

BAB III

PAPARAN dan PEMBAHASAN DATA PENELITIAN

A. Paparan Data

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

a. Lokasi dan Luas Kelurahan

Lokasi dalam penelitian ini adalah kelurahan Pemurus Baru kecamatan Banjarmasin Selatan kota Banjarmasin, keadaan alamnya termasuk daerah tropis dengan luas wilayah 170 Ha, dengan dataran tanah dan sebagian besar merupakan wilayah perumahan. Batas wilayah kelurahan Pemurus Baru adalah:

Sebelah Utara berbatasan dengan Kelurahan Pemurus Luar dan

Karang Mekar

Sebelah Selatan berbatasan dengan Kelurahan Tanjung Pagar

Sebelah Barat berbatasan dengan Kelurahan Pemurus Dalam

Sebelah Timur berbatasan dengan Kelurahan Pekapuran Raya.⁷⁵

b. Keadaan Penduduk

Berdasarkan hasil sensus penduduk akhir tahun 2016, jumlah penduduk Kelurahan Pemurus Baru Kecamatan Banjarmasin Selatan seluruhnya berjumlah 15.456 jiwa dengan jumlah Kepala Keluarga 4.896. Kelurahan

⁷⁵Data ini diambil dari dokumentasi Profil Kelurahan Pemurus Baru Kecamatan Banjarmasin Selatan tahun 2018-2019, 8.

Pemurus Baru terdiri dari 2 Rukun Warga (RW) dan 35 Rukun Tetangga (RT). Dalam perincian jumlah penduduk berdasarkan jenis kelamin, lihat pada tabel berikut ini:

TABEL 1

Jumlah penduduk kelurahan Pemurus Baru menurut jenis kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Ket
1	Laki-laki	7.878	Jiwa
2	Perempuan	7.578	Jiwa

Sumber data: Sekteriat Kantor Kelurahan Pemurus Baru 2018-2019

c. Pendidikan dan Sarana Pendidikan

Pendidikan penduduk kelurahan Pemurus Baru yang tersebar ada tidak tamat Sekolah Dasar (SD), tamatan Sekolah Dasar (SD) atau sederajat, disusul SLTP atau sederajat kemudian tamat SLTA/SMA atau sederajat dan terdapat pula orang yang tamat perguruan tinggi.⁷⁶

Lebih jelasnya, tingkat pendidikan penduduk ini berdasarkan orangnya dapat dilihat dalam table berikut:

⁷⁶Data ini diambil dari dokumentasi Profil Kelurahan Pemurus Baru Kecamatan Banjarmasin Selatan tahun 2018-2019, 17.

TABEL 2
Jumlah penduduk berdasarkan tingkat pendidikan.

NO	JENIS SEKOLAH	JUMLAH
1	Tidak Tamat SD	3.325
2	Tamat SD	2.916
3	Tamat SLTP/Sederajat	2.198
4	Tamat SLTA/Sederajat	3.675
5	Tamat Akademi	241
6	Tamat S1	1.155
7	Tamat S2 Keatas	152
Jumlah		13.662

Sumber data: Sekteriat Kantor Kelurahan Pemurus Baru 2018-2019

Berdasarkan data yang diperoleh, diketahui bahwa sarana pendidikan di Pemurus Baru cukup banyak, bahkan tergolong lengkap dari Taman Kanak-kanak (TK) sampai SMA/ sederajat yang terdiri 7 Taman Kanak-kanak (TK), 5 buah Sekolah Dasar (SD), 1 buah Madrasah Ibtidaiyah, 2 buah Sekolah Menengah Pertama (SMP), 2 buah Madrasah Tsnawiyah (MTS), 1 buah Madrasah Aliyah (MA).

d. Mata Pencaharian

Adapun mata pencaharian penduduk Kelurahan Pemurus Baru sangat beragam yaitu buruh, wirswasta atau jasa, Pegawai, TNI, pedagang dan lain-lain.

e. Agama dan Sarana Ibadah atau Keadaan Keagamaan

Penduduk Pemurus Baru yang berjumlah 15.456 jiwa terdiri dari laki-laki dan perempuan, memeluk agama berbeda-beda, tapi mayoritas dari penduduk Pemurus Baru adalah memeluk agama Islam, dikarenakan kehidupan beragama mereka cukup kuat, hal ini dapat diukur dari saran ibadah, pendidikan agama dan organisasi-organisasi sosial keagamaan seperti kelompok maulid habsyi, yasinan, arisan perempuan dan kegiatan lainnya yang bersifat keagamaan,⁷⁷ untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

TABEL 3
Jumlah penganut agama atau kepercayaan di Kelurahan Pemurus Baru

No	Agama/Keercayaan		Jumlah	Ket
1	Islam		14.452	Jiwa

⁷⁷Data ini diambil dari dokumentasi Profil Kelurahan Pemurus Baru Kecamatan Banjarmasin Selatan tahun 2018-2019, 10.

2	Kristen Protestan	298	Jiwa
3	Kristen Katholik	240	Jiwa
4	Hindu	1	Jiwa
5	Buddha	159	Jiwa
6	Konghucu	0	Jiwa

Sumber data: Sekteriat Kantor Kelurahan Pemurus Baru 2018-2019

2. Praktik Kontemplasi dalam Ajaran Guru Yadi

Sejarah berdirinya Praktik Kontemplasi Ajarkan Guru Yadi Prona II Kelurahan Pemurus Baru Kecamatan Banjarmasin Selatan Kota Banjarmasin, peneliti paparkan disini, namun sejarah pengajian ini secara singkat. Praktik Kontemplasi Ajarkan Guru Yadi di Prona II Kelurahan Pemurus Baru Kecamatan Banjarmasin Selatan Kota Banjarmasin ini berdiri pada 25 Januari tahun 2014, sudah berdiri sekitar 5 tahun.

Asal mula sejarah berdirinya Praktik Kontemplasi Ajarkan Guru Yadi di Prona II Kelurahan Pemurus Baru Kecamatan Banjarmasin Selatan Kota Banjarmasin ini adalah hanya perkumpulan biasa, perkumpulan guru Yadi bersama teman-teman seperguruan beliau, kemudian seiring berjalannya waktu, perkumpulan itu dijadikan pengajian kecil, sebelum beliau mendirikan pengajian ini, guru Yadi pun meminta izin terlebih dahulu kepada guru beliau yaitu guru Kasful Anwar al-Farisi (Barabai) dan beliau

pun telah diberi izin untuk mendirikan pengajian dan juga praktik spiritual, tidak lama setelah itu guru Kasful Anwar al-Farisi (Barabai) meninggal dunia.⁷⁸

Pada masa awal praktik kontemplasi ajaran guru Yadi, peserta yang mengikuti hanya berjumlah tiga orang. Peserta tersebut semuanya itu laki-laki antara lain, Husni, Rabi dan Anui.⁷⁹ Berbagai macam hambatan dan halangan dalam pengajian ajaran guru Yadi tersebut juga sering terjadi, hal ini dikarenakan pada masa awal-awal praktik ajaran guru Yadi kurang mendapat simpati masyarakat setempat dan dibilang sebahagian orang meajarkan ajaran sesat dan guru Yadi dikatakan sebagai seorang dukun, anggapan ini terjadi karena saat pelaksanaan pengajiannya lampu dimatikan, adanya praktik yang dianggap aneh dari masyarakat, pengajiannya sampai tengah malam dan guru Yadi bisa mengobati orang misalnya kerasukan, bisa memandikan orang sakit dan lain-lain.⁸⁰

Setelah berjalan beberapa tahun, praktik kontemplasi ajaran guru Yadi tersebut mulai banyak diikuti dan diminati oleh orang-orang dan masyarakat setempat. Pengikutnya sedikit demi sedikit bertambah hingga sekarang

jumlahnya mencapai empat puluh orang laki-laki dan mayoritas dari mereka adalah orang dewasa, meskipun para jama'ah bertambah,

⁷⁸Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 10 Agustus 2018.

⁷⁹Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 10 Agustus 2018.

⁸⁰Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 10 Agustus 2018.

praktik kontemplasi ajaran guru Yadi tidak memiliki struktur kepengurusan, tetapi semua murid sudah menjadi pengurus dalam pengajian tersebut.⁸¹

Dilihat dari sarana dan prasarana tempat pengajian ini mengalami perkembangan yang baik, hal ini dapat dilihat dari tempat pengajian. Awalnya hanya bertempat di rumah guru Yadi kemudian beliau membangun sebuah tempat apung didekat rumah beliau disanalah pengajian dilaksanakan. Beberapa tahun kemudian, guru Yadi mengadakan pembacaan Manaqib Saydah Khodijah diadakan pada satu minggu sekali yaitu dibacakan pada sabtu malam.⁸²

Praktik kontemplasi ajaran guru Yadi di Prona II Kelurahan Pemurus Baru Kecamatan Banjarmasin Selatan Kota Banjarmasin ini memiliki fasilitas yaitu berupa tempat khusus untuk melaksanakan praktik kontemplasi seperti tabala.

a. Profil Guru Yadi

Guru Yadi, nama Yadi ini sebenarnya nama panggilan, nama beliau sebenarnya adalah Muhammad Hariadi, beliau dilahirkan pada tanggal 25 Mei 1981 di Banjarmasin. Lahir dari pasangan Bahtiar dan Hj. Masuah anak ke empat dari delapan bersaudara. Nama istri beliau adalah Samiah dan mempunyai anak sebanyak tiga orang bernama Ani, Rusdi dan Arif.

⁸¹Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 10 Agustus 2018.

⁸²Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 10 Agustus 2018.

Guru Yadi menempuh pendidikan formal dan non formal. Pendidikan formal yang ditempuh Beliau mulai Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan sampai Sekolah Menengah Atas (SMA), tetapi ketika sekolah menengah atas beliau tidak sampai lulus tapi sampai naik kelas dua saja dan beliau berhenti sekolah, ketika umur guru Yadi menginjak ke 24 tahun, beliau menempuh pendidikan non formal. Pendidikan non formal yang beliau tempuh ialah menuntut ilmu agama kepada beberapa guru, tetapi hanya kepada guru Kasful Anwar al-Farisi lah guru Yadi tekun menuntut ilmu agama. Guru Kasful Anwar al-Farisi ini berasal dari Barabai dan beliau sudah meninggal sekitar 4 tahun yang lalu.

Guru Yadi belajar ilmu agama dengan guru Kasful Anwar al-Farisi selama 10 tahun. Ilmu yang beliau pelajari dengan guru Kasful Anwar al-Farisi ialah ilmu tasawuf dan tareqat, aliran tareqat yang beliau disini ialah tareqat Naqsyabandiyah dan beliau juga telah berbaiat kepada guru Kasful Anwar al-Farisi.⁸³

b. Profil Pengajian guru Yadi

b.1. Tempat dan Waktu Pengajian

Praktik kontemplasi ajaran guru Yadi di Prona II ini dilaksanakan dirumah guru Yadi yang beralamat di Jl. Prona II Kelurahan Pemurus

⁸³Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 10 Agustus 2018.

Baru Kecamatan Banjarmasin Selatan Kota Banjarmasin. Bagi para murid yang ingin mengunjungi tempat pelaksanaan pengajian ini tidak sulit dan letaknya strategis.

Praktik kontemplasi ajaran guru Yadi di Prona II berlangsung setiap malam, setiap malam dilaksanakan praktik, mudzkaroh, dzikir dan satu minggu sekali pembacaan Manaqib Siti Khodizah yaitu pada Sabtu malam, di rumah guru Yadi, berlangsung dari jam 20.00-01.00 WITA, Pelaksanaan dilakukan pada malam hari, karena pada malam hari yaitu suananya yang hening, yakni setelah shalat Isya sampai di sepertiga malam dan para murid diperkirakan lebih besar peluangnya untuk hadir, karena siang hari mereka sibuk dengan pekerjaannya masing-masing.⁸⁴

b.2. Tujuan Pengajian

Tujuan mengikuti pengajian tasawuf praktik kontemplasi guru Yadi ini banyak sekali, diantaranya:

- a) Ingin mendekatkan diri kepada Allah swt

Menurut guru Yadi, banyak jalan atau cara mendekatkan diri kepada Sang Khaliq, salah satunya dengan jalan mempelajari ilmu tasawuf, dalam ilmu tasawuf banyak diajarkan bagaimana jalan mendekatkan diri kepada Sang Khaliq. Adapun cara-cara yang

⁸⁴Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 10 Agustus 2018.

dapat mendekatkan diri kepada Allah swt yaitu dengan berdzikir, bermuhasabah, bertafakkur dan lain sebagainya.

b) Memperbaiki diri menjadi yang lebih baik

Manusia memiliki perangai ada yang baik dan ada yang buruk, bisa dilihat dari segi dzohir maupun batin, setiap manusia pasti ingin memiliki perangai yang baik dan tidak ingin memiliki perangai yang buruk. Dalam ajaran ilmu tasawuf telah dibahas tentang bagaimana cara menjadikan perangai yang buruk menjadi baik dan perangai yang sudah baik ingin menjadikan perangai yang lebih baik lagi.

Menurut tutur kata guru Yadi, apabila seseorang itu bertasawuf maka ia akan selalu memperbaiki dirinya ingin menjadi yang lebih baik lagi dan juga akan menjaga hubungan baik dengan Tuhannya, antar sesama manusia dan alam.

c) Mencari hakikat tujuan hidup

Allah menciptakan semua isi dunia ini pasti memiliki tujuan termasuk menciptakan manusia, ketika manusia dilahirkan dimuka bumi ini sepanjang perjalanan hidup dan kehidupan adalah untuk beribadah kepada Allah swt.

Menurut guru Yadi hakikat tujuan hidup manusia adalah menjadi ‘Abdullah atau hamba Allah swt. Apabila seseorang telah

sadar akan hakikat tujuan hidup menjadi seorang hamba Allah swt, ia pasti akan mengabdikan dirinya hanya untuk Allah swt semata.⁸⁵

d) Mencari Ketenangan dalam kehidupan⁸⁶

Rasa gelisah dalam hidup itu pasti kebanyakan orang bisa merasakan baik itu gelisah pemikiran ataupun hati, timbulnya rasa gelisah itu akibat perbuatan negatif yang pernah dilakukan misalnya pergaulan bebas, mencuri, korupsi dan lain-lain, maka dari itu ingin mencari ketenangan dalam hidup. Ketenangan adalah sebuah rasa dimana seseorang itu merasa aman, nyaman dan tentram.

Menurut informan, ketika ia masih melakukan perbuatan yang terlarang misalnya mengosumsi obat terlarang setelah mengosumsi obat terlarang tersebut ia merasa dihantui rasa gelisah dan jenuh, maka dari itu ia berpikir mencari ketenangan yang hakiki, dengan mengikuti pengajian guru Yadi, telah menemukan ketenangan dan kedamaian.⁸⁷

e) Ingin mendapatkan Ridho Allah swt⁸⁸

Dalam kehidupan di dunia ini apa yang kita lakukan baik itu urusan dunia misalnya bekerja, menuntut ilmu dunia dan untuk urusan akhirat misalnya beribadah, menuntut ilmu agama, sedekah

⁸⁵Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 10 Agustus 2018.

⁸⁶Dayat, Murid, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 11 Agustus 2018.

⁸⁷Madi, Murid, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 11 Agustus 2018.

⁸⁸Dayat, Murid, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 11 Agustus 2018.

dan lain-lain, yang kita harapkan dari apa yang dilakukan semua itu hanyalah untuk mengharapkan ridho dariNya.

b.3. Metode dan Kitab yang digunakan

a) Metode Pengembangan

Metode yang digunakan dalam pengembangan pengajian guru Yadi ada tiga metode yaitu: metode mudzakaroh, tanya jawab dan praktik.

Metode mudzakaroh yaitu metode duduk berkumpul guru dan murid dan membicarakan masalah tasawuf.

Metode tanya jawab yaitu metode dimana semua murid boleh bertanya kepada guru kemudian dijawab oleh guru Yadi dan apabila murid yang lain bisa menjawab juga pertanyaan tersebut boleh juga murid yang lain menjawab pertanyaan dari sesama murid.

Metode praktik yaitu metode pengamalan ilmu yang telah diajarkan oleh guru Yadi. Adapun praktik yang diajarkan oleh guru Yadi ada beberapa yaitu: dzikir, masuk dalam peti atau *tabala* dan duduk tafakkur.⁸⁹

b) Kitab

⁸⁹Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 10 Agustus 2018.

Kitab yang digunakan dalam pengajian guru Yadi di jalan Prona II yaitu kitab *Manaqib Siti Khodijah*.

b.4. Peserta Pengajian

Peserta yang dimaksud dalam penelitian ini ialah murid atau pengikut ajaran guru Yadi yang bertempat kediaman guru Yadi di Prona II Kelurahan Pemurus Baru Kecamatan Banjarmasin Selatan Kota Banjarmasin. Peserta praktik kontemplasi ajaran guru Yadi terbagi dua macam yaitu:

a) Peserta di baiat

Maksud dari peserta yang dibaiat disini ialah peserta yang telah sah menjadi murid atau anggota yang mengikuti Pengajian dan Praktik kontemplasi ajaran guru Yadi.

Murid atau peserta yang dibaiat itu dilihat dari keseriusannya, seperti dalam kehadirannya, paham dalam apa yang telah disampaikan, ikut melaksanakan amalan-amalan praktik kontemplasi dan dzikir.⁹⁰

Adapun cara baiat dalam pengajian guru Yadi yaitu pertamanya harus memakai pakaian serba putih, sorban putih, memakai alas duduk kain putih, pakai wangi-wangian atau parfum dan

⁹⁰Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 10 Agustus 2018.

menyediakan lakatan beserta intinya, setelah itu baru melakukan baiat, sebelum mulai berbaiat harus dalam keadaan suci atau dalam berwudhu, kemudian setelah itu duduk didepan guru yang mana didepan guru itu terdapat alas duduk yang berwarna putih, kemudian duduk dikain tersebut dan duduknya itu duduk iftirasy atau duduk antara dua sujud, setelah itu mulailah pembaiatan.

Pertama-tama ketika mulai baiat tangan guru dan murid saling berjabat, setelah itu guru dan murid membaca istighfar atau sayyidul itighfar sebanyak 7 kali, membaca tawassul kepada Nabi Muhammad saw, keluarga nabi Muhammad saw, sahabat-sahabat nabi Muhammad saw, para wali-wali dan para guru-guru, membaca surah al-Fatihah, membaca surah al-Ikhlash, membaca shalawat dan setelah itu guru membaca syahadat kepada Allah dan murid yang berbaiat membaca syahadat kepada Rasulullah saw.

b) Peserta tidak di baiat

Maksud dari peserta tidak dibaiat disini ialah peserta yang tidak serius dalam mengikuti pengajian. Peserta yang hanya mengikuti pengajian begitu saja, jarang berhadir, tidak ikut melaksanakan praktik kontemplasi, dzikir dan lain-lain, tetapi peserta yang tidak dibaiat juga boleh melaksanakan praktik kontemplasi.

Menurut informasi yang didapat, jumlah peserta atau murid yang aktif mengikuti praktik kontemplasi ajaran guru Yadi di jalan Prona II Kelurahan Pemurus Baru berjumlah empat puluh orang terdiri dari laki-laki, mereka yang berjumlah empat puluh orang tersebut adalah mereka ada yang dibaiat dan tidak dibaiat, jumlah murid yang dibaiat tiga puluh lima orang dan tidak dibaiat berjumlah lima orang.

Dilihat dari segi umur, mayoritas dari mereka yang aktif berhadir adalah orang dewasa, amun ada juga sebagian kecil dari mereka yang hadir orang tua yang telah lanjut usia. Rata-rata umur mereka dimulai dari dua puluh lima tahun sampai lima puluh tahun.

Peserta yang hadir dalam praktik kontemplasi ajaran guru Yadi di Prona II berasal dari berbagai macam daerah, ada juga yang berasal dari penduduk asli Jl. Prona, ada juga disekitaran kota Banjarmasin bahkan luar daerah kota Banjarmasin misalnya Gambut, Martapura, Barabai, Tanjung, Batulicin, Pelaihari. Peserta yang aktif berhadir pada praktik kontemplasi ajaran guru Yadi adalah mereka yang berdomisili di kota Banjarmasin, sedangkan dari luar kota Banjarmasin itu jarang berhadir paling cepat dua minggu sekali dan satu bulan sekali berhadir.

Pendidikan para peserta pengajian, ada yang berpendidikan SD/MI, SMP/Tsanawiyah, SMA/MA, Pondok Pesantren dan Sarjana, namun pendidikan yang dominan adalah SD/MI dan SMP/Tsanawiyah, selebihnya ada beberapa orang yang lulusan SMA/MA, Pondok

Pesantren dan Sarjana. Profesi peserta pengajian pun bermacam-macam, ada diantara mereka berprofesi sebagai buruh bangunan, pedagang, guru, perawat, pegawai dan lain-lain.

Para peserta pengajian praktik kontemplasi ajaran guru Yadi ini banyak diantara mereka yang memiliki masa lalu kelam misalnya terjerumus ke pergaulan bebas seperti mengosumsi minuman keras, pecandu obat-obatan terlarang, pecandu narkoba, suka berzina, perampok dan lain-lain, namun ada juga sebagian diantara mereka bisa dikatakan dari kalangan orang yang baik, setelah mengikuti pengajian dan amalan yang diajarkan guru Yadi sedikit demi sedikit perilaku yang negatif itu berkurang dan sembuh dari pergaulan bebas.

Menurut salah satu informan pecandu narkoba, ketika iya mengikuti pengajian guru Yadi, sedikit demi sedikit berkurang dan bisa lepas dari obat-obatan terlarang.

Menurut hasil wawancara, pada dasarnya tidak ada persyaratan khusus atau tertentu yang harus dipenuhi untuk menjadi anggota atau menjadi pengikut praktik kontemplasi ajaran guru Yadi ini, artinya siapapun boleh masuk menjadi murid, kecuali ada persyaratan umum yang sebenarnya tidak perlu mengikat, diantara persyaratan umum tersebut yaitu:

- a) Baligh atau Dewasa

Para peserta yang mengikuti praktik kontemplasi ajaran guru Yadi itu mereka sudah baligh, dewasa dan berusia lanjut, dimulai dari usia dua puluh tahun dan usia lanjut yaitu lima puluh tahun, meskipun mayoritas para peserta adalah yang dewasa dan hanya beberapa orang saja yang lanjut usia.

Pertimbangannya, karena ilmu yang diajarkan bukanlah ilmu pada umumnya seperti Fiqih dan Tauhi, tetapi ini ilmu Tasawwuf Sir, dimana dalam ilmu ini mempelajari lebih dalam lagi tentang Ma'rifatullah, Nur Muhammad, praktik kontemplasi dan dzikir-dzikir. Seseorang yang sudah baligh atau dewasa, mereka telah sanggup akan mempelajari ilmu Tasawwuf Sir ini dan mereka bisa menerima dan memahami apa-apa yang telah disampaikan serta memerlukan keistiqomahan dan niat yang benar.

b) Sebelum di Baiat

Sebelum di Baiat, guru Yadi menganjurkan kepada para peserta yang ingin berbaiat terlebih dahulu harus meminta restu kepada orang tuanya (masih ada) untuk meminta ridho orang tua, berkat ridho orang tua supaya dapat memahami ilmu agama dengan mudah kemudian setelah itu dianjurkan untuk bertobat, membaca istighfar dan sholawat.

c) Kemauan Sendiri

Para murid atau peserta praktik kontemplasi ajaran guru Yadi ini tidak ada unsur paksaan, tetapi dari kemauan sendiri. Apabila ingin menjadi murid beliau, jika memang sudah yakin untuk dibaiat bisa saja langsung minta baiat dengan guru Yadi sendiri.⁹¹

c. Praktik Kontemplasi Ajaran Guru Yadi

Praktik kontemplasi yang diajarkan guru Yadi kepada para murid-murid beliau ada beberapa macam yaitu:

c.1. Praktik duduk tafakur

Praktik duduk tafakur maksudnya adalah duduk untuk memikirkan tentang diri, ciptaan, kebesaran, kekuatan dan keperkasaan Allah swt, janganlah bertafakur tentang asma, sifat, wujud, serta dzat Allah swt, karena akal manusia tidak sanggup atau tidak mampu memahami dzat atau wujud Allah swt. Dzat atau wujud Allah swt mustahil dilihat dengan mata lahiriah, sebagaimana manusia tidak mungkin sanggup melihat matahari secara langsung. Adapun dengan keadaan seseorang yang mampu melihat matahari sepintas saja, tetapi jika ia sedikit agak lama melihat matahari secara langsung, maka ia akan menjadi buta, demikian pula dengan melihat wujud Allah dapat menyebabkan kebutaan dan menimbulkan kegoncangan serta kebingungan jiwa yang

⁹¹Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 10 Agustus 2018.

luar biasa, oleh karena itu, bertafakur wujud Allah dilarang bagi manusia.

Menurut guru Yadi, tafakur adalah merenungkan, memikirkan dan memahami tentang ciptaan dan kebesaran Allah serta memikirkan tentang asal kejadian diri sendiri. Praktik duduk tafakur ini adalah metode pembersihan otak dari pemikiran yang negatif dan merubah pemikiran untuk hal-hal yang positif, dengan berpikir yang positif hidup akan tenang dan optimis. Menurut guru Yadi, dalam mengamalkan praktik duduk tafakur yaitu salah satu jalan untuk selalu ingat Allah swt dan jalan untuk mencapai ma'rifat, karena dengan jalan tafakur memudahkan untuk mencapai ma'rifat dan menimbulkan rasa mahabbah, qona'ah dan zuhud.⁹²

Seseorang yang cinta kepada Allah, pandangan dan pemikirannya hanya tertuju kepada Allah, jika tafakurnya itu selalu berkisar berada disekitar keinginan, harapan serta upaya memperoleh balasan cinta Allah, maka sudah memenuhi apa yang harus dilakukan oleh orang yang sedang dimabuk cinta.

Adapun cara untuk melakukan duduk tafakur, ketika melakukan duduk tafakur harus dalam keadaan suci baik suci dari hadas kecil ataupun besar, kalo sedang berhadas kecil maka terlebih dahulu harus

⁹²Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 15 Agustus 2018.

melakukan wudhu. Saat melakukan duduk tafakur harus dalam keadaan tenang, diam, bukan berarti diam membisu dan mematung. Secara fisik memang demikian, tapi dalam ruhani harus ramai, harus bergemuruh ramai dalam diam, bergemuruh dalam kesunyian tapi yang ramai ialah suara hati.⁹³

Bentuk aturan posisi untuk melakukan duduk tafakur yaitu dengan dalam keadaan diam dan tenang dengan posisi duduk tegak dan bersila, tangan diletakkan diatas paha, ketupkan kedua bibir, pejamkan kedua pandangan mata, tutuplah kedua pendengaran telinga, letakkan lidah keatas langit-langit membentuk seperti huruf Alif tegak berdiri, matikanlah semua yang ada didalam diri yang hidup hanyalah Allah serta mengatur pernapasan sedemikian halus, rupa dan keluar masuknya nafas tidak boleh tersedak-sedak serta memfokuskan pikiran dan hati agar tidak memikirkan dalam masalah duniawi dulu baik itu urusan pribadi, pekerjaan, keluarga dan sebagainya, tapi hanya kepada Allah swt saja. Saat melakukan duduk tafakur agar hati dan pikiran tidak melayang ke mana-mana, maka harus diisi dengan dzikir. Dzikir yg dibaca harus selaras antara hati dan pikiran artinya dzikir yg dibaca bisa didengar sendiri serta dibaca terus menerus, diresapi dan dijaga sedemikian rupa agar hati dan pikiran tidak melayang kemana-mana,

⁹³Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 15 Agustus 2018.

kalau pikiran keluar jalur maka harus dikembalikan ke jalur hati, sehingga terjaga terus.

Adapun bacaan yang dianjurkan oleh guru Yadi ketika melaksanakan duduk tafakur yaitu membaca istighfar sebanyak 70 atau 100 kali, syahadat 1 kali, bertawasul kepada nabi Muhammad saw, bertawasul kepada sahabat-sahabat nabi Muhammad saw, bertawasul kepada wali-wali, bertawasul kepada guru-guru, membaca surah al-Ikhlash 11 kali, membaca tasbeih 33 kali, tahmid 33 kali, takbir 33 kali, membaca tahlil 100 kali dan membaca sholawat 100 kali.⁹⁴

Waktu untuk bertafakur sebenarnya tidak ada aturan, bisa siang, sore, pagi atau malam, tetapi yang paling baik dilakukan pada tengah malam ketika orang-orang sudah terlelap sehingga memperoleh suana tenang dan sunyi di malam hari. Guru Yadi menganjurkan untuk melakukan praktik duduk tafakur minimal 30 menit ini ditempat guru Yadi, beliau juga menganjurkan setiap habis sholat fardu melakukan duduk tafakur minimal selama 10 menit dengan bacaan tidak banyak yaitu dengan membaca istighfar, syahadat, bertawasul kepada nabi Muhammad saw, bertawasul kepada sahabat-sahabat nabi Muhammad saw, bertawasul kepada wali-wali, bertawasul kepada guru-guru

⁹⁴Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 15 Agustus 2018.

sedangkan cara duduknya sama saja dan juga dianjurkan untuk menghadap kiblat.⁹⁵

Menurut paparan guru Yadi, duduk tafakur yang diajarkan beliau ada dua yaitu tafakur tentang ciptaan Allah swt dan tafakur tentang diri.⁹⁶ Tafakur tentang ciptaan dan keagungan Allah swt yaitu bertafakur tentang ayat-ayat atau tanda-tanda kekuasaan Allah dengan menciptakan alam dunia serta alam akhirat. Bertafakur tentang alam dunia ini misalnya kita bertafakur tentang apa yang ada di bumi dan di langit, karena bumi merupakan tempat tinggal atau tempat kehidupan bagi semua makhluk, di bumi terdapat kehidupan di darat dan di air. Kehidupan di darat terdapat manusia, hewan, tumbuhan-tumbuhan dan gunung-gunung dan lain-lain. Allah swt menciptakan bumi ini sedemikian elok, indah sehingga kokoh dan tidak berguncangan, karena Dia memberikan penyanggah berupa gunung-gunung, kemudian tafakurilah tentang bumi ini, suatu saat nanti bagian-bagian tertentu planet bumi ini mati, gersang, kering tanpa tumbuhan, namun ketika hujan turun maka tiba-tiba bumi menjadi subur serta menumbuhkan tetumbuhan, rerumputan dan dengannya berbagai jenis binatang dapat mempertahankan dan melangsungkan hidup. Allah menciptakan dan menjadikan bebatuan, tanah kering, makhluk-makhluk serta Allah

⁹⁵Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 15 Agustus 2018.

⁹⁶Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 15 Agustus 2018.

pulalah yang menumbuhkan tetumbuhan dan pepohonan yang pada gilirannya bisa menghasilkan berbagai buah-buahan.

Kehidupan di air itu terdapat laut-laut, danau-danau, sungai-sungai dan lainnya, kemudian coba tafakurkan tentang lautan dimana tak dapat diukur dan sangat luas, di lautan yang sangat luas itu terdapat binatang-binatang air, tumbuhan-tumbuhan air dan lain sebagainya, bahkan di laut juga terdapat ada air masin dan air tawar tidak dapat menyatu meskipun dalam satu laut.

Pandanglah serta tafakurkanlah hasil ciptaan-Nya yang begitu menakjubkan, sehingga dari sini dapat membayangkan betapa Allah swt memiliki kekuasaan, kekuatan dan kecermatan yang tiada tara-nya dengan menciptakan langit yang terbentang luas tanpa penyanggah atau tiang tapi tetap berdiri kokoh dan juga terdapat matahari, bulan, bintang-bintang dan lain sebagainya. Tafakurkanlah tentang matahari, yang berputar pada sumbunya selama satu tahun, setiap hari ia terbit di timur dan tenggelam di barat, seandainya ia tidak terbit dan tenggelam, maka tidak akan ada siang dan malam waktu pun tidak akan diketahui itulah yang akan terjadi setiap hari, setiap siang atau setiap malam, dikarenakan oleh perputaran itu, maka terjadilah musim dingin, musim panas dan lain-lain, kekuatan matahari dapat memperkirakan betapa dahsyatnya kekuatan dari cahayanya yang sangat terang dan panas yang sampai di permukaan bumi, jika dipermukaan bumi sudah terang dan

panas seperti ini apalagi ditempatnya, tak terbayangkan panas dan terangnya matahari, dengan demikian dapat dipahami bahwa kebesaran dan keagungan Allah swt betapa kuasa dan agungnya penciptaan bumi dan langit yang sangat menakjubkan ini.

Alam akhirat dan alam gaib juga dapat ditafakurkan, meskipun alam akhirat dan alam gaib tidak bisa dilihat dengan mata lahiriah, hal-hal yang tidak dapat kita lihat dengan mata lahiriah, seperti malaikat, jin, setan, Arsy, Kursi (Singgasana Ilahi), surga, neraka dan sebagainya, boleh juga dijadikan sebagai obyek untuk bertafakur.

Kita dapat memperkirakan betapa dahsyat kekuatan matahari dari cahayanya yang sangat terang yang sampai di permukaan bumi. Kalau di permukaan bumi saja sudah demikian panas dan terang, betapa tak ter-bayangkan panas dan terangnya matahari di tempatnya. Demikian pula, kita dapat memahami kebesaran dan keagungan Allah swt dari betapa hebat dan besarnya penciptaan langit dan bumi yang sangat menakjubkan dan apa-apa yang terdapat di antara kedua benda langit ini.

Tafakur diri adalah memikirkan tentang asal kejadian diri, memikirkan anggota badan dalam melakukan perbuatan taat dan dosa yang berhubungan dengan Allah dan semua makhluk hidup (manusia, hewan dan tumbuhan). Manusia mempunyai jiwa dan jasad, bertafakur tentang diri itu sangat penting dan sangat dianjurkan ketika orang ingin

menempuh jalan tasawuf, kenapa agar ia mengenal akan dirinya, apabila ia telah mengenal akan dirinya maka ia akan mengenal Allah swt, sebagaimana dalam tradisi ungkapan yang sangat masyhur dikalangan kaum sufi dari dahulu sampai sekarang terdapat dalil yaitu

مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ

Artinya: “Barang siapa yang mengenal akan dirinya, maka ia (akan mudah) mengenal Tuhannya.”

Maksud dari perkataan itu menurut guru Yadi, apa bila seseorang itu telah ‘arif akan jiwanya, maka pastilah ia ‘arif akan Allah swt. ‘Arif ini lebih dari kenal tapi sangat memahami yang ada terkandung dalam dirinya. Kata *عَرَفَ نَفْسَهُ* adalah sebab dari *عَرَفَ رَبَّهُ*

.⁹⁷ Allah swt berkepentingan terhadap kebenaran proses pengenalan melalui diri manusia terhadap diriNya, karena manusia diciptakan sesuai dengan tanda-Nya, maka diri manusia membawa pengetahuan tentang Allah dalam derajat ketepatan serta kebenaran paling tinggi di seluruh alam semesta ini.

Diri manusia ini meski unik, adalah diri yang semu dan bukan diri yang sejati. Diri yang sejati bukanlah jasad, tetapi sejatinya diri ini adalah *nafs* (jiwa) yang ada dalam diri kita masing-masing. *Nafs* (jiwa)

⁹⁷Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 15 Agustus 2018.

namun bukan sembarang jiwa. *Nafs* (jiwa) yang dimaksud sebagai diri manusia yang sejati adalah jiwa yang sudah terbebas dari pengaruh atau kungkungan hawa nafsu, dari ikatan keduniawian maupun dari daya-daya syahwati jasadnya. *Nafs* (jiwa) yang telah terbebas dari perbudakan syahwat dan hawa nafsunya inilah yang disebut *nafs* (jiwa) yang tenang atau bisa disebut *Nafs Al-Muthma'innah*. Saat kondisi *nafs* (jiwa) yang tenang inilah bisa melihat kembali pengetahuan tentang siapa dirinya, untuk apa dia diciptakan dan apa tugasnya, semua pengetahuan yang pernah Allah tanamkan kepadanya pun akan terbuka kembali dan tampak dengan jelas baginya.⁹⁸

Nafs (jiwa) sudah ada bahkan sebelum alam semesta ada dan akan terus melanjutkan hidup di alam barzakh dan alam-alam berikutnya, namun berbeda dengan jasad, ia akan mati, lenyap, hancur terurai menjadi tanah, itulah sebabnya, akan sangat berbahaya jika kita memahami agama hanya berupa hafalan dalil dan konsep di kepala, namun tidak dipahami secara mendalam sampai ke *nafs* (jiwa). Seiring dengan hancurnya otak, maka semua konsep di dalamnya pun akan lenyap, sementara *nafs* (jiwa) melanjutkan perjalanan dengan tidak membawa apa-apa.

⁹⁸Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 15 Agustus 2018.

Nafs (jiwa) sendiri berbeda dengan hawa nafsu (*hawwa nafs*), sebagaimana namanya, hawa nafsu adalah “hawa dari *nafs*”: hanya sekadar “hawa keinginan” dari jiwa. Hawa nafsu (*hawwa nafs*) sesungguhnya adalah *nafs* (jiwa) yang palsu, karena keinginan-keinginannya sama-sama berasal dari dalam diri, sehingga kehendak hawa nafsu (*hawwa nafs*) tidak mudah dibedakan dari kehendak jiwa.

Nafs (jiwa) lah yang dahulu mempersaksikan diri kepada Allah, berbicara denganNya dan menerima seluruh pengetahuan untuk menunjang tugas-tugas penciptaan yang harus kita laksanakan di dunia, sedangkan diri yang nampak yaitu jasad termasuk dengan segala dinamika fisik, psikis, dan psikologisnya, sesungguhnya hanya kendaraan bagi sang jiwa untuk melaksanakan perannya di alam nyata ini. Diri ini usianya terbatas dan akan hancur menjadi tanah.

Seindah-indahnya dan secerdas-cerdasnya jasad seseorang, pada hakikatnya itu hanya kecerdasan dan keindahan jiwa. Kecerdasan dan keindahan jiwa sesungguhnya jutaan kali lipat dibanding jasadnya, jika saja jiwa berhasil membebaskan diri dari perbudakan hawa nafsu dan syahwatnya, dan berhasil membuka kembali ilmu-ilmu ilahiah yang Allah tanamkan dalam dadanya.

Nafs (jiwa) inilah yang harus dikenal dengan se'*arif*-*arif*-nya, karena di tataran *nafs* (jiwa) lah Allah menanam bibit pengetahuan agung tentang siapa kita sebenarnya, untuk fungsi apa kita diciptakan-

Nya, dan bagaimana memperoleh segala prasarana untuk menjalankan tugas penciptaan itu, bukan di jasad, otak, tapi di tataran *nafs* (jiwa).

Tentu, langkah awal untuk mengenal *nafs* (jiwa) adalah dengan membebaskan *nafs* (jiwa) dari *waham*, dari timbunan dosa, dari kungkungan sifat-sifat jasad maupun dominasi syahwat dan hawa nafsu. Dalam ajaran tasawuf, langkah ini disebut sebagai memulai perjalanan taubat yaitu perjalanan kembali kepada Allah swt.

Sementara ahli tasawuf, 'arif akan *nafs* (jiwa) nya sendiri, namun sebagian besar manusia, belum bisa mengenal jiwanya, bahkan belum bisa membedakan hawa nafsu dengan jiwanya sendiri, karena jiwanya sangat jauh terkubur dalam dosa dan sifat-sifat kejasadiahannya sendiri. Jiwanya sudah terlalu lemah akibat tertimbun dosa-dosa membuatnya lumpuh, buta dan tuli, sehingga tak kuasa lagi untuk mengambil alih kendali atas jasadnya sendiri. Pada umumnya, manusia sudah tidak lagi mampu membedakan mana suara hati nurani, mana kehendak hawa nafsu, mana keinginan syahwat, mana bisikan setan maupun mana kehendak jiwa, semua terdengar sama saja di hatinya.

Manusia adalah binatang yang paling menakjubkan di antara binatang-binatang lainnya, manusia tidak akan mengungkapkan rasa takjubnya sebelum memperhatikan dan bertafakur tentang dirinya sendiri, betapa kuasanya Allah swt yang telah menciptakan manusia,

yang mempunyai bentuk paling baik serta paling menakjubkan di antara makhluk-makhlukNya yang lain.

Manusia diciptakan dari setetes air yang dipandang menjijikkan, padahal benda itu sesungguhnya adalah benih kehidupan yang ukurannya sangat amat kecil, ini sendiri merupakan contoh yang sangat menakjubkan di sini tampak keagungan dan kebesaran Allah swt, sekalipun kita tafakuri hal itu sepanjang hidup, tidak akan diketahui bahkan suatu bagian yang terkecil pun darinya.

Hendaklah diperhatikan, setetes air sperma, bagaimana Dia mengubah wujud zat berwarna putih dan berukuran sangat kecil yang bercampur dengan darah yang terburuk menjadi segumpal darah berwarna merah, bagaimana Dia mengubah gumpalan darah ini menjadi daging dan bagaimana Dia membedakannya atau memisahkannya menjadi kepala, telinga, muka, mata, hidung, otot, tulang-tulang, jantung, hati, saluran air kencing, perut, dan anggota-anggota tubuh lainnya. Masing-masing anggota tubuh, baik luar maupun dalam, memiliki bentuk khusus dan masing-masing juga memiliki fungsinya: mata untuk melihat, telinga untuk mendengar, hidung untuk mencium, tangan untuk meraba, otak untuk berpikir, kaki untuk berjalan, jantung untuk mengedarkan darah dan perut untuk mencerna makanan yang masuk ke dalamnya. Pikirkan dan tafakurilah kepala kita. Kepala diciptakan dengan lima puluh tulang yang berbeda, masing-masing

mempunyai bentuk yang berbeda, kesemuanya disambungkan dengan persendian yang sangat kompak dan kokoh, kemudian pikirkan setiap anggota tubuh lainnya, pasti tidak akan menemukan hal yang sama pada masing-masing anggota tubuh. Kesemuanya ini terkandung di dalam satu sel dari setetes zat berwarna putih yang dianggap menjijikkan rupanya yaitu air sperma.

Dalam anggota badan manusia, ada tujuh anggota badan yang harus dibersihkan dan dipelihara serta dirawat dari berbuat maksiat dan dosa yaitu mata, telinga, mulut atau lidah, tangan, kaki, perut dan kemaluan. Dalam ajaran tasawuf, ketika seseorang ingin melakukan suatu amalan yaitu terlebih dahulu membersihkan anggota yang zahir daripada segala perbuatan yang buruk, supaya dibersihkan juga hati daripada segala sifat yang kotor, maka dari itu alangkah baiknya bertafakurlah tentang apa yang telah dilakukan oleh anggota tubuh terutama dari perbuatan maksiat atau dosa. Perlu diingat, Allah swt senantiasa memberikan kenikmatan yang besar yaitu segala anggota yang wajib dipelihara dan disyukuri, jika tidak dijaga semuanya, ia akan menjadi saksi perbuatan dosa, di hari akhir kelak.

Tafakurlah tentang mata, mata adalah anugerah dan pemberian yang sangat berharga bagi kehidupan, karena dengan mata manusia dapat melihat pemandangan-pemandangan yang bagus serta indah dan dapat berinteraksi dengan lingkungan secara mudah, atas pemberianNya

inilah, patut mensyukuri nikmat penglihatan yang diberikan oleh Allah swt.

Mata adalah panglima dan penuntun bagi hati. Mata mentransfer berita-berita yang dilihatnya ke hati sehingga membuat pikiran berkelana karenanya, oleh karena itu hampir seluruh perasaan dan perilaku awalnya dipicu oleh pandangan mata. Bila dibiarkan mata memandang sesuatu yang dibenci dan dilarang, maka pemiliknya berada di tepi jurang bahaya meskipun ia tidak sungguh-sungguh jatuh ke dalam jurang itu, misalnya kalau keluar rumah, hampir tidak lepas dari melihat hal-hal yang diharamkan dan dibenci oleh Allah swt, apalagi di jalan-jalan, taman-taman rekreasi, pasar dan pusat-pusat perbelanjaan, bahkan di rumah pun dengan melalui acara-acara tv, hal-hal yang dibenci dan dilarang Allah itu sudah menjadi suguhan dan santapan yang biasa, mungkin semua itu di anggap ringan dan remeh, namun hal yang ringan dan remeh inilah yang terus bertumpuk-tumpuk sampai menggunung, kemudian meninggalkan karat-karat di dalam hati, sehingga hati tertutup, bahkan sinar iman pun tidak bisa menembus, karena melihat secara bebas bisa menjadi faktor timbulnya keinginan dalam hati, maka syariat yang mulia ini telah memerintahkan untuk menundukkan pandangan terhadap sesuatu yang dikhawatirkan menimbulkan akibat yang buruk, misalnya melihat yang bukan muhrim dengan penuh nafsu syahwat, melihat sesama muslim dengan penuh

kebencian dan kesombongan dan lain-lain. Mata juga mempunyai hak yang harus ditunaikan penggunaannya sesuai kehendak Allah dan tidak bisa dipakai seenaknya untuk memandangi, tetapi harus dikendalikan, dengan menjaga pandangan serta digunakan untuk hal yang baik dan yang berfaedah misalnya membaca al-Qur'an, memandangi ulama dan lain-lain. Menahan pandangan mata memang hal yang sangat tidak mudah atau sulit dan berat, akan tetapi buah dari menjaga pandangan mata adalah kenikmatan yang tiada tara.

Bertafakur tentang telinga atau pendengaran, telinga harus dipergunakan dengan sebaik-baiknya, misalnya mendengarkan bacaan al-Qur'an, mendengarkan nasihat yang baik, mendengarkan informasi yang bermanfaat dan lain-lain, sebisa mungkin telinga jangan sampai dipergunakan untuk mendengarkan ghibah, mengumpat, berita bohong dan lain-lain, jika telah mendengar yang tidak baik maka segeralah menghindar dan menjauh, agar tidak terjerumus lebih jauh lagi dan segeralah meminta ampun kepada Allah swt.

Tafakurilah juga tentang lidah, Lisan adalah sepotong daging dari tubuh manusia yang sempurna. Lidah adalah alat penyambung hati untuk berbicara dan alat untuk berkomunikasi antar sesama manusia, juga bisa digunakan untuk menikmati makanan dan minuman yang enak dan lezat. Lidah merupakan bagian tubuh yang paling banyak digunakan dalam keseharian, oleh karena itu, sangat penting untuk menjaga lisan

serta bersyukur dapat diberikan kelancaran berbicara dengan lancar. Lisan yang dihiasi pancaran iman dan akal yang sempurna akan selalu berdzikir, bershawat kepada nabi Muhammad saw, membaca Al-Qur'an, bernasehat dengan bijak, beramah-tamah dengan kaum saleh, dan lain-lain, jangan dipergunakan untuk bergosip, mengumpat, atau mencela orang lain, oleh karena itu berhati-hatilah terhadap lisan karena sebuah ucapan bisa menjerumuskan dan sangat penting menjaga lisan dengan sungguh-sungguh, agar tidak terjerumus ke dalam dosa dan maksiat serta murka Allah, namun dengan sekerat daging ini dapat mendatangkan keridhoan Allah swt dan membawa ke surga jika digunakan untuk taat kepada-Nya.

Tafakurilah tentang perut, secara rohani perut merupakan salah satu organ tubuh yang paling sulit dikendalikan. Ia paling banyak menuntut, memakan biaya besar, dan sangat berbahaya karena ia merupakan sumber lahirnya keinginan-keinginan buruk (syahwat).

Perut juga adalah titipan Allah swt yang sangat berharga, serta berguna sebagai alat untuk menyimpan asupan-asupan minuman dan makanan. Secara rohani perut merupakan salah satu organ tubuh yang paling sulit dikendalikan, memakan biaya besar, paling banyak menuntut serta sangat berbahaya karena ia merupakan sumber lahirnya keinginan-keinginan syahwat, kadang-kadang perut bisa juga bermaksiat kepada Allah swt dengan jalan minuman dan makanan, yaitu

terlalu banyak makan dan minum sekalipun itu halal, karena dengan terlalu banyak makan memperkuat syahwat dan nafsu berahi yang menjadi senjata setan yang akan mudah menggoda untuk berbuat maksiat dengan makanan syubahat dan haram, sebagian orang tidak memperdulikan apa yang masuk dalam perutnya, asal enak dan ekonomis lalu disantap, tidak tahu bagaimana cara mendapatkannya, hendaklah memikirkan bagaimana cara memperolehnya yang mana haram dan halal.

Perbuatan yang boleh jadi haram hendaklah diteliti lebih dulu dari mana makanannya didapat, bagaimana cara menghindari yang haram dan harus yakin bahwa semua ibadah yang dilakukan akan sia-sia, jika disertai dengan sesuatu makanan yang haram. Perut jangan sampai diisi dengan nafkah makanan yang tidak baik dan haram, karena hasil nafkah dari yang tidak baik dan haram sangat berpengaruh sekali dalam kehidupan. Orang yang minum dan makan tidak baik, syubahat dan haram akan terhalang berbuat kebaikan dan tidak akan diberi taufiq dalam beribadah, sebab orang seperti itu tidak pantas berkhidmat kepada Allah swt.

Bagi orang-orang yang hendak melaksanakan ibadah, wajib menjaga perut dari yang minuman dan makanan yang berlebihan, syubahat, haram dan menjadikannya baik serta diberi dengan nafkah

yang halal, karena minuman dan makanan halal itu adalah dasar segala ibadah dan dapat berpengaruh baik bagi tubuh serta perangai.

Perut merupakan salah satu bagian tubuh yg paling sukar diperbaiki, serta paling besar mudarat dan pengaruhnya. Wajib bagi seseorang sejak awal untuk memelihara perut dari minuman dan makanan yg diharamkan, juga harus dijaga dari perilaku yang berlebih-lebihan. Minuman dan makanan halal secara berlebihan merupakan penyakit bagi ahli ibadah, karena dengan makan secara berlebih-lebihan menjadikan atau mengakibatkan keras hati, menimbulkan kebingungan serta gejala pada anggota badan, mengakibatkan penyempitan akal, pikiran dan pengetahuan, mengakibatkan seseorang malas beribadah. Banyak makan minum menjerumuskan pada perbuatan maksiat, subhat dan haram.

Tafakurilah tentang kemaluan, kemaluan adalah sebagai kehormatan manusia, anggota tubuh ini sangat berpengaruh kuat untuk melakukan dosa, seperti berbuat zina. Zina mengakibatkan kerusakan dan dampak paling besar karena dapat merusak kehormatan alat vital, merusak kemaslahatan mata rantai keturunan dan mendatangkan permusuhan serta kebencian yang lebih besar dikalangan manusia, maka dari itu, harus bisa mengendalikan diri dari dorongan nafsu syahwat dengan sekuat tenaga dari hal-hal yang dapat membuat terjerumus dalam lembah kemaksiatan.

Hendaklah menjaga kemaluan dari berbuat zina, karena dengan mengendalikan nafsu syahwat sangat penting agar menjadi pribadi lebih suci dan lebih baik. Allah swt menciptakan manusia disertai dengan syahwat, adanya syahwat pada diri manusia pasti terdapat faidah dan manfaat di dalamnya dan tidak sia-sia, bahkan jika manusia tidak memiliki syahwat (keinginan), misalnya saja makan, apabila tidak berkeinginan makan, kemudian akan menyebabkan dirinya binasa, demikian juga jika manusia tidak memiliki syahwat terhadap lawan jenis, maka keturunan dapat menjadi terputus.

Tafakurilah tentang kedua tangan. Tangan adalah pemberian Allah swt yang berharga dan tangan merupakan bagian tubuh yang penting bagi setiap manusia, karena dengan tangan bisa menyentuh dan bisa memegang sesuatu. Kedua tangan juga harus dipelihara dari berbuat maksiat dan melakukan tindakan yang merugikan orang lain. Ada begitu banyak kemaksiatan yang bisa disebabkan oleh kedua tangan, misalnya mencuri, memukul orang lain tanpa alasan yang dibenarkan, mengambil hak orang lain dengan cara yang tidak halal, menyakiti setiap makhluk Allah, berkhianat, mengklik mouse untuk melihat tayangan internet, menulis kata-kata kotor dan masih banyak lagi, maka dari itu harus dikendalikan kedua tangan dari berbuat maksiat dan melukai seseorang, karena di akhirat kelak tangan akan dipertanggungjawabkan dan

berbicara dihadapan Allah swt, menjelaskan setiap perbuatan yang berhubungan dengan tangan selama di dunia.

Tafakur yang terakhir yaitu tentang kedua kaki, kaki merupakan salah satu bagian tubuh yang kelak akan menjadi teman atau musuh, karena dengan kaki inilah berjalan dan mencapai suatu tempat, baik itu ketempat yang di ridhoi Allah swt dan tempat yang dimurkai Allah swt.

Seseorang harus berusaha untuk melangkahkan kedua kakinya ketempat yang halal atau ketempat yang di ridhoi Allah swt seperti menuntut ilmu, mesjid, silaturrahi tempat saudaranya sesama muslim, ziaroh ke maqam para wali dan membantu orang lain dalam kebenaran serta kebaikan. Adapun kedua kaki harus dipelihara dari perbuatan yang tercela, berjalan menuju ketempat yang haram dan tidak yang di ridhoi Allah swt, misalnya menendang atau melakukan kekerasan, pergi ketempat diskotik dan lain-lain.

Adapun kaki nanti akan memberikan kesaksian bagi pemiliknya kelak, kaki tidak akan bisa berbohong saat kelak Allah bertanya digunakan untuk apa dan kemana pergi serta untuk urusan apa pergi kesana kemari, jika sering menggunakan kaki untuk mengunjungi tempat-tempat maksiat, maka setiap dosa yang dilakukan akan diklarifikasi oleh kedua kaki.

Hati dan anggota tubuh lainnya merupakan karunia Allah swt yang sangat besar bagi manusia. yang menggunakannya untuk ketaatan

kepada Allah dan menghiasinya dengan perbuatan yang dicintai Allah swt serta memanfaatkannya sesuai dengan tujuan penciptaanNya, mensyukuri nikmat pemberianNya, menjaga diri dari keharaman, barangsiapa yang melepaskan hatinya dan anggota tubuh lainnya melakukan pelanggaran terhadap perintah Allah, menyia-nyiaikan, membiarkan dan tidak menjaganya maka telah mengingkari nikmat yang terdapat dalam hati dan anggota tubuh tersebut. Dimana hati dan anggota tubuh akan menjadi saksi yang memberatkannya di hadapan Allah disebabkan dosa-dosa yang telah dilakukannya. Hati adalah panglima dan pemimpin bagi seluruh anggota badan, kebaikan dan keburukan perilaku seseorang bergantung pada kualitas hati.

Duduk tafakur dilaksanakan ditempat halaman yang terbuka atau tidak didalam ruangan, ketika melaksanakan duduk tafakur tidak boleh melakukan hal yang sia-sia, seumpamanya malakukan bicara, mematikan binatang seperti mematikan nyamuk saat nyamuk menggigit bagian tubuh, janganlah mematikannya, tapi biarkan saja nyamuk itu menggigit dan menghisap darah, karena apabila masih merasa akan gigitan nyamuk maka ia belum bisa fokus pikiran dan hatinya untuk bertafakur kepada Allah swt, biarkan saja nyamuk menghisap darah, dengan demikian itu dianggap memberikan sedekah kepada nyamuk, karena nyamuk memerlukan energi yaitu darah makhluk. Gigitan nyamuk dapat menghisap kotoran yang merugikan di dalam tubuh,

setelah kotoran atau darah kotor yang dihisap oleh nyamuk maka tubuh akan memproduksi darah yang baru serta memproduksi hemoglobin yang berkurang.

Manfaat dari melakukan praktik duduk tafakur menurut guru Yadi adalah agar pikiran dan hati selalu ingat dengan Allah swt, ingat akan adanya kehidupan di akhirat, melatih emosi, melatih konsentrasi dan kesadaran diri.⁹⁹

c.2. Masuk dalam tabala

Praktik masuk dalam tabala maksudnya ialah sebuah praktik untuk nasehat atau perenungan diri tentang mengingat akan kematian, bagaimana rasanya dimasukkan dalam kubur dalam keadaan sendirian gelap dan sempit. Mati pada hakikatnya ialah terbebasnya jiwa atau ruh dari jasad atau jasmani dan bisa juga dikatakan kematian adalah terpisahnya antara jasad dan jiwa manusia, sehingga jasad manusia tidak bisa berfungsi lagi dan akan menjadi bangkai.

Kematian bukanlah sebuah tanda bahwa semuanya berakhir, akan tetapi awal dari mulanya sebuah kehidupan yang sesungguhnya, dengan sebab itulah kematian disebut sebagai pintu gerbang untuk meneruskan serta memasuki kehidupan baru yang lebih indah dan berkualitas, karena kehidupan di dunia tidak ada yang pasti yang pasti ialah mati. Kematian

⁹⁹Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 15 Agustus 2018.

memang sebuah kepastian, oleh sebagian manusia kematian terkesan begitu menakutkan sedangkan dunia sayang untuk ditinggalkan, karena itu bagian rasa yang dialami oleh orang-orang yang dimanjakan akan kenikmatan dunia yang telah dipeluknya selama ini, sedangkan dunia ini memiliki dimensi permainan yang bisa membuat orang lalai, oleh karena itu Islam mengajarkan untuk menyibukkan diri dengan berbuat baik, sehingga tak ada waktu bagi untuk berbuat buruk.

Menurut guru Yadi, bagi orang yang beriman lagi bertasawuf serta sudah ma'rifat atau arif, kematian bukanlah sebuah hal yang ditakuti akan tetapi sesuatu yang dirindukan, karena dunia adalah ibarat penjara bagi seorang mukmin¹⁰⁰, artinya jika seorang mukmin meninggal dunia berarti terbebas dari penjara, sebagaimana yang telah disebutkan kehidupan di dunia ini adalah sebuah permainan untuk melalaikan manusia, kebanyakan manusia dapat tergoda akan permainan dunia, bahwa manusia memiliki hawa nafsu yang besar untuk urusan duniawi, apabila hawa nafsunya besar terhadap dunia, maka telah memiliki sifat *hubbundunya* atau cinta dunia.¹⁰¹ Cinta dunia berarti seseorang tertipu dan akan khawatir pada kematian, maka dari itu supaya tidak tertipu dan

¹⁰⁰Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 15 Agustus 2018.

¹⁰¹Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 15 Agustus 2018.

khawatir pada kematian banyak-banyaklah mengingat kematian serta belajar mati sewaktu hidup, sebagaimana sabda Rasulullah saw :

يَمُوتُ قَبْلَ أَنْ تَمُوتَ

Artinya : matilah kamu sebelum dimatikan

Dari hadist diatas, maka guru Yadi mengajarkan kepada murid-muridnya untuk mengingat kematian dan belajar mati, maka dari itu guru Yadi mengajarkan praktik dengan cara melaksanakan masuk dalam tabala, sebelum membahas pelaksanaan praktik masuk dalam tabala, terlebih dahulu peneliti akan membahas masalah tempat yang dilakukan untuk melaksanakan praktik ini.

Tempat untuk melakukan praktik masuk dalam tabala, ada tempat khusus yang telah dibuat oleh guru Yadi dan tempat itu masih dalam lingkungan kediaman guru Yadi. Tempat untuk melaksanakan praktik masuk dalam tabala dibuat kecil saja seperti kubuk kecil yang berukuran panjang 2 1/2 m, lebar 2 m dan tinggi 170 cm, dalam bangunan itu dibuat seperti didalam tanah untuk meletakkan peti tabala. Dalam peti ada terdapat kain kapan dan kain hitam, kain hitam gunanya untuk alas berbaring sedangkan kain kafan untuk menutupi tubuh yang melakukan praktik masuk dalam tabala. Adapun kedalaman letak tabala 40 cm

sedangkan ukuran tabalnya berukuran panjang 190 cm, tinggi 40 cm dan lebarnya 64 cm.

Adapun cara melakukan praktik masuk dalam tabala, sebelum melakukan praktik ini terlebih dahulu harus memantapkan hati dengan yakin, tidak boleh ragu misalnya ada keraguan rasa takut, takut untuk tidak bisa bangun lagi, takut akan kesendirian didalam peti tabala, takut akan kegelapan dan lain sebagainya, maka sebelum melakukan praktik ini, guru Yadi meyakinkan dan menenangkan dengan memberi nasehat tentang kematian kepada murid yang ingin melakukan praktik masuk dalam tabala, agar pikiran dan perasaannya tenang. Setelah itu ketika ingin melaksanakan praktik masuk dalam tabala harus dalam keadaan suci dari hadas kecil maupun hadas besar sama seperti praktik sebelumnya, kemudian pakaian dilepas dan hanya pakai celana dalam saja, setelah itu guru Yadi membacakan muqaddimah dan tawasul serta membaca Subhaanalladzil jabaruuti walmalakuuti wal kibriyaa wal 'azhomaati, setelah itu murid membaca istigfar 7 kali, membaca syahadat 1 kali, membaca surah al-Ikhlâs 11 kali, membaca sholawat 100 kali, membaca Subhaanalladzil jabaruuti walmalakuuti wal kibriyaa wal 'azhomaati 9 kali.

Menurut guru Yadi, selain untuk mengingatkan kematian, maksud dari hadist nabi ialah matilah dari mengikuti kemauan hawa nafsu, tabiat atau kebiasaan buruk, matilah dari mengikuti makhluk dan dari berbagai sebab, tinggalkanlah persekutuan dan berharaplah hanya kepada Allah swt. Menurut guru Yadi, jangan sampai jiwa dikendalikan oleh hawa nafsu, tetapi jiwa lah yang mengendalikan hawa nafsu. Bahwa sebagai manusia harus memanfaatkan hidup yang ada dengan melepaskan semua keegoan dan membuka mata hati untuk menemukan siapa diri yang sebenarnya demi mendapatkan cahaya Allah swt, nanti sebagai jalan spiritual mencintai dan mengenal Allah swt secara lebih dekat. Semakin mendekat kepada Allah swt maka penghambaan yang dilakukan akan semakin sempurna dan sepenuh hati serta merasakan kehadiran dan kasihNya secara jelas.¹⁰²

Dengan segala kecintaan yang besar terhadap Allah swt, maka akan semakin menyadari siapa diri yang sesungguhnya, sebagai manusia biasa keegoan yang dimiliki terkadang menutup mata hati untuk mampu memahami segala tingkah laku orang lain, yang terkadang menyulut amarah karena ketidakadilan perlakuan yang dialami. Kemarahan akan

¹⁰²Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 15 Agustus 2018.

bersanding dengan kesombongan, merasa diri benar kemudian melawan secara membabi buta dengan kemarahan yang tak terkendali.

Renungkanlah kembali kalimat matikanlah diri mu sebelum mati, maka ego dan kemarahan yang ada bisa dikendalikan dan akhirnya akan mampu memahami bahwa tidak semua kebenaran harus diungkapkan saat itu juga, justru proses dan lika liku pemutar balikan dari yang benar menjadi sesuatu yang salahlah yang akan membuat diri semakin paham dan mengerti bahwa kebenaran pasti akan terungkap.

Point terpenting yang didapatkan dari semua proses pematangan adalah semakin mendekat kepada Allah dan memahami semua jalan hidup yang diberikan Allah yaitu sebagai makhluknya. Semua cobaan hidup adalah proses untuk semakin mengerti hakikat sebagai manusia, bila sudah benar benar mati, maka tidak ada kesempatan lagi untuk memperbaiki semuanya, maka untuk itu pergunakanlah dengan sebaik-baiknya, jadi semua manusia yang bertelinga untuk mendengar dan yang bermata untuk melihat sehingga tidak menulikan telinga dan membutakan mata untuk melihat suatu kebenaran.

c.3. Berendam dalam air es

Manusia adalah makhluk Allah yang paling sempurna dan yang mulia di bumi ini. Allah telah banyak memberikan keberkahan didalam diri

ini, terdapat salah satu berkah diantara banyaknya berkah yang lain, berkah yang diberikan oleh Allah swt kepada manusia yaitu rasa, dimana peranan rasa didiri ini adalah separu dari kehidupan, karena kehidupan tanpa rasa tiadalah berarti, maka dari itu patutlah diri ini mengerti dan sadar atas pemberian Allah swt untuk disyukuri. Dalam belajar ilmu agama berarti mulai mengenal siapa Sang Maha Pencipta, karena Sang Maha Pencipta itu Maha Gaib maka mengenal hal yang gaib wajib mengkaji rasa. Bagi para penganut tasawuf, rasa dapat digunakan sebagai jalan untuk mendekatkan diri antara makhluk dan Allah swt, sebenarnya ilmu rasa ini tidak mudah dijelaskan dengan kata-kata, bisa diibaratkan seperti menulis buku dengan tinta samudera.

Menurut guru Yadi, dalam segala sesuatu dikenali melalui rasa, mustahil bagi akal untuk menjelaskan akan hakikatnya, begitu juga dalam mempelajari ilmu ma'rifat pasti menggunakan ilmu rasa, tidak menggunakan akan ilmu akal, karena akal tidak akan mampu memikirkan untuk hal-hal yang kasat mata, akan tetapi untuk hal rasa maka ia akan mampu mencapainya, dan apabila tidak memakai akan rasa maka akan sulit untuk mencapai ma'rifat, karena dengan rasa dapat merasakan akan sebenarnya diri ini dan merasakan akan kedekatan Allah swt, karena diri ini tidak ada jarak antara Allah swt, tetapi dirilah yang sering membuat jarak antara Allah swt, karena jarang menghayati

makna kedekatan itu, maka dari itu Allah telah meletakkan rasa pada diri ini sebagai jalan untuk menikmati kehidupan.¹⁰³

Dalam ajaran guru Yadi, dalam diri ini terdapat tiga rasa, yaitu;

1) Rasa Jasmani¹⁰⁴

Rasa jasmani melekat di jasad, jasad yang dapat merasakan rasa jasmani seperti rasa asin, asin, pahit, sakit, lelah, lemah dan lain-lain, begitupun dengan panca indra dapat juga merasakan, karena berasal dari rasa jasmani dan jasad dapat merasakannya. Dengan diciptakannya rasa jasmani oleh Allah swt, maka diri ini dapat merasakan akan rasa nikmat dan rasa sakit pada jasmani dan inilah salah satu alat instrumen dan cara diri ini untuk mensyukuri dan bersyukur atas segala nikmat yang diberikan oleh Allah swt, maka dari itu diri ini perlu menjaga dan merawat jasad ini dari segala penyakit, kedinginan, kepanasan dan merawat jasad juga agar tidak menjadi korban ulah hawa nafsu.

Dalam menjalan kegiatan lahir maupun batin, jangan mengabaikan jasad serta jangan melupakan waktu istirahat, karena itu Allah menciptakan waktu 24 jam dibagi menjadi 3 yaitu 8 jam untuk beribadah, 8 jam untuk mencari nafkah dan 8 jam beristirahat. Bila jasad diperhatikan sungguh-sungguh dan diperlakukan dengan

¹⁰³Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 15 Agustus 2018.

¹⁰⁴Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 15 Agustus 2018.

baik, seperti membersihkan jasad dengan mandi, berwudhu dan tidak menjadi korban hawa nafsu, maka jasad akan berterimakasih dan jasad juga akan membalas dengan kebaikan, karena jasad ini pakaian sementara hidup dialam dunia ini.

Rasa jasmani sesama makhluk juga perlu dijaga, bukan hanya rasa jasmani sendiri yang dijaga, karena diri ini dapat rasakan serta diri ini dapat mencegah untuk tidak menyakiti diri orang lain, karena sama-sama merasakan sakit bila disakiti dan membuat diri ini sadar dengan dihadirkan rasa jasmani untuk saling tolong menolong didalam kebaikan dan tidak membedakan baik itu agama dan suku bangsa karena semuanya makhluk Allah swt.

2) Rasa Rohani¹⁰⁵

Rasa rohani inilah yang dapat merasakan dan membedakan antara kesenangan dan kesedihan didiri manusia, misalnya hati dapat merasakan rasa sakit jika diri ini di caci maki, difitnah, diolok-olok, dibohongi, dibenci dan apabila juga datang kedamaian, kebahagiaan ketenangan dan lain-lain, hati lah yang dapat merasakan semua rasa tersebut didalam batin. Dihadirkan Rasa Rohani oleh Allah swt maka diri ini dapat merasakan, kebahagiaan, atau

¹⁰⁵Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 15 Agustus 2018.

penderitaan yang dapat dirasakan oleh hati, agar diri ini dapat mengerti dan sadar untuk selalu bersyukur kepada Allah swt.

Rasa rohani adalah salah satu alat instrument yang dihadirkan Allah swt untuk tidak menyakiti, membenci tetapi saling menyintai dan mengasihi terhadap sesama manusia yang tidak memandang suku ras, golongan, karena dihadapan Allah manusia itu sama.

3) Rasa Nurani¹⁰⁶

Sebagai mana yang telah dipaparkan diatas, manusia adalah makhluk yang paling sempurna dan mulia di muka bumi ini. Allah telah mengaruniakan akal, nafsu, hati dan rasa nurani pada diri manusia, dan memiliki derajat yang ditinggikan melebihi makhluk ciptaan Allah swt lainnya. Berbeda dengan malaikat yang selalu patuh, dan apa lagi dengan hewan yang hanya mempunyai nafsu, manusia diberikan kebebasan untuk memilih jalannya sendiri. Antara yang benar dan buruk, keduanya dapat dibedakan bila seseorang memiliki hati nurani yang murni.

Menurut guru Yadi, rasa nurani yang paling peka dan dapat merasakan keberadaan Allah swt yang sangat dekat dan rasa dekat itu tidak mudah bagi akal untuk mengungkapkannya dalam bentuk kata-kata, tetapi dengan rasa nuranilah yang memiliki potensi untuk

106Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 15 Agustus 2018.

menyakini kenyataan dan keberadaan Allah swt, maka dari itu rasa nurani sangat penting sebagai jalan untuk dekat dengan Allah swt serta dengan rasa nurani juga dapat menghadirkan Allah swt dalam diri ini.¹⁰⁷ Rasa nurani ini terletak didalam lubuk hati yang paling dalam dan dengan rasa nurani yang murni maka akan mudah untuk merasakan akan kehadiran dan kedekatan dengan Allah swt.

Merasakan kehadiran Allah swt bisa mendorong diri ini untuk lebih berhati-hati serta penuh pertimbangan akan melakukan sesuatu, maka akan menimbang, apakah yang diri ini lakukan baik atau buruk dengan menyeleksi dan mencermati betul setiap tindakan yang ingin dilakukan. Jika merasakan kehadiran Allah swt, maka diri ini akan selalu berada di jalan kebaikan dan menjauhi jalan keburukan.

Menurut Guru Yadi, apabila sudah bisa merasakan akan kehadiran Allah swt dalam kehidupan, maka akan terdorong untuk mencintai Allah swt dengan tulus dan terus menerus berusaha mendekatkan diri kepada Allah swt dan juga senantiasa mencintai sesama dan semua makhluk, karena semua itu sejatinya adalah milik dan ciptaan Allah swt yang harus dikasihi, dijaga dan disayangi, bukan dibenci, dizalimi dan diperlakukan buruk. Seseorang juga

¹⁰⁷Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 15 Agustus 2018.

akan selalu menjaga diri nya dari berbagai keburukan dan merasa malu jika berbuat jahat kepada siapa pun karena Allah melihat dirinya. Berbagai tindakan buruk dan jahat terhadap sesama manusia terjadi karena manusia mengabaikan dan menyingkirkan Allah swt dalam kehidupannya, sebab tidak meyakini akan kehadiran Allah swt.¹⁰⁸

Seorang mukmin sejati akan selalu merasakan kehadiran-Nya, karena dia akan menyadari keberadaan-Nya. Ini membuat dirinya akan selalu berada di jalan yang benar dan menjalani hidup juga akan bahagia karena yakin Allah pasti akan bersamanya, membimbingnya kepada kebaikan dan menjauhkannya dari kesengsaraan, keburukan, kesengsaraan dan penderitaan hidup. Tanpa bimbingan Allah, manusia akan melenceng dan jauh dari jalan kebaikan serta dikuasai oleh hawa nafsu yang menjatuhkannya ke jurang keburukan. Ini tidak akan terjadi pada orang yang merasakan kehadiran-Nya.

Rasa nurani ini terletak didalam lubuk hati yang paling dalam dan dengan rasa inilah dapat merasakan kedekatan dengan Allah swt, jika diri ini selalu menjaga kesucian diri lahir dan batin serta tidak dikotori lagi, maka diri ini dapat merasakan petunjuk Allah

108Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 15 Agustus 2018.

swt dan jangan heran ketika diri ini bisa merasakan tempat Allah memberikan petunjuk asalkan diri ini siap untuk mensucikan lahir dan batin.

Kita sering kali merasakan kedekatan dengan Allah, dan rasa kedekatan itu mustahil bagi akal untuk mengungkapnya dalam bentuk kata atau kalimat. Atau dengan kata lain, nuranilah yang memiliki potensi untuk menyakini keberadaan Allah dan menyakini akan kenyataan-Nya, bukan akal. Akal hanya akan mengiyakan apa yang dirasakan oleh nurani, seperti halnya akal hanya akan membenarkan apa yang dirasakan oleh jasmani dan ruhani kita, tetapi tidak akan mampu untuk memikirkan apalagi menjelaskannya.

Dari paparan diatas, maka guru Yadi, mengajarkan akan sebuah praktik yaitu praktik berendam dalam air dingin atau air es, maka dari itu peneliti akan memaparkan bagaimana tata cara pelaksanaan praktik berendam dalam air dingin atau air es.

Praktik berendam dalam air es yang diajarkan oleh guru Yadi ini tidak diwajibkan semuanya melakukan, namun apabila murid itu sudah belajar materi tentang ilmu rasa, maka diwajibkan untuk melakukan praktik ini agar ilmu yang diajarkan bisa diterapkan nanti dalam kehidupan sehari-hari melalui praktik berendam dalam air dingin atau air es ini, sebagaimana sudah dijelaskan sebelumnya

tentang ajaran tentang ilmu rasa. Praktik berendam dalam air dingin atau air es ini, maka peneliti ingin ingin tentang keadaan tempat dan cara pelaksanaan untuk praktik tersebut.

Tempat untuk melakukan praktik berendam dalam air es ini disediakan oleh guru Yadi dalam sebuah bak yang terbuat dari semen dan dibuat sendiri, berbentuk segi empat yang berukuran lebar 1 meter dan tinggi 1 meter. Adapun cara melakukan praktik berendam dalam air es ini dilakukan pada malam hari setelah selesai acara pengajian sekitar jam 12 malam, sebelum melakukan praktik ini, sama dengan praktik yang telah dibahas sebelumnya harus dalam keadaan suci baik dari hadas kecil maupun hadas besar, kemudian setelah itu lepas baju dan hanya pakai celana pendek saja dari pusat sampai lutut. Sebelum melakukan praktik berendam dalam air es, terlebih dulu guru Yadi membacakan tawassul kepada Rasulullah swa, sahabat, tabi'in dan tabi'at serta kepada guru-guru beliau, kemudian murid membaca Istighfar sebanyak 70 kali, syahadat 1 kali, surah al-Ikhlâs 3 kali, surah al-Falaq dan surah an-Naas 1 kali, membaca *لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ* sebanyak 100 kali, membaca *ظي نحل*

70 kali, kemudian mulailah berendam dengan posisi duduk tegak dan membaca shalwat 100 kali dengan hati yang tenang, khusyu dan konsentrasi.

Apabila dalam melaksanakan praktik berendam dalam air dingin atau air es dengan tenang, khusyu dan konsentrasi maka Ia tidak akan merasakan air yang sangat dingin itu, tetapi seperti air biasa saja, karena ia sudah bisa mengelola rasanya itu.

Dalam melaksanakan praktik berendam dalam air dingin atau es, menurut guru Yadi memiliki ada beberapa memiliki manfaat bagi tubuh ini, yaitu: membantu meringankan pikiran, membantu tubuh agar menjadi rilex, menghilangkan rasa sakit alami, juga mengobati pecandu obat terlarang dan lain- lainnya.¹⁰⁹

3. Tujuan dan Pengalaman dalam Praktik Kontemplasi

Setiap sesuatu yang dilakukan pasti memiliki tujuan dan pengalaman yang didapat, begitu juga ketika melakukan atau mengerjakan praktik kontemplasi ajaran guru Yadi pasti para murid memiliki tujuan dan mendapatkan pengalaman ketika melakukan praktik kontemplasi ajaran guru Yadi, maka dari itu peneliti akan memaparkan tujuan dan pengalaman dari para responden yaitu murid guru Yadi yang telah melakukan praktik kontemplasi pada ajaran guru Yadi.

Menurut Madi, tujuan ia mengikuti dan melakukan praktik kontemplasi ajaran guru Yadi yaitu untuk merubah diri menjadi yang lebih baik lagi,

¹⁰⁹Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 15 Agustus 2018.

karna sebelumnya Madi mengaku memiliki perilaku yang tidak baik misalnya suka mengosumsi obat-obatan yang terlarang dan minuman-minuman keras, maka dari itu Madi berkeinginan ingin merubah dirinya menjadi yang lebih baik lagi dan tidak ingin terjerumus kedalam hal yang menjerumuskan dirinya keperilaku yang tercelah, karna setiap seseorang pasti menginginkan dirinya menjadi orang yang baik. Sejahat-jahatnya seseorang pasti ingin merubah perilakunya menjadi yang lebih baik dan ada kebaikan didalam dirinya, maka dari itu setiap melakukan perilaku yang tercela ia akan menyadari perilaku tercela yang telah dilakukan.¹¹⁰

Menurut Dayat, tujuan mengikuti dan melakukan praktik kontemplasi ajaran guru Yadi yaitu untuk mencari jati diri, karena selama ini Dayat bingung akan dirinya yang sebenarnya maksudnya ia tidak paham dan menyadari siapa dirinya seumpama tidak mengetahui asal dirinya, tidak memiliki makna dan tujuan hidup, untuk siapa hidup di dunia. Selama ini Dayat sudah berkelana kesana kemari berguru mempelajari apa yang ia inginkan yaitu ingin menemukan jati dirinya, namun ia belum menemukan dan akhirnya temannya mengajak kepada guru Yadi banyak bertanya-tanya masalah keinginannya dan dijawablah oleh guru Yadi pertanyaannya Dayat tersebut, kemudian setelah itu ia paham akan dirinya dan telah menemukan jati diri yang sebenarnya.¹¹¹ Saat Dayat telah menemukan jati dirinya, maka

¹¹⁰Madi, Murid Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 10 Agustus 2018.

¹¹¹Dayat, Murid, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 11 Agustus 2018.

ia menyadari akan kekurangan dan kelebihan yang ada dalam diri, maka pada saat itulah ia tahu siapa dirinya yang sebenarnya dan saat itu juga ia mengenal Allah swt serta ia selalu bisa bersyukur dalam segala keadaan, sehingga dalam menjalani kehidupan sehari-hari, ia mampu menjalankan kehidupan dengan baik.

Menurut Dayat juga, selain mencari jati diri ia juga memiliki tujuan yang lain yaitu ingin mencari ketenangan batin, ketika sebelum mengikuti pengajian praktik kontemplasi ajaran guru Yadi, Dayat sering merasakan kegelisahan ketika mendapatkan suatu musibah misalnya selalu mengeluh, cepat emosional, berkeluh kesah, tidak bisa menerima akan kenyataan dan lain-lain, maka dari itu Dayat ingin mencari solusi dan cara agar supaya batinnya menjadi tenang dan setelah mengikuti pengajian dan mengamalkan praktik kontemplasi ajaran guru Yadi, Dayat menemukan solusi dan cara menenangkan hati.¹¹²

Menurut Jamal tujuan ia mengikuti pengajian praktik kontemplasi ajaran guru Yadi yaitu untuk mencari ridho Allah swt, karena bagi Jamal, ridho Allah swt itu sangatlah penting untuk kehidupan, apabila sudah mendapatkan ridho dari Allah swt maka itulah kebahagiaan yang hakiki, yaitu kebahagiaan dunia dan akhirat.¹¹³ Menurut Roby tujuan mengikuti

¹¹²Dayat, Murid, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 11 Agustus 2018.

¹¹³ Jamal, Murid, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 11 Agustus 2018.

ajaran praktik kontemplasi guru Yadi yaitu untuk mendekatkan diri dan mencapai ma'rifat kepada Allah swt.¹¹⁴

Pengalaman ini didapat setelah melakukan sesuatu pekerjaan, maka dari itu pengalaman para murid guru Yadi setelah melakukan praktik kontemplasi bermacam-macam yaitu:

Pengalaman Dayat dalam melakukan praktik duduk tafakur yaitu bisa merasakan ketenangan, kedamaian serta kekhusyukan dalam pikiran dan batin.¹¹⁵ Hasil dari pengalaman melakukan duduk tafakur, maka itu diimplementasikan dalam kehidupan di dunia ini, jadi apabila dalam kehidupan ini didatang oleh Allah swt sebuah cobaan maka sudah mengetahui bagaimana cara menghadapi yaitu dengan keadaan tenang serta damai dan tidak dengan emosi.¹¹⁶

Menurut Madi, pengalaman yang ia dapatkan ketika melakukan praktik masuk dalam tebala ia merasakan gelisah dan teriak-teriak serta merasakan tubuhnya dipukul-pukul sangat keras. Dari pengalaman itu, maka Madi telah menyadari perbuatan buruk yang telah diperbuat dan Ia berniat untuk memperbaiki diri dan menjauhi serta tidak ingin mengulangi segala perilaku yang merugikan dirinya,¹¹⁷ sedangkan menurut Aan, ketika ia melakukan

¹¹⁴Roby, Murid, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 11 Agustus 2018.

¹¹⁵Madi, Murid, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 10 Agustus 2018.

¹¹⁶Dayat, Murid, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 11 Agustus 2018.

¹¹⁷Madi, Murid, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 10 Agustus 2018.

praktik masuk dalam tabala tak dapat bisa diungkapkan dengan kata-kata yaitu seperti bagaimana orang tidur mengalami mimpi yang sangat indah.¹¹⁸

Menurut Jamal, ketika melakukan praktik berendam dalam air es, pengalaman yang Dia dapatkan, awalnya Dia sulit dan bingung untuk menjelaskan bagaimana yang Dia rasakan saat menjalankan praktik masuk dalam tebala, kata Jamal kalo secara akal dipikirkan memang sangat sulit untuk dipahami ketika terkena air dingin badan ini tidak merasa dingin, tapi setelah Jamal belajar bagaimana caranya agar rasa dingin itu tidak terasa dan Dia pun berhasil, seperti seseorang yang mengalami sakit, orang yang sedang sakit akan mengalami *liur pahit*, pada saat itu ketika merasakan makan yang enak pun tidak ada rasanya, nah seperti itulah ketika melakukan praktik berendam dalam air es.¹¹⁹

B. Pembahasan Data

1. Pelaksanaan Praktik Kontemplasi Ajaran Guru Yadi

Setelah memperhatikan hasil penelitian yang berhasil penulis lakukan dan diuraikan pada bab ini juga, maka langkah berikutnya penulis akan melakukan analisis terhadap hasil penelitian tersebut pada hubungannya dengan Landasan Teori yang sudah dipaparkan pada Bab II sebelumnya.

¹¹⁸Aan, Murid, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 11 Agustus 2018.

¹¹⁹Jamal, Murid, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 11 Agustus 2018.

Pada bab teori sudah dijelaskan mengenai ajaran praktik tasawuf dan praktik ilmu Kebatinan. Dalam ajaran tasawuf mengajarkan tentang praktik melaksanakan *uzlah* dan *khalwat*, sedangkan dalam ajaran praktik Ilmu Kebatinan, mengajarkan praktik sujud, *hening*, *ulah rasa* dan *racut*.

Dari semua jenis praktik yang diajarkan dalam ajaran tasawuf dan ajaran Aliran Kebatinan Sapta Darma, maka dalam penelitian ini yaitu Praktik Kontemplasi Ajaran Guru Yadi, penulis lebih mengarah kepada penelitian mengarah kepada Ajaran Kebatinan, maka dari itu peneliti terlebih dulu ingin memaparkan praktik dalam ajaran tasawuf dan praktik dalam ajaran Aliran Kebatinan.

Dalam ajaran tasawuf mengajarkan *uzlah* dan *khalwat*. *Uzlah* yaitu adalah suatu perbuatan yang dilakukan seseorang untuk memisahkan dirinya dalam pergaulan sehari-hari, tidak bergaul dengan orang lain dan bertemu hanya sebatas keperluan,¹²⁰ sedangkan *khalwat* yaitu menyendiri di bawah bimbingan seorang mursyid atau pemandu untuk beribadah.¹²¹ Adapun praktik-praktik yang diajarkan dalam Aliran Kebatinan yaitu olah rasa dengan melalui *manembah*, sujud, meditasi, *tapa brata* dan lain-lain. Latihan diterapkan secara bertahap disesuaikan dengan tingkat kematangan serta kesucian rohani, sehingga sujud maupun manembah juga bertingkat-tingkat yaitu terdapat *sujud raga*, *sujud jiwa raga* dan *sujud sumarah*. Demikian juga terdapat *sembah raga*, *sembah kalbu* dan *sembah rasa*. Pada umumnya, tingkatan latihan rohani itu terdiri atas tiga tingkat, bersesuaian dengan tiga lapis struktur manusia: badan jasmani, badan rohani dan roh, ketiga tingkat latihan tersebut juga akan menghasilkan tiga suasana batin: *heneng*, *hening*, *henong*. *Heneng* berkaitan

¹²⁰Murtadha Muthahhari dkk, *Pandaran Cahaya Rohani: Sejarah dan Ajaran Makrifat Islam*, Terj. Ilyas Hasan, (Jakarta: Citra, April 2013), 198.

¹²¹Muhammad Fethullah Gulen, *Tasawuf Untuk Kita Semua*, Terj. Fuad Syaifudin Nur, (Jakarta: Republika, Februari 2014), 51.

dengan terhentinya nafsu-nafsu, dimana nafsu-nafsu ini ditimbulkan oleh rangsangan dari luar, sebagai hasil kerja indera.¹²²

Latihan rohani pada tingkat pertama akan menghasilkan susana *heneng*¹²³ (lereming hawa nafsu). *Heneng* berarti bening atau jernih, berkaitan dengan terhentinya kerja perasaan nafsu-nafsu dunia, pikiran ataupun angan-angan dari memikirkan yang beraneka macam, tetapi pikiran perlu dikonsentrasikan pada satu objek yaitu Tuhan, untuk itu dalam latihan digunakan alat bantu yang membantu konsentrasi pikiran seperti dengan membaca wirid, dzikir dan lain-lain, setelah mencapai kondisi tersebut seseorang akan masuk ke kondisi *hening*, pada kondisi ini seseorang telah dirasa bersih pikiran dan jiwanya dari segala unsur yang bersifat materi dan hanya ada satu objek tujuan yakni Tuhan, kemudian tingkatan yang terakhir yaitu *henong* adalah suasana kosong, dimana nafsu-nafsu telah berhenti dan pikiran telah terkonsentrasi hanya kepada Tuhan. Pada saat itu semua hijab yang membatasi diri manusia dengan Tuhan telah tersingkap, sabagai mana digambarkan oleh Pangestu, ibaratnya seorang hamba yang akan menghadap sang raja di dalam istana, setelah melalui berbagai pintu pada dinding berlapis, ia sekarang telah berhadapan-hadapan sang raja.¹²⁴

Adapun salah satunya aliran Kebatinan Sapta Darma, mengajarkan kepada pengikutnya melaksanakan ibadah sujud, *hening*, *ulah rasa* dan *racut*. Ibadah sujud wajib dikerjakan oleh semua warga Kerohanian Sapta Darma, melakukan sujud minimal sekali dalam sehari semalam, lebih banyak lebih baik. Sujud dapat dilakukan bersama-sama di sanggar dengan dipimpin oleh panutan setempat dan dapat dilakukan sendirian di rumah. Waktu melakukan sujud

¹²²Ridin Sofwan, *Menguak Seluk Beluk Aliran Kebatinan: Kepercayaan Tuhan Yang Maha Esa*, 108- 109.

¹²³Heneng berarti bening atau jernih, berkaitan dengan terhentinya kerja perasaan, pikiran ataupun angan-angan dari memikirkan yang beraneka macam, tetapi pikiran perlu dikonsentrasikan pada satu objek yaitu Tuhan.

¹²⁴Ridin Sofwan, *Menguak Seluk Beluk Aliran Kebatinan: Kepercayaan Tuhan Yang Maha Esa*, 109.

boleh setiap waktu dimana ada kesempatan, tetapi yang baik adalah ditentukan sendiri waktunya sehingga secara rutin sujud dapat dilakukan dan dipastikan waktunya.¹²⁵

Dalam ajaran praktik Aliran Kebatinan mengajarkan beberapa praktik sebagaimana yang telah dipaparkan diatas yaitu;

Praktik duduk tafakur juga mengarah kepada praktik Aliran Kebatinan yaitu *Hening (ening)* atau semedi ialah menenangkan pikiran (pengrasa) yang bermacam-macam, angan-angan dan sebagainya. *Hening* adalah mengosongkan pikiran perasaan hanya tertuju kepada Satria Utama, walaupun badan masih bergerak, tetapi apabila pikiran sudah berhenti tidak memikirkan apa-apa berarti sudah hening, sebaliknya walaupun nampaknya badan sudah tenang tidak bergerak, tetapi apabila masih memikirkan apa-apa, keadaan itu belum dinamakan *hening*.¹²⁶

Cara melakukan sujud adalah sebagai berikut:

1. Duduk bersila bagi laki-laki dan bagi perempuan duduk bersimpuh serta menghadap ke Timur.
2. Tangan dilipat kebawah dada, tangan kanan berada di atas dan tangan kiri di bawah.
3. Menenangkan hati
4. Mata memandang lurus kedepan kira-kira satu meter dari tempat duduknya.
5. Leher dan kepala berdiri tegak.

¹²⁵Abd. Mutholib Ilyas dan Abd. Ghofur Imam, *Aliran Kepercayaan dan Kebatinan di Indonesia*, (T.KT: CV. Amin Surabaya), 161.

¹²⁶Abd. Mutholib Ilyas dan Abd. Ghofur Imam, *Aliran Kepercayaan dan Kebatinan di Indonesia*, (T.KT: CV. Amin Surabaya), 163.

Setelah duduk dengan baik dan badan terasa tenang, disitulah lalu timbul getaran dalam badan dari arah bawah ke atas sampai ke kepala sehingga kelopak mata mengatup karena getaran tersebut. Tanda-tanda yang lain,ujung lidah terasa menusuk-nusuk.

6. Apabila tanda-tanda sudah terasa, lalu mengucapkan dalam batin: “Allah yang Maha Agung, Allah yang Maha Rahim, Allah yang Maha Adil”, selanjutnya apabila sudah terasa berat, pertanda bahwa rasa (getaran) sudah berkumpul semua di kepala yang menyebabkan badan bergoyang.
Pada saat itulah mulai terasa sariair suci yang ada di pinggang keluar dan naik melalui ruas-ruas tulang belakang, setelah itu lalu ...
7. Melakukan sujud dengan pelan-pelan sambil dihayati sehingga kepala ada di tanah dengan mengucap dalam batin: “Yang Maha Suci sujud Yang Maha Kuasa” sebanyak 3 kali.
8. Setelah sujud,lalu duduk lagi pelan-pelan sehingg tegak.
9. Sujud pelan-pelan untuk yang kedua kalinya seraya mengucap dalam batin: “Kesalahan Yang Maha Suci minta diampuni Yang Maha Kuasa”, ucapan ini sebanyak tiga kali.
10. Kepala diangkat dan duduk lagi.
11. Sujud untuk yang ketiga kalinya sambil mengucap dalam batin: “Yang Maha Suci bertobat kepada Yang Maha Kuasa”, diucapkan sebanyak 3 kali.
12. Kepala diangkat dan duduk dalam keadaan tenang beberapa menit.¹²⁷

¹²⁷Abd. Mutholib Ilyas dan Abd. Ghofur Imam, *Aliran Kepercayaan dan Kebatinan di Indonesia*, (T.KT: CV. Amin Surabaya), 161-162.

Sujud diatas dilakukan sebanyak tiga kali, sujud tersebut dinamakan “Sujud Dasar” atau “Sujud Wajib” yang harus dilakukan dengan baik oleh setiap warga Sapta Darma.¹²⁸

Ulah rasa yaitu meneliti jalannya rasa dan getaran yang ada dalam badan, tujuannya untuk mencapai budi luhur yang harus dimiliki satria utama disamping untuk memperoleh kawaskitan.

Adapun cara melakukan ulah rasa adalah sebagai berikut:

Setelah melakukan sujud wajib (tiga kali sujud) lalu ditambah dengan satu kali sujud lagi dengan mengucapkan dalam batin untuk meminta gerakanya rasa, kemudian tidur telentang membujur ke timur, tangan diletakkan disebelah kanan kiri badan, telapak tangan menghadap keatas. Pakaian yang kencang yang dikendorkan agar tidak mengganggu jalannya rasa, pikiran hanya dipergunakan untuk merasakan jalannya getaran yang menjalar mulai dari kaki sampai naik ke seluruh badan dan merasakan denyut jantung, keluar masuknya udara melalui pori-pori. Apabila rasa udah terkumpul di ubun-ubun, seterusnya dapat ditujukan untuk mencapai kawaskitan atau ketajaman penginderaan. Ulah rasa dapat dilakukan sewaktu-waktu.¹²⁹

Racut adalah memisahkan rasa dari pengrasa (pikiran) yang dalam *racut* tersebut, Yang Maha Suci dapat menghadap kepada Yang Maha Kuasa. *Racut* dapat dipergunakan untuk mengetahui tempat kehidupan besok bila sudah mati yang disebut “alam kasuwargan”.

Manusia harus bisa mati dalam hidup supaya dapat mengetahui keadaan dan apa yang akan dirasakan nanti, yang dimaksud dengan mati dalam hidup

¹²⁸Abd. Mutholib Ilyas dan Abd. Ghofur Imam, *Aliran Kepercayaan dan Kebatinan di Indonesia*, (T.KT: CV. Amin Surabaya), 162-163.

¹²⁹Abd. Mutholib Ilyas dan Abd. Ghofur Imam, *Aliran Kepercayaan dan Kebatinan di Indonesia*, (T.KT: CV. Amin Surabaya), 164.

adalah mematikan pikiran dari memikirkan segala macam hal yang masih hidup hanyalah rasa (roh) saja.

Apabila seseorang itu sedang meracut, ia dapat mengetahui rohnya sendiri yang sedang naik ke alam akhirat (alam kasuwargan) menghadap kepada Yang Maha Kuasa. Sewaktu naik ketas, roh tersebut dapat mengetahui jasad yang sedang ditinggalkannya.

Cara melakukan *racut* adalah sebagai berikut:

Pertama-tama harus melakukan sujud wajib, kemudian ditambah lagi sujud satu kali sambil mengucap dalam batin: “Yang Maha Suci menghadap kepada Yang Maha Kuasa”, lalu tidur telentang seperti dalam melaksanakan hening dan ulah rasa, tetapi telapak tangan ditumpangkan di atas dada, oleh karena *racut* termasuk salah satu pekerti dan perbuatan yang rumit, maka hal itu benar-benar membutuhkan kesabaran ketelitian dan ketenangan.¹³⁰

Setelah dijelaskan dan dipaparkan mengenai pelaksanaan praktik dalam ajaran Kebatinan baik dalam Aliran Kebatinan Sapta Darma, maka selanjutnya akan dibahas mengenai pelaksanaan Praktik Kontemplasi Ajaran Guru Yadi.

Adapun tata cara pelaksanaannya, dalam pelaksanaan Praktik Kontemplasi Ajaran Guru Yadi yaitu duduk tafakur, masuk dalam tabala dan berendam dalam air es Ajaran Guru Yadi.

Pertama akan dipaparkan tata cara pelaksanaan duduk tafakur, ketika melakukan duduk tafakur harus dalam keadaan suci baik suci dari hadas kecil ataupun besar, kalo sedang berhadas kecil maka terlebih dahulu harus melakukan wudhu. Saat melakukan duduk tafakur harus dalam keadaan tenang,

¹³⁰Abd. Mutholib Ilyas dan Abd. Ghofur Imam, *Aliran Kepercayaan dan Kebatinan di Indonesia*, (T.KT: CV. Amin Surabaya), 164-165.

diam, bukan berarti diam membisu dan mematung. Secara fisik memang demikian, tapi dalam ruhani harus ramai, harus bergemuruh ramai dalam diam, bergemuruh dalam kesunyian tapi yang ramai ialah suara hati.¹³¹

Bentuk aturan posisi untuk melakukan duduk tafakur yaitu dengan dalam keadaan diam dan tenang dengan posisi duduk tegak dan bersila, tangan diletakkan diatas paha, ketupkan kedua bibir, pejamkan kedua pandangan mata, tutuplah kedua pendengaran telinga, letakkan lidah keatas langit-langit membentuk seperti huruf Alif tegak berdiri, matikanlah semua yang ada didalam diri yang hidup hanyalah Allah serta mengatur pernapasan sedemikian halus, rupa dan keluar masuknya nafas tidak boleh tersedak-sedak serta memfokuskan pikiran dan hati agar tidak memikirkan dalam masalah duniawi dulu baik itu urusan pribadi, pekerjaan, keluarga dan sebagainya, tapi hanya kepada Allah swt saja. Saat melakukan duduk tafakur agar hati dan pikiran tidak melayang ke mana-mana, maka harus diisi dengan dzikir. Dzikir yg dibaca harus selaras antara hati dan pikiran artinya dzikir yg dibaca bisa didengar sendiri serta dibaca terus menerus, diresapi dan dijaga sedemikian rupa agar hati dan pikiran tidak melayang kemana-mana, kalau pikiran keluar jalur maka harus dikembalikan ke jalur hati, sehingga terjaga terus.

Adapun bacaan yang dianjurkan oleh guru Yadi ketika melaksanakan duduk tafakur yaitu membaca istighfar sebanyak 70 atau 100 kali, syahadat 1 kali, bertawasul kepada nabi Muhammad saw, bertawasul kepada sahabat-sahabat nabi Muhammad saw, bertawasul kepada wali-wali, bertawasul kepada guru-guru, membaca surah al-Ikhlâs 11 kali, membaca tasbih 33 kali, tahmid 33 kali, takbir 33 kali, membaca tahlil 100 kali dan membaca sholawat 100 kali.¹³²

¹³¹Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 15 Agustus 2018.

¹³²Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 15 Agustus 2018.

Waktu untuk bertafakur sebenarnya tidak ada aturan, bisa siang, sore, pagi atau malam, tetapi yang paling baik dilakukan pada tengah malam ketika orang-orang sudah terlelap sehingga memperoleh suana tenang dan sunyi di malam hari. Guru Yadi menganjurkan untuk melakukan praktik duduk tafakur minimal 30 menit ini ditempat guru Yadi, beliau juga menganjurkan setiap habis sholat fardu melakukan duduk tafakur minimal selama 10 menit dengan bacaan tidak banyak yaitu dengan membaca istighfar, syahadat, bertawasul kepada nabi Muhammad saw, bertawasul kepada sahabat-sahabat nabi Muhammad saw, bertawasul kepada wali-wali, bertawasul kepada guru-guru sedangkan cara duduknya sama saja dan juga dianjurkan untuk menghadap kiblat.¹³³

2. Kepercayaan Mencapai Tujuan dan Pengalaman Dalam Melaksanakan Praktik Kontemplasi

Dalam melaksanakan sebuah ajaran pasti memiliki tujuan dan pengalamaman, ketika sudah melaksanakan praktik tersebut, maka dari itu, peneliti ingin memaparkan bagaimana tujuan dan pengalaman yang didapat, baik itu dari teori maupun dalam penelitian dilapangan.

Dalam teori sudah dijelaskan tujuan dalam menjalankan praktik dalam ajaran tasawuf yaitu ingin mendapatkan ketenangan lahir dan batin, memperbaiki diri menjadi yang lebih baik, bisa merasakan kehadiran Sang Kholiq serta selalu ingin dekat kepada Sang Pencipta yaitu Allah swt atau wahdatul wujud (bersatunya Tuhan dan hamba). Begitu juga dalam ajaran

¹³³Yadi, Guru, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 15 Agustus 2018.

Aliran Kebatinan untuk mencapai tujuan dari menjalan praktik yaitu untuk mencapai *manunggaling kawula gusti*. Tujuan untuk mencapai *manunggaling kawula gusti* itu dilandasi oleh suatu pemikiran teologis-metafisis “*sangkan parining dumadi*” (asal dan kembalinya segala yang ada). Dari pandangan filosofis tersebut dapat diketahui ajaran-ajaran tentang Tuhan, manusia dan alam, siapakah manusia, dari mana asal usulnya serta bagaimana hubungannya dengan Tuhan.

Menurut ajaran Kebatinan, manusia berasal dari Tuhan yang diciptakan oleh Tuhan melalui suatu proses *tanazzul*, semacam proses emanasi, dimana Tuhan menjelmakan diri dalam beberapa pangkat emanasi, dari wujudnya yang gaib sampai pada akhirnya bermuara pada terwujudnya manusia yang terdiri dari unsur jasmani rohani yang disebut sebagai insan kamil, dengan demikian manusia pada hakikatnya merupakan wujud *tajalli* (penampakan diri) dari Tuhan, dimana intisari manusia telah terbungkus oleh unsur-unsur jasmani dan unsur-unsur rohani yang menjadi hijab antara manusia dengan Tuhan. Dalam upaya manusia kembali ke asalnya, *manunggal* dengan Tuhan, penghalang perlu disingkirkan dengan latihan rohani secara bertahap yang membawa roh atau atma itu terlepas dari ikatan unsur-unsur materi (nafsu-nafsu, angan-angan dan pikiran).¹³⁴

¹³⁴Ridin Sofwan, *Menguak Seluk Beluk Aliran Kebatinan: Kepercayaan Tuhan Yang Maha Esa*, 107.

Dalam ajaran praktik guru Yadi, peneliti akan memaparkan tujuan dan pengalaman apa yang telah didapatkan oleh beberapa responden setelah melaksanakan praktik kontemplasi. Adapun tujuannya yaitu untuk merubah diri menjadi yang lebih baik, untuk mencari jati diri dan ingin mencari ketenangan batin, untuk mencari ridho Allah swt, untuk mendekatkan diri dan mencapai ma'rifat kepada Allah swt.

Adapun pengalaman yang telah dirasakan oleh para responden bermacam-macam, diantaranya: pengalaman ketika melakukan praktik duduk tafakur yaitu bisa merasakan ketenangan, kedamaian serta kekhusyukan dalam pikiran dan batin. Pengalaman ketika melakukan praktik masuk dalam tabala yaitu merasakan gelisah dan teriak-teriak serta merasakan tubuhnya dipukul-pukul sangat keras, ada juga pengalaman yang dapat dirasakan yaitu ketika melakukan praktik masuk dalam tabala seperti bagaimana orang tidur mengalami mimpi yang sangat indah. Dalam melakukan praktik berendam dalam air es, pengalaman yang didapatkan tidak merasakan air dingin.

Pada dasarnya tujuan mereka yang melaksanakan ajaran praktik kontemplasi ajaran guru Yadi memiliki kesamaan dengan ajaran tasawuf dan ajaran Aliran Kebatinan yaitu tujuannya yang sama adalah dapat berhubungan dan merasakan kedekatan antara makhluk dan Sang Yang Maha Agung.