

**Abdul Muaz**

Universitas Muhammadiyah Cirebon

[muaz@umc.ac.id](mailto:muaz@umc.ac.id)

**Tri Budi Prasetyo**

Universitas Muhammadiyah Cirebon

[tri.budi@umc.ac.id](mailto:tri.budi@umc.ac.id)

## **Mendaras Relasi Zikir dan Jiwa**

**( Tinjauan Tafsir Sufistik )**

**Abstrak:** *Makalah ini akan menyajikan dan menganalisa relasi hati (qalb) dengan zikir dalam perspektif tafsir sufistik. Ayat-ayat Alquran yang akan dikupas untuk membincang tema ini antara lain: QS. Al-Anfal (8): 2-4, QS. Ar-Ra'd (13): 28, QS. Al-Hajj (22) : 32, QS. Al-Fath (48): 4, dan QS. Al-Hadid (57): 27. Metode untuk menyingkap relasi hati terhadap jiwa dalam berzikir ini akan menerapkan pendekatan tafsir isyari agar bisa memproduksi makna batin (esoterik) dalam sejumlah ayat-ayat yang dianalisa. Metode ini diterapkan karena tidak bertentangan dalam penafsiran eksoteris ayat-ayat al-Quran yang disinggung. Dalam kajian ini ditemukan bahwa zikir hati (bi al-qalb) adalah sarana vital dan relevan untuk mendekatkan diri seorang hamba kepada Tuhan dan berefek dalam kehidupan sehari-hari. Terlebih, dalam konteks modern yang kerap kali membuat manusia tercerabut dan terasing dari dirinya sendiri.*

**Kata-kata Kunci:** Hati, zikir, ketenangan, tafsir Sufi, jiwa

**Abstarct:** *This paper will analyze the relationship between heart (al-qalb) and remembrance of God (dhikr) according to Islamic mysticism interpretation. In term of that research, the verses of the Koran (Quran) will be discussed in this article are QS. Al-Anfal (8): 2-4, QS. Ar-Ra'd (13): 28, QS. Al-Hajj (22): 32, QS. Al-Fath (48): 4, and QS. Al-Hadid (57): 27. The method for uncovering the relation of remembrance of heart to the soul will apply the esoteric interpretation of the Quran to reveal the inner meaning. This approach does not contradict to the exoteric interpretation of the Quran (or the outer meaning). In this study it was found that remembrance of God by heart (dhikr al-qalb) is a vital and relevant means for bringing a servant closer to God and having an effect on daily life. Moreover, in a modern context that often makes people uprooted and alienated from themselves.*

**Keywords:** Heart, Dhikr, Islamic Mysticism interpretation, Soul, Tranquility

## A. Pendahuluan

Jauh-jauh hari, Nabi Muhammad saw sebagai sang penerima mukjizat Alquran menggaransi bahwa Alquran memiliki lapis-lapis makna yang begitu banyak: *“Alquran memiliki (makna) zahir dan (makna batin)... “* Hadis tersebut yang kelak menjadi fondasi kaum sufi untuk menafsirkan ayat-ayat Allah secara esoterik dan sufistik (*isyari*). Hal ini sebagaimana ditegaskan Abdurahman Habil:

“Bagaimanapun titik tolak bagi seluruh tafsir esoteris atas Alquran adalah hadis terkenal yang menyatakan bahwa Alquran memiliki dimensi lahiriah dan batiniah.”<sup>33</sup>

---

<sup>33</sup> Abdurahman Habil, *Tafsir-Tafsir Esoteris Traditional Alquran*, dalam Seyyed Hossein Nasr (ed), *Ensiklopedi Tematis Spiritualitas Islam*, (Bandung: Mizan, 2002), hal.37.

Walhasil, tafsir-tafsir Alquran versi para sufi nampak berbeda dan mendalam ketimbang tafsiran yang non-sufi. Membaca *Tafsir Al-Quran Al-'Azhim* karya Sahl Tustari atau *Tafsir Ibn Arabi* akan berbeda sekali pemaknaanya dengan karya-karya tafsir Alquran, misalnya, *Tafsir Ibnu Katsir* dan *Tafsir al-Jalalain* yang ditulis Jalaluddin al-Mahalli dan Jalaluddin as-Suyuthi. Tentu saja, hal ini bukan untuk menegaskan bahwa penafsiran Alquran yang dihasilkan oleh *mufassir* yang bukan sufi itu lebih rendah atau tidak berkualitas. Sebab, kedua kutub sejatinya saling melengkapi. Mulla Sadra dalam *Mafatihul Ghayb*, sebagaimana dikutip Muhammad Nur, pernah berkata: “Apa yang diraih atau akan diraih oleh orang-orang yang *rasikh* (mendalam) ilmunya dan kaum *'arif* (sufi) yang *muhaqqiq* seputar rahasia-rahasia Alquran sama sekali tidak bertentangan dengan tafsir (makna) lahiriahnya. Ia bahkan menjadi penyempurna dan pelengkap baginya (makna lahiriah).”<sup>34</sup>

Karena itulah, sejumlah ayat-ayat yang penulis singgung di sini, agaknya, adalah sebuah upaya memperkaya makna-makna (tafsir) Alquran secara lahiriah. Terlebih, penulis berusaha menganalisa dan menelaah berdasarkan penafsiran Alquran para sufi. Fokus topik yang akan penulis sajikan adalah beberapa firman Allah seputar hati (*qalb*) dan zikir serta relasinya dengan ketenangan jiwa seorang mukmin. Menarik membahas isu ini karena relevansinya dengan kehidupan modern saat ini, *pertama*: fenomena maraknya majelis-majelis zikir yang

---

<sup>34</sup> Muhammad Nur, *Takwil dalam Pandangan Mulla Sadra*, dalam Jurnal *Kanz Philosophia* (Jakarta: Sadra International Institute, 2012), Vol. 2, hal. 294

bak cendawan di musim hujan dimana jamaahnya datang dari pelbagai lapisan masyarakat yang beragam, dan *kedua*: banyak umat Islam yang hatinya tetap gelisah dan tidak tenang meski sejumlah ritual beragama (baca: ibadah formal dan berzikir) kerap ditunaikan. Untuk itu, timbul beberapa pertanyaan penting: Apa sebetulnya yang salah dalam praktik berzikir? Kenapa banyak umat Islam yang merasa tidak menemukan ketenangan dan kebahagiaan dalam hidup, meski ia sudah menjalani ibadah yang dianjurkan Alquran? Apakah hati orang yang berzikir itu memiliki kualitas sendiri-sendiri? Bagaimana menjelaskan dan mengurai persoalan ini dengan mengacu beberapa ayat soal hati, zikir, dan relasinya dengan efek ketenangan dan kebahagiaan dalam kehidupan seorang mukmin?

Berangkat dari pertanyaan-pertanyaan krusial dan signifikan tersebut, penulis akan membagi pembahasan tulisan ini menjadi empat poin penting: *Pertama*, definisi hati dan zikir secara umum dan secara khusus (khazanah sufisme); *kedua* penjabaran dan analisa tafsir *isyari* atas ayat-ayat *qalb* dan zikir serta relasinya dengan kondisi tenang dan bahagia; *ketiga* uraian signifikansi dan relevansi ayat-ayat ini dalam konteks kekinian ; *keempat* kesimpulan dan saran.

## **B. Makna Hati dan Makna Zikir**

Imam Ghazali menjelaskan dua makna *qalb* (hati). Makna pertama, hati itu berarti sepotong ‘daging’ berbentuk buah *sanaubar* (buah pohon cemara atau sejenis dengan itu), yang terletak di bagian kiri dada. Di dalamnya terdapat

rongga berisi darah hitam. Dan makna kedua, hati itu sebuah *lathifah* (sesuatu yang amat halus dan lembut, tidak kasat mata, tak berupa dan tak dapat diraba), yang bersifat *rabbani ruhani*.<sup>35</sup> Untuk makna *qalb* pertama, Ghazali menyodorkan makna hati secara *jasmaniah* (fungsi biologis) sementara yang kedua makna hati secara *ruhaniah* (fungsi kejiwaan/psikis). Kata hati (*qalb*) di sini berbeda dengan kata hati lainnya, yakni *shadr*, *fuad*, dan *lubb*.

Dari sini, tampak, hati sendiri--sebagaimana dikutip Syekh Raqib al-Jerahi dari penjelasan at-Tirmidzi--memiliki empat stasiun: dada (*shadr*), hati (*qalb*), hati lebih-dalam (*fuad*) dan lubuk hati terdalam (*lubb*). Keempat stasiun ini saling bersusunan bagaikan sekumpulan lingkaran. Dada adalah lingkaran terluarnya, hati (*qalb*) dan hati lebih-dalam (*fuad*) berada pada kedua lingkaran tengah, sedangkan inti dari hati (*lubb*) terletak di pusat lingkaran. Tiap-tiap stasiun ini mewadahi cahaya sendiri. Dada (*shadr*) mewadahi cahaya amaliah dari bentuk praktik setiap agama, hati (*qalb*) mewadahi cahaya iman, hati lebih-dalam (*fuad*) mewadahi cahaya makrifat atau pengetahuan akan kebenaran spiritual, dan lubuk hati-terdalam (*lubb*) mewadahi dua cahaya; cahaya kesatuan dan cahaya keunikan yang merupakan dua wajah Ilahi.<sup>36</sup>

---

<sup>35</sup>Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin: Keajaiban Hati*, diterjemahkan oleh Ibnu Ibrahim Ba'adillah (Jakarta: Republika, 2012), vol. 4, hal. 4-5.

<sup>36</sup>Robert Frager, *Hati, & Diri, Jiwa: Psikologi Sufi untuk Transformasi (Heart, Self & Soul: The Sufi Psychology of Growth, Balance and Harmony)*, diterjemahkan oleh Hasmiyah Rauf (Jakarta: Serambi, 2005), hal. 57.

Hati makna kedua yang diterakan Ghazali maupun yang dilansir Syekh Ragib memiliki kesesuaian pengertian, dan hati dalam kapasitas ruhaniah seperti inilah yang akan penulis ulas dalam penjelasan berikutnya.

Sementara makna zikir, jelas Quraish Shihab, berarti mengingat, karena mengingat sesuatu seringkali mengantar lidah untuk menyebutnya. Demikian juga, menyebut dengan lidah dapat mengantar hati untuk mengingat lebih banyak lagi apa yang disebut-sebut itu. Kalau kata “menyebut” dikaitkan dengan sesuatu, maka apa yang disebut itu adalah namanya. Pada sisi lain, bila nama sesuatu terucapkan, maka pemilik nama itu diingat atau disebut sifat, perbuatan, atau peristiwa yang berkaitan dengannya. Dari sini kata *zikrullah* (mengingat Allah) dapat mencakup penyebutan nama Allah atau ingatan menyangkut sifat-sifat atau perbuatan-perbuatan Allah, surga atau neraka-Nya, rahmat atau siksa-Nya, perintah atau larangan-Nya dan juga wahyu-wahyu-Nya, bahkan segala yang dikaitkan dengan-Nya.<sup>37</sup> Adapun peringkat zikir itu sendiri ada dua macam: zikir lisan semata dan zikir lisan bersama kalbu. Untuk yang pertama, zikir dalam pengertian sempit, yakni zikir yang dilakukan lidah semata; hanya menyebut-nyebut nama Allah atau segala hal yang berkaitan dengan-Nya. Sedangkan yang kedua, zikir lisan bersama kalbu, adalah zikir dalam pengertian luas; zikir lisan yang diiringi dengan menghadirkan kalbu tentang kebesaran Allah yang dilukiskan oleh kandungan makna

---

<sup>37</sup>M. Quraish Shihab, *Wawasan Alquran tentang Zikir dan Doa* (Ciputat: Lentera Hati, 2008), hal. 11.

kata yang disebut-sebut itu. Kehadiran dalam kalbu ini sendiri dapat terjadi dengan upaya pemaksaan diri untuk menghadirkannya dan dapat juga tanpa pemaksaan diri. Dalam pada itu, di luar kedua peringkat itu, ada pula derajat zikir tertinggi, yakni larutnya dalam benak si pezikir sesuatu yang diingat itu, sehingga ia terus menerus hadir walau seandainya ia hendak dilupakan.<sup>38</sup> Untuk yang terakhir inilah, agaknya, pengertian zikir menurut kaca mata para sufi. Hal tersebut dipertegas Al-Kalabadzi bahwa hakikat zikir kepada Allah itu adalah saat engkau melupakan segala hal kecuali Allah swt, seraya merujuk firman Allah swt dalam surat al-Kahfi ayat 24 yang berbunyi: “Dan ingatlah Tuhanmu jika engkau lupa.”<sup>39</sup> Makna zikir seturut pandangan sufistik inilah yang menjadi acuan makalah ini.

### C. Hati yang Berzikir, Hati yang Tenang

Sejatinya, hati (*qalb*) dan zikir dalam dunia tasawuf serupa dua sisi dalam satu koin. Sama-sama penting dan tidak bisa dipisahkan. Ada beberapa ayat yang mengindikasikan dua kata tersebut secara beriringan. *Pertama*, QS. Al-Anfal (8): ayat 2-4. Ayat ini berbunyi:

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَّتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ۚ الَّذِينَ يُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا

<sup>38</sup>Ibid, hal. 13-14.

<sup>39</sup>Abu Bakar Muhammad bin Ishaq al-Kalabadzi, *at-Ta'aruf li Mazhab Ahli at-Tasawuf* (Mesir: Maktabah As-Tsaqafah Ad-Diniyyah, 2004), 103-104.

رَزَقْنَهُمْ يُنْفِقُونَ ۝ ۳ أُولَٰئِكَ هُمُ الْمُؤْمِنُونَ حَقًّا لَهُمْ دَرَجَاتٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ  
وَمَغْفِرَةٌ وَرِزْقٌ كَرِيمٌ

Artinya: “Orang-orang mukmin (yang mantap imannya) hanyalah mereka yang apabila disebut (nama) Allah, gemetarlah hati mereka (oleh kesadaran akan kekuasaan, keindahan, dan keagungan Allah), dan apabila dibacakan kepada mereka ayat-ayat-Nya, ia menambah iman mereka dan kepada Tuhan Pemelihara mereka, mereka berserah diri. Mereka yang melaksanakan shalat secara sempurna dan berkesinambungan, dan mereka nafkahkan dari sebagian (rezeki) yang Kami (anugerahkan kepada) mereka. Mereka itulah orang-orang mukmin yang sempurna lagi mantap imannya. Bagi mereka derajat (yang tinggi) di sisi Tuhan Pemelihara mereka, dan ampunan serta rezeki yang mulia.”<sup>40</sup>

Sebelum mengurai lebih detil kupasan sufistik dalam ayat tersebut, ada baiknya kita lihat latar belakang (*asbab an-nuzul*) QS. Al-Anfal: 1-5 ini berdasarkan hadis yang diriwayatkan oleh Muslim, Ahmad, Abu Daud, at-Tirmizi, dan an-Nasa’i yang meriwayatkan dari Sa’ad bin Abu Waqqash ra., dia berkata: “Aku mendapatkan sebilah pedang, lalu aku bawa menghadap Nabi saw. sambil berkata: “Wahai Rasulullah, jadikan itu bagianku!” Nabi saw. menjawab: “Letakkan!” Aku berdiri, lalu Nabi saw. bersabda: “Letakkan di tempat kamu mengambilnya!”

---

<sup>40</sup> M. Quraish Shihab, *Alquran dan Maknanya* (Ciputat: Lentera Hati, 2010), hal. 177.

Aku berdiri, lalu berkata: “Wahai Rasulullah, jadikan itu bagianku!” Beliau bersabda: “Letakkan!” aku berdiri lalu berkata: “Wahai Rasulullah, jadikan itu bagianku! Apakah aku dianggap seperti orang yang tidak memiliki kemampuan?” Beliau bersabda: “Letakkan di tempat kamu mengambilnya!” lalu turunlah ayat ini.”<sup>41</sup>

Bila menilik konteks turunnya ayat tersebut jelas menunjukkan bahwa Allah dan Rasul-Nya tidak senang dan melarang bila umat Islam mengutamakan nafsu material. Harta rampasan perang (*al-anfal*), dalam hal ini pedang yang diminta Sa’ad bin Abu Waqassh kala itu, adalah metafora kehidupan dunia yang hedonistik dan materialistik. Nabi Muhammad saw tidak senang bila pengikut setianya terjebak pada kepentingan kapitalistik tersebut. Sebab hal tersebut bukan mencirikan mukmin sejati (mukmin yang disinggung dalam ayat 2-4 dalam surat al-Anfal di atas). Yakni mereka yang bila disebut nama Allah bergetar hatinya lantaran kesadaran akan kekuasaan, keindahan, dan keagungan Allah), mereka yang bila dibacakan ayat-ayat-Allah imanya kian bertambah, mereka yang selalu berserah diri, mereka yang melaksanakan shalat secara sempurna dan berkesinambungan, dan mereka yang menafkahkan sebagian rezeki semata-mata karena-Nya.

Sufi Ibnu Arabi dalam tafsirnya mempertegas ihwal ayat 2-4 dalam surat al-Anfal ini. Menurutnya, ciri mukmin sejati adalah seseorang yang memiliki keimanan hakiki dan senantiasa menzikir sifat-sifat Allah di dalam hatinya. Laku ini akan menimbulkan dampak dan pengaruh bagi dirinya hingga

---

<sup>41</sup> Ibid.

tergambar kebesaran dan kekuasaan Allah swt, serta memunculkan cahaya-cahaya ruhani yang meluruh ke dalam dirinya lantaran sifat-sifat-Nya termanifestasi atas diri si mukmin tersebut. Dari sini, iman mukmin sejati akan bertambah derajatnya, dari sekadar *ilmu yaqin* menjadi *ainul yaqin*.<sup>42</sup> Bila tafsir Ibnu Arabi demikian, mafhum sekali, bila mukmin pezikir akan mengalami situasi hati yang gemetar saat nama-nama (juga segenap sifat dan atribut) Allah disebutkan. Kalbunya sudah siap menangkap *lathaif* yang bersifat *rabbani ruhaniah* sebagaimana yang disinggung Al-Ghazali di atas. Kegemetarannya pun, jelas Sahl Tustari, lantaran khawatir berpisah (*firaq*) dari-Nya.<sup>43</sup>

Bila zikir model demikian yang dilakukan seorang mukmin, maka tak aneh bila ayat yang termaktub dalam QS. Ar-Ra'd (13): 28 sangat sahih dan tidak diragukan manfaatnya dalam kehidupan manusia yang senantiasa berzikir. Bunyi ayat itu adalah:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۗ

٢٨

Artinya: “Orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenang karena mengingat dan menyebut-nyebut kebesaran dan kuasa Allah. Sungguh, hanya dengan mengingat dan menyebut-

<sup>42</sup>Muhyiddin bin Ali bin Muhammad bin Ahmad bin Abdullah Athai, *Tafsir Ibn 'Arabi* (Beirut: Dar Ihya at-Turats al-Arabi, 2001), Juz 1, hal. 249.

<sup>43</sup>Sahl bin Abd Allāh al-Tustarī, *Tafsir al-Tustari: Great Commentaries on the Holy Qurān*, diterjemahkan oleh Annabel Keeler dan Ali Keeler (Yordan: Royal Aal al-Bayt Institute for Islamic Thought, 2011), hal. 81.

*nyebut kebesaran dan kuasa Allah, hati menjadi tentram.”*

Soal ayat ini, sebagai bukti ilmiah, Quraish mewartakan: “Sejumlah peneliti pernah melakukan observasi dengan alat-alat elektronik canggih guna mengukur perubahan-perubahan fisiologis terhadap sejumlah sukarelawan sehat yang sedang mendengar, dengan tekun, ayat-ayat Alquran. Mereka terdiri dari orang-orang Muslim dan non-Muslim, yang mengerti bahasa Arab dan yang tidak mengerti. Hasil pengamatan membuktikan adanya pengaruh yang menenangkan hingga mencapai 97%. Hasil pengamatan tersebut telah dilaporkan pada konferensi tahunan XVII Asosiasi Kedokteran Islam Amerika (IMANA) yang diselenggarakan di Santa Lucia pada Agustus 1984.<sup>44</sup>

Bila secara ilmiah (ilmu kedokteran) saja mengabarkan kebaikan tiada tara, apalagi bila dibawa pada pemaknaan sufistik. Pасalnya, Ibnu Arabi menjelaskan dalam tafsirnya bahwa yang dimaksud *zikrullah* untuk konteks ini adalah “zikir jiwa dengan lisan dan mentafakuri atas segenap nikmat-Nya, serta zikir hati untuk senantiasa mengingat alam malakut seraya mengejawantahkan sifat-sifat kebesaran dan keindahan Allah swt.”<sup>45</sup> Semetara Tustari melihat *zikrullah* di sini adalah zikir dengan ilmu yang menghasilkan ketenangan (*sukun*), dan zikir dengan akal yang menghasilkan rasa damai dan tenang yang mendalam (*tuma'ninah*). *Tuma'ninah* sendiri akan membuahkan

---

<sup>44</sup> M. Quraish Shihab, *lo.cit.*, hal. 252-254.

<sup>45</sup> Muhyiddin, *lo.cit.*, Juz 2, hal. 342.

kedamaian dan ketenangan yang berhubungan dengan rasa percaya diri, iman, dan ketenteraman hati.<sup>46</sup>

Sementara Thabathaba'i, sebagaimana dijelaskan Quraish, menjelaskan bahwa kata *tathmainnu* (menjadi tenang dan tentram) sebagaimana termaktub dalam ayat tersebut adalah penjelasan tentang kata sebelumnya, yakni beriman. Iman tentu saja bukan sekadar pengetahuan obyek iman, sebab pengetahuan tentang sesuatu itu belum tentu mengantar pada keyakinan dan ketenteraman hati. Ilmu tidak menciptakan iman. Bahkan bisa saja itu melahirkan kecemasan atau bahkan pengingkaran hati dari yang bersangkutan sebagaimana disinggung dalam QS. An-Naml (27): 14 yang berbunyi: "Dan mereka mengingkarinya karena kezaliman dan kesombongan (mereka) padahal hati mereka meyakini (kebenaran)nya." Memang ada sejenis pengetahuan yang disertai dengan kesadaran akan kebesaran Allah, serta kelemahan dan kebutuhan mahluk kepada-Nya. Ketika pengetahuan dan kesadaran itu bergabung dalam jiwa seseorang, maka ketika itu lahir ketenangan dan ketenteraman.<sup>47</sup>

Berdasarkan amatan penulis, nampak ada tiga kata kunci yang saling terkait dan berkelindan dalam 2 ayat di atas: iman, hati, dan zikir. Bahwa keimanan hakiki, sebagaimana dilansir Ibnu Arabi, adalah prasyarat mutlak menghadirkan hati yang terus berzikir, kapan pun dan di mana pun. Zikirnya pun bukan semata-mata membasahi lidah, namun menzikir sifat-sifat Allah di dalam hatinya, menyerapnya hingga kemudian menginternalisasi di dalam dirinya dan menghasilkan efek

---

<sup>46</sup> Tustari, *lo.cit.*, hal. 100

<sup>47</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah* (Ciputat: Lentera Hati, 2005), Vol. 6, hal.600.

ketenangan dan ketentraman di dalam hidup. Efek ini pun berkat rahmat-Nya. Dia yang “memilih” dan menganugerahkan kepada hamba-hamba pilihan-Nya yang beriman. Bukankah dalam QS. Al-Fath (48): 4, Allah berfirman:

هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ  
إِيمَانِهِمْ ۗ وَاللَّهُ جُنُودُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ ۗ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا ۙ

Artinya: “Dialah yang telah menurunkan ketenangan di dalam hati orang-orang mukmin supaya bertambah keimanan mereka (pada kebesaran Allah, dan kebenaran Rasul-Nya) di samping keimanan mereka (yang selama ini telah ada), dan milik Allah bala tentara langit dan bumi. Dan adalah Allah Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana.”<sup>48</sup>

Kata *as-sakinah* (ketenangan) di ayat tersebut, jelas Ibnu Arabi, bermakna hadirnya cahaya di hati yang membahagiakan dan melezatkan sebagai salah satu hal prinsipil ‘*ain al-yaqin* setelah melalui proses *ilm al-yaqin*.<sup>49</sup> Kita mafhum bahwa ilmu yakin (*ilm’ al-yaqin*) adalah keyakinan yang didapat berdasarkan teori dan kabar yang kita terima. Dan ‘*ain al-yaqin* adalah keyakinan yang terbit karena sudah mengalami dan merasakan sendiri setelah mengetahui secara teoritis (diskursif). Begitu pula dalam konteks ini. Bahwa kita tahu jika keimanan dan zikir kepada Allah itu dapat menenangkan dan menentraman jiwa sebagaimana tertulis di dalam Alquran saja. Ia hadir sebagai informasi suci semata sejak kita bisa membaca tafsir Alquran,

<sup>48</sup> M. Quraish Shihab, *Alquran dan Maknanya*, *op.cit.*, hal. 511.

<sup>49</sup> Muhyiddin, *lo.cit.*, Juz 2, hal. 269.

namun belum bisa mengalaminya secara langsung. Artinya, iman dan faedah zikir yang ada di benak kita baru sebatas keyakinan (*ilm al-yaqin*) saja. Namun, setelah melalui proses pembersihan hati dengan sejumlah *riyadhah* spiritual yang mendekatkan diri kepada-Nya, ilmu yang tadinya sebatas keyakinan saja (*ilm al-yaqin*) itu dapat berubah menjadi '*ain al-yaqin*. Artinya keimanan dan fungsi zikir yang semula hanya informasi teori saja, kini sudah masuk pada tingkat iman *hudhuri* (*direct knowledge*), pengalaman langsung bersama-Nya. Karena-nya tak aneh, bila kata yang mengiringi setelah kata '*Dialah yang telah menurunkan ketenangan di dalam hati orang-orang mukmin*' adalah kata '*supaya bertambah keimanan mereka*'. Pada poin ini, setiap hamba Allah (baca: salik) yang tadinya sudah beriman secara '*ilm al-yaqin*, maka Allah akan menambah keimanan di hati mereka berupa pengalaman rasa tenang di hati yang tidak terlukiskan. Wajar, bila kemudian Ibnu Arabi menafsirkan '*bertambah keimanan mereka*' ini dengan kata-kata: *wijdaniyyan dzauqiyyan 'ainiyyan*.<sup>50</sup>

Hal tersebut kian menegaskan bahwa pengetahuan hati yang dirasakan langsung oleh seorang mukmin adalah pengalaman yang paling penting. Sebagaimana disabdakan Nabi Muhammad saw: "Ada dua jenis pengetahuan: pengetahuan lidah.. dan pengetahuan hati; (yakni) pengetahuan yang benar-benar berharga."<sup>51</sup> Pengetahuan lidah di sini, menurut hemat penulis, adalah simbol teori, akal, nalar dan diskursif, sedang pengetahuan hati adalah simbol pengetahuan langsung atau

---

<sup>50</sup> Ibid.

<sup>51</sup> Robert Frager, *lo.cit*, hal. 62.

*hudhuri*, dan ia menjadi pusat bagi tersingkapnya segala rahasia pengetahuan sejati dari Allah swt. Ali bin Thalib ra, sebagaimana disinggung Al-Ghazali, pernah memberikan tamsilnya: “Sesungguhnya Allah swt mempunyai wadah-wadah tertentu di bumi-Nya, yaitu hati manusia. Maka yang paling disukai oleh-Nya—di antara wadah-wadah itu—adalah yang paling lembut, paling jernih dan paling kuat.” Menurut Al-Ghazali, Ali kemudian menjelaskan kata ‘yang paling lembut, paling jernih dan paling kuat’ itu dengan ucapannya begini: “Yang paling kuat dalam agama, paling jernih dalam keyakinan, dan paling lembut dalam pergaulan dengan teman-teman”.<sup>52</sup> Sementara Ka’ab Al-Ahbar pernah berkata: “Aku pernah mendatangi Aisyah ra dan berkata kepadanya, ‘Kedua mata manusia adalah penunjuk jalan baginya, kedua telinganya adalah pendengar setia baginya, lidahnya adalah penerjemahnya, kedua tanganya adalah sayap baginya, kedua kakinya adalah petugas komunikasinya, dan hatinya adalah raja. Maka apabila si raja dalam keadaan baik, baik pulalah tentaranya.’ Ketika mendengar itu Aisyah berkata: ‘Seperti itu pula aku pernah mendengar dari Rasulullah.’”<sup>53</sup>

Karena hati adalah raja di dalam jiwa manusia, maka tak aneh ia adalah wadah yang mewadahi cinta Allah, wadah yang menangkap cahaya Allah, wadah yang paling bisa mendekatkan manusia yang beriman, para salik, dan para sufi, mengalami langsung kehadiran-Nya. Karena itulah, tak aneh bila Al-Ghazali pernah mendedahkan begini:

---

<sup>52</sup> Al-Ghazali, *lo.cit.*, hal. 10-15.

<sup>53</sup> *Ibid.*

*“Wahai teman, hatimu adalah cermin yang mengkilap. Kau harus membersihkan debu yang menutupinya, karena hati ditakdirkan untuk memantulkan cahaya rahasia Ilahi.”<sup>54</sup>*

Sungguh, menjadi logis dan mafhum, bila seorang mukmin hakiki--sebagaimana disebutkan Ibnu Arabi di atas—ingin berzikir terus kepada Allah. Sebab ia sejatinya ingin agar hatinya bukan sekadar tenang, tapi juga merindukan tersingkapnya cahaya dan rahasia-rahasia Sang Khalik. Pada level inilah kemudian bisa dipahami ihwal ketaqwaan hati sebagaimana disinggung dalam QS. Al-Hajj (22) : 32 yang berbunyi:

ذٰلِكَ وََمَنْ يُعْظَمُ شَعَائِرَ اللّٰهِ فَاِنَّهَا مِنْ تَقْوٰى الْقُلُوْبِ ۝۳۲

Artinya: *“Demikianlah, dan sesiapa yang mengagungkan syiar-syiar (tanda-tanda) Allah, maka sesungguhnya (pengagungan) itu bermula dari ketakwaan hati.”<sup>55</sup>*

Kata-kata ‘mengagungkan syiar-syiar (tanda-tanda) Allah’ dalam firman tersebut, menurut pemahaman penulis, adalah simbol hamba Allah yang beriman yang senantiasa menzikir Allah di dalam jiwanya. Sebab, zikir-zikir yang diamalkanya itu bukti dari ketakwaan hati yang meliputi jiwanya. Kita tahu bahwa zikir itu sendiri, sebagaimana dijelaskan Ibnu

---

<sup>54</sup> Kata-kata ini penulis anggit dari Robert Frager, *op.cit.*, hal. 52.

<sup>55</sup> M. Quraish Shihab, *Alquran dan Maknanya, lo.cit.*, hal.336.

Atha'illah dalam *Miftah al-Falah wa Misbah al-Arwah*, adalah upaya melepaskan diri dari kelalaian dengan senantiasa menghadirkan kalbu bersama *al-Haqq* (Allah). Hal ini bisa dilakukan dengan mengingat lafal *Jalallah* (Allah), sifat-Nya, hukum-Nya, perbuatan-Nya, atau suatu tindakan yang serupa. Berdasarkan pemahaman tersebut, maka mereka yang berbicara tentang kebenaran Allah, atau yang merenungkan keagungan, kemuliaan, dan tanda-tanda kekuasaan-Nya di langit dan di bumi, atau yang mengerjakan perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya sesungguhnya —dengan berbuat demikian—mereka tengah berzikir.<sup>56</sup> Bila mengacu definisi zikir yang dijelaskan Atha'illah di atas, maka 'pengagungan syiar-syiar (tanda-tanda) Allah' dalam ayat tersebut adalah sebetuk *zikhullah* dalam pelbagai model dan bentuknya.

Dalam pada itu, para pezikir itu sendiri memiliki beragam model. Di sini, Atha'illah menjelaskan bahwa: “Ada orang yang berzikir agar terang hatinya lalu dia pun menjadi pezikir. Dan ada orang yang terang hatinya lalu dia pun menjadi pezikir. Sedangkan orang yang zikirnya bersamaan dengan nurnya, maka dengan zikirnya dia mendapati petunjuk, dan dengan nurnya dia mengikuti.”<sup>57</sup> Ihwal aforisme Atha'illah ini, Syekh Fadhalla Haeri mensyarahkan bahwa orang-orang yang zikir dan cahayanya berbarengan bisa dibimbing oleh kesadaran mereka. Para salik harus berzikir guna meningkatkan keadaan hati mereka. Dan orang-orang yang hatinya suci harus

---

<sup>56</sup> Ibn 'Atha'illah, *Miftah al-Falah wa Misbah al-Arwah (Zikir Penentram Hati)*, diterjemahkan oleh A. Fauzy Bahreisy (Jakarta: Serambi, 2006), hal. 30-31.

<sup>57</sup> Ibn 'Atha'illah, *Al-Hikam (Rampai Hikmah)*, diterjemahkan oleh Lisma Dyawati Fuaida (Jakarta: Serambi, 2004), hal. 349.

mempertahkannya dengan zikir. Orang-orang yang tercerahkan adalah yang berzikir sekaligus, pada saat yang sama, berhati terang. Hanya orang yang seperti itu yang patut diikuti.<sup>58</sup> Pada titik ini, setiap mukmin—apapun peringkat dan kondisinya—maka berzikir adalah sebuah keniscayaan. Hal yang diungkap oleh sufi Atha'illah di atas bukan sebuah formula yang baru, melainkan sudah dilakoni para Nabi, para sufi dan orang-orang shaleh sejak dahulu kala ketika ingin merasakan kehadiran Allah guna meraih keridhaan dan cinta-Nya. Buah dari itu semua, tak aneh, bila tinta sejarah mengabadikan bahwa mereka adalah figur-figur luar biasa yang Allah anugerahkan dengan personalitas yang santun dan penuh kasih sayang terhadap sesama.

Hal ini sebagaimana difirmankan Allah dalam QS. Al-Hadid (57): 27 yang berbunyi:

ثُمَّ قَفَّيْنَا عَلَىٰ آثَارِهِم بِرُسُلِنَا وَقَفَّيْنَا بِعِيسَى ابْنِ مَرْيَمَ وَآتَيْنَاهُ الْإِنْجِيلَ ۖ  
وَجَعَلْنَا فِي قُلُوبِ الَّذِينَ اتَّبَعُوهُ رَأْفَةً وَرَحْمَةً ۗ وَرَهَابَانِيَّةً ابْتَدَعُوهَا مَا  
كَتَبْنَا عَلَيْهِمْ إِلَّا ابْتِغَاءَ رِضْوَانِ اللَّهِ فَمَا رَعَوْهَا حَقَّ رِعَايَتِهَا فَآتَيْنَا  
الَّذِينَ آمَنُوا مِنْهُمْ أَجْرَهُمْ ۖ وَكَثِيرٌ مِنْهُمْ فَاسِقُونَ ۚ ٢٧

Artinya: “Kemudian Kami iringkan pada jejak mereka (yakni jejak kedua nabi itu dan utusan-utusan Kami sebelum atau sesudah masa mereka berdua) rasul-rasul Kami dan Kami iringkan (pula) Isa putra Maryam; dan Kami berikan kepadanya Injil dan Kami jadikan dalam hati orang-orang yang mengikutinya rasa santun dan

<sup>58</sup> Ibid.

*rahmat dan mereka mengada-ngadakan rahbaniyyah (yakni sikap berlebih-lebihan dalam beribadah dan olah jiwa). Kami tidak mewajibkannya atas mereka, tetapi (mereka mengada-ngadakanya) untuk mencari keridhaan Allah, lalu mereka tidak memeliharanya dengan pemeliharaan semestinya. Maka Kami berikan (kepada Nabi Muhammad saw) di antara mereka pahala mereka dan banyak di antara mereka fasik (keluar dari ketaatan kepada Allah).”<sup>59</sup>*

Dalam ayat ini, berdasarkan tafsir penulis, bahwa untuk meraih cinta Allah dan keridahaan-Nya, para Nabi dan pengikutnya sejatinya memang menempuh jalan atau suluk “berat” seperti *rahbaniyyah*. Tentu saja, bentuk-bentuk *rahbaniyyah* ini ada yang mengambil cara eksklusif (mengasingkan diri)-- seperti menjauhi diri dari kehidupan dunia dengan banyak berkhawatir di tempat-tempat terpencil, hidup sangat sederhana-- dan ada pula yang tidak, yakni tetap bergaul dalam kehidupan sosial sebagaimana lazimnya orang kebanyakan namun hatinya tetap terpaut dan terikat dengan Allah dengan banyak berzikir, baik itu zikir *qauliyyah* (lisan), *fi’liyyah* (perbuatan) atau pun zikir kalbu.

Inilah yang disebut Atha’illah sebagai zikir sempurna, yakni zikir yang bisa dilakukan dengan lisan, hati, ataupun anggota badan. Orang yang menggabungkan semua unsur tersebut berarti telah melakukan zikir sempurna.<sup>60</sup> Usaha

---

<sup>59</sup> M. Quraish Shihab, *Alquran dan Maknanya*, *lo.cit*, hal. 541.

<sup>60</sup> Ibn Atha’illah, *Miftah al-Falah wa Misbah al-Arwah (Zikir Penentrang Hati)*, *op.cit*, hal. 30.

tersebut, tentu saja, dilakoni agar hati mereka kian bersih dan suci hingga mendapatkan ketenangan dan kebahagiaan jiwa bersama Allah swt. Bukankah kebersamaan dengan Allah ini yang sudah Dia janjikan dalam sabda-sabda Nabi-Nya. Antara lain, misalnya, yang disinggung Al-Ghazali:

*“Umar ra berkata: ‘Pernah ditanyakan kepada Rasulullah saw: ‘Ya Rasulullah, dimanakah Allah? Di bumi atau di langit?’ Maka jawab beliau: ‘Di dalam hati hamba-hamba-Nya yang beriman.’ Dan dalam Hadis Qudsi disebutkan bahwa Allah swt berfirman: “Bumi dan langit-Ku tidak cukup luas untuk diri-Ku, namun yang cukup untuk-Ku adalah hati hamba-Ku yang beriman, yang lemah lembut dan penuh keramahan.” Diriwayatkan pula bahwa Nabi Muhammad saw pernah ditanya: “Siapakah mukmin yang terbaik di antara manusia?” Jawab beliau: “Setiap mukmin yang baik hati.” Beberapa orang bertanya lagi: “Apa yang dimaksud baik hati?” Jawab beliau: “Itulah mukmin yang taqwa lagi suci hatinya, tak ada kecurangan, kezaliman, khianat, dengki dan hasad di dalamnya.” Itulah sebabnya pula mengapa Umar ra pernah berkata: “Hatiku melihat Tuhanku.”<sup>61</sup>*

#### **D. Signifikansi Hati yang Berzikir di Zaman Modern**

Kita hidup di dunia yang serba instan. Semua hal menjadi gaya hidup. Mulai dari pakaian, makanan, teknologi,

---

<sup>61</sup> Al-Ghazali, *lo.cit.* hal. 20.

dan—ironisnya—demikian pula kehidupan beragama. Banyak ustadz, misalnya, yang menjadi selebritis dan disukai banyak orang berkat kemasannya industri informasi dan teknologi. Banyak acara-acara keagamaan, termasuk zikir bersama, yang dikemas secara industrial guna menarik massa. *Walhasil*, banyak di antara kita yang bukan hanya tidak menemukan ketenangan hati dan jiwa dalam beragama, tapi lebih dari itu tidak menemukan eksistensi diri.

Yasraf Amir Piliang menegaskan bahwa dalam konteks modern saat ini manusia banyak yang kehilangan konsep diri di dalam hutan rimba citraan (*image*) masyarakat informasi yang lebih menawarkan aneka ragam konsep diri (iklan, film, sinetron, dan lain-lainnya) yang semu, yang menjauhkan dirinya dari pemaknaan jati diri atau eksistensi hakikinya.<sup>62</sup> Semua larut dalam kebudayaan massa dengan ditopang oleh industri kebudayaan yang telah mengkonstruksi masyarakat yang tak sekadar berbasis konsumsi, tapi juga menjadikan semua artefak budaya sebagai produk industri dan sudah tentu komoditas.<sup>63</sup>

Demikianlah. Begitu pula yang terjadi dalam budaya beragama di dalam kehidupan kita. Banyak institusi maupun figurinya telah memasuki kebudayaan massa semata-mata karena faktor komoditas tersebut. Tak aneh, meski kantong-kantong zikir berjamaah seperti cendawan di musim hujan yang dirubung ribuan jamaah, efeknya tidak sedahsyat yang diterakan Allah dalam firman-firman di atas, tidak sebegitu berpengaruh

---

<sup>62</sup>Yasraf Amir Piliang, *Sebuah Dunia Yang Dilipat: Realitas Kebudayaan Menjelang Milenium Ketiga dan Matinya Posmodernisme*, (Bandung: Mizan, 1998), hal. 32.

<sup>63</sup>Idi Subandy Ibrahim, *Ectasy Gaya Hidup: Kebudayaan Pop dalam "Masyarakat Komoditas" Indonesia* (Bandung: Mizan, 1997), hal. 16.

selayaknya yang dikatakan para Nabi dan para sufi. Bukankah tidak jarang kita jumpai, maaf, sebagian pejabat dan politisi yang rajin menyambangi zikir berjamaah namun laku hidupnya tidak berzikir? Bukankah tidak aneh kita temukan, maaf, sebagian manusia di sekitar hidup kita yang fasih menzikir-zikir nama Allah, namun perbuatannya tidak selaras atas yang dizikirkan itu? Sungguh, menjadi wajar sekali, bila banyak orang yang lisanya berzikir, namun hatinya tidak berzikir, hingga tidak mendapatkan ketenangan dan ketentraman di hati. Semuanya semu dan kamuflese. *Na'udzubillah min dzalik*.

Jika menelaah tiga kata kunci berdasarkan penafsiran ayat-ayat di atas: iman hakiki, zikir dan hati yang tenang. Maka problem mendasar orang beragama di sekeliling kita adalah belum menampilkan iman hakiki, karenanya berzikir pun tidak hakiki, sehingga hasilnya pun hati yang tidak kunjung sentosa; hati yang dirundung gelisah dan tidak bahagia, hati yang bukan menjadi rumah taqwa.<sup>64</sup>

Sufi Atha'illah dalam kitab masyhurnya, *Al-Hikam*, sejatinya menyebut kelompok ini adalah kelompok yang sebagian besar tak mempunyai cahaya maupun zikir. Ia berkata: “Ada orang yang nur (kecerahan hati)-nya mendahului zikirnya. Ada pula orang yang zikirnya mendahului nurnya. Ada pula orang yang nurnya berbarengan dengan zikirnya. Dan ada pula orang yang tanpa zikir dan tanpa nur—kita berlindung kepada Allah dari hal ini.”<sup>65</sup>

---

<sup>64</sup> Taqwa di sini, bila meminjam penjelasan Syekh Ragib al-Jerahi, adalah “kepekaan akan Tuhan”, yang menyadari kehadiran Tuhan. Lihat Robert Frager, *lo.cit*, hal. 65.

<sup>65</sup> Atha'illah, *Al-Hikam, op.cit*, hal. 348.

Oleh karena itulah, dalam konteks kekinian, sesiapa – termasuk dalam hal ini diri penulis—yang hendak merengkuh cahaya Ilahi dan memperoleh ketenangan hati, sudah sepatutnya memulai untuk mengoreksi diri: Apakah selama ini sudah benar-benar memiliki iman hakiki—yakni yang semata-mata beriman karena-Nya, tanpa embel-embel unsur kapitalistik dan material? Apakah sejauh ini sudah benar-benar berzikir secara sempurna sebagaimana disarankan Atha’illah?

### **E. Kesimpulan**

Ada tiga poin penting yang bisa disimpulkan untuk menangkap pengertian relasi hati (qalb), zikir, dan efek ketenangan dan ketentraman jiwa. *Pertama*, menurut penulis, perlu kembali memahami kembali arti hakekat iman dalam diri setiap mukmin. *Kedua*, memahami bahwa hati adalah wilayah paling penting untuk menangkap pengetahuan dan cahaya dari Allah. Karenanya ia harus senantiasa dibersihkan agar bisa siap dan terkondisikan dalam menerima cahaya-Nya. Oleh karena itulah, dibutuhkan pribadi yang berzikir dengan pelbagai bentuk (lisan, kalbu, dan perbuatan) guna meraih hati yang bersih. *Ketiga*, ketenangan dan ketentraman jiwa bukan perkara instan dalam beragama. Semua butuh proses mujahadah jiwa guna meraihnya.

*Last but not least*, membincang dan mengulas firman Allah dalam QS. Al-Anfal (8): 2-4, QS. Ar-Ra’d (13): 28, QS. Al-Hajj (22) : 32, QS. Al-Fath (48): 4, dan QS. Al-Hadid (57): 27 seturut penafsiran sufistik tidaklah mudah. Uraian yang ada

dalam tulisan ini adalah sekadar ikhtiar penulis untuk memahaminya. Karena itulah, tulisan ini sangat terbuka untuk koreksi dan saran konstruktif dari pembaca.

### DAFTAR PUSTAKA

Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin: Keajaiban Hati*, diterjemahkan oleh Ibnu Ibrahim Ba'adillah, Jakarta: Republika, 2012.

'Atha'illah, Ibn, *Miftah al-Falah wa Misbah al-Arwah (Zikir Penentram Hati)*, diterjemahkan oleh A. Fauzy Bahreisy, Jakarta: Serambi, 2006.

-----, *Al-Hikam (Rampai Hikmah)*, diterjemahkan oleh Lisma Dyawati Fuaida, Jakarta: Serambi, 2004.

Shihab, M. *Quraish, Alquran dan Maknanya*, Ciputat: Lentera Hati, 2010.

-----, *Tafsir Al-Misbah Vol. 6*, Ciputat: Lentera Hati, 2005.

-----, *Wawasan Alquran tentang Zikir dan Doa*, Ciputat: Lentera Hati, 2008.

Piliang, Yasraf Amir, *Sebuah Dunia Yang Dilipat: Realitas Kebudayaan Menjelang Milenium Ketiga dan Matinya Posmodernisme*, Bandung: Mizan, 1998.

Muhyiddin bin Ali bin Muhammad bin Ahmad bin Abdullah Athai, *Tafsir Ibn 'Arabi*, Beirut: Dar Ihya at-Turats al-Arabi, 2001.

Sahl bin Abd Allāh al-Tustarī, *Tafsir al-Tustari: Great Commentaries on the Holy Qurān*, diterjemahkan oleh Annabel Keeler dan Ali Keeler, Yordan: Royal Aal al-Bayt Institute for Islamic Thought, 2011.

Habil, Abdurahman, *Tafsir-Tafsir Esoteris Traditional Alquran*, dalam Seyyed Hossein Nasr (ed), *Ensiklopedi Tematis Spiritualitas Islam*, Bandung: Mizan, 2002.

Ibrahim, Idi Subandy, *Ectasy Gaya Hidup: Kebudayaan Pop dalam "Masyarakat Komoditas" Indonesia*, Bandung: Mizan, 1997.

Frager, Robert (Syekh Ragib al-Jerahi, *Hati, & Diri, Jiwa: Psikologi Sufi untuk Transformasi (Heart, Self & Soul: The Sufi Psychology of Growth, Balance and Harmony)*, diterjemahkan oleh Hasmiyah Rauf, Jakarta: Serambi, 2005.

Al-Kalabadzi, Abu Bakar Muhammad bin Ishaq, *at-Ta'aruf li Mazhab Ahli at-Tasawuf*, Mesir: Maktabah As-Tsaqafah Ad-Diniyyah, 2004.

Jurnal Kanz Philosophia, Vol. 2., Jakarta: Sadra International Institute, 2012.