

Konsep *Tazkiyah al-Nafs* Menurut al-Harith bin Asad al-Muhasibi

The Concept Of Tazkiyah al-Nafs According To al-Harith Bin Asad al-Muhasibi

Abu Dardaa Mohamad¹, Salasiah Hanin Hamjah² & Ahmad Irdha Mokhtar³

ABSTRAK

Tazkiyah al-nafs ialah suatu proses pendidikan jiwa seseorang manusia yang berbentuk penyucian dalaman dan pembentukan luaran supaya dapat mengekang kemahuan dan sifat buruk yang membawa kepada ketidaksihatan mental dan kecelaruan tingkah laku. Sebagaimana pentingnya penekanan terhadap aspek kesihatan fizikal, aspek kesihatan spiritual juga perlu diberi penekanan. Imam al-Harith bin Asad al-Muhasibi (781-857M) adalah seorang tokoh yang mempelopori penulisan yang mempunyai nilai-nilai penekanan terhadap aspek *tazkiyah al-nafs*. Walau bagaimanapun, nilai-nilai tersebut hanya terkandung dalam beberapa karya beliau tanpa disusun dengan kaedah atau konsep yang jelas sehingga memerlukan kepada penyusunan semula. Oleh itu, kajian ini bertujuan menjelaskan latar belakang al-Muhasibi sebagai figura konsep dan seterusnya menyusun konsep *tazkiyah al-nafs* yang terkandung dalam karya-karya beliau. Kajian ini merupakan kajian kualitatif dengan reka bentuk analisis kandungan. Hasil kajian menunjukkan bahawa pembahagian kaedah *tazkiyah al-nafs* dalam karya-karya beliau adalah berbentuk pencegahan (*wiqayah*), pembangunan (*tanmiyah*) dan juga rawatan (*'ilaj*).

Kata Kunci: *Tazkiyah al-nafs*, al-Muhasibi, psikoterapi Islam, pembangunan insan, penyucian hati

ABSTRACT

Tazkiyah al-nafs is a human soul education process in the forms of internal purification and external formation in order to restrain the desires and vices that lead to mental and behavioural disorders. As important as the emphasis on the study of physical health, the study of spiritual health also needs to be emphasised. al-Harith ibn Asad al-Muhasibi (781-857M) is a figure who pioneered the writings that emphasised the values of tazkiyah al-nafs. Nevertheless, these values are only present in many places in his works without being organised in clear method or concept. Therefore, the study aims to explain the background of al-Muhasibi as the figure of the concept and endeavours to compile the concept of tazkiyah al-nafs contained in his works. This is a qualitative study with the design of content analysis. The results show that the concept of tazkiyah al-nafs in his works is distributed in the forms of prevention (wiqayah), development (tanmiyah) and treatment ('ilaj).

Keywords: *Tazkiyah al-nafs*, al-Muhasibi, Islamic psychotherapy, human development, heart purification

¹ Abu Dardaa Mohamad ialah calon PhD di Jabatan Pengajian Dakwah dan Kepimpinan, Fakulti Pengajian Islam, UKM. B.A dan M.A dalam jurusan Islamic Studies dari University of Wales. Email: dardaa@ukm.edu.my

² Dr. Salasiah Hanin Hamjah adalah seorang Prof. Madya di Jabatan Pengajian Dakwah dan Kepimpinan, Fakulti Pengajian Islam, UKM. Email: salhanin@ukm.edu.my

³ Dr. Ahmad Irdha Mokhtar adalah seorang pensyarah kanan di Jabatan Pengajian Dakwah dan Kepimpinan, Fakulti Pengajian Islam, UKM. Email: airdham@ukm.edu.my

Pendahuluan

Penekanan terhadap aspek pendidikan jiwa adalah suatu perkara yang penting sebagaimana ianya diberikan kepada aspek fizikal (Ma'mun Mubidh 1995). Ia merupakan suatu aspek yang amat wajar diberikan perhatian yang khusus. Aspek ini dinamakan sebagai *tazkiyah al-nafs* oleh sebahagian ulama dalam Islam dan ia dipercayai dapat menolong melemahkan unsur-unsur buruk yang ada pada jiwa seseorang dan secara tidak langsung dapat membawa kepada kebahagiaan pemilik jiwa tersebut (Karzun 2003). Islam amat memberi penekanan terhadap aspek jiwa sehingga al-Quran sebagai sumber utama syariat Islam banyak memperbahaskan mengenainya dengan menyebut perkataan *al-nafs* sebanyak 259 kali dalam bentuk yang pelbagai (Rania Nazmi t.th).

Di zaman awal Islam terdapat sebilangan ilmuan Islam yang dikenali sebagai ahli sufi yang telah mengaplikasikan konsep *tazkiyah al-nafs* dalam kehidupan seharian, namun mereka tidak membukukannya dalam bentuk penulisan. Akan tetapi kenyataan-kenyataan mereka banyak dinukilkan dalam tulisan-tulisan ahli-ahli sufi selepas mereka. Mereka adalah seperti al-Hasan al-Basri (m. 738M), Malik bin Dinar (m. 748M), Ibrahim bin Adham (m. 779M) dan al-Fudail bin al-'Iyad (m. 830M).

Tidak lama selepas zaman mereka, Imam al-Muhasibi (m. 887M) mempelopori penulisan yang menekankan nilai-nilai tersebut sehingga beliau telah dikecam oleh sebahagian para ulama di zamannya seperti Imam Ahmad bin Hanbal (m. 855M) dan juga Imam Abu Zur'ah (m. 877M) sebagai melakukan perkara bid'ah kerana tidak mengikut jejak ulama terdahulu dalam penulisan. Imam Abu Zur'ah ketika disoal tentang al-Muhasibi dan buku-bukunya, dia menjawab: "Jauhkan dirimu dari buku-buku ini, ia bid'ah dan sesat. Kamu patut baca *athar* (hadith), nescaya kamu akan dapatinya lebih menguntungkan berbanding buku-buku ini". Dikatakan kepada Abu Zur'ah: "Akan tetapi buku-buku ini berbentuk nasihat". Dia menjawab: "Orang yang tidak menjadikan kitab Allah sebagai ibrah, maka buku-buku ini tidak boleh menjadi ibrah untuknya. Adakah kamu dapati bahawa Malik, al-Thawri, dan al-Awza'i menulis buku seperti ini?" (al-Nabhani 1991, al-Khatib al-Baghdadi 1997, al-Dhahabi 1999).

Walau bagaimanapun, dalam menulis karya-karyanya, al-Muhasibi tidak membukukan konsep *tazkiyah al-nafs* itu secara tersusun dan jelas. Ia hanya terkandung secara berselerak di dalam karya-karyanya yang menyentuh berkenaan kepentingan penyucian jiwa manusia seperti yang dilakukan dalam *al-Ri'ayah li huquq Allah*, *Risalah al-mustarshidin*, *Risalah al-wasaya* yang juga dikenali sebagai *al-nasaih*, *Adab al-nufus* dan *Bada' man anaba ila Allah*.

Oleh yang demikian, kajian yang menjelaskan tentang siapakah Imam al-Muhasibi dan apakah konsep *tazkiyah al-nafs* menurut beliau adalah suatu yang penting untuk dilaksanakan. Maka, kajian ini akan menjelaskan tentang latar belakang al-Muhasibi dan seterusnya menerangkan konsep *tazkiyah al-nafs* yang terkandung dalam karya-karya beliau.

Metodologi Kajian

Kajian ini adalah merupakan kajian kualitatif menerusi kaedah pengkajian kepustakaan dan juga dengan reka bentuk analisis kandungan. Pengkaji mengumpul data menerusi metode pensejarahan daripada bahan-bahan yang terdapat di perpustakaan, khususnya data primer tentang al-Muhasibi dan juga konsep *tazkiyah al-nafs* menurut beliau.

Latar belakang al-Muhasibi dianalisis melalui buku-buku yang membincangkan tentang biografi atau hagiografi ramai tokoh-tokoh Islam terdahulu yang dikenali sebagai *tarajum al-rijal* dalam tradisi pengajian Islam. Manakala konsep *tazkiyah al-nafs* menurut al-Muhasibi

adalah dianalisis menerusi karya-karya beliau yang sebahagiannya masih boleh didapati walaupun sebahagiannya telah hilang seperti yang didakwa oleh Smith (1973).

Hagiografi Imam al-Muhasibi

Nama sebenar Imam al-Muhasibi ialah al-Harith bin Asad yang juga diberi *kunyyat* Abu Abd Allah dan lebih dikenali sebagai al-Muhasibi. Gelaran al-Muhasibi telah diberikan kepada beliau adalah kerana kesungguhan beliau mengamalkan *muhasabah al-nafs* dalam kehidupan dan sentiasa menilai amalan sehariannya agar ikhlas dan jauh daripada riya'. (Ibnu Khallikan 1968, Abd al-Halim Mahmud 1973, al-Subki 1999). Beliau telah dilahirkan di Basrah pada tahun 165 Hijrah bersamaan 781 Masihi (Smith 1973, Picken 2011, Mahmud 1992, M. Abdul Mujieb et al. 2009) mengikut satu pendapat walaupun pada dasarnya tarikh sebenar kelahirannya agak sukar untuk ditentukan memandangkan kebanyakan catatan mengenai latar belakang beliau tidak menyatakan dengan jelas perkara tersebut. Saad Karim al-Faqi pula dalam kajian dan *tahqiq* terhadap manuskrip *Kitab al-Makasib* mencatatkan bahawa beliau dilahirkan pada tahun 178H (al-Muhasibi t.th a).

Imam al-Dhahabi (1994) menggelarkan beliau sebagai *Shaykh al-Sufiyyah*. Sebahagian pelajarnya menjadi orang-orang yang hebat dan terkenal dalam ilmu tasawwuf seperti Ibn Masruq, Ahmad bin al-Qasim, al-Junaid al-Baghdadi, Ahmad bin al-Hasan al-Sufi, Isma'īl bin Ishaq al-Sarraj, Abu 'Ali bin Khayran al-Faqih. Beliau meninggal dunia di Baghdad pada tahun 243H/857M (al-Dhahabi 1994, al-Sulami 1969, al-Muhasibi t.th a, Gavin Picken 2011).

Dalam *al-Mawsu'ah al-Sufiyyah*, Abd al-Mun'im al-Hifni (1992) merekodkan bahawa daripada al-Muhasibi terbina satu *tariqah* yang dinamakan sebagai al-Muhasibiyyah, dan konsep (*minhaj*) yang dipelopori oleh beliau pula dinamakan sebagai *tahlil al-nafsani*. Kamus al-Mawrid Arab-Inggeris (2001) menterjemahkan *tahlil al-nafsani* sebagai *psychoanalysis*. Perkara yang menarik di sini adalah kerana psikoanalisis dikenali dan diiktiraf sebagai suatu teori atau kaedah kaunseling yang utama yang diasaskan oleh Sigmund Freud (1856-1939), seorang ahli psikologi Barat yang berasal dari Vienna (Corey 2013).

Latar belakang kehidupan al-Muhasibi ketika kecil dan remaja tidak diketahui secara terperinci. Walaupun begitu, dapat disimpulkan melalui beberapa anekdot bahawa beliau dibesarkan dalam keluarga yang berada, berpendidikan agama dan kebudayaan yang luas (al-Muhasibi t.th a). Ketika beliau dilahirkan, ia merupakan kemuncak kepada pemerintahan Khalifah al-Mahdi, dan ketika berusia lima tahun pula Khalifah Harun al-Rashid telah dilantik ke takhta pemerintahan khilafah Abbasiyyah. Sebuah zaman yang menyaksikan lahirnya para ulama dan pemikir Islam yang hebat khususnya di Baghdad, pusat pemerintahan khilafah Islamiyyah dan kawasan-kawasan sekitarnya. Sebagai contoh: Imam Malik (m. 179AH), Imam Abu Yusuf (m. 182AH), Imam Ibn al-Hasan (m. 204AH), Imam al-Shafi'i (m. 204AH) dan Imam Ahmad Ibn Hanbal (m. 241AH) dalam bidang syariah atau feqah. al-'Allaf (m. 226AH), al-Nazzam (m. 231AH), al-Jahiz (m. 225AH) dalam bidang teologi dan kesusasteraan. Abu Nuwwas (m. 199AH) dalam bidang syair. Bishr al-Hafi (m. 227AH) dan Dhu al-Nun (m. 245AH) dalam bidang tasawwuf. Bagaimanapun, bapa al-Muhasibi yang mungkin dari golongan elit lebih berminat kepada ajaran Qadariyyah yang terkesan dengan falsafah kuno dan pemikiran Greek (Mahmud 1992, Picken 2011).

Keberadaan keluarga Imam al-Muhasibi boleh dilihat melalui cerita Imam al-Junaid (Abu Nuaim 1997, al-Dhahabi 1994, al-Khatib al-Baghdadi 1997) yang meriwayatkan bahawa ketika bapa beliau meninggal dunia, beliau telah diwariskan sejumlah harta yang banyak, akan tetapi beliau tidak mengambilnya. Para pengkaji sejarah meriwayatkan bahawa harta yang telah ditinggalkan oleh bapa beliau adalah sebanyak 70,000 dirham, manakala riwayat lain pula menyatakan sebanyak 30,000 dinar (Ibnu Khallikan 1968, al-Naisaburi

1972). Namun beliau tidak mengambil harta peninggalan bapanya itu sebagai jalan warak kerana bapanya berfahaman Qadariyyah (Abu Nuaim 1997, al-Dhahabi 1994, Ibnu Khallikan 1968, al-Naisaburi 1972), iaitu fahaman yang menggunakan logik akal secara melaumpai nas-nas syarak dan terpesong dari ajaran Islam. Beliau telah menyumbangkan kesemua harta tersebut kepada perbendaharaan negara, dan apabila ditanya berkenaan perkara tersebut beliau menyatakan bahawa Rasulullah SAW melarang mewarisi harta daripada orang yang berlainan agama (Ibnu Khallikan 1968, al-Dhahabi 1994, al-Khatib al-Baghdadi 1997, al-Naisaburi 1972).

Semua catatan menunjukkan bahawa Imam al-Muhasibi meninggal pada 243 Hijrah bersamaan 857 Masihi di Baghdad (al-Khatib al-Baghdadi 1997, al-Dhahabi 1994, al-Sulami 1969, al-Nabhani 1991, Ibnu Khallikan 1968, al-Zirikli 2002, al-Naisaburi 1972, al-Muhasibi t.th a, Gavin Picken 2011).

Tazkiyah al-Nafs

Tazkiyah *al-nafs* adalah suatu penekanan terhadap aspek kerohanian dengan kaedah latihan ibadah seperti solat, zikir, fikir, membaca al-Quran, *qiyam al-layl* dan sebagainya. Metode ini adalah satu kaedah kecerdasan spiritual dan penerapan akhlak melalui strategi atau proses membuang akhlak mazmumah dalam jiwa (*al-takhalli*) dan seterusnya menggantikannya dengan akhlak mahmudah (*al-tahalli*). Ianya adalah proses memurnikan jiwa dengan memahami konflik dalam diri dan seterusnya mendidik hati. Pelaksanaan *tazkiyah al-nafs* secara konsisten dapat memberi kesan positif kepada diri seseorang dan memberi kesan pemulihan kepada dirinya (Masyuri 2012).

Perkataan "*tazkiyah*" dari sudut bahasa membawa beberapa maksud yang berkaitan antara satu sama lain, iaitu: tumbuh, pertambahan, percambahan, naik taraf dan perkembangan. Ia juga boleh membawa maksud disiplin, pembentukan, baik pulih, pembersihan dan penyucian. Bahkan ia boleh bermaksud pujian (Ibn Manzur 2012, Muhammad Khayr Fatimah 2003, al-Muaz 1998).

Adapun perkataan *al-nafs* dari sudut bahasa mempunyai makna yang kompleks untuk dibincangkan sehingga al-Ghazali (2005) memperakui bahawa terlalu sedikit di kalangan ulama terkemuka yang mendalam pengetahuan mereka tentang istilah ini dan yang berkaitan dengannya.

Ibnu Manzur (2012) dalam *Lisan al-Arab* menjelaskan bahawa *al-nafs* membawa maksud roh, jasad, darah, saudara, dan di sisi. Beliau juga menaqqalkan kata-kata Ibnu 'Abbas bahawa bagi setiap manusia ada padanya dua *al-nafs (nafsan)*: *nafs al-aql* yang fungsinya ialah membezakan (*al-tamyiz*), dan *nafs al-ruh* yang fungsinya ialah memberi nyawa (*al-hayah*). Muhammad Khayr Fatimah (2003) pula dalam kajiannya mendapati *al-nafs* mempunyai pelbagai makna yang boleh disimpulkan dalam dua kategori. Yang pertama ialah *al-nafs al-kubra* (yang besar) yang merupakan zat seseorang manusia secara menyeluruh. Yang kedua pula ialah *al-nafs al-sughra* (yang kecil). Yakni sesuatu yang terdapat dalam diri manusia yang menggabungkan banyak sifat dan ciri-ciri yang diterjemahkan dalam bentuk perbuatan.

Saad Riyadh (2007) dalam kajiannya terhadap rangkaian hadith Rasulullah SAW menemukan bahawa penggunaan kata *al-nafs* ini dirujuk kepada emosi (*wijdan*), perilaku (*suluk*), perasaan (*shu'ur*), mahupun sensasi (*ihsas*) yang mana semua ini menunjukkan kepada suatu lintasan yang terdetik atau bergejolak di dalam diri manusia yang selanjutnya diterjemahkan ke dalam tingkah laku. Menurutnya *al-nafs* juga boleh bermaksud sebagai zat atau esensi. Iaitu unsur pokok dalam melakukan sesuatu adalah untuk dirinya. Ia mendorong manusia untuk berusaha mencapai keinginan-keinginan yang ada dalam dirinya. Seterusnya,

kata *al-nafs* juga diguna pakai bagi merujuk kepada roh manusia, iaitu suatu unsur yang mesti ada pada seseorang manusia atau makhluk untuk hidup. Sekiranya roh ini sudah tiada dalam diri manusia, maka ketika itu dia sudah mati.

Said Hawa (1995) mendefiniskan *tazkiyah al-nafs* secara istilah sebagai pembersihan (*tatahkur*) daripada penyakit dan kerosakan lalu mencapai/merealisasikan (*tahaqquq*) tahap-tahap kesucian (*maqamat*), seterusnya ialah tahap pembentukan sifat (*takhalluq*), iaitu dengan sifat-sifat terpuji. Beliau juga memperincikan dengan pernyataan bahawa ianya adalah perbuatan membersihkan diri daripada kekotoran, daripada kemahuannya dan syahwatnya yang buruk, dari sifat kebinatangannya, daripada pergolakan dalamannya, serta membersihkannya dari segala bentuk kegelapan.

Abu al-Hasan al-Nadawi (2000) pula berkata: “adalah patut kita menamakan ilmu yang berkenaan penyucian jiwa, yang mendisiplin dan menghiasinya dengan tuntutan syariat, yang mengosongkannya dari sifat dan sikap yang jahat, yang mengajak kepada kesempurnaan iman dan dalam mendapatkan darjat *ihsan*, juga berakhlak dengan akhlak kenabian, yang mengikut cara Rasulullah SAW pada sifat dalamannya, dan perihal imannya, adalah patut kita dan seluruh orang Islam menamakannya sebagai *tazkiyah*, atau *ihsan*, atau *fiqh al-batin*.”

Setelah diteliti tentang makna perkataan *al-nafs* yang digunakan, didapati bahawa *al-nafs* mencakupi dua aspek penting yang ada pada manusia. Pertama: aspek luaran manusia merangkumi fizikal dan derianya. Kedua: aspek dalaman manusia merangkumi mental dan spiritualnya. Maka disimpulkan bahawa *tazkiyah al-nafs* ialah suatu proses pembaik pulihan dan pendisiplinan diri ke arah yang lebih positif secara dalaman dan luaran menurut acuan agama Islam dengan mengaplikasikan kaedah pembersihan (*al-takhalli*) dan pembentukan (*al-tahalli*) sehingga mencapai tahap ihsan dan akhlak kenabian.

Peringkat *al-Nafs* Menurut Imam al-Muhasibi

Menurut Smith (1973), apabila diperhatikan pendekatan al-Muhasibi terhadap *al-nafs* melalui karya-karya beliau, seolah-olah beliau hanya membahagikan *al-nafs* kepada dua sahaja, iaitu peringkat tinggi dan peringkat rendah. Peringkat tinggi di mana seseorang manusia tidak lagi mampu diganggu oleh unsur-unsur jahat dan iblis. Peringkat rendah adalah jiwa manusia yang mampu dikalahkan oleh kemahuan jahat yang datang dari dalam dirinya dan juga hasutan iblis. Perbincangan beliau banyak berkisar sekitar peringkat yang kedua kerana ia adalah sebab kerosakan sifat dan sikap manusia. Adapun peringkat pertama, ianya seakan-akan tidak perlu diperbahaskan bagi beliau kerana ia telah mencapai tahap yang selamat bagi manusia.

Sebetulnya al-Muhasibi dengan jelas telah membahagikan *al-nafs* dalam diri manusia kepada tiga kategori melalui pembahagian beliau terhadap perbezaan peringkat manusia ketika mencari takwa serta memelihara hak-hak Allah SWT, beliau berkata:

إعلم أن الناس مختلفون في ذلك على ثلاث منازل لا رابع لها

Maksudnya: Ketahuilah bahawa manusia berbeza pada perkara tersebut dalam tiga peringkat, tiada yang keempat (al-Muhasibi 1985).

Kategori pertama yang dinyatakan oleh Imam al-Muhasibi ialah manusia yang membesar dalam keadaan sedar dan tidak cenderung kepada bermain-main lalu tergelincir di dalam maksiat, nyata beliau:

فمنهم من نشأ على الخير لا صبوة له إلا الزلة عند السهو كالزلة التي لم يعر من مثلها النبيون والصديقون

Maksudnya: Maka dalam kalangan mereka ada orang yang membesar dalam keadaan tahu (sedar) serta tidak cenderung kepada bermain-main melainkan tergelincir ketika lupa sebagaimana apa yang para Nabi dan Siddiqun juga tidak terlepas darinya (al-Muhasibi 1985).

Maka golongan ini hidup dengan mengenal Allah dan suci hatinya. Mereka mampu melaksanakan suruhan Allah dengan mudah serta mampu menjinakkan hawa nafsunya. Bahkan godaan hawa nafsu mereka tidak cukup kuat untuk mengalahkan mereka. Lalu mereka menjadikan keseluruhan kehidupan mereka adalah ibadah kepada Allah. Oleh itu Allah membantu mereka untuk hidup penuh gembira di dunia dan akhirat.

Kelompok manusia yang kedua ialah mereka yang dalamannya bertembung antara baik dan buruk. Ada masa dia kalah kepada kehendaknya yang buruk, lalu dia menyesal dan kembali bertaubat kepada Allah, tegas beliau:

وآخر تائب من بعد صبوته وراجع إلى الله سبحانه عن جهالته ونادم على ما سلف من ذنوبه في أيامه

Maksudnya: Dan orang yang lain pula bertaubat selepas cenderung kepada bermain-main, kembali kepada Allah daripada kejahilannya serta menyesal pada dosa-dosa yang telah berlalu dalam hidupnya (al-Muhasibi 1985).

Mereka ini berazam untuk berubah ke arah kebaikan dan melaksanakan ajaran Islam serta bersungguh-sungguh tidak mahu kembali kepada kehidupan lama. Walaupun begitu, nafsu mereka sentiasa memujuk-mujuk untuk kembali kepada tabiat lama dengan mengingatkan tentang kelazatan dan keenakan perkara tersebut. Akan tetapi mereka tetap juga melawan dan menundukkan nafsu dengan mengingatkannya berkenaan kesan buruk serta balasan Allah sekiranya ia kembali kepada kemungkaran sehingga sampai kepada suatu tahap mereka sudah mampu menundukkan hawa nafsu dengan mudah.

Kategori manusia yang ketiga yang dijelaskan oleh Imam al-Muhasibi ialah mereka yang sentiasa kalah kepada hawa nafsunya dan hidup dalam dosa, jelas beliau:

والثالث مصر على ذنبه مقيم على سيئاته ونسيانه يغلبه الهوى وضعف الخوف

Maksudnya: Dan orang yang ketiga berpanjangan dalam dosanya, kekal dalam kejahatan dan lupanya, serta hawa nafsu mengalahkannya disebabkan lemah rasa takutnya kepada Allah (al-Muhasibi 1985).

Nafsu mereka ini tidak pernah kenyang dan dia tidak pula mereka rasa bersalah dengan apa yang dilakukan walaupun dalam masa yang sama mereka mengakui bahawa suatu hari mereka akan dibangkitkan daripada kubur dan dihisab di hadapan Allah. Kotoran dosa dalam diri mereka menjadi penghalang untuk kembali kepada Allah walaupun kadang-kadang terdapat lintasan keimanan dalam diri. Namun, lintasan tersebut tidak mampu kekal kerana hati mereka sudah keras serta terlalu sibuk dengan dunia. Kelompok yang ketiga ini memerlukan ubat untuk merungkai ikatan dosa yang berpanjangan tersebut, sekaligus mencapai kedua-dua tahap yang telah disebutkan sebelum ini. Ubat tersebut ialah *al-khawf wa al-raja'*, iaitu takut akan balasan serta mengharapkan ganjaran dari Allah (al-Muhasibi 1985).

Pembahagian oleh Imam al-Muhasibi ini pada dasarnya adalah bagi membezakan sikap orang yang beriman dalam mencari takwa di sisi Allah serta melaksanakan tuntutan-Nya. Pembahagian ini kemudiannya telah dikembangkan perbahasannya oleh para ulama selepas

beliau seperti mana yang dilakukan oleh Imam al-Ghazali di dalam kitab *Ihya' ulum al-din* (al-Ghazali 1998) dan barangkali bertitik tolak dari perbincangan inilah al-Ghazali membahagikan *al-nafs* kepada *al-nafs al-mutmainnah*, *al-nafs al-lawwamah* dan juga *al-nafs al-ammarah bi al-su'*.

Konsep *Tazkiyah al-Nafs* Menurut al-Muhasibi

Konsep *tazkiyah al-nafs* yang didapati dalam karya-karya Imam al-Muhasibi adalah berbentuk pencegahan (*wiqayah*), pembangunan (*tanmiyah*) dan juga rawatan (*'ilaj*). Karya-karya beliau yang banyak menyentuh perkara-perkara ini adalah *al-Ri'ayah li huquq Allah*, *Risalah al-mustarshidin*, *Adab al-nufus*, *al-Wasaya* yang dalamnya terkandung *al-Nasaih* dan *Bada' nan anaba ila Allah*. Melalui penelitian awal terhadap karya-karya beliau, setiap pembahagian di atas diperbahis dengan panjang lebar di bawah tema-tema yang berikut:

Jadual 1.0 Konsep *Tazkiyah al-Nafs* Menurut Imam al-Muhasibi

<i>Wiqayah</i>	<i>Tanmiyah</i>	<i>'Ilaj</i>
<i>al-Tayaqquz min al-ghaflah</i>	<i>al-'Ibadah wa al-dhikr</i>	<i>'Ilaj al-riya`</i>
<i>al-Tawbah</i>	<i>al-Zuhd</i>	<i>'Ilaj al-'ujub</i>
<i>Ma'rifat al-khayr wa al-shar</i>	<i>al-Qana'ah</i>	<i>'Ilaj al-kibr</i>
<i>al-Muraqabah</i>	<i>al-Mahabbah</i>	<i>'Ilaj al-ghirrah</i>
<i>al-Muhasabah</i>	<i>al-Khawf</i>	<i>'Ilaj al-hasad</i>
<i>Ma'rifah khida' al-nafs</i>		
<i>Mujahadat al-nafs</i>		
<i>al-Sabr</i>		

Sumber: Karya-karya Imam al-Muhasibi

1. *al-Wiqayah*

Pencegahan adalah langkah pertama kaedah *tazkiyah al-nafs* yang dikemukakan oleh al-Muhasibi. Ia bermula dengan sedar dari kelalaian (*al-tayaqquz min al-ghaflah*) kerana ia adalah penyakit pertama yang menimpa manusia. Maka, sedar adalah sumber kepada segala kebaikan seperti mana kelalaian adalah sumber kepada segala keburukan (al-Muhasibi 1984). Taubat (*al-tawbah*) pula adalah hasil dari kesedaran yang mengembalikan manusia ke pangkal jalan (al-Muhasibi 1985).

Al-Muhasibi (1984) menyatakan bahawa perkara pertama yang mesti dilakukan oleh seseorang manusia yang ingin melaksanakan *tazkiyah al-nafs* ialah mengenali dan membezakan antara baik dan buruk (*ma'rifah al-khayr wa al-shar*). Tambah beliau, ini kerana seseorang itu tidak mungkin mengenal Allah melainkan dengan akal, dan tidak mungkin mampu mentaati-Nya melainkan dengan ilmu (al-Muhasibi 1999).

Seterusnya ialah *al-muraqabah* dan *al-muhasabah*. Menurut al-Muhasibi (1986), *al-muraqabah* ialah hati sentiasa merasakan kewujudan Allah SWT dan Allah Maha Mengetahui setiap tingkah lakunya. Menurutnya lagi (al-Muhasibi 1984), ianya membentuk takwa dalam diri, menimbulkan rasa syukur terhadap nikmat, menyebabkan sabar ketika dalam masalah dan menjadikan seseorang itu pemaaf ketika disakiti orang. *al-Muhasabah* pula ialah akal seseorang mengambil masa seketika memikirkan perbuatannya adakah disukai Allah atau tidak, dan ia sentiasa berfikir untuk menjaga dirinya dari kejahatan hawa nafsunya (al-Muhasibi 1986). Beliau memperincikan bahawa *al-muhasabah* perlu dilakukan dalam dua keadaan, sebelum perbuatan dan selepasnya (al-Muhasibi 1985).

Daripada bentuk pencegahan juga ialah mengetahui strategi nafsu (*ma'rifah khida' al-nafs*). al-Muhasibi (1984) menyatakan bahawa seseorang itu tidak mengenal dirinya sehingga dia mengujinya, lalu al-Muhasibi menyarankan agar manusia menguji dirinya agar dia tahu

bagaimana keadaan nafsunya. al-Muhasibi menjelaskan bahawa musuh yang ingin menipu daya seseorang manusia adalah dirinya sendiri, iaitu nafsunya. Setelah dilihat tiada perkara yang merosakkan dalam diri, maka barulah ketika itu manusia boleh berasa senang hati (al-Muhasibi 1985).

Mujahadah al-nafs juga adalah satu bentuk pencegahan. Ia bermaksud menghalang diri dari mendapatkan apa yang bukan haknya dan berkongsi haknya dengan orang lain. Ini kerana jiwa seseorang manusia dipenuhi rasa tamak. Maka apabila seseorang manusia mampu menghalang dirinya dari bersifat tamak pada perkara dunia dan akalinya pula mampu mengalahkan hawa nafsunya, dia telah menjadikan sifat tamaknya hanya kepada perkara akhirat. Itulah yang dimaksudkan dengan *mujahadah al-nafs* (al-Muhasibi 1985).

Walaupun begitu, menurut al-Muhasibi *mujahadah al-nafs* tidak mudah dilakukan tanpa adanya kesabaran (*al-sabr*). Kesabaran mesti ada dalam tiga perkara iaitu pada mentaati Allah, pada meninggalkan maksiat dan pada menghadapi masalah duniawi. Maka, apabila seseorang itu telah mampu bersabar hanya kerana Allah, dia mampu menangani strategi hawa nafsunya dan setiap masalah yang dihadapinya akan terasa ringan (al-Muhasibi 1986).

2. *al-Tanmiyah*

Langkah kedua ialah *al-tanmiyah*, iaitu pembangunan diri melalui amalan dan sifat-sifat terpuji. Bagi Imam al-Muhasibi, perkara pertama yang mesti dijaga oleh seseorang manusia dalam membangunkan jiwanya ialah amalan wajib kerana ianya ibarat jambatan antara hamba dan Tuhannya. Seterusnya ditambah pula dengan amalan-amalan sunat (*al-ibadah wa al-dhikr*). Ia mesti dilakukan dengan niat yang suci dan ikhlas kerana Allah (al-Muhasibi 1986).

Perkara kedua ialah *zuhud (al-zuhd)*. al-Muhasibi (1986) mendefinisikannya sebagai meninggalkan kenikmatan dunia dan keseronokannya kerana bimbang akan terjebak dalam kemurkaan Allah. Walaupun begitu, beliau mencela mereka yang mendakwa sebagai orang-orang yang *zuhud*, akan tetapi gagal melaksanakan tanggungjawabnya dalam memberi hak orang lain. Lalu beliau menyatakan bahawa *zuhud* hanya berlaku jika dipenuhi tiga perkara iaitu meninggalkan kekayaan yang dimiliki, nafsu terjaga pada perkara halal serta tidak terkesan dengan dunia (al-Muhasibi 1999). Ini disusuli dengan *al-qanaah*, iaitu sifat memadai dengan apa yang mampu dicapai. Ia menjauhkan seseorang itu dari menjadi fakir (al-Muhasibi 1986).

Kecintaan (*al-mahabbah*) dan takut (*al-khawf*) kepada Allah adalah antara unsur penting yang membangunkan jiwa seseorang manusia dalam kaedah *tazkiyah al-nafs* menurut al-Muhasibi. Bagi beliau, seluruh pemikiran manusia mestilah berkisar tentang Allah. Jika seseorang itu telah merasakan nikmat dan kemanisan kecintaannya kepada Allah, dia akan mendapat kehidupan yang amat baik dan tenang kerana hawa nafsunya telah dapat dikalahkan (al-Muhasibi 1986). Kecintaan kepada Allah juga menerbitkan takut kepada-Nya, dengan maksud takut terhadap kemurkaan dan balasan azab dari-Nya atas perbuatan buruk. Takut kepada Allah juga adalah permulaan kepada takwa serta ketakutan kepada-Nya di dunia juga menjanjikan keamanan di akhirat, dan begitulah sebaliknya (al-Muhasibi 1985).

3. *al-'Ilaj*

Terdapat terlalu banyak penyakit dalam diri manusia yang memerlukan kepada rawatan (*'ilaj*) yang telah diterangkan oleh Imam al-Muhasibi. Pun begitu, penyakit-penyakit utama yang menimpa manusia adalah yang paling banyak dibincangkan oleh beliau dalam karya-

karyanya. Penyakit-penyakit tersebut adalah menunjuk-nunjuk (*al-riya'*), berbangga-bangga (*al-ujub*), sombong (*al-kibr*), lalai dan leka (*al-ghirrah*) dan dengki (*al-hasad*).

Penutup

Imam al-Harith bin Asad al-Muhasibi seawal kurun ketiga hijrah telah pun membincangkan secara terperinci tentang psikologi manusia dan telah menyediakan kaedah psikoterapi yang jitu yang dirumuskan daripada dua sumber terpenting keilmuan Islam iaitu al-Quran dan al-Sunnah, walaupun ianya tidak disusun di dalam sebuah karya yang khusus yang menggabungkan kesemua tema-tema yang telah diperbahaskan. Ianya diketahui umum bahawa sebagaimana kesejahteraan jiwa seseorang itu bergantung kepada tahap kesihatan fizikalnya, fizikal juga bergantung kepada tahap kecerdasan spiritualnya. Implikasi kepada kajian ini menunjukkan bahawa perbincangan Imam al-Muhasibi tentang *tazkiyah al-nafs* adalah sangat relevan untuk digali balik dan diterapkan dalam amalan yang berkenaan dengan jiwa manusia seperti amalan kaunseling. Kajian ini mencadangkan agar konsep *tazkiyah al-nafs* menurut Imam al-Muhasibi ini digali dengan lebih mendalam, disusun dan dijadikan sebagai sebuah modul yang boleh digunakan oleh mana-mana pihak yang berkenaan.

Bibliografi

- Abdel Kader, Ali Hassan. *The Life, Personality and Writings of al-Junayd*. London: Luzac & Company Ltd, 1962.
- Abu Nuaim, Ahmad bin Abd Allah. *Hilyah al-Awliya'*. Dirasat wa Tahqiq oleh Mustafa 'Abd al-Qadir 'Ata'. Jilid 10. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1997.
- Ahmad Karzun, Anas. *Manhaj al-Islam fi Tazkiyah al-Nafs*. Beirut: Dar Ibn Hazm, 1997.
- Ahmad Karzun, Anas. *Amrad al-nafs*. Beirut: Dar Ibn Hazm, 2003.
- Arena Che Kasim. *Pembangunan Manusia Menurut Islam dan Barat: Satu Analisis Teoritikal*. Tesis Sarjana, Fakulti Pengajian Islam, Universiti Kebangsaan Malaysia, 2000.
- Baalbaki, Rohi. *al-Mawrid: A Modern Arabic-English Dictionary*. Lebanon: Dar al-'Ilm li al-Malayin, 2001.
- Corey, Gerald. *Theory and Practice of Counselling and Psychotherapy*. 9th edition. International edition. Canada: Brooks/Cole Cengage Learning, 2013.
- al-Dhahabi, Shams al-din Abu 'Abd Allah Muhammad bin Ahmad bin 'Uthman. *Tarikh al-Islam wa Wafayat al-Mashahir al-A'lam*. Jilid Hawadith Wafayat 241-250H. Tahqiq 'Umar 'Abd al-Salam Tadmuzi. Beirut: Dar al-Kutub al-'Arabi, 1999.
- al-Dhahabi, Shamsuddin Abu 'Abd Allah Muhammad bin Ahmad bin 'Uthman. *Siyar A'lam al-Nubala'*. Tahqiq bi ishrاف Shahkh Shu'aib Arnaut. Jilid 12. Lubnan: Muassasah al-Risalah, 1994.
- al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya' 'Ulum al-Din*. Beirut: Dar al-Ma'rifah, 1998.
- Hawwa, Sa'id. *al-Mustakhlis fi Tazkiyah al-Anfus*. Dar al-Salam: Kaherah, 1988.
- al-Hifni, 'Abd al-Mun'im. *al-Mawsu'at al-Sufiyyah: A'lam al-Tasawwuf wa al-Munkirin Alayhi wa al-Turuq al-Sufiyyah*. Al-Qahirah: Dar al-Rashad, 1992.
- al-Hilali, Abdul Hamid. *Penyucian Jiwa Metode Tabi'in*. Pustaka al-Kautsar: Jakarta Timur, 2000.
- Ibnu Khallikan, Shams al-Din Ahmad bin Muhammad. *Wafayat al-A'yan wa Anba' Abna' al-Zaman*. Tahqiq Ihsan 'Abbas. Jilid 2. Beirut: Dar al-Thaqafah. 1968.

- al-Khatib al-Baghdadi, Abu Bakr Muhammad 'Ali. *Tarikh Baghdad: aw Madinat al-Islam*. Tahqiq Mustafa 'Abd al-Qadir 'Ata'. Jilid 8. Beirut: Dar al- Kutub al-'Ilmiyyah, 2007.
- al-Khonsari, Mohammad Bagher al-Mousavi. *Rouzat al-Jannat*. Jilid 3. Tehran: Nasir Khosro, 1391H.
- M. Abdul Mujieb, Ahmad Ismail & Syafi'ah. *Ensiklopedia Tasawuf Imam al-Ghazali*. Jakarta: Penerbit Hikmah, 2009.
- Ma'mun Mubidh. *al-Murshid fi al-Amrad al-Nafsiyyah wa Idtirabat al-Suluk*. Beirut: al-Maktab al-Islami, 1995.
- Mahmud, 'Abd al-Halim. *Ustaz al-Sairin: al-Harith bin Asad al-Muhasibi*. al-Qahirah: Dar al-Ma'arif, 1992.
- Massignon, Louis. *Muhasibi: Abu Abd Allah Harith bin Asad al-Anazi*. Dlm Encyclopaedia of Islamic Scholars and Scientists. Editors M. Th. Houtsma, T. W. Arnold, R. Basset and R. Hartmann. Vol 4. Maryland: Impact Global Publishing, 2012.
- Masyuri. Prinsip-prinsip Tazkiyah al-Nafs dalam Islam dan Hubungannya dengan Kesehatan Mental. *Jurnal Pemikiran Islam* (2012) 37,2: 95-102.
- Md Noor Saper. *Pembinaan Modul Tazkiyah an-Nafs dan Kesannya ke Atas Religiositi dan Resiliensi Remaja*. Tesis Doktor Falsafah. Universiti Utara Malaysia, 2012.
- Muhammad Khayr Fatimah. *Manhaj al-Islam fi Tazkiyah al-Nafs*. Beirut: Dar al- Khayr, 2003.
- al-Muhasibi, al-Harith bin Asad. *al-Makasib wa al-Wara' wa al-Shubhat wa Bayan Mubahiha wa Mahzuriha wa Ikhtilaf al-Nas fi Talabiha wa al-Rad 'ala al-Ghalitina fih*. Tahqiq wa Tashih Sa'ad Karim al-Faqi. Iskandariyyah: Dar Ibn Khaldun, t.th a.
- al-Muhasibi, al-Harith bin Asad. *Kitab al-Tawahhum: Tawahhum Hal Ahl al-Nar wa Tawahhum Hal Ahl al-Jannah*. Tahqiq Mustafa 'Ali bin 'Aud Ja'far. t.tp: t.pt t.th b.
- al-Muhasibi, al-Harith. *Adab al-Nufus*. Tahqiq oleh 'Abd al-Qadir Ahmad 'Ata'. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1984.
- al-Muhasibi, al-Harith. *Al-Ri'ayah li Huquq Allah*. Tahqiq oleh 'Abd al-Qadir Ahmad 'Ata'. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1985.
- al-Muhasibi, al-Harith. *Risalah al-Mustarshidin*. Tahqiq oleh 'Abd al-Fattah Abu Ghuddah. Beirut: Maktab al-Matbu'ah al-Islamiyyah, 1999.
- al-Muhasibi, al-Harith. *al-Wasaya*. Tahqiq oleh 'Abd al-Qadir Ahmad 'Ata'. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1986.
- al-Muhasibi, al-Harith. *Bada' Man Anaba ila Allah*. Tahqiq oleh al-Sayyid Majdi Fathi. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1991.
- al-Nabhani, Yusuf bin Isma'il. *Jami' karamat al-Awliya'*. Tahqiq Ibrahim 'Atwah 'Awad. Beirut: Maktabat al-Thaqafiyyah, 1991.
- al-Nadawi, Abu al-Hasan. *Rabbaniyyah La Rahbaniyyah*. Mansurah: Dar al-Kalimah, 2000.
- Najati, Muhammad Uthman. *al-Quran wa 'Ilm al-Nafs*. Dar al-Shuruq: Kaherah, 2001.
- al-Naisaburi, Abu al-Qasim. *al-Risalat al-Qushairiyyah*. Tahqiq 'Abd al-Halim Mahmud & Abd al-Rahman al-Mur'ishli. al-Qahirah: Dar al-Kutub al-Hadithah, 1972.
- Picken, Gavin. *Spiritual Purification in Islam: The Life and Works of al-Muhasibi*. London: Routledge, 2011.
- Rania Muhammad Aziz Nazmi. *al-Nafs wa Haqiqatuha fi al-Quran al-Karim*. Misr: Kuliyyah al-Adab Jami'ah al-Iskandariyyah, t.th.
- Siti Rugayah Tibek. al-Nafs Menurut al-Quran. Dlm. Fariza Md. Sham, Siti Rugayah Hj. Tibek & Othman Hj. Talib (pnyt). *Dakwah dan Kaunseling Islam di Malaysia*, Bangi: Penerbit Universiti Kebangsaan Malaysia (2006): 41-50.
- Smith, Margaret. *An Early Mystic of Baghdad*. London: The Sheldon Press, 1973.

- Smith, Margaret. The Forerunner of al-Ghazali. *Cambridge Journal: Journal of the Royal Asiatic Society* (1936): 68.
- al-Subki, Taj al-Din. *Tabaqat al-Shafi'iyah al-Kubra*. Tahqiq Mustafa 'Abd al-Qadir 'Ata'. Jilid 1. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1999.
- al-Sulami, Abu 'Abd al-Rahman. *Tabaqat al-Sufiyyah*. Tahqiq Nur al-Din Shuraybat. al-Qahirah: Maktabat al-Khanuji, 1969.
- al-Zirikli, Khair al-Din bin Mahmud. *al-A'lam: Qamus Tarajum li Ashhuri al-Rijal wa al-Nisa' min al-'Arab wa al-Musta'rabin wa al-Mustashriqin*. Jilid 2. Beirut: Dar al-'Ilm li al-Malayin, 2002.