

Analisis Penerapan Konsep *Tazkiyat al-Nafs al-Muḥāsibī* dalam Psikologi dan Kaunseling Islam

Abu Dardaa Mohamad
dardaa@ukm.edu.my
Universiti Kebangsaan Malaysia

ABSTRAK

Pembentukan jiwa dalam Islam boleh melalui konsep yang pelbagai. Salah satunya adalah menerusi penyucian jiwa atau *tazkiyat al-nafs*. Konsep *tazkiyat al-nafs* peninggalan al-Muḥāsibī adalah suatu warisan yang tidak ternilai dalam khazanah keilmuan Islam. Ia mengetengahkan kaedah penyucian jiwa yang dapat diambil faedah untuk diterapkan dalam bidang psikologi dan kaunseling moden. Justeru, artikel ini bertujuan menganalisis penerapan konsep *tazkiyat al-nafs* al-Muḥāsibī dalam psikologi dan kaunseling Islam. Ia dilakukan secara kualitatif dengan menggunakan pendekatan temu bual sebagai reka bentuk kajian. Empat orang kaunselor berdaftar daripada Pusat Kaunseling Majlis Agama Islam Negeri Sembilan telah dijadikan informan bagi mencapai objektif tersebut. Hasil kajian mendapati bahawa konsep *tazkiyat al-nafs* al-Muḥāsibī perlu serta boleh diterapkan dalam psikologi dan kaunseling. Ia juga mendapati para kaunselor telah sedia menggunakan kerangka besar konsep tersebut dalam sesi tanpa mengetahui perincian al-Muḥāsibī. Hasil kajian juga menunjukkan keperluan penyusunan dan penulisan balik konsep *tazkiyat al-nafs* al-Muḥāsibī sesuai dengan bidang psikologi dan kaunseling Islam.

Kata kunci: Penerapan, *Tazkiyat al-Nafs*, al-Muḥāsibī, Psikologi, Kaunseling

Analysis on the Application of al-Muḥāsibī's *Tazkiyat al-Nafs* Concept in Islamic Psychology and Counselling

ABSTRACT

The formation of the soul in Islam can be done through various concepts. One of them is through the purification of the soul or *tazkiyat al-nafs*. The concept of *tazkiyat al-nafs* as formed by al-Muḥāsibī is an invaluable legacy in Islamic treasures of knowledge. It highlights the method of soul purification that can be beneficial to be applied in the areas of modern psychology and counselling. Hence, this paper aims to analyse the application of al-Muḥāsibī's concept of *tazkiyat al-nafs* in Islamic psychology and counselling. It was conducted qualitatively with interviews as the design of study. Four registered counsellors from the Negeri Sembilan Islamic Religious Council Counselling Centre have been used as informants to achieve the objective. The study finds that the concept of *tazkiyat al-nafs* by al-Muḥāsibī is necessary and can be applied in psychology and counselling. It also finds that the counsellors are already using the framework of the concept in the sessions without knowing the details of al-Muḥāsibī's. The findings also show the need to compose and and rewrite the concept of *tazkiyat al-nafs* by al-Muḥāsibī in accordance with Islamic psychology and counselling.

Keywords: Application, *Tazkiyat al-Nafs*, al-Muḥāsibī, Psychology, Counselling

Received: 6 Desember 2018

Accepted: 26 Desember 2018

Online Published: 31 Desember 2018

PENGENALAN

Penyucian jiwa adalah salah satu perkara terpenting dalam agama Islam dan ia dinamakan sebagai *tazkiyat al-nafs* dalam bahasa Arab. Islam menekankan kepentingan *tazkiyat al-nafs* sehingga ia menjadi salah satu tujuan perutusan Nabi Muhammad SAW sebagaimana yang telah dijelaskan dalam al-Quran, Surah al-Jumu'ah (62: 2):

هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الْأُمِّيِّينَ رَسُولًا مِّنْهُمْ يَتْلُوا عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِن كَانُوا مِن قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ ۚ

Maksudnya:

Dialah yang telah mengutuskan dalam kalangan orang-orang (Arab) yang buta huruf seorang Rasul (Nabi Muhammad) dari bangsa mereka sendiri, yang membacakan kepada mereka ayat-ayat Allah (yang membuktikan keesaan dan kekuasaan-Nya), dan membersihkan mereka (dari kepercayaan yang sesat), serta mengajarkan kepada mereka Kitab Allah (al-Qur'an) dan Hikmah (pengetahuan yang mendalam mengenai hukum-hukum syarak). Dan sesungguhnya mereka sebelum (kedatangan Nabi Muhammad) itu adalah dalam kesesatan yang nyata.

Oleh yang demikian, para ulama terdahulu bekerja keras bagi menerangkan kepada umat Islam berkenaan konsep dan kaedah *tazkiyat al-nafs* tersebut agar dijadikan panduan dalam kehidupan seharian. Ia kemudiannya menjadi sangat sinonim dengan tasawuf sehingga akhirnya ia dinamakan sebagai ilmu tasawuf. Salah seorang yang terawal dari kalangan para sufi yang membahaskan dan membukukan perbahasan mengenai konsep tersebut adalah Imam al-Hārith bin Asad al-Muḥāsibī. Karya-karya beliau juga telah memberi kesan kepada para ulama yang terkemudian daripada beliau seperti Imam al-Ghazālī yang dikenali sebagai Bapa Psikologi Islam (Abu Dardaa, 2018).

Justeru, warisan peninggalan Imam al-Muḥāsibī ini ialah sesuatu yang patut diambil manfaat oleh masyarakat Islam kini termasuk di Malaysia. Salah satu bidang yang boleh mengambil manfaat daripada warisan keilmuan Imam al-Muḥāsibī ialah psikologi dan kaunseling.

PENGERTIAN TAZKIYAT AL-NAFS AL-MUḤĀSIBĪ

Tazkiyat al-nafs adalah gabungan dua perkataan Arab iaitu *tazkiyah* dan juga *al-nafs*. Daripada sudut bahasa, perkataan *tazkiyah* ini diterangkan maksudnya oleh Ibn Manzur (2012) sebagai pertumbuhan, baik pulih dan penyucian. Manakala menurut Muhammad Khayr Fatimah (2003), ia adalah pertumbuhan, pertambahan, percambahan, naik taraf, baik pulih, perkembangan dan penjernihan. Adapun al-Mu'az (1998), menyenaraikan perkataan disiplin, pembentukan, baik pulih, pembersihan, penyucian. Ia adalah seperti perkataan zakat, di mana zakat dilaksanakan untuk tujuan menyucikan harta daripada kekotoran dan juga menyucikan jiwa daripada sifat kedekut (al-Raghib al-Asfahani, t.th).

Perkataan *al-nafs* pula ada satu perkara yang agak rumit untuk digambarkan dengan patah-patah perkataan yang lain. Terjemahannya ke dalam bahasa Melayu boleh disebut sebagai jiwa. Namun, di dalam bahasa Arab, ia sangat berkait rapat dengan beberapa perkataan yang lain. al-Ghazali (1998) mengaitkannya dengan hati (*al-qalb*), akal (*al-^laql*) dan roh (*al-rūh*). Manakala al-Muḥāsibī (1990) mengaitkannya dengan hati dan akal sahaja. Setiap satu daripada keempat-empat perkataan ini mempunyai unsur jasmani dan rohani.

Menerusi gabungan kedua-dua perkataan ini, maka para ulama telah mengemukakan definisi-definisi yang berbeza, walaupun hakikatnya mempunyai tujuan yang sama. Sa'īd Hawwa (1995) mendefinisikannya sebagai suatu perbuatan membersihkan diri daripada segala kekotoran seperti kemahuan dan syahwatnya yang buruk, sifat kebinatangannya dan pergolakan dalamannya. Abu al-Ḥasan al-Nadawī (2000) pula mendefinisikannya sebagai perbuatan penyucian dan pendisiplinan jiwa dengan mengosongkannya daripada sifat buruk serta menghiasinya dengan sifat baik. Bahkan beliau memanggilnya dengan nama fekah kebatinan (*fiqh al-bāṭin*) dan juga *ihsān*.

Konsep *tazkiyat al-nafs* al-Muḥāsibī ialah suatu kaedah dalam membentuk jiwa manusia yang lebih sihat dan berdaya tahan. Konsep tersebut boleh diklasifikasikan kepada dua bahagian iaitu penjagaan kesihatan dan rawatan. Penjagaan kesihatan pula dibahagikan kepada pencegahan (*wiqāyah*) dan pembangunan (*tanmiyah*). Konsep pencegahan adalah seperti sedar dari kelalaian (*tayaqquḥ min al-ghaflah*), taubat, mengetahui baik dan buruk (*ma'rifat al-khayr wa al-shar*), merasai pengawasan Allah (*murāqabah*), introspeksi diri (*muḥāsabah*) dan kesungguhan melawan nafsu (*mujāhadah*). Konsep pembangunan pula adalah seperti zuhud, qanaah, takut kepada azab Allah dan mengharap kepada ganjaran-Nya. Manakala rawatan pula adalah yang terkait dengan penyakit-penyakit utama dalam hati manusia iaitu sombong, riyak, bangga diri, lalai, terpedaya dengan tipu daya nafsu dan syaitan serta hasad dengki (Abu Dardaa *et al.*, 2017).

Pengenalan al-Muḥāsibī

Imam al-Muḥāsibī adalah gelaran beliau yang paling masyhur walaupun di sana terdapat gelaran-gelaran yang lain seperti al-Ṣūfī al-Baghdādī (al-Dhahabī, 1999), Shaykh al-Ṣūfīyyah (al-Dhahabī, 1994) dan Ustāz Ahl Baghdād (al-Sulamī, 1969). Nama sebenar beliau adalah al-Ḥārith bin Asad. Beliau dilahirkan di Basrah sekitar tahun 165 Hijrah dan meninggal di Baghdad pada tahun 243 Hijrah (al-Khātīb al-Baghdādī, 1997; al-Dhahabī, 1994; al-Sulamī, 1969; al-Nabhānī, 1991; Ibnu Khallikān, 1968). Beliau adalah guru kepada Imam al-Junaid al-Baghdādī (al-Ḥifnī, 1992; al-Subkī, 1999).

Metodologi

Kajian ini merupakan kajian kualitatif yang menggunakan reka bentuk kajian kes. Data kajian dikumpulkan melalui kaedah temubual mendalam dalam bentuk temubual separa struktur sebagai instrumen kajian. Empat orang informan telah ditemu bual bagi tujuan mendapatkan data tersebut. Peserta kajian adalah kaunselor berdaftar yang bertugas di Pusat Kaunseling Majlis Agama Islam Negeri Sembilan. Informan-informan tersebut kemudiannya ditandakan dengan K1, K2, K3 dan

K4. Pemilihan sampel kajian dilakukan secara bertujuan (*purposive sampling*). Antara ciri-ciri pemilihan sampel kajian ialah kaunselor berdaftar yang bertugas di Pusat Kaunseling Majlis Agama Islam Negeri Sembilan, sudah bertugas melebihi 5 tahun dan memiliki latar belakang dalam pengajian Islam sekurang-kurangnya di peringkat sekolah menengah. Set soalan temu bual telah melalui pengesahan dua orang pakar dalam bidang. Proses penganalisan data dilakukan dengan menyusun dapatan kajian sesuai dengan tema dan bahagian yang telah dibina bagi tujuan kajian.

PENERAPAN KONSEP *TAZKIYAT AL-NAFS AL-MUHĀSIBĪ* DALAM PSIKOLOGI DAN KAUNSELING

Penerapan konsep *tazkiyat al-nafs al-Muḥāsibī* dalam psikologi dan kaunseling adalah satu keperluan masa kini memandangkan para kaunselor Muslim di Malaysia khususnya memerlukan kepada input-input baharu serta Islamik sebagai panduan tambahan dalam mengendalikan kes-kes yang melibatkan klien Muslim. Perkara ini dipersetujui oleh ke empat-empat orang kaunselor berdaftar daripada Pusat Kaunseling Majlis Agama Islam Negeri Sembilan yang telah ditemu bual oleh pengarang. Setelah diberikan sedikit gambaran mengenai konsep *tazkiyat al-nafs al-Muḥāsibī*, mereka telah ditanya berkenaan keperluan menjadikan konsep tersebut sebagai panduan tambahan dalam mengendalikan sesi kaunseling.

Oh memang.. amat sangat.. pasal itulah dia konsep Islam, dan itulah dia.. apa ni.. benda-benda yang menjadi permasalahan kepada manusia.. kan.. masalah ni datang dari hati.. kan.. itulah sumber masalah hati. Jadi kita betulkan hati, selesailah masalah.

(K1)

saya nampak konsep ini bagus.. dan perlu diketengahkan, dan kalau dibuat satu modul.. err.. bagus. Pendekatan ini memang sesuai dengan masyarakat melayu Islam, sebagai sepanjang saya bertugas sebagai kaunselor ni, saya ada juga guna. Tapi saya tak tahu ini konsep konsep al-Muḥāsibī kan..

(K2)

Perlu.. a'aah.. sebab kita dalam kaunseling pun, kita memanglah bila kita belajar, semuanya teori-teori barat. Tapi kita kena bawa macam mana realiti kita, haa.. kita sebagai seorang Islam kan. Jadi kita, sangat perlu memasukkan perkara perkara yang boleh menyentuh perasaan dia. Benda benda yang macam tu masuk dalam hati.

(K3)

Kalau bagi saya.. saya cakap memang sangat perlulah. Kalu boleh keluarkan buku ke misalnya, memang sangat membantu kaunselor lah. Membantu kita dalam seting menolong ni kan.. menolong orang ni, memang sangat membantu.

(K4)

Oleh itu, artikel ini menyentuh secara ringkas mengenai konsep *tazkiyat al-nafs al-Muḥāsibī* dan penerapannya dalam kaunseling menerusi kaedah memperoleh penjagaan kesihatan iaitu pencegahan (*wiqāyah*), pembangunan (*tanmiyah*) serta juga kaedah rawatan yang telah dikemukakan oleh beliau. Namun, ia tidak akan menjelaskan secara terperinci kerana perkara

tersebut memerlukan kepada suatu perbincangan yang panjang dan rumit. Setiap daripada kaedah tersebut akan dibincangkan menerusi dua tema sahaja.

1. Kaedah Pencegahan

a. Kesedaran (*al-Tayaqquz*)

Antara perkara utama dalam memiliki jiwa yang sihat menurut al-Muḥāsibī ialah kesedaran daripada kelalaian (*al-tayaqquz min al-ghaflah*). Seseorang manusia perlu mempunyai kesedaran akan tanggungjawab dan tujuan hidupnya. Kesedaran ini pula akan kekal dalam minda manusia sekiranya mereka sentiasa ikhlas dan mengingati Allah dalam setiap gerak dan diam. Kaedah utama dalam mencapai kesedaran terhadap sesuatu perkara adalah dengan mencari ilmu pengetahuan dengan ikhlas, kemudian berdoa kepada Allah (al-Muḥāsibī, 1999). Selain daripada itu, perkara yang sangat membantu dalam memberi kesedaran dan melaksanakan tanggungjawab adalah dengan mencari sahabat handai yang soleh (al-Muḥāsibī, 1984).

Maka, apa yang didapati daripada kaedah al-Muḥāsibī ini ialah seseorang manusia perlu rajin mencari ilmu pengetahuan tentang setiap sesuatu yang berkaitan dengan hidupnya. Sebagai seorang hamba Allah maka ilmu yang berkaitan dengan aqidah dan syariat. Dalam perkara yang berkaitan hubungan sesama manusia pula ialah ilmu adab dan akhlak, serta semua yang terkait dengan kehidupan sehariannya sebagai seorang suami, isteri, bapa, ibu, anak, ahli masyarakat dan lain-lain. Adapun berkenaan mencari sahabat handai yang soleh pula adalah kerana manusia sangat terkesan dengan keadaan sekeliling. Sekiranya dia berada dalam suasana yang sihat, maka jiwanya juga akan sihat.

Keperluan kesedaran pada diri seseorang adalah sangat penting, khususnya untuk terus mampu melaksanakan tanggungjawab dengan baik dan kembali ke pangkal jalan apabila membuat kesilapan. Kesemua kaunselor (100%) yang ditemu bual bersetuju dengan perkara tersebut:

Memang betul.. pasal manusia ni.. kalau dia mempunyai masalah.. pasal dia lari daripada landasan.. haa.. lari daripada landasan.. jadi kalau dia lari daripada landasan, terutama landasan agama, maka mereka akan jadi lalai.

(K1)

Kesedaran tujuan hidup ni.. seseorang klien itu penting untuk dia bangkit. Jadi bila dia tahu peranan dia, dia tahu apa yang dia nak gerakkan untuk sampai kepada tujuan hidup dia.

(K2)

Ya saya rasa perlu. Untuk apa dia hidup di dunia ini kan.. Allah jadikan dia ni sebenarnya untuk apa. Apa peranan dia sebagai manusia. Sebab tu dia mempunyai tanggungjawab terhadap dirinya sendiri, kepada pasangan, keluarga, anak-anak.

(K3)

Betul, setuju. Sangat setuju. Sebab saya pun kadang kadang saya ingatkan juga kepada klien terutamanya kes-kes rumah tanggalah. Yang mana, er.. mereka, pasangan suami isteri kena sedar falsafah perkahwinan mereka. Apa tujuan mereka berkahwin, haa.. kenapa nak sampai macam ni.. kan.. memang ada sentuh benda-benda tu lah. Untuk bagi insight kepada mereka.

(K4)

Persoalan celik akal (*insight*) telah ditekankan oleh K4, iaitu suatu tahap kesedaran dalam minda manusia. Sebagai contoh, menyedari falsafah perkahwinan membantu pasangan suami isteri untuk kembali kepada tujuan asal mereka berkahwin. Bagi K2 pula, kesedaran inilah yang akan membangkitkan seseorang kepada sesuatu tujuan, iaitu antaranya adalah melaksanakan tanggungjawab-tanggungjawabnya dalam kehidupan sebagaimana yang dikatakan oleh K3. Walaupun begitu, pengetahuan tentang tujuan adalah asas kepada landasan yang telah disebutkan oleh K1.

b. Pengetahuan Tentang Baik dan Buruk (*Ma'rifat al-Khayr wa al-Shar*)

Salah satu daripada perkara utama menurut al-Muḥāsibī (1984) dalam membentuk peribadi manusia yang sihat dan kuat adalah dengan memiliki pengetahuan tentang apa yang baik dan apa yang buruk. Baik secara umum, dan juga secara Islamik, iaitu pengetahuan tentang hukum hakam agama. Beliau menekankan unsur kehendak (*irādah*) yang betul, iaitu kehendak manusia untuk melakukan sesuatu perbuatan mestilah mengikut pengetahuannya dan bukan perasaan semata-mata (al-Muḥāsibī, 1991).

Oleh yang demikian, beliau menganjurkan agar manusia mencari ilmu pengetahuan dalam apa sahaja perkara yang ingin dilakukan atau diceburi. Beliau membahagikan pengetahuan kepada baik dan buruk dari sudut keutamaan. Pengetahuan tentang apa yang buruk perlu diutamakan berbanding apa yang baik kerana dapat menghindarkan seseorang daripada kesalahan, sekaligus ia adalah suatu kebaikan (al-Muḥāsibī, 1984). Beliau juga menekankan mengenai keperluan mengutamakan pengetahuan tentang kewajipan dan tanggungjawab berbanding apa yang sunat atau pelengkap (al-Muḥāsibī, 1991). Pengetahuan yang paling baik adalah yang berasaskan kepada al-Quran dan al-Sunnah (al-Muḥāsibī, 1999).

Para kaunselor bersetuju bahawa pengetahuan adalah keperluan. Khususnya pengetahuan klien mengenai baik dan buruk sesuatu perkara dapat membantunya untuk menjadi lebih baik dan positif:

Ilmu ni memang memainkan peranan yang besar.. kena tahu baik buruk kan..

(K1)

Ahh.. memang betullah. Sebab ilmu ni.. apa ni.. sangat penting. Sebab dengan ilmu kita tahu baik buruk. Tahu apa salah ataupun betullah. Dosa dan pahala sebagainya. Tahu ni buatkan dia waspada. Lebih hati-hati.

(K2)

Mungkin bagi dia maki tu biasa, sebab keluarga dia macam tu. Tapi isteri bukan sebegitu.. haa.. jadi dia kena tahu benda tu tak baik. Walaupun dah jadi kebiasaan keluarga dia, tapi benda tu tak baik. Tak elok untuk hubungan dia.

(K3)

Klien kena mencari ilmu lah. Kalau benda lain dia boleh cari kan.. haa.. kenapa yang ni dia tak nak belajar.

(K4)

Pengetahuan tentang sesuatu perkara menjadikan manusia lebih berwaspada, itulah yang dikatakan oleh K2. Ia memainkan peranan yang besar dalam kehidupan seseorang (K1), seperti mana yang dikatakan oleh K3 bahawa pengetahuan suami tentang kebiasaan dalam keluarga isteri dapat menjaga hubungan mereka.

2. Kaedah Pembangunan

Terdapat banyak tema-tema pembangunan diri yang telah disebutkan oleh al-Muḥāsibī. Setiap daripada tema-tema tersebut memainkan peranan dalam membangunkan peribadi seseorang manusia, khususnya yang bergelar Muslim. Bagi mendatangkan contoh daripadanya, pengarang memilih tema kecukupan (*qana'ah*) dan takut kepada Allah (*al-khawf min Allāh*).

a. *Kecukupan (Qanā'ah)*

Tamak adalah salah satu sifat yang ada dalam diri manusia. Apa yang menjadi salah pada kelakuan manusia ialah apabila sifat tamak ini mendorong mereka mendapatkan sesuatu yang bukan miliknya atau mendapatkan sesuatu bukan dengan cara yang betul. Maka, untuk menghalang manusia daripada melakukan perkara tersebut, dia memerlukan kepada beberapa perkara, antaranya ialah *qana'ah*. Ia didefinisikan sebagai sifat reda dan memadai dengan apa yang diperlukan daripada rezeki tanpa memperbanyakkan dengan tujuan atau cara yang salah (al-Muḥāsibī, 1986).

Sifat ini perlu diubah melalui penentangan terhadap kehendak buruk (*mujāhadah*) yang terlintas dalam hati, khususnya yang melibatkan harta orang lain (al-Muḥāsibī, 1991). Ia juga melibatkan dua perkara yang berkait rapat dengan situasi kewangan seseorang, iaitu tidak boros ketika memiliki harta, dan memadai sekiranya tidak memiliki harta dengan meninggalkan pencarian yang tidak halal (al-Muḥāsibī, 1999).

Kesemua kaunselor yang ditemu bual pernah menghadapi kes klien yang tidak *qanā'ah* serta pernah mencadangkan kepada klien mereka untuk memiliki sifat ini dengan pelbagai cara:

Yaaa... betul... qanaah ni adalah satu benda atau konsep yang cukup hebat dalam Islam.

(K1)

Untuk cadangan qanaah memang ada. Sebab, err.. apa, Allah taala bagi kita ni benda yang kita perlu. Perlu dan sesuai untuk kita.

(K2)

Maksudnya dia rasa cukup, syukur dan tak dengki eh.. pastinya..

(K3)

Baik. Er.. ada kes yang macam ni. Isteri.. dia datang mengadukan tak puas hati kata suami tak bagi nafkah zahir duit belanja kepada dia. Tak cukup dia kata. Tapi lepas analisa tu saya bincang sama-sama, dia bagitahu pendapatan suami banyak. Dia kata berniaga apa semua. Lepas tu saya Tanya ada tak suami sediakan rumah semuanya kan, rumah macam mana? Dia kata rumah memang suami bayar. Kenderaan semua ada tak? Ada.. basic semua dan ada. Kadang diorang tak faham konsep nafkah suami tu.

(K4)

Ramai klien yang datang berjumpa dengan kaunselor akan mengadukan perihal orang lain. K4 memaklumkan bahawa terdapat juga kes di mana isteri mengadu suaminya tidak memberikan nafkah yang cukup, sedangkan suami tersebut telahpun memenuhi tanggungjawabnya pada tahap yang wajib. K2 dan K3 menyatakan bahawa mereka pernah menyentuh berkenaan perkara ini dalam sesi untuk membantu klien menghadapi situasi kehidupan mereka.

b. Takut Kepada Allah (*al-Khawf min Allāh*)

Perasaan di dalam hati yang menyedari akan kekuasaan Allah, khususnya yang berkenaan dengan ancaman dan azab-Nya adalah dinamakan sebagai takut kepada Allah (al-Muḥāsibī, 1986). Al-Quran sebagai Kitabullah mengandungi pelbagai pengajaran yang boleh menjadi pedoman hidup kepada manusia. Salah satu di antara pedoman-pedoman tersebut adalah perkara yang dikategorikan sebagai *al-wa'īd*, yakni janji-janji buruk Allah kepada sesiapa sahaja yang melakukan kejahatan dan keburukan di dunia sebagai balasan di akhirat. Justeru, menjadi kewajipan bagi setiap manusia mempelajari dan mengambil pengajaran daripada ancaman-ancaman tersebut sebagai jalan untuk melahirkan rasa takut kepada Allah (al-Muḥāsibī, 1999).

Beliau menjelaskan bahawa takut hanya akan terjadi dengan pengetahuan yang yakin. Ia melibatkan setiap perkara yang berkaitan dunia, apatah lagi perkara yang berkaitan akhirat. Pengetahuan dan keyakinan inilah yang memasukkan lintasan (*khaṭrah*) ke dalam hati manusia untuk takut kepada Allah (al-Muḥāsibī, 1986). Maka, tahap ilmu seseorang memberi kesan kepada tahap rasa takutnya kepada Allah. Beliau juga menyatakan berkenaan dengan mengingati mati dapat melahirkan rasa takut tersebut. Terdapat empat perkara yang berkisar tentang kematian yang dapat membantu manusia melahirkan rasa takut kepada Allah iaitu mati boleh datang pada bila-bila masa sahaja, azab kubur sangat menyeksakan, Padang Mahsyar sangat memeritkan, serta seksa api neraka tidak mampu ditanggung oleh manusia (al-Muḥāsibī, 1991).

Kesemua kaunselor yang ditemu bual pernah mencadangkan kepada klien mereka untuk takut kepada Allah, namun cara mereka berbeza bergantung kepada keadaan:

Eh, memang. Takut kepada Allah ni, kan.. saya biasa cerita pasal saidina Usman.

(K1)

Ok baik.. emm.. cadangan memang ada.. cadangan supaya takut kepada Allah taala. Takut ni supaya klien taat, lakukan suruhan Dia, tinggalkan larangan Dia.

(K2)

Eh mestilah. Hahaaa... Maksudnya kalau kita cakap Allah lihat kita apa yang kita lakukan walaupun isteri kita tak lihat. Tapi Allah melihat.. haa benda tu.. kan.. macam gitulah secara indirect.. ikut kemampuan klien lah..

(K3)

Ehem.. kalau directly macam ni cakap takut kepada Allah, rasanya saya tak pernah lagi. Tapi saya guna istilah hukum tadilah.

(K4)

Berkenaan dengan tema takut kepada Allah ini, dapat dilihat bahawa kebanyakan para kaunselor menggunakan kaedah secara tidak langsung dalam menyebutnya. K1 menggunakan kaedah bercerita tentang kisah orang terdahulu yang takut kepada Allah seperti kisah Saiduna Usman. K4 pula menggunakan kaedah menjelaskan hukum. Manakala K3 memperkatakan tentang pengawasan Allah terhadap perbuatan manusia. Hanya K2 sahaja yang terus secara langsung pernah menyebut mengenai takut kepada Allah supaya taat kepada-Nya.

3. Kaedah Rawatan

Imam al-Muḥāsibī di dalam karya-karya beliau ada menyebut beberapa penyakit yang utama terdapat dalam hati manusia. Namun, yang diperbahaskan secara lengkap, iaitu yang boleh disusun melalui definisi, tanda, kesan dan kaedah rawatan ada enam sahaja. Pengarang akan menjelaskan dua di sini dalam konteks analisis penerapannya dalam psikologi dan kaunseling Islam.

a. Sombong (al-Kibr)

Sifat sombong adalah suatu perkara yang sangat buruk dalam diri manusia. Imam al-Muḥāsibī (1991) mengkategorikan sombong sebagai suatu keburukan yang tiada langsung kebaikan di dalamnya. Secara definisi, sombong ialah sebagai suatu perasaan dalam diri yang menganggap kedudukan dirinya lebih hebat dan tinggi terhadap mana-mana makhluk yang lain sehingga merasakan dirinya lebih mulia, maka dia mula berbangga diri (al-Muḥāsibī, 1990).

Ringkasnya, al-Muḥāsibī telah merumuskan dua kaedah utama dalam merawat penyakit sombong iaitu bertafakur dan tawaduk. Bertafakkur dengan memikirkan nikmat Allah yang diberikan kepadanya serta termasuk padanya memikirkan berkenaan kesan yang buruk hasil daripada sifat tersebut. Tawaduk pula dengan merendah diri dalam setiap perkara yang boleh menyebabkan perasaan sombong seperti kelemahan-kelemahannya sebagai manusia (al-Muḥāsibī, 1999; al-Muḥāsibī, 1990).

Kesemua kaunselor yang ditemu bual pernah berdepan dengan klien yang sombong serta menggunakan pelbagai cara bagi menyedarkan mereka:

Kita takleh cakap dia sombong. Eh tuan ni sombong tuan.. aa.. kita tak cakap macam tu. Cuma, bila dia kata ayat yang macam tu, kita pun cerita. Tuan.. saya pernah ada dengar ustaz cerita dekat masjid, ustaz cerita tentang iblis..

(K1)

Biasanya kita akan bagi nampak kepada dia bahawa Allah taala lebih kuat dari dia. Ada orang susah terima, awak ni sombong.. haa.. jadi kita nak bagitahu kita ni tak kuat. Masih terbatas.. ada kelemahan. Yang lebih sempurna dan kuat adalah Allah taala.

(K2)

Kita akan cakap juga benda tu (kesan buruk akibat sombong). Sebab dia kena lihat kesombongan dia tu.. kesan dia sekarang ni apa.

(K3)

Emm banyak.. biasanya kita akan.. ehem.. cek balik satu persatu sikap dia tu dan tengok implikasi dialah, kesan dia. Apa kebaikan keburukan dia. Jadi kita tengok satu persatu lah. Maksud saya, patut ke dia rasa macam tu.. kan.. kesan dia apa yang akan terjadi.

(K4)

Sebagaimana tema takut kepada Allah, tema sombong juga memperlihatkan trend yang sama dalam kaedah kaunselor menyedarkan klien mengenai sifat sombong yang ada dalam diri mereka. K1 dan K2 lebih cenderung kepada menggunakan cerita serta kiasan. Manakala K3 dan K4 cenderung kepada mengajak klien memikirkan tentang kesan yang akan diperolehi hasil daripada sikap mereka. Pokoknya kaedah-kaedah tersebut adalah menyerupai apa yang disarankan oleh al-Muḥāsibī.

b. Lalai (al-Ghافل)

Lalai boleh juga disebut sebagai leka atau tidak sedar. Ia adalah perkataan berlawanan kepada kesedaran. Lalai adalah penyebab utama kepada segala keburukan yang berlaku dalam jiwa manusia (al-Muḥāsibī, 1984). Maka, secara tidak langsung ia adalah penutup kepada segala kebaikan. Ia menutup minda manusia daripada memikirkan sesuatu yang lebih penting untuk masa depannya, iaitu akhirat (al-Muḥāsibī, 1990). Lalu manusia hidup di dunia tanpa memikirkan akhirat dalam kebanyakan perkara termasuk ramai manusia yang melakukan amalan akhirat untuk tujuan dunia.

Kelalaian di dunia memberi kesan yang sangat buruk di akhirat kerana ia sekaligus menyebabkan manusia melupakan akhirat. Ini kerana, apabila seseorang itu lalai, dia akan mensia-siakan suruhan Allah serta melanggar arahan-Nya (al-Muḥāsibī, 1990). Maka, kaedah yang paling utama untuk mengembalikan hati dan fikiran manusia kepada tujuan adalah melalui kesedaran (al-Muḥāsibī, 1986). Terdapat beberapa kaedah dalam mendapatkan kesedaran. Kaedah yang paling utama adalah dengan mencari ilmu pengetahuan (al-Muḥāsibī, 1999). Kemudian terdapat kaedah seperti sentiasa mengingati Allah dalam setiap keadaan serta mengikhlaskan dirinya kepada-Nya dalam setiap amalan, mencari teman dan sekeliling yang dapat membantu-Nya memperbaiki diri (al-Muḥāsibī, 1984).

Kesemua kaunselor yang ditemu bual bersetuju bahawa rata-rata klien yang datang kepada mereka menghadapi masalah lalai dan leka dengan tanggungjawab mereka. Sama ada kepada Allah atau kepada yang selain-Nya. Antaranya adalah kerana kurang pengetahuan berkenaan tanggungjawab. Para kaunselor juga menggunakan kaedah yang pelbagai dalam menangani kes ini:

Err.. lalai ni banyaklah.. lalai ni banyak sangat. Biasanya orang datang ada masalah, jumpa kita, lalai sembahyang ustaz.. haa.. macam tu. Datang mengaku depan kita.

(K1)

Leka lalai ni... err.. yelah.. kita kena selalu ingatkan diri kita tentang waspada. Apa yang kita nak buat, jangan lalai, sama ada untuk tujuan akhirat, ataupun tujuan dunia. Ok. Saya banyak sebut tentang rukun Islam dan rukun iman. Secara mudahnya. Kalau awak tengok dua rukun ni, awak mahir, ok. Jadi benda tu sebagai satu formula untuk dia lah. Kita tahu kebanyakan klien yang datang ni banyak tak tahu. Biasanya yang hebat hebat, banyak tahu ni, tak datang lah.

(K2)

Biasa isteri datang cakap suami tak solat, tak puasa dia cakap.. haa.. kadang kadang solat, tapi tak cukup. Kadang-kadang tak langsung. Haa.. dia tak jaga. Kadang kadang dia cerita, bila kita tanya. Haa.. macam mana hubungan suami puan dengan Allah ya.. dia tak sembahyang pun.. dia tak pernah pun jadi imam saya.

(K3)

Kes ni biasa. Aa lalai leka ni kan.. tak sedar tanggungjawab. Nak kata tak tahu.. zaman ni sepatutnya masing-masing dah boleh cari maklumat, ya.. tapi masih ada lalai, leka..

(K4)

Para kaunselor mengiyakan bahawa klien mempunyai masalah kesedaran terhadap tujuan dan tanggungjawab mereka. Sebagaimana tema sebelumnya, tema ini juga memperlihatkan trend yang sama mengenai kaedah bagaimana para kaunselor menangani masalah klien mereka. K2 dan K4 memperakui bahawa ilmu dan maklumat adalah sangat penting dalam memberi kesedaran untuk melaksanakan tanggungjawab serta mencapai tujuan.

KESIMPULAN

Menerusi analisis terhadap kaedah para kaunselor menangani permasalahan klien mereka, maka menjadi salah satu keperluan dalam kemahiran membantu bagi para kaunselor ialah dengan mengetahui dan mendalami konsep-konsep keagamaan. Terutamanya dalam mengendalikan kes-kes yang melibatkan klien Muslim. Justeru, konsep-konsep keagamaan Islam perlu disusun khusus dalam konteks psikologi dan kaunseling bagi membantu para kaunselor yang sedia ada dan yang akan datang agar ia dapat difahami dengan mudah, dan agar ia sesuai dengan konteks yang telah disebutkan.

Termasuk antara warisan konsep keagamaan tersebut adalah *tazkiyat al-nafs* al-Muḥāsibī. Ia dilihat sesuai untuk disusun dan dijadikan bahan rujukan tambahan kepada para psikologis dan kaunselor dalam kemahiran mereka memberi bantuan kepada klien. Secara asasnya, kerangka besar konsep beliau telah diguna pakai oleh sebahagian kaunselor Muslim di Malaysia. Namun, perincian terhadap konsep tersebut masih memerlukan kepada penyusunan.

RUJUKAN

Buku

- Abu Dardaa Mohamad, Salasiah Hanin Hamjah & Ahmad Irdha Mokhtar. (2017). Konsep Tazkiyat al-Nafs menurut al-Harith bin Asad al-Muhasibi. *Jurnal Sultan Alauddin Sulaiman Shah*. Vol 4 Bil 1. 115-125.
- Abu Dardaa Mohamad. (2018). al-Harith bin Asad al-Muhasibi Pelopor Penulisan Dakwah yang Disegani al-Ghazali. *Prosiding Persidangan Antarabangsa Pemikiran Islam Kali Pertama*. 05-06 September 2018. UTHM. 94-100.
- al-Asfahani, al-Raghib. (T.th). *al-Mufradat fi Gharib al-Qur'an*. Tahqiq Muhammad Sayyid Kilani. Bayrut: Dar al-Ma'rifah.
- al-Dhahabi, Shams al-din Abu 'Abd Allah Muhammad bin Ahmad bin 'Uthman. (1994). *Siyar A'lam al-Nubala'*. Tahqiq bi ishrاف Shaykh Shu'aib Arnaut. Jilid 12. Lubnan: Muassasat al-Risalah.
- al-Dhahabi, Shams al-din Abu 'Abd Allah Muhammad bin Ahmad bin 'Uthman. (1999). *Tarikh al-Islam wa Wafayat al-Mashahir al-A'lam*. Jilid Hawadith Wafayat 241-250H. Tahqiq 'Umar 'Abd al-Salam Tadmuzi. Bayrut: Dar al-Kutub al-'Arabi.
- al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad b. Muhammad. (1998). *Ihya' 'Ulum al-Din*. al-Qahirah: Dar al-Hadith.
- Hawwa, Sa'id. (1995). *al-Mustakhlis fi Tazkiyat al-Anfus*. al-Qahirah: Dar al-Salam.
- al-Hifni, 'Abd al-Mun'im. (1992). *al-Mawsu'at al-Sufiyyah: A'lam al-Tasawwuf wa al-Munkirin 'Alayhi wa al-Turuq al-Sufiyyah*. Al-Qahirah: Dar al-Rashad.
- Ibn Khallikan, Shams al-Din Ahmad bin Muhammad. (1968). *Wafayat al-A'yan wa Anba' Abna' al-Zaman*. Tahqiq Ihsan 'Abbas. Jilid 2. Bayrut: Dar al-Thaqafah.
- Ibn Manzur, Jamaluddin Muhammad bin Mukrim. (2012). *Lisan al-'Arab*. Jilid 7. Bayrut: Dar Sadir.
- Khayr Fatimah, Muhammad. (2003). *Manhaj al-Islam fi Tazkiyat al-Nafs*. Bayrut: Dar al-Khayr.
- al-Khatib al-Baghdadi, Abu Bakr Muhammad 'Ali. (2007). *Tarikh Baghdad: aw Madinat al-Islam*. Tahqiq Mustafa 'Abd al-Qadir 'Ata'. Jilid 8. Bayrut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.
- al-Mu'az, Nabil Hamid. (1998). *al-Tazkiyah: Daruratuha, Wasailuha, Mawani'uha*. al-Qahirah: Dar al-Tawzi' wa al-Nashr al-Islamiyyah.
- al-Muhasibi, al-Harith. (1971). *al-'Aql wa Fahm al-Qur'an*. Tahqiq oleh Husain al-Quwwaitli. Bayrut: Dar al-Fikr.
- al-Muhasibi, al-Harith. (1975). *Kitab al-'Ilm*. Tahqiq oleh Muhammad al-'Abid Mazali. Tunis: Dar al-Tunisiyyah li al-Nashr.
- al-Muhasibi, al-Harith. (1977). *al-Tawbah*. Tahqiq oleh 'Abd al-Qadir Ahmad 'Ata'. al-Qahirah: Dar al-Fadilah.

- al-Muhasibi, al-Harith. (1984). *Adab al-Nufus wa Yalīhi Kitāb al-Tawahhum*. Tahqīq oleh °Abd al-Qadir Ahmad °Ata°. Bayrut: Muassasah al-Kutub al-Thaqafiyyah.
- al-Muhasibi, al-Harith. (1985). *Mu°atabat al-Nafs*. Tahqīq oleh °Abd al-Qadir Ahmad °Ata°. al-Qahirah: Dar al-I°tisam.
- al-Muhasibi, al-Harith. (1990). *al-Ri°ayah li Huquq Allah*. Tahqīq oleh °Abd al-Qadir Ahmad °Ata°. Bayrut: Dar al-Kutub al-°Ilmiyyah.
- al-Muhasibi, al-Harith. (1991). *Bada° man Anab ila Allāh wa Yalīhi Adāb al-Nufūs*. Tahqīq oleh Majdī Fathī al-Sayyid. al-Qahirah: Dar al-Salām.
- al-Muhasibi, al-Harith. (1993). *Sharh al-Ma°rifat wa Badhl al-Nasihah*. Tahqīq oleh Majdi Fathi al-Sayyid. Tanta: Dar al-Sahabah li al-Turath.
- al-Muhasibi, al-Harith. (1999). *Risalah al-Mustarshidin*. Tahqīq oleh °Abd al-Fattah Abu Ghuddah. al-°Tab°at al-Tāsi°ah. Bayrut: Maktab al-Ma°bū°ah al-Islamiyyah.
- al-Nabhani, Yusuf bin Isma°il. (1991). *Jami° karamat al-Awliya°*. Tahqīq Ibrahim °Atwah °Awad. Bayrut: Maktabat al-Thaqafiyyah.
- al-Nadawi, Abu al-Hasan. (2000). *Rabbaniyyah La Rahbaniyyah*. Mansurah: Dar al-Kalimah.
- al-Subki, Taj al-Din. (1999). *Tabaqat al-Shafi°iyyah al-Kubra*. Tahqīq Mustafa °Abd al-Qadir °Ata°. Jilid 1. Bayrut: Dar al-Kutub al-°Ilmiyyah.
- al-Sulami, Abu °Abd al-Rahman. (1969). *Tabaqat al-Sufiyyah*. Tahqīq Nur al-Din Shuraybat. al-Qahirah: Maktabat al-Khanuji.

Temu Bual

- Temu bual bersama kaunselor Pusat Kaunseling Majlis Agama Islam Negeri Sembilan, Wan Aminuddin Wan Abdullah (K1) bertempat di Menara MAINS pada 30 Oktober 2018.
- Temu bual bersama kaunselor Pusat Kaunseling Majlis Agama Islam Negeri Sembilan, Mahadi Ali (K2) bertempat di Menara MAINS pada 30 Oktober 2018.
- Temu bual bersama kaunselor Pusat Kaunseling Majlis Agama Islam Negeri Sembilan, Norazlina Maarof (K3) bertempat di Menara MAINS pada 30 Oktober 2018.
- Temu bual bersama kaunselor Pusat Kaunseling Majlis Agama Islam Negeri Sembilan, Zana Ruslinda Ujang (K4) bertempat di Menara MAINS pada 30 Oktober 2018.

TENTANG PENGARANG

Abu Dardaa Mohamad merupakan pensyarah di Pusat Kesejahteraan Insan dan Komuniti, Program Pengajian Dakwah dan Kepimpinan, Fakulti Pengajian Islam, Universiti Kebangsaan Malaysia.