

# Kupasan dan Ulasan

## Jiwa yang Tenang Tenteram – *al-Nafs al-Muṭma'innah*

Jiwa yang beriman, yang yakin dan tenang tenteram, ialah jiwa yang berusaha, yang tidak berhenti-henti daripada bekerja dan menjalankan ikhtiar, sambil berpuas hati dan menyerahkan hasil usahanya kepada Allah *Rabb al-'Ālamīn*.

Demikian kesimpulan yang diberikan oleh *Faḍīlat al-Ustādh al-Shaykh* Ḥasan Ma'mūn, Mufti Mesir. Makalah

lengkapannya yang disiarkan oleh majalah "*Ḥayātuka*", kita Melayukan seperti berikut – Pengarang Qalam.

Jiwa yang tenang tenteram (*al-Nafs al-Muṭma'innah*), ialah jiwa yang beriman, yang reda dan diredai, sebagaimana yang disifatkan oleh Allah '*azza wa jalla* di dalam *al-Qur'an al-Karīm*:

*Yā ayyatuhā al-nafs al-muṭma'innah. 'Irjī 'ī ilā Rabbiki rāḍiyata mardīyyah. Fa udkhulī fī 'ibādī. Wa udkhulī jannatī.*

“Wahai jiwa yang tenang tenteram (yang beriman lagi yakin): kembalilah kepada Tuhanmu dengan keadaan reda, lagi diredai. Iaitu masuklah engkau di dalam (kumpulan) hamba-hamba-Ku, dan masuklah ke dalam syurga-Ku.”

Ketenteraman jiwa (dengan yakin) adalah menjadi tanda iman dan tanda kebenarannya. Itulah dia salah satu kesan iman yang sebenar-benarnya, yang meresap di dalam hati, dan dengan itu akan terhindarlah perasaan takut dan resah gelisah.

Orang yang beriman dan yakin bahawa alam ini mempunyai Tuhan Yang Maha Esa, iaitulah Allah Ta'ālā, yang Menjadikan sekalian makhluk dan Memberi rezeki, Yang Maha Gagah lagi Maha Perkasa, yang kepada-Nya sekalian manusia,

haiwan dan segala yang ada di langit dan di bumi: tunduk menyerah diri; kemudian beriman pula dengan Hari Akhirat, yang di dalamnya tiap-tiap orang yang berbuat baik akan dibalas, dengan balasan baik, dan tiap-tiap orang yang berbuat jahat, akan dibalas dengan balasan jahat; orang yang hatinya dipenuhi oleh iman demikian, sudah tentu reda akan keadaannya, yakin dan tenteram hatinya terhadap masa yang akan datang. Kejadian-kejadian yang mendatang tidak akan dapat menggoncangkan hatinya. Malapetaka dan kemalangan tidak akan dapat menggegarkannya. Keraguan, syak dan waham tidak akan dapat merasuknya. Rasa bingung dan serba salah tidak akan dapat menggelisahkan dan merosakkan hidupnya. Kemiskinan, penyakit dan apa jua kejadian yang buruk, tidak akan dapat melenyapkan sabar dan cekal hatinya. Ia akan tersenyum kepada kemewahan hidup yang serba lembut dan nyaman, sebagaimana dia akan tersenyum kepada penderitaan hidup yang serba kasar dan menyakititi. Ia sentiasa dalam keadaan reda dan berpuas hati: dalam masa suka dan dalam masa duka. Dalam masa sihat dan dalam masa sakit. Dia kenal akan kebenaran

dan beriman dengannya, dan dia bekerja untuk kebenaran dengan gagah, berani dan sabar.

### **Bersyukur: Menumbuhkan Cita-cita yang Baik**

Jika dia dikurniakan oleh Allah dengan rezeki yang limpah makmur: akan bersyukurlah ia dan menghargai limpah kurnia itu, dan tergeraklah di dalam dirinya cita-cita yang baik, lalu menghulurkan derma bantuan kepada fakir miskin, dan kepada orang sakit dan golongan yang lemah dia akan mendapati di dalam harta benda dan kekayaannya suatu alat yang baik untuk meringankan penderitaan saudara-saudaranya yang lain, untuk menolong dan menaruh belas kasihan kepada mereka. Dia akan merasa lezat dengan perbuatannya yang baik, dengan usaha kebajikannya dan dengan segala amal yang berfaedah kepada umat manusia. Barangkali dia akan melangkah lebih jauh lagi, kepada berbuat baik kepada binatang-binatang dan menaruh belas kasihan kepada mereka.

### **Tahan Menerima Ujian dan Dugaan**

Sebaliknya, apabila Tuhan menimpakannya dengan kemiskinan dan penderitaan hidup, ia akan menghadapinya dengan sabar (cekal hati). Ia tidak akan menggelisah dan tidak pula akan berputus asa daripada berikhtiar dan berusaha memperbaiki kehidupannya, sambil membaca dan merenungkan makna dan tujuan firman Allah Ta'ālā:

*“Fa inna ma'a al-'usrī yusrā. Inna ma'a al-'usrī yusrā.”*

“Kerana sesungguhnya beserta dengan kesukaran itu: kesenangan. Seseungguhnya beserta dengan kesukaran itu: kesenangan”

Ia juga akan merenungkan makna dan tujuan firman Allah Ta'ālā:

*“Wa lanabluwannakum bi shay'in min al-khawfi wa al-jū'i wa naqsin min al-amwāli wa al-anfusi wa al-thamarāti wa bashshiri al-ṣābirīna. Alladhīna idhā aṣābathum muṣībatun qālū inna lillāhi wa innā ilayhi rāji'ūn”*

“Dan sesungguhnya Kami akan menguji kamu dengan sebahagian daripada ketakutan dan kelaparan dan kekurangan harta dan jiwa dan buah-buahan, dan sampaikanlah berita yang menyukakan kepada mereka yang sabar (yang cekal hati) iaitu mereka yang apabila ditimpa kesusahan, mereka berkata: sesungguhnya kami (ialah milik) bagi Allah, dan sesungguhnya kepada-Nyalah kami akan kembali”

Dengan sikap dan pandangan yang demikian, ia sentiasa reda dan berpuas hati akan segala yang diperolehinya, dari perkara-perkara yang baik atau yang buruk dalam alam kehidupan ini, dan dia akan diredai oleh manusia serta diredai oleh Tuhannya.

Jiwa yang tenteram, yang beriman lagi yakin, akan kembali kepada Tuhannya dalam keadaan reda dan berpuas hati, dengan segala yang telah diusahakannya, baik yang berupa amal-amal yang baik, atau yang berupa syukur dan sabar. Ia pula diredai oleh Allah Ta'ālā: diredai akan amal-amal baik yang telah dikerjakannya, dan dibalas dengan balasan baik yang akan memuaskan hatinya, serta dihimpunkannya di dalam kumpulan hamba-hamba Allah yang soleh, dan dimasukkannya di dalam syurga yang telah disediakan bagi tiap-tiap orang yang beriman lagi takwa, serta takut akan Allah pada segala tutur kata dan amal perbuatannya.

### **Berusaha untuk Kepentingan Roh dan Jasad**

Orang-orang yang beriman, yang berjiwa tenteram, yang reda dan berpuas hati akan apa yang telah ditetapkan Allah baginya, mengetahui bahawa jasad dan rohnya mempunyai hak-hak atasnya. Ia tidak akan melupai jasad dan rohnya. Ia akan berusaha untuk kepentingan keduanya. Ia tidak akan mencuaikan kehendak jasadnya, dan tidak pula akan membelakangkan kebendaan yang menjadi sendi kehidupannya. Ia juga tidak akan mencampakkan dirinya ke dalam kebinasaan. Kerana sebagaimana yang telah diajarkan oleh Junjungan *ṣallā Allāhu ‘alayhi wa ‘ālihi wa sallam* – bahawa orang Mukmin yang kuat (pada serba serbinya), lebih baik daripada orang Mukmin yang lemah. Sementelah pula, Allah *‘azza wa jalla* telah memerintahkan kita, supaya kita mengambil peluang menggunakan dan bersenang-senang dengan segala apa jua benda-benda yang baik yang telah dihalalkan untuk kita, dan menjauhkan diri dari segala benda-benda yang buruk yang telah diharamkan-Nya.

### **Ikhlas Dalam Amal Ibadat**

Orang yang beriman, tidak akan mencuaikan hak-hak Allah dan hak-hak orang ramai atasnya. Ia menyembah Allah, tidak menyekutukan-Nya, dan berlaku ikhlas di dalam amal ibadatnya. Ia akan meminta tolong kepada-Nya dan tidak meminta tolong kepada siapa-siapa pun yang lain. Ia akan berlaku taat kepada-Nya dengan menaruh kepercayaan bahawa Allah Ta‘ālā tidak memerintahkan hamba-hambaNya melainkan dengan perkara-perkara yang membawa faedah dan kebahagiaan mereka, dunia akhirat.

Ia menunaikan hak-hak orang ramai atasnya. Ia tidak berlaku zalim atau mengambil hak orang lain. Ia menaruh belas kasihan kepada fakir miskin dan membelanjakan hartanya pada jalan kebajikan, dengan cara

bersembunyi atau dengan cara berterang-terang. Ia tidak berlaku kedekut dengan harta bendanya, malah sentiasa berbuat baik dan memberi bantuan kepada mereka yang berkehendakkan bantuan, terutama kepada kaum kerabatnya. Ia hidup menjalankan tugas yang bertujuan mulia, yang kerananya ia telah dijadikan dalam dunia, iaitu sebagai Khalifah Allah di bumi.

### **Tidak Berserah Buta dan Tidak Malas**

Orang yang beriman tidak berserah buta dan malas. Ia akan membuka jalannya sendiri dalam alam kehidupan ini, dengan berdasarkan undang-undang alam, dan mengharapkan taufik Allah Ta‘ālā di dalam usaha dan amalnya. Apabila ia berjaya, maka ia bersyukur dan bertambah rajin dalam usahanya. Kalau pula ia gagal, maka ia tidak berputus asa, bahkan ia berusaha terus menerus setelah ia mengetahui dan mempelajari sebab-sebab kegagalannya, supaya ia dapat menjauhkan perkara itu, sambil bermohon kepada Allah *‘azza wa jalla* supaya diberi taufik dan dijayakan di dalam usahanya, dengan membaca firman Allah Ta‘ālā:

*“Rabbanā ātinā fi al-dunyā ḥasanatin wa fi al-ākhirati ḥasanatin wa qinā ‘azāba al-nār.”*

“Wahai Tuhan kami, berilah kami kebajikan di dunia dan kebajikan di akhirat, dan jauhkanlah kami daripada azab neraka”

### **Akibat Orang yang Tidak Beriman**

Orang yang tidak beriman, akan hidup dalam keadaan resah gelisah jiwanya tidak tenteram dan keadaannya kucar kacir kerana tidak percaya melainkan kepada

kehidupan yang ia sedang berada di dalamnya. Ia tidak beriman kepada Allah *'azza wa jalla* dan tidak beriman pula kepada Hari Akhirat, hari yang di dalamnya akan dihitung amal perbuatannya tetapi yang diberitakan dan yang menjadi tujuannya ialah memuaskan kemahuan jasad dan hawa nafsunya. Kalau Tuhan mengurniakan rezeki sehingga dia menjadi orang yang senang dan lapang hidupnya, ia akan mendakwa bahawa kekayaan itu datangnya kerana kepandaian dan kemujurannya. Ia tidak teringat kepada Allah *'azza wa jalla* yang menjadikannya, yang memberi rezeki dan yang mentadbirkan hidupnya. Begitu pula kalau Tuhan menjadikan hidupnya picik atau menimpakannya dengan kesusahan atau penyakit, ia akan menyumpah-nyumpah akan untung nasibnya. Dunia ini dipandanginya gelap gelita, dan keadaannya menjadi resah gelisah, dengan tidak menaruh sabar atau menghadapi peristiwa itu dengan cecal hati. Ia akan tinggal dalam keadaan menderitanya, kadang-kadang ia akan terdorong membunuh diri.

#### **Ubat yang Mustajab Bagi Jiwa yang Merana**

Iman itu menjadi ubat bagi segala jiwa yang berpenyakit. Disembuhkannya daripada penyakitnya, dan dijadikan hidupnya tenang tenteram. Manakala kufur itu pula, hanya membawa kebinasaan kepada roh dan diri manusia.

Iman dan sabar, sungguh besar. Tak dapat digambarkan setakat mana baiknya untuk seorang itu bersifat dengan keduanya, dan menggunakannya untuk menghadapi segala kerumitan dan kesukaran yang ditempuhnya. Apatah lagi kerumitan dan kesukaran amatlah banyaknya dalam alam kehidupan.

#### **Iman Bukanlah Doa dan Ibadat Semata-mata**

Setengah orang menyangka dan memang salah sangkaan mereka, bahawa iman itu ialah berserah buta kepada Allah dengan tidak payah berusaha dan bekerja. Cukuplah dengan berdo'a dan beribadah sahaja. Mereka juga menggambarkan bahawa sikap membuang dunia (zuhud), hidup dengan cara menyusahkan diri, dan menjauhkan diri daripada kesenangan hidup dan perhiasannya, adalah perkara yang dimestikan bagi wujudnya iman itu. Mereka menjadikan cerita-cerita perihal hidup orang-orang sufi dan wali-wali yang membuang dunia sebagai suatu alasan untuk mereka berbuat demikian. Ini nyatalah salahnya, kerana Rasulullah *ṣallā Allāhu 'alayhi wa ālihi wa sallam*, yang menjadi contoh utama bagi umat Islam, dan imam bagi orang-orang yang takwa, baginda juga makan minum dan beristeri. Di dalam hadis yang sahih, diterangkan bahawa baginda telah menegur tiga orang sahabatnya yang telah berhimpun di sisinya dan menceritakan perihal mereka masing-masing:

Salah seorang di antara mereka berkata: "Saya sembahyang terus-menerus dengan tidak merasa tidur."

Yang kedua pula berkata: "Saya puasa terus-menerus dengan tidak berbuka." Manakala yang ketiga pula berkata: "Saya beribadah terus-menerus dengan tidak berkahwin."

Mendengarkan kata-kata sahabatnya yang bertiga itu, Nabi pun bersabda:

*"Mā bālukum taqūlūna hādihā. Anā uṣallī wa irqad, wa aṣūmu wa aftar, wa atazawwaju al-nisā', fa man raghaba 'an sunnatī fa laysa minnī."*

“Mengapa kamu berkata begitu? Aku sembahyang tetapi aku juga tidur, aku berpuasa tetapi aku juga terbuka, dan aku juga beristeri. Barang siapa yang tidak menurut jalanku, maka dia bukanlah daripada umatku.”

Sahabat-sahabat Nabi telah mengetahui akan ajaran Nabi yang demikian, mereka pun mengerjakan kedua-duanya: berusaha untuk dunia dan beribadat untuk akhirat. Mereka tidak menyekat diri mereka daripada menggunakan nikmat-nikmat yang telah dihalalkan oleh Allah, dan mereka pun berjuang pada jalan Allah dengan harta benda dan jiwa mereka.

### **Khalifah Juga Mencari Sara Hidup**

Kenangkan sahaja Saiyidina Abū Bakr al-Ṣiddīq, ketika ia dijumpai oleh sahabat-sahabat Nabi pada pagi hari yang di dalamnya ia telah dipilih oleh orang-orang Islam menjadi khalifah. Ia kedapatan sedang keluar dari rumahnya dengan membawa kain di atas bahunya untuk jualan. Mereka pun bertanya: Hendak ke mana? Lalu dijawab: Hendak ke pasar, hendak berjual kain sebagaimana biasa. Kerana dia hendak mencari sara hidup untuk anak pinaknya. Sahabat-sahabat yang berjumpa dengannya pun meminta supaya dia berhenti daripada berniaga, kerana masanya tidak cukup untuk berniaga dan untuk mentadbirkan pemerintahan umat Islam sebagai seorang Khalifah bagi Rasulullah *ṣallā Allāhu ‘alayhi wa ‘ālihi wa sallam*. Ia bertanggungjawab mengatur dan mengambil berat terhadap rakyat yang dipimpinya. Mereka pun menguntukkan baginya wang bulanan daripada *Bayt al-Māl* untuk sara hidupnya, sekadar yang cukup dan sesuai. Jika tidaklah kerana peristiwa yang tersebut, nescaya Saydina Abū Bakr akan berkekalan

berniaga untuk mencari sara hidupnya (sekalipun ia khalifah yang berkuasa).

### **Contoh Dari Sahabat-sahabat Nabi**

Sahabat-sahabat Nabi – sebagaimana yang diceritakan oleh sejarah hidup mereka – lazimnya setelah mereka selesai menempuh medan perang, dalam perjuangan membela diri, akan bersegera kembali kepada kehidupan mereka yang asal, iaitu berusaha mencari sara hidup masing-masing. Banyak di antara mereka yang menjadi hartawan, dan mereka yang demikian, bermurah hati membelanjakan harta benda mereka pada jalan Allah – untuk meninggikan agama dan memperbaiki masyarakatnya.

### **Inilah Dia Iman yang Sebenar-benarnya**

Inilah dia iman sebagaimana yang dikehendaki oleh Allah Ta‘ālā, dan sebagaimana yang difaham oleh orang-orang Islam dalam zaman Nabi. Kita tidak dikehendaki mencipta iman jenis lain, yang menghalang kita daripada berusaha dan bekerja dan daripada merasai nikmat-nikmat hidup yang telah dihalalkan oleh Allah ‘*azza wa jalla*.

Sebenarnya umat Islam kita tidaklah menjadi mundur melainkan setelah tergelincir daripada memahami hakikat iman, dan kerana diserap oleh perasaan membelakangkan dunia, atau kerana berlebihan mementingkan dunia sehingga lupa membuat amal untuk akhirat.

Jiwa yang beriman, yang yakin dan tenang tenteram, ialah jiwa yang berusaha, yang tidak berhenti-henti daripada bekerja dan menjalankan ikhtiar, sambil berpuas hati dan menyerah hasil usahanya kepada Allah *Rabb al-‘Ālamīn*.