London: The Octagon Press,1990). Yang diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh Ilma Nugrahani Ismail dengan judul *‘Awarif al-Ma’arif: Puncak Pengetahuan Ahli Makrifat* (Bandung: Pustaka Hidayah, 2007). Adalah sebuah buku pegangan bagi kaum ahli tarekat. Buku inilah yang menuntun para salik dalam menjalani

¹⁷ Ahmad Najib Burhani, *Sufisme Kota: Berpikir Jernih menemukan Spiritualitas Positif*, cet,1, (Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta), 2001,h, 1.

tahap demi tahap bertarekat¹⁸. Di dalam buku ini dijelaskan bahwa khalwat adalah tradisi yang dipegang teguh oleh kaum sufi. Pelaksanaan khalwat selama empat puluh hari berasal dari tradisi Nabi Muhammad saw dan dari firman Allah swt. Kepada Nabi Musa as, Allah swt berjanji langsung dan menentukan tempat dan waktunya. Allah berfirman, “Berpuasalah selama tiga puluh hari tiga puluh malam.” Kemudian, Allah swt menambah sepuluh hari lagi dari waktu yang ditentukan. Selama kurun waktu itu, Nabi Musa as tidak makan dan tidak minum serta selalu beribadah kepada Allah untuk mempersiapkan diri berbicara dengan-Nya. Sebab untuk mendekatkan diri kepada Allah dan berbicara dengan-Nya, Nabi Musa as perlu melakukan khalwat, demikian juga manusia-manusia lainnya.

Bahkan, dalam kasus Nabi Muhammad saw, apa yang dilakukannya berupa menghindari *shuhbah*, menyendiri (untuk berbincang-bincang) dengan Allah swt, memisahkan diri dari manusia, mengurangi makan, dan tenggelam dalam zikir yang khusuk membuktikan hal itu. Jadi, bagi para pencari Allah swt, tradisi *khalwat* ini, tidak bisa tidak, haruslah dilakukan. Sumber yang mengatakan bahwa syariat menetapkan lamanya waktu *khalwat* selama empat puluh hari tidaklah jelas¹⁹.

¹⁸ H. Wilberforce, “*A Darvish Textbook From The ‘Awarif al-Ma’arif*”, Terj, Ilma Nugrahani Ismail, cet, 1, (Bandung: Pustaka Hidayah), 2007

¹⁹ H. Wilberforce, “*A Darvish Textbook From The ‘Awarif al-Ma’arif*”, Terj, Ilma Nugrahani Ismail, cet, 1, (Bandung: Pustaka Hidayah, 2007), h. 82

Karya Ibnu Atha'illah yang disyarah oleh Muhammad Luthfi Ghozali *Percikan Samudra Hikam: Syarah Hikam Ibnu Atha'illah As-sakandri jilid 1* (Semarang: Abshor,2006). Berisi tentang pendidikan akhlakul karimah, dengan kalimat-kalimat yang singkat dan sederhana tapi mengandung arti yang sangat luas, bagaikan lautan yang tak bertepi, yang relevansinya abadi sepanjang zaman, baik yang berkaitan dengan hubungan antara sesama hamba lebih-lebih hubungan antara seorang hamba kepada ma'budnya. Merupakan konsep yang logis dan masuk akal serta rambu-rambu jalan yang cemerlang, yang kemanfaatannya tidak diragukan lagi, bahkan hampir-hampir tidak ada seorangpun yang telah mendalami ilmu tasawuf dan menjalani alam kesufian, kecuali telah menyelami lautanaya, menenggak air susu dan madunya, bahkan tidak sedikit yang menjadi mabuk dengan arak murninya. Dalam kitab ini, Ibnu Athha'illah menjelaskan bahwa hakekat *khalwat* adalah mengosongkan hati dari selain Allah swt. Baik dengan menyepi meninggalkan dunia ramai dan menyendiri di dalam gua-gua di tengah hutan, maupun menyepi di dalam keramaian. Yaitu seorang sufi yang hatinya tetap selalu ingat dan berdzikir kepada Allah swt walau akalanya sedang sibuk mengurus urusan duniawi, atau seorang sufi yang ruhnya selalu wushul kepada rabbal 'alamin walau badanya sedang sibuk meladeni kebutuhan kemanusiaan. Masing-masing akan menjadi sama sebagai nilai *khalwat* apabila dengan keduanya (yang menyepi di

tempat sepi dan yang menyepi ditempat ramai) seorang sufi mampu mengosongkan dari yang selain Allah ta'ala.

Namun demikian, barang siapa mampu melaksanakan *khalwat* di tempat ramai dengan sempurna, sebagaimana yang diisyaratkan Allah ta'ala, maka tingkat derajat pahalanya akan lebih tinggi dari pada *khalwat* di tempat yang sepi. Sebab, tingkat kesulitan *khalwat* di tempat ramai jauh lebih besar dari pada *khalwat* ditempat sepi, juga yang demikian itu merupakan pertanda bahwa ia adalah orang yang hatinya telah mendapatkan Nur dari Allah swt.

Bukan termasuk *khalwat*, barang siapa meninggalkan dunia ramainya, meninggalkan keluarga dan masyarakatnya, datang ke tempat-tempat terpencil, di dalam hutan, di dalam gua-gua, atau ke kuburan-kuburan angker umpanya akan tetapi tujuannya hanya supaya ia menjadi orang kaya dan orang sakti mandraguna. Supaya mendapatkan linuwih, supaya mendapatkan pusaka-pusaka yang ampuh dan bahkan, supaya mendapatkan harta-harta karun dari dunia gaib yang diyakininya. Yang demikian itu tidak termasuk *khalwat*, meski ia telah menyepi sepanjang usia yang dimiliki umpamanya, karena tujuan akhir yang diharapkan adalah kehidupan dunia yang gemerlapan.

Hal terpenting yang harus dilakukan oleh orang-orang "ahli thariqat" dalam melaksanakan dzikir tarekatnya adalah, diam sejenak (*wuquf qalbi*) baik sebelum maupun sesudah melaksanakan dzikir, dengan tujuan untuk mengosongkan hati dari yang selain

Allah swt (berkhalwat), dengan harapan diam yang pertama sebelum dzikir adalah untuk mengondisikan hubungan (rabithah dan tawassul) kepada para guru ruhaniyyah, sedangkan diam yang ke dua untuk menyiapkan hati bagi terbukanya wjihah sebagai tempat masuknya pemahaman dari Allah swt atau *nur ma'rifat* bahkan buah dzikirnya supaya dapat membukakan pintu alam fikir.

Jadi, khalwat yang paling efektif untuk menghasilkan terbukanya pintu kelapangan alam fikir aslah khalwat, walau sejenak, yang dilaksanakan sebelum dan sesudah melaksanakan dzikir dan mujahadah kepada Allah, baik dengan menyepi di tempat sepi maupun menyepi di tempat ramai²⁰.

Karya dari Imam Al-Ghazali yang diterjemahkan oleh Irwan Kurniawan *Mukhtashar Ihya' 'Ulumuddin* Tentang Mengasingkan Diri (Khalwat) Ketahuilah bahwa orang-orang telah berbeda pendapat mengenai hal ini. Sebagian mereka berpendapat bahwa disunahkan mengasingkan diri dan mengutamakan atas pergaulan. Yang berpendapat seperti ini adalah Sufyan Ats-Tsauri, Ibrahim bin Adham, Dawud Ath-Tha'i, Al-Fudhail bin Iyadh, Sulaiman Al-Khawwash dan Basyar Al-Hafi. Kebanyakan Tabi'in berpendapat bahwa disunahkan bergaul dan memperbanyak persaudaraan untuk saling menolong atau kebaikan dan ketakwaan. Semuanya berdalil tentang persaudaraan dan persahabatan dengan Rasulullah Saw. ketika didatangkan kepadanya seseorang yang

²⁰ Muhammad Luthfi Ghozali, "*Percikan Samudra Hikam: Syarah Hikam Ibnu 'Atha'illah As-Sakandari,*" cet I (Semarang: Abshor), 2006.

telah pergi ke gunung untuk beribadah. Rasulullah Saw. bersabda, “Jangan engkau lakukan itu, jangan pula siapa pun diantara kamu, karena kesabaran seseorang di sebagian negeri Islamitu lebih baik daripada ibdah seseorang dari kamu selama empat puluh tahun.” Orang yang mengutamakan pengasingan diri, seperti Fudhail r.a beralil dengan sabda Rasulullah Saw. kepada Abdullah bin Amr Al-Juhaini ketika bertanya, “Wahai Rasulullah, apakah (jalan) keselamatan itu?” Beliau menjawab: “Tinggallah di rumahmu, jagalah lisanmu, dan tangisilah kesalahanmu.”

Faedah Mengasingkan Diri, Keburukannya, dan Penyikapan Kebenaran tentang Keutamaannya. Ketahuilah bahwa dalam masalah ini berbeda menurut perbedaan masing-masing individu. Adapun faedah pengasingan diri adalah memungkinkan tetap tekun di dalam ketaatan, mengkaji ilmu, menjauhkan diri dari mengerjakan larangan yang dihadapi manusia dalam pergaulan seperti riya, ghibah (menggunjing), meninggalkan menyuruh kebaikan dan mencegah kemungkaran (amar ma'ruf nahi munkar), dan menghindari akhlak yang tercela. Demikian pula ia dapat menghindari hal-hal yang ditimbulkan dalam mencurahkan pikiran dan tenaga untuk kepentingan-kepentingan dunianya berupa pekerjaan dan mata pencaharian.

Faedah pertama, Mengosongkan diri untuk beribadah, berpikir, dan menghibur diri dengan Allah Swt., bermunajat kepada-Nya, dan mengkaji kebenaran-Nya. Hal itu hanya dapat dilakukan dengan pengasingan diri dan menjauhkan diri mahluk

lain. Mengenai hal ini, sebagian ahli hikmah berkata, “Seseorang tidak dapat menyendiri (khalwat) kecuali dengan menekuni Kitab Allah Swt. Orang-orang yang berpegang teguh pada Kitab Allah Swt. adalah orang-orang yang beristirahat pada urusan-urusan dunia dengan banyak berdzikir kepada Allah. Dan orang-orang yang berdzikir kepada Allah Swt. hidup dengan menyebut nama-Nya dan mati pun dengan menyebut nama-Nya. Bertakwalah kepada Allah dengan berdzikir kepada-Nya. Tidak diragukan bahwa pergaulan menghalangi mereka dari berpikir dan berdzikir. Demikian pula, yang dilakukan Rasulullah Saw. pada permulaan urusannya. Beliau meninggalkan urusan duniawi untuk beribadah kepada Allah di Gunung Hira. Maka jika seseorang mengekalkan dirinya untuk menyendiri, berakhir urusannya seperti apa yang dikatakan Al-Junaidi r.a., “Aku berbicara dengan Allah sejak tiga puluh tahun. Tetapi orang mengira bahwa aku berbicara pada mereka.” Ditanyakan pada salah seorang dari mereka, “Apa yang membawamu menyendiri?” Dia menjawab, “aku tidak sendiri, melainkan aku adalah teman duduk Allah. Apabila aku ingin Allah berbisik-bisik kepadaku, maka aku membaca Kitab Allah. Jika aku ingin berbisik-bisik kepada-Nya, maka aku melakukan shalat.”

Dikatakan bahwa Quwais Al-Qarni sedang duduk, tiba-tiba Haram bin Hayyan datang. Lalu Uwais bertanya kepadanya, “Apa yang mendorongmu datang?” Haram bin Hayyan menjawab, “Aku datang untuk menghibur diri denganmu.” Maka Uwais berkata,

“Aku tidak tahu bahwa seseorang mengenal Tuhannya, lalu menghibur diri selain-Nya.”

Al-Fudhail berkata, “Apabila kulihat malam datang, maka aku bergembira. Lalu kukatakan, “Aku menyendiri dengan Tuhanku.” Ketika kulihat subuh menjumpaiku, aku merasakan kegelisahan karena khawatir bertemu manusia akan kedatangan orang yang akan melalaikan dari Tuhanku.”

Malik bin Dinar berkata, “Barangsiapa yang tidak merasa terhibur dengan bercakap dengan Allah dan jauh dari berbicara dengan makhluk, maka sedikitlah amalannya, buta hatinya, dan sia-sialah umurnya.”

Faedah Kedua, Dengan pengasingan diri, terlepaslah diri dari kemaksiatan yang bisa dihadapi manusia dalam pergaulan. Perbuatan-perbuatan maksiat itu adalah menggunjing, riya, dan diam dari menyuruh kebaikan dan mencegah kemungkaran, yang akan dijelaskan kemudian. Pendek kata, menghukumi bahwa salah satu dari keduanya (pengasingan diri dan pergaulan) adalah paling utama secara mutlak merupakan suatu hal yang mustahil, karena itu berbeda menurut perbedaan masing-masing individu. Yang utama adalah pertengahan. Yaitu tidak mengasingkan diri secara mutlak sehingga kehilangan faedah-faedah yang dihasilkan pergaulan. Dan tidak perlu bergaul secara mutlak sehingga kehilangan faedah-faedah pengasingan diri.

Dengan pengasingan diri diniatkan untuk menjauhi kejahatan manusia dan keseluruhannya ditunjukkan untuk

mengingat Tuhan. Janganlah memanjangkan angan-angan sehingga sehingga jiwamu menjadi tentram. Dengan pengasingan diri pula diniatkan untuk melakukan jihad yang paling benar. Yaitu, ebrjihad terhadap hawa nafsu sebagaimana dikatakan kepada para sahabat: “Kita kembali dari jihad paling kecil menuju jihad yang paling besar.” (Bandung: Mizan, 2008)²¹.

Karya Jamal J. Elias *The Throne Carrier of God: The Life and Thought of ‘Ala’ ad-Dawlah as-Simnani*, yang diterjemahkan oleh Munir A. Mu’in dan Omang Komaruddin (Bandung: Pustaka Hidayah, 2007). Bagian dari isi buku ini tidak hanya mengkaji ilmu tasawuf saja, tetapi juga merembet pada kajian kosmologi dan psikologi. Masa muda Simnani yang dihabiskan di lingkungan istana yang mewah tak cukup bisa membuat hidupnya tenang. Hingga akhirnya ia meninggalkan istana untuk mencari makna dari kehidupan ini. Pencarian akan kesempurnaan-diri dilakukan secara paling baik dengan berkhalwat setelah mengasingkan diri dari masyarakat. Bentuk *khalwat* ini, yang juga sering dilakukan oleh Simnani semasa hidupnya, meliputi pembersihan hati dari segala sesuatu selain Allah swt, mengingat diri kepada-Nya, sehingga bisa mencapai-Nya dan menjadi dekat dengan-Nya. Seorang individu berhasil mencapai kemajuan melalui berbagai tahap yang disebutkan di atas dengan melakukan pencarian latihan spiritual dalam *khalwat*, dan memperbaiki substansi halus ke-Aku-an

²¹ Al-Ghazali, “*Mukhtashar Ihys’ ‘Ulumuddin*”, Terj, Irwan Kurniawan, cet, I (Bandung: Mizan),2008, h, 171-174.

hingga menjadi cermin yang sempurna bagi Allah swt. *Khalwat* ini sangat sulit jika seseorang baru pertama melakukannya, sebab pada tahap ini sufi melawan hawa nafsu rendah dan setan²².

Karya Ahmad Najib Burhani *Sufisme Kota: Berfikir Jernih Menemukan Spiritualitas Positif*,²³ (Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta, 2001). Dan *Tarekat Tanpa Tarekat: Jalan Baru Menjadi Sufi*²⁴, (Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta, 2002). Adalah buku yang berisi hikmah-hikmah tasawuf yang juga memuat analisa sosiologis terhadap berkembangnya apa yang disebut sebagai “sufisme kota”. Buku kedua, mengulas “tarekat baru” untuk ditempuh oleh mereka yang ingin menemui Tuhan di zaman modern. Berberda dengan konsep tasawuf konvensional, “tarekat ini tidak terikat pada loyalitas buta pada syekh tertentu; tarekat ini lebih rasional dan, karenanya lebih aman.

Karya David Heinemann, D.Psy. (Hon.), M.Phil. yang diterjemahkan oleh Purwanto. B.Sc. *Terapi Hati Model Sufi: Sebuah Pengalaman Transenden*, (Bandung: Penerbit Nuansa, 2010). Pentingnya pengalaman transenden dalam memadukan jiwa yang telah diabaikan, menyebabkan orang-orang beralih pada obat-obatan, perilaku menyimpang dan bentuk-bentuk alternatif dari

²² Jamal J. Elias, “*The Throne Carrier of God: the Life and Thought of ‘Ala’ad-Dawlah as-Simnani*”, Terj, Munir A. Mu’in dan Omang Komaruddin, cet, I (Bandung: Pustaka Hidayah), 2007.

²³ Ahmad Najib Burhani, “*Sufisme Kota: Berfikir Jernih Menemukan spiritualitas Positif*”, cet, I (Jakarta: Serambi), 2001.

²⁴ Ahmad Najib Burhani, “*Tarekat Tanpa Tarekat: Jalan Baru Menjadi Sufi*”, cet, I (Jakarta: Serambi), 2002.

obat sebagai pengganti. Dengan mendefinisikan alam sebagai pengalaman mistik yang asli, buku ini menemukan lahan baru dan seperti sebuah kajian klasik tentang mistisisme dan psikologi agama. Di dalam buku ini *khalwat* di sebut dengan istilah *retret* (menyendiri), yaitu penyebutan berulang nama ilahi, bersama dengan menyendiri dan berpuasa, bagi murid sufi adalah metode paling penting bagi upaya menyadari Yang Transenden²⁵.

Karya Sulaiman Al-Kumayi *Cahaya Hati Penentram Jiwa*, (Semarang: Pustaka Nuun, 2005). Buku ini berisi kumpulan hikmah dan nasihat yang disarikan dari *al-Hikam*, karya seorang ulama terkenal, Ibnu 'Atha'illah. Di dalamnya penulis menuangkan pengalaman "spiritualnya" ketika membaca untaian dan nasihat Ibnu 'Atha'illah tersebut yang mampu memberikan pencerahan dan kesejukan jiwa. Tujuan utama *khalwat* adalah kemali kepada hati, karena disitulah kita akan menemukan Allah swt. Jadi, melalui *khalwat* ini diharapkan seseorang sufi benar-benar memahami diri sejatinya.²⁶

Karya Idries Shah yaitu *The Sufis* yang diterjemahkan oleh M. Hidayatullah dan Roudlon, S.Ag dengan judul *Mahkota Sufi: Menembus Dunia Ekstra Dimensi*, (Surabaya: Risalah Gusti, 2001). Buku ini merupakan karya otoritatif pertama tentang

²⁵ David Heinemann, D.Psy. (Hon.), M.Phil., "*Terapi Hati Model Sufi: Sebuah Pengalaman Transenden*", penerj, Purwanto, B.Sc., cet, I (Bandung: Penerbit Nuansa), 2010.

²⁶ Sulaiman al-Kumayi, "*Cahaya Hati Penentram Jiwa*", cet, I (Semarang: Pustaka Nuun), 2005.

sufisme, karya ini juga banyak mengisi celah besar dalam dokumentasi persoalan-persoalan Timur-Barat. Dengan mengikuti ajaran mistik dan jalan hidup yang memiliki pengaruh amat besar di Barat dan Timur selama 4.000 tahun, meski sebagian besar tidak dapat diketahui, kaum sufi percaya bahwa yang diikuti bukanlah sebuah agama, tapi merupakan agama. Keyakinan ini termasuk evolusi sadar, di mana lewat upaya kehendak manusia dapat menghasilkan fakultas-fakultas baru. Sufisme merupakan tradisi rahasia penyokong semua sistem filsafat dan agama. Orang-orang yang berkhawatir umumnya adalah orang-orang tua dan hanya sebagian kecil para pemuda, yang menghabiskan waktunya dengan menyendiri, menyesuaikan diri dengan *riyadhloh* yang sesuai dengan tahan spiritual mereka²⁷. Di buku ini, penulis bahkan membahas satu bab khusus untuk kitab *awarif al-maarif* karangan dari sufi Syaikh Sihabuddin ‘Umar As-Suhrawardi.

Karya Muhsin Jamil, M.A. *Tarekat Dan Dinamika Sosial Politik: Tafsir Sosial Sufi Nusantara*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005). Buku ini menyampaikan tentang tarekat Nusantara, yang kemudian menjadi organisasi otonom di bawah naungan lembaga NU, ternyata menjadi kekuatan yang selalu diperhitungkan oleh berbagai pihak. Kekuatannya terletak pada kepatuhan murid kepada

²⁷ Idris Shah, *“The Sufish”*, penerj. M. Hidayatullah dan Roudlon, S.Ag, cet, I (Surabaya: Risalah Gusti), 2000.

mursyid tarekat dalam bidang spiritual yang menjadi sebuah kekuatan penggerak massa yang sangat luar biasa²⁸.

Karya Nasirudin, M.Ag. *Pendidikan Tasawuf*, (Semarang: Rasail Media Group, 2009). Buku ini berisi hal-hal yang berkaitan dengan tasawuf, baik tasawuf yang nilai-nilainya harus dilaksanakan oleh orang beriman maupun tasawuf yang senyatanya hanya merupakan produk dari sejarah perjalanan umat muslim²⁹.

Karya Dr. Amroeni Drajat, M.A. *Suhrawardi: Kritik Falsafah Peripatetik*, (Yogyakarta: Lkis 2005). Buku ini mengkaji Syaikh al-Isyraq Suhrawardi, sekaligus mengeksplorasi kritik tajamnya atas falsafahnya peripatetik, baik yang bersumber dari para filsuf Muslim sendiri yang berusaha menampilkan falsafah Yunani dengan baju Islam³⁰.

Karya dari Khan Sahib Khaja khan, B.A, *Tasawuf: Apa dan Bagaimana*, diterjemahkan oleh Ahmad Nashir Budiman, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2002). Buku ini membahas tentang sisi yang terdalam dari aspek rohani agama Islam yaitu tasawuf. Tasawuf amat penting bahkan dalam setiap agama

²⁸ Muhsin Jamil, M.A., *"Tarekat dan Dinamika Sosial Politik: Tafsir Sosial Sufi Nusantara"*, cet, I (Yogyakarta: Pustaka Pelajar), 2005.

²⁹ Nasirudin, M,Ag, *"Pendidikan Tasawuf"*, cet, I (Semarang: Rasail Media Group), 2009.

³⁰ Dr. Aroeni Drajat, M.A., *Suhrawardi: Kritik Falsafah Peripatetik"*, cet, I (Yogyakarta: Lkis), 2005.

menjadi sesuatu yang komplit. Tidak sekedar kumpulan dogma belaka³¹.

Karya Michaela Ozelsel, *Forty Days: The Diary of A Traditional Solitary Sufi Retreat*, yang diterjemahkan oleh Nuruddin Hidayat, (Bandung: Pustaka Hidayah, 2002). Observasi kritisnya atas berbagai kejadian selama masa khalwat empat puluh hari yang dijalaninya sangatlah menarik. Buku ini menuju pemahaman baru tentang tasawuf dan dimensi-dimensi pokok Islam, yang citranya sering kali disalahpahami dan tidak ditampilkan dengan adil, proporsional dan benar. *Arba'in, chilla, halvet*, adalah nama lain dari *khalwat*, menyepi, menyendiri, atau mengasingkan diri adalah bial seorang sufi pada tahapan awalnya, ketika gurunya menganggap layak dan perlu, diharuskan menyelesaikan latihan keras selama empat puluh hari empat puluh mala mini sendirian di dalam sebuah ruangan sempit dengan sesedikit mungkin cahaya, sedikit makanan, mengisi waktu hanya dengan membaca al-qur'an, meditasi, dan mengucapkan serangkaian doa tertentu atau asma-asma Allah swt. Gurunya biasanya akan menjenguknya di petang hari untuk melihat kemajuannya dan menafsirkan mimpinya, atau membawanya

³¹ Khan Sahib Khaja Khan, B.A., "*Tasawuf: Apa dan Bagaimana*", Terj, Achmad Nashir Budiman, cet, IV (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada), 2002.

kembali ke dunia normal jika terbukti ia terlalu lemah untuk melakukan *khalwat*³².

Karya Ishaq Husaini Kuhsari, *Negoh-e Qur'oni be Fesyor-e Rafoni*, yang diterjemahkan oleh Muhammad Habibi Amrullah, (Jakarta: Sadra Press, 2012). Dalam buku ini memaparkan mengenai tekanan jiwa sebab munculnya depresi, dan proses penyembuhan jiwa agar memperoleh pemahaman lebih mendalam perihal kandugan al-Qur'an, setelah meneliti sumber-sumber tekanan jiwa, setiap ayat al-Qur'an diteliti dan ditelaah³³.

Karya dari Stephen Palmquist *Dreams of Wholenss: A Course of Introductory Lectures on Religion, Psychology, and Personal Growth*, yang diterjemahkan oleh Muhammad Shodiq, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005). Adalah buku psikologi perkembangan yang membahas tentang mimpi sebagai proses kematangan diri. Buku ini merupakan salah satu diantara buku yang membahas tentang mimpi secara serius. Bisa dikatakan buku ini pelengkap dari dua buku sebelumnya yang pernah ditulis oleh Sigmund Freud dan Carl. G. Jung³⁴.

Karya Dr. Lynn Wilcox, *Personality Psychotherapy*, yang diterjemahkan oleh Kumalahadi P., (Jogjakarta: IRCiSoD, 2006).

³² Michaela Ozelsel, "*Forty Days: The Diary of A Traditional Solitary Sufi Retreat*", Terj, Nuruddin Hidayat, cet, I (Bandung: Pustaka Hidayah), 2002.

³³ Ishaq Husaini Kuhsari, "*Negoh-e Qur'oni be Fesyor-e Rafoni*", Terj, Muhammad Habibi Amrullah, cet, I (Jakarta: Sadra Press), 2012.

³⁴ Stephen Palmquist, "*Dreams Of Wholeness: A Course Of Introductory Lectures On Religion, Psychology, and Personal Growth*", penerj, Muhammad Shodiq, cet, I (Yogyakarta: Pustaka Pelajar), 2005.

Berdasarkan penelitian yang komprehensif tentang identitas psikologi dan sumber eksistensi manusia, buku psikoterapi terapan berbasis komparasi dan praktek bimbingan dan konseling barat dan Islam (sufi) ini, membimbing kita semua untuk memahami, membentuk dan mengarahkan kepribadian kita kearah yang positif³⁵.

Karya Moeljono Notoedirdjo dan Latipun, *Kesehatan Mental: Konsep dan Penerapan*, (Malang: UMM Press). Kehidupan menuntut peran kesehatan jiwa untuk lebih maju lagi sejalan dengan peningkatan hidup. Sumber daya manusia juga dituntut lebih meningkat, juga kemampuan hidup masyarakat agar dapat lebih baik selaras dengan kemajuan teknologi yang diterapkan dalam kehidupan manusia. Kesehatan jiwa bukan hanya sebagai bentuk ilmu pengetahuan populer tetapi menjadi ilmu pengetahuan yang diajarkan sebagai mata ajaran dalam jenjang tingkat akademi³⁶.

D. METODE PENELITIAN

Penelitian ini mengkaji sebagian isi buku *Awarif al-Ma'arif* dari seorang tokoh Syaikh Syihabuddin 'Umar Suhrawardi Asy-Syuyukh yang kemudian dikorelasikan dengan ilmu kesehatan jiwa perspektif ilmu psikologi Barat. Dengan

³⁵ Dr. Lynn Wilcox, "*Personality Psychotherapy*", Terj, Kumlahadi P., cet, I (Jogjakarta: Ircisod), 2006.

³⁶ Moeljono Notoedirdjo dan Latipun, "*Kesehatan Mental: Konsep dan Penerapan*", cet, V (Malang: UMM Press), 2007.

mengumpulkan data dari sumber kepustakaan yang erat kaitannya dengan judul yang akan dibahas. Oleh karena itu, bentuk penelitian yang akan digunakan adalah historis faktual yang lebih menekankan pada hasil pemikirannya terutama dalam karyanya. Sedangkan pendekatan dalam dipakai penelitian ini adalah objek kajiannya memakai studi tokoh dalam hal ini yaitu Syaikh Syihabuddin ‘Umar Suhrawardi as-Syuyukh sebagai pokok bahasan terhadap ajaran tasawuf tersebut. Mengenai metode dalam penelitian ini penulis menggunakan penelitian kepustakaan murni (*library research*).

Kemudian teknik pengumpulan data diperoleh melalui sumber primer dan sekunder dengan tujuan melengkapi data kajian dalam perumusan, penafsiran, dan perbandingan yang akan difokuskan pada permasalahan pembahasan dalam pemikiran Syaikh Syihabuddin ‘Umar Suhrawardi as-Syuyukh tentang konsep khalwat-nya dalam buku *Awarif al Ma’arif*. Data primer didapat dari karya Syaikh Syihabuddin ‘Umar Suhrawardi as-Syuyukh. Sedangkan data sekundernya dari buku pustaka. Seluruh penelitian ini harus dibahasakan, penelitian ini pun bersifat deskriptif-analitik, yang mana akan dipaparkan memaparkan secara sistematis, jelas dan sampai pada sasaran pemikiran Syaikh Syihabuddin ‘Umar Suhrawardi dalam kitab *Awarif al-Ma’arif* serta kaitannya dengan kesehatan jiwa perspektif psikologi Barat.

E. SISTEMATIKA PENULISAN

Sistematika³⁷ penulisan dalam penelitian ini memuat beberapa bab tertentu, diantara bab ini saling memiliki keterkaitan yang erat dan koheren. Kemudian dalam beberapa bab tersebut, terdapat juga sub-bab-sub-bab yang terperinci agar pembahasan menjadi sistematis.

Bab *pertama*, merupakan penguraian secara garis besar dalam isi tema pembahasan skripsi ini meliputi: latar belakang, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka, metodologi penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab *dua*, memaparkan kerangka landasan teori tentang konsep *Khalwat*, pengertian *khalwat*, asal-usul *khalwat*, dan *khalwat* menurut beberapa tokoh.

Bab *tiga*, mengenai pembahasan tentang sejarah hidup dan *khalwat* menurut Syaikh syihabuddin `Umar Suhrawardi as-Syuyukh.

Bab *empat*, yaitu kajian pokok analisis terhadap konsep *khalwat* menurut Syaikh Syihabuddin `Umar Suhrawardi as-Syuyukh dalam kitab *Awari al-Ma`arif* dan kesehatan jiwa perspektif psikologi Barat.

Bab *lima*, sebagai penutup yang berisi tentang kesimpulan serta saran-saran yang konstruktif yang berkaitan dengan skripsi ini.

³⁷ Tim Penyusun Skripsi, “*Pedoman Penulisan Skripsi Fakultas Ushuluddin*”, cet, II (Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang), 2013.

BAB II

LANDASAN TEORI TENTANG KONSEP KHALWAT

A. PENGERTIAN KHALWAT

Khalwat adalah menyendiri dari pengaruh duniawi¹. Sementara dalam tasawuf maknanya adalah penyendirian seorang salik ke tempat pengasingan (jauh dari keramaian orang-orang awam) untuk mengabdikan diri sepenuhnya untuk beribadah kepada Allah SWT, di bawah bimbingan syaikh sufi, dan untuk menyucikan jiwa dari segala jenis keyakinan palsu, pikiran dan perasaan yang keruh, konsep yang keliru, serta khayalan semu yang menjauhkannya dari Allah SWT. *Khalwat* diibaratkan sebagai tempat peleburan besi yang dengan nyala api ke-zuhudan nafsu dilebur, dimurnikan dari segala kotoran, indah bercahaya laksana sebuah cermin. Dengan cermin ini, tampaklah sesuatu yang tersembunyi. *Khalwat* adalah himpunan dari segala sesuatu yang saling bertentangan di dalam nafsu (*nafs*) berbagai latihan ruhani semisal sedikit makan, sedikit berbicara, menghindari berkumpul-kumpul dengan manusia, selalu berdzikir, menolak berbagai macam pikiran, dan senantiasa melakukan kontemplaasi yang

¹Prof.Dr.H. Abubakar Aceh, *Pengantar Ilmu Tarekat (Uraian Tentang Mistik)*, cet. XIII (Solo: Ramadhani, 1996), h. 337.

disertai rasa takut (*muraqabah*). Latihan-latihan ruhani (*riyadhat*) berusaha menjalankannya².

Secara literal *khalwat* adalah penyendirian dan *uzlah* adalah menarik diri, sedangkan dalam tasawuf maknanya adalah penyendirian seorang salik ke tempat pengasingan (jauh dari keramaian orang-orang awam) untuk mengabdikan diri sepenuhnya beribadah kepada Allah SWT, di bawah bimbingan guru atau Syaikh Sufi, dan untuk menyucikan jiwa dari segala jenis keyakinan palsu, pikiran dan perasaan yang keruh, konsep yang keliru serta khayalan semu yang menjauhkannya dari Allah SWT. Salik menutup semua pintu hatinya kepada hal-hal yang selain Allah dan bercakap-cakap dengan diri-Nya melalui hatinya. *uzlah* adalah salah satu dimensi dari *khalwat*, sedang dimensi yang satunya lagi adalah cermat dan sederhana atau disiplin diri³.

Menyepi, menyendiri atau mengasingkan diri⁴ dengan cara memisahkan diri dari manusia sangat diperlukan oleh salik pada awal kondisi ruhaninya, dan selanjutnya mengasingkan diri pada akhir kondisi ruhani, karena telah mencapai keakraban suka cita ruhaninya. Sikap seorang yang layak ketika seseorang memutuskan

²Sayikh Syihabuddin Umar Suhrawardi, *Awaeif al-Ma'arif*, Terj. Ilma Nugrahani Ismail, cet.I (Bandung: Pustaka Hidayah, 1428 H/2007 M), h. 83.

³Dikutip dari Sulaiman al-Kumayi, *Cahaya Hati Penenteram Jiwa*, cet.I (Semarang: Pustaka Nuun, 2005), h. 66.

⁴Annemarie Schimmel, *Pengantar: 40 hari Khalwat: catatan Harian Seorang Psikolog dalam pengasingan diri Sufistik*, terj. Nuruddin Hidayat, cet. I (Bandung: Pustaka Hidayah, 2002), h. 11

untuk memisahkan diri dari manusia adalah meyakini bahwa masyarakat akan terhindar dari kejahatannya (dengan memisahkan diri dari mereka), bukan bahwa ia akan terhindar dari kejahatan mereka. Sikap pertama adalah hasil dari seseorang yang memandang rendah dirinya sendiri; sikap kedua adalah akibat dari seseorang merasa bahwa dirinya lebih baik dari masyarakat. orang yang menganggap dirinya tidak berharga adalah rendah hati, dan orang yang menganggap dirinya lebih berharga ketimbang orang lain adalah takabur⁵.

Seorang salik pada tahapan awalnya, ketika gurunya menganggap layak dan perlu, diharuskan melakukan latihan keras selama empat puluh hari empat puluh malam sendirian di dalam sebuah ruangan sempit dengan sesedikit mungkin cahaya, sedikit makanan, mengisi waktu hanya dengan membaca al-Qur`an, meditasi dan mengucapkan serangkaian doa tertentu atau asma-asma Tuhan. Guru tersebut biasanya akan menjenguknya dipetang hari untuk melihat kemajuannya dan menafsirkan mimpinya, atau membawanya kembali ke dunia normal jika terbukti ia terlalu lemah untuk melakukan latihan-latihan yang diwajibkan itu.

Banyak guru sufi telah melakukan latihan semacam ini secara berulang-ulang selama hidup mereka, dan konon orang-

⁵Abul Qasim al-Qusyairy an-Naisabury, *ar-Risalatul Qusyairyayah fi `Ilmi at-Tashawwufi*, terj.Mohammad Luqman Hakiem, cet.v (Surabaya: Risalah Gusti, 2001), h. 93

orang saleh tertentu, sampai pada saat meninggal dunia, telah menyelesaikan empat puluh kali *chilla*⁶.

Akan tetapi, apa yang terjadi dalam empat puluh hari ini?. Penyair besar Persia Fariduddin Aththar (w. 1221 M) melukiskan pencarian seorang murid di dalam ruangan sempitnya itu dengan bahasa puisi, setiap hari ia selalu bertanya makhluk di mana anggapan tuhan, dan semua makhluk-matahari dan bulan, bintang-bintang dan planet-planet, angin dan binatang-binatang—menjawab bahwa mereka juga sedang mencari Tuhan, hingga sipencari, berdasarkan petunjuk Nabi Muhammad SAW, menemukan Tuhan yang lama-dicari itu di dalam “lautan jiwanya”, karena jiwa, hati adalah tempat tinggal sesungguhnya bagi Sang Kekasih. Syair Aththar itu adalah sebuah ungkapan yang sangat indah tentang kerinduan tanpa batas, “ratapan dan keluhan makhluk” yang mengalir ke seluruh penjuru dunia.

Para pelancong ke Timur akan terbiasa melihat ruangan-ruangan kecil yang acap kali ada di sebuah masjid, ruang-ruang berlubang di bawah pohon besar, dan celah-celah bukit (goa) tempat para salik beristirahat, dan di dunia modern, sebuah apartemen kecil di tengah hiruk pikuk kota besar dapat juga dijadikan tempat *berkhalwat*.

Nabi *Shallallahu'alaihi Wasallam*:

⁶Tiap Negara memiliki perbedaan dalam menyebut istilah *khalwat*. Di Turki biasa disebut *halvet*, *arba'in* dan *chilla*. Lihat Michaela Ozelsel, *40 Hari Khalwat: Catatan Harian Seorang Psikolog Dalam Pengasingan Diri Sufistik*, terj. Nuruddin Hidayat, cet. I (Bandung: Pustaka Hidayah, 2002), h.11.

خَيْرُ النَّاسِ فِي الْفِتَنِ رَجُلٌ آخِذٌ بِعِنَانِ فَرَسِهِ أَوْ قَالَ بِرَسَنِ فَرَسِهِ خَلْفَ أَعْدَائِهِ اللَّهُ يُخَيِّفُهُمْ وَيُخَيِّفُونَهُ ، أَوْ رَجُلٌ مُعْتَزِلٌ فِي بَادِيَّتِهِ ، يُؤَدِّي حَقَّ اللَّهِ تَعَالَى الَّذِي عَلَيْهِ

“Sebaik-baik manusia ketika berhadapan dengan fitnah adalah orang yang memegang tali kekang kudanya menghadapi musuh-musuh Allah. Ia menakuti-nakuti mereka, dan merekapun menakut-nakutinya. Atau seseorang yang mengasingkan diri ke lereng-lereng gunung, demi menunaikan apa yang menjadi hak Allah”. (HR. Al Hakim 4/446, dishahihkan Al Albani dalam *Silsilah Ash Shahihah* 2/311).

Sebagaimana juga dalam hadits,

قال رجلٌ : أَيُّ النَّاسِ أَفْضَلُ ؟ يَا رَسُولَ اللَّهِ ! قال (مؤمناً يجاهد بنفسه وماله في سبيلِ الله) قال : ثم من ؟ قال (ثم رجلٌ مُعْتَزِلٌ في شِعْبٍ من الشِّعَابِ . يعبد ربه ويدعُ النَّاسَ من شرِّه رواه البخاري و مسلم

“Seseorang bertanya kepada Nabi: ‘siapa manusia yang paling utama wahai Rasulullah?’ Nabi menjawab: ‘Orang yang berjihad dengan jiwanya dan hartanya di jalan Allah’. Lelaki tadi bertanya lagi: ‘lalu siapa?’. Nabi menjawab: ‘Lalu orang yang mengasingkan diri di lembah-lembah demi untuk menyembah Rabb-nya dan menjauhkan diri dari kebobrokan masyarakat’” (HR. Al Bukhari 7087, Muslim 143).

Bahkan andai satu-satu jalan supaya selamat dari fitnah adalah dengan mengasingkan diri ke lembah-lembah dan puncak-puncak gunung, maka itu lebih baik daripada agama kita terancam hancur. Nabi *Shallallahu 'alaihi Wasallam* bersabda:

يُوشِكُ أَنْ يَكُونَ خَيْرَ مَالِ الرَّجُلِ عَنَّمْ يَتَّبِعُ بِهَا شَعْفَ الْجِبَالِ وَمَوَاقِعَ الْقَطْرِ يَفِرُّ بِدِينِهِ مِنْ الْفِتَنِ رواه البخاري و مسلم

“Hampir-hampir harta seseorang yang paling baik adalah kambing yang ia pelihara di puncak gunung dan lembah, karena ia

lari mengasingkan diri demi menyelamatkan agamanya dari fitnah” (HR. Al Bukhari 3300)⁷.

Seorang murid tidak diperkenankan menjalankan latihan *khalwat* itu sendirian. Tasawuf—dan ini seringkali tidak dapat ditegaskan sebagai berbeda dengan banyak gerakan keagamaan saat ini—tidak berarti mengapung dalam keadaan mabuk di samudra biru cinta. Sama sekali tidak. Seseorang hanya dapat dinamakan sufi jika ia sudah ditahbiskan oleh seorang guru sejati, sehingga ia berada di dalam mata rantai keruhanian yang merentang melauai para pemimpin tarekan di setiap zaman dan guru-guru terdahulu, sampai kepada Nabi Muhammad SAW, yang dianggap sebagai sumber hikmah batiniah. Dengan cara ini, hanya dengan bimbingan guru yang diberi kepercayaan mutlaklah seseorang dapat memenuhi syarat-syarat berat *khalwat* yang sebenarnya. Untuk mengetahui formula zikir mana yang cocok bagi sang salik pada saat mana pun formula itu diberikan. Zikir yang salah sering berakibat buruk, bukan hanya bagi jiwa tetapi juga bagi tubuh.⁸

⁷Sumber: Yulian Purnama, *Mana Yang Lebih Utama, 'Uzlah atau bergaul Dengan Masyarakat*, <https://muslim.or.id/19472-mana-yang-lebih-utama-uzlah-atau-bergaul-dengan-masyarakat.html>. 20:22 WIB

⁸Lihat Michaela Ozelsel, *40 Hari Khalwat: Catatan Harian Seorang Psikolog Dalam Pengasingan Diri Sufistik*, Terj. Nuruddin Hidayat, cet. I (Bandung: Pustaka Hidayah, 2002), h. 12-14.

B. ASAL-USUL KHALWAT

Khalwat atau *`uzlah*⁹ seringkali dijadikan “bulan-bulanan” kritik oleh kaum yang anti tasawuf. Mereka menuduh ajaran ini sebagai biang keladi kemunduran ajaran Islam. Bahkan mereka menganggap ini bukan bagian dari ajaran Islam¹⁰.

Sekalipun belum ada *khalwat* sewaktu sunnah Nabi disampaikan, toh sebelum masa itu, Nabi Muhammad, karena kecintaanya yang luar biasa kepada Allah SWT dan keinginannya yang tulus, melakukan *khalwat*, dan biasa pergi ke Gua Hira’, serta menghabiskan malam-malamnya dalam dzikir dan ibadah. *Khalwat* adalah tradisi yang dipegang teguh oleh kaum sufi. Pelaksanaan *khalwat* selama 40 hari berasal dari tradisi Nabi Muhammad SAW dari firman Allah SWT. Kepada Nabi Musa as, ALLAH SWT berjanji untuk bicara secara langsung dan menentukan tempat dan waktunya. Allah SWT berfirman, “*Berpuasalah selama tiga puluh hari tiga puluh malam.*” Kemudian, ALLAH SWT menambah sepuluh hari lagi dari waktu yang ditentukan. Selama kurun waktu

⁹Hakekat *`uzlah* adalah mengosongkan hati dari selain Allah swt. baik dengan menyepi meninggalkan dunia ramai dan menyendiri di dalam gua-gua di tengah hutan, maupun menyepi di dalam dunia keramaian. Dan bukan termasuk *`uzlah*, barang siapa meninggalkan dunnya ramainya, meninggalkan keluarga dan masyarakatnya, datang ke tempat-tempat terpencil, di dalam hutan, di dalam gua-gua, atau ke kuburan-kuburan angker umpamanya, akan tetapi tujuannya hanya supaya ia menjadi orang kaya dan orang sakti mandra guna, supaya jadi orang linuwih, supaya mendapatkan pusaka-pusaka ampuh dan bahkan katanya, supaya mendapatkan harta karun dari dunia gaib. Lihat. Muhammad Luthfi Ghozali, *Percikan Smaudra Hikam (Syarah Hikam Ibnu Atha`illah as-Sakandari)*, cet. I (Semarang: Abshor, 2006), h. 57-58.

¹⁰Sulaiman al-Kumayi, *Cahaya Hati Penenteram Jiwa*, cet.I (Semarang: Pustaka Nuun, 2005), h. 65.

ini, Nabi Musa as tidak makan dan tidak minum serta selalu beribadah kepada Allah SWT untuk mempersiapkan diri berbicara dengan-Nya. Sebab, untuk mendekatkan diri kepada Allah dan berbicara dengan-Nya, Nabi Musa as perlu melakukan *khalwat* demikian juga manusia-manusia lainnya.

Bahkan, dalam kasus Nabi Muhammad SAW, apa yang dilakukannya berupa menghindari *shuhbah*, menyendiri (untuk berbincang-bincang) dengan Allah SWT, memisahkan diri dari manusia, mengurangi makan, dan tenggelam dalam dzikir yang khusyuk. Jadi, bagi para pencari Allah SWT, tradisi *khalwat* ini, tidak bisa tidak, haruslah dilakukan. Sumber yang mengatakan bahwa syariat menetapkan lamanya waktu *khalwat* selama empat puluh hari tidaklah jelas. Pengetahuan tentangnya sulit diraih kecuali oleh para Nabi, orang-orang terpilih, dan oleh orang-orang suci.

Dalam kitab *'Awarif al-Ma'rif*, Syaikh al-Islam (yakni, Syaikh Syihabuddin 'Umar ibn Muhammad Suhrawardi) mengatakan, "*Ketika Allah swt hendak mengangkat Adam as sebagai khalifah-Nya dan menjadikannya sebagai arsitek dunia, yang dengan keberadaannya menjadikan surga makmur, Dia (allah) memeberinya sebuah komposisi dari unsur-unsur tanah yang sesuai dengan dunia ini dan menjadikannya meragi selama empat puluh hari. Setiap pagi bermakna eksistensi dari suatu kualitas yang menjadi sebab ketertarikannya pada dunia ini; dan setiap ketertarikan menjadi hijab yang menutupi pandangannya dari*

keagungan keabadian (qidam). Setiap hijab adalah sebab kejauhan dari alam gaib; dan setiap kejauhan adalah sebab kedekatan pada dunia materi hingga saat hijab itu menutup sepenuhnya, dan dunia ini seluruhnya berada dalam diri Nabi Adam as¹¹.”

C. KHALWAT MENURUT BEBERAPA TOKOH

1. Menurut Abu'l-'Abbas Ahmad ibn Musthafa al-'Alawi (w. 1934 M).

Khalwat adalah sebuah kamar berukuran kecil di mana aku menempatkan murid-murid baru setelah berbaiat kepadaku tidak ditempati selama empat puluh hari jika dibutuhkan. Dalam kamar ini ia tidak boleh melakukan sesuatu apapun kecuali mengulang-ulang tanpa henti, siang dan malam, menyebut nama ilahi, mengeluarkan disetiap sebutan suku kata *ah* hingga ia tidak punya lagi nafas. Sebelumnya ia membaca syahadat tujuh puluh lima ribu kali. Selama khalwat ia berpuasa dengan ketat seharian, hanya berbuka antara matahari tenggelam dan fajar. Sebagian *fuqara* memperoleh pencerahan tiba-tiba beberapa saat kemudian, sebagian lainnya beberapa hari, dan sebagian lagi baru setelah beberapa pekan. Aku tahu seorang *faqir* yang menunggu pencerahan itu setelah delapan bulan. setiap pagi ia berkata kepadaku, “*hatiku masih terlalu*

¹¹Syaikh Syihabuddin `Umar Suhrawardi, *`Awarif al-Ma`arif*, Terj. Ilma Nugrahani Ismail, cet. I (Bandung: Pustaka Hidayah, 2007), h, 82-83.

keras,” dan meneruskan khalwatya. Pada akhir usaha kerasnya itu memperoleh balasan¹².

2. Menurut ‘Ala’ud Dawlah as-Simnani (w. 6 Maret 1336).

Khalwat adalah pembersihan hati dari segala sesuatu selain Allah SWT, mengikatkan diri kepada-Nya, sehingga bisa mencapai-Nya dan menjadi dekat dengan-Nya. Seorang salik berhasil mencapai kemajuan berbagai tahap yang disebutkan di atas dengan melakukan pencarian latihan spiritual dalam *khalwat*, dan memperbaiki substansi halus ke-Aku-an hingga menjadi cermin yang sempurna bagi Allah SWT. “*Tak seorang pun yang dapat mencapai tahap keindahan kepasrahan kecuali dengan berkhalwat.*”¹³.

3. Sayyidina Sufyan Rahimahumullah.

Berkata: “*ibadat itu ibarat perusahaan yang menguntungkan. Warungnya adalah berkhalwat dan alatnya adalah lapar*”¹⁴.

4. Syaikh Abu Ali ad-Daqqaq r.a.

Berkata: “*Aku memakai pakaian sebagai mana orang banyak memakainya, makan-makanan yangn seperti mereka makan. Namun aku menyendiri dari mereka dalam rahasia.*”

¹²David Heinemann, D.Psy.(Hon.), M.Phil, *Terapi HatiModel Hati*, terj. Purwanto, B.Sc, cet. I (Bandung: Penerbit Nuansa, 2010), h, 171.

¹³Jamal J. Elias, *Sang Penyangga Singgasana Tuhan*, terj. Munir A. Mu`in dan Omang Komaruddin, cet. I (Bandung: Pustaka Hidayah, 2007), h. 177.

¹⁴Imam al-Ghazali, *Minhajul `Abidin*, terj. Abul Hiyadh, cet. I (Surabaya: Mutiara Ilmu, 1430/2009), h. 154.

saya mendengar ia berkata, “Ada orang yang datang kepadaku dan bertanya, ‘engkau datang dari jarak yang jauh?’ saya menjawabnya, pembicaraan ini bukanlah peristiwa bepergian dengan jarak dengan ukuran perjalanan. Berpisahlah dari diri anda sendiri dalam satu langkah saja, dan anda pasti mencapai tujuan anda’.”

5. Abu Yazid bishtami.

Berkata: “Aku melihat Tuhan dalam mimpi, lalu aku bertanya, ‘bagaimana aku musti menjumpai-Mu?’ Tuhan menjawab, “Tinggalkan dirimu dan kemarilah’!”

6. Abu Utsman al-Maghriby.

Berkata: “Adalah wajar bagi seseorang yang memutuskan memisahkan diri dari kesertaan bersama seamanya supaya bebas dari segala jenis pengingatan, kecuali pengingatan kepada Tuhan, terbebas dari semua hawa nafsu kecuali keinginan mencari ridha Tuhan, dan terbebas dari tuntutan diri akan segala sebab duniawi. Apabila tidak demikian, maka tindakanya berkhawat hanya akan melemparkanya ke dalam cobaan atau petaka.” Dikatakan bahwa sendiri dalam berkhawat sangat dekat pada ketenangan jiwa.

7. Dzun Nuun al-Mishry.

Berkata: “Aku tidak menemukan sesuatu hal pun yang lebih baik yang dapat melahirkan keikhlasan selain khalwat. Orang yang menyembunyikan dirinya dari sesame manusia

melalui khalwat tidaklah seperti orang yang menyembunyikan dirinya dari sesamanya melalui Tuhan.”

8. Al-Junayd al- Baghdadi.

Berkata: “barang siapa menginginkan agamanya sehat dan raga serta jiwanya tentram, lebih baik ia memisahkan diri dari orang banyak. sesungguhnya zaman yang penuh ketakutan, dan orang yang bijak adalah yang memilih kesendiriannya¹⁵.”

D. KHALWAT MENURUT PENULIS

Khalwat adalah upaya untuk mengenali diri dan untuk introspeksi diri, mengoreksi setiap kesalahan-kesalahan, untuk berubah menjadi lebih baik sesuai dengan tuntunan ilahi.

E. LANGKAH-LANGKAH KHALWAT YANG PERNAH DIALAMI OLEH PENULIS

1. Mengontrol indra-indra eksternal.

Meskipun khalwat pada dasarnya merupakan proses batin yang melaluinya seseorang salik mengosongkan dirinya dari segala sesuatu selain Allah swt, ia juga melakukan penarikan diri dari masyarakat. Ini harus terjadi dalam kamar. bentuk pengasingan ini membantu mencapai tujuan mengontrol indra eksternal yang diinginkan. Untuk memaksimalkan pengaruh khalwat, sufi atau salik tidak boleh keluar dari

¹⁵Abul Qasim al-Qusyairy an-Naisabury, *ar-Risalatul Qusyairyah fi Ilmi at-Tasawwufi*, Terj. Mohammad Luqman Hakiem, cet. V(Surabaya: Risalah Gusti, 2001), h. 93-95.

kamar, kecuali untuk menjalankan fungsi-fungsi badan, memperbarui kondisi kesucian, dan menjalankan ibadah salat.

2. Mempertahankan kondisi suci yang terus menerus.

Kesucian juga berperan dalam melawan nafsu rendah, mempertahankan kondisi suci merupakan dalam tahap perjuangan melawan nafsu rendah dan setan. Bersuci merupakan cahaya besar yang mencedraahkan kegelapan khalwat. Jika bersuci lahiriah berguna untuk membersihkan badan dari kotoran-kotoran fisik, bersuci secara batin meliputi pemilikan hati yang penuh perhatian dan lisan sibuk dengan zikir., yang keduanya berperan untuk menyucikan sufi dan melawan tabiat rendah. Seluruh pencarian spiritual dapat dilihat sebagai proses penyucian batin, yang disebut penyucian besar, yang sejajar dengan pencapaian tingkatan-tingkatan sepanjang jalan sufi.

3. Berpuasa terus-menerus.

Bagi sufi pemula, cara terbaik untuk melawan nafsu adalah menyibukkan diri dalam praktik-praktik zuhud seperti berpantang dari makanan, ucapan dan tidur. Dengan menolak hak dan kepuasan nafsu kecuali ukuran minimal yang diperlukan untuk mempertahankan badan. Penopang lain manapun yang mencapainya dari alam fisik hanya meningkatkan hasratnya untuk tetap tinggal di nafsu rendah. Namun, seseorang harus waspada terhadap pelanggaran nafsu dari apa yang dibolehkan oleh Allah. Satu-satunya pengecualian

terhadap ini adalah ketika, di awal pencarian spiritual, sufi terlepas dari bimbingan syaikh dan, karena kebodohan, berpantangan dari pada yang dibolehkan. Tetapi begitu ia mengetahui jalan dengan benar atau mempelajarinya dari seorang pembimbing, sufi baru harus bertobat atas tindakan-tindakanya yang terdahulu dan hanya memakan secukupnya apa yang telah ia haramkan sebelumnya sehingga secara simbolis mengakhiri ketidaktahuanya.

4. Diam terus-menerus.

Mempertahankan kondisi suci, berpuasa, diam juga merupakan kontrol atas indra eksternal dengan tujuan utama menundukkan nafsu. Yaitu, nafsu rendah, yang sama dengan substansi halus ruh hewani, yang merupakan sumber kejahatan dan sebab karakteristik rendah. Jiwa rendah yang cenderung kepada kejahatan adalah sahabat setan dan melakukan penawaran di alam fisik dan spiritual. Jiwa ini terus melawan kekuatan mulia hati dan ruh, dan pada saat yang sama ingin menaklukkan mereka dan menggunakan mereka untuk melayaninya. Diam terus menerus adalah merupakan salah satu syarat berkhawat, dan sangat berguna untuk menegasikan indra-indra luar dan melawan nafsu rendah. Satu-satunya kondisi longgar di mana sufi bisa menghentikan diam ini dan keluar dari kamar adalah menanyakan kepada syaikh penjelasan tentang pengalaman spiritual yang tidak bisa dipahami

sendirian. Meskipun demikian, sebaiknya ia mencoba dan mencari petunjuk syaikh secara mistis dalam kondisi spiritual.

5. Dzikir menyebut asma Allah swt.

Tujuan utama khalwat adalah dzikir, yang denganya seseorang sufi menyucikan diri hingga menjadi saksi kebesaran Allah swt. Orang yang sengaja tidak mau melakukan dzikir kepada Allah swt adalah kelompok setan. Sebaliknya, orang yang shalih selalu mengingat Allah swt dan tidak bisa diganggu oleh urusan duniawi apa pun, karena sadar akan ayat al-qur'an. Ingatlah aku, niscaya akku akan mengingatmu. Sufi semacam itu melepaskan segala sesuatu atas perintah pembimbingnya, dan pada saat yang sama tidak mencari apa-apa dari Allah swt, selain Allah sendiri.

6. Menghapus pikiran-pikiran kacau dengan membaca kitab al-qur'an dan buku-buku yang menambah keimanan.

Berikutnya adalah menghapus pikiran-pikiran, baik yang bagus ataupun yang buruk. Kontrol atas indra-indra batin, yang meruopakan hasil yang diinginkan sepanjang jalan sufi, tidak bisa disempurnakan tanpa menghapus pikiran. Seorang sufi mesti mengakui syaikh sebagai penjelas visi dan peristiwa-peristiwa spiritual dan tidak boleh berusaha memahaminya sendiri. Allah swt akan memuliakannya di masa-masa selanjutnya dengan cahaya akal dan keadilan, sehingga dari cahaya akal dia akan memperoleh kemampuan untuk memahami, dan dari cahaya keadilan memperoleh kekuatan

untuk membedakan. Metode yang membuat seorang sufi berhasil menghapus semua pikiran dan mengontrol indra batin adalah dengan dzikir kepada Allah Swt.

7. Menetapkan hati sepenuhnya pada pembimbing.

Pembimbing harus hidup di alam jasmani agar dapat mengarahkan sufi pada jalan yang benar dan menjelaskan pikiran-pikiran yang merusak dan sebab-sebabnya karena mereka akan dijumpai di sepanjang jalan sufi. Karena perlunya mempunyai guru yang hidup itulah Allah swt menciptakan Nabi Muhammad saw, pembimbing spiritual pertama, sebagai makhluk yang hidup.

8. Berhenti mengajukan pada pembimbing.

Pasrah kepada pembimbing mengisyaratkan kepercayaan yang penuh terhadap ajaran-ajarannya. Sufi tidak boleh mempertanyakan ajaran-ajarannya secara terbuka atau diam-diam. Itu sama saja membiarkan jiwa bercakap-cakap secara diam-diam dengan setan., dan pada saat yang sama mengizinkan setan masuk ke dalam jiwa dan mengisinya dengan keraguan akan esensi dan sifat-sifat Allah swt. Percaya kepada syaikh harus total sehingga sekiranya guru memerintahkan sufi agar melakukan tindakan-tindakan yang kelihatannya bertentangan dengan praktik-praktik tarekat yang benar, ia melaksanakannya tanpa bertanya.

BAB III

BIOGRAFI DAN KHALWAT MENURUT SYAIKH SIHABUDDIN ‘UMAR AS-SUHRAWARDI

A. BIOGRAFI SIHABUDDIN ‘UMAR AS-SUHRAWARDI

Nama lengkapnya adalah Shihabuddin Abu Hafs Umar al-Suhrawardi¹ di lahirkan di Baghdad, Irak (1145-1234 M). Beliau mendapat gelar *Syaikh asy-Syuyukh* setelah menulis kitan yang berjudul *Awarif al-Ma'arif*, sebagai guru yang diangkat secara resmi di Baghdad, dan aktif di lapangan politik. Beliau berguru kepada pamanya sendiri yaitu ‘Abd Qahir Abu Najib Suhrawardi (1168 M) seorang sufi pemuka mistisisme yang menulis kitab *‘Adab al-Muridin (Moralitas Santri)*. Selain berguru kepada pamannya, Syihabuddin Abu Hafs ‘Umar al-Suhrawardi juga berguru kepada tokoh sufi besar Syaikh Abdul Qadir al-Jailani (w. 1166 M). Shihabuddin al-Suhrawardi ditunjuk oleh sultan an-Nashir li-Dinillah menjadi mahaguru resmi di Baghdad, juga menjadi duta besar untuk penguasa dinasti Ayyub di Mesir dan Syiria, dan untuk Bani Seljuk di Rum yang kekuasaannya baru bangkit di Konya. Hubungan Shihabuddin al-Suhrawardi dengan

¹ Ada tiga tokoh sufi besar yang bernama suhrawardi yang pertama, Abu al-Futuh Yahya bin Habasy bin ‘Amirak as-Suhrawadi al-Kurdi (1153 M) pendiri filsafat isyraqiyah dan mendapat gelar al-Maqtul terkait prose meninggalnya. Yang kedua, ‘Abd al-Qahir Abu Najib as-Suhrawardi (wafat 563 H/1168 M) seorang sufi pemuka mistisisme dan penulis kitab *adab al-Muridin* dan yang ketiga adalah Shihabuddin Abu Hafs ‘Umar Suhrawardi penulis kitab *Awarif al-Ma'arif* yang mendapat gelar *Asy-Syuyukh*. Lihat, Dr. Amroeni Drajat, M.A., *Suhrawardi: Kritik Falsafah Peripatetik*, cet. I (Yogyakarta: LKis, 2005), h, 29-30

penguasa juga turut mempengaruhi sikap para sufi di anak Benua India yang lebih terbuka terhadap peran sosial dan politik di banding tarekat lain yang sezaman denganya. Syaikh Shihabuddin al-Suhrawrdi inilah yang membantu Sultan menyebarkan gagasan ksatria mistis, *al-futuwwah*, yang juga hendak diaplikasikan untuk bidang sosial dan politik. Untuk alasan praktis dan pragmatis, khalifah melembagakan *futuwwah*, sehingga aplikasinya mirip dengan konsep “sosialisme” di zaman modern.

Sebagai sufi, beliau menegaskan bahwa kehidupan berdasarkan prinsip sufi adalah cara terbaik untuk menjalankan ajaran islam dan sampai kepada Allah SWT. Menurutnya tradisi sufi berakar pada kehidupan Nabi Muhammad SAW, yang merupakan manifestasi dari perpaduan kesempurnaan manusia dan ilham ilahiah. Tujuan sufi adalah meniru Nabi dalam rangka membenahi kehidupan lahir dan batin. Ajaran Sufinya menekankan pada adab (perilaku moral yang tepat). Berdasarkan gagasan tersebut mak dunia fisik sesungguhnya berkaitan erat dengan dunia spiritual. Shihabuddin al-Suhrawardi mengatakan bahwa agar sufi mampu menyempurnakan ruhnya agar bisa “bertemu” dengan Tuhan, maka tindakan lahiriah harus mencerminkan kondisi batinnya. Maka sufi harus tunduk pada syariah. Adab menurutnya yaitu unsur sangat penting untuk mengendalikan perilaku. Menurut Shihabuddin al-Suhrawardi, sufi tidak hanya menjalankan ikhtiar *tazkiyatun nafs*, tetapi juga, dalam skema yang lebih besar,

berusaha untuk “menyatukan” diri dengan Tuhan, dan ini mensyaratkan penegakan hukum tuhan di dunia².

B. KHALWAT MENURUT SIHABUDDIN ‘UMAR AS-SUHRAWARDI

1. Pengertian *khalwat* dan dasar melakukan *khalwat*

Khalwat adalah menyendiri dari pengaruh duniawi³. Sementara dalam tasawuf maknanya adalah penyendirian seorang salik ke tempat pengasingan (jauh dari keramaian orang-orang awam) untuk mengabdikan diri sepenuhnya untuk beribadah kepada Allah SWT, di bawah bimbingan syaikh sufi, dan untuk menyucikan jiwa dari segala jenis keyakinan palsu, pikiran dan perasaan yang keruh, konsep yang keliru, serta khayalan semu yang menjauhkannya dari Allah. *khalwat* diibaratkan sebagai tempat peleburan besi yang dengan nyala api kezuhudan nafsu dilebur, dimurnikan dari segala kotoran, indah bercahaya laksana sebuah cermin. Dengan cermin ini, tampaklah sesuatu yang tersembunyi. *Khalwat* adalah himpunan dari segala sesuatu yang saling bertentangan di dalam nafsu (*naf*)⁴, berbagai latihan ruhani semisal sedikit makan,

² Tri Wibowo BS, “*Akulah Debu Di Jalan Al-Musthofa: Jejak-Jejak Awliya Allah*”, cet. I (Jakarta: PRENADAMEDIA GROUP, 2015), h, 69-70.

³ Prof. Dr. H. Abubakar Aceh, *Pengantar Ilmu Tarekat (Uraian Tentang Mistik)*, cet. XIII (Solo: Ramadhani, 1996), h, 337.

⁴ Sebutan *Nafs* berasal dari bahasa Arab yang artinya adalah wujud (jati diri). Sedangkan menurut kaum Sufi, *nafs* adalah sesuatu yang tercela dalam sifat-sifat hamba, akhlak dan perbuatannya. Abul Qasim al-Qusyairy an-Naisabury, *ar-Risalatul*

sedikit berbicara, menghindari berkumpul-kumpul dengan manusia, selalu berdzikir, menolak berbagai macam pikiran, dan senantiasa melakukan kontemplasi yang disertai rasa takut (*muraqabah*⁵). Latihan-latihan ruhani (*riyadhat*⁶) berarti meninggalkan keinginan hawa-nafsu dan berbagai syarat dalam berusaha.

Ketika matahari kenabian tersembunyi, jiwa-jiwa para sahabat pun berangsur-angsur bergera, munculah permusuhan, dan pada saatnya tiba di tempat yang diliputi *shuhbat* dan *khalwat*, yang menyenangkan dan didambakan. Agar keimanan mereka selamat, para pencari Allah SWT berusaha mencari *shawma'* dan *khalwat*, sebagaimana dikatakan oleh Junayd. Sekalipun belum ada *khalwat* sewaktu sunnah Nabi disampaikan, toh sebelum masa itu, Nabi Muhammad SAW, karena kecintaanya yang luar biasa kepada Allah SWT dan keinginannya yang tulus, melakukan *khalwat*, dan biasa pergi ke Gua Hira', serta menghabiskan malam-malamnya dalam dzikir dan ibadah. *Khalwat* adalah tradisi yang dipegang teguh

Qusyairyah fi 'Ilmi at-Tashawwufi, Terj. Mohammad Luqman Hakiem, cet. V (Surabaya: Risalah Gusti, 2001), h, 73.

⁵ Menurut bahasa *muraqabah* adalah mengamati tujuan. Sedangkan secara terminologi berarti melestarikan pengamatan kepada Allah swt dengan hatinya. Sehingga manusia mengamati pekerjaan-pekerjaan-Nya, dan dengan penuh perasaan-Nya, Allah swt melihat dirinya dalam gerak dan diamnya. *Ibid.*, h, 218.

⁶ *Riyadhat* atau latihan-latihan ruhani adalah tahapan yang harus ditempuh oleh salik, dalam istilah tasawuf istilah tahapan ini disebut dengan *maqamat*. Lihat . Abul Qasim al-Qusyairy an-Naisabury, *ar-Risalatul Qusyairyah fi 'Ilmi at-Tashawwufi*, Terj. Mohammad Luqman Hakiem, cet. V (Surabaya: Risalah Gusti, 2001), h. xxvi.

oleh kaum sufi. Pelaksanaan *khalwat* selama 40 hari berasal dari tradisi Nabi Muhammad SAW dari firman Allah SWT. Kepada Nabi Musa as, Allah SWT berjanji untuk bicara secara langsung dan menentukan tempat dan waktunya. Allah SWT berfirman, “*Berpuasalah selama tiga puluh hari tiga puluh malam.*” Kemudian, Allah SWT menambah sepuluh hari lagi dari waktu yang ditentukan. Selama kurun waktu ini, Nabi Musa as tidak makan dan tidak minum serta selalu beribadah kepada Allah SWT untuk mempersiapkan diri berbicara dengan-Nya. Sebab, untuk mendekati diri kepada Allah SWT dan berbicara dengan-Nya, Nabi Musa as perlu melakukan *khalwat*- demikian juga manusia-manusia lainnya.

Bahkan, dalam kasus Nabi Muhammad SAW, apa yang dilakukannya berupa menghindari *shuhbah*, menyendiri (untuk berbincang-bincang) dengan Allah SWT, memisahkan diri dari manusia, mengurangi makan, dan tenggelam dalam dzikir yang khusyuk. Jadi, bagi para pencari Allah SWT, tradisi *khalwat* ini, tidak bisa tidak, haruslah dilakukan. Sumber yang mengatakan bahwa syariat menetapkan lamanya waktu *khalwat* selama empat puluh hari tidaklah jelas. Pengetahuan tentangnya sulit diraih kecuali oleh para Nabi, orang-orang terpilih, dan oleh orang-orang suci.

Dalam kitab ‘*Awarif al-Ma’rif*, Syaikh al-Islam (yakni, Syaikh Syihabuddin ‘Umar ibn Muhammad Suhrawardi) mengatakan, “*Ketika Allah swt hendak mengangkat Adam as*

sebagai khalifah-Nya dan menjadikanya sebagai arsitek dunia, yang dengan keberadaanya menjadikan surga makmur, Dia (Allah) memeberinya sebuah komposisi dari unsur-unsur tanah yang sesuai dengan dunia ini dan menjadikanya meragi selama empat puluh hari. Setiap pagi bermakna eksistensi dari suatu kualitas yang menjadi sebab ketertarikanya pada dunia ini; dan setiap ketertarikan menjadi hijab yang menutupi pandanganya dari keagungan keabadian (qidam). Setiap hijab adalah sebab kejauhan dari alam gaib; dan setiap kejauhan adalah sebab kedekatan pada dunia materi hingga saat hijab itu menutup sepenuhnya, dan dunia ini seluruhnya berada dalam diri Nabi Adam as.”

Filosofi (*hikmah*) dalam menetapkan lama waktu *khalwat* selama empat puluh hari adalah sebagai berikut. Pada setiap pagi (dalam *khalwat*), sebuah hijab mestilah tersingkap dan lahirlah kedekatan (kepada Allah SWT) agar dalam waktu empat puluh hari-empat puluh malam buah hijab terangkat, memperhalus watak manusia, kembali dari kejauhan menuju negeri kedekatan kepada Allah SWT (gabungan dari keindahan dan keagungan; esensi *‘ilm* dan *ma’rifah*); dan untuknya mestilah disahihkan dan dilukiskan visi tentang keagungan keazalian; pandangan niatnya haruslah dijaga dari semua kotoran dunia agar sumber hikmah memancar dari hati dan lisannya. Tanda *khalwat* adalah dipertahankanya kondisi tersingkapnya hikmah itu. Penyingkapan hikmah bisa dijumpai

dalam bukti tersingkapnya hijab dan berbagai manifestasi yang tak diragukan lagi⁷.

2. Kondisi ketika menjalani *khalwat*

Ketika ia tiba di pintu tempat *khalwat*, ia mengucapkan “*rabbi adkhillnii mudkhala shidqin wa akhrijnii mukhrajah shidqin waj’alnii min ladunka sulthaanan nashiirah*”- *Ya Tuhanku, masukkan dengan cara masuk yang benar dan keluarkan aku dengan cara keluar yang benar pula. Dengan anugerah-Mu, jadikanlah aku seorang raja penakluk*” (QS 17:80). Ketika ia hendak pergi ke sajadahnya, ia melangkahkan kaki kanannya lebih dulu serta mengucapkan: “*Dengan nama Allah SWT dengan rahmat Allah SWT, segala puji bagi Allah, dan salam bagimu, ya Rasulullah. Ya Allah, ampunilah dosa-dosaku dan bukakan pintu rahmat-Mu bagiku.*”

Kemudian, dengan keinginan agar Allah SWT hadir, ia mengerjakan shalat dua rakaat dengan penuh kekhusyukan dan rendah hati. Dalam rakaat pertama, sesudah membaca surat al-Fatihah, ia mengucapkan, “*ya Tuhan kami, kepada-Mu kami bertawakkal, kepada-Mu kami berlindung, dan kepada-Mu kami bernaung.*”.

Kemudian, dengan penuh ketulusan dan kerendahan hati, ia memohon ampunan atas dosa-dosanya. Kepada Allah

⁷ Syaikh Syihabuddin `Umar Suhrawardi, *Awarif al-ma`arif*, Terj. Ilma Nugrahani Ismail (Bandung: Pustaka Hidayah,2007), h. 81-83

SWT, ia mengarahkan hatinya untuk bertobat karena berpaling kepada segala sesuatu yang bersifat lahiriah bagi Allah SWT. ia duduk menghadap kiblat dan sebisa mungkin, dalam keadaan ber-*tasyahud*, dengan dirinya sendiri ia merenungkan bahwa Allah SWT dan juga Rasulullah hadir agar senantiasa bersikap takzim dan terus berharap dalam dirinya agar, secara lahiriah dan batiniah, ia bisa menyibukkan diri dan beribadah dan memuji Allah SWT serta bertindak sesuai dengan ketentuan-ketentuan ilahi. Dengan demikian ia bisa menjadi tempat bertemunya nafas-nafas ilahi dan siap menurunkan anugerah tak terbatas.

Dalam *khalwat*, sesudah menyucikan niat, bertobat, dan senantiasa beribadah kepada Allah swt, ia harus memenuhi tujuh (7) syarat⁸:

a. Selalu dalam keadaan berwudhu

Jika ia menemukan suatu kelemahan dalam dirinya, maka ia harus berwudhu lagi agar cahaya kesucian lahiriahnya

⁸ Simnani menisbatkan Syarat-Syarat *khalwat* kepada sufi Junayd al-Baghdadi, menurut Simnani pencarian akan kesempurnaan-diri dilakukan secara paling baik dengan ber*khalwat* setelah mengasingkan diri dari masyarakat. bentuk *khalwat* ini, meliputi pembersihan hati dari segala sesuatu selain Allah swt, mengikatdirinya kepada-Nya. Ada delapan syarat *khalwat* yang dipakai oleh Simnani, yaitu meliputi: 1. Mengontrol indra-indra eksternal. 2. Mempertahankan kondisi suci. 3. Berpuasa terus-menerus. 4. Diam terus-menerus. 5. Mengulang rumusan “tidak ada tuhan selain Allah”. 6. Mennghapus pikiran-pikiran yang kacau. 7. Menetapkan hati sepenuhnya pada pembimbing spiritual. 8. Berhenti mengajukan keberatan-keberatan.

bertambah terang dalam dirinya dan membantu mencerahkan hati.

b. Selalu berpuasa

Ia selalu berpuasa sunnah agar segenap waktu dipenuhi dengan keberkahan

c. Sedikit makan

Sewaktu sarapan, jumlah makanan tidak boleh lebih dari satu *rithl* (yakni, sama dengan satu pound atau 0,454 kg). Jika memulai dengan satu *rithl*, maka ia harus mengurangnya menjadi setengah *rithl* pada sepuluh hari terakhir (dari periode empat puluh hari). Jika ia kuat memulai dengan setengah *rithl*, maka ia harus mengurangnya menjadi seperempat *rithl*.

d. Sedikit tidur

Ia mesti menahan kantuk selagi masih mampu dilakukanya. Jika ia mengantuk, maka ia bisa mengusir dan menghilangkan kantuknya dengan berwudhu dan membaca alqur'an. Jika kantuk tak tertahankan dan ia tertidur dengan tidak sengaja, maka ia harus berwudhu lagi dan mengerjakan salat sunnah. Tidur yang sesuai dengan kebutuhan dihitung sebagai ibadah bila diperlukan untuk menghilangkan kelelahan perasaan dan *nafs* (yang menyebabkan kelelahan jiwa dalam beribadah dan melemahkan kesenangan dalam ibadah). Dengan tidur kesucian perasaan dan kelegaan batin (yang menyebabkan *wajd* dalam jiwa) akan kembali

kepadanya. Kemudian segenap waktunya digunakan sepenuhnya dalam beribadah.

e. Sedikit bicara

Seorang bijak tidak banyak bicara dan dia, meskipun tidak mengharapkan adanya bencana. Entah menyenangkan atau tidak, toh pembicaraan itu tidak pernah kosong dari bencana. Sebab, selama belum mencapai kesucian sempurna, nafsu kita tetap senang pada pembicaraan yang menyenangkan, yang bisa menimbulkan kesombongan dan mempertebal hijab. Tak pelak lagi, pembicaraan yang jelek akan mengundang timbulnya hukuman. Dalam kisah Maryam dan Nabi 'Isa as, Allah swt memerintahkan Maryam untuk tidak berbicara dan membiarkan Nabi 'Isa as sendiri berbicara. (QS 19:29-33)

f. Menafikan berbagai pikiran

Dengan dzikir dan dengan menyibukkan hati dalam merenungkan sifat-sifat Tuhan, ia mesti menolak berbagai macam pemikiran. Hal yang terbaik adalah dengan menyaring dan membedakan pikiran-pikiran itu, yang tidak dapat dilakukan oleh para pemula.

g. Terus-menerus beramal

Secara lahiriah maupun batiniah, ia mestilah menghiasinya dengan jubah ibadah. Ia selalu beramal di waktu dan saat terbaik dan diutamakan. Jadi “seorang salik dalam peringkat awal” mestilah membatasi dirinya hanya

pada perintah-perintah ilahi dan shalat-shalat sunna; dan dilain waktu pada zikir. Dari berbagai macam dzikir (*adzkar*), syaikh-syaikh sufi memilih kalimat: *laa ilaaha illa allah* (tidak ada tuhan selain Allah SWT). Sebab kalimat ini mengandung bentuk penafian dan penegasan ketika kalimat ini diucapkan oleh lidahnya, sang *dzakir* pun hadir (hidup di hadapan Allah SWT) dan menjaga keselarasan antara hati dan lidah. Berkenaan dengan penafian, ia melihat eksistensi dari *hadits* seluruhnya dengan pandangan kefanaan (*fana'*), berkenaan dengan penegasan, ia melihat eksistensi dari *qadim* dengan mata kebakaan (*baqa'*). Dengan mengulang-ulang kalimat ini (*laa ilaaha illa Allahu*), wujud tauhid pun bersemayam dalam hatinya. Di saat seperti inilah, dzikir menjadi kualitas hati yang sangat diperlukan, bantuan dan pertolongannya bersifat terus-menerus. Di saat kelelahan dzikir lidah tidak menemukan jalan kepadanya, sesudah itu, ia mencapai tempat di mana dzikir menjadi mutiara indah dalam hati. Sang *dzakir* dalam dzikir, dzikir dalam hati, hati dalam *madzkur* (asal-usul dzikir, yakni Allah SWT) pun sirna dantenggelam dalam kefanaan.

Pada tahap ini, jika bentuk kalimat tauhid (yakni, makna dzikir) lenyap dari wajah lahiriah hati, maka kebenaran pun bergabung dengan wajah batiniyah hati. Inilah makna *hal*. Dzikir sang *dzakir*, dan *madzkur* adalah satu. Selama *nafs* berada dalam kepatuhan, ia akan selaras dengan hati. Bantuan

dan pertolongan dari jiwa kedekatan, pernyataan, kesenangan jamaah, dan kebutuhan akan shalat bergabung dengan sajadah yang terhampar. Dalam hal ini, amalan yang terbaik adalah ketekunan dan keteguhan hati. Karenanya, jika muncul kebencian dalam *nafs*, maka amalan terbaik adalah mengganti shalat dengan bacaan al-Qur'an, karena membaca al-Qur'an lebih mudah dilakukan ketimbang shalat. Jika membaca al-Qur'an menyebabkan lelah, maka amalan terbaik adalah berdzikir. Sebab, ketekunan dan keteguhan hati dalam dzikir semata, dan mengulang-ulang kalimat yang ringan lebih mudah bagi *nafs* ketimbang mengucapkan kata-kata berbobot yang mengandung makna beragam. Jika lidah sudah lelah melantunkan dzikir, maka amalan terbaik adalah dzikir dalam hati- yang mereka sebut *muraqabah* (kontemplasi disertai rasa takut) yakni memperhatikan berbagai manifestasi (*tajalli*) Allah SWT-berkenaan dengan keadaan dirinya sendiri. Jika ia merasa lelah dan lesu dalam melakukan *muraqabah*, maka ia boleh beristirahat dan tidur sejenak⁹.

3. Mimpi ketika sedang *khalwat*

Di tengah-tengah dzikir, seringkali terjadi pada kaum ahli *khalwat* bahwa mereka tersembunyi (dalam keadaan sadar) dari segala sesuatu yang terasakan (dunia ini) dan tersingkap kepada mereka ihwal kebenaran berbagai hal yang gaib. Kaum

⁹ Syaikh Syihabuddin `Umar Suhrawardi, *Awarif al-ma'arif*, Terj. Ilma Nugrahani Ismail (Bandung: Pustaka Hidayah,2007), h. 85-92.

sufi menyebutnya mimpi (*waqi`ah*). Kadang-kadang, yang demikian ini (penyingkapan kebenaran) muncul dalam keadaan hadir (dalam keadaan sadar) tanpa tidak hadir (dalam keadaan tidak sadar). Seringkali, *waqi`ah* bagaikan tidur (*nawm*). Sebagian *waqi`ah* dan *manamat* benar dan sebagian lagi salah.

Dalam kebanyakan *waq`i* dan *manamat*, jiwa (*nafs*) berjalan beriringan dengan ruh dan, dalam sebagian lainnya, bersifat mutlak. Kebenaran adalah sifat *ruh*, dan kebatilan adalah sifat *nafs*.

Penyingkapan (*mukasyafah*) tak pernah salah, ia menggambarkan kesatuan jiwa dengan merenungkan berbagai misteri dalam keadaan bebas dari pikiran-pikiran kelam manusia. Dalam bagian ini, ada tiga bagian *waqi`ah* dan *manam*.

a. Penyingkapan bebas (*kasyaf al-mujarrad*)

Demikianlah, dengan mata jiwa bebas, dengan imajinasi, seseorang dalam tidur (*khwab*) atau dalam mimpi (*waqi`ah*), merenungkan segala sesuatu yang masih tersembunyi. Sesudah itu, bahkan ketika ia melihatnya, hal itu terjadi di dunia nyata. Akan tetapi, bagi orang yang menyaksikanNya, ia mempunyai tatanan dalam segala sesuatu yang tersembunyi, lantaran ketersembunyiannya dari indra lahiriah. Jika dalam tidur (*khwab*) seseorang melihat bahwa di tempat tertentu terpendam harta karun dan menemukannya ketika ia mencarinya, maka yang demikian ini disebut

penyingkapan murni (*kasyf-I mujarrad*). Jika makna ini bisa dipahami melalui manifestasi, maka ini adalah “penglihatan jiwa”. Jika makna dipahami melalui utusan tak tampak, maka inilah “telinga jiwa”. Pernah ada seorang darwisy di Baghdad yang menempuh jalan ketawakalan kepada Allah SWT dan menutup jalan permintaan. Suatu hari, ia sangat terdesak oleh kebutuhan dan bermaksud meminta-minta. Dengan masygul, ia berkata, “*sudah sekian lama aku bertawakal kepada Allah swt. Sekarang, haruskah aku menolaknya?*”. Malam itu, dalam *khwab*, ia mendengar suara, “*di suatu tempat tertentu, ada sebuah jubah biru (khirqah) yang membungkus batangan emas. Ambilah dan gunakan untuk memenuhi kebutuhanmu*”. Saat terjaga, ia menemukan benda itu. Mereka menyebut *khwab* ini sebagai *ru'ya* yang benar- sebuah mimpi yang merupakan satu bagian dari kenabian. Sebab, di awal kenabian, setiap mimpi (*khwab*) yang dilihat Nabi Muhammad SAW dalam tidurnya selalu menjadi kenyataan. Jenis mimpi ini tidak pernah salah, sebab bagi orang-orang bijak, setelah bukti yang dikemukakan oleh segenap tradisi para nabi, makna penyingkapan ini adalah bukti. Setelah terpisah dari tubuh, ruh mengetahui bahkan soal-soal kecil yang pernah dilihat dan didengarnya dunia. Pengetahuan ruh tidak terbatas pada hal-hal kecil berkenaan dengan makna-makna lahiriah dan batiniah. Tak ada sesuatu yang bisa diraih dari makna-makna lahiriah. Dengan melepaskan diri dari tubuh,

tampaklah bentuk segala sesuatu yang dirasakan. Karena menggunakan penglihatan, hal itu terlihat dalam mata, karena menggunakan pendengaran, hal itu terngiang-ngiang di telinga.

b. Pengungkapan imajinasi(*al-khasyf al-mukhayyal*) dari *nawm* dan *waqi`ah*

Dalam *khwab* atau dalam *waqi`ah*, ruh mampu melihat sebagian hal gaib, melalui hubungan dengan ruh, *nafs* menjalin persahabatan dengannya. Pada ruh dengan kekuatan imajinasi, *nafs* mengenakan pakaian bentuk yang sesuai dengan hal-hal yang dirasakan. Dengan demikian, ruh pun melihatnya. Dalam *waqi`ah*, sang murid menyaksikan bahwa dirinya bertarung dengan singa dan binatang-binatang buas, dengan ular dan kalajengking, dan dengan orang-orang kafir. Sang syaikh sejati mengetahui bahwa *nafs* sedang bergulat dengan diri sang murid, makna yang dilihatnya adalah dalam bentuk: (a) binatang-binatang buas, kekejaman, (b) ular dan kalajengking, permusuhan, (c) orang-orang kafir, ketidakpatuhan dan kejauhan dari rahmat Allah SWT. Jika sang murid bermimpi berjalan di gurun pasir dan gunung sampah, melintasi sungai dan mengarungi lautan, naik ke angkasa, atau melintasi api, maka sang syaikh akan tahu bahwa sang murid sedang melewati tahapan-tahapan nafsu, menyaksikan dirinya dalam bentuk berbagai unsur (empat unsur alam), yakni: tanah, air, udara, dan api, atau sedang

menempuh perjalanan di darat, laut, udara, dan di atas kobaran api. Makna-makna dari semuanya itu adalah demikian: (a) tanah, yang berarti kekikiran, kelambanan, kejahilan, ketidakadilan, kegelapan, dan ketololan; (b) air, yang bermakna senang kumpul-kumpul, yang mengumbar hawa nafsu, terpengaruh lingkungan pergaulan, kelalaian, dan kecenderungan untuk tidur; (c) udara, yang berarti kecenderungan pada nafsu, sangat sedih, ingin buru-buru berubah dari satu keadaan ke keadaan lain dan (d) api, yang bermakna kemarahan, kesombongan, hasrat untuk mencapai posisi tinggi, dan keagungan. Tahap terakhir *nafs* yang dilaluinya adalah ia beroleh penyingkapan, maka ia melihat kebenaran ruh dalam wujud matahari, kebenaran hati dalam wujud bulan, dan berbagai kualitas kebenaran hati dalam wujud rasi gugusan bintang. Ia selalu melihat setiap kebenaran yang tersingkap kepadanya dalam jubah yang indah. Karenanya, peristiwa ini disebut “penyingkapan khayalan” (*al-kasyf al-mukhayyal*). Dalam hal ini bisa saja ada kesalahan, tetapi bukan kesalahan murni. Sebab, yang demikian itu tidak luput dari pemahaman ruh. Jika, dalam keadaan pemahaman ruh, pikiran-pikiran sensual tidak berbaur dengan pemahaman ruh dan kekuatan imajinasi tidak menyanggah jubah indah pada ruh, maka *waqi'ah* dan *khwab* itu benar sepenuhnya. Jika sebagian dari pikiran-pikiran sensual berbaur dengan pemahaman ruh dan kekuatan

imajinasi menyandangkan jubah indah kepadanya, maka ini berarti bahwa sebagian mimpi itu benar dan sebagian lagi salah.

c. Angan-angan murni, ketika pikiran-pikiran sensual menguasai hati (*khayyal-i mujarrad*), sehingga ruh terhibab dari menyaksikan alam gaib.

Dalam keadaan *nawm* dan *waqi`ah*, pikiran-pikiran itu menjadi lebih kuat, kekuatan imajinasi menyelimuti setiap pikiran itu dengan jubah indah, bentuk pikiran-pikiran itu menyelimuti setiap pikiran itu dengan jubah indah, bentuk pikiran-pikiran itu terlihat oleh mata kekuatan imajinasi, dan tipuannya menjadi tampak jelas. Dengan demikian, seorang yang tidak pernah ingin mengumpulkan harta benda dan yang dalam *khwab* bermimpi memperolehnya, atau seorang yang zuhud, yang mendapat pujian dari orang banyak, dan melihat di dalam *waqi`ah* bahwa mereka memuja-muja dirinya-syaikh tahu bahwa manifestasi ini hanyalah akibat dari hawa nafsu, yang sudah tergambar dalam diri orang yang melihatnya. Ia menyebutnya sebagai hasrat yang sia-sia atau mimpi kacau yang tak bisa ditafsirkan dan mimpi yang salah. Di dalam keadaan yang seperti ini, kebenaran tak pernah muncul. Sebab, *nafs* yang dikuasai oleh keraguan, tidak bakal bisa menjalin hubungan dengan ruh, yang membentuk pikiran-pikiran itu.

Dalam *waqi`ah* dan *manam*, ada kebenaran dan kesalahan. Dalam manifestasi lainya, kebenaran mustahil ada, sebab yang ada hanyalah “penyingkapan bebas”(*kasyf-I mujarrad*). Dalam *mukasyafah*, pemahaman ruh berhubungan dengan segala sesuatu yang ada di alam ghaib maupun alam nyata¹⁰.

C. PENGALAMAN SIHABUDDIN ‘UMAR AS-SUHRAWARDI TENTANG KHALWAT

Filosofi dalam menetapkan lama waktu khalwat selama empat puluh hari adalah sebagai berikut. Pada setiap pagi dalam khalwat, sebuah hijab mestilah tersingkap dan lahirilah kedekatan kepada Allah swt agar, dalam empat puluh hari, empat puluh hijab terangkat, memperhalus watak manusia, kembali dari kejauhan menuju kedekatan kepada Allah swt. Tanda khalwat adalah dipertahankanya kondisi tersingkapnya hikmah itu. Penyingkapan hikmah bias dijumpai dalam bukti tersingkapnya hijab dan berbagai manifestasi yang tak diragukan lagi. Khalwat diibaratkan sebagai tempat peleburan besi yang dengan nyala api kezuhudun nafsu dilebur, dimurnikan dari segala kotoran, indah bercahaya laksana sebuah cermin. Dengan cermin ini, tampaklah sesuatu yang tersembunyi. Khalwat adalah juga himpunan dari segala sesuatu yang saling bertentangan di dalam nafsu berbagai latihan ruhani

¹⁰ Syaikh Syihabuddin `Umar Suhrawardi, *Awarif al-ma'arif*, Terj. Ilma Nugrahani Ismail (Bandung: Pustaka Hidayah,2007), h. 93-99.

semisal sedikit makan, sedikit berbicara, menghindari perkumpulan-perkumpulan dengan manusia, selalu berdzikir, menolak berbagai macam pikiran, dan senantiasa melakukan berbagai mavcam kontemplasi yang disertai rasa takut. Latihan-latihan ruhani berarti meninggalkan keinginan hawa nafsu dan berbagai syarat dalam berusaha.

Ketika memasuki pintu tempat khalwat, syaikh Sihabuddin ‘Umar As-suhrawardi mengucapkan *“rabbi adkhillni mudkhalashidqin wa akhrijni mukhraj shidqin waj’alni min ladunka sulthanan nashirah”* (ya Allah, masukkan dengan cara masuk yang benar dan keluarkan aku dengan cara yang benar pula. Dengan anugrah-Mu, jadikanlah aku seorang raja penakluk). Ketika ingin pergi ke sajadahnya, beliau melangkahkan kaki kananya lebih dulu serta mengucapkan bacaan ta’awud, bismillah dan bacaan yang mengagungkan nama Allah swt. Kemudian, dengan keinginan agar Allah hadir, beliau mengerjakan shalat dua rakaat dengan penuh kekhusyukan dan rendah hati. Kemudian, dengan penuh ketulusan dan kerendahan hati, ia memohon ampunan atas dosa-dosanya. Hanya kepada allah swt, beliau mengarahkan hatinya untuk bertaubat karena berpaling kepada segala sesuatu yang bersifat lahiriah bagi Allah swt. Beliau duduk menghadap kiblat dan, sebisa mungkin, dalam keadaan bertasyahud. Dengan dirinya sendiri beliau sang syaikh Sihabuddin ‘umar As-Suhrawardi merenungkan bahwa Allah swt dan juga Rasulullah saw hadir agar beliau bersikap takdzim dan terus

berharap dalam dirinya agar, secara lahiriah dan batiniah, beliau bisa menyibukkan diri dan beribadah dan memuji Allah swt serta bertindak sesuai ketentuan-ketentuan ilahi. Dengan demikian, beliau bisa menjadi tempat bertemunya nafas-nafas ilahi dan siap menurunkan anugrah yang tak terbatas.

Dalam khalwat sesudah menyucikan niat, bertaubat, dan senantiasa beribadah kepada Allah swt, beliau kemudian melanjutkan ke tujuh syarat dalam berkhalwat, seperti; selalu dalam keadaan berwudhlu, berpuasa, sedikit mengonsumsi makanan, sedikit tidur, mengurangi berkomunikasi dengan manusia, membuang pikiran-pikiran yang mengganggu, dan selalu berdzikir kepada Allah swt.

Pada tahap ini, bila bentuk kalimat tauhid (dzikir) lenyap dari wajah lahiriah hati, maka kebenaran pun bergabung dengan wajah batiniah hati. Inilah makna *hal*. Dzikir, sang dzakir dan madzkur adalah satu. Namun, bagi seorang dari pelaku khalwat dari peringkat menengah atau belum menjadi mursyid, amalan terbaiknya adalah ketekunan membaca al-qur'an setelah melakukan berbagai perintah Allah swt dan Rasulullah saw. Sedangkan bagi pelaku khalwat untuk pemula atau dari peringkat awal, amalan terbaiknya adalah dengan dzikir, membaca alqur'an, mengagung-agungkan nama-nama Allah, berbagai kebenaran spiritual, seluk beluk kebenaran dan pemahaman dengan membaca ayat-ayat al-qu'an. Bagi seorang peringkat akhir atau seorang mursyid, yang di dalam dirinya cahaya dzikir menjadi sifat

bawaanya, amalan terbaik baginya adalah membaca al-qur'an, dan amalan yang sempurna baginya adalah melaksanakan shalat. Sebab shalat adalah suatu amalan yang lengkap dan meliputi dzikir, bacaan al-qur'an, dan kekhusyukan hati serta anggota badan.

Selama nafs dalam kepatuhan, ia akan selaras dengan hati. Bantuan dan pertolongan dari jiwa kedekatan, pernyataan, kesenangan jamaah, dan kebutuhan akan shalat bergabung dengan sajadah yang terhampar. Dalam hal ini, amalan terbaik adalah ketekunan dan keteguhan hati. Karenanya, jika timbul kebencian dalam nafs, maka amalan terbaik adalah mengganti shalat dengan bacaan al-qur'an. Sebb, membaca al-qura'an lebih mudah dilakukan ketimbang mengerjakan shalat. Jika membaca al-qur'an menyebabkan lelah, maka amalan terbaik adalah dengan berdzikir. Sebab, ketekunan dan keteguhan hati dalam berdzikir semata, dan mengulang-ulang kalimat yang ringan lebih mudah bagi nafs ketimbang mengucapkan kata-kata berbobot dan mengandung makna beragam. Jika lidah sudah lelah melantunkan dzikir, maka amalan terbaiknya adalah dzikir dalam hati, yang mereka sebut muraqabah atau kontemplasi, yakni memperhatikan berbagai manifestasi ke-tajalli-an Allah swt, berkenaan dengan keadaan dirinya sendiri. Jika beliau merasa lelah dan lesu dalam melakukan muraqabah, maka boleh beristirahat dan tidur sejenak. Begitu nafs sudah tidak lelah, bisa dilanjutkan berbagai amalan lagi dengan

senang hati. Sangat tidak dianjurkan kalau memaksa nafs bekerta¹¹.

¹¹ Syaikh Syihabuddin `Umar Suhrawardi, *Awarif al-ma'arif*, Terj. Ilma Nugrahani Ismail (Bandung: Pustaka Hidayah, 2007), h. 85-92.

BAB IV
ANALISIS KONSEP *KHALWAT* MENURUT SIHABUDDIN
UMAR AS-SUHRAWARDI DALAM KITAB *AWARIF*
***AL-MA'ARIF* DAN KESEHATAN JIWA**
DALAM PANDANGAN PSIKOLOGI BARAT

A. *KHALWAT* DAN KESEHATAN JIWA

Khalwat diibaratkan sebagai tempat peleburan besi yang dengan nyala api kezuhudan nafsu dilebur, dimurnikan dari segala kotoran, indah bercahaya laksana sebuah cermin. Dengan cermin ini, tampaklah sesuatu yang tersembunyi. *Khalwat* adalah himpunan dari segala sesuatu yang saling bertentangan di dalam nafsu (*nafs*) berbagai latihan ruhani semisal sedikit makan, sedikit berbicara, menghindari berkumpul-keompok dengan manusia, selalu berdzikir, menolak berbagai macam pikiran, dan senantiasa melakukan kontemplasi yang disertai rasa takut (*muraqabah*). Latihan-latihan ruhani (*riyadhat*) berarti meninggalkan keinginan hawa-nafsu dan berbagai syarat dalam berusaha¹.

Bagaimanapun, beban-beban yang berat diletakkan pada murid dalam latihannya untuk mencapai lebih dari sekedar perubahan-perubahan psikologis. Literatur mengenai tradisi-tradisi timur jauh terus-menerus menunjukkan bahwa perluasan kesadaran harus disertai transformasi biologis yang mendasar dalam

¹ Syaikh Syihabuddin Umar Suhrawardi, *Awarif al-Ma'arif*, Terj. Ilma Nugrahani Ismail (Bandung: Pustaka Hidayah, 2007), h. 83.

pengertian yang paling luas. Akan tetapi dalam literatur tasawuf klasik juga terdapat rujukan-rujukan terbatas yang dapat ditafsirkan sebagai penjelasan-penjelasan mengenai perubahan fisiologis².

Secara lahiriah maupun batiniyah, salik mestilah menghiasi dirinya dengan jubah ibadah. Ia selalu beramal di waktu dan saat terbaik dan diutamakan. Jadi “seorang salik dalam peringkat awal” mestilah membatasi dirinya hanya pada perintah-perintah ilahi dan shalat-shalat sunnah; dan dilain waktu pada zikir. Dari berbagai macam dzikir (*adzkar*), Syaikh-syaikh sufi memilih kalimat: *laa ilaaha illa allah* (tidak ada tuhan selain Allah SWT). Sebab kalimat ini mengandung bentuk penafian dan penegasan ketika kalimat ini diucapkan oleh lidahnya, sang *dzakir* pun hadir (hidup di hadapan Allah SWT) dan menjaga keselarasan antara hati dan lidah³.

Kubrawiyah memilih syahadat sebagai zikir mereka, yang jika seseorang melakukannya di bawah kondisi yang keras dari sebuah *khalwat*, dikatakan dapat mempengaruhi bukan hanya pernafasan tapi juga darah, menutupi seluruh keberadaan murid itu⁴.

² Michaela Ozelsel, *Forty Days: The Diary of A Traditional Solitary Sufi Retreat*, Terj. Nuruddin Hidayat, cet. I (Bandung: Pustaka Hidayah, 1423/20002), h. 251.

³ Syaikh Syihabuddin `Umar Suhrwardi, *Awarif al-Ma'arif*, Terj. Ilma Nugrahani Ismail (Bandung: Pustaka Hidayah,2007), h. 91.

⁴ Michaela Ozelsel, *Forty Days: The Diary of A Traditional Solitary Sufi Retreat*, Terj. Nuruddin Hidayat, cet. I (Bandung: Pustaka Hidayah, 1423/20002), h. 251.

Secara menarik, Rossi, yang bekerja dari sudut pandang neuroendokrinologis, membuat deduksi yang sangat sesuai dengan asumsi-asumsi dari tradisi-tradisi spiritual timur yang telah disebutkan di atas. Pikiran bukan hanya mempengaruhi perasaan dan tekanan darah, namun setiap plasma dan molekul kita. Di bawah akibat-akibat stressor psikologis sistem limbic hipotalamik di dalam otak mengubah dorongan-dorongan syaraf dari pesan-pesan pikiran kepada neurohormonal “molekul-molekul kurir” dari tubuh. Molekul-molekul ini pada gilirannya berada dalam suatu posisi untuk menyebabkan sistem hormon menghasilkan hormon-hormon steroid yang memasuki inti dari berbagai sel di dalam tubuh, mempengaruhi susunan plasma. Plasma-plasma ini, secara langsung menyebabkan sel menghasilkan berbagai molekul yang mengatur metabolisme, pertumbuhan, tingkatan aktifitas, seksualitas dan reaksi-reaksi penolakan dalam keadaan sakit dan sehat. Dengan demikian, terdapat suatu hubungan yang sebenarnya antara jiwa dan plasma-plasma. Pikiran berakhir mempengaruhi produksi dan susunan dari molekul-molekul kehidupan.

Menurut Michaela Ozelsel, hal ini menjadi sebuah penjelasan mengenai proses-proses yang melalui proses-proses itu “stress” yang ditunjukkan kepada para murid yang khalwat oleh guru membawa perubahan-perubahan fisiologis yang kadang-kadang sejalan dengan perluasan kesadaran. Sampai sejauh itu, hal ini akan menjadi sebuah gambaran ilmiah mengenai proses yang sama yang dilukiskan oleh Narayanananda dalam

terminology tradisi spiritualnya seperti “bangkitnya kundalini Shakti”. Dengan demikian “duka cita mendalam” yang dipahami sebagai factor pemicu akan sesuai dengan “stress” psikologis dalam model Rossi.

Dengan demikian, sudut pandang spiritual maupun sudut pandang ilmiah sampai pada kesimpulan bahwa stress psikologis yang ekstrem dari ajaran tradisional *khalwat*, tidak saja menyebabkan perubahan psikologis namun juga kepada perubahan fisiologis yang konkret⁵.

B. KHALWAT MENURUT PANDANGAN PSIKOLOGI BARAT

Salah satu ciri khas dari upaya menjelaskan pengalaman *khalwat* dari sudut pandang psikologi Barat adalah diperlukannya suatu mosaik disiplin yang sangat beragam. Kekuatan Barat bagaimanapun, terletak pada paham penyederhanaannya, pada usahanya untuk menemukan, dalam setiap kasus, “balok utama yang terkecil dari bahan-banngunan.” Sebaliknya, tasawuf bersumber dari pengetahuan tentang kesatuan esensial seluruh wujud. Wilber telah menyusun bentuk-bentuk penyembuhan Barat dan Timur dalam berbagai “tingkatan penyembuhan.” Tingkatan-tingkatan ini pada gilirannya bergantung pada “batas identitas” bahwa orang-secara tidak sadar-mengambil untuk dirinya sendiri. Dalam model lima-tingkatnya: terapi ego dan psikoanalisis berada di tingkat *kedua*. Terapi ego adalah terapi yang mendasarkan

⁵ Michaela Ozelsel, *ibid*, h. 252-253.

masalah persepsi, ingatan dan berpikir. Terapi ego cenderung pada aspek-aspek rasional, sadar, dan konstruktif pada kepribadian manusia⁶. Dan psikoanalisis,⁷ Psikoanalisis merupakan psikologi yang mendalami pada aspek ketidak-sadaran, perhatian-perhatiannya tertuju ke arah bidang-bidang motivasi, emosi, konflik, symptom-simptom neurotic, mimpi-mimpi dan sifat-sifat karakter berada pada *tingkat kedua*, terapi gestalt⁸, Terapi Gestalt dikembangkan oleh Frederick S. Fritz Perl yang di dasarkan pada suatu bentuk, wujud atau organisasi. Perls menggunakan kata Gestalt ini untuk menerangkan satu-satunya hukum tentang fungsi manusia yang tetap dan universal, yakni setiap organism cenderung mengarah kepada keutuhan, kebulatan, dan keparipurnaan. analisis bioenergi dan karya Rogers⁹, nama lengkapnya adalah Carl Rogers lahir dip eking, Cina (sekarang tiongkok) tahun 1920, pendidikanya bercirikan Kristen fundamentalis dan mendapat gelar Ph.d-nya pada tahun 1931 dari Columbia Univercity Teacher College, semakin terkenal semenjak mengembangkan nondirective atau client-centered therapy, sebuah bentuk terapi yang sangat populer di Amerika Serikat dan digunakan dalam usaha memperbaiki kepribadian manusia dalam berbagai situasi. Rogers

⁶ Ki. Drs. RBS. Fudyartanta, S.Psi, *Psikologi Kepribadian NeoFreudianisme*, cet. I (Jogjakarta: Zenit Publisher, 2005), h. 17.

⁷ Lihat. *Ibid*, h. 17.

⁸ Lihat. MIF Baihaqi, *Psikologi Pertumbuhan: Kepribadian Sehat Untuk Mengembangkan Optimisme*, cet. I (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008), 56-57.

⁹ Lihat. Duane Schultz, *Growth Psychology: Models of the Healthy Personality*, Terj. Drs. Yustinus Msc.OFM, cet. X (Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2001), h. 42-43.

mengembangkan suatu metode terapi yang menempatkan tanggung jawab utama terhadap perubahan kepribadian pada klien. berada pada *tingkat ketiga*. “tingkat kesadaran” *keempat* digambarkan oleh terapi-terapi transpersonal¹⁰, Para psikolog transpersonal meyakini adanya satu inti, diri sejati hadir saat lahir. Dari kelahiran, kita memiliki respon untuk menilai dan belajar dari lingkungan, melapisi inti diri dengan pengkondisian social yang merupakan satu ilusi, sebuah consensus social mengenai kebenaran yang sebenarnya bukan kebenaran yang sejati. Seperti karya Maslow¹¹, Abraham Harold Maslow dilahirkan diBrooklyn, New York, 01 april 1908, seorang keturunan Yahudi. Belajar ilmu Psikologi di Universitas Wisconsin dan mendapat gelar sarjana muda tahun 1930. Maslow adalah seorang eksistensialis, beliau memngembangkan teori humanistik setelah mempelajari teori psikologi dari psikoanalisa dn psikologi behavioristik. Dari kedua aliran teori psikologi itulah maslow membuat konsep teori ketiga, yaitu teori psikologi Humanistik dan Jung¹², Nama lengkapnya Cark Gustav Jung lahir pada tanggal 26 juli 1875 di Swiss, ayahnya seoarang pendeta. Pada tahun 1907 Jung bertemu dengan sosok yang palin dia kagumi yaitu Sigmund Freud dan dari

¹⁰ Dr. Lynn Wilcox, *Critism of Islam Psychology*, terj. Kumalahadi P., cet. I (Jogjakarta: Ircisod, 2001), h. 282.

¹¹ Lihat. E. Koswara, *Teori-Teori kepribadian*, cet. II (Bandung: Eresco, 1991), h. 110.

¹² lihat. Dr. C. George Boeree, *Sejarah Psikologi: Dari Masa Kelahiran Sampai Masa Modern*, Terj. Abdul Qadir Shaleh, cet. I(Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2005), h. 364

pertemuan inilah Jung akhirnya bekerjasama mengembangkan teori psikoanalisis dan alam bawah sadar. Pada tahun 1909 hubungan mereka berdua meregang lalu Jung mengembangkan teori psikologi analitik yang didasarkan atas ego, alam bawah sadar personal dan alam bawah sadar kolektif. Di mana di alam bawah sadar ini berisi arketipe-arketipe yang berisi tentang jati diri dan leluhur kita. Metode-metode Timur seperti tasawuf¹³, Kata ‘*Tasawuf*’ secara bahasa memiliki kosakata yang cukup banyak, diantaranya adalah ahlul shuffah, syifa`, al-shaff, al-shuff, theosophie dan masih banyak istilah kosa kata dalam tasawuf yang mana setiap kata mengandung makna yang berbeda-beda. Secara istilah tasawuf sebagaimana didefinisikan oleh Ibrahim basyuni, tasawuf adalah kesadaran fitrah yang mendorong jiwa yang jujur untuk berjuang keras (mujahadah) agar bisa berhubungan dengan wujud utlak Tuhan. Taoisme, bentuk-bentuk Budhdhisme¹⁴, Budhdhisme adalah bentuk kesadaran akan kebebasan, dan penemuan akan dimensi eksistensi lain yang tidak terikat, tidak terbelenggu, dan bebas dari pengkondisian sempit identitas personal kita. Pada akhir khalwatnya di bawah pohon Bodhi, “aku telah mengatasi pengkondisian, atau, menurut istilahnya, “kebebasan dari determinisme”. Jadi, jika ingin dapat merasakan penyelarasan diri Budha, hal itu akan membangkitkan dalam diri

¹³ Lihat Nasiruddin, M.Ag., *Pendidikan Tasawuf*, cet. I (Semarang: Rasail Media Group, 2001), h.1-3.

¹⁴ Lihat, Pir Vilayat Inayat Khan, *Awakening: A sufi Experience*, Terj. Rahmani Astuti, cet. I (Bandung: Pustaka hidayah, 1431/2010), h. 106.

kita kebutuhan akan kebebasan yang begitu sering dibatasi oleh tanggung jawab sehari-hari. Dengan cara ini, contoh dari Budha menunjukkan langkah-langkah untuk mencapai pencerahan dan pada akhirnya, kebebasan dari penderitaan. Hinduisme¹⁵, dalam mitologi Hindhu, sosok Syiwa duduk di gunung Kalais beralaskan kulit harimau, di lehernya melilit seekor ular kobra dan di tanganya menggenggam tombak trisula. Pose ini melambangkan kemampuan Syiwa untuk mengembangkan penguasaannya atas berbagai kondisi lahiriah, dan kapasitasnya untuk mendisiplinkan pikiran licik dan emosi licik seperti kesakitan, ketakutan, kecemasan, atau kegembiraan yang dapat menghalangi jalan penguasaan. Hal inilah yang menjadi panutan para resi, mereka yang meneruskan tradisi Syiwa, menguatkan tubuh mereka dengan sarana kondisi paling menekan yang bisa dibayangkan: panas, dingin lapar, puasa, lelah, terjaga sepanjang malam. Ironisnya latihan fisik seperti ini akan menimbulkan perasaan euphoria. Bahkan juga esoterik Kristen¹⁶, Esoteric Kristen di masa hidup kita sekarang, kita mulai bisa mengakses dua dimensi Yesus Kristus: yesus dalam sejarah dan Kristus kosmik. Sementara Kristus kosmik berada di luar waktu dan ruang dan kejadian, Yesus dalam sejarah mewakili suatu perkembangan tertentu di dalam tradisi Yahudi. Sementara kita semua telah sangat mengenal kisah tentang tiga orang bijak, para gembala, dan bintang, fakta utama yang

¹⁵ Lihat. Pir Vilayat Khan, *ibid.* h. 101-102.

¹⁶ Lihat. Pir Vilayat Khan, *ibid.* h. 112.

penting untuk diingat ialah bahwa Yesus ialah seorang pemberontak dan perintis di zamanya. Fakkor lain yang perlu diingat mengenai Yesus adalah bahwa ia menamatkan pendidikan dalam ordo Esense. Ordo Esense adalah organisasi esoterik yang disusun sejalan dengan nilai-nilai inisiatik, atau tingkat kesadaran spiritual yang telah dicapai individu. Dan bahkan Yahudi¹⁷, Yahudi: di dalam perjanjian lama Nabi Ibrahim as adalah seorang manusia yang memainkan peranan penting dalam pemikiran agama di barat. Beliau adalah seorang patriakh, seorang Nabi yang memiliki postur tubuh raksasa, kakek yang memiliki kepribadian yang sangat luhur. Jika kita masuk ke dalam kesadarannya, akan terasa betapa mendesaknya kebutuhan kita untuk menyelaraskan diri dengan otoritas Ibrahim yang lebih mulia di tengah kehidupan sehari-hari. Untuk memulai meditasi kita pada patriakh Ibrahim, kita berusaha memikirkan seperti apa rasanya hidup yang dijalannya 3700 tahun yang lalu, berkelana ditengah gurun pasir. Menurutnya berada pada *tahapan kelima* dan tertinggi. Dalam model ini setiap tingkat mencakup semua tingkatan di bawahnya.

Syafi'i menyejajarkan langkah-langkah psikologi ego,¹⁸ Psikologi *ego* berkembang setelah wafatnya Sigmund Freud, diawali dengan timbulnya teori *ego* baru. Dalam teori ini ego dipandang sebagai eksklusif dari *das es*, tetapi *ego* tidak mempunyai otonomi. *Ego* tetap mengabdikan pada *das es*. dengan

¹⁷ Lihat. Pir Vilayat Khan, *op.cit*, h. 108-109.

¹⁸ Lihat. Ki. Drs. RBS. Fudyartanta, S.Psi, *Psikologi Freudian NeoFreudianisme*, cet. I (Jogjakarta: Zenith Publisher, 2005), h. 12.

langkah-langkah tasawuf itu. Baik empat tahapan dari Freud¹⁹, (Sigmund Freud lahir pada tanggal 6 mei 1856 di kota kecil reiberg, wilayah Moravia. ayahnya seorang pedagang wool dan ibunya seorang wanita yang aktif di kehidupan rumah tangga. Freud berasal dari keturunan Yahudi yang sangat cerdas. Tahap-tahap perkembangan kepribadian menurut Freud di mulai dari fase oral, fase anal, fase falik, dan fase genital.), maupun delapan tahapan dari Erikson²⁰ (nama lengkapnya Erik Homburger Erikson lahir di Frankfrut, Jerman pada tanggal 15 juni 1902 adalah seorang keturunan Yahudi berkebangsaan Denmark. Pada tahun 1993, Erikson lulus belajar psikoanalisis. teorinya tentang 8 tahapan perkembangan manusia yaitu;

- a. Teori kepercayaan dasar versus kecurigaan dasar.
- b. Periode otonomi versus perasaan malu dan keragu-raguan.
- c. Periode inisiatif versus kecurigaan.
- d. Periode kerajinan versus inferioritas.
- e. Periode identitas versus kekacauan identitas
- f. Periode keintimitas versus isolasi.
- g. Periode generativitas versus stagnasi.
- h. Periode integritas versus keputusasaan.

Berhubungan dengan Sembilan tahapan tasawufnya Syafi'i dengan akibat bahwa keduanya akhirnya berada ditingkat satu dan enam dalam skala tasawuf. Tingkatan pertama dalam skala tasawuf berisi konsep ketidaksadaran yang lebih luas, di mana menurut psikologi ego model Barat, seorang manusia yang telah mencapai

¹⁹ Lihat. Dr. C. George Boeree, *Sejarah Psikologi: Dari Masa Kelahiran Sampai Masa Modern*, Terj. Abdul Qadir Shaleh, cet. I (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2005), h. 344.

Lihat. E. Koswara, *Teori-Teori Kepribadian*, cet II (Bandung: PT Eresco, 1991), h. v.

²⁰ Lihat. Ki. Drs. RBS. Fudyartanta, S. Psi, *Psikologi Kepribadian NeoFreudianisme*, cet. I (Yogyakarta: Zenith Publisher, 2005), h. 119-122.

kematangan dan menjadi sadar diri bagi orang itu, dalam pandangan tasawuf proses menjadi manusia sempurna (*insan kamil*²¹). *Insan kamil* adalah seseorang yang kapasitas potensialnya telah sepenuhnya, menjadi kenyataan, seorang manusia sempurna. Di dalam teori emanasi, sesudah tiga tahap pertama, *ahdiyyat*, *wahdat*, *wahidiyyat*, dua puluh delapan *asma-i-ilahi* dengan dua puluh delapan *asma-i-kiyani* diperlihatkan dalam busur yang menurun, yang pada isim terakhir tercapailah *insan-al-kamil*, yang bertaut dengan asma Allah swt di bagian puncak busur. Sehingga, manusia memang melingkupi dunia mitsal dan dunia jasmaniah. Yaitu transendensi diri baru dimulai. Tujuan dari psikoterapi sufi, berdasarkan cara observasinya yang sistematis, tidaklah sesuai dengan ide barat tentang otonomi, tentang kemerdekaan, tetapi secara sadar lebih menerima kesaling-bergantungan. Oleh karena itu, dalam proses pendewasaan manusia, tradisi tasawuf tidak seperti realisasi-diri ala Barat, berusaha untuk mencapai transendensi diri²². Transendensi diri adalah kemampuan menghubungkan keterbatasan diri yang terhingga kepada Diri Yang Tak Terhingga.

Pertanyaan yang muncul dengan sendirinya adalah, mengapa psikolog-psikolog Barat, di dalam tahapan model-model

²¹ Lihat. Khan Shahib Khaja Khan, B.A, *Studies in Tasawuf*, Terj. Achmad Nashir Budiman, cet. IV (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2002), h.67.

²² David Heinemann, D.Psy. (Hon.), M. Phil., *Terapi Hati Model Sufi: Sebuah Pengalaman Transenden*, Terj. Purwanto, B.Sc., cet. I (Bandung: Nuansa, 2010), h. 57.

perkembangan manusia, berhenti pada saat proses menjadi manusia sementara dalam pandangan tasawuf baru dimulai. Tak diragukan lagi, ini sebagian disebabkan oleh perbedaan-perbedaan dalam pandangan dunia yang mendasarinya. Suatu cara pandang yang terbatas pada bidang material, setidaknya sejak Descartes dan Newton, semestinya lebih terbatas dari pada pandangan yang meyakini kesatuan semua wujud yang imanen dan transenden²³. Menurut Michaela Ozelsel, ada juga alasan-alasan pragmatis yang murni: tingkatan-tingkatan yang lebih tinggi tak pernah bisa dicapai oleh kebanyakan manusia. Salah satu kekuatan efisiensi Barat yang sudah dikenal adalah kecenderungannya untuk mengisir dirinya sendiri terutama dengan sesuatu yang mungkin sanggup dicapai²⁴.

- a. Kondisi saat menjalani *khalwat* sesuai dengan konsep teorinya Harry C. Moody dan David Caroll, yang disebut tahap transisi spiritual (*the stages of spiritual transition*) yang meliputi;

1. Tahap panggilan (*the call*)

Tahap panggilan merupakan tahap tumbuhnya kesadaran terhadap kekosongan diri dan ketidakmampuan untuk memenuhi tujuan kehidupan. Dalam menghadapi

²³ Imanen dan transenden adalah gerak yang mandiri, dirinya sendiri yang mengarahkan yang didasarkan pada tanggung jawab dan inisiatif. Perbuatan atau tindakan yang seperti itu bertujuan, yang diciptakan dari dalam (imanen), dengan acuan pada yang tak bergantung (pada apa pun) yang transenden. *Ibid.* h. 67.

²⁴ Michaela Ozelsel, *Forty Days: The Diary of A Traditional Solitary Sufi Retreat*, Terj. Nuruddin Hidayat, cet. I (Bandung: Pustaka Hidayah, 1423/20002), h. 183-187.

kepahitan hidup reaksi setiap orang berbeda. Ketika panggilan untuk menjawab masalah ini datang, seseorang memiliki dua pilihan, pertama, memilih komitmen diri untuk menjawab panggilan dengan jawaban pribadi atau menutup segala perasaan dan bertindak seperti biasanya sehingga ia tidak merasa tertekan²⁵. Untuk jawaban yang pertama tadi, sesuai dengan keadaan *khalwat*, yaitu: Kemudian yang *kedua*, dengan penuh ketulusan dan kerendahan hati, ia memohon ampunan atas dosa-dosanya kepada Allah SWT, ia mengarahkan hatinya untuk bertobat karena berpaling kepada segala sesuatu yang bersifat lahiriah bagi Allah SWT. ia duduk menghadap kiblat dan, sebisa mungkin dalam keadaan ber-*tasyahud* dengan dirinya sendiri, kemudian ia merenungkan bahwa Allah SWT dan juga Rasulullah hadir agar senantiasa bersikap takzim dan terus berharap dalam dirinya agar, secara lahiriah dan batiniyah, ia bisa menyibukkan diri dan beribadah dan memuji Allah SWT serta bertindak sesuai dengan ketentuan-ketentuan Ilahi. Dengan demikian ia bisa menjadi tempat bertemunya nafas-nafas Ilahi dan siap menurunkan anugerah tak terbatas²⁶.

²⁵ Aliah B. Purwacaraka Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami: Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia Dari Prakeselahiran Hingga Pasca Kematian*, cet. I (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2006), h. 301-302.

²⁶ Syaikh Syihabuddin `umar Suhrawardi, *Awarif al-ma`arif*, terj. Ilma Nugrahani Ismail (Bandung: Pustaka Hidayah, 2007), h. 88.

2. Tahap pencarian (*the search*)

Tahap pencarian adalah titik di mana individu mulai mencari jalan spiritual dengan melihat ke dalam dan mempertanyakan diri mereka berbagai pertanyaan serius tentang prinsip integritas dan menguji kepercayaan inti mereka²⁷. Di dalam konsep *khalwat* peristiwa semacam ini adalah peristiwa di mana salik sedang menjalani *khalwat* seperti kisah dari Nabi Muhammad sebelum diangkat menjadi Nabi. dalam kasus Nabi Muhammad SAW, apa yang dilakukannya berupa menghindari *shuhbah* yaitu menyendiri (untuk berbincang-bincang) dengan Allah SWT, memisahkan diri dari manusia, mengurangi makan, dan tenggelam dalam dzikir yang khushyuk. Jadi, bagi para pencari Allah SWT, tradisi *khalwat* intidak bi, isa tidak, haruslah dilakukan²⁸.

Khalwat diibaratkan sebagai tempat peleburan besi yang dengan nyala api kezuhudan nafsu dilebur, dimurnikan dari segala kotoran, indah bercahaya laksana sebuah cermin. Dengan cermin ini, tampaklah sesuatu yang tersembunyi. *Khalwat* adalah himpunan dari segala sesuatu yang saling bertentangan di dalam nafsu (*nafs*) berbagai latihan ruhani semisal sedikit makan, sedikit berbicara, menghindari berkumpul-keompok dengan manusia, selalu berdzikir,

²⁷ Aliah B. Purwacaraka, *op.cit*, h. 302.

²⁸ Syaikh Syihabuddin `umar Suhrawardi, *op.cit*, h. 82.

menolak berbagai macam pikiran, dan senantiasa melakukan kontemplaasi yang disertai rasa takut (*muraqabah*). Latihan-latihan ruhani (*riyadhat*) berusaha menjalankannya²⁹.

3. Tahap pergolakan (*the struggle*)

Begitu seseorang menemukan proses spiritual diri dalam memahami makna hidup, masing-masing orang mulai menyesuaikan diri terhadap pikiran dan perilaku yang membawa mereka keluar dari konflik. Mulai dengan kegembiraan dan kegairahan, mereka mulai mengikat diri mereka pada gaya hidup baru. Hidup dengan menemukan hubungan baru dengan kehidupan menjadi tantangan yang berada di dalam ataupun di luar realitas. Melakukan rekonsiliasi terhadap kebenaran spiritual dalam kehidupan dunia yang kadang sangat tidak spiritual merupakan hal yang sangat sulit³⁰.

Salik akan mengalami masa pergolakan yaitu ketika ia sedang dalam masa penyendiriannya. Dengan keadaan yang serba terbatas ini lah ia harus melaksanakan tujuh syarat yang sudah ditentukan. Syarat-syarat itu meliputi: selalu dalam keadaan berwudhlu, selalu berpuasa, menyedikitkan makan, mengurangi tidur, sedikit bicara,

²⁹ Sayikh Syihabuddin `Umar Suhrawardi, *Awaeif al-Ma`arif*. Terj. Ilma Nugrahani Ismail, cet.I (Bandung: Pustaka Hidayah, 1428 H/2007 M), h. 83.

³⁰ Aliah B. Purwacaraka Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami: Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia dari Prakelahiran Hingga Pasca Kematian*, cet. I (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2006), h. 304.

menolak berbagai macam pikiran, kecuali yang sudah ditentukan, dan terus-menerus beramal (*dzikir*)³¹. Ketujuh syarat itu harus dijalani selama khalwat berlangsung. Salik harus mengucapkan lafal dzikir yang sudah ditentukan oleh mursyidnya/syaikhnya.

4. Tahap terobosan (*the breakthrough*)

Tahap terobosan merupakan resolusi yang sangat besar dan kejernihan mental yang baru. Hal ini bisa digambarkan sebagai kebangkitan dari tugas spiritual, karena orang pada tahap ini bangun dari keadaan mimpinya. Perubahan yang terjadi menurut orang yang mengalaminya, adalah tercapainya ketenangan dari kebahagiaan dan kedamaian. Pada tahap ini orang menemukan “pemahaman” bahwa segalanya mengikuti keteraturan, dan segalanya seperti seharusnya terjadi³².

Ada kemiripan dengan yang terjadi ketika salik mengalami *mukasyafah*, di tengah-tengah dzikir, seringkali terjadi pada kaum ahli khalwat bahwa mereka tersembunyi (dalam keadaan sadar) dari segala sesuatu yang terasakan (dunia ini) dan tersingkap kepada mereka ihwal kebenaran berbagai hal yang gaib. Kaum sufi menyebutnya mimpi (*waqi`ah*). Kadang-kadang yang demikian ini (penyingkapan

³¹ Sayikh Syihabuddin `Umar Suhrawardi, *Awaeif al-Ma`arif*, Terj. Ilma Nugrahani Ismail, cet.I (Bandung: Pustaka Hidayah, 1428 H/2007 M), h. 88-90

³² Aliah B. Purwacaraka Hasan, *op. cit.*, h. 304

kebenaran) muncul dalam keadaan hadir (dalam keadaan sadar) tanpa tidak hadir (dalam keadaan tidak sadar). Seringkali, *waqi`ah* bagaikan tidur (*nawm*). Sebagian *waqi`ah* dan *manamat* benar dan sebagian lagi salah.

Dalam kebanyakan *waq`i* dan *manamat*, jiwa (*nafs*) berjalan beriringan dengan ruh dan, dalam sebagian lainnya, bersifat mutlak. Kebenaran adalah sifat *ruh*, dan kebatilan adalah sifat *nafs*. Penyingkapan (*mukasyafah*) tak pernah salah, ia menggambarkan kesatuan jiwa dengan merenungkan berbagai misteri dalam keadaan bebas dari pikiran-pikiran kelam manusia³³.

5. Tahap kembali (*the return*)

Tahap yang merupakan tahap pertanggungjawaban pribadi ini melengkapi kebaikan dan makna yang diberikan kepada dunia kepada semua orang. Pada tahap ini orang menumbuhkan kesatuan dan melakukan pertobatan. Pengalaman pada tahap ini adalah kedamaian sejati. Orang melaporkan keinginan yang dalam untuk kembali pada akarnya. Mereka melanjutkan usaha untuk menyelesaikan tugas yang belum terselesaikan dan memenuhi tujuan yang

³³ Sayikh Syihabuddin `Umar Suhrawardi, *Awaeif al-Ma`arif*, Terj. Ilma Nugrahani Ismail, cet.I (Bandung: Pustaka Hidayah, 1428 H/2007 M), h. 93.

mereka susun untuk diri mereka sendiri, terutama berkaitan dengan hubungannya dengan orang lain³⁴.

- b. Kejadian mimpi ketika *khalwat* sesuai dengan konsep ketidaksadaran kolektif³⁵, Ketidaksadaran kolektif disebut juga transpersonal, yang merupakan gudang bekas-bekas ingatan laten yang diwariskan dari masa lampau dari leluhur individu, yang meliputi sejarah ras dan leluhur pra-manusiawi atau nenek moyang binatangnya. Sisa psikis perkembangan manusia, sisa yang menumpuk selama banyak generasi dan hamper sepenuhnya terlepas dari segala segi pribadi dalam kehidupan seseorang individu, Bahwa kompleks-kompleks ketidaksadaran kolektif ini bersumber pada peristiwa-peristiwa yang berasal dari pengalaman-pengalaman yang jauh lebih dalam. Jung berpendapat bahwa kompleks-kompleks milik dipengaruhi oleh pengalaman-pengalaman yang diteruskan dari satu generasi ke generasi berikutnya melalui mekanisme-mekanisme keturunan (*herediter*). Semua spesies sebenarnya pernah mengumpulkan dan menyimpan pengalaman masa lampaunya, demikian juga dengan spesies manusia. Gudang pengalaman-pengalaman evolusi ini ialah

³⁴ Aliah B. Purwacaraka Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami: Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia Dari Prakelahiran Hingga Pasca Kematian*, cet. I (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2006), h. 305.

³⁵ Lihat. Ki. Drs. RBS. Fudyartanta, S.Psi, *Psikologi Kepribadian NeoFreudianisme*, cet. I (Jogjakarta: Zenith Publisher, 2005), h. 66-67.

Lihat. MIF Baihaqi, *Psikologi Pertumbuhan: Kepribadian Sehat Untuk Mengembangkan Optimisme*, cet. I (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008), h. 26-27.

yang universal tingkat kepribadian yang paling dalam dan sama sekali tidak dapat dicapai, yakni ketidaksadaran kolektif, dan ia menjadi dasar kepribadian individu dan bersifat universal, milik teorinya C.G. Jung³⁶. Dalam pandangan Jung, kepribadian terdiri dari tiga sistem yang terpisah tetapi saling berinteraksi, yaitu: aku (*ego*), ketidaksadaran pribadi, dan ketidaksadaran kolektif.

1. Penyingkapan bebas (*kasyaf al-mujarrad*) sesuai dengan konsep *arketipe*³⁷ diri (*self*) dalam ketidaksadaran kolektif.

Dalam penyingkapan bebas ini, penglihatan jiwa bebas, dengan imajinasi, seseorang dalam tidur (*khwab*) atau dalam mimpi (*waqi`ah*), merenungkan segala sesuatu yang masih tersembunyi. Sesudah itu, bahkan ketika ia melihatnya, hal itu terjadi di dunia nyata. Akan tetapi, bagi orang yang menyaksikanya, ia mempunyai tatanan dalam segala sesuatu yang tersembunyi, lantaran ketersembunyiannya dari indra lahiriah. Jika dalam tidur (*khwab*) seseorang melihat bahwa di tempat tertentu terpendam harta karun dan menemukannya ketika ia

³⁶ Lihat.MIF Baihaqi, *ibid*, h. 22. Lihat juga. Duane Schultz, *Growth Psychology: Models of the Healthy Personality*, Terj. Drs. Yustinus Msc.OFM, cet. X (Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2001), h. 122.

³⁷ Arketipe adalah suatu bentuk pikiran atau ide universal yang mengandung unsure emosi besar. Arketipe itu menciptakan gambaran-gambaran atau visi-visi yang dalam kehidupan sadar normal berhubungan dengan aspek tertentu dari situasi. Lihat. Ki. Drs. RBS. Fudyartanta, S.Psi, *Psikologi Kepribadian NeoFreudianisme*, cet. I (Jogjakarta: Zenith Publisher, 2005), h. 71.

mencarinya, maka yang demikian ini disebut penyingkapan murni (*kasyf-I mujarrad*). Jika makna ini bisa dipahami melalui manifestasi, maka ini adalah “penglihatan jiwa”. Jika makna dipahami melalui utusan tak tampak, maka inilah “telinga jiwa”³⁸.

Di dalam arketipe diri ini yang paling penting adalah diri (*self*). Tujuan hidup adalah realisasi diri. Jung menganggap sebagai tujuan akhir kehidupan. Diri adalah perjuangan ke arah kesatuan, integrasi, dan kebulatan dari semua segi kepribadian. Arketipe diri menggambarkan sesuatu kekompakan dan keseimbangan semua bagian-bagian kepribadian, suatu asimilasi proses sadar dan proses tidak sadar sedemikian rupa sehingga pusat kepribadian beralih dari ‘aku’ kepada titik pertengahan antara ketidaksadaran dan kesadaran. Jadi, bahan ketidak sadaran menjadi bagian kepribadian yang lebih aktif³⁹.

2. Mimpi pengungkapan imajinasi dari *nawm* dan *waqi`ah* adalah sebuah persona.

Ruh mampu melihat sebagian hal gaib melalui hubungan dengan ruh, *nafs* menjalin persahabatan dengannya. Pada ruh, dengan kekuatan imajinasi, *nafs*

³⁸ Sayikh Syihabuddin `Umar Suhrawardi, *Awaeif al-Ma`arif*, Terj. Ilma Nugrahani Ismail, cet. I (Bandung: Pustaka Hidayah, 1428 H/2007 M), h. 93-94.

³⁹ MIF Baihaqi, *Psikologi Pertumbuhan: Kepribadian Sehat Untuk Mengembangkan Optimisme*, cet. I (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008), h. 32-33.

mengenakan pakaian bentuk yang sesuai dengan hal-hal yang dirasakan. Dengan demikian, ruh pun melihatnya. Dalam *waqi'ah*, sang murid menyaksikan bahwa dirinya bertarung dengan singa dan binatang-binatang buas dengan ular dan kalajengking dan dengan orang-orang kafir⁴⁰.

Kata *persona* mula-mula digunakan untuk menyebut suatu topeng yang dipakai oleh seorang actor untuk memerankan peranan yang berbeda dari wajah/watak pelakunya kepada penonton. Jung memakai kata itu dengan arti kata yang sama. *Persona* ialah topeng yang dipakai seseorang untuk menyajikan dirinya sebagai sesuatu yang lain daripada yang sebenarnya. Sama seperti memainkan peranan, yang menggunakan tingkah laku-tingkah laku dan sikap-sikap tertentu untuk mencocokkan tuntutan-tuntutan dari situasi-situasi yang berbeda atau orang-orang yang berbeda⁴¹.

⁴⁰ Sayikh Syihabuddin `Umar Suhrawardi, *Awaeif al-Ma`arif*. Terj. Ilma Nugrahani Ismail, cet. I (Bandung: Pustaka Hidayah, 1428 H/2007 M), h. 95.

⁴¹ MIF Baihaqi, *Psikologi Pertumbuhan: Kepribadian Sehat Untuk Mengembangkan Optimisme*, cet. I (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008), h. 29.

3. Angan-angan murni, ketika pikiran-pikiran sensual menguasai hati (*khayyal-i mujarrad*), sehingga ruh terhibab dari menyaksikan alam gaib adalah sebuah bayang-bayang⁴² menurut konsep ketidaksadaran koletif teorinya Jung.

Dalam keadaan *nawm* dan *waqi`ah*, pikiran-pikiran itu menjadi lebih kuat, kekuatan imajinasi menyelimuti setiap pikiran itu dengan jubah indah. Bentuk pikiran-pikiran itu menyelimuti setiap pikiran itu dengan jubah indah, bentuk pikiran-pikiran itu terlihat oleh mata kekuatan imajinasi, dan tipuannya menjadi tampak jelas. Dengan demikian, seorang yang tidak pernah ingin mengumpulkan harta benda dan yang dalam *khwab* bermimpi memperolehnya atau seorang yang zuhud, yang mendapat pujian dari orang banyak, dan melihat di dalam *waqi`ah* bahwa mereka memuja-muja dirinya-syaikh tahu bahwa manifestasi ini hanyalah akibat dari hawa nafsu, yang sudah tergambar dalam diri orang yang melihatnya. Ia menyebutnya sebagai hasrat yang sia-sia atau mimpi kacau yang tak bisa ditafsirkan dan mimpi yang salah. Di dalam keadaan yang seperti ini, kebenaran tak pernah muncul. Sebab, *nafs* yang dikuasai

⁴² Bayang-bayang adalah arketipe yang sangat kuat dan kemungkinan besar berbahaya. Lihat. MIF Baihaqi, *Psikologi Pertumbuhan: Kepribadian Sehat untuk Mengembangkan Optimisme*, cet. I (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008), h. 31.

oleh keraguan, tidak bakal bisa menjalin hubungan dengan ruh, yang membentuk pikiran-pikiran itu⁴³.

Dalam teorinya Jung bayang-bayang itu memiliki akar-akar yang sangat dalam karena ia mengandung insting-insting binatang primitif dari leluhur pra-manusia kita. Itulah suatu arketipe yang sangat menyusahkan karena dia meliputi segi-segi yang sangat baik sekaligus juga segi-segi yang paling buruk dari kodrat manusia, kedua segi tersebut harus diungkapkan. Pada sisi yang negatif bayang-bayang mengandung semua impuls yang dianggap masyarakat sebagai yang jahat, penuh dosa, tak bermoral⁴⁴.

C. PERBEDAAN DAN PERSAMAAN PANDANGAN SIHABUDDIN ‘UMAR AS-SUHRAWARDI DENGAN PANDANGAN BARAT

- a. Perbedaan pandangan Sihabuddin ‘Umar As-Suhrawardi dengan pandangan psikologi Barat.

Tujuan praktik sufi (khalwat) adalah untuk mencapai maqam keadaan kesadaran terus-menerus kepada Allah swt dan, konsekuensinya, kesatuan wujud, kesatuan eksistensi. Maka engan dzikir, seorang sufi melenyapkan kesadaran terbatas

⁴³ Syaikh Syihabuddin `Umar Suhrawardi, *Awaeif al-Ma`arif*, Terj. Ilma Nugrahani Ismail, cet.I (Bandung: Pustaka Hidayah, 1428 H/2007 M), h. 96.

⁴⁴ Duane Schultz, *Growth Psychology: Models of the Healthy Personality*, Terj. Drs. Yustinus Msc.OFM, cet. X (Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2001), h. 129.

individu, yang selanjutnya mengisi dengan kesadaran transenden. Kesadaran ini adalah keadaan alamiah, suatu keadaan yang mentransendenkan keterbatasan-keterbatasan waktu dan diri terbatas (*ana*), akibatnya melalui ke-saling-ke-tergantungan dengan semua yang ada (*wujud*) akan muncul kesadaran terhadap waktu, tempat, dan atau keadaan yang lain. Sekali tahapan (*fana*) ini dicapai, memori sebagai mana digunakan dalam pengertian psikologi Barat tidak punya makna. Karena memori dalam pengertian psikologi Barat adalah konsep yang didasarkan pada keterbatasan waktu dan pengalaman masa lalu di dalam masa kini, sedangkan orientasi sufi adalah masa kini yang kekal.

Syaikh Sihabuddin 'Umar As-Suhrawardi mengakui ada berbagai level kesadaran, ini bukan kesepakatan dengan Sigmund Freud mengenai humanitas melalui tahapan perkembangan kesadaran, yang ujung-ujungnya mencopot kebutuhan agama dalam pengertian konvensional, karena sufi berbicara tentang individu bukan sebagai manusia secara keseluruhan. Individu yang sempurna (*insan kamil*) mentransendenkan historikalisme. Itu bukan berarti bahwa agama menjadi tercampakkan dalam sofisme, seperti dalam teori Freud, tetapi melalui penyerapan total obyek ketaatannya, ia ditransendenkan. Individu yang sempurna mencerap ini dan karena itu tidak punya ketergantungan pada kode eksternal. Sang guru, pengajaran dan ajaran menjadi satu.

Sufi tidak percaya, sebagaimana Freud bahwa simbol-simbol mimpi adalah hasil dari distorsi yang berasal dari represi, melainkan, dianggap sebagai sumber petunjuk, yang datang dari atas, Allah swt, dan bukan dari fitrah dasar kita. Dalam sisi saling berseberangan terhadap teori psikologi Barat, manusia tidak ditentukan oleh kekuatan-kekuatan buta, suatu proses di mana kesadaran muncul sebagai hasil akhir. Melainkan, kesadaran itu sendirilah yang menentukan semua aktifitas, bukan kebetulan, dengan perbedaan yang muncul dari perbedaan level kesadaran. Pendekatan yang berbeda secara mendasar ini berarti upaya untuk membandingkan sofisme Syaikh Sihabuddin 'Umar As-Suhrawardi dengan psikologi Barat, dihantui oleh banyak perbedaan.

Perbedaan terbesar sofisme, khususnya Syaikh Sihabuddin 'Umar As-Suhrawardi dari psikologi Barat, adalah pada pandangan tentang diri. Tanpa kecualai, semua psikoterapi di Barat konsern dengan penguatan atau pemerkuatan diri, apakah melalui individualisasi, ego-psikologi, pengembangan kepercayaan diri, pelatihan ketegaran, atau aktualisasi-diri. Dari perspektif sufi, pemerkuatan ego ini adalah, mengambil suatu frase-penaklukan-diri. Sufi berpendapat bahwa penekanan pada diri terbatas inilah yang bertanggung jawab atas semua penyakit dan penderitaan manusia, karena ia mengakibatkan dualisme dalam pikiran-j jiwa manusia, yang memustahilkan kepuasan yang sebenarnya. Diri ini tidak berarti dalam sofisme, karena

satu-satunya personalitas real adalah Allah swt, hanya Dia yang bisa dikatakan ada secara permanen dan stabil, dan karena itu Dialah satu-satunya wujud⁴⁵.

- b. Persamaan pandangan Sihabuddin ‘Umar As-Suhrawardi dengan pandangan Barat.

Syaikh Sihabuddin ‘Umar As-Suhrawardi memandang sufisme sebagai karakteristik yang terpadu pada diri seseorang, dan oleh sebab itu memenuhi kebutuhan psikoterapi, sekalipun bukan itu tujuan utamanya. Sufisme adalah holistik dan tidak memisahkan kepercayaan dari perbuatan, nilai dari kesejahteraan psikologis dan sosial. Psikologi Barat bisa dipandang sebagai perkembangan dari psikologi Aristotelian dan formula Yunani, yang dengan perjalanan waktu menjadi menjadi basis bagi kaum reduksionis, hipotesis ilmiah medis Barat, dan psikoterapi verbal. Di lain pihak sufisme tidak reduksionis dan juga tidak animistik tetapi betul-betul ilmiah, dalam hal ia mengambil pandangan holistik. Dalam pengertian ini ia obyektif. Sufisme hanya dapat dipahami melalui praktik, pengalaman sufi sendirilah yang memberikan obyektivitas ini karena ia didasarkan pada pandangan tentang keutuhan, kesatuan tersebut. Dalam hal ini, sufisme sekerabat dengan metode empiris ilmu, dalam hal ia menyadari bahwa dunia

⁴⁵ David Heinemann, D.Psy.(Hon.),M.Phil., *Terapi Hati Model Sufi: Sebuah Pengalaman Transenden*, Terj. Purwanto, B.Sc., cet. I (Bandung: Nuansa. 2010), h. 230-240.

fenomenal dan noumenal adalah berbeda. Sudut pandang eksperensial (pengalaman atau empiri) ini menjadikan sufisme lebih mirip sains (ilmu pengetahuan) dari pada agama, yang menjadikan kita boleh jadi berpendapat bahwa sufisme adalah pendekatan ilmiah kepada pengalaman religius. Ada basis bersama baik pada ilmu sains Barat maupun sufisme, karena sebagian besar gagasan filosofis utama yang mendasari Renaisans, digerakkan oleh kaum sufi, khususnya dalam ranah-ranah psikologi, pengobatan dan ilmu pengetahuan. Teori Jung mengenai *archetype* memiliki kesamaan dengan sufisme, melalui studinya mengenai *alchemy*⁴⁶.

⁴⁶ *Ibid*, h. 247-250.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Filosofi dalam menetapkan lama waktu khalwat selama empat puluh hari adalah sebagai berikut. Pada setiap pagi dalam khalwat, sebuah hijab mestilah tersingkap dan lahirilah kedekatan kepada Allah swt agar, dalam empat puluh hari, empat puluh hijab terangkat, memperhalus watak manusia, kembali dari kejauhan menuju kedekatan kepada Allah swt. Tanda khalwat adalah dipertahankanya kondisi tersingkapnya hikmah itu. Penyingkapan hikmah bias dijumpai dalam bukti tersingkapnya hijab dan berbagai manifestasi yang tak diragukan lagi. Khalwat diibaratkan sebagai tempat peleburan besi yang dengan nyala api kezuhudun nafsu dilebur, dimurnikan dari segala kotoran, indah bercahaya laksana sebuah cermin. Dengan cermin ini, tampaklah sesuatu yang tersembunyi. Khalwat adalah juga himpunan dari segala sesuatu yang saling bertentangan di dalam nafsu berbagai latihan ruhani semisal sedikit makan, sedikit berbicara, menghindari perkumpulan-perkumpulan dengan manusia, selalu berdzikir, menolak berbagai macam pikiran, dan senantiasa melakukan berbagai mavcam kontemplasi yang disertai rasa takut. Latihan-latihan ruhani berarti meninggalkan keinginan hawa nafsu dan berbagai syarat dalam berusaha.

Sebagaimana yang terdapat dalam sebuah hadits,

قال رجل: أيُّ الناس أفضل؟ يا رسول الله! قال (مؤمنٌ يجاهد بنفسه وماله في سبيل الله) قال: ثم من؟ قال ثم رجلٌ مُعتزلٌ في شِعْبٍ من الشِّعَابِ يعبد ربّه ويدعُ الناسَ من شرّه. (رواه البخاري و مسلم)

“Seseorang bertanya kepada Nabi: ‘siapakan manusia yang paling utama wahai Rasulullah?’ Nabi menjawab: ‘Orang yang berjihad dengan jiwanya dan hartanya di jalan Allah’. Lelaki tadi bertanya lagi: ‘lalu siapa’. Nabi menjawab: ‘Lalu orang yang mengasingkan diri di lembah-lembah demi untuk menyembah Rabb-nya dan menjauhkan diri dari kebobrokan masyarakat.’. (HR. Al Bukhari 7087, Muslim 143).

Ibnu Atha’illah di dalam kitabnya *Percikan Samudra Hikam: Syarah Hikam Ibnu Atha’illah As-sakandri jilid 1*, menjelaskan bahwa hakekat *khalwat* adalah mengosongkan hati dari selain Allah swt. Baik dengan menyepi meninggalkan dunia ramai dan menyendiri di dalam gua-gua di tengnah hutan, maupun menyepi di dalam keramaian. Yaitu seorang sufi yang hatinya tetap selalu ingat dan berdzikir kepada Allah swt walau akalinya sedang sibuk mengurus urusan duniawi, atau seorang sufi yang ruhnya selalu wushul kepada rabbal ‘alamin walau badanya sedang sibuk meladeni kebutuhan kemanusiaan. Masing-masing akan menjadi sama sebagai nilai *khalwat* apabila dengan keduanya (yang menyepi di tempat sepi dan yang menyepi ditempat ramai) seorang sufi mampu mengosongkan dari yang selain allah ta’ala.

Tujuan praktik sufi (*khalwat*) adalah untuk mencapai maqam keadaan kesadaran terus-menerus kepada Allah swt dan, konsekuensinya, kesatuan wujud, kesatuan eksistensi. Maka engan

dzikir, seorang sufi melenyapkan kesadaran terbatas individu, yang selanjutnya mengisi dengan kesadaran transenden. Sufisme adalah holistik dan tidak memisahkan kepercayaan dari perbuatan, nilai dari kesejahteraan psikologis dan sosial. Psikologi Barat bisa dipandang sebagai perkembangan dari psikologi Aristotelian dan formula Yunani, yang dengan perjalanan waktu menjadi menjadi basis bagi kaum reduksionis, hipotesis ilmiah medis Barat, dan psikoterapi verbal. Di lain pihak sufisme tidak reduksionis dan juga tidak animistik tetapi betul-betul ilmiah, dalam hal ia mengambil pandangan holistik. Dalam pengertian ini ia obyektif. Sufisme hanya dapat dipahami melalui praktik, pengalaman sufi sendirilah yang memberikan obyektivitas ini karena ia didasarkan pada pandangan tentang keutuhan, kesatuan tersebut. Dalam hal ini, sufisme sekerabat dengan metode empiris ilmu, dalam hal ia menyadari bahwa dunia fenomenal dan noumenal adalah berbeda. Sudut pandang eksperensial (pengalaman atau empiri) ini menjadikan sufisme lebih mirip sains (ilmu pengetahuan) dari pada agama, yang menjadikan kita boleh jadi berpendapat bahwa sufisme adalah pendekatan ilmiah kepada pengalaman religius. Ada basis bersama baik pada ilmu sains Barat maupun sufisme, karena sebagian besar gagasan filosofis utama yang mendasari Renaisans, digerakkan oleh kaum sufi, khususnya dalam ranah- ranah psikologi, pengobatan dan ilmu pengetahuan. Teori Jung mengenai *archetype* memiliki kesamaan dengan sufisme, melalui studinya mengenai *alchemy*.

B. Saran-saran

Dengan selesainya penelitian skripsi ini penulis berharap ke depannya masih ada mahasiswa-mahasiswa yang meneliti skripsi dengan tema yang serupa. Agar warisan ajaran tasawuf ini tidak hilang tergerus zaman. Peneliti menyadari bahwa praktik khalwat di zaman sekarang ini bukanlah sebuah praktik yang mudah dijalani. Mengingat situasi dan kondisi zaman dulu dengan zaman sekarang sudah banyak mengalami perubahan. Di kalangan akademisi Islam khususnya tasawuf penelitian tentang tema khalwat atau menyendiri belum banyak dilakukan secara mendalam dan komprehensif sehingga di dalam kajian ruang lingkup akademisi ke-tasawufan sedikit mengalami kesulitan ketika hendak mengkaji tema khalwat ini, hingga akhirnya peneliti termotivasi untuk mengkaji dan meneliti tema khalwat untuk digunakan sebagai kekayaan khasanah keilmuan dikepastakaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aceh, Abubakar, Prof.Dr.H., *Pengantar Ilmu Tarekat (Uraian tentang Mistik)*, Cet. XIII , Solo: Ramadhani, 1996.
- Aceh, Abubakar, Prof.Dr.H., Prof. Dr. H. Abu Bakar Atjeh, *Sejarah Perkembangan Tasawuf*, Cet. X, Solo: Ramadhani, 1993.
- Al-Kumayi, Sulaiman, *Cahaya Hati Penentram Jiwa*, Cet. 1, Semarang: Pustaka Nuun, 2005.
- Al-Ghazali, Imam, *Minhajul 'Abidin*, Terj. Abul Hiyadh, Cet. I, Surabaya: Mutiara Ilmu, 2009.
- An-Naisabury, Abul Qasim al-Qusyary, *Ar-Risalatul Qusyairiyyah fi 'Ilmi at-Tashawufi*, Terj, Mohammad Luqman Hakiem, Cet. V, Surabaya: Risalah Gusti, 2001.
- Baihaqi, MIF., *Psikologi Pertumbuhan: Kepribadian Sehat Untuk Mengembangkan Optimisme*, Cet. I, Bandung: PT Remaja Posdakaya, 2008.
- Boeree, George, Dr.C., *Sejarah Psikologi: Dari Masa Kelahiran Sampai Masa Modern*, terj. Abdul Qadir Shaleh, Cet.II , Yogyakarta: Primasophie, 2007.
- Bonafacio Alexander, S.S dan Yetik Wulandari, S.S, *Kamus Poket Bahasa Indonesia*, Cet.I, Yogyakarta: Aksara Sukses, 2014.
- Burhani, Ahmad Najib, *Sufisme Kota: Berpikir Jernih Menemukan Spiritualitas Positif*, Cet. I Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta, 2001.
- Burhani, Ahmad Najib, *Tarekat Tanpa Tarekat: Jalan Baru Menjadi Sufi*, Cet. I, Jakarta: Serambi, 2002.

- Drajat, Dr. Aroeni, M.A., *Suhrawardi: Kritik Falsafah Peripatetik*, Cet. I, Yogyakarta: Lkis, 2005.
- Elias, Jamal J., *The Throne Carrier of God: the Life and Thought of 'Ala'ad-Dawlah as-Simnani*, Terj. Munir A. Mu'in dan Omang Komaruddin, Cet. I, Bandung: Pustaka Hidayah, 2007.
- F. J. Monk, A. M. P. Knoers, dan Siti Rahayu Haditono, *Psikologi Perkembangan: Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*, Terj. Siti Rahayu Haditono, Cet.X, Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 1996.
- Ghozali, Muhammad Luthfi, *Percikan Samudra Hikam: Syarah Hikam Ibnu 'Atha'illah As-Sakandari*, Cet. I, Semarang: Abshor, 2006.
- Hasan, Aliah B. Purakania, *Psikologi Perkembangan Islami: Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia Dari Prakelahiran Hingga Pascakematian*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2008.
- Heinemann, David, D.Psy. (Hon.), M.Phil., *Terapi Hati Model Sufi: Sebuah Pengalaman Transenden*, Terj. Purwanto, B.Sc., Cet. I, Bandung: Penerbit Nuansa, 2010.
- Jami, Muhsin, M.A., *Tarekat dan Dinamika Sosial Polotik: Tafsir Sosial Sufi Nusantara*, Cet. I, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005.
- Jung, C.G., *Memories, Dreams, Reflections*, Terj. Apri Danarto dan Ekandari Sulistyaningsih, Cet. I, Yogyakarta: Penerbit Jendela, 2003.
- Khan, Khan Sahib Khaja, B.A., *Tasawuf: Apa dan Bagaimana*, Terj. Achmad Nashir Budiman, Cet. IV, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2002.

- Ki. Drs. RBS. Fudyartanta, S.Psi., *Psikologi Kepribadian Neo Freudianisme*, Cet. I, Yogyakarta: Zennith Publisher, 2005.
- Koswara, E., *Teori-Teori Kepribadian*, Cet. II, Bandung: Eresco, 1991.
- Moeljono Notosoedirdjo dan Latipun, *Kesehatan Mental: Konsep dan Penerapan*, Cet. V, Malang: UMM Press, 2007.
- M. Nur Ghufron dan Rini Risnawati S, *Teori-Teori Psikologi*, Cet. II, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2011.
- Munawwir, A.W., *Kamus Al-Munawwir Arab-Indonesia Terlengkap*, Cet. XIV, Surabaya: Penerbit Pustaka Progresif, 1997.
- Nasirudin, M.Ag, *Pendidikan Tasawuf*, Cet. I, Semarang: RaSAIL Media Group, 2009.
- Ozelsel, Michaela, *Forty Days: The Diary of A Traditional Solitary Sufi Retreat*, Terj. Nuruddin Hidayat, Cet. I, Bandung: Pustaka Hidayah, 2002.
- Palmquist, Stephen, *Dreams Of Wholeness: A Course Of Introductory Lectures on Religion, Psycology, and Personal Growth*, Terj. Muhammad Shodiq, Cet. I, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005.
- Polkinghorne, John, *Toeri Kuantum: Sebuah Pengantar Singkat*, Terj. Wahyu Untara, Cet. I Yogyakarta: Penerbit Jendela, 2004.
- Quhsari, Ishaq Husaini, *Al-Qur'an dan Tekanan Jiwa*, Terj. Muhammad Habibi Amrullah, Cet. I, Jakarta: Sadra Press, 2012.

- Scultz, Duane, *Psikologi Pertumbuhan: Model-Model Kepribadian Sehat*, Terj. Drs. Yustinus MSc. OFM., Cet. X, Yogyakarta: Penerbit kanisius, 2001.
- Sell, Michael A., *Early Islamic Mysticism: Sufi, Qur'an, Mi'raj, Poetic, and Theological Writings*, Terj. Alfatri, Cet. I, Bandung: PT Mizan Pustaka, 2004.
- Shah, Idris, *The Sufish*, Terj. M. Hidayatullah dan Roudlon, S.Ag, Cet. I, Surabaya: Risalah Gusti, 2000.
- Suhrawardi, Syaikh Shihabuddin 'Umar as-Syuyukh, *Awarif al-Maarif*, Terj. Ilma Nugrahani Ismail, Cet. I, Bandung: Pustaka Hidayah, 1428/2007.
- Takwin, Bagus, *Psikologi Naratif: Membaca Manusia Sebagai Kisah*, Cet. I, Yogyakarta : Jalasutra, 2007.
- Tim Penyusun Skripsi, *Pedoman Penulisan Skripsi Fakultas Ushuluddin*, Cet. II, Semarang: Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang, 2013.
- Wibowo BS, Tri, *Akulah Debu di Jalan al-Musthofa: Jejak-Jejak Awliya Allah*, Cet. I, Jakarta: Prenadamedia Group, 2015.
- Wilcox, Dr. Lynn., *Personality Psychotherapy*, Terj. Kumlahadi P., Cet. I, Yogyakarta: Ircisod, 2006.
- Purnama, Yulian., *Mana Yang Lebih Utama, 'Uzlah atau bergaul Dengan Masyarakat*, <https://muslim.or.id/19472-mana-yang-lebih-utama-uzlah-atau-bergaul-dengan-masyarakat.html>. 20:22 WIB.
- Kusmayadi, Dedi E., “ *Spiritualitas: Agama Baru Untuk Naw Age*”, <https://www.kompasiana.com/dediekusmayadi/spiritualit>

[as-agama/baru-untuk-new-age_552b96776ea834c4238b458e](#). 13: 16 WIB.

Al-Ghazali, “*Mukhtashar Ihys’ ‘Ulumuddin*”, Terj, Irwan Kurniawan, cet, I (Bandung: Mizan),2008.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENULIS

Nama : Muhamad Saifulloh
NIM/Angkatan : 104411057
Tempat/Tgl. Lahir : Kendal, 17 September 1989
Alamat Rumah : Ds. Kertosari, RT 01/RW XII, Kec.
Singorojo, Kab. Kendal Jawa Tengah
Kebangsaan : Indonesia
Agama : Islam
Pendidikan :
1. MI Kertosari Lulus Tahun 2002
2. MTs NU 17 Kyai Jogoreso Lulus Tahun 2005
3. SMA NU 01 al-Hidayah Kendal Lulus Tahun 2009
Organisasi: Himpunan Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi
2011-2013

Semarang, Juli 2017

(Muhamad Saifulloh)