

## BAB IV

### METODE *TAZKIYAT AL-NAFS* ABD AL SHAMAD AL PALIMBANI

#### A. Dekripsi Kitab *Hidayat Al Salikin* dan Kitab *Sayr Al Salikin*

Sebagaimana telah dijelaskan bahwa tujuan *tazkiyat al-nafs* tidak lepas dari tujuan hidup manusia itu sendiri, yakni untuk mendapatkan kebahagiaan jasmani dan rohani, materiel maupun spiritual dan duniawi maupun ukhrawi. Kebahagiaan seperti ini merupakan kesempurnaan hidup manusia. Tujuan hidup manusia itu sendiri adalah untuk memperoleh kesempurnaan jiwanya. Sedangkan menurut ilmu tasawuf, hakikat manusia adalah jiwanya. Namun, kesempurnaan jiwa itu sendiri terletak pada kesuciannya. Suci atau kotor nya jiwa manusia akan menjadi penentu bahagia atau sengsarnya manusia.

Adapun dalam pencapaian tujuan akhir tasawuf melalui *tazkiyat al-nafs* melalui berbagai cara dan metodenya memang bervariasi berdasarkan kemampuan si *salik* dalam menempuh tahapan tahapan yang harus dijalani dan dilakoni. Mereka yang bertendensi moral/tasawuf akhlaki merasa cukup dengan aspek-aspek praktis. Adapula yang melangkah jauh lebih dari sekadar tujuan moral, yaitu kepada pengenalan Allah *Subhanahu wa Ta'ala* melalui ilmu *ma'rifat* dengan segala syarat, cara, zikir, pendekatan dan metodologinya. Selain itu, ada juga yang berwawasan filsafat dan melalui tasawuf berupaya

menafsirkan alam dan mendiskripsikan hubungannya dengan Tuhan Maha Pencipta.<sup>1</sup>

Berkenaan dengan ajaran/pemikirannya dalam bidang tasawuf Abd al-Shamad al-Palimbani mengambil jalan tengah antara ajaran tasawuf Al Ghazali dan *wihdatul wujud* Ibnu ‘Arabi; bahwa manusia sempurna (*Insan Kamil*) adalah manusia yang memandang hakikat Yang Maha Esa itu dalam fenomena alam yang serba aneka dengan tingkat *ma’rifat* tertinggi, sehingga mampu “melihat” Allah sebagai Penguasa Mutlak.

Syeikh Abd al-Shamad al-Palimbani mempunyai pandangan bahwa tasawuf Al Ghazali dan tasawuf Ibnu Arabi merupakan dua aliran tasawuf yang saling melengkapi. Saling melengkapi disini maksudnya adalah bahwa untuk mencapai *ma’rifat* orang perlu mengamalkan tasawuf Al Ghazali, sedang Allah yang dikenal dalam *ma’rifat* itu tidak lain adalah Allah seperti paham dalam pandangan *wihdatul wujud* Ibnu Arabi yang disebut oleh Abd Al Shamad Al Palimbani sebagai paham *wujudiyah* yang *muwahhid*/bertauhid, bukan paham *wujudiyah* yang *mulhid* (tersesat).<sup>2</sup> Adapun alat/sarana manusia untuk “*Ma’rifat*” (dapat mengenal Allah) tidak bisa tidak adalah dengan “*Qalb*” (hati).

Adapun kitab karya Abd al-Shamad al-Palimbani yang banyak membahas tentang tasawuf adalah kitab *Hidayat Al Salikin* dan *Sayr Al Salikin Ila Ibadati*

---

<sup>1</sup> Alwi Shihab, *Akar Tasawuf di Indonesia, Antara Tasawuf Sunni dan Tasawuf Falsafi*; cet. I, (Depok: Pustaka IIMaN, 2009), h. 106.

<sup>2</sup> M. Chatib Quzwain, *Mengenal Allah: Studi Mengenai ajaran Tasawuf Abdus Samad Al Palimbani* (Jakarta: Bulan Bintang, 1985), h. 44-45.

*Rabbil 'Alamin*. Namun, pembahasan tentang tasawuf didalam kitab beliau *Hidayat Al Salikin* tidak seluas dan tidak serinci dibanding dengan kitab *Sayr Al Salikin*.

### **1. Kitab *Hidayat Al Salikin***

Kitab *Hidayat Al Salikin* terdiri satu jilid saja, didalamnya terdapat 7 bab, yang masing-masing di dalam bab terdapat beberapa fasal. Bab I berisi tentang Akidah, bab II masalah Fiqih terdiri dari 15 Fasal, Bab III, bab IV (terdiri 10 Fasal) bab V (terdiri 10 Fasal), bab VI tentang Fadhillat zikir, adab dan Kaifatnya terdiri dari 3 fasal. Pada bab III, IV, V dan VI berisi pembahasan tentang tasawuf secara garis besar/pokok-pokoknya.

Kitab *Hidayat Al Salikin* sebagaimana dalam kitab *Sayr Al Salikin* beliau menyebutkan bahwa perbuatan maksiat itu terbagi dua: pertama maksiat *zhahir* dan kedua; maksiat *bathin*. Maksiat zhahir adalah perbuatan tercela yang pada pokoknya bersumber dari anggota tujuh yang ada pada badan/fisik manusia, semua perbuatan tercela/maksiat yang terjadi pada manusia didunia ini berasal/bersumber/muncul dari 7 anggota badan manusia tersebut, yaitu: mata, telinga, lidah, perut, *faraj*, tangan dan kedua kaki.<sup>3</sup>

Menurut Al Palimbani seyogyanya seseorang yang hendak mensucikan *nafs*-nya, maka ia harus memelihara anggota badan yang 7 itu karena ia merupakan nikmat dan anugerah Allah *Subhanahu wa Ta'ala* yang sangat

---

<sup>3</sup> Abd Al Shamad Al Palimbani, *Hidayat al Salikin Fi Suluki Maslakil Muttaqin*, (Indonesia: Haramain, tth), h. 147.

besar,<sup>4</sup> apabila manusia tidak memelihara 7 anggota badan itu dari maksiat *zhahir/bathin* berarti ia tidak mensyukuri nikmat terbesar tersebut.

Anggota badan yang pertama yaitu, mata. Hendaknya seseorang memelihara matanya dari: (a) melihat akan segala yang diharamkan serta melihat perempuan helat/bukan muhrim; (b) melihat pemuda/pemudi yang baik rupanya dengan syahwat; (c) melihat orang muslim dengan maksud menghina; dan (d) melihat orang muslim tentang segala aibnya.<sup>5</sup>

Adapun anggota yang kedua ialah, telinga, hendaklah dipelihara dari: (a) mendengar segala yang bid'ah yang dicela oleh Syara'; (b) Mendengar orang meng-*ghibah*; (c) mendengar perkataan keji/kotor; (d) mendengar perkataan bathil/sia-sia; dan (d) mendengar orang yang mengatakan tentang kejahatan manusia.<sup>6</sup>

Anggota badan yang ketiga adalah: lidah, hendaklah dipelihara dari: (a) berdusta/berbohong; (b) menyalahi janji/tidak menepati janji; (c) *ghibah*/mengumpat/menyebut aib orang; (d) *al mira'* dan *jidat*; (e) memuji diri sendiri; (f) melaknat sesuatu dari makhluk Allah/memaki-maki; (g) mendoakan orang yang menzaliminya dengan do'a yang tidak baik/jahat; serta

---

<sup>4</sup> *Ibid.*

<sup>5</sup> *Ibid*, h, 148.

<sup>6</sup> *Ibid*, h. 148-149.

(h) *mizah*/bergurau, *as sukhriyah*/bersenda-senda dan *al istihza bin nas* yaitu menghina manusia dengan mempermainkan/memperolok-olok dia.<sup>7</sup>

Sedangkan perut adalah anggota yang keempat, hendaklah dipelihara dari memakan yang haram dan syubhat, seperti daging babi dan anjing, dan barang/makanan yang diperoleh dari cara/jalan yang haram seperti dari mencuri, merampas, merampok, harta riba, arak/minuman keras dan sebagainya.

Anggota badan selanjutnya yang harus dipelihara yaitu yang kelima adalah *faraj*/kemaluan, maka hendaknya ia: (a) memelihara mata dari melihat perempuan helat/*ajnabiyah* (yang bukan mahramnya); (b) memelihara hati dari memikirkan akan perempuan yang bukan mahramnya; (c) memelihara perut dari memakan yang *syubhat*; dan (d) memelihara perut daripada makan terlalu kenyang, karena hal itu akan menggerakkan syahwat/nafsu syahwat.<sup>8</sup>

Anggota badan yang ke 6 adalah tangan, untuk memelihara tangan dengan cara: jangan memukul orang/berkelahi dan jangan menggunakan tangan untuk mencari nafkah/harta dengan cara yang dilarang oleh syariat atau cara haram.<sup>9</sup>

---

<sup>7</sup> *Ibid*, h. 149-150.

<sup>8</sup> *Ibid*, h. 164.

<sup>9</sup> *Ibid*, h. 172.

Adapun anggota yang ketujuh yaitu kaki, hendaklah dipelihara dari berjalan kepada yang diharamkan oleh syara' dan berjalan kepada orang zalim.<sup>10</sup>

Selanjutnya pada bab ke empat diterangkan tentang macam-macam maksiat batin yaitu maksiat yang ada di dalam hati yang harus diketahui dan di jauhi bagi orang yang ingin menyucikan *nafs*-nya, karena ia sangat berbahaya lebih berbahaya dari penyakit fisik pada manusia. Penyakit fisik akan selesai dan berakhir setelah kematian tetapi penyakit batin yang bersumber di dalam hati apabila tidak dibersihkan dan disucikan selagi di dunia akan terbawa dan dipertanggung jawabkan di akhirat sebagai hari pembalasan.

Penjelasan tentang maksiat batin ini, menurut Al Palimbani sebagaimana yang beliau kutip dari kitab “*Arbain fi Ushuliddin*” Imam Ghazali bahwa sebenarnya maksiat batin yaitu segala perangai yang jahat dan sifat kecelaan yang didalam hati, penyakit ini sangat banyak sekali, tetapi telah diringkas oleh Imam Ghazali ke dalam sepuluh macam, yang merupakan induk dari segala penyakit batin, yaitu diuraikan oleh Al Palimbani dalam sepuluh *fashal*, yakni sebagai berikut:

- Pertama, *Syarahut Tha'am*, yakni sangat gemar membanyakkan makan;
- Kedua, *Syarahul Kalam*, yakni sangat gemar kepada membanyakkan perkataan;
- Ketiga, *Ghadhab*, yakni marah, lekas marah;
- Keempat, *Hasad*, yakni dengki;

---

<sup>10</sup> *Ibid*, h. 173.

Kelima, *Al Bukhlu wa Hubbul Maal*, yakni kikir dan kasih/cinta harta;  
 Keenam, *Hubbul Jaah*, yakni cinta/kasih akan kemegahan;  
 Ketujuh, *Hubbud Dunya*, yakni cinta dunia;  
 Kedelapan, *Takabbur*, yakni membesarkan diri;  
 Kesembilan, *'Ujub*, yakni heran/bangga akan dirinya; dan  
 Kesepuluh, *Riya*, yakni menuntut martabat pada hati makhluk agar mendapat kemegahan pada dirinya.<sup>11</sup>

Adapun pada bab ke IV diterangkan tentang ketaatan batin yang sepuluh yang diuraikan dalam sepuluh *fashal*, yaitu:

Pertama: *Taubat*  
 Kedua: *Khauf da Raja*  
 Ketiga: *Zuhud*  
 Keempat: *Sabar*  
 Kelima: *Syukur*  
 Keenam: *Ikhlas*  
 Ketujuh: *Tawakkal*  
 Kedelapan: *Mahabbah*  
 Kesembilan: *Ridha*  
 Kesepuluh: *Zikrul maut* (Mengingat mati).<sup>12</sup>

## 2. Kitab *Sayr Al Salikin Ila Ibadati Rabbil 'Alamin*

Kitab ini terdiri dari 4 juz/jilid, jilid I dan II berisi tentang persoalan Tauhid/Akidah dan Fiqih, yang merupakan pengetahuan dasar sebelum memasuki dunia tasawuf, selanjutnya pada pada jilid III dan IV berisi pembahasan mengenai persoalan-persoalan tasawuf yang menurut beliau bahwa kitab ini adalah terjemahan kitab *Ihyâ'* karya Al Ghazali. Namun, terjemahan ini ternyata memuat beberapa masalah dan ungkapan-ungkapan sufi terkemuka lainnya, seperti Abû Thâlib Al-Makkî, Al-Qusyairi, Abd al

---

<sup>11</sup> *Ibid*, h. 175.

<sup>12</sup> *Ibid*, h. 215.

Qadir al Jailani, Muhammad Saman al Madani, Mustafa al Bakri, Abd al Qadir al ‘Aidrus, Abdullah al Haddad dan Ibnu ‘Athâ’illâh Al Sakandari.<sup>13</sup> Kitab ini berbahasa Melayu, yakni bahasa Indonesia tapi ditulis dengan huruf Arab (Arab Melayu), dan pada jilid III ini terdapat penjelasan Al Palimbani mengenai tujuh tingkatan *nafs* yang menjadi fokus pada penelitian ini.

Dalam *Sayr Al Salikin*, Al Palimbani menetapkan bahwa tujuan seorang *salik* atau calon sufi adalah memperoleh *ma’rifat* dan meletakkan dasar-dasar bagi pencapaiannya. Semuanya tentu dikutip dari *Ihya* Al Ghazali yang secara rinci menguraikan jalan menuju Allah *Subhanahu wa Ta’ala* mulai dari awal, tahap-tahap yang dilalui hingga mencapai puncaknya. Menurut Al Palimbani, gagasan Al Ghazali seperti yang diakuinya sendiri, bertujuan untuk menyimpulkan apa-apa yang telah dicapai oleh para pendahulu sufi dengan cara pemaparan lebih simpel, rinci dan mudah diserap. Tujuan Al Ghazali, demikian Al Palimbani menjelaskan lebih lanjut, hanyalah terbatas pada metodologi, cara-cara dan praktik-praktik yang dilakukan untuk mencapai *ma’rifat*. Atau seperti yang ditulis Al Ghazali sendiri, merupakan “kegiatan pembersihan dan penjernihan semata, kemudian persiapan diri dan selanjutnya menunggu datangnya *ma’rifat*”. Karena itu paparan Al Ghazali sama-sekali tidak menjelaskan hasil-hasil *ma’rifat* yang oleh Al Ghazali sendiri, sesungguhnya dinilai sebagai *fana’* dalam tauhid. Dalam hal ini dia

---

<sup>13</sup> Abd Al Shamad Al Palimbani, *Sayr al Salikin Ila Ibadati Rabbil ‘Alamin*, Juz III (Indonesia: Haramain, tth), h. 177 - 183

memperingatkan agar orang-orang yang tidak memiliki kualifikasi untuk tidak mengungkapkannya.<sup>14</sup>

Barangkali yang dimaksudkan Al Palimbani adalah klasifikasi tasawuf menurut Al Ghazali terbagi ke dalam dua ilmu. *Pertama*, ilmu *mu'amalah*, seperti yang dirumuskan dalam *Ihya'* merupakan pengantar kepada ilmu. *Kedua*, ilmu *mukasyafah*, yang menurut Al Ghazali tidak beralasan untuk menuangkannya dalam bentuk tulisan.

Berbeda dengan Ibn 'Arabi menurut Al Palimbani, bahwa dia menemukan apa yang tidak dijelaskan oleh Al Ghazali yaitu pada bagian kedua tentang *mukasyafah*, disini Ibn 'Arabi membahas keadaan/perilaku sufi ketika mencapai *ma'rifat* dan gejala-gejala psikologis yang dialami oleh sang 'Arif.<sup>15</sup>

### **B. Definisi *Al-Qalb*, *Al-Nafs*, *Al-Ruh* dan *Al-Aql* menurut Al Palimbani**

Al Palimbani selanjutnya menguraikan segi-segi keunggulan manusia terhadap segenap makhluk lainnya. Keunggulan tersebut berada pada kemungkinan memperoleh *ma'rifat* melalui hati sanubari. *Ma'rifat* dan tauhid, sebagai tujuan akhir yang ingin dicapai oleh manusia sufi dalam arti mengenal Tuhan (Allah) secara langsung dan tenggelam di dalam keesaan-Nya yang

---

<sup>14</sup> Alwi Shihab, *Akar Tasawuf di Indonesia*..... h,125.

<sup>15</sup> *Ibid.*

mutlak melalui pengalaman sendiri, sehingga Tuhan itu bukan hanya dikenal melalui dalil-dalil akal dan pemberitaan para nabi.<sup>16</sup>

Sebagaimana lazimnya dalam ajaran-ajaran mistik yang bernaung di bawah agama-agama lain, di dalam tasawuf-pun terdapat ajaran-ajaran mengenai hakikat manusia dan tabiat kerohaniannya yang unik, yang memberikan landasan bagi kemungkinan tercapainya apa yang disebut *ma'rifat* dan tauhid itu. Menurut Junaid Al Bagdadi, manusia telah memiliki wujud yang lebih riil sebelum ia mendapat wujudnya di dunia yang fana ini, yaitu wujud rohani yang disebutnya wujud *robbani*, yang diciptakan oleh Tuhan “di dalam *azal* dan bagi *azal*, ‘Umar bin ‘Utsman al Makki (w. 291 H/903 M) mengatakan pula bahwa Tuhan telah menciptakan hati (*qalb*) manusia tujuh ribu tahun sebelum ia menciptakan jasadnya dan ditempatkan-Nya di *maqam* kedampingan (*qurb*); telah menciptakan roh tujuh ribu tahun sebelum hati dan menempatkannya di *maqam* keintiman (*uns*); dan telah menciptakan *sirr* (rahasia) tujuh ribu tahun sebelum roh dan menempatkannya di *maqam* kesatuan (*wasl*); lalu *sirr* dipenjarakannya dalam roh, roh di dalam hati, dan hati di dalam jasad.<sup>17</sup>

Bagi para sufi, nampaknya roh dan hati manusia itu adalah makhluk *azali* sudah ada sebelum adanya waktu. Angka-angka bilangan tahun yang disebutkan oleh Al Makki itu mungkin hanya mengandung arti ketidak-terbatasan. Sebelum ia ditiupkan ke dalam jasad, roh manusia itu sudah mengenal Tuhan secara

---

<sup>16</sup> M. Chatib Quzwain, *Mengenal Allah.....* h. 52.

<sup>17</sup> *Ibid*, h. 53.

langsung, bahkan berada dalam kesatuan dengan-Nya, sehingga apa yang disebut *ma'rifat* dan tauhid itu adalah pakaian aslinya yang akan diperolehnya lagi apabila ia dikembalikan ke dalam kesuciannya.<sup>18</sup>

Di dalam kitab *Sayr al Salikin*, Al Palimbani mengutip kata-kata Al Ghazali tentang kemuliaan manusia dan kelebihanannya dari makhluk lain yaitu terletak pada kemampuannya mengenal Allah (*ma'rifat*) yaitu dengan hati (*qalb*). Adapun lafaz *al-qalb* (hati) terbagi dua makna. *Al qalb* dalam makna pertama, yakni makna jasmani, yaitu:

“Daging rupanya seperti buah kayu shanubariy yang ditaruh di dalam pihak kiri daripada dada dan di dalam bathinnya itu berlubang tempat diam darah yang hitam yaitu terbit ruh dan tempat keluarnya, dan daging yang dinamakan hati yang atas rupa buah shanubariy itu adapula bagi binatang dan bagi orang mati”.<sup>19</sup>

Adapun *al-qalb* dalam makna kedua yakni makna ruhani/psikis, yaitu:

“*Lathifah rabbaniyyah ruhaniyyah*, yaitu *jisim* yang halus yang dibangsakan kepada Tuhannya, yaitulah hakikat ruh manusia seperti firman Allah *Ta'ala* yang artinya: “Kata olehmu ya Muhammad bermula ruh itu perbuatan Tuhanku” dan adalah baginya berhubung dengan daging yang bernama hati shanubariy itu dan adalah hati yang bernama *lathifah rabbaniyyah* ini yaitu yang mengetahui akan Allah, yang mendapat ia bagi barang yang tiada mendapat akan dia oleh *khayal* dan *waham*, dan hati yang bernama *Lathifah rabbaniyyah* itu yaitulah hakikat insan.”<sup>20</sup>

Adapun pembahasan disini adalah *al-qalb* dalam makna ruhani/psikis (*Lathifah rabbaniyyah ruhaniyyah*), yaitu sejenis wujud immateriil yang merupakan landasan bagi diri sadar manusia, yang dapat mengenal hakikat-

---

<sup>18</sup> *Ibid.*

<sup>19</sup> Abd Al Shamad Al Palimbani, *Sayr al-Salikin*..... h. 5

<sup>20</sup> *Ibid.*, h. 5 - 6.

hakikat yang terletak di luar jangkauan imajinasi dan akal. Dalam hal ini mengikuti Al Ghazali ia juga menganggap hati (*qalb*) itu identik dengan roh (*ruh*), jiwa (*nafs*) dan akal (*aql*), bila empat istilah ini tidak diartikan secara berurutan sebagai hati fisik, daya hidup jasmani, hawa nafsu dan kandungan pengetahuan tentang sesuatu. Menurut dia, disamping pengertian-pengertian ini, masing-masing istilah tersebut mengandung arti juga sebagai wujud spiritual itu.<sup>21</sup>

Adapun definisi *Ruh*, menurut Abd al-Shamad al-Palimbani terbagi dua juga, pertama dinamakan *ruh tabi'i*, yaitu:

“Seperti asap yang tempat terbitnya itu darah yang hitam, yang di dalam bathin daging, dinamakan akan dia hati shanubari dahulu itu, dan terhambur dengan perantaraan segala urat yang bergerak gerak dan urat yang memalu-malu di dalam segala suku-suku segala badan, misalnya itu seperti cahaya pelita di dalam rumah karena terang segala penjuru yang di dalam rumah daripada cahaya pelita itu. *Kedua*, ruh sesuatu yang halus, *lathifah rabbaniyyah* yakni *jisim* yang halus yang *maujud* di dalam badan, yang dibangsakan kepada perbuatan Tuhan yaitu makna hakikat hati, yakni makna yang kedua, Maka diketahui bahwa lafaz ruh dan qalbu itu didatangkan keduanya ini atas makna yang satu yaitu dinamakan lathifah rabbaniyah dan didatangkan keduanya itu atas nurNya yang satu”.<sup>22</sup>

Abd al-Shamad al-Palimbani tidak menjelaskan apakah hati dalam arti spiritual itu adalah wujud *azali* yang telah ada sebelum tubuhnya diciptakan; hal ini juga tidak dijelaskan oleh Al Ghazali di dalam *Ihya'*-nya; menurut keterangannya di dalam *ma'ariful quds*, roh manusia adalah *baharu*, ia

---

<sup>21</sup> M. Chatib Quzwain, *Mengenal Allah*..... h. 56.

<sup>22</sup> Abd Al Shamad Al Palimbani, *Sayr al-Salikin*..... h. 6

diciptakan ketika janin telah siap untuk menerimanya.<sup>23</sup> Tetapi dalam hal ini Al Palimbani mengutip juga ayat al-Qur'an yang oleh Junaid Al Bagdadi dijadikan alasan bahwa roh manusia (para wali) itu telah memiliki wujudnya yang lebih riil di sisi Tuhan sebelum ia dilahirkan ke dunia ini, yaitu pada (QS. Al-A'raaf/7: 172).

أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَىٰ...<sup>24</sup>

Disamping itu, menurut Al Palimbani bahwa *roh* perseorangan itu adalah diferensiasi dari *Nur* Muhammad, yang diciptakan Allah dari *Nur-Nya*. Jadi bagi Al Palimbani roh manusia adalah makhluk suci yang merupakan percikan dari *Nur* Allah yang *azali* – telah memiliki wujud sebelum tubuhnya diciptakan dan telah mengenal Tuhan secara langsung sebelum ia dilahirkan ke dunia ini.<sup>25</sup>

Kemudian mengenai definisi *nafs*, menurut Abd al-Shamad al-Palimbani lafaz *nafs* terbagi kepada dua makna, pertama:

“Menghimpun ia bagi kuat marah dan kuat syahwat dan berhimpun padanya segala sifat kecelaan dan berhimpun padanya segala maksiat yang batin, yaitu seperti yang dimaksud dalam hadis Nabi *shallallahu ‘alaihi wa sallam*: “*Asyaddu a'daika nafsukal lathy baina janbaika*” (HR. Baihaqi Fi Kitabi Zuhd-Al ‘Iraqi) “Artinya;” Yang lebih sangat jahat dari segala seteru/musuhmu itu yaitu nafsumu yang antara kedua lambungmu”. Dan yaitu disuruh kamu memerangi akan dia dan memecahkan akan dia”.

---

<sup>23</sup> *Ibid*, h. 57.

<sup>24</sup> Lihat Terjemahan No. 13 pada Lampiran.

<sup>25</sup> M. Chatib Quzwain, *Mengenal Allah*..... h. 57.

*Nafs* pada makna pertama dinamakan juga *nafs Ammarah*, seperti disebutkan Allah dalam menghidayatkan kisah Yusuf ‘Alaihi Salam dalam Alquran (QS. Yusuf/12: 53):

﴿ وَمَا أُبْرِيْ نَفْسِيْ ۚ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوْءِ ۗ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي ۗ ۝۲۶﴾<sup>26</sup>

“Dan makna *nafs* yang kedua, yaitu *lathifah rabbaniyyah*, yakni *jisim* yang halus yang dibangsakan kepada perbuatan Tuhan, yaitu satu makna daripada makna ruh dan qalbu. *Nafs* ini pula serta lafaz qalbu dan lafaz ruh itu yaitu ketiganya ini diihtlakkan atas satu makna yaitu *lathifah rabbaniyyah*”.<sup>27</sup>

Dan lafaz *nafs*, *qalbu* dan *ruh*, ketiganya digunakan oleh ulama sufi atas makna yang sama/satu yaitu “*Jisim* yang halus yang tidak serupa dengan segala *jisim* yang kasar, yaitu suatu *Nur* yang bukan seperti *Nur* yang *zahir*, tempat terbitnya di dalam hati (*al-qalb*) dan mesra dengan segala badan dan kepada segala anggota dan yaitu hakikat ruh dan hakikat insan yang membedakan manusia dengan segala hewan.”<sup>28</sup>

Adapun definisi akal terbagi dua juga, makna yang pertama” yaitu: “Mengetahui dengan hakikat sesuatu yakni seperti mengetahui hakikat yang *wajib*, *mustahil*, dan yang *jaiz* karena tiada *taswir* di dalam akal itu melainkan tiga perkara, yakni: *Pertama*, wajib yaitu wujud Allah Ta’ala dan segala sifatnya. *Kedua* mustahil seperti *syarikul bary*. *Ketiga*, *jaiz* yaitu menjadikan sekalian mungkin. Maka makna pertama akal yaitu sifat ilmu yang tempat terbitnya dari dalam hati. Dan makna kedua yaitu *jisim* yang nisbah ilmu dengan dia itu seperti sifatnya dan makna kedua daripada akal itu yaitu *lathifah rabbaniyyah ruhaniyyah* yang satu makna dengan makna kedua daripada hati, *ruh* dan *nafs*”.<sup>29</sup>

<sup>26</sup> Lihat Terjemahan No. 14 pada Lampiran.

<sup>27</sup> Abd Al Shamad Al Palimbani, *Sayr al- Salikin.....h. 6*

<sup>28</sup> *Ibid*, h. 7

<sup>29</sup> *Ibid*, h. 13.

Kata/istilah *al qalb*, *al ruh*, *nafs* dan *al aql* dalam pengertian jasmani berbeda, sedangkan dalam pengertian psikis banyak terdapat persamaan. Dalam pengertian pertama, *qalb* berarti hati jasmani; *ruh* berarti nyawa jasmani yang sangat lembut; *nafs* berarti hawa nafsu dan sifat pemarah; serta akal yang berarti ilmu. Adapun dalam pengertian psikis, dari keempat istilah itu bersamaan artinya (satu makna), yakni jiwa manusia yang bersifat lembut/halus, ruhani dan *rabbani* (*lathifah*, *ruhaniyyah*, *rabbaniyyah*) yang merupakan hakikat hakikat diri dan zat manusia.<sup>30</sup> Oleh karena itu, manusia dalam pengertian pertama (fisik) tidak kembali kepada Allah setelah hancurnya badan, sedangkan dalam pengertian kedua (psikis) jiwa akan kembali kepada Allah *Rabbul 'Alamin* setelah hancurnya badan dan yang akan dipintai pertanggung-jawaban di akhirat kelak. Jadi jiwa dalam pengertian kedua inilah yang dimaksud dalam pembahasan *tazkiyat Al nafs* disini.

### **C. Tujuh Tingkatan *Nafs* Menurut Al Palimbani**

Untuk memperoleh pengetahuan langsung yang merupakan pakaian aslinya itu kembali dalam kehidupannya di dunia ini, maka manusia harus berjuang mengembalikan kesuciannya dengan menaklukkan segala tuntutan hawa nafsu yang menariknya ke arah yang berlawanan dengan tabiat kerohaniannya itu. Nampaknya dari sinilah lahir istilah-istilah tasawuf yang mencerminkan tingkatan penguasaan seseorang atas hawa-nafsunya.

---

<sup>30</sup> Solihin, *Tasawuf Tematik: Membedah Tema-Tema Penting Tasawuf*, (Bandung: Pustaka Setia, 2003), h. 129 – 130.

Dalam hal menjelaskan tentang tingkatan-tingkatan *nafs* atau kualitas-kualitas jiwa/*nafs* manusia, Al Palimbani juga mengutip pendapat Al Ghazali dalam *Ihya Ulumiddin* dan *Mukhtashar*-nya bahwa *nafs* itu terbagi tiga martabat, yaitu:

“Martabat yang pertama: dinamakan *nafs ammarah* yakni *nafs* yang menyuruh berbuat maksiat dan berbuat segala kejahatan dan tiada menyuruh dengan berbuat kebajikan dan tiada mencela atas kejahatan. Dan inilah martabat yang paling rendah”.<sup>31</sup>

Martabat yang kedua: dinamakan *nafs lawwamah*, yakni:

“*Nafs* yang mencela atas berbuat kejahatan dan tiada ridha ia atas perbuatan maksiat padahal suka hatinya itu berbuat kebajikan tetapi belum sangat tetap hatinya itu kepadanya kerana ada lagi di dalam hatinya maksiat yang *bathin* seperti *ujub* dan *riya* dan barang sebagainya padahal tiada suka ia kepada maksiat yang batin itu tetapi belum kuasa ia berlepas sekali-kali daripada maksiat yang batin itu. Dan sebab itulah terkadang ia berbuat akan maksiat yang *zahir* kemudian taubat ia dan mencela ia akan dirinya itu dan menyesal ia akan dirinya sebab berbuat maksiat itu, dan lagi ia mencela akan dirinya pada ketika ia taksir daripada berbuat ibadat akan Tuhannya. Dan martabat yang kedua ini yaitu permulaan martabat orang yang menjalani *thariqat* dan kesudahan martabat ulama yang belum menjalani akan *thariqat*”.<sup>32</sup>

“Martabat yang ketiga: dinamakan *nafsu muthmainnah*, yaitu apabila telah tetap hatinya di dalam mengerjakan akan ibadah padahal tiada sekali-kali ia suka akan berbuat maksiat, sama ada maksiat *zahir* atau maksiat batin kerana telah suci hatinya itu daripada maksiat yang batin. Dan telah *fana* ia daripada nafsunya yang *ammarah bissu* itu dan telah fana pula daripada nafsunya yang *lawwamah* itu. Inilah kesudahan martabat orang yang menjalani *thariqat*, yaitu permulaan martabat ‘*Arifin* yang telah sampai kepada *ma’rifat* akan Tuhannya dengan *ma’rifat* yang sebenar-benarnya itu. Adapun akhir martabat ‘*arifin* itu maka yaitu tiada baginya perhinggaan”.<sup>33</sup>

---

<sup>31</sup> *Ibid*, h. 8

<sup>32</sup> *Ibid*.

<sup>33</sup> *Ibid*.

Tingkat yang pertama dinamakan *nafs ammarah*; yaitu jiwa yang masih dikuasai sepenuhnya oleh hawa nafsu, belum tumbuh di dalamnya nilai-nilai moral kerohanian; tingkat yang kedua disebut *nafs al lawwamah*, yakni jiwa yang telah menganut nilai-nilai kerohanian tetapi belum memiliki kemantapan dalam melaksanakannya, karena penguasaan atas hawa nafsu itu belum sempurna; dan tingkat yang ketiga ialah *nafs al muthmainnah*, yaitu jiwa yang sudah sepenuhnya dikuasai oleh nilai-nilai kerohanian, sehingga hawa nafsu sudah ditaklukkan seluruhnya, baik yang mendorong kepada kemaksiatan lahir maupun yang menimbulkan kemaksiatan batin.

Menurut ajaran ini, jiwa (*nafs*) yang dipandang identik dengan roh, akal dan hati itu hanya *nafs al muthmainnah* itu saja. Dengan kata lain, hanya dengan penaklukan hawa nafsu itu secara keseluruhan roh manusia mencapai kemurniannya kembali; selanjutnya, hanya dengan kemurniannya itu pula ia memperoleh *ma'rifat* yang merupakan pakaian aslinya itu kembali.

Tetapi ajaran ini hanya menjelaskan perjuangan manusia menguasai hawa nafsunya untuk mencapai apa yang disebut *ma'rifat* itu; sedangkan hakikat roh atau *nafs* itu sendiri, setelah menempuh tahap-tahap perjuangan tersebut tidak dijelaskan/dibicarakan lagi. Hal ini agaknya tidak memberikan kepuasan bagi Al Palimbani yang mana sesuai dengan ajaran martabat tujuh yang dianutnya. Kalau mengenai soal tauhid ia menjelaskan ajaran martabat tujuh yang dipelajarinya dari kitab *Tuhfatul Mursalah*. Kemudian pendapat Al Ghazali mengenai tiga

tingkatan *nafs* ini ditambahkan pula dengan apa yang dipelajarinya dari kitab *Al - Sair wa a- Suluk Ila Malikel Muluk* karangan Syaikh Qasim al Halabi.<sup>34</sup>

Menurut Al Palimbani, sumber tersebut menjelaskan tentang tujuh tingkatan *nafs*, yaitu: *al ammarah*, *al lawwamah*, *al mulhamah*, *al muthmainnah*, *al radliyah*, *al mardliyyah*, dan *al kamilah*. Setiap tingkatan *nafs* tersebut mempunyai; perjalanan, alam, tempat, keadaan (hal), lintasan batin (*warid/wirid*), dan sifat-sifat<sup>35</sup> seperti di dalam tabel berikut ini.

**Tabel Tingkatan Nafs<sup>36</sup>**

Nafs	Perjalanan	Alam	Tempat	Hal	Warid	Sifat-sifat
<i>Ammarah</i>	<i>Ilallah</i>	<i>Ajsam</i>	Dalam dada	Cenderung kejahatan	Syariat	Jahil, kikir, loba dan pemaarah
<i>Lawwamah</i> Kejahatan	<i>Lillah</i>	<i>Misal</i>	Dalam hati	Cinta Allah	<i>Ilm</i> tarikat	Mencela
<i>Mulhamah</i> Loba	<i>'alallah</i>	Arwah	Dalam roh	Asyik Allah	<i>ma'rifat</i>	Pemurah, tiada loba
<i>Muthmainnah</i>	<i>Ma'allah</i>	Hakikat Muhammad	Dalam <i>sirr</i>	Tetap hati	Rahasia syariat	Murah hati
<i>Radliyah</i> Allah	<i>fillah</i>	<i>Ahadiah</i>	<i>Sirrus</i> <i>sirr</i>	<i>Fana</i> dan Rida	-	Ikhlas bagi Allah
<i>Mardliyyah</i>	<i>'Anillah</i>	<i>Ajsam</i>	<i>Khafi</i>	Heran	syariat	Lemah lembut
<i>Kamilah</i>	<i>Billah</i>	<i>Wahdat fi katsrah</i> <i>Katsrah fi wahdat</i>	<i>Akhfa</i>	<i>Baqa billah</i>	Semua <i>warid</i> tersebut	Semua sifat kesempurnaan

<sup>34</sup> M. Chatib Quzwain, *Mengenal Allah*.....h. 58 – 59.

<sup>35</sup> Abd Al Shamad Al Palimbani, *Sayr al- Salikin*..... h. 9.

<sup>36</sup> M. Chotib Quzwain, *Mengenal Allah*..... h. 60.

Martabat pertama, *nafs al ammarah* dijelaskan bahwa:

“Nafs al Ammarah itu perjalanannya *ilallah*, alamnya itu *alamus syahadah* atau *alam ajsam* (jasmani), hal (keadaan)-nya cenderung kepada kejahatan. *Warid*/wiridnya syariat. Dan setengah daripada sifatnya itu jahil dan kikir dan loba dan takabbur dan gemar berkata-kata akan perkataan yang sia-sia, yang tiada memberi faedah di dalam akhirat dan banyak marah dan gemar kepada makan makanan dan *hasad*/dengki dan *ghaflah*/lalai dan jahat perangai dan menyakiti akan manusia dan barang sebagainya daripada segala sifat yang kejahatan. Dan seyogyanya bagi si *salik* bahwa ia membanyakkan *zikrullah ta’ala* yakni membanyakkan menyebut *la ilaaha illallah* pada waktu berdiri, duduk dan berbaring supaya lepas ia daripada nafsu *ammarah* itu hingga sampai kepada nafsu *lawwamah*.<sup>37</sup>

Martabat Kedua yaitu *nafs al lawwamah*, maka:

“Perjalanannya ialah *lillah*, yakni karena Allah, alamnya: alam *mitsal* yakni alam roh perseorangan; tempatnya di dalam hati; keadaan (hal)-nya : *mahabbatullah*, yakni kasih/suka akan ibadah yang disuruh akan dia oleh Allah Ta’ala; lintasan hati (*warid*)-nya: ilmu tarekat, dan sifat-sifatnya antara lain, mencela akan kejahatan dan menyesal akan dirinya jika *taqshir* (kurang) daripada berbuat kebajikan, dan banyak berfikir dan *ujub* dan *riya* dan banyak *i’tiradl* (membantah) atas manusia dan suka ia jadi masyhur kepada orang banyak dan suka ia jadi penghulu orang, karena lagi tinggal sertanya setengah daripada beberapa sifat *nafs al ammarah*, tetapi ia sudah mengenal kebenaran dan kebatilan, walaupun ia belum kuasa berlepas diri kebatilan itu.<sup>38</sup>

Martabat ketiga dinamakan *nafs al mulhamah*:

“Perjalanannya itu *alallah*, yakni bahwasanya orang *salik* pada martabat ini tiada jatuh tilik mata hatinya itu melainkan atas *syuhud* (pandangan batin) akan perbuatan Allah Ta’ala, karena telah nyata hakikat iman dan yakin di dalam hatinya, bahwasanya sekalian perbuatan itu terbit dari Kudrat Allah Ta’ala. Alamnya adalah alam arwah yakni alam roh universal yang di dalam ajaran ini disebut *Nur Muhammad*. Tempatnya di dalam roh. Keadaan (hal)-nya asyik kepada Allah Ta’ala. Kilasan batin (*warid*)-nya yakni *ma’rifat* akan Allah Ta’ala. Dan sifat-sifatnya antara lain *sakha* yakni murah hati, *qanaah* atau tiada loba, ilmu yakni *ilmuddin* (ilmu agama), *tawadlu* (merendahkan diri), sabar, *halim* (tidak lekas marah) dan *tahammul aza* (menanggung kesakitan), memaafkan

---

<sup>37</sup> Abd Al Shamad Al Palimbani, *Sayr al Salikin*..... h. 9.

<sup>38</sup> *Ibid.*

daripada kesalahan manusia dan menunjukkan manusia untuk berbuat amal saleh dan berbuat kebajikan.<sup>39</sup>

Martabat keempat yaitu *nafs al muthmainnah* :

“Perjalanan *nafs al muthmainnah* itu *ma'allah* yakni serta Allah, alamnya: *al haqiqatul muhammadiyah*, yakni ibarat daripada zat (esensi) Allah Ta'ala dan sifat-Nya pada martabat *ta'ayyun awwal*.... martabat *wahidiyyah*, tempatnya di dalam *sirr*, keadaan (hal)-nya : tetap hati kepada Allah *Subhanahu wa Ta'ala*, lintasan hati (*warid*)-nya adalah batin ilmu syariat, yaitu *ma'rifat* ilmu hakikat. Adapun sifatnya: *al jud* (murah hati), tawakkal, *halim*, ibadah dan syukur dan rida kepada Allah dan sabar atas kena bala dan berperangai ia dengan perangai Nabi *shallallahu 'alaihi wasallam* dan mengikut ia akan segala perkataan Nabi *shallallahu 'alaihi wasallam* dan segala perbuatannya.<sup>40</sup>

Sebagaimana telah dikemukakan bahwa alam semesta ini menurut Al Palimbani memiliki wujud pada tiga tempat; pada martabat *wahidah*, pada martabat *wahidiyyah* dan dalam bentuk wujud lahir. *Nafs muthmainnah* ini adalah tingkat kejiwaan manusia yang telah menemukan kembali wujudnya yang pertama itu dan telah merasakan kemantapan hati kepada Allah, karena ia telah memperoleh ilmu hakikat yang merupakan batin dari syariat. Ilmu ini diperolehnya melalui *warid*, lintasa batin yang lahir dari lapisan hati yang lebih dalam dari roh, yitu yang disebut *sirr*. Karena itu, pada diri orang yang sudah mencapai tingkat *nafs* yang keempat ini kesempurnaan akhlak yang diajarkan oleh Rasulullah *shallallahu 'alaihi wasallam*. Itu telah lahir dalam bentuk kenyataan. Menurut Al Palimbani tingkat *nafs al muthmainnah* ini adalah

---

<sup>39</sup> *Ibid*, h. 9 - 10

<sup>40</sup> *Ibid*. h. 10

“*maqam tamkin*, yakni tetap hati, dan *maqam ‘ainul yaqin* dan *maqam iman* yang *kamil* (sempurna).<sup>41</sup>

Tetapi di atas ini masih ada lagi tingkat *nafs* yang menembus ke lapisan hati yang lebih dalam lagi dari *sirr* itu, yaitu *nafs* tingkat yang ke lima yakni *nafs ar radliyah*, yaitu:

“Perjalanan *nafs* ini *fillah* (dalam Allah). Alamnya adalah alam *lahut* yakni alam *dzat* (esensi), yaitu ibarat daripada martabat *ahadiyah*, yaitu semata-mata *syuhud* (memandang dengan mata hati) akan *dzat* (esensi) Tuhan dengan tiada *i’tibar af’al* (perbuatan-perbuatan). Tempatnya di dalam *sirrus-sirr*. Keadaan (hal)-nya : “fana daripada diri dan fana daripada segala sifatnya yang *basyariah* (kemanusiaan)”. Maka semata-mata ia *syuhud* akan *dzat* Allah *Subhanahu wa Ta’ala* yang tiada baginya serupa dengan sesuatu yang baharu ini, inilah *maqam Laa Maujuda Illaallah*. Tetapi *nafs* yang sedang berada pada tingkat yang kelima ini tidak mempunyai *warid*, karena yang dikatakan *warid* itu menurut Al Palimbani, hanya ada serta dengan *iktibar* sifat, sedangkan pada tingkat ini “gugur segala *iktibar* sifat dan *asma* dan *af’al*”. Orang yang sedang berada pada tingkat ini sifatnya “*zuhd fi ma siwallah*, yakni benci akan segala barang yang lain daripada Allah *Subhanahu wa Ta’ala* dan ikhlas bagi Allah *Subhanahu wa Ta’ala* dan wara’. Dan ridha ia dengan tiap-tiap barang yang jatuh sekalian perbuatan di dalam sesuatu dengan tiada *i’tiradl* (membantah)....serta *karam* ia di dalam *syuhud jamalullah* (keindahan) Allah yang mutlak”.<sup>42</sup>

Orang yang sampai pada tingkat ini tiada mendengar orang lain akan perkataannya melainkan selalu memberi manfaat bagi orang lain padahal hatinya *masygul* (selalu sibuk dengan *syuhud* akan alam *lahut* dan *sirrus sirr*). Dan seyogyanya bagi orang yang sampai kepada martabat ini membanyakkkan

---

<sup>41</sup> M. Chatib Quzwain, *Mengenal Allah*.....h. 64

<sup>42</sup> M. Chatib Quzwain, *Mengenal Allah*.....h. 64-65

*zikhruallah* “*Hayyu, Hayyu, Hayyu*”, supaya hilang fananya dan hasil baginya dengan Tuhan yang bersifat dengan *al hayyul lazi laa yamuut*.<sup>43</sup>

Pada martabat yang ke lima ini, tingkatan *nafs* semakin meninggi dan inilah tingkatan orang yang sudah sampai ke tingkat tauhid orang-orang *shiddiqin* yang disebut fana dalam tauhid itu, karena mereka tidak menyadari lagi wujud sesuatu selain Allah, sekalipun wujud diri mereka sendiri. Pada tingkat inilah seorang *salik* dikatakan memandang Tuhan sebagai Esensi mutlak itu secara langsung, tanpa melalui sifat-sifat, nama-nama dan perbuatan-Nya. Pandangan batin tersebut hanya tercapai melalui lapisan hati yang lebih dalam dari apa yang disebut *sirr*, yaitu *sirrus sirr*. Apakah pada tingkat ini *nafs* itu telah menyatu dengan Tuhan?. Agaknya bukan demikian yang dimaksudkan Al Palimbani, karena menurut dia orang yang sudah berada pada tingkat ini “semata-mata *syuhud* (memandang) akan zat (esensi) Allah *Subhanahu wa Ta’ala*”, Memandang esensi Tuhan tidak sama dengan bersatu dengan Tuhan, walaupun *wujud* yang disadari hanya satu saja, yaitu Allah *Subhanahu wa Ta’ala*.<sup>44</sup>

Martabat keenam, yaitu *nafs mardliyyah*, dijelaskan martabat *nafs* ini:

“Perjalanannya itu ‘*anillah* yaitu mengambil ilmu dari Allah Ta’ala dan kembali ia kemudian daripada sampai kepada Allah *Subhanahu wa Ta’ala* itu kepada makhluk karena memberi *irsyad* (bimbingan) akan makhluk, yakni menunjukkan akan jalan kepada Allah *Subhanahu wa Ta’ala* bagi segala

<sup>43</sup> Abd Al Shamad Al Palimbani, *Sayr al Salikin*.....h. 11

<sup>44</sup> M. Chatib Quzwain, *Mengenal Allah*.....h. 65

makhluk. Alamnya adalah alam *ajasad/ajsam*. Tempatnya di dalam *khafi*. Dan halnya itu *al-hairah/hirah* (keheranan) yang *makbul*, yaitu yang diisyaratkan oleh Nabi *shallallahu 'alaihi wasallam*, dengan sabdanya: “*rabbi zidni fika tahayyuran*”, artinya: “Ya Tuhanku tambahkan olehmu akan daku di dalam *ma'rifat* akan Engkau itu akan kehairanan”. Lintasan batin (*warid*)-nya syariat. Sifatnya baik perangai dan meninggalkan akan segala barang yang lain daripada Allah *Subhanahu wa Ta'ala* dan lemah lembut dengan segala manusia dan menunjukkan ia akan manusia dan kasih kepada segala manusia dan cenderung ia kepada manusia itu, karena mengeluarkan mereka itu daripada kelam tabiat mereka itu dan daripada nafsu mereka itu kepada *Nur* roh mereka itu. Dan adalah zikir orang yang sampai kepada martabat *nafs Mardliyyah* itu yaitu *ismullah al-Qayyum* serta membanyakkan ia menyebut akan *isim* ini (*Ya Qayyum, Ya Qayyum, Ya Qayyum*) pada siang dan malam sekira-kira memberi bekas zikir itu di dalam hatinya”.<sup>45</sup>

Pada tingkat yang keenam ini, *nafs* telah kembali dari perjalanan mencari *ma'rifat* yang tertinggi itu. Kalau pada tingkatan yang sebelumnya ia mengasingkan diri dari masyarakat ramai untuk ber-*khalwat*, sekarang ia harus kembali lagi ke tengah kesibukan hidup kemasyarakatan untuk membimbing manusia ke jalan Allah; karena itu ia dikatakan memiliki alam *ajsam* lagi. Tetapi pada tingkat ini (karena sudah melewati *mujahadah* dan *riyadhah*) ia tidak lagi dikuasai oleh alam *ajsam*/alam benda dan segala tuntutan jasmani, karena kehidupan batinnya telah mantap dan tetap mengalir dalam kesadaran yang disebut *khafi* (rahasia hati yang lebih halus lebih dalam lagi dari *sirrus sirr* tadi. Pada tingkat ini ia sudah mampu memandang keindahan Tuhan yang mutlak itu melalui segala sesuatu, sehingga setiap saat ia berada dalam keheranan/ketakjuban).<sup>46</sup>

---

<sup>45</sup> Abd Al Shamad Al Palimbani, *Sayr al Salikin*.....h. 11

<sup>46</sup> M. Chatib Quzwain, *Mengenal Allah*.....h. 66

Martabat ke tujuh, yaitu tingkat yang tertinggi adalah *nafs kamilah* maka:

“Perjalanannya adalah *billah*, yakni dengan kudrat dan iradat Allah *Subhanahu wa Ta’ala* dan dengan *quwwah* dan *haul* (upaya) Allah *Subhanahu wa Ta’ala*. Dan alamnya itu adalah *syuhudul katsrah fil wahdah* dan *syuhudul wahdah fil katsrah*. Adanya *syuhudul katsrah fil wahdah* adalah memandang keberbilangan/segala makhluk di dalam keesaan/perintah Tuhan yang Esa, dan *syuhudul wahdah fil katsrah* bermakna memandang keesaan dalam keberbilangan atau memandang akan Tuhan yang Esa yang mempunyai perintah di dalam makhluk ini di dalam sekalian ala mini. Tempat *nafs kamilah* ini di dalam *akhfa* (secara harfiah: lebih tersembunyi). Dan adalah *syibhu akhfa* kepada *khafi* itu seperti *syibhu* ruh kepada *jisim*. Dan halnya itu ialah *baqa billah*. Dan *warid*-nya yaitu segala *warid* yang disebut di dalam segala *nafs* yang tersebut dahulu itu, dan sifatnya adalah segala sifat kebajikan yang di dalam *nafs* yang tersebut dahulu itu. Dan *isim* yang dimiliki oleh orang yang mempunyai *nafs kamilah* itu yaitu *isim al Qahhar* yaitu membanyakkan menyebut: “*Ya Qahhar, Ya Qahhar, Ya Qahhar*”, pada siang hari, malam dan di dalam tiap-tiap kelakuan”.<sup>47</sup>

*Nafs kamilah* ini adalah tingkat kesempurnaan tertinggi yang mungkin dicapai manusia. Orang yang sudah mencapai tingkat ini segala perbuatannya lahir dari kudrat dan Iradat Allah, dengan daya dan upaya-Nya, Padanya terhimpu segala sifat kesempurnaan pada semua martabat *nafs* yang sebelumnya dan didalam hatinya mengalir segala *warid* yang pernah terlintas dalam hati mereka yang berada pada tingkatan *nafs* yang di bawahnya. Baginya keesaan mutlak itu adalah suatu realitas yang dapat dipandang melalui fenomena alam yang serba berbilang sebagaimana yang serba berbilang dapat dipandang melalui keesaan yang mutlak itu. Karena itu ia tidak lagi tergolong ke dalam salah satu tingkatan wujud seperti halnya masing-masing tingkatan *nafs* yang sebelumnya.

---

<sup>47</sup> Abd Al Shamad Al Palimbani, *Sayr al Salikin*.....h. 12

*Nafs Kamilah* disini mencerminkan keesaan yang menampakkan diri dalam keterbilangan dan keterbilangan yang menampakkan keesaan. Dengan kata lain orang yang sudah mencapai tingkat *nafs* yang ketujuh ini adalah manusia yang secara aktual merupakan –menggunakan istilah Al Palimbani- “kenyataan lahir Allah yang kemudian sekali”.<sup>48</sup>

Menurut Al Palimbani, *nafs kamilah* ini adalah “martabat aulia Allah yang *kamil* (sempurna) lagi *mukammil* (menyempurnakan), yang *khawwash* (khusus) lagi *khawwashul khawwash* (khusus dari yang khusus). Dan martabat aulia Allah yang awam yaitu martabat yang keempat yaitu martabat *nafs muthmainnah*. Dan martabat aulia Allah yang *khawwash* itu yaitu martabat yang ke lima yaitu *nafs radliah*. Dan martabat aulia Allah yang *khawwashul khawwash* itu yaitu martabat yang keenam yaitu *nafs mardliyyah*.<sup>49</sup> Dan martabat *nafs kamilah* ini sama dengan martabat “*Insan Kamil*”, dan orang yang dipandanginya sebagai wali Allah yang *kamil* dan *mukammil* itu pada masanya ialah guru/syeikhnya dalam bidang ilmu tasawuf dan tarekat yaitu Syaikh Muhammad al-Saman al-Madani yang disebutnya juga Kutub rabbani (*al quthubur rabbani*) dan Kutub zaman (*Al quthubuz zaman*) yang beliau mengambil *talqin*/ijazah tarekat dari Syeikh beliau tersebut.

#### **D. Metode Tazkiyat Al-Nafs Menurut Al Palimbani**

---

<sup>48</sup> M. Chatib Quzwain, *Mengenal Allah*.....h. 67

<sup>49</sup> Abd Al Shamad Al Palimbani, *Sayr al Salikin*.....h. 12

Secara umum dalam kitabnya Al Palimbani mengemukakan bahwa jalan atau metode *tazkiyat al-nafs* (menyucikan jiwa) sama dengan metode Al Ghazali yaitu dengan *mujahadah* (kesungguhan sepenuh hati) dan *riyadlah* (latihan-latihan), dan dengan empat jalan:<sup>50</sup>

1. Berguru dengan syekh yang mursyid, yang mengetahui akan segala aib nafsunya yang masih berada pada *nafs ammarah* dengan mengambil baiat dan *talqin* zikir dalam suatu tarekat, yang bersambung sanad syekh tersebut dari guru-gurunya sampai kepada Rasulullah *shallallahu 'alaihi wasallam*.
2. Mencari/berteman dengan orang yang sama seperti dia (*salik/murid*) yang sama-sama ingin menyucikan *nafs/jiwanya* atau menjalani ilmu *thariqat*.
3. Siap dinilai atau dikritik oleh orang yang tidak suka/membenci dalam bahasa beliau disebutkan sebagai musuh dengan dia agar penilaian orang itu objektif pada dirinya.<sup>51</sup>
4. Bergaul/bercampur dengan orang banyak, agar ia melihat langsung dan mengambil pelajaran tentang sifat/perbuatan yang dilakukan oleh orang banyak apakah perbuatan itu baik atau buruk.<sup>52</sup>

Dalam bukunya Psikologi Sufi untuk Transformasi, Robert Frager mengatakan bahwa sesungguhnya ada banyak jalan/metode menuju Tuhan

---

<sup>50</sup> Ibid, h. 17 - 18

<sup>51</sup> Ibid. h. 39

<sup>52</sup> Ibid. h. 40

sebanyak jumlah manusia.<sup>53</sup> Di dalam tradisi sufi, kita membedakan sedikitnya lima jalan tersebut, tiap jalan menarik bagi sejumlah besar manusia. *Lima jalan* tersebut adalah jalan *hati, akal, kelompok, zikir dan pelayanan*. Tiap-tiap jalan menghasilkan praktik yang canggih dan literatur yang kaya.

#### **a. Jalan Hati**

Mengabdikan kepada Tuhan adalah salah satu praktik sufi paling mendasar. Pengabdian ini tercermin dalam se bait puisi yang menyejukkan hati, baik dari Rumi maupun penyair sufi lainnya. Rumi mengingatkan kita kepada kekuatan cinta:

Sejak kudengar dunia Cinta  
Kuserahkan hidupku, hatiku  
Dan matakku di jalan ini  
Mulanya aku meyakini bahwa cinta  
Dan yang dicintai adalah berbeda  
Kini, kupahami mereka adalah sama  
Aku melihat keduanya dalam kesatuan.

Dikatakan, cinta mengangkat derajat manusia di atas binatang, bahkan di atas malaikat. Dalam tradisi tarekat, calon sufi/salik/murid/darwis belajar untuk mencinta guru/mursyid/syekh mereka dan mencinta serta melayani saudara-saudara mereka sesama darwis. Mereka belajar mencintai Sang Rasul Nabi Muhammad *shallallahu 'alaihi wassalam* dan seluruh guru spiritual mereka.<sup>54</sup>

#### **b. Jalan Akal**

---

<sup>53</sup> Robert Frager, *Psikologi Sufi Untuk Transformasi, Hati, Diri dan Jiwa*, Terj. Hasmiyah Rauf, Cet.I, (Jakarta, Serambi, 2002) h. 44.

<sup>54</sup> *Ibid.*

Selain inspirasi para penyair dan pecinta, tradisi sufi juga diperkaya oleh kearifan para sarjana dan guru bijak. Namun, guru-guru tasawuf memancarkan kearifan yang lebih dalam dan kecerdasan yang lebih utuh daripada para sarjana umumnya yang terikat pada buku. Kaum sufi menyukai kalimat berikut, “Seorang sarjana yang tidak mempraktikkan apa yang telah ia pelajari bagaikan seekor keledai yang mengangkut banyak buku.” Buku-buku yang dibawa di dalam gerobak keledai itu tidak dapat mengubah keledai tersebut, begitu pula halnya dengan buku-buku yang hanya tersimpan di dalam kepala para sarjana. Kearifan sejati adalah mempelajari sesuatu dengan baik, kemudian menerapkannya.<sup>55</sup>

**c. *Jalan Kelompok***

Di dalam masyarakat modern yang terisolir ini, setiap orang sangat membutuhkan kelompok. Tasawuf adalah jalan yang bersifat kelompok. Salah satu praktik sentralnya adalah *wirid* mingguan atau upacara zikir. Mereka saling memberikan semangat, dan saling mengajarkan satu sama lain, seringkali sesering syekh mereka mengajar mereka. Seorang beriman adalah cermin bagi orang beriman lainnya. Darwis yang baru dapat melihat di dalam diri darwis senior keimanan yang lebih terbangun, kemampuan melayani yang lebih besar dan zikir kepada Tuhan yang lebih mendalam. Menurut Nabi *shallallahu ‘alaihi wassalam*, “keimananmu belumlah sempurna, sehingga kamu mendoakan

---

<sup>55</sup> *Ibid*, h. 45

tetangamu seperti kamu mendoakan dirimu sendiri”. “Kalian bukanlah orang beriman jika kalian bersenang-senang di saat tetangga kalian kelaparan.”

Menjadi seorang darwis adalah memiliki rasa tanggung jawab terhadap keadilan sosial, memaksimalkan seluruh kemampuan untuk meringankan kelaparan dan penderitaan. Hati yang tidak merasakan penderitaan orang lain tidak dapat mencintai Tuhan.<sup>56</sup>

**d. *Jalan Pelayanan***

Jalan ini sangatlah berkaitan dengan jalan kelompok. Jika kita sungguh peduli terhadap satu sama lain, kita akan senang melayani satu sama lain, dan dengan melakukan hal tersebut, kita juga melayani unsur *Ilahiah* di dalam diri mereka. Pelayanan kita adalah sebuah hak istimewa sekaligus sebuah hadiah, lagipula bukanlah jumlah pelayanan yang kita berikan, namun niat kitalah yang diperhitungkan.<sup>57</sup>

**e. *Jalan Zikir***

Tasawuf adalah disiplin mengingat dimensi Ilahiah dalam diri kita. Para sufi meyakini bahwa Tuhan menempatkan percikan Ilahiah di dalam diri tiap manusia. Ia tersembunyi di dalam lubuk hati kita, namun ditutupi oleh cinta kita terhadap segala sesuatu selain Tuhan, keterikatan kita terhadap tipuan-tipuan dunia ini, dan juga oleh kelalaian dan kealpaan kita. Namun, tabir-tabir penutup

---

<sup>56</sup> *Ibid*, h. 46

<sup>57</sup> *Ibid*, h. 49

ini tidaklah nyata. Melalui Nabi, Tuhan berfirman, “Terdapat tujuh puluh ribu tabir antara kau dan Aku, tapi tak ada tabir antara Aku dan kau.”

Kebanyakan para darwis melakukan praktik zikir harian, biasanya mengulang-ulang nama-nama Tuhan atau sifat-sifat-Nya, membaca do’a dan membaca ayat-ayat Alqur’an. Mereka membaca doa dan melantunkan zikir-zikir tertentu yang diajarkan oleh syekh mereka. Ada tarekat yang berzikir dengan duduk, adapula dengan berdiri dan sebagian yang lain menggabungkan kedua cara tersebut.

Ada kekuatan luar biasa dari keyakinan bahwa Tuhan sepenuhnya hadir di dalam diri kita. Zikir tersebut hanyalah upaya untuk membuat kita menyadari apa yang sesungguhnya telah kita ketahui. Seorang suci berkata:” Wahai para pencari, ketahuilah bahwa jalan menuju kebenaran ada di dalam dirimu ... Tiada yang tiba ataupun yang pergi; ... Apa yang ada di sana selain Tuhan? Seorang guru sufi terkenal berkata kepada para darwisnya,” Kalian harus terus mengetuk gerbang itu dengan keimanan, sampai gerbang tersebut akhirnya terbuka. Rabiah, seorang sufi wanita sedang lewat dan mendengar perkataannya. Ia menanggapi, ”Kapanakah gerbang tersebut pernah tertutup?” Sang guru pun membungkuk kepadanya.<sup>58</sup>

#### **E. Relevansi Metode *Tazkiyat Al-Nafs* sebagai Psikoterapi melalui Tujuh**

---

<sup>58</sup> *Ibid*, h. 50.

### **Tingkatan Nafs**

Seperti telah diuraikan terdahulu tentang penjelasan Al Palimbani tentang definisi *qalbu*, *nafs*, *ruh* dan akal, menurut Chatib Quzwain penjelasan tentang *qalbu*, *ruh* dan akal beliau mengutip dari pendapat Al Ghazali, adapun tentang *nafs*, Al Ghazali hanya menerangkan tiga tingkatan *nafs*, yaitu martabat *nafs al ammarah*, *nafs al lawwamah* dan *nafs al muthmainnah*. Adapun Al Palimbani beliau tambahkan lagi empat tingkat/tahapan *nafs* sehingga menjadi tujuh tingkatan yang beliau nukil dari kitab *As Sayr al-Suluk Ila Malikil Muluk*, karangan Syaikh Qashim al Halabi.

Al Palimbani menjelaskan bahwa ada tujuh tingkatan atau tahapan perkembangan *nafs* dari yang terendah sampai yang tertinggi, yaitu *nafs al ammarah*, *nafs al muthmainnah*, *nafs al mulhamah*, *nafs al muthmainnah*, *nafs ar radhiah*, *nafs al mardliyyah* dan *nafs al kamilah*. Masing-masing *nafs* tadi mempunyai; perjalanan, alam, tempat, hal atau keadaan, lintasan batin (*warid*), sifat-sifat dan *ism* zikir yang harus dibaca/diamalkan sebagai obat/terapi untuk memecah sifat-sifat buruk yang melekat pada *nafs* terutama pada *nafs* yang rendah (*ammarah*, *lawwamah* dan *mulhamah*).

Sebagaimana dijelaskan pada latar belakang masalah bahwa penelitian ini ingin menyelidiki bagaimana konsep/metode yang telah dirumuskan oleh para syekh sufi abad ke 18 ini apakah masih relevan untuk diterapkan pada abad modern ini sebagai psikoterapi sufitik, mengingat keadaan pada zaman modern ini, di mana manusia banyak yang terlena dan terpengaruh arus modernisasi dan

globalisasi yang mengakibatkan degradasi moral dan spiritualitas, sehingga manusia mengalami depresi, stress, penyakit-penyakit kejiwaan, bahkan sampai kepada tingkat kehilangan semangat hidup dengan banyaknya kasus bunuh diri. Hal ini tentunya mengharuskan diadakannya tindakan yang bersifat preventif atau berifat pencegahan dan kuratif/pengobatan.

Menurut Amir An Najjar para Sufi sudah mendahului psikolog-psikolog modern dalam memahami berbagai penyakit jiwa, kerusakannya dan penyebab-penyebabnya. Para sufi telah membuat rumusan tatacara menerapi penyakit jiwa bagi para pasien/murid mereka dan mengajaknya untuk membersihkan penyakit-penyakit yang ada dalam jiwanya, seperti banyak mengeluh, dengki, marah, tamak, takabbur dan sebagainya.<sup>59</sup>

Secara sadar para peneliti mengakui bahwa Para Sufi adalah para pendahulu dalam bidang Psikologi dan Psikoterapi. Para Sufi adalah psikolog dan Terapis dari segi bahwa mereka menggunakan metode introspeksi (*al Isthibhan*) dan perenungan diri semendalam mungkin dalam menjelajah arena rasa. Mereka tidak merasa cukup hanya menilik aspek luar manusia seperti yang diterapkan para psikolog modern. Mereka berusaha secara mendalam menjelajahi ruangan jiwa dengan suatu eksplorasi yang menakjubkan. Para Syeikh Sufi dapat memahami dengan benar isi jiwa dan juga naluri manusia secara umum (syahwat) yang berpengaruh terhadap perilaku seseorang. Para Sufi sangat cerdas

---

<sup>59</sup> Amir An Najjar, *Psikoterapi Sufistik.....*, h, 193.

memahami apa yang disebut oleh para psikolog modern sebagai “alam bawah sadar”, menurut Para Sufi alam bawah sadar itulah yang menimbulkan bermacam-macam perilaku manusia.<sup>60</sup>

Sebagaimana yang telah dikemukakan oleh Amir An Najjar bahwa para sufi telah lebih dulu menjadi terapis-terapis jiwa, termasuk Al Palimbani salah seorang sufi abad 18 telah banyak memberikan sumbangan dalam pengkajian tentang tujuh tingkatan *nafs* lengkap dengan wirid zikirnya yang menjadi obat/alat terapi bagi penyakit-penyakit jiwa pada era modern ini. Untuk memahami lebih dalam tentang hati, *ruh*, *nafs* dan tingkatan-tingkatannya penulis akan menambahkan dalam tesis ini dari pandangan psikologi sufi oleh dua orang praktisi sufi atau syeikh sufi era modern ini satu orang pakar dari timur yaitu Javed Nurbakhsy dalam bukunya “*The Psychology of Sufism, Del wa nafs*” (*Psikologi Sufi*), dan satu orang dari California USA, yaitu Robert Frager Ph. D, seorang syekh sufi murid dari mursyid/syeikh Muzaffer (Turki), Robert Frager adalah pendiri *Institute of Transfersonal Psychology*, dengan bukunya yang sangat menyentuh hati berjudul, “*Heart, Self and Soul: The Sufi Psychology of Growth, Balance and Harmony*” (*Psikologi Sufi untuk Transformasi, Hati, Diri & Jiwa*).

### **1. *Nafs*, Hati, *Ruh*/Jiwa menurut Pandangan Psikologi Sufi**

Psikologi sufi, menurut Annemarie Schimmel, seperti segala sesuatu dalam tasawuf berdasarkan faham-faham dalam Alquran, seperti telah

---

<sup>60</sup> *Ibid*, h. 194.

disebutkan faham tentang *nafs*, prinsip terendah dari manusia. Lebih tinggi dari *nafs* ialah *qalbu*/hati dan ruh “jiwa”. Tiga pembagian ini membentuk pondasi sistem yang lebih rumit di kemudian hari. Ja’far Shadiq mengatakan bahwa *nafs* khusus bagi zalim, ”lalim”, *qalb* bagi *muqtashid*, “moderat” dan ruh bagi *shabiq*, “yang mendahului, satu, pemenang.”<sup>61</sup>

Untuk mengenal lebih dalam tentang *nafs*, hati, ruh, seorang praktisi sufi Javad Nurbakhs dalam bukunya yang berjudul *Psychology of Sufisme*, mencoba memetakan kondisi kejiwaan manusia dalam usahanya menuju kesempurnaan dengan mengambil dari karya-karya para tokoh sufi klasik dan modern yang berbeda dengan buku tentang Psikologi Islam atau sejenisnya.

Dalam bukunya dijelaskan bahwa sifat kebendaan diwariskan pada saat manusia lahir, kemudian berkembang menjadi apa yang disebut dengan *nafs* melalui interaksi dengan lingkungan dan pergulatannya dengan proses sosial dalam lingkungan keluarga dan sekolah. Kecenderungan *nafs* adalah memaksakan hasrat-hasratnya dalam upaya memuaskan diri (egoistik). Sedangkan akal berperan sebagai kekuatan pembatas, pengatur, penasehat *nafs*, memberikan pertimbangan kepada *nafs* tentang tindakan-tindakan positif yang seharusnya dilakukan dan tindakan negatif yang harus dihindarinya. Seluruh manusia memiliki *nafs* dan menggunakannya dalam bermasyarakat. Walaupun ada orang-orang tertentu yang dikendalikan akal, namun sebagian

---

<sup>61</sup> Annemarie Schimmel, *Dimensi Mistik Dalam Islam*, diterjemahkan oleh Sapardi Djoko Dkk (Jakarta, Pustaka Firdaus, Cet.III, 2009) h. 242 – 243.

besar orang benar-benar dikendalikan *nafs*-nya. Dan jika *nafs* ini dapat diarahkan kepada tingkat *maqam* yang lebih tinggi, dari hati ke arah kesempurnaan manusia, dengan bantuan akal seseorang dapat mencapai kesempurnaan.<sup>62</sup>

Adapun sifat-sifat *nafs* ternyata sangat banyak, antara lain: *nafs* itu seperti api, apabila dipadamkan, ia selau selalu menyala di tempat lain, setiap kali *nafs* ditekan, ia akan muncul di tempat yang lain. *Nafs* bersifat bodoh, *nafs* sumber perangai tak bermoral dan tindakan tercela serta merupakan sarana kemurkaan Allah, *nafs* penghalang menuju Allah, *nafs* adalah tertuduh dari semua jenis kejahatan dan masih banyak sifat jelek *nafs* lainnya.<sup>63</sup>

Beraneka makna *nafs* (ego, nafsu, hasrat, napas, jiwa, diri), namun dalam bahasa Arab *nafs* lebih umum digunakan sebagai “diri” dalam penggunaan bahasa sehari-hari, seperti diriku dan dirimu. Para Penulis Sufi lebih banyak menggunakan *nafs* merujuk kepada sifat-sifat dan kecenderungan buruk kita. Namun *nafs*, sebagai proses yang dihasilkan oleh interaksi roh dan jasad, bukanlah struktur psikologis yang bersifat statis. Sama sekali tidak ada yang salah dengan roh maupun jasad, namun proses yang dihasilkan keduanya dapat saja menyimpang. Ketika roh memasuki jasad, ia terbuang dari asalnya yang bersifat *immaterial/ruhani/rabbany*, kemudian

---

<sup>62</sup> Javed Nurbakhsy, *Psikologi Sufi*, diterjemahkan oleh Arief Rakhmat, Cet. Ke-3, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001) h. 4 – 5.

<sup>63</sup> *Ibid*, hal 7 – 8.

*nafs* pun mulai terbentuk. Dengan demikian, roh pun menjadi terpenjara di dalam benda materi dan mulai menyerap/terpengaruh aspek-aspeknya.<sup>64</sup>

Karena *nafs* berakar di dalam jasad dan roh, maka ia mencakup kecendrungan material dan spiritual. Pada mulanya, aspek material mendominasi; *nafs* tertarik kepada kesenangan dan keuntungan duniawi. Apa yang bersifat materi secara alamiah cenderung tertarik kepada dunia materi. Namun ketika *nafs* bertransformasi (mengenal tasawuf) ia menjadi lebih tertarik kepada aspek spiritual yang lebih tinggi yaitu Tuhan dan tidak tertarik pada dunia. Oleh karena itu *nafs* harus dikendalikan/ditundukkan, dikembangkan dan ditingkatkan dari martabat yang terendah ke martabat/*maqam* yang tertinggi, sebab sifat *nafs* tidak statis, apabila dikembangkan ia dapat tumbuh menjadi alat/sarana pada diri manusia yang tak terhingga nilainya untuk mencapai kesempurnaan.

Menurut Javed Nurbakhsy, apabila *nafs* telah mencapai tingkat kesempurnaan, ia akan sampai pada tingkat perkembangan hati. Pada kenyataannya, *nafs* yang tenang adalah hati yang paling dalam, yang oleh para filosof disebut sebagai *nafs* rasional (*nafs al natiqa*). Namun demikian menurut beliau sebagian besar manusia masih berada pada *maqam* sifat-sifat kebendaan (*tab'*)/tingkat *nafs*, belum memiliki hati.<sup>65</sup>

---

<sup>64</sup> Robert Prager, *Psikologi Sufi Untuk Transformasi*..... h. 86.

<sup>65</sup> Javad Nurbakhsy, *Psikologi Sufi*, diterjemahkan oleh Arief Rakhmat, Cet. Ke-3, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001). h. 135.

*Nafs* yang telah mencapai kesempurnaan dan telah sampai pada perkembangan hati inilah yang dimaksud seperti dalam hadits “*Man arafa nafsahu faqad arafa rabbahu*”, “Barang siapa yang mengenan *nafs*-nya ia akan mengenal Tuhannya”. Al Palimbani menjelaskan bahwa siapa yang mengetahui akan hatinya niscaya ia mengetahui akan nafsunya. Barang siapa mengetahui akan nafsunya niscaya ia mengetahui akan Tuhannya. Yaitu barang siapa mengetahui akan *nafs*-nya bersifat papa/fakir, niscaya ia mengetahui akan Tuhannya bersifat kaya. Barang siapa mengetahui ia akan nafsunya bersifat hina, niscaya mengetahui ia akan Tuhannya bersifat dengan mulia. Barang siapa mengetahui ia akan nafsunya itu bersifat *dhaif*, niscaya ia mengetahui akan Tuhannya bersifat dengan kuat. Barang siapa mengetahui akan nafsunya bersiat lemah, niscaya ia mengetahui bahwa Tuhannya bersifat kuasa. Barang siapa mengetahui akan nafsunya fana, niscaya ia mengetahui bahwa Tuhannya bersifat *baqa*. Dan barang siapa mengetahui ia akan nafsunya bersifat *baharu*, niscaya mengetahui ia akan Tuhannya bersifat *qadim* dan seterusnya daripada segala sifat yang berlawanan antara hamba dengan Tuhannya. Al Palimbani menyebutkan *nafs* pada hadis ini sebagai nafsu, yakni nafsu yang sudah dibersihkan, sedangkan Javad Nurbakhsy memahami *nafs* disini sebagai “diri”.

Hati adalah sebuah tempat antara wilayah Kesatuan (ruh) dan daerah keanekaragaman (*nafs*). Jika hati mampu melepaskan selubung *nafs* yang melekat padanya dia akan berada di bawah pengaruh ruh; itulah yang

dikatakan telah menjadi hati dalam makna yang sebenarnya; telah bersih dari segala kotoran keanekaragaman *nafs*. Sebaliknya, jika hati telah dikuasai *nafs* maka dia menjadi keruh oleh kotoran keanekaragaman *nafs*.<sup>66</sup>

Ruh adalah sumber semua kebaikan dan *nafs* sumber semua kejahatan. Cinta menjadi tentara ruh, dan hasrat membentuk tentara *nafs*. Ruh mewakili keberhasilan melalui Allah, dan *nafs* mewakili kegagalan melalui Allah. Hati terletak antara keduanya, dan pemenang dari keduanya adalah akan mengendalikan hati.

Syeikh Jalaluddin Rumi bersyair:

Bila cinta memanggil hati  
Untuk datang kepadanya,  
Hati akan terbang lepas  
Dari semua makhluk ciptaan.

Sebenarnya fungsi hati batiniah hampir sama seperti fungsi hati jasmaniah. Hati jasmaniah terletak di titik pusat batang tubuh: Hati batiniah terletak di antara diri rendah/*nafs* dan ruh/jiwa. Hati jasmani mengatur fisik; hati batini mengatur psikis. Hati jasmani memelihara tubuh dengan mengirimkan darah segar dan beroksigen kepada tiap sel dan organ di dalam tubuh. Ia juga menerima darah kotor melalui pembuluh darah. Demikian pula, hati batiniah memelihara ruh/jiwa dengan memancarkan kearifan dan cahaya. Dan ia juga menyucikan kepribadian dari sifat-sifat buruk. Hati memiliki satu wajah yang menghadap ke dunia spiritual dan satu wajah lagi menghadap ke

---

<sup>66</sup> *Ibid*, h. 135 – 136.

dunia diri rendah/*nafs* dan sifat-sifat buruk kita. Jika hati jasmaniah terluka, atau rusak berat, maka kita menjadi sakit atau meninggal dunia. Begitu juga bila hati batiniah kita terjangkiti sifat-sifat buruk dari *nafs* (diri rendah), maka kita akan sakit secara spiritual. Dan jika hati tersebut secara keseluruhan didominasi/dikuasai *nafs*, maka kehidupan spiritual kita pun akan mati.<sup>67</sup>

Hati janganlah disalah-artikan sebagai emosi. Emosi, seperti amarah, rasa takut, keserakahan berasal dari *nafs*. Ketika manusia berbicara mengenai hasrat hati, mereka biasanya merujuk pada hasrat *nafs*. *Nafs* tertarik pada kenikmatan duniawi dan tidak peduli pada Tuhan; sedangkan hati tertarik kepada Tuhan dan hanya mencari kenikmatan di dalam Tuhan. Hati secara langsung bereaksi atas setiap pikiran dan tindakan. Robert Prager berkata bahwa Syekh beliau selalu mengingatkan bahwa “Setiap kata dan tindakan yang baik akan memperlembut hati, dan setiap kata dan tindakan yang buruk akan memperkeras hati.”<sup>68</sup> Nabi Muhammad *shallallahu ‘alaihi wassalam* menyebutkan keutamaan hati saat berkata: “Sesungguhnya di dalam tubuh manusia terdapat rusak/sakit, maka seluruh tubuh pun akan rusak/sakit. Ketahuilah ia adalah hati.”<sup>69</sup>

Bagaimana cara menyingkap hati? Kita dapat membuka mata dan telinga hati untuk merasakan lebih dalam realitas-realitas batiniah, yang

---

<sup>67</sup> Robert Frager, *Psikologi Sufi Untuk Transformasi*..... h. 54.

<sup>68</sup> *Ibid*, h. 55.

<sup>69</sup> Abd Al Shamad Al Palimbani, *Sayr al Salikin*.....h. 2.

tersembunyi di balik dunia material yang kompleks ini. Seorang guru sufi bertutur: “Hati memiliki mata yang digunakan untuk menikmati pemandangan alam gaib, telinga untuk mendengar perkataan penghuni alam gaib dan firman Tuhan, hidung untuk mencium wewangian yang Gaib, dan mulut untuk merasakan cinta, manisnya keimanan serta harumnya pengetahuan spiritual.”<sup>70</sup>

Hati adalah sebuah kuil Tuhan yang ditempatkan Tuhan di dalam diri setiap manusia – sebuah kuil untuk menampung percikan Ilahi di dalam diri kita. Dalam sebuah hadis terkenal, Tuhan berkata: “Aku yang tak cukup ditampung langit dan bumi, melainkan tertampung di dalam hati seorang hamba beriman yang tulus.” Tuhan berada dalam hati yang penuh kasih. Hatilah tempat kediaman Tuhan, atau dengan istilah lain hati merupakan sebuah cermin tempat Tuhan memantulkan diri-Nya.<sup>71</sup> Agar cermin dapat menerima pantulan/percikan Ilahi hendaknya ia harus digosok sampai mengkilap yang tentunya dengan jalan *mujahadah* dan *riyadlah* terus-menerus dan tindakan-tindakan kepatuhan.

Hati dalam bahasa Arab disebut *qalb*, dari akar kata *qallaba*, bermakna bolak balik, berbalik, memutar, atau berputar kembali. Dalam satu pengertian, hati spiritual yang sehat adalah seperti radar, yang terus menerus berputar dan mengamati secara sepintas, tidak pernah terikat pada sesuatu pun di dunia – ia

---

<sup>70</sup> Robert Frager, *Psikologi Sufi Untuk Transformasi*..... h. 55.

<sup>71</sup> Annemarie Schimmel, *Dimensi Mistik Dalam Islam*..... h. 241.

selalu mencari yang suci. Dengan melantunkan kalimat “*La ilaha illa Allah*” hati memberitahu kita bahwa tiada sesuatupun di dunia ini yang berharga untuk kita sembah, namun Tuhan berada di mana-mana.<sup>72</sup>

Adapun *ruh*, seperti yang dimaksud Al Palimbani, bahwa *ruh* terbagi kepada dua makna juga, makna fisik/jasmani dinamakan *ruh tabi'i*, yaitu seperti asap yang tempat terbitnya itu darah yang hitam yang ada dalam batin dari daging/hati shanubari itu, yang terhampar dengan perantaraan segala urat yang bergerak-gerak dan urat yang menjalar di dalam suku-suku segala badan. Perumpamaan ruh bagi tubuh manusia adalah seperti cahaya pelita di dalam rumah, maka teranglah seluruh penjuru rumah karena cahaya pelita itu. Dalam ilmu kedokteran disebut juga nyawa, seperti yang terdapat pada hewan. Dan Ruh makna kedua adalah *lathifah rabbaniyyah*, yakni yakni sesuatu yang halus yang *maujud* di dalam badan yang dibangsakan kepada perbuatan Tuhan, yakni makna hakikat hati pada makna yang kedua dulu.<sup>73</sup> Dan pada makna yang kedua ini diisyaratkan dengan firman Allah *Subhanahu wa Ta'ala* (QS. Al-Israa'/17: 85).

74  وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ ۗ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي ...

<sup>72</sup> Robert Frager, *Psikologi Sufi Untuk Transformasi*.....h. 56.

<sup>73</sup> Abd Al Shamad Al Palimbani, *Sayr al Salikin*.....h. 2

<sup>74</sup> Lihat Terjemahan No. 15 pada Lampiran.

Karena hakikat sebenarnya ruh itu tiada mengetahui akan dia melainkan Allah *Subhanahu wa Ta'ala* dan orang yang diberi ilmu daripadanya dengan ilmu *laduni*. Dalam penjelasan tentang tingkatan/tahapan perkembangan *nafs* Al Palimbani menyebutkan bahwa *ruh* dan hati adalah tempat bagi *nafs*; roh adalah lapisan dalam dari hati, yang di dalamnya masih ada lagi beberapa lapisan lagi, yaitu *sir*, *sirrus sir*, *khafi* dan *akhfa*. Sehingga manusia dengan tubuh jasmani sebagai lapisan luarnya terdiri dari tujuh lapisan (dada, hati, *ruh*, *sir*, *sirrus sir*, *khafi* dan *akhfa*). *Nafs* menurut Al Palimbani berpindah tempat, berubah alam atau bertransformasi menurut tingkatan kesadaran dan pengetahuannya.<sup>75</sup>

Javad Nurbakhsy menjelaskan bahwa hati adalah tempat dari semua pengetahuan dan kesempurnaan ruh serta tempat terlihatnya penyingkapan perwujudan ketuhanan melalui tingkat esensi yang berbeda-beda. Jadi tempat ruh membentuk diri dalam kehidupan manusia tidak lain adalah zat Ruh adalah lapisan hati yang menikmati titik pandang cahaya-cahaya Allah, yang pada bagian itu Allah memperlihatkan Perwujudan-Nya tanpa tabir penutup. Hati merupakan kulit kerang dan ruh adalah mutiara.

Apabila jiwa mencapai tingkat perkembangan ruh, dia akan memperoleh kehidupan dari Sifat “Yang Maha Hidup” dan menjadi esensi dari semua hal melalui Sifat “Yang Hidup Kekal”. Pada *maqam* ini, jiwa sufi berhubungan dengan alam Kesatuan dan terpisah dari dunia keanekaragaman.

---

<sup>75</sup> M. Chatib Quzwain, *Mengenal Allah*..... h. 60 – 61.

## 2. Tujuh Tahapan/Tingkatan *nafs* sebagai Metode dan Relevansinya sebagai Psikoterapi

Menurut Al Palimbani tahapan-tahapan perkembangan *nafs* atau martabat *nafs* itu tidak hanya tiga martabat, seperti yang dijelaskan oleh Al Ghazali dalam *Ihya*-nya, tapi masih ada empat tahap lagi yang beliau nukil dari kitab *Sayr wa al Suluk ila Malikel Muluk*, karangan Syeikh Qashim Al Halabi, sehingga semuanya menjadi tujuh tahapan/tingkatan. Adapun tujuh tahapan/tingkatan *nafs* tersebut adalah *nafs al ammarah*, *al lawwamah*, *al mulhamah*, *al muthmainnah*, *al radliyah*, *al mardliyyah*, *al kamilah*. Setiap tingkatan *nafs* tersebut mempunyai; perjalanan, alam, tempat, keadaan (hal), lintasan batin (*warid/wirid*), dan sifat-sifat yang menjadi ciri khas/tanda dari masing-masing tingkatan *nafs* tersebut. Seperti di dalam tabel berikut ini:

**Tabel Tingkatan *Nafs*<sup>76</sup>**

Nafs	Perjalanan	Alam	Tempat	Hal	<i>Warid</i>	Sifat-sifat
<i>Ammarah</i>	<i>Ilallah</i>	<i>Ajsam</i>	Dalam dada	Cenderung kejahatan	Syariat	Jahil, kikir, loba pamarah.
<i>Lawwamah</i>	<i>Lillah</i>	Misal	Dalam hati	Cinta Allah	Ilmu tarikat	Mencela Kejahatan
<i>Mulhamah</i>	<i>'alallah</i>	arwah	dalam roh	Asyik Allah	<i>ma'rifat</i>	Pemurah, tiada loba
<i>Muthmainnah</i>	<i>Ma'allah</i>	Hakikat Muhammad	Dalam <i>sirr</i>	Tetap hati	Rahasia syariat	Murah hati, tawakkal
<i>Radliyah</i>	<i>Fillah</i>	<i>ahadiyah</i>	<i>Sirrus sirr</i>	Fana dan rida	-	Ikhlas bagi Allah
<i>Mardliyyah</i>	<i>'Anillah</i>	<i>ajsam</i>	<i>Khafi</i>	Heran	syariat	Lemah lembut

<sup>76</sup> *Ibid*, h. 60.

<i>Kamilah</i>	<i>Billah</i>	<i>Wahdat fi katsrah Katsrah fi wahdat</i>	<i>Akhfa</i>	<i>Baqa billah</i>	Semua <i>warid</i> tersebut	Semua sifat kesempurnaan
----------------	---------------	--	--------------	--------------------	-----------------------------	--------------------------

Sepintas dari penjelasan al Palimbani tentang makna hati (*al-qalb*), *ruh*, *nafs* dan *akal* itu nampaknya sama dengan al-Ghazali, namun setelah diamati pada tabel di atas. Menurut al Palimbani *al-qalb*, *ruh*, *nafs* tidak dianggap sinonim seperti halnya dalam ajaran al-Ghazali. Di sini, hati dan roh dianggap sebagai tempat bagi *nafs*; roh adalah lapisan dalam dari hati, yang di dalamnya masih ada lagi beberapa lapisan lagi; yaitu *sirr*, *sirrus sir*, *khafi* dan *akhfa*. Sehingga manusia dengan tubuh jasmani sebagai lapisan luarnya terdiri dari tujuh lapisan (*al-qalb*, *ruh*, *nafs*, *sirr*, *sirrus sir*, *khafi* dan *akhfa*).

Menurut Robert Frager, para ulama sufi menghubungkan setiap tingkatan *nafs* dengan keharusan membaca *zkrullah*/menyebut beberapa *ism* atau *asma* dari *asma-asma* Allah (*Asam al Husna*) yang 99 seperti yang disebutkan dalam Alquran. Pengulangan nama-nama Tuhan dan perenungan terhadap maknanya dapat menjadi obat yang efektif untuk menyembuhkan penyakit *nafs*/diri pada setiap tingkatannya. Dalam kelompok tarekat Helvati – Jerrahi latihan zikir secara individual mengikutsertakan nama-nama zikir yang harus dizikirkan setiap hari, seperti tabel dibawah ini.<sup>77</sup>

Tingkatan <i>Nafs</i>	Nama Tuhan	Warna
1. <i>Ammarah/Tirani</i>	<i>La ilaha illa Allah</i>	Biru Muda

<sup>77</sup> Robert Frager, *Psikologi Sufi Untuk Transformasi.....*h. 87.

2. Lawwamh/Menyesal	Allah (Tuhan)	Merah
3. <i>Mulhamah</i> /Terilhami	<i>Hu</i> (Engkau)	Hijau
4. <i>Muthmainnah</i> /Tentram	<i>Haqq</i> (Kebenaran)	Putih
5. <i>Radliyah</i> /Rida	<i>Hayy</i> (MahaHidup)	Kuning
6. <i>Mardliyyah</i> /Diridai	<i>Qayyum</i> (MahaKekal)	Hitam/Biru
7. <i>Kamilah</i> /Suci	<i>Qahhar</i> (MahaKuasa)	Tak Berwarna/Hitam

Setelah Penulis mengamati tabel tingkatan *nafs* beserta wirid/zikir yang dikemukakan oleh Robert Frager ini, ternyata persis sama betul dengan yang dikemukakan oleh Al Palimbani dalam kitab *Sayr Al Salikin* baik tentang nama masing-masing tingkatan *nafs* yang berjumlah tujuh tingkatan/tahapan, begitu pula dengan *ism-ism* zikir yang dianjurkan untuk dibaca setiap hari. Perbedaannya terletak pada masalah (kolom) warna, Al Palimbani tidak ada menyebutkan tentang warna yang berbeda-beda pada setiap tingkatan *nafs*. Sedangkan pada Robert Frager disebutkan warna yang berbeda pada tiap tingkatan *nafs* seperti terlihat pada tabel di atas.

Menurut Robert Frager, warna yang dihubungkan dengan tiap-tiap tingkatan *nafs* tersebut sering digunakan oleh para syekh pada penafsiran mimpi, untuk menentukan derajat/tingkat keadaan *nafs* para darwis/murid mereka. Ketika para darwis bermimpi mengenakan pakaian berwarna kuning, misalnya, itu mungkin saja sebuah tanda bahwa mereka telah mulai masuk ke dalam tingkat *nafs* yang rida. Kemudian Sang Syekh akan menambahkan zikir

*Hayy* pada latihan spiritual mereka, seiring dengan perubahan-perubahan lainnya di dalam kewajiban-kewajiban spiritual mereka.<sup>78</sup>

**a. *Nafs al Ammarah* (Nafs Tirani)**

Pada tahap/tingkat pertama, yaitu *nafs ammarah* dijelaskan bahwa *nafs* ini perjalanannya Ilallah (menuju kepada Allah) bagi pemula/salik/orang yang ingin mensucikan nafsnya ia harus mengetahui bahwa *nafs* ini alamnya masih di alam *ajsam/jasmani*. *Warid*-nya syariat. Hal (keadaan) atau karakter dari *nafs* ini cenderung kepada kejahatan (maksiat *zahir* dan batin) dengan bercirikan sifat-sifat seperti, jahil, kikir, loba, *takabbur*, gemar berkata dengan perkataan yang sia-sia yang tidak berfaedah untuk akhirat, banyak marah, gemar kepada makanan, *hasad*, *gafalah*, dan jahat perangai serta menyakiti akan manusia. Dan seyogyanya bagi si *salik* bahwa ia membanyakkan ia akan *zikrullah* ta'ala yakni membanyakkan menyebut *La Ilaaha Illa Allah* padahal berdiri dan duduk dan berbaring supaya lepas ia daripada nafsu *ammarah* itu hingga sampai kepada nafsu *lawwamah*.<sup>79</sup>

Istilah *Ammarah* didapatkan dari ayat Alquran yang menghikayatkan tentang kisah Nabi Yusuf '*Alaihi Salaam* "Dan tiada aku menyucikan akan diriku daripada kejahatan, bahwasanya nafsu sangat menyuruh dengan berbuat kejahatan". (QS. Yusuf/12: 53).

---

<sup>78</sup> *Ibid.* h. 88.

<sup>79</sup> Abd Al Shamad Al Palimbani, *Sayr al Salikin*..... h. 9.

Pada dasarnya, apa yang dikatakan *nafs al ammarah* di sini tidak berbeda dari yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa *nafs* ini adalah suatu tingkatan jiwa yang sepenuhnya masih dikuasai hawa nafsu dan belum menghayati nilai-nilai moral kerohanian. Hanya di dalam ajaran Al Palimbani ini ditegaskan bahwa jiwa (*nafs*) yang masih dalam keadaan seperti itu tergolong ke dalam alam benda (alam *ajsam*) dan bertempat di dalam dada; ia masih dalam perjalanan kepada Allah atau menuju Allah belum mengenal-Nya secara langsung sehingga *warid*-nya hanya syariat.<sup>80</sup>

Menurut Javad Nurbakhsy *nafs ammarah* ini merupakan *nafs* orang-orang awam pada umumnya. Inilah *nafs* yang belum dibersihkan dan dimurnikan sehingga sifat-sifat tercela yang melekat pada *nafs* menjadi sumber segala kejahatan, karena senantiasa mengikuti keinginan-keinginan hawa nafsu dan hasrat kehidupan materi. *Nafs* ini merupakan bagian dari karakter yang buas seperti hewan yang membahayakan kehidupan makhluk hidup lain dan selalu melagukan pujiannya sendiri.<sup>81</sup>

Tingkat *nafs ammarah* diterjemahkan sebagai “*nafs* yang memerintah”, “*nafs* yang mendominasi”, atau “*nafs* yang menyuruh kepada kejahatan”. Istilah “*ammarah*” secara literal berarti perintah, atau kebiasaan yang berulang-ulang, sehingga disebut juga sebagai *nafs* yang mengganggu.” *Nafs* tirani ini selalu berusaha untuk mendominasi dan

---

<sup>80</sup> M. Chatib Quzwain, *Mengenal Allah*..... h. 61.

<sup>81</sup> Javad Nurbakhsy, *Psikologi Sufi*..... h. 95 – 96.

mengendalikan pikiran serta tindakan kita. Sialnya, ia seringkali berhasil. Ibarat sebuah kota, sang penguasa *nafs* tirani ini adalah Yang mulia kepandaian (bisa seorang astrolog, ahli sihir, insinyur, dokter), sedang para penasehat/perdana mentrinya adalah logika, para hakimnya hukum rasionalitas, para pelayannya imajinasi dan khayalan.<sup>82</sup>

Menurut Robert Frager, pada awalnya memang tidaklah mudah untuk mengendalikan *nafs ammarah* kecuali dengan kemauan dan tekad yang kuat, seperti ketika kita akan mengendalikan ego negatif pada *nafs* tirani ini. Latihan meditasi saja tidak akan berhasil, bahkan ia kerap memunculkan kesombongan yang melambung. Pada mazhab tasawuf *malamatiyyah*, secara khusus ditujukan untuk mengendalikan ego negatif. Di antara latihannya adalah menghindari ketenaran serta menjauhi perilaku maupun penampilan yang mengundang pujian ataupun perlakuan istimewa. Cara/metode menyucikan hati berikutnya adalah melalui praktek melepaskan diri dari dunia dan mengingat Tuhan/berzikir, yang akan memancarkan cahaya hati dan membuat kita peka terhadap kerja *nafs*. Syekh Nurbakhsy menulis, perhatian yang terus menerus terhadap Tuhan melahirkan ingatan terhadap-Nya, yang memunculkan kepekaan akan hal-hal lain dari alam bawah sadar seseorang yang menyebabkan hasrat *nafs* secara perlahan terlupakan. Kemudian kebaikan dan pengabdian/pelayanan juga akan membuka hati. Jalan selanjutnya untuk mengendalikan *nafs*

---

<sup>82</sup> Robert Frager, *Psikologi Sufi Untuk Transformasi*.....h. 101.

*ammarah* ini adalah dengan ketaatan kepada syekh/guru pembimbing spiritual.<sup>83</sup> Sebagaimana yang dianjurkan oleh Al Palimbani juga dengan memasuki dunia tarekat dan mengambil bai'at atau *talqin* zikir dan meminta bimbingannya terus menerus.<sup>84</sup>

Al Palimbani juga menganjurkan bagi siapa yang ingin mengendalikan *nafs ammarah* ini, seyogyanya membanyakkan *zikrullah* yaitu mengucapkan kalimat *tahlil*, “*laa ilaaha illallah*”, dalam setiap keadaan, duduk, berdiri ataupun dalam keadaan berbaring, supaya lepas ia daripada *nafs ammarah* ini hingga sampai kepada *nafs lawwamah*. Jadi zikir *laa ilaha illa Allah* adalah obat atau terapi untuk mengobati *nafs ammarah* (*nafs* terendah) yang banyak sekali penyakitnya seperti jahil, kikir, loba/tamak/serakah, ujub, riya, dan sebagainya. Hati seperti cermin, hati pada *nafs ammarah* ini seperti cermin kotor yang sangat banyak ditutupi debu. Untuk membersihkannya diperlukan alat pembersih yaitu zikir terus menerus agar cermin hati sedikit demi sedikit berkurang kotornya sampai akhirnya bersih dan mengkilap, sehingga dapat menerima percikan cahaya ilahi (*ma'rifat*).

Nama Allah (zikir) untuk tingkatan *nafs* yang pertama (*Ammarah*) adalah *La Ilaha Illa Allah*, yang berarti “Tiada Tuhan Selain Allah” separuh bagian pertama dari kalimat ini adalah pengingkaran, dan separuh

---

<sup>83</sup> *Ibid*, h. 103.

<sup>84</sup> Abd Al Shamad Al Palimbani, *Sayr al Salikin*....., h. 33.

bagian lainnya adalah penegasan. Makna terdalam *la ilaha illa Allah* mengandung kebenaran sufisme yang paling tajam. Kalimat ini juga dikenal sebagai kalimat Tauhid. Ia menegaskan bahwa tiada sesuatupun yang suci selain Tuhan. Seluruh kekuatan dan daya cipta adalah milik Tuhan. Dan tiada sesuatupun yang terpisah dari Tuhan.

Banyak orang mengikuti kecenderungannya sendiri, seolah-olah kehendak pribadi mereka adalah Tuhan. Mereka ditarik kesana kemari dari waktu ke waktu. Alquran menyebut hal ini sebagai “*hawa*” atau “perubahan pikiran secara tiba-tiba”. “Dan siapakah yang lebih sesat daripada orang-orang yang mengikuti hawa nafsunya dengan tidak mendapat petunjuk dari Allah sedikitpun?”

Selama berabad-abad, praktik dasar sufisme mencakup zikir dan perenungan terhadap kalimat *la ilaha illa Allah*. Inti penderitaan *nafs* tirani adalah ketergantungan terhadap kesenangan duniawi dan tiadanya keimanan. Salah satu obat pada kondisi ini adalah kesadaran bahwa Tuhan itu hadir, dan bahwa dunia dan kenikmatannya bukanlah segalanya bagi kehidupan ini.<sup>85</sup>

#### **b. *Nafs Al Lawwamah* (Nafs Penuh Penyesalan)**

Martabat Kedua yaitu *nafs al lawwamah*, dan perjalanannya ialah *lillah*, yakni karena Allah, alamnya: alam *mitsal* yakni alam roh

---

<sup>85</sup> Robert Frager, *Psikologi Sufi Untuk Transformasi*..... h. 88.

perseorangan; tempatnya di dalam hati; keadaan (hal)-nya : *mahabbatullah*, yakni kasih/suka akan ibadah yang disuruh akan dia oleh Allah Ta'ala; lintasan hati (*warid*)-nya: ilmu tarekat, dan sifat-sifatnya antara lain, mencela akan kejahatan dan menyesal akan dirinya jika *taqshir* (kurang) daripada berbuat kebajikan, dan banyak berfikir dan *ujub* dan riya dan banyak *i'tiradl* (membantah) atas manusia dan suka ia jadi masyhur kepada orang banyak dan suka ia jadi penghulu orang, karena lagi tinggal sertanya setengah daripada beberapa sifat *nafs al ammarah*, tetapi ia sudah mengenal kebenaran dan kebatilan, walaupun ia belum kuasa berlepas diri kebatilan itu.<sup>86</sup>

Al Palimbani menganjurkan bagi orang yang telah mencapai martabat *nafs lawwamah* ini, ia harus gemar dan gigih ber-*mujahadah*, yakni di dalam memerangi akan *nafs ammarah* ia harus gemar/rajin beramal shaleh daripada sembahyang tahajud, berpuasa, memberi sedekah dan sebagainya, meskipun masih terdapat *ujub*, *riya*, suka dipuji di dalam hatinya tapi ia terus berusaha untuk melawannya. Dan seyogyanya pada tingkat *nafs* ini ia membanyakkan akan *zkrullah* menyebut “*Allah, Allah*”, pada ketika berdiri, duduk dan berbaring, supaya ia lepas dari *nafs lawwamah* ini hingga ia sampai kepada *nafs mulhamah*.<sup>87</sup>

---

<sup>86</sup> Abd. Al Shamad al Palimbani, *Sayr al Salikin*..... h. 9.

<sup>87</sup> *Ibid.*

Tingkat *nafs* yang kedua ini, nampaknya mencerminkan kejiwaan orang yang sudah mengenal nilai-nilai moral ketuhanan –mengetahui kebaikan dan kebatilan- bahkan mencela segala kebatilan yang terdapat dalam masyarakatnya, tetapi ia sendiri belum mampu menanggalkan semua kebatilan itu dari dirinya dan belum mampu mengerjakan kebaikan itu secara penuh, sehingga sering juga ia mencela dirinya; ia masih haus kemasyhuran dan kekuasaan, masih bersifat takabbur, ujub, dan riya, meskipun ia sendiri mengetahui bahwa semuanya itu adalah sifat-sifat tercela.<sup>88</sup> Tetapi ajaran-ajaran ilmu tarikat telah mendapat tempat di dalam hatinya, sehingga pada suatu waktu semua sifat tercela itu akan ia usahakan menanggalkannya.

Di dalam Alquran, ayat yang menyebutkan *nafs lawwamah* (penuh penyesalan) adalah, “Dan Aku bersumpah dengan jiwa yang penuh penyesalan.” (QS. Al Qiyamah/75: 2 ). Makna kata *lawwamah* adalah menolak amalan buruk dan memohon ampunan Allah setelah kita menyadari perbuatan buruk tersebut. Pada tingkat ini, kita mulai memahami dampak negatif pendekatan egois kita terhadap dunia, walaupun kita tidak memiliki kemampuan untuk berubah. Amalan buruk kita saat ini mulai terasa menjijikkan bagi kita. Kita memasuki lingkaran

---

<sup>88</sup> M. Chatib Quzwain, *Mengenal Allah*..... h. 62.

berbuat dosa, menyesali perbuatan tersebut, kemudian kembali berbuat dosa.

Robert Frager menyebutkan bahwa pada tingkat *nafs lawwamah* ini para penguasa *nafs* ini masih berupa kepandaian duniawi. Perdana mentrinya adalah egoisme (kecintaan terhadap diri sendiri), namun sifat-sifatnya lebih lembut dari *nafs* tirani. Mereka adalah ujub, kemunafikan, kekakuan beragama, ketergantungan terhadap minuman keras dan obat-obatan dan menekankan pada pencarian kesenangan duniawi.<sup>89</sup>

*Nafs lawwamah* adalah *nafs* yang telah dipancari cahaya hati. Ketika ingatan pada Tuhan telah menetap di dalam *nafs ammarah*, maka ia bagaikan lampu di sebuah rumah yang gelap, yang pada titik tertentu ia berubah menyalahkan (menyesal), karena ia melihat bahwa rumah itu dipenuhi oleh kotoran anjing, babi, macan, harimau, keledai, kerbau, gajah. Singkatnya adalah segala sesuatu yang buruk. Setelah mengamati situasi tersebut, ia berjuang untuk membersihkan kotoran dan mengusir binatang-binatang liar tersebut dari rumah, yang didukung dengan banyak berzikir kepada Tuhan dan perasaan berdosa yang mendalam, sehingga zikir tersebut membanjiri mereka dan membuat mereka (sifat-sifat buruk) pergi.<sup>90</sup>

---

<sup>89</sup> Robert Frager, *Psikologi Sufi Untuk Transformasi*..... h. 108.

<sup>90</sup> Javad Nurbakhsy, *Psikologi Sufi*..... h. 106.

Adapun zikir pada tingkat *nafs lawwamah* yang merupakan obat bagi *nafs* tingkat kedua, seperti yang dianjurkan oleh Al Palimbani untuk dibaca yaitu *ismu* zat “Allah, Allah”.

Nama Allah dikenal sebagai nama yang teragung, dan mengandung seluruh sifat-sifat ilahiah yang diwakili oleh nama-nama lainnya. Salah satu makna Allah adalah “ Yang layak disembah.” Tiada sesuatu pun selain-Nya yang layak disembah. Inilah salah satu obat bagi kemunafikan, yakni penyakit utama *nafs* yang penuh penyesalan, adalah menyembah Tuhan dan melayani makhluk Tuhan, semata-mata karena-Nya, bukan untuk memuaskan ego kita ataupun untuk mendapatkan keuntungan material.<sup>91</sup>

### c. *Nafs Mulhamah* (Nafs yang Terilhami)

Martabat ketiga yaitu *nafs al mulhamah*, perjalanannya: ‘*alallah*, yakni bahwasanya orang *salik* pada martabat ini tiada jatuh tilik mata hatinya itu melainkan atas *syuhud* (pandangan batin) akan perbuatan Allah Ta’ala, karena telah nyata hakikat iman dan yakin di dalam hatinya, bahwasanya sekalian perbuatan itu terbit dari Kudrat Allah Ta’ala. Alamnya adalah alam arwah yakni alam roh universal yang di dalam ajaran ini disebut *Nur Muhammad*. Tempatnya di dalam roh. Keadaan (hal)-nya asyik kepada Allah Ta’ala. Kilasan batin (*warid*)-nya yakni *ma’rifat* akan Allah Ta’ala. Dan sifat-sifatnya antara lain *as sakha* yakni murah hati, *qanaah* atau tiada loba, ilmu yakni *ilmuddin* (ilmu agama), *tawadlu*

---

<sup>91</sup> Robert Frager, *Psikologi Sufi Untuk Transformasi*.....h. 88 – 89.

(merendahkan diri), sabar, *halim* (tidak lekas marah) dan *tahammul aza* (menanggung kesakitan), memaafkan daripada kesalahan manusia dan menunjukkan manusia atas berbuat amal saleh dan atas berbuat kebajikan. Dan seyogyanya bagi orang yang telah sampai kepada martabat ini membayangkan akan *zkrullah* “*Huwa, Huwa*”, dan terkadang disebutnya dengan *nafi* dan *itsbat*, yaitu *La Huwa Illa Huwa*, serta memperbanyak akan zikir itu karena tiada memberi bekas *zkrullah* itu melainkan dengan membayangkan zikir yang zahar serta dengan kuat dan membayangkan zikir *khafi* supaya sampai ia kepada martabat *nafs muthmainnah*.<sup>92</sup>

*Nafs* yang diberi ilham adalah *nafs* yang diilhami oleh Allah untuk mampu membedakan antara jalan petunjuk yang benar dan jalan. Para sufi mendapat istilah ini dari ayat-ayat Alquran “Dan Allah mengilhamkan kepada *nafs* dengan kesadaran terhadap hal yang tidak benar dan yang benar.” (QS. Asy Syams/91: 8).

Pada tingkat *nafs mulhamah* ini, *nafs* telah mencerminkan keadaan kejiwaan orang yang sudah sampai ketingkat tauhid *muqarrabin*, yakni tauhid orang sufi tingkat pertama, yang telah memancar di dalam hatinya *Nur Al Haq*, sehingga ia mampu memandang alam *wujud* ini dari aspek kesatuannya sebagai ciptaan Allah yang mencerminkan keadilan dan kebijaksanaan-Nya yang mutlak. Kalau pada tingkat *nafs* sebelumnya segala perbuatan dilakukan karena Allah, pada tingkat ini segala perbuatan

---

<sup>92</sup> Abd Al Shamad Al Palimbani, *Sayr al Salikin*..... h. 9.

itu bahkan dipandang sebagai perbuatan Allah, sehingga orang yang sudah mencapai tingkat ini berlapang dada menerima segala perlakuan terhadap dirinya dan memaafkan segala kesalahan orang lain. Pada tingkat ini pula *nafs* itu telah mulai mengenal Tuhannya, tapi tingkat *ma'rifat* yang dicapainya belum merupakan *ma'rifat* yang tertinggi, karena ia baru memandang Tuhan melalui perbuatan-perbuatan (*af'al*)-Nya, belum memandangnya sebagai esensi mutlak—tanpa nama dan sifat.<sup>93</sup>

*Nafs Mulhamah* adalah *nafs* yang dinaikkan oleh keagungan ilham Allah, sebagaimana yang telah ditunjukkan dalam Alquran tersebut diatas (QS. Asyams/91: 8), *nafs* yang diberi ilham ini mempunyai sepuluh karakter : kemampuan berfikir, kebijaksanaan, pengetahuan, penyingkapan, ilham, kesadaran, kesempurnaan, kemuliaan, amal kebajikan dan kemurahan hati. Dengan demikian, *nafs* pada tingkat ini berusaha akan menghindari semua hal yang merupakan kejahatan dan cenderung kepada semua hal yang merupakan kebaikan. *Nafs* ini masih rawan, dimana ia mulai mengalami pembebasan dari dirinya sendiri, melalui kenikmatan dari ilham Allah dan kegaiban. *Nafs* ini masih memiliki risiko terpengaruh tipu daya yang seakan-akan telah mencapai tingkat *maqam* sempurna dan terjerat ke dalam perangkap godaan setan, yang menilai dirinya sendiri dengan keangkuhan, yang rentan dengan sikap yang senantiasa memuji dirinya secara berlebihan, keangkuhan diri dan sikap membanggakan

---

<sup>93</sup> M. Chatib Quzwain, *Mengenal Allah*.....h. 63.

dirinya sendiri. Jika terperangkap seperti demikian, dia menjadi iblis pada saat itu dan terlempar ke tempat yang lebih rendah karena kutukan Allah, seperti sekuntum bunga yang berguguran dari pohon restu Allah.<sup>94</sup>

Robert Frager menambahkan bahwa pada tingkat ini kita mulai merasakan kesenangan sejati di dalam berdo'a, meditasi dan kegiatan spiritual lainnya. Kita mulai mengalami sendiri kebenaran spiritual yang selama ini hanya kita dengar atau kita baca. Kita mulai merasakan cinta hakiki kepada Tuhan dan kepada ciptaan-Nya. Ini juga merupakan awal dari praktik tasawuf yang sejati. Sebelum ini, yang terbaik yang dapat kita raih adalah pemahaman palsu dan pemujaan ritual semata. Penguasa kota *nafs mulhamah* adalah kearifan. Perdana menterinya adalah cinta. Sifat-sifat *nafs* pada tingkat ini mencakup kedermawanan, *qanaah*, tawakkal dan tobat. Namun pada tingkat ini kondisi *nafs* berada pada titik tolak yang kritis dan masih belum aman, bahkan berbahaya. Ego negatif masih sangat utuh dan dapat membawa kita ke jalan yang salah. Untuk pertama kalinya kita mampu merasakan pengalaman dan pengetahuan spritual yang sejati. Namun, jika pengalaman dan pengetahuan ini disaring oleh ego, maka kita akan melambung dengan dahsyatnya.

Oleh karena itu, sebagian besar para terapis dan pembimbing spiritual harus betul-betul berjuang dengan masalah-masalah keterlenaan, hasrat akan kekayaan dan ketenaran ini. Dalam mengevaluasi bimbingan

---

<sup>94</sup> Javad Nurbakhsy, *Psikologi Sufi*.....h. 110.

psiko-terapi dan psiko-spiritual, mereka harus menggunakan intuisi dan kekuatan ketajaman pikiran yang terbaik untuk membedakan mana yang tulus dan yang berpura-pura, seorang yang diberkati dan seorang yang palsu, seorang yang berpengetahuan dan seorang yang separuh terdidik. Karena bahayanya, orang-orang yang berada pada tingkat ini percaya bahwa mereka telah selesai, usai dengan kebutuhan akan latihan spiritual lainnya. Banyak para guru spiritual yang kharismatik namun sesat. Mereka menetapkan sendiri bahwa mereka telah sepenuhnya tercerahkan ketika mencapai tingkat ini.<sup>95</sup>

Al Palimbani menganjurkan zikir yang dibaca pada tingkat ini adalah *ism* Allah yaitu *Huwa*. Sedangkan Robert Prager menambahkan bahwa perenungan tentang zikir *Huwa* yaitu dengan memahami bahwa *Hu* adalah sebutan untuk Allah tanpa sifat, sebuah cara yang lebih intim dalam menyapa Tuhan, yang secara sederhana dapat diterjemahkan “Engkau”. Menurut sebagian sufi, ia adalah pengucapan huruf “*h*” pada akhir kata “Allah”. Hubungan dengan Tuhan yang intim dan tanpa kata-kata ini ditemukan di dalam hati. Ia bersifat kecil dan lemah pada tingkat *nafs* yang terilhami, namun tumbuh pada tiap-tiap tingkatan *nafs* secara berurutan. Hubungan dengan Tuhan adalah sumber ilham *nafs* yang terilhami.<sup>96</sup>

---

<sup>95</sup> Robert Frager, *Psikologi Sufi Untuk Transformasi*.....h. 111.

<sup>96</sup> *Ibid.* h. 89.

#### d. *Nafs Muthmainnah* (*Nafs yang Tentram*)

Martabat keempat yaitu *nafs al muthmainnah*, perjalanannya *ma'allah* yakni serta (beserta) Allah. Alamnya itu ialah *haqiqatu muhammadiyah*, “yakni ibarat daripada zat (esensi) Allah Ta’ala. Dan sifatnya pada martabat *ta’yinul awwal* dan yaitu dinamakan martabat *wahdah*. Tempatnya di dalam *sirr*. Keadaan (hal)-nya adalah tetap hati kepada Allah *Subhanahu wa Ta’ala*. Adapun lintasan hati (*warid*)-nya adalah setengah daripada beberapa rahasia syariat, yakni batin ilmu syariat yaitu *ma’rifat* ilmu hakikat. Adapun sifatnya : *al jud* (murah hati), tawakkal, *halim*, ibadah dan syukur dan rida kepada Allah dan sabar atas kena bala dan berperangai ia dengan perangai Nabi *shallallahu ‘alaihi wassalam* dan mengikut ia akan segala perkataan Nabi *shallallahu ‘alaihi wassalam* dan segala perbuatannya. Dan seyogyanya bagi orang yang telah sampai kepada *maqam* ini membanyakkan menyebut *zikrullah* “*Haqqu, Haqqu, Haqqu*” dengan memakai *harfun nida*/huruf memanggil/berdoa “*Ya Haqqu*” atau tidak dengan *harfun nida*.<sup>97</sup>

Sebagaimana telah dikemukakan bahwa alam semesta ini menurut Al Palimbani memiliki wujud pada tiga tempat; pada martabat *wahidah*, pada martabat *wahidiyyah* dan dalam bentuk wujud lahir. *Nafs muthmainnah* ini adalah tingkat kejiwaan manusia yang telah menemukan

---

<sup>97</sup> Al Palimbani, *Sayr al Salikin*..... h. 10.

kembali wujudnya yang pertama itu dan telah merasakan kemantapan hati kepada Allah, karena ia telah memperoleh ilmu hakikat yang merupakan batin dari syariat. Ilmu ini diperolehnya melalui *warid*, lintasan batin yang lahir dari lapisan hati yang lebih dalam dari roh, yaitu yang disebut *sirr*. Karena itu, pada diri orang yang sudah mencapai tingkat *nafs* yang keempat ini kesempurnaan akhlak yang diajarkan oleh Rasulullah SAW. Itu telah lahir dalam bentuk kenyataan. Menurut Al Palimbani tingkat *nafs muthmainnah* ini adalah “*maqam tamkin*, yakni tetap hati, dan *maqam ‘ainul yaqin* dan *maqam iman yang kamil* (sempurna).<sup>98</sup>

Menurut Robert Frager, penguasa pada tingkat ini adalah kearifan dan perdana menterinya adalah cinta. Sifat-sifat *nafs* yang tentram ini mencakup keyakinan terhadap Tuhan, perilaku baik, kenikmatan spiritual, pemujaan, rasa syukur, dan kepuasan hati.<sup>99</sup> Menurut Syekh Safer, kita aman dari pengrusakan besar ego negatif hanya setelah kita sampai pada tingkat ini, dan bahkan pada tingkat ini dan tingkat selanjutnya, ego negatif masih dapat terus mempengaruhi kita, walaupun hanya bersifat sementara. Perjuangan tingkat sebelumnya pada dasarnya telah usai. Seseorang telah terbebas dari kelalaian. Sifat *nafs* tirani terlihat buruk dan menjijikkan, dan tidak ada hasrat terhadap mereka yang tersisa di hati.

---

<sup>98</sup> *Ibid.*

<sup>99</sup> Robert Frager, *Psikologi Sufi Untuk Transformasi*..... h. 118.

Tuhan secara langsung menyebut tingkat *nafs* ini dalam ayat Alquran, sebagai berikut: (QS. Al Fajr/89: 27 – 30).

يَتَأْتِيهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾ أَرْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكَ رَاضِيَةً مَّرْضِيَةً ﴿٢٨﴾  
فَادْخُلِي فِي عِبَادِي ﴿٢٩﴾ وَأَدْخُلِي جَنَّتِي ﴿٣٠﴾<sup>100</sup>

Perkembangan si pengembara pada tingkat spirituan *nafs* ini bersifat menurun. Ini pada mulanya untuk mengatakan bahwa *nafs* yang memerintah (*ammarah/tirani*) itu di atur oleh api. Ketika ia turun dari alam api dan menjadi *nafs* yang menyalahkan diri sendiri (*lawwamah/penuh penyesalan*), ia menjadi diatur oleh udara. Ketika ia turun dari alam udara dan menjadi *nafs* yang terilhami (*mulhamah*), maka ia diatur oleh air. Ketika ia turun dari alam air dan menjadi *nafs* yang tentram (*muthmainnah*) ia diatur oleh tanah, dan mendapatkan keseimbangan, yang padanya ia menjadi disifati oleh kerendahan hati, harga diri, kelembutan dan ketundukan. Ketika sifat-sifat iblis yang ganas dan hewani telah berubah menjadi manusia, maka seseorang akan menikmati impian umum manusia, seperti orang-orang beriman, para *zahid*, para pelaku kebaikan, orang-orang yang lurus, para pecinta kedamaian, orang-orang yang suci, hamba yang taat dan pemilik *nafs* yang tentram.<sup>101</sup>

<sup>100</sup> Lihat Terjemahan No. 16 pada Lampiran.

<sup>101</sup> *Ibid.* 118.

Ketentraman pada *nafs* ini jauh berbeda dari keadaan yang biasa kita alami. Ia adalah pencapaian spiritual sejati yang merasa puas dengan masa sekarang, dengan segala yang ada, dengan segala yang Tuhan berikan kepada kita. Ketentraman dan kepuasan ini berakar pada cinta kepada Tuhan. “Ketika *nafs* tirani disentakkan oleh cinta yang menyergap, maka ia berubah menjadi *nafs* yang tentram”.

Nama Tuhan yang dihubungkan dengan *nafs* ini atau yang oleh Al Palimbani merupakan zikir yang harus dijadikan wirid setiap hari pada setiap keadaan (duduk, berdiri dan berbaring) yaitu “*Haqq, Haqq, Haqq*”. *Haqq* bermakna “Kebenaran,” dan Tuhan adalah kebenaran yang tidak berubah-ubah. Seluruh kebenaran yang lain dapat berubah-ubah. Kepuasan *nafs* yang tenteram berasal dari pencarian terhadap Tuhan, bukannya terhadap hal-hal duniawi yang terbatas dan terus berubah-ubah. Tingkat *nafs muthmainnah* ini adalah tingkat awal pengetahuan kita akan Kebenaran.<sup>102</sup>

***Wilayah nafs yang tentram.*** Pekerjaan batiniah yang diperlukan pada tingkat ini adalah mengurangi perasaan terpisah dari Tuhan dan mulai menyatukan beragam kecenderungan yang telah kita bangun. Di dalam manuskrip sang pengembara, sang pemandu mengirimnya ke wilayah para pejuang spiritual.

---

<sup>102</sup> Robert Frager, *Psikologi Sufi Untuk Transformasi*.....h. 89.

“Aku mengikuti nasihatnya dan pergi menuju ke wilayah para pejuang tersebut. Orang-orang yang kutemui disana berperawakan kurus, lemah, lembut, bijaksana, bersyukur dan perbuatan terpuji lainnya. Kekuatan mereka terletak pada pengamalan hal-hal yang mereka ketahui. Aku mendekati mereka dan melihat bahwa mereka telah meninggalkan sifat-sifat buruk akibat sifat-sifat mementingkan diri sendiri, dan bayangan dari alam bawah sadar.

Aku bertempur dengan ego ku siang dan malam, namun tetap saja aku menjadi seorang politeis dengan banyak “diriku” dan “Aku” yang saling bertengkar walaupun mereka menghadap pada Tuhan yang satu. Hal ini, karena penyakitku yang menjadikan banyak “Aku” sebagai mitra Tuhan, membentuk bayangan yang tebal di atas hatiku, menyembunyikan kebenaran dan membuatku terjebak di dalam kelalaian. Aku memberitahu (pada dokter tersebut) tentang penyakitku, yakni politeisme yang tersembunyi, kelalaian yang memprihatinkan serta kegelapan hati, dan akupun meminta pertolongan. Mereka berkata kepadaku, “Bahkan di wilayah ini, tempat orang-orang yang bertempur dengan ego mereka, tidak ada obat bagi penyakitmu.” Mereka menyarankan aku untuk melakukan perjalanan... (menuju) sebuah wilayah yang bernama permohonan dan meditasi. Mungkin saja di sana, menurut mereka, akan ada seorang dokter yang dapat menyembuhkan diriku”.<sup>103</sup>

#### e. *Nafs Radliah* (*Nafs yang Rida*)

Tingkat *nafs* yang menembus ke lapisan hati yang lebih dalam lagi dari *sirr* itu, yaitu *nafs* tingkat yang ke lima yakni *nafs al-radliyah*. Perjalanan *nafs* ini *Fillah* (dalam Allah). Alamnya adalah alam *lahut* yakni alam *dzat* (esensi), yaitu ibarat daripada martabat *ahadiyah*, yaitu semata-mata *syuhud* (memandang dengan mata hati) akan *dzat* (esensi) Tuhan dengan tiada *i'tibar af'al* (perbuatan-perbuatan). Tempatnya di dalam

<sup>103</sup> Robert Frager, *Psikologi Sufi Untuk Transformasi*.....h. 120.

*sirrus-sirr*. Keadaan (hal)-nya : “fana daripada diri dan fana daripada segala sifatnya yang *basyariah* (kemanusiaan).” Maka semata-mata ia *syuhud* akan zat Allah *Subhanahu wa Ta’ala* yang tiada baginya serupa dengan sesuatu yang baharu ini, inilah *maqam Laa Maujuda Illaallah*. Tetapi *nafs* yang sedang berada pada tingkat yang kelima ini tidak mempunyai *warid*, karena yang dikatakan *warid* itu menurut Al Palimbani, hanay ada “serta dengan *iktibar* sifat, sedangkan pada tingkat ini “gugur segala *iktibar* sifat dan *asma* dan *af’al*”. Orang yang sedang berada pada tingkat ini sifatnya “*zuhd fi ma siwallah*, yakni benci akan segala barang yang lain daripada Allah *Subhanahu wa Ta’ala* dan ikhlas bagi Allah *Subhanahu wa Ta’ala* dan *wara’*. Dan ridha ia dengan tiap-tiap barang yang jatuh sekalian perbuatan di dalam sesuatu dengan tiada *i’tiradl* (membantah). Serta *karam* ia di dalam *syuhud jamalullah* (keindahan) Allah yang mutlak.<sup>104</sup>

Orang yang sampai pada tingkat ini tiada mendengar orang lain akan perkataannya melainkan selalu memberi manfaat bagi orang lain padahal hatinya *masygul* (selalu sibuk dengan *syuhud* akan alam *lahut* dan *sirrus sirr*). Dan seyogyanya bagi orang yang sampai kepada martabat ini membanyakkan *zkrullah* “*Hayyu, Hayyu, Hayyu*”, supaya hilang fananya

---

<sup>104</sup> Abd al Samad al Palimbani, *Sayr al Salikin*.....h. 11.

dan hasil baginya dengan Tuhan yang bersifat dengan *al hayyul lazi laa yamuut*.<sup>105</sup>

Pada martabat yang ke lima ini, tingkatan *nafs* semakin meninggi dan inilah tingkatan orang yang sudah sampai ke tingkat tauhid orang-orang *shiddiqin* yang disebut fana dalam tauhid itu, karena mereka tidak menyadari lagi wujud sesuatu selain Allah, sekalipun wujud diri mereka sendiri. Pada tingkat inilah seorang *salik* dikatakan memandang Tuhan sebagai Esensi mutlak itu secara langsung, tanpa melalui sifat-sifat, nama-nama dan perbuatan-Nya. Pandangan batin tersebut hanya tercapai melalui lapisan hati yang lebih dalam dari apa yang disebut *sirr*, yaitu *sirrus sirr*. Apakah pada tingkat ini *nafs* itu telah menyatu dengan Tuhan?. Agaknya bukan demikian yang dimaksudkan Al Palimbani, karena menurut dia orang yang sudah berada pada tingkat ini “Semata-mata *syuhud* (memandang) akan zat (esensi) Allah *Subhanahu wa Ta’ala*”, Memandang esensi Tuhan tidak sama dengan bersatu dengan Tuhan, walaupun *wujud* yang disadari hanya satu saja, yaitu Allah *Subhanahu wa Ta’ala*.<sup>106</sup>

Dalam pandangan psikologi sufi, Robert Frager menjelaskan bahwa seperti disebutkan di dalam manuskrip sang Syekh, pertumbuhan spiritual menjadi lebih lembut dan lebih dalam seiring dengan majunya kita melampaui tingkat yang lebih tinggi. Seperti termaktub dalam Alqur’an,

---

<sup>105</sup> *Ibid*, h. 11

<sup>106</sup> M. Chatib Quzwain, *Mengenal Allah*..... h. 65.

diri yang tenteram, diri yang rida, diri yang diridai Tuhan, semuanya saling berkaitan erat. “Hai diri yang damai (diri yang tenteram), kembalilah kepada Tuhanmu dengan rida dan diridai Tuhan.”

Pada tingkat ini kita tidak hanya merasa puas terhadap takdir kita. Kita juga merasa puas terhadap segala kesulitan dan ujian kehidupan, yang juga berasal dari Tuhan. Kondisi *nafs* yang rida ini sangatlah berbeda dengan cara yang biasa kita lakukan di dalam menjalani kehidupan di dunia ini. Kita menyadari bahwa kita secara kontinu selalu dikelilingi oleh rahmat dan belas kasih Tuhan. Ketika rasa syukur dan cinta kita kepada Tuhan demikian besarnya, bahkan yang pahitpun terasa manis bagi kita, maka kita telah mencapai stasiun *nafs* yang rida. Ciri-ciri lain tingkat ini adalah keajaiban, kebebasan, ketulusan, perenungan, dan ingat kepada Tuhan. Keajaiban adalah hal yang mungkin pada tingkat ini karena Tuhan menjawab do'a yang tulus dari orang-orang yang berada di tingkat *nafs radiah* ini. Sebagai contoh, begitu banyak orang suci yang doanya untuk menyembuhkan orang sakit telah dikabulkan oleh Tuhan. Kebebasan muncul karena kita tidak lagi terdoda oleh sesuatu apa pun di dunia ini. Perhatian kita ditujukan pada batiniyah kita dan pada Tuhan.<sup>107</sup>

*Wilayah Nafs yang rida.* Sang pengembara ruhani selanjutnya sampai pada wilayah meditasi, atau wilayah *nafs* yang rida:

---

<sup>107</sup> Robert Frager, *Psikologi Sufi Untuk Transformasi*.....h. 122.

“Ketika aku sampai di wilayah meditasi, aku melihat para penduduknya terlihat demikian tenang dan damai, mengingat Tuhan secara terus menerus, melantunkan nama-nama-Nya yang paling indah. Pada masing-masing mereka ada seorang anak dari sang hati telah dilahirkan ...

Perilaku mereka begitu lembut dan penuh sopan santun. Mereka hampir tidak pernah berbicara sebab takut akan ... saling mengganggu dalam melakukan meditasi yang khusuk. Mereka begitu ringan bagaikan bulu burung, namun mereka takut akan membebani orang lain.

Aku menghabiskan bertahun-tahun di wilayah meditasi dan kontemplasi ini ... akan tetapi, aku belum juga sembuh dari penyakit dualisme “Aku” dan “Dia” yang masih membentuk bayang tebal di atas hatiku. Air mataku mengalir deras. Dalam keadaan sangat sedih, lemah dan sangat terpesona, aku terjatuh dalam suasana yang aneh, ketika lautan kesedihan terasa mengelilingi diriku ....

Saat aku berdiri di sana dengan perasaan tak berdaya, sedih, tak sadar, muncullah guru tampan yang kutemui pertama kali di daerah asing ini .... ia menatapku dengan mata penuh belas kasih, “Oh budak dirinya yang papa, yang dalam pengasingan di tanah yang asing! Oh pengembara yang jauh dari kampung halaman! Oh orang yang berduka, kau tidak akan menemukan obatmu di wilayah roh ini. Tinggalkanlah tempat ini. Pergilah ke wilayah nun jauh di sana ... nama wilayah itu adalah “fana”, penafian diri. Di sana kau akan menemukan para dokter yang telah menafikan diri mereka. Mereka tidak memiliki raga, yang mengetahui rahasia “jadilah tiada, jadilah tiada, jadilah tiada, maka kau akan ada, maka kau akan ada, maka kau menjadi ada selamanya.”<sup>108</sup>

Adapun zikir atau nama Tuhan yang dihubungkan dengan *nafs* ini atau yang oleh Al Palimbani merupakan zikir yang harus dijadikan wirid setiap hari pada setiap keadaan (duduk, berdiri dan berbaring) yaitu “*Hayyu, Hayyu, Hayyu*”. *Hayyu* bermakna “Hidup”. Segala sesuatu yang

---

<sup>108</sup> *Ibid*, h. 123.

wujud merupakan bagian dari sifat Tuhan ini, seperti halnya Tuhan adalah sumber kehidupan dan sumber keberadaan segala sesuatu. Setiap atom dari seluruh ciptaan Tuhan menggetarkan nama ini. Manusia memiliki tingkat kehidupan yang berbeda, tergantung pada pengetahuan dan tindakan mereka. Mereka yang merasakan Tuhan sebagai *Hayy* di dalam diri setiap orang dan di dalam segala sesuatu, maka mereka telah mencapai tingkat *nafs* yang rida.<sup>109</sup>

**f. *Nafs Mardliyyah* (Nafs yang Diridai)**

Martabat keenam, yaitu martabat *nafs al Mardliyyah*. Perjalanannya itu ‘*anillah* yaitu mengambil ilmu dari Allah Ta’ala dan kembali ia kemudian daripada sampai kepada Allah *Subhanahu wa Ta’ala* itu kepada makhluk karena memberi *irsyad* (bimbingan) akan makhluk, yakni menunjukkan akan jalan kepada Allah *Subhanahu wa Ta’ala* bagi segala makhluk. Alamnya adalah alam *ajsad/ajsam*. Tempatnya di dalam *khafi*. Dan halnya itu *al-hairah/hirah* (keheranan) yang makbul, yaitu yang diisyaratkan oleh Nabi SAW, dengan sabdanya: “*rabbi zidni fika tahayyuran*”, artinya: “Ya Tuhanku tambahkan olehmu akan daku di dalam *ma’rifat* akan Engkau itu akan kehairanan”. Lintasan batin (*warid*)-nya syariat. Sifatnya baik perangai dan meninggalkan akan segala barang yang lain daripada Allah *Subhanahu wa Ta’ala* dan lemah lembut dengan segala manusia dan menunjukkan ia akan manusia dan kasih kepada segala

---

<sup>109</sup> *Ibid.* h. 89.

manusia dan cenderung ia kepada manusia itu, karena mengeluarkan mereka itu daripada kelam tabiat mereka itu dan daripada nafsu mereka itu kepada *Nur* roh mereka itu. Dan adalah zikir orang yang sampai kepada martabat *nafs mardliyyah* itu yaitu *ismullah al-qayyum* serta membanyakkan ia menyebut akan isim ini (*Ya Qayyum, Ya Qayyum, Ya Qayyum*) pada siang dan malam sekira-kira memberi bekas zikir itu di dalam hatinya.<sup>110</sup>

Pada tingkat yang keenam ini, *nafs* telah kembali dari perjalanan mencari *ma'rifat* yang tertinggi itu. Kalau pada tingkatan yang sebelumnya ia mengasingkan diri dari masyarakat ramai untuk ber-*'uzlah* dan ber-*khalwat* (masa penempatan diri), sekarang ia harus kembali lagi ke tengah kesibukan hidup kemasyarakatan untuk membimbing manusia ke jalan Allah; karena itu ia dikatakan memiliki alam *ajsam* lagi. Tetapi pada tingkat ini (karena sudah melewati *mujahadah* dan *riyadhah*) ia tidak lagi dikuasai oleh alam *ajsam*/alam benda dan segala tuntutan jasmani, karena kehidupan batinnya telah mantap dan tetap mengalir dalam kesadaran yang disebut *khafī* (rahasia hati yang lebih halus dan lebih dalam lagi dari *sirrus sirr*). Pada tingkat ini ia sudah mampu memandang keindahan Tuhan yang

---

<sup>110</sup> Al Palimbani, *Sayr al Salikin*..... h. 12.

mutlak itu melalui segala sesuatu, sehingga setiap saat ia berada dalam keheranan atau (ketakjuban).<sup>111</sup>

Ibnu ‘Arabi menunjukkan bahwa ini adalah tingkat pernikahan batiniah antara *nafs*/diri dan roh. Dalam bahasa Arab, *nafs*/diri adalah feminim dan roh adalah maskulin. Ia menuliskan bahwa pernikahan batiniah ini menghasilkan seorang anak, yang berada di dalam hati. Roh memberi ilham kepada diri untuk mengangkat dirinya sendiri, kemudian diikuti oleh hati. Pertempuran batiniah dan perasaan keserbaragaman telah tiada. Kita tidak lagi terpisah antara hasrat materi kita dan hasrat kita akan Tuhan. Pada tingkat ini, kita memperoleh kesatuan batiniah yang sejati dan utuh; kita merasakan dunia sebagai suatu kesatuan yang utuh. Kita menjadi manusia yang sejati. Pada tingkat ini, kita menyadari bahwa seluruh kekuatan untuk bertindak datang dari Tuhan, kita tidak melakukan sesuatu apa pun dengan sendirinya. Kita tidak lagi merasa takut terhadap segala sesuatu atau meminta sesuatu apa pun. Kita tidak lagi memiliki hasrat untuk berbicara dan berkomunikasi. Hiasan luar kita telah dibinasakan, namun hiasan dalam kita telah menjadi istana. Hati kita berada di dalam ekstase.<sup>112</sup>

Adapun nama Tuhan (*Asmaul Husna*) yang dihubungkan dengan *nafs* ini atau yang oleh Al Palimbani merupakan zikir yang harus dijadikan

---

<sup>111</sup> M. Chatib Quzwain, *Mengenal Allah*.....h. 66.

<sup>112</sup> Robert Frager, *Psikologi Sufi Untuk Transformasi*..... h. 124-125.

wirid setiap hari pada setiap keadaan (duduk, berdiri dan berbaring) yaitu: *Qayyum, Qayyum, Qayyum*. Perenungan dan penghayatan terhadap *ism* Allah ini seperti telah dijelaskan oleh Robert Frager,<sup>113</sup> *Qayyum* (Kekal) bermakna bahwa keberadaan Tuhan tidak bergantung pada segala sesuatu selain-Nya. Segala sesuatu di alam semesta ini, selain Tuhan, bergantung pada sesuatu atau seseorang di luar dirinya untuk mampu bertahan. Hanya Tuhan-lah yang kekal dan tidak membutuhkan sesuatu apa pun. Ketika alam semesta dijalani sebagai bukan sesuatu di luar Tuhan, maka seseorang telah mencapai tahapan yang semakin meninggi yaitu tingkat *nafs mardliyyah* atau *nafs* yang diridai Tuhan.

**g. *Nafs Kamilah (Nafs Suci)***

Martabat ke tujuh, yaitu tingkat yang tertinggi adalah *nafs kamilah*. Maka perjalanannya adalah *billah*, yakni dengan *kudrat* dan *iradat* Allah *Subhanahu wa Ta'ala* dan dengan *quwwah* dan *haul* (upaya) Allah *Subhanahu wa Ta'ala*. Dan alamnya itu adalah *Syuhudul katsrah fil wahdah* dan *syhudul wahdah fil katsrah*. Adapun makna *syuhudul katsrah fil wahdah* adalah memandang keberbilangan/segala makhluk di dalam keesaan/perintah Tuhan yang Esa, dan *syuhudul wahdah fil katsrah* bermakna memandangkeesaan dalam keberbilangan atau memandang akan Tuhan yang Esa yang mempunyai perintah di dalam makhluk ini di dalam sekalian alam ini. Tempat *nafs kamilah* ini di dalam *akhfa* (secara harfiah:

---

<sup>113</sup> *Ibid*, h. 89.

lebih tersembunyi). Dan adalah *syibhu akhfa* kepada *khafi* itu seperti *syibhu ruh* kepada *jisim*. Dan halnya itu ialah *baqa billah ta'ala*. Dan *warid*-nya yaitu segala *warid* yang disebut di dalam segala *nafs* yang tersebut dahulu itu, dan sifatnya adalah segala sifat kebajikan yang di dalam *nafs* yang tersebut dahulu itu. Dan *isim* yang dimiliki oleh orang yang mempunyai *nafs kamilah* itu yaitu *isim al Qahhar* yaitu membanyakkan menyebut: “*Ya Qahhar, Ya Qahhar, Ya Qahhar*”, di dalam siang hari dan malam dan di dalam tiap-tiap kelakuan/keadaan.<sup>114</sup>

*Nafs kamilah* ini adalah tingkat kesempurnaan tertinggi yang mungkin dicapai manusia. Orang yang sudah mencapai tingkat ini segala perbuatannya lahir dari kudrat dan Iradat Allah, dengan daya dan upayanya, Padanya terhimpun segala sifat kesempurnaan pada semua martabat *nafs* yang sebelumnya dan didalam hatinya mengalir segala *warid* yang pernah terlintas dalam hati mereka yang berada pada tingkatan *nafs* yang di bawahnya. Baginya Keesaan Mutlak itu adalah suatu Realitas yang dapat dipandang melalui fenomena alam yang serba berbilang sebagaimana halnya yang serba berbilang dapat dipandang melalui Keesaan yang Mutlak itu. Karena itu ia tidak lagi tergolong ke dalam salah satu tingkatan wujud seperti halnya masing-masing tingkatan *nafs* yang sebelumnya. *Nafs kamilah* disini mencerminkan Keesaan yang menampakkan diri dalam keberbilangan dan keberbilangan yang menampakkan Keesaan. Dengan

---

<sup>114</sup> Abd Al Shamad Al Palimbani, *Sayr al Salikin*..... h. 12.

kata lain orang yang sudah mencapai tingkat *nafs* yang ketujuh ini adalah manusia yang secara aktual merupakan menggunakan istilah Al Palimbani “kenyataan lahir Allah yang kemudian sekali”.<sup>115</sup>

Menurut Al Palimbani, *nafs kamilah* ini adalah martabat aulia Allah yang *kamil* (sempurna) lagi *mukammil* (menyempurnakan), yang *khawwash* (khusus) lagi *khawwashul khawwash* (khusus dari yang khusus), yang menurut dia sama dengan “martabat Insan *Kamil*”. Orang yang dipandanginya sebagai wali Allah yang *kamil mukammil* pada masanya ialah Syeikh Muhammad al Saman al Madani, yang disebutnya juga sebagai Kutub Rabbani dan Kutub Zaman. Dalam kitabnya *Sayr al-Salikin* beliau mengatakan bahwa beliau telah mengambil akan zikir dan segala asma yang tujuh ini daripada wali Allah yang *kamil* lagi *mukammil* Quthbuzzaman Syaikhuna Sayyidi Muhammad bin Syeikh Abdul Karim al-Samman.

Robert Frager menjelaskan, Segelintir orang yang mampu mencapai tingkat ini telah melampaui diri secara utuh. Tidak ada lagi ego ataupun diri. Yang tertinggal hanyalah kesatuan dengan Tuhan. Inilah kondisi yang dinamakan “*Muutu qabla an tamuutu* (mati sebelum mati).” Rumi menggambarkan Tuhan sebagai yang melarutkan keterpisahan kita ke dalam kesatuan:

---

<sup>115</sup> *Ibid.*

Pelarut gula, melarutkan diriku,  
 Jika kini waktunya  
 Lakukanlah lembut dengan sentuhan tangan, ataupun pandangan,  
 Setiap pagi aku menunggu fajar, ketika ia muncul sebelumnya  
 Atau lakukan segera bagaikan hukuman mati. Bagaimana lagi  
 aku dapat menyiapkan diri untuk sebuah kematian?  
 Kau bernapas tanpa raga bagaikan hembusan.  
 Kau meratap, dan aku mulai merasa ringan.  
 Kau menghalau diriku dengan tanganmu,  
 Namun halauan tersebut menarikku ke dalam.<sup>116</sup>

Selama jejak ego masih tersisa, maka anda tidak akan dapat mencapai tingkat ini. Anda harus mengeluarkan “diriku” dari diri anda sendiri; hingga yang tertinggal adalah Tuhan. Cinta terdalam, di dalam dirinya sendiri, bersifat tranformatif. Seorang guru menulis, “Kau boleh saja mencoba ratusan kali, tapi hanya cinta semata-mata yang akan membebaskanmu dari dirimu sendiri.” Mereka yang mencapai tingkat ini berada di dalam doa yang konstan. Karenanya, mereka tidak lagi memiliki kehendak. Anda seolah-olah diantarkan ke hadirat penguasa yang Maha Arif dan Maha Kuat. Pilihan terbaik adalah menyerahkan dirimu sepenuhnya kepada sang penguasa dan mengabdikan dirimu sepenuhnya kepada penguasa tersebut. Di dalam kehadiran dan kearifan tersebut, tidak lagi tersisa tempat untuk kehendakmu.

Rumi melukiskan kondisi ini sebagai berikut:  
 Jika kau dapat mengusir  
 Dirimu sekali saja  
 Yang maharahasiah  
 Akan terkuak bagimu,

---

<sup>116</sup> Robert Frager, *Psikologi Sufi Untuk Transformasi*..... h. 127-128.

Wajah sang misteri  
 Yang tersembunyi di balik alam semesta  
 Akan tampak pada cermin pemahamanmu.<sup>117</sup>

Adapun nama Tuhan (*Asmaul Husna*) yang dihubungkan dengan *nafs* ini, yang oleh Al Palimbani merupakan zikir yang harus dijadikan wirid setiap hari pada setiap keadaan (duduk, berdiri dan berbaring) pada *nafs kamilah* ini, yaitu: *Qahhar, Qahhar, Qahhar*. Robert Frager menjelaskan tentang penghayatan terhadap asma Tuhan pada tingkat *nafs* yang suci ini, sebagai berikut; *Qahhar* bermakna “Maha Kuat” atau “Maha Kuasa,” dan merujuk kepada kekuatan Tuhan yang tidak dapat dihentikan ataupun ditolak, yang seutuhnya melenyapkan seluruh hambatan.<sup>118</sup> Tidak ada yang dapat luput dari Tuhan, dan seluruh jutaan alam semesta bersujud di hadapan-Nya. Untuk mencapai tingkatan *nafs* yang *kamilah/suci*, seluruh perasaan akan “Aku” yang terpisah haruslah ditiadakan. Pencapaian akhir ini hanya dimungkinkan melalui kekuatan Tuhan yang tak terbatas.

Menurut penulis, *zkrullah* pada tingkat *nafs* ketujuh ini sebagai puncak tertinggi tingkatan *nafs* bukan sebagai obat atau terapi lagi, tapi sebagai wirid harian yang sudah menjadi kebiasaan bagi para sufi dimana mereka dalam setiap keadaan selalu berzikir, sebab *nafs* mereka telah bersih, suci (Robert Frager menamakan *nafs kamilah* ini sebagai *nafs* yang

---

<sup>117</sup> *Ibid.* h. 129.

<sup>118</sup> *Ibid.*, h. 90.

suci) dan telah mencapai puncak *ma'rifat* (kualitas yang tertinggi). Sebagaimana telah diketahui menurut Al Ghazali dan ulama sufi bahwa tingkat manusia ada tiga: awam, *khawwash* dan *khawashul khawwash*. Dalam *maqam* taubat juga terbagi tiga: a. taubat orang awam, yakni bertaubat dari maksiat *zahir*, b. taubat *khawas*, bertaubat dari maksiat *bathin* dan c. taubat orang *khawwashul khawwash* mereka bertaubat dari segala yang ter-*khatir* (terlintas) di dalam hatinya yang lain daripada Allah *Subhanahu wa Ta'ala*, karena ibadah mereka itu senantiasa hadir hati kepada Allah *Subhanahu wa Ta'ala* dan selalu mengekali/melazimi pada tiap-tiap waktu dan keadaan (tiap detik/setiap tarikan nafas) dengan *zikrullah* di dalam hati mereka dan senantiasa *syuhud* (memandang dalam hati) akan Allah *Subhanahu wa Ta'ala*. Mereka segera bertaubat jika satu detik saja mereka lalai/lupa dengan zikrullah.

Sebagaimana telah dikemukakan oleh Hamdani Bakran Az Zakiy, bahwa metode *tazkiyat al nafs* dalam metodologi tasawuf yang digunakan oleh ahli sufi dalam melakukan proses penyucian diri dan evolusi spiritual itu tidak hanya bertujuan memberikan penyembuhan dan perawatan, akan tetapi sampai kepada penemuan jati diri dan citra diri yang mulia dan suci. Jadi pencapaian pada tingkat yang ketujuh atau *nafs kamilah* ini pada metode al Palimbani ini adalah si murid telah menemukan jati diri dan citra diri yang mulia dan suci.

Dengan kata lain, metode *tazkiyat al nafs* menurut al Palimbani adalah sebuah metode penyucian dan transformasi jiwa melalui tujuh tingkatan/tahapan perkembangan *nafs* yang dilengkapi dengan perjalanan, alam, tempat, hal (keadaan), warid, dan sifat-sifat/karakter dari masing-masing tingkatan *nafs*. Dalam proses *tazkiyat al nafs* (penyucian jiwa) pada tahap/tingkat pertama, yaitu *nafs Ammarah*, *nafs* ini berada pada tingkat terendah karena masih berisi segala macam naluri, sifat egoistis, agresif, tirani, seperti: jahil, kikir, tama', takabbur, riya, ujub dsb. Perjalanan *nafs* masih cenderung kepada kejahatan. Proses selanjutnya *nafs Ammarah* ini kemudian harus ditransformasikan ke tingkat yang kedua, yaitu *nafs Al Lawwamah*, yaitu *nafs* penuh penyesalan, *nafs* ini sudah mengenal nilai-nilai moral ketuhanan, kebaikan dan mencela segala kejahatan/kebatilan, namun ia belum mampu sepenuhnya meninggalkan sebagian sifat-sifat ammarah seperti ujub, riya, *hubbul jah* dan sebagainya, namun tetap berusaha dengan *mujahadah* dan *riyadlah* untuk meninggalkannya dan meningkatkan *nafs*-nya ke tahap berikutnya yakni *nafs al mulhamah*. *Nafs Mulhamah*, yaitu *nafs* yang sudah mencapai tingkat *muqarrabin* yang memandang segala perbuatan sebagai *af'al Allah Subhanahu wa Ta'ala* sehingga ia berlapang dada menerima segala perlakuan orang lain pada dirinya dan memaafkan kesalahan makhluk, *nafs* terus ditransformasikan ke tingkat *muthmainnah*, yakni *nafs* yang sudah mencapai tingkat *ma'rifat* yang memakai perilaku Nabi Muhammad *shallallahu 'alaihi wassalam*, seperti pemurah, halim/peramah,

tawakkal, gemar ibadah, sabar, syukur, rida dan akhlak mulia lainnya. *nafs* terus ditransformasikan ke tingkat yang kelima yaitu *nafs radiyah*, *nafs* yang mencapai tingkat kejiwaan tauhid *Shiddiqin* (fana dalam tauhid) yang memandang Tuhan secara langsung tanpa af'al, asma dan sifat-sifat-Nya. *nafs* ini merasa puas terhadap segala kesulitan dan ujian hidup, sabar, syukur, kasih sayang pada makhluk dan Khalik terus meningkat. *nafs* terus menuju ketahap *nafs mardliyyah*, *nafs* yang diridai. Padahal *nafs* sudah mencapai puncak *ma'rifat*, namun dalam pandangan Al Palimbani untuk mencapai kesempurnaan *nafs* harus kembali kepada alam ajsam (makhluk) untuk memberi bimbingan dan mengajak manusia ke jalan Allah. Pada tingkat mardliyyah ini *nafs* telah kembali dari perjalanan mencari *ma'rifat* yang tertinggi dengan kualitas pribadi yang mantap (*khawashul khawwash*) untuk kemudian turun berada ditengah kesibukan kehidupan sosial/kemasyarakatan untuk membimbing mereka ke jalan Allah. *nafs* terus meningkat menuju kesempurnaan yaitu *nafs kamilah* (*nafs* yang suci), yang pandangan batinnya “*syuhudul katsrah fil wahdah* dan *syuhudul wahdah fil katsrah*”. Sifatnya segala sifat kebajikan, padanya terhimpun segala sifat kesempurnaan pada semua martabat *nafs* dan lintasan batinnya mengalir segala warid yang berada pada martabat *nafs* sebelumnya. Inilah maqam *nafs* para wali Allah yang tertinggi yang *kamil mukammil* yang selalu ada pada setiap zaman yang disebut “*quthubuz-zaman*” atau “*quthubur-rabbani*”.

