

SHALAT SEBAGAI PERJALANAN RUHANI MENUJU ALLAH

Istianah

STAIN Kudus Jawa tengah

ABSTRAK

Shalat sebagai perjalanan spiritual, proses transendensi (berpindahnya jiwa) menuju Allah. Naiknya jiwa meninggalkan ikatan nafsu yang terdapat dalam diri manusia menuju kehadiran Allah. Menuju Zat yang Maha Mutlak sebagai puncak tujuan ruhani, sandaran istirahatnya jiwa, sumber hidup, sumber kekuatan, dan sumber mencari inspirasi. Manusia harus bergerak di sebuah ruangan yang mana Allah sebagai poros sumbunya. Orang yang telah mampu memahami bahwa Allah sebagai sumbu segala gerak hidupnya, dialah sebetulnya yang telah mengalami kebebasan. Sebab kebebasan secara spiritual merupakan kemampuan manusia menaklukkan ego duniawinya dan desahan setan yang selalu tampak menggiurkan. Dengan mengarahkan jiwa kepada Allah, ruhani akan mengalami pencerahan karena berada pada ketinggian yang tak terbatas. Pikiran terlepas dari keadaan riil dan panca indra melepaskan diri dari segala macam keruwetan. Sehingga jiwa mengalami ketenangan dan ketentraman. Oleh karena itu, setelah shalat seharusnya manusia aktif menjalankan peran kekhalfahannya dengan melakukan transformasi sosial, merealisasikan misi Rasulullah saw. sebagai *Rahmatan lil 'Alamin* dengan membangun tatanan kehidupan dunia yang aman, adil dan sejahtera.

Kata Kunci : *Shalat, Perjalanan Ruhani, Menuju Allah.*

A. Pendahuluan

Nabi Muhammad diutus oleh Allah ke muka bumi sebagai *rahmatan lil alamin*. Beliau sebagai pelopor dan penggagas dasar-dasar peradaban modern, sifat kemanusiaannya yang selalu mengajarkan dan memotivasi ummatnya untuk selalu belajar, bekerja, bermusyawarah dan menggali potensi yang ada di dalam dirinya maupun yang ada di alam sekitarnya. Adapun ajaran yang paling mendasar yang dibawa oleh Rasul adalah mengenai kehidupan ruhani (spiritual).¹ Rasul mengajarkan kepada umatnya agar meluruskan arah jiwanya hanya kepada sang pencipta langit dan bumi (QS. Al-An'am [6]: 79)

إِنِّي وَجَّهْتُ وَجْهِيَ لِلَّذِي فَطَرَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ خَنِيفًا وَمَا أَنَا مِنَ
الْمُشْرِكِينَ ﴿٧٩﴾

Sesungguhnya aku menghadapkan diriku kepada Rabb yang menciptakan langit dan bumi, dengan cenderung kepada agama yang benar, dan aku bukanlah Termasuk orang-orang yang mempersekutukan tuhan.

Islam menempatkan Zat Yang Maha Mutlak sebagai tujuan ruhani, sandaran istirahatnya jiwa, sumber hidup, sumber kekuatan, dan sumber mencari inspirasi. Manusia adalah makhluk yang memiliki naluri rasa cemas, gelisah dan resah. Sehingga selalu membutuhkan tempat untuk bersandar. Adapun sebaik-baik tempat untuk bersandar hanya kepada Allah. Hanya jiwa yang dan mengingat kepada Allah akan merasakan ketenangan dan ketentraman (QS. Al-Ra'ad [13]: 28).

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.

Salah satu cara untuk mengingat Allah adalah dengan mendirikan shalat. Karena pada dasarnya shalat adalah untuk

¹ Abu Sangkan, *Pelatihan Shalat Khusyu' Sebagai Meditasi Tertinggi dalam Islam*, (Jakarta: Baitul Ihsan), 2008, hlm. 14

mengingat-Nya, bukan sekedar membungkuk, bersujud dan mulutnya komat-kamit saja (QS. Thaha [20]: 14)

إِنِّي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي ﴿١٤﴾

Sesungguhnya aku ini adalah Allah, tidak ada Tuhan (yang hak) selain Aku, Maka sembahlah aku dan dirikanlah shalat untuk mengingat aku.

Shalat juga merupakan tiang agama. Dan agama tidak akan berdiri dengan tegak tanpa melaksanakan ajarannya sesuai dengan perintah Allah. Sebagaimana dalam (QS. Al-Furqan [25]: 64)

وَالَّذِينَ يَبِيتُونَ لِرَبِّهِمْ سُجَّدًا وَقِيَامًا ﴿٦٤﴾

Dan orang yang melalui malam hari dengan bersujud dan berdiri untuk Tuhan mereka.

B. Pembahasan

Pengertian shalat secara bahasa berarti do'a memohon kebaikan dan pujian. Sedangkan shalat dalam perspektif Fiqih adalah beberapa ucapan dan perbuatan yang dimulai dengan takbir dan di akhiri dengan salam, dan menurut syarat-syarat yang telah ditentukan'.²

Kata *As-shalah* dalam bahasa Arab itu mempunyai dua makna (dua akar kata) yaitu *shalla* dan *washala*. *Shalla* artinya berdo'a, jadi kita memohon atau menyeru kepada Allah. *Washala* artinya sama dengan *shilah*, yaitu menyambungkan. Jadi shalat itu mempunyai makna adanya ketersambungan kita sebagai hamba dengan Allah.³

Dalam pengertian lain shalat ialah salah satu sarana komunikasi antara hamba dengan Tuhannya sebagai bentuk ibadah yang di dalamnya merupakan amalan yang tersusun

² Hasbi As-Shiddiqy, *Pedoman Shalat*, (Jakarta Bulan Bintang), 1951, hlm.62

³ Umar Shahab, *Memperoleh Hikmah dari Samudera Irfani*, (Jakarta: Pengembangan Tasawuf Positif dan Klinik Spiritualitas), 1999, hlm. 7

dari beberapa perkataan dan perbuatan yang diawali dengan takbir dan diakhiri dengan salam, serta sesuai dengan syarat dan rukun yang telah ditentukan syara'. Shalat dalam pandangan Islam adalah merupakan bentuk komunikasi manusia dengan Tuhannya dan sekaligus sebagai cermin keimanan bagi seorang mukmin.

Dalam kajian tasawuf, secara umum ada dua makna sufistik shalat. *Pertama*, shalat itu adalah *mi'raj* artinya mendaki, taraqqi menuju Allah. Dan setiap kali hamba Tuhan akan mendaki (*mi'raj*) pada saat itu Tuhan akan turun. Misalnya bagi orang yang shalat, tetapi shalat itu tidak pernah mengangkatnya maka shalatnya itu diragukan. Karena merasa tidak dekat dengan Allah. Artinya orang itu baru shalat secara lahiriyah dan secara sufistik belum menimbulkan perubahan yang ada dalam dirinya. Karena tujuan dari pada shalat bukan sekedar gerakan-gerakan badan, tetapi adanya keterkaitan hati dengan Allah.

Di dalam sejarah, shalatnya Nabi saw. dan para sufi, badannya gemetar, mukanya pucat, bibirnya kadang bergetar saat membaca ayat-ayat Allah. Kalau ingin memperoleh shalat yang seperti itu, maka shalatlah seperti orang yang akan meninggal besok. *Shalli shalatan shalata muwatti'*, shalatlah seperti orang yang akan melepaskan atau meninggalkan dunia.

Kalau kita mengetahui besok akan mati, pasti akan menyiapkan segala sesuatunya, salah satunya dengan melakukan shalat dengan sebaik-baiknya. Seperti kata Rasul, kalau ingin memperoleh shalat yang bisa menjadi *mi'raj* atau shalat yang bisa menjadi kendaraan, maka syarat utamanya adalah berupaya menjadikan shalatnya sebagai yang terakhir. Sehingga orang yang shalatnya demikian, tidak akan pernah merasakan capek.⁴ Justru dengan shalat, akan memperoleh kenikmatan dan ketenangan di dalam batinnya.

Kedua, shalat yang bisa menjadi kekuatan spiritual. Dalam konteks inilah bisa dimengerti bahwa fungsi shalat dalam persepsi al-Qur'an diklaim mampu mencegah kemungkaran

⁴ Hussien Shahab, *Masalah Khusyu' dalam Shalat*, (Jakarta: Pusat Pengembangan Tasawuf Positif dan Klinik Spiritualitas Islam), 1999, hlm.2

(QS. Al-Ankabut [29]: 45). Shalat juga sebagai sumber segala kekuatan dan penolong (QS. Al-Baqarah [2]: 45)

وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ ﴿٤٥﴾

Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu. dan Sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyu',

Kesabaran merupakan bekal yang harus dimiliki di dalam menghadapi setiap kesulitan dan penderitaan. Kesabaran dalam arti yang positif. Sabar dalam ketahanan diri, berarti tidak boleh panik. Sabar dalam ketahanan jiwa agar tetap tegar dan mantap. Sehingga mampu menenangkan diri dan menepis kepanikan apalagi frustrasi. Ketika mengalami kesulitan dalam hidup, kebingungan, keraguan, keresahan dan mengalami kegoncangan jiwa maka kerjakanlah shalat, sebagaimana sabda Nabi yang diriwayatkan oleh Imam Tirmidzi.

- حدثنا قتيبة حدثنا عبد الرحمن بن أبي الموالي عن محمد بن المنكدر عن جابر بن عبد الله قال : كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يعلمنا الاستخارة في الأمور كلها كما يعلمنا الشورة من القرآن يقول إذا هم أحدكم بالأمر فليركع ركعتين من غير الفريضة

Artinya: Apabila salah satu diantara kalian mempunyai urusan (persoalan) maka shalatlah dua rakaat di luar shalat fardhu (shalat sunnah).⁵

Ketika kita mengalami problematika dalam kehidupan, maka kerjakanlah shalat sebagai alat komunikasi dengan Sang Khaliq. Di mana kita bisa mengadu, bersimpuh dan berdialog kepada –Nya tentang persoalan yang kita hadapi. Dengan demikian akan terjalin hubungan yang sangat kuat di dalam batinnya. Hati akan mengalami ketenangan, ketentraman dan kedamaian (QS. Al-Taubah [9]: 103).

⁵ Maktabah Syamila

حُدِّمِ أَمْوَالَهُمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلَاتَكَ سَكَنٌ لَهُمْ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ﴿١٠٣﴾

Sesungguhnya doa kamu itu (menjadi) ketenteraman jiwa bagi mereka. dan Allah Maha mendengar lagi Maha mengetahui.

Dengan shalat dapat menjernihkan jiwa yang resah dan gelisah menghilangkan rasa dahaga, ibarat sebagai sumber mata air yang mengalir pada saat terik panas matahari.⁶ Sebagaimana terdapat dalam QS. Al-Ma'arij [70]: 19-23)

إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ﴿١٩﴾ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ﴿٢٠﴾ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا ﴿٢١﴾ إِلَّا الْمُصَلِّينَ ﴿٢٢﴾ الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ ﴿٢٣﴾

Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah, dan apabila ia mendapat kebaikan ia Amat kikir. kecuali orang-orang yang mengerjakan shalat. yang mereka itu tetap mengerjakan shalatnya,

Shalat merupakan aktifitas jiwa (*soul*), sebuah proses perjalanan spiritual yang penuh makna yang dilakukan oleh seorang hamba untuk bertemu dengan Sang Khaliq. Shalat diibaratkan sebagai suatu perjalanan ruhani, karena semua gerak-gerik di dalamnya diiringi dengan niat. Dengan mendirikan shalat, manusia telah menempuh setengah perjalanan menuju Allah, ditambah dengan puasa, maka telah sampai ke pintu-Nya dan dilengkapi dengan sedekah, maka telah memasuki rumah-Nya.

Kita tidak menyadari untuk memanfaatkan shalat sebagai alat penolong, sumber hidup, penerang jiwa dan tempat di mana manusia harus bertanya dan berdialog tentang persoalan yang dihadapi atau bahkan persoalan yang sulit dipecahkan sekalipun. Oleh karena itu, shalat harus dipahami tidak hanya sebagai rutinitas kewajiban, tetapi sudah menjadi taraf kebutuhan.

Sering kita mendengar seseorang ketika diajak shalat

⁶ Abu Sangkan, *Op., Cit*, hlm 25-26

mengatakan: “Ah nanti saja shalatnya kalau pikiranku sudah tenang”. Hal ini menunjukkan bahwa shalat merupakan bagian rutinitas yang sangat membebani. Shalat bukan lagi bagian dari kebutuhan ruhani. Padahal shalat ibarat sumber mata air yang mengalir yang tiada habisnya pada saat terik panas matahari, sedangkan perbekalan sudah mulai habis. Justru dengan shalat mereka akan mendapatkan tempat beristirahat dan sekaligus menghilangkan rasa dahaga yang dirasakan oleh rohaninya.⁷

Shalat bukan sekedar membungkuk, bersujud dan komat-kamit bahkan tidak sadar dengan apa yang dilakukan. Kalau shalatnya benar-benar mengingat Allah, maka akan merasakan kadamaian dan ketenangan. Shalat adalah pekerjaan jiwa, jika shalat dilakukan dengan baik, maka akan menghasilkan etos kerja yang profesional dan penuh tanggung jawab.⁸

C. Shalat sebagai Perjalanan Ruhani Menuju Allah

Sebelum melakukan perjalanan ruhani menuju Allah, kita harus benar-benar suci secara lahiriah, dan harus mampu memadukan dua kesucian (kesucian lahir dan batin). Pakaian dan tempat shalatnya harus bersih dan suci. Jadi shalat itu mempunyai rangkaian sebelum dan sesudahnya. Kalau ingin menikmati shalat, maka perlu melihat bahwa shalat itu satu paket.⁹ Misalnya ketika berwudhu sesuai dengan tuntutan Rasul. Karena wudhu sebagai ajang pembersihan jiwa, di mana dengan berwudhu akan mendapatkan cahaya yang memancarkan sinar di dalam wajahnya. Mulailah dengan mengucapkan: “*Bismillahirrah-manirrahim*”. Dengan menghubungkan jiwa kepada Allah. Mencuci kedua tangan, pastikan hati tetap bersambung kepada Allah sehingga merasakan ketenangan dan kesejukan di dalam dada. Bersihkan mulut dengan berkumur-kumur, mulut adalah organ tubuh yang paling penting untuk dibersihkan. Di tempat inilah segala makanan dikunyah. Sisa-sisa makanan yang tertinggal di sela-sela gigi akan merangsang

⁷ *Ibid.*, hlm. 26

⁸ *Ibid.*, hlm. 21-22

⁹ Nasaruddin Umar, *Kehadiran Kalbu dalam Shalat*, (Jakarta: Pusat Pengembangan Tasawuf Positif dan Klinik Spiritualitas Islam), 1999, hlm. 1

pertumbuhan kuman-kuman yang dapat merusak kesehatan mulut.¹⁰

Bersihkan kedua lubang hidung, karena bulu-bulu yang tumbuh di dinding lobang hidung tidak cukup mampu untuk menyaring kotoran-kotoran udara yang penuh dengan polusi. Dengan membersihkan kotoran-kotoran tersebut, hidung akan bersih sehingga paru-paru akan jadi sehat. Basuhlah muka dan usaplah seluruh wajah secara perlahan-lahan dengan kalimat *thayyibah* agar muka tetap mendapatkan getaran cahaya Ilahi, sehingga wajah semakin berseri.

Kemudian membasuh kepala yang berfungsi untuk menurunkan suhu badan sehingga pikiran menjadi jernih. Membasuh kepala bisa untuk menghindari penyakit stress dan tekanan darah tinggi, serta melancarkan aliran darah ke otak. Menyapukan air ke kepala berarti membasuh kulit kepala yang berhubungan langsung dengan pernafasan lewat pori-pori. Secara psikologis, air mempunyai efek menentramkan pikiran dan jiwa.¹¹

Mengusap telinga akan menghasilkan rasa lebih sensitif terhadap getaran suara yang ditangkap oleh sel-sel pendengaran yang berbentuk rambut-rambut halus. Bahkan jika dilakukan dengan benar, getarang gelombang pada frekwensi 20.000 Hertz – 30.000 hertz akan tertangkap dengan baik, jika dilakukan dengan jiwa yang tenang. Dengan melatih jiwa berdzikir kepada Allah, kehalusan rasa akan dapat tercapai.¹² Ketika mencuci kaki dapat melancarkan aliran darah dan berfungsi untuk menguatkan kaki.

Ketika mencuci tangan, kaki, dan mulut, maka diiringi dengan do'a: Ya Allah tanganku yang selama ini melayani aku bertahun-tahun, bimbinglah, bersihkanlah tanganku ini dari produk-produk yang baik dan suci, serta bermanfaat bagi diriku, keluargaku dan bagi masyarakat. Ini adalah sebuah pembebasan diri dari jebakan-jebakan rutinitas. Ya Allah jadikanlah mukaku, martabatku, wajahku, diriku yang bersih karena siraman cahaya-Mu. Ya Allah sucikanlah telingaku agar terbiasa mencintai hal-hal

¹⁰ Abu Sangkan, *Op. Cit.*, hlm. 73

¹¹ Nasaruddin Umar, *Op. Cit.*, hlm. 75

¹² *Ibid.*, hlm. 76

yang bagus, sehingga dapat bermanfaat setiap yang aku dengar. Jangan sampai telinga terkontaminasi dan lebih mencintai hal-hal yang kotor.

Setelah kesucian lahir, kemudian dilanjutkan dengan kesucian batin. Di mana ketika shalat harus mempersiapkan diri menghadap Allah dengan hati yang bersih. Penyakit-penyakit, kotoran-kotoran yang melekat di dalam jiwa harus dibersihkan. Dengan memadukan kesucian lahir dan batin dalam shalat akan melahirkan ketundukan, rasa takut dan cintanyan hanya kepada Allah. Sehingga mampu melepaskan tabi'at-tabi'at kebinatangan yang mengiringinya. Shalat bukan hanya sekedar gerakan seperti ruku', sujud, tetapi esensi shalat adalah bilamana seseorang mampu menjauhkan diri dari perbuatan keji dan munkar (QS. Al-ankabut [29]: 45).

Shalat diawali dengan berdiri membaca takbir. Pada saat itulah kita melihat ciptaan-Nya dengan memuji kebesaran-Nya. Dan menyadari bahwa Allah lah yang menciptakan alam semesta. Dengan memuji dan memohon kepada-Nya: Hanya kepada-Mu kami mengabdikan dan minta pertolongan. Tunjukilah kami jalan yang lurus.

Pada saat ruku' dan sujud adalah momen ketika melihat sifat-sifat Allah, diiringi dengan membaca tasbeih; Dia lah Yang Maha Agung dan Dia lah Yang Maha Tinggi. Pada saat duduk, membaca tasyahud; bersaksi bahwa tiada Tuhan selain Allah. Pada akhir shalat, dengan mengucapkan salam; menyampaikan keselamatan, kesejahteraan dan berkah Allah kepada semua makhluk yang ada di sebelah kanan dan sebelah kiri.

Oleh karena itu, setelah shalat seharusnya manusia aktif menjalankan peran kekhalifahannya dengan melakukan transformasi sosial, mengelola semua ciptaan-Nya untuk merealisasikan misi Rasulullah saw. sebagai Rahmatan lil 'Alamin dengan membangun tatanan kehidupan dunia yang aman, adil dan sejahtera.

Pada setiap gerakan dalam shalat disertai dengan ucapan "*Allahu Akbar*". Inilah sebagai nilai lebih, bahwa konsentrasi kita ada di dalam gerak. Gerak mengadakan hubungan dengan

Allah, mengadakan hubungan dengan semua ciptaan-Nya, menggarap diri dan mengembangkan lingkungan merupakan momen-momen yang sangat bernilai, sebab hal itu merupakan anak tangga untuk bisa berjumpa dengan Allah (QS. Al-Kahfi [18]: 110)

قُلْ إِنَّمَا أَنَا بَشَرٌ مِّثْلُكُمْ يُوحَىٰ إِلَيَّ أَنَّمَا إِلَهُكُمُ اللَّهُ وَحْدَهُ فَمَن كَانَ يَرْجُوا لِقَاءَ رَبِّهِ فَلْيَعْمَلْ عَمَلًا صَالِحًا وَلَا يُشْرِكْ بِعِبَادَةِ رَبِّهِ أَحَدًا ﴿١١٠﴾

Katakanlah: Sesungguhnya aku ini manusia biasa seperti kamu, yang diwahyukan kepadaku: «Bahwa Sesungguhnya Tuhan kamu itu adalah Tuhan yang Esa». Barangsiapa mengharap perjumpaan dengan Tuhannya, Maka hendaklah ia mengerjakan amal yang saleh dan janganlah ia mempersekutukan seorangpun dalam beribadat kepada Tuhannya».

Di dalam shalat harus diupayakan untuk berkonsentrasi melakukan transendensi, menggapai kesadaran bahwa nilai manusia tidak pada duduk, tidak pada berdiri, tidak pada rukuk dan sujud. Tetapi nilai manusia ada di dalam gerak (perbuatannya). Oleh karena itu, di dalam al-Qur'an kata *amanu* selalu dirangkai dengan *wa amilussholihat* (beramal shaleh dengan melakukan gerak yang positif).¹³

Shalat harus dilakukan setiap hari, karena bahaya kontaminasi itu berlangsung terus menerus. Jadikanlah shalat sebagai suatu kebutuhan, bukan suatu beban dan rutinitas. Karena manusia memiliki kebutuhan-kebutuhan asasi seperti kebutuhan makan dan minum. Shalat sebagai kebutuhan ruhani secara mutlak, karena ruhani yang bahagia adalah ruhani yang mengenal Tuhannya dan menjalin hubungan (komunikasi) dengan-Nya. Shalat sebagai sebuah pendakian atau perjalanan spiritual (berdialog dengan Allah), yaitu proses transendensi (berpindahnya jiwa) menuju Allah. Di mana manusia bisa berdialog dan berkomunikasi dengan Allah. Shalat dikatakan sebagai *mi'rajnya* orang yang beriman yaitu naiknya jiwa (*mi'raj*)

¹³ Muhammad Zuhri, *Tasawuf Transformatif*, (Sekarjalak,:2003), hlm. 86-87

meninggalkan ikatan nafsu yang terdapat dalam fisik manusia menuju ke hadirat Allah Yang Maha Tinggi.¹⁴

Mi'raj itu artinya terbang, melintasi atau transend. *Mi'raj* adalah satu perjalanan meninggalkan bumi menuju Allah. Istilah *mi'raj* adalah terkait dengan peristiwa di mana Nabi Muhammad mengalami perjalanan dari Masjidil Haram menuju ke Masjidil Aqsha. Esensi *mi'raj* itu adalah satu perjalanan dari alam dunia (alam manusia) menuju ke haribaan Allah yang tujuannya untuk bertemu dengan Allah.

Shalat sebagai perjalanan ruhani, di mana naiknya jiwa meninggalkan ikatan nafsu yang terdapat dalam diri manusia menuju kehadiran Allah. Manusia harus bergerak di sebuah ruangan yang mana Allah sebagai poros sumbunya, seperti orang yang sedang thawaf mengelilingi Ka'bah. Thawaf adalah miniatur orang yang bergerak menjalani titah hidup di dunia ini. Sumbunya adalah Ka'bah sebagai miniatur spiritual ke-Esaan Allah. Orang yang telah mampu memahami bahwa Allah sebagai sumbu segala gerak hidupnya, dialah sebetulnya yang telah mengalami kebebasan. Sebab kebebasan secara spiritual merupakan kemampuan manusia menaklukkan ego duniawinya dan desahan setan yang selalu tampak menggiurkan.¹⁵

Manusia setelah mengalami proses transendensi berkomunikasi dengan Allah (lewat shalat), dituntut untuk aktif di dunia, memelihara kedamaian bagi umat manusia, menjaga kahermonisan alam, menyebarkan berkah dan selalu berpihak pada kebenaran dan keadilan. Dengan demikian, gerak kesadaran kehambaannya akan seirama dengan gerak kesadaran kekhalifahannya.

Kesadaran penghambaan ini meniscayakan seluruh manusia untuk selalu tunduk, patuh dan mengorientasikan segala laku dan aktivitasnya hanya kepada Allah. Manusia bila sudah mampu mengorientasikan segala apa yang ada pada dirinya hanya kepada Allah, sebagai konsekuensi dari kehambaannya, maka dirinya akan menjadi manusia yang merdeka. Mampu

¹⁴ Abu Sangkan, *Op., Cit*, hlm. 16

¹⁵ Islah Gusmian, *Surat Cinta al-Ghazali Nasihat-nasihat Pencerah Hati*, (Bandung: Mizana), 2006. hlm. 152

keluar dari hegemoni kepentingan hawa nafsu yang cenderung menjauhkan diri dari Allah.

Metafor Jalaluddin Rumi mengenai manusia sejati seperti ngengat yang senantiasa mendekati lilin (Allah), memberi penjelasan bahwa manusia secara fitri diniscayakan untuk selalu mengorientasikan segala yang ada pada dirinya hanya kepada Allah sebagaimana ketulusan Nabi Ibrahim menerima perintah untuk menyembelih Isma'il.

Rasul mengajarkan kepada umatnya agar meluruskan arah jiwanya hanya kepada sang pencipta langit dan bumi (QS. Al-An'am [6]: 79). Karena dalam keadaan demikian setan tidak mampu menembus alam keikhlasan orang mukmin. Setan hanya mampu menembus jiwa manusia ketika berada di alam rendah. Sebab pada alam tersebut masih terdapat alam keakuan dan kesombongan sehingga setan mampu mengendalikan pikiran, perasaan dan batin manusia.

Pada saat shalat manusia secara total menghadap Tuhannya, baik secara lahir maupun batin, tubuh, akal maupun ruh. Karena pada dasarnya hakikat diciptakannya manusia untuk mengabdikan kepada Allah (QS. Az-Dzariyat [51]: 56).

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ﴿٥٦﴾

dan aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka mengabdikan kepada-Ku.

Kesadaran penghambaan ini meniscayakan seluruh manusia untuk selalu tunduk, patuh dan mengorientasikan segala laku dan aktivitasnya hanya kepada Allah. Manusia bila sudah mampu mengorientasikan segala apa yang ada pada dirinya hanya kepada Allah, sebagai konsekuensi dari kehambaan, maka dirinya akan menjadi manusia yang merdeka. Mampu keluar dari hegemoni kepentingan hawa nafsu yang cenderung menjauhkan diri dari Allah.

Shalat merupakan ibadah yang paling besar, karena dalam shalat terdapat simbol tiga kegiatan dan kekuatan, yaitu tubuh, akal dan ruh (jiwa). Kegiatan tubuh dengan melakukan gerakan-gerakan shalat, kegiatan akal akan tampak ketika kita membaca,

merenungkan dan memikirkan makna-makna yang terdapat dalam bacaan shalat. Sementara kegiatan ruh akan tampak ketika kita *bertawajuh* dan berserah diri kepada Allah.¹⁶ Ketika shalat jiwa kita tidak akan terjebak oleh bisikan setan (QS. Zukhruf [43]: 36

وَمَنْ يَعِشْ عَنِ ذِكْرِ الرَّحْمَنِ نُقِصَّ لَهُ شَيْطَانًا فَهُوَ لَهُ قَرِينٌ ﴿٣٦﴾

Barangsiapa yang berpaling dari pengajaran Tuhan yang Maha Pemurah (Al Quran), Kami adakan baginya syaitan (yang menyesatkan) Maka syaitan Itulah yang menjadi teman yang selalu menyertainya.

Oleh sebab itu, Allah menurunkan cara yang paling mudah untuk mengembalikan kesadaran agar jiwa kembali kepada fitrah. Dan setan tidak akan mampu menjangkau keadaan jiwa yang berserah diri kepada Allah (QS An-Nahl [16]: 99-100)

إِنَّهُ لَيْسَ لَهُ سُلْطَانٌ عَلَى الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَلَى رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ﴿١٩﴾ إِنَّمَا سُلْطَانُهُ عَلَى الَّذِينَ يَتَوَلَّوْنَهُ وَالَّذِينَ هُمْ بِهِ مُشْرِكُونَ ﴿٢٠﴾

Sesungguhnya syaitan itu tidak ada kekuasaanNya atas orang-orang yang beriman dan bertawakkal kepada Tuhannya. Sesungguhnya kekuasaanNya (syaitan) hanyalah atas orang-orang yang mengambilnya Jadi pemimpin dan atas orang-orang yang mempersekutukannya dengan Allah.

Rasul setelah melakukan mi'raj, beliau harus turun ke bumi. Kali ini turun menjadi *khalifatullah fil ard* yang mempunyai untuk membuat struktur atau tatanan kehidupan dunia aman, adil dan sejahtera. Pada prinsipnya *khalifatullah fil ardh* itu adalah bahwa setiap mukmin mempunyai tugas untuk menjadi reformis yaitu dituntut untuk mampu memberikan kedamaian dan keharmonisan di muka bumi.

Abdul Quddus seorang sufi dari anak Benua India mengatakan: saya bersumpah, demi Allah kalau sekiranya saya

¹⁶ Misa Abdu, *Menjernihkan Batin dengan shalat Khusyu'*, (Mitra Pustaka, tt), hlm.32-34

mengalami *mi'raj* seperti yang dialami oleh Rasulullah, maka saya tidak akan turun ke bumi. Karena perjumpaannya dengan Allah adalah merupakan pengalaman yang paling puncak dari pengalaman keberagaman seseorang. Namun Rasulullah tidak demikian, Rasul tidak bersifat egois, setelah bertemu dengan Allah lewat *mi'raj* kemudian turun ke bumi. Rasul menjalankan fungsi kerasulannya dengan potensi yang dimiliki sebagai hasil *mi'raj* atau pertemuannya dengan Allah.¹⁷

Rasulullah setelah mengalami *mi'raj* kemudian turun ke bumi melakukan aksi-aksi sosialnya dengan melakukan transformasi sosial, mengurus orang-orang yang lemah, orang-orang yang berada di garis kemiskinan dan kebodohan serta sebagai aktor dalam perkembangan peradaban manusia baik secara sosial, ekonomi, politik dan sebagainya.

Kita harus bercermin sebagaimana yang telah dicontohkan oleh Rasul. Shalat kita harus mampu menyerap energi Ilahi ke dalam tubuh sehingga berhasil dengan baik. Dengan demikian gerak aktivitas kita akan mengeluarkan energi yang bermanfaat bagi sesama dan alam semesta. Orang-orang yang telah mampu menyerap energi Ilahi di ambang fajar inilah yang dijelaskan oleh al-Qur'an sebagai orang yang mempunyai posisi terpuji. Layaknya matahari dan bulan, matahari adalah benda langit yang mempunyai cahaya sendiri, sedangkan bulan sejatinya tidak bercahaya. Mengapa bulan bercahaya? Karena bulan berhasil menghadapkan dirinya dengan tepat ke arah matahari yang bercahaya, sehingga ia mampu mengeluarkan cahaya yang indah di bumi.

Setelah melakukan proses penyerapan energi Ilahi dalam wujud konkretnya adalah dengan meneladani sifat-sifat Allah dalam kehidupan sehari-hari. Allah adalah Maha Pengasih dan Penyayang, maka kita pun mestinya bersifat saling menyayangi dan mengasih kepada sesama.¹⁸

Banyak orang bertanya-tanya kenapa orang yang shalat,

¹⁷ Ir Haidar Baqir, *Tawajjuh Menuju Kemuliaan Rububiyah*, (Jakarta: Pusat Pengembangan Tasawuf Positif dan Klinik Spiritualitas Islam), 1999, hlm. 5

¹⁸ Islah Gusmian, *Op., Cit*, hlm. 89

bahkan hajinya berkali-kali, tetapi perilakunya tidak berubah? Al-Qur'an kah yang keliru? Jadi sesungguhnya bukanlah shalat bagi orang-orang yang shalatnya itu tidak dapat mencegah dari perbuatan keji dan munkar. Sehingga janganlah heran, meskipun shalat itu dirancang oleh Allah untuk melatih manusia agar terhindar dari perbuatan keji (kotor) dan munkar, tetapi sehari-hari tetap saja melakukan hal-hal yang tercela. Kenapa? Karena mereka belum memahami tentang hakikat shalat, sehingga tidak memberikan dampak dan pengaruh kepada perilakunya.

Para sufi mengatakan, Allah sebetulnya memberikan kekuatan spiritual kepada manusia yang shalat, karena dengan shalat bisa menjadi benteng bagi dirinya. Seandainya shalat kita belum mampu mencegah dari perbuatan keji dan munkar, maka belum dikatakan shalat secara ruhani.¹⁹

Ada sebagian orang yang beranggapan, bahwa shalat dianggap sebagai sesuatu yang memberatkan dan menjemukan. Padahal dengan shalat, Allah akan menyambut doa-doa dari hamba-Nya. Allah akan menurunkan ketenangan kepada jiwa-jiwa yang resah, gelisah dan menerangi hati yang gelap. Bagi orang mukmin, shalat ibarat sumber mata air yang mengalir yang tiada habisnya pada saat terik panas matahari. Allah telah memerintahkan kepada hamba-Nya untuk menegakkan shalat. Shalat merupakan sebuah konsep meditasi yang sesuai dengan fitrah manusia, di mana pada saat shalat ruh dibiarkan lepas tanpa hambatan.

Islam menempatkan Zat yang Maha Mutlak sebagai puncak tujuan ruhani, sandaran istirahatnya jiwa, sumber hidup, sumber kekuatan, dan sumber mencari inspirasi. Dengan mengarahkan jiwa kepada Allah, ruhani akan mengalami pencerahan karena ia berada pada ketinggian yang tak terbatas, sehingga jiwa kembali pada kondisi seperti semula. Ketika shalat, ruhani bergerak menuju Zat yang Maha Mutlak. Pikiran terlepas dari keadaan riil dan panca indra melepaskan diri dari segala macam keruwetan. Melalui shalat kita bisa bertemu dengan Allah (QS. Al-Insyiqaq [84]: 6)

¹⁹ Misa Abdu, *Op., Cit*, hlm.3

يَأْتِيهَا الْإِنْسَانُ إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَىٰ رَبِّكَ كَدًّا فَمَلَقِيهِ ۖ ﴿٦﴾

Hai manusia, Sesungguhnya kamu telah bekerja dengan sungguh-sungguh menuju Tuhanmu, Maka pasti kamu akan menemui-Nya.

Shalat itu buahnya ada dua. *Pertama*, adalah akhlak pribadi dalam arti shalat itu bisa betul-betul mencegah dari perbuatan keji dan munkar (QS. (QS. Al-Ankabut [29]: 45)

أَتْلُ مَا أُوْحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ ۖ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ ۗ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ ﴿٤٥﴾

Bacalah apa yang telah diwahyukan kepadamu, Yaitu Al kitab (Al Quran) dan dirikanlah shalat. Sesungguhnya shalat itu mencegah dari (perbuatan- perbuatan) keji dan mungkar. dan Sesungguhnya mengingat Allah (shalat) adalah lebih besar (keutamaannya dari ibadat-ibadat yang lain). dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan.

Kalau shalat kita – sebagai proses *mi'raj* – hanya sebagai kesadaran kehambaan dan belum sampai pada kesadaran kekhalifahan, maka yang muncul hanya kekuatan mengajak, belum sampai kepada keberanian untuk mencegah.

Ada perbedaan arti antara *fakhsa'* dan *munkar*. Kalau *fakhsa'* itu kejelekan yang bersifat universal, kejelekan yang memang jelek. Kalau *munkar* itu jelek juga, tetapi tergantung pada suatu nilai yang berkembang dalam masyarakat. Allah menjanjikan kepada manusia, bahwa shalat dapat mencegah pelakunya dari dua keburukan. Keburukan yang bersifat universal dan keburukan yang sifatnya tergantung dari tata nilai yang ada pada masyarakat tertentu.²⁰

Kedua, buah dari pada shalat adalah mempunyai rasa empati terhadap orang-orang yang lemah, sehingga mampu mengulurkan tangan untuk berbagi kepada orang-orang miskin dan orang-orang yang kelaparan.²¹ Sebagai tolok ukur apakah

²⁰ Umar Shahab, *Memperoleh Hikmah dari Samudera Irfani*, (Jakarta: Pengembangan Tasawuf Positif dan Klinik Spiritualitas), 1999, hlm. 4

²¹ Haidar Bagir, *Op., Cit.*, hlm. 7

shalat kita sudah benar artinya sudah mampu mencegah perbuatan keji dan munkar. Maka perlu melihat apakah akhlak kita semakin baik. Apakah hati kita selalu tergerak untuk menyantuni mereka yang membutuhkannya, ada keprihatinan, kepedulian atau empati kepada orang-orang yang lemah.

Rasul mengajarkan kepada umatnya agar meluruskan arah jiwanya hanya kepada sang pencipta langit dan bumi (QS. Al-An'am [6]: 79). Karena dalam keadaan demikian setan tidak mampu menembus alam keikhlasan orang mukmin. Setan hanya mampu menembus jiwa manusia ketika berada di alam rendah. Sebab pada alam tersebut masih terdapat alam keakuan dan kesombongan sehingga setan mampu mengendalikan pikiran, perasaan dan batin manusia.

D. Simpulan

Shalat sebagai kebutuhan ruhani secara mutlak, sebagai sebuah pendakian atau perjalanan spiritual (berdialog dengan Allah), yaitu proses transendensi (berpindahnya jiwa) menuju Allah. Di mana manusia bisa berdialog dan berkomunikasi dengan Allah. Shalat dikatakan sebagai *mi'rajnya* orang yang beriman yaitu naiknya jiwa (*mi'raj*) meninggalkan ikatan nafsu yang terdapat dalam fisik manusia menuju ke hadirat Allah Yang Maha Tinggi.

Manusia setelah mengalami proses transendensi berkomunikasi dengan Allah (lewat shalat), dituntut untuk aktif di dunia, memelihara kedamaian bagi umat manusia, menjaga kahermonisan alam, menyebarkan berkah dan selalu berpihak pada kebenaran dan keadilan. Dengan demikian, gerak kesadaran kehambaannya akan seirama dengan gerak kesadaran kekhalifahannya

Kesadaran penghambaan ini meniscayakan seluruh manusia untuk selalu tunduk, patuh dan mengorientasikan segala laku dan aktivitasnya hanya kepada Allah. Manusia bila sudah mampu mengorientasikan segala apa yang ada pada dirinya hanya kepada Allah, sebagai konsekuensi dari kehambaannya, maka dirinya akan menjadi manusia yang merdeka. Mampu keluar dari hegemoni kepentingan hawa nafsu yang cenderung menjauhkan diri dari Allah.

DAFTAR PUSTAKA

Al-Quran dan Terjemahnya

Abu Sangkan, Abu, 2008, *Shalat Khusyu' Sebagai Meditasi Tertinggi dalam Islam*, Jakarta: Baitul Ihsa

Abdu, Misa, *Menjernihkan Batin dengan shalat Khusyu'*, Mitra Pustaka

Hasbi As-Shiddiqy, Hasby, 1951, *Pedoman Shalat*, Jakarta Bulan Bintang

Bagir, Haidar, 1999, *Tawajjuh: Menuju Kemuliaan Rububiyah*, Jakarta: Tasawuf Positif dan Klinik Spiritualitas

Gusmian, Islah, 2006, *Surat Cinta al-Ghazali Nasihat-nasihat Pencerah Hati*, Bandung: Mizana.

Hussain, Shahab, 1999, *Masalah Khusyu' dalam Shalat*, Jakarta: Pusat Pengembangan Tasawuf Positif dan Klinik Spiritualitas Islam

Maktabah Syamila

Umar Shahab, Umar, 1999, *Memperoleh Hikmah dari Samudera Irfani*, Jakarta, Pusat Pengembangan Tasawuf Positif dan Klinik Spiritualitas.

Umar, Nasaruddin, 1999, *Kehadiran Kalbu dalam Shalat*, Jakarta: Pusat Pengembangan Tasawuf Positif dan Klinik Spiritualitas Islam.

Zuhri, Muhammad, 2003, *Tasawuf Transformatif*, Sekarjalak.