

BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Self Transendence*

1. Definisi *Self Transendence*

Self-transcendence merupakan sebuah konsep yang banyak dibahas dalam kajian psikologi, filosofi, serta agama, terutama dalam konteks perkembangan spiritual. Menurut Viktor Frankl, seorang psikoterapis dan pendiri logoterapi, *self-transcendence* adalah kapasitas untuk melampaui diri sendiri dan terhubung dengan sesuatu yang lebih besar daripada ego dan kepentingan pribadi. Frankl mengemukakan bahwa pengalaman *self-transcendence* sering kali melibatkan pencarian makna yang lebih dalam dalam hidup, yang tidak hanya berfokus pada pencapaian individu tetapi juga pada hubungan dengan orang lain, alam semesta, dan Tuhan.²⁰

Menurut Maslow dalam teori kebutuhan aktualisasi diri (self-actualization) yang lebih tinggi, *self-transcendence* adalah tingkat yang lebih tinggi dari aktualisasi diri, di mana individu dapat merasakan hubungan dengan kekuatan yang lebih besar.²¹ Dalam teori ini, *self-transcendence* tidak hanya melibatkan pencapaian tujuan pribadi, tetapi juga melibatkan pengorbanan diri untuk tujuan yang lebih besar, seperti pelayanan kepada orang lain atau dedikasi untuk tujuan spiritual.

Berbeda dengan pendapat Maslow, Reed mendefinisikan *self transcendence* sebagai perspektif dan perilaku yang memperluas *self boundaries* dengan berbagai cara: *inwardly* (melalui kegiatan

²⁰ Frankl, Man's Search for Meaning, (Beacon Press, 1984) h.70

²¹ Abraham Maslow, Motivation and Personality (Harper & Row, 1971) h. 50

intrapersonal dan perspektif yang, meningkatkan kesadaran terhadap suatu kepercayaan, nilai-nilai dan impian), *outwardly* (melalui koneksi intrapersonal dengan manusia dan alam), *upwardly* (melalui perspektif dan praktik yang berkaitan dengan transpersonal), *temporally* (menghubungkan perspektif di masa lalu dan masa depan dengan situasi saat ini), dan *transpersonally* (terhubung dengan dimensi lain). *Self Transcendence* adalah karakteristik dari kematangan perkembangan dalam hal kesadaran terhadap lingkungan dan sebuah orientasi untuk memperluas perspektif tentang kehidupan²².

Self-transcendence juga dapat dipahami dalam perspektif transpersonal psychology, yang memandangnya sebagai pengembangan dan ekspansi kesadaran di luar batas-batas individu. Ken Wilber, seorang tokoh dalam psikologi transpersonal, menjelaskan bahwa *self-transcendence* adalah proses menuju kesadaran yang lebih tinggi, di mana individu mulai menyadari ketidak-terpisahan antara diri mereka dengan alam semesta dan Tuhan.²³

Dalam konteks ajaran agama, *self-transcendence* sering kali dipahami sebagai pencapaian spiritual yang lebih tinggi, di mana individu dapat mengatasi ego, nafsu, dan keinginan duniawi untuk lebih dekat dengan Tuhan. Dalam ajaran Tasawuf, *self-transcendence* sering diartikan sebagai pencapaian ma'rifatullah atau pengetahuan langsung tentang Tuhan yang melampaui pemahaman rasional.

²² M. Fahmi, *Islam Transcendental, Menelusuri Jejak Pemikiran Islam Kuntowijoyo*, Pilar Religia, Yogyakarta, 2005, hal 115

²³ Wilber, *The Spectrum of Consciousness*, (Quest Books, 2000) h.80

2. Aspek Self Transendence

Wong mengatakan bahwa dalam *self transcendence* seseorang terdapat empat aspek²⁴, yaitu:

1. Mengubah fokus dari diri sendiri ke orang lain

Yaitu mengubah orientasi (*re-orientation*) egoisme menjadi orientasi yang lebih besar. Seseorang akan melupakan kepentingan dirinya dan terhubung dengan sesuatu yang lebih besar dan lebih penting dari dirinya sendiri. Terdapat tiga level dalam mengubah orientasi. Pertama, yaitu level transpersonal dimana seseorang merasa terhubung dengan Tuhan, alam, ataupun makhluk hidup lainnya. Kedua, *level life as a whole* yaitu kesadaran terhadap tujuan hidup dan melihat bahwa hidup memiliki makna dan nilai-nilai serta bebas dari keinginan untuk mencapai sesuatu yang bersifat materil. Ketiga, level situasional yaitu kemampuan seseorang untuk menemukan makna dalam situasi apapun.

2. Mengubah nilai-nilai

Seseorang merubah motivasi ekstrinsiknya menjadi motivasi intrinsik, yaitu melakukan suatu perbuatan tanpa mengharapkan timbal balik. Hal ini termasuk kesediaannya untuk mengorbankan *self-interest* dan mengabdikan pada sesuatu yang lebih baik dan tujuan yang lebih besar

3. Meningkatnya perhatian pada moral

Seseorang akan lebih memperhatikan setiap tujuan dan perbuatannya berdasarkan moral. Manusia dianugerahi dengan kapasitas alasan moral (*moral reasoning*) sehingga mampu untuk menilai setiap tujuan dan perbuatannya berdasarkan moral.

4. *Emotion of elevations*

Ketiga hal diatas dapat memicu *emotions of elevation*, emosi ini seperti rasa kagum (*awe dan amazement*) dan kegembiraan (*ecstasy*) hal ini

²⁴ Pizarro, J. J., Basabe, N., Fernández, I., Carrera, P., Apodaca, P., Man Ging, C. I., Cusi, O., & Páez, D. (2021). Self-transcendent emotions and their social effects: Awe, elevation and kama muta promote a human identification and motivations to help others. *Frontiers in Psychology*, 12(September), 1–17.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.709859>

dikarenakan sesuatu yang luar biasa terjadi, memiliki kemampuan (memperoleh prestasi), dan melakukan kebaikan (terhadap orang lain).

3. **Faktor *Self Transendence***

Berdasarkan pendapat Wong, *self transendence* memiliki dua faktor yang meliputi²⁵:

a. *Will to Meaning* (Motivasi)

Will to meaning atau kebebasan berkehendak adalah motivasi primer yang tersembunyi di alam bawah sadar manusia. *Will to meaning* mewakili motivasi mulia yang berakar pada spiritual atau *noetic dimension*. Motivasi ini berguna untuk mencapai makna atau yang lebih tepatnya adalah *self-transcendence*. Dengan merespon kebutuhan spiritual manusia dapat berfungsi sebagai manusia sepenuhnya. Manusia diarahkan dari *self-interest* menuju sesuatu yang lebih besar dan melampaui dirinya sendiri, hal ini bisa dicapai dengan berkomitmen pada perilaku spiritual dan mengabdikan pada tujuan yang lebih tinggi untuk kebaikan yang lebih besar. Terdapat dua hal penting untuk memiliki *will to meaning*:

1. *Individuals Unique Calling*

Adalah motivasi manusia untuk menemukan panggilan hidup yang unik. *Calling* atau panggilan memberikan makna, tanggung jawab dan martabat pada manusia. Hal penting dalam *calling* adalah memprioritaskan keinginan untuk memberikan kontribusi sosial (*serving others*) dari pada kebahagiaan dan pencapaian pribadi.

2. *Intrinsic motivation of Personal Growth*

Seseorang termotivasi untuk melampaui diri dengan memperluas minat dan ruang lingkup hidup mereka, sehingga manusia akan kehilangan “diri kecil” mereka dan menemukan “diri yang lebih besar”. Seseorang harus memiliki *self-improvement* yang berkelanjutan sehingga dapat memenuhi potensinya, karena tidak

²⁵ *Ibid*

terdapat batasan pada *personal growth*. Ketika seseorang termotivasi untuk melebihi dirinya secara intrinsik dan ekstrinsik maka seseorang tersebut mengekspresikan *self-transcendence*.

b. *Meaning Mindset* (Kognitif)

Adalah cara manusia untuk menemukan makna di setiap situasi, baik situasi yang indah atau situasi sulit. Faktor ini disebut sebagai faktor kognitif karena mencakup semua kapasitas kognitif atau rasional, yang memungkinkan manusia untuk menemukan makna dan melakukan hal yang benar dalam setiap situasi. Pertama, adalah cara manusia meyakini bahwa terdapat makna tertinggi (*ultimate meaning*) dalam keberadaan manusia. Kedua, merupakan keyakinan manusia bahwa setiap kehidupan memiliki makna yang melekat dan makna tersebut dapat ditemukan dalam situasi apapun. Ketiga, manusia menggunakan kapasitas rasional dan moral untuk mengetahui tanggung jawab mereka dalam kehidupan. Terakhir, *meaning mindset* ini bukan hanya sekedar ide atau pikiran, melainkan tindakan dan perilaku manusia yang etis dan bertanggung jawab.

Dalam menemukan makna, manusia harus berdasarkan nilai-nilai yang objektif. Hal ini termasuk norma etik, prinsip moral, dan kewajiban (*reasonableness*) atau tindakan yang dapat dibenarkan secara moral. Terdapat tiga sumber nilai-nilai objektif²⁶:

1) Nilai-nilai kreatif (*creative values*)

Secara sengaja terlibat untuk menghasilkan nilai atau kebaikan bagi masyarakat dalam pekerjaan apapun dengan menggunakan bakat unik dan ide kreatif yang dimiliki. Nilai-nilai kreatif ini dapat ditemukan baik dalam pekerjaan profesional (yang menghasilkan uang) ataupun pekerjaan yang non-profesional (tidak

²⁶ Runquist, J. J., & Reed, P. G. (2016). Self-transcendence and well-being in homeless adults. *Journal of Holistic Nursing*, 25(1), 5–1

menghasilkan uang). Hal yang ditekankan pada nilai-nilai kreatif ini adalah niat dan tindakan manusia untuk memberi sesuatu kembali pada dunia.

2) Nilai-nilai penghayatan (*experiential values*)

Keterbukaan dan apresiasi terhadap hubungan yang terjadi disekitar manusia – baik dengan sesama manusia, kehidupan itu sendiri, maupun dengan alam. Makna ini dapat ditemukan melalui keindahan (*beauty*), kebenaran (*truth*), cinta (*love*), spiritual, dan berpikiran penuh makna (*meaning minded*). Nilai-nilai penghayatan ini adalah menerima apapun yang diberikan dunia dengan rasa syukur

3) Nilai-nilai bersikap (*attitudinal values*)

Menemukan makna dalam penderitaan atau kesulitan. Nilai ini melibatkan kekuatan, keberanian, dan ketabahan moral untuk menghadapi kesulitan. Manusia dapat melihat penderitaan secara positif dengan mengambil sikap berani (*defiant attitude*), mengambil pelajaran dan menemukan makna positif dalam pengalaman negatif, memperbaiki tujuan hidup dan keyakinan, memanfaatkan hidup dengan baik dari pada merasa menderita, mengubah penderitaan menjadi kesempatan untuk membantu orang lain, dan mengatasi penderitaan dengan mengembangkan spiritualitas.

B. Thoriqoh Qodiriyah Naqsyabandiyah (TQN)

a) Definisi Thoriqoh

Thoriqoh adalah suatu metode khusus yang di pakai oleh salik (orang yang meniti kehidupan sufistik) atau penghayatan khazanah kerohanian (esoterisme)²⁷, dalam Islam dan salah satu pusaka keagamaan yang penting, yang harus ditempuh seorang

²⁷Asmaran As, Pengantar Studi Tasawuf, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1994, h. vii

salik (orang yang meniti kehidupan sufistik), dalam rangka membersihkan jiwanya sehingga dapat mendekatkan diri kepada Allah, karena tarekat mampu mempengaruhi perasaan dan pikiran kaum muslimin serta memiliki peranan yang sangat penting dalam proses pembinaan mental beragama masyarakat yang selama ini merasa terbelenggu oleh berbagai kecenderungan materialistik yang orientasinya mengacu kepada kemudahan, kenyamanan dan fasilitas hidup yang menyenangkan serta dapat menikmati dengan leluasa yang pada kenyataannya tidak selalu mendatangkan kesejahteraan dan kebahagiaan umat. Namun justru pada sebagian orang yang menganutnya menimbulkan ketenangan jiwa dan kemampuan spiritual bagi dirinya²⁸.

Studi tentang thoriqoh ini merupakan anggapan bahwa pola-pola pikiran dan kegiatan thoriqoh disini dianggap sebagai bagian dari Agama Islam yang mengandung sistim keyakinan (iman), sistim peribadatan (syari'at), dan sistim akhlak dan budi pekerti (ihsan), sesuai dengan keyakinan para pengamal thoriqoh.

b) Thoriqoh Qodiriyah Naqsyabandiyah

Thoriqoh Qodiriyah Naqsyabandiyah, gabungan dua tarekat yaitu, untuk memberikan pendekatan spiritual yang lebih komprehensif. Kedua tarekat ini memiliki tujuan yang sama, yaitu mendekatkan diri kepada Allah, tetapi dengan pendekatan yang berbeda.

1. Dzikir Qodiriyah berfokus pada dzikir dengan suara keras (dzikir jahr), yang berfungsi untuk menguatkan hati dan membawa kedamaian dalam jiwa. Hal ini

²⁸Muchsin Jamil, Tarekat dan Dinamika Sosial Politik: Tafsir Sosial Sufi Nusantara, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005, h. 43.

memberi kekuatan spiritual dalam menghadapi cobaan hidup.

2. Dzikir Naqsabandiyah, di sisi lain, lebih mengutamakan dzikir dalam hati (dzikir khafi) yang lebih tenang dan mendalam. Hal ini memungkinkan seseorang untuk merasakan kedekatan dengan Allah di setiap aktivitas sehari-hari, tidak hanya saat berzikir dalam pengajian.

Pondok Kencong mengajarkan kedua jenis dzikir ini untuk menciptakan keseimbangan dalam kehidupan spiritual para jamaah, dengan tujuan agar mereka bisa mencapai *self-transcendence*, yaitu melampaui batasan diri dan mendekatkan diri kepada Tuhan dengan cara yang lebih holistik dan menyeluruh. Bahwasannya thoriqoh qodiriyah naqsyabandiyah merupakan metode kerohanian dalam Islam dan salah satu pusaka keagamaan yang penting, yang harus ditempuh sang salik (orang yang meniti kehidupan sufistik) dalam rangka membersihkan jiwanya sehingga dapat mendekatkan diri kepada Allah²⁹.

c) Praktek Spiritual dalam Thoriqoh Qodiriyah Naqsabandiyah

Ada beberapa praktik spiritual dalam Thoriqoh Qodiriyah Naqsabandiyah yang diikuti oleh jamaah di Pondok Kencong, yaitu: Dzikir, khataman, manaqiban dan riyadhoh yang tujuannya adalah mengislahkan diri sendiri.

1. Dzikir adalah inti dari ajaran ini. Ada beberapa bentuk dzikir yang dilakukan oleh para murid, antara lain:
Dzikir Qodiriyah: Dzikir ini dilakukan dengan suara keras dan teratur, yang mengingatkan murid akan keberadaan Allah. Dzikir Naqsabandiyah: Dzikir ini

²⁹ Asmaran As, Pengantar Studi Tasawuf, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1994, h. vii

dilakukan dalam hati dan pikiran, di mana setiap aktivitas sehari-hari menjadi momen untuk mengingat Allah. Dzikir ini dilakukan secara lebih tersembunyi dan dalam, sehingga tidak terlihat oleh orang lain.

2. Khataman, yaitu sebagai amaliah untuk menyelesaikan atau menamatkan pembacaan aurad (wirid-wirid) yang menjadi ajaran Thoriqoh Qodiriyah Naqsyabandiyah.
3. Manaqib, kata manakib merupakan kata jama' dari manqabah mendapat akhiran-an. Manqabah sendiri artinya babakan sejarah hidup seseorang. Jama' dari manqabah adalah manaqib. Manaqiban adalah proses pembacaan penggalan hidup seseorang secara spiritual. Biasanya materi manaqiban terbagi pada dua bagian penting. Pertama, materi (kontens) tentang hidmah 'amaliyah. Hidmah amaliyah ini adalah inti manaqiban itu sendiri. Yang didalamnya meliputi: pembacaan ayat suci al-Qur'an, pembacaan tanbih, pembacaan tawassul, pembacaan manqabah Syaikh 'Abdul Qadir al-Jilani, do'a.
4. Riyadoh, yang dimaksud adalah latihan rohani dengan cara tertentu yang lazim dilakukan dalam dunia tasawuf. Riyadoh yang paling utama adalah dzikirullah.

Thoriqoh qodiriyah naqsyabandiyah di Pondok Pesantren Kencong Pare ini bahwa TQN merupakan kesatuan sikap dan ajaran yang tidak bertentangan dengan syari'at islam³⁰. Dengan adanya kegiatan TQN tersebut, masyarakat mengalami perubahan dan kemajuan yang pesat baik dalam pemahaman, penghayatan, peng-amalan ajaran Agama yang bersifat ukhrawi saja tetap juga teraflikasi pada aspek kehidupan duniawi. Hal ini dengan

³⁰ Abu Bakar Atjeh, Pengantar Ilmu Tarekat (Solo: Ramadhani, 1996), 68

sendirinya mengantarkan pada upaya untuk menjauhi segala larangan Allah dan menjalankan semua perintah-Nya secara suka rela. Ini yang kemudian dipahami sebagai pengaruh tak langsung menemukan kebermanaan hidup. Tandanya adalah mereka bisa menghargai hidup dan memanfaatkannya dengan perilaku dan perbuatan yang sesuai dengan ajaran Islam. Firman Allah Swt:

وَمَنْ تَطَوَّعَ خَيْرًا فَإِنَّ اللَّهَ شَاكِرٌ عَلِيمٌ

“Barangsiapa yang mengerjakan suatu kebajikan dengan kerelaan hati, maka sesungguhnya Allah Maha Mensyukuri kebaikan lagi Maha Mengetahui”. (QS. al-Baqarah/2 : 158)

C. Aspek Thoriqoh Qodiriyah Naqsyabandiyah (TQN)³¹

Ada beberapa aspek dalam Thoriqoh Qodiriyah Naqsyabandiyah yang yaitu: Aspek akhlaq al-karimah, tazkiyah al-nafs, taqorrub, muroqqabah, mababbah lillah dan ma'rifatillah.

1. Akhlaq Al-Karimah

Dalam Thoriqoh Qodiriyah Naqsyabandiyah, akhlak al-karimah dianggap sebagai hasil dari proses penyucian hati melalui amaliah dzikir dan pengamalan ajaran tarekat. Akhlak mulia menjadi bukti nyata dari keberhasilan seorang murid dalam menempuh jalan spiritual.

³¹ Mulyati, Sri, dkk., Mengenal dan Memahami Tarekat-tarekat Muktabarah di Indonesia. Jakarta: Prenada Media, 2005., hlm 98-114

a) Akhlak terhadap Allah SWT

1. Selalu bersyukur atas nikmat-Nya.
2. Tawakal (berserah diri) dan ridha terhadap ketetapan-Nya.
3. Senantiasa beribadah dengan penuh khusyuk dan ikhlas.

b) Akhlak terhadap Sesama Manusia

1. Bersikap rendah hati dan tidak sombong.
2. Sabar dalam menghadapi ujian dan cobaan.
3. Berbuat baik dan menolong sesama.

c) Akhlak terhadap Makhluk Allah

1. Menyayangi hewan dan tumbuhan sebagai bagian dari ciptaan Allah.
2. Menjaga lingkungan agar tetap lestari.

Menurut Syekh Ibnu Atha'illah As-Sakandari dalam Al-Hikam, akhlak al-karimah adalah: "Hiasi dirimu dengan akhlak mulia sebagaimana Rasulullah SAW telah menghiasinya. Karena hakikat akhlak adalah cermin kebersihan hati dan kedekatan dengan Allah."

Akhlak al-karimah dalam thoriqoh adalah inti dari ajaran tasawuf yang bertujuan untuk membentuk pribadi yang memiliki budi pekerti mulia, baik dalam hubungannya dengan Allah, sesama manusia, maupun makhluk ciptaan lainnya. Dalam tarekat seperti Qodiriyah Naqsyabandiyah, akhlak al-karimah diajarkan melalui latihan spiritual yang intensif, dzikir, serta pengawasan hati. Hal ini menjadi wujud nyata dari keberhasilan perjalanan spiritual seorang murid.

Akhlak al-karimah bukan hanya sebagai perilaku lahiriah, tetapi merupakan cerminan dari kebersihan hati dan kedekatan seseorang dengan Allah SWT.³²

2. Tazkiyah Al-Nafs

Menurut Ibnu Qayyim al-Jauziyah dalam Madarij as-Salikin, tazkiyah al-nafs adalah: "Menyucikan hati dari kotoran duniawi, menyelamatkannya dari nafsu syahwat, dan menjadikannya siap untuk menerima cahaya Ilahi."³³ Sementara itu, menurut Syekh Ibnu Atha'illah As-Sakandari dalam Al-Hikam: "Tazkiyah al-nafs bukan hanya membersihkan sifat buruk, tetapi juga mengosongkan hati dari selain Allah, sehingga yang tertinggal hanya cinta dan penghambaan kepada-Nya."

Dalam Thoriqoh Qodiriyah Naqsyabandiyah, tazkiyah al-nafs dilakukan melalui amalan-amalan seperti: Dzikir (jahar dan khafi) yang berfungsi sebagai pembersih hati. Muraqabah (merasa diawasi Allah) untuk mengontrol pikiran dan perbuatan. Muhasabah (introspeksi diri) agar murid selalu mengoreksi kesalahan dan dosa. Tafakkur (merenungi kebesaran Allah) sebagai sarana menyadarkan diri atas keterbatasan manusia.³⁴

³² Ibnu Atha'illah As-Sakandari, Al-Hikam (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 2000)

³³ Ibnu Qayyim al-Jauziyah, Madarij as-Salikin (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 1998), hlm. ...

³⁴ Ibnu Atha'illah As-Sakandari, Al-Hikam (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 2000), hlm.

3. Taqorrub

Secara bahasa, taqorrub berasal dari kata *qaruba* yang berarti dekat. Taqorrub secara terminologi berarti usaha seorang hamba untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT melalui berbagai amal ibadah, ketaatan, dan penghayatan spiritual. Taqorrub memiliki makna lebih dalam daripada sekadar beribadah rutin, karena mencakup pendekatan diri secara lahiriah maupun batiniah kepada Allah SWT dengan niat ikhlas. Dalam Perspektif Thoriqoh taqorrub memiliki kedudukan yang sangat sentral sebagai proses pendekatan diri secara intensif kepada Allah SWT melalui metode atau amaliah tertentu yang diajarkan oleh seorang mursyid (guru spiritual). Beberapa poin penting tentang taqorrub dalam thoriqoh adalah:

- a. Pendekatan melalui Dzikir: Dzikir (mengingat Allah) merupakan sarana utama untuk taqorrub dalam ajaran tarekat. Thoriqoh seperti Qodiriyah Naqsyabandiyah menekankan pentingnya dzikir jahr (dzikir dengan suara lantang) dan dzikir khafi (dzikir dalam hati) sebagai bentuk pendekatan kepada Allah SWT.
- b. Bimbingan Seorang Mursyid: Taqorrub dalam thoriqoh tidak dilakukan secara individu semata, tetapi melalui bimbingan seorang mursyid yang memiliki sanad keilmuan yang bersambung hingga Rasulullah SAW. Mursyid membimbing murid dalam tahapan-tahapan taqorrub sehingga mereka bisa membersihkan hati, menghilangkan sifat tercela, dan mendekatkan diri kepada Allah.

Menurut Syaikh Abdul Qadir Al-Jailani, “Seorang mursyid berperan membimbing muridnya

agar mencapai maqam (tingkatan) taqorrub yang tinggi, yaitu fana' (melebur dalam ketauhidan Allah) dan baqa' (kekekalan bersama Allah).”³⁵

- c. Pendekatan melalui Riyadhah: Taqorrub juga dilakukan melalui latihan spiritual atau *riyadhah*, seperti shalat malam, puasa sunnah, khidmah (mengabdikan), dan tafakkur (merenung) untuk membersihkan hati dan mendekatkan diri kepada Allah.

Menurut Imam Al-Ghazali dalam *Ihya' Ulumuddin*, taqorrub adalah bentuk penyucian hati dan jiwa melalui ketaatan dan kedekatan dengan Allah, dengan tujuan mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.

Pendekatan ini bertujuan mencapai maqam ihsan, yaitu merasa seolah-olah melihat Allah dalam setiap aktivitas, atau minimal merasa diawasi oleh-Nya dalam setiap gerak-gerik kehidupan.

Dalam Thoriqoh Qodiriyah Naqsyabandiyah, taqorrub dilakukan melalui: Dzikir La Ilaha Illallah. Dengan dzikir, seorang murid melatih hatinya untuk selalu hadir bersama Allah, baik dalam keadaan sibuk (dzikir khafi) maupun dalam kondisi bersama jamaah (dzikir jahr). Kemudian Praktik muraqabah berarti merasakan kehadiran Allah dalam setiap tindakan. Dalam keadaan ini, seorang murid merasa selalu diawasi oleh Allah dan berusaha menjaga amalnya agar tetap ikhlas dan bersih dari riya' atau niat

³⁵ Syaikh Abdul Qadir Al-Jailani, *Al-Fath ar-Rabbani* (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 1999), hlm.

buruk. Taqorrub dalam thoriqoh juga diimplementasikan melalui suluk, yaitu perjalanan spiritual yang dilakukan seorang murid untuk mencapai makam tertentu dengan cara melaksanakan amalan yang diajarkan mursyid.³⁶

Menurut Imam Junaid Al-Baghdadi, “Suluk adalah perjalanan mendekatkan diri kepada Allah melalui amalan lahiriah dan batiniah dengan bimbingan seorang guru.”³⁷

4. Muroqqabah

Dalam thoriqoh, muraqabah merupakan salah satu makam (tingkatan) penting dalam perjalanan spiritual seorang salik (penempuh jalan Allah). Muraqabah adalah latihan spiritual yang diajarkan oleh seorang mursyid untuk mendidik hati dan kesadaran murid agar senantiasa merasakan kehadiran Allah SWT. Muraqabah dalam thoriqoh bertujuan untuk mencapai: Kehadiran hati yang terus-menerus merasa dekat dengan Allah. Tazkiyatun nafs (penyucian jiwa) dengan menghindari kelalaian dan dosa. Pengawasan batin agar tidak terjerumus dalam riya', hasad, atau sifat-sifat tercela lainnya. Dengan muraqabah, seorang salik tidak hanya memperbaiki hubungan vertikal dengan Allah tetapi juga menjaga perilaku horizontal dalam kehidupan sehari-hari, sehingga tercipta kesalehan pribadi dan sosial.

Dalam Thoriqoh Qodiriyah Naqsyabandiyah, muraqabah menjadi salah satu metode utama dalam mendekatkan diri

³⁶ Imam Al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin* (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 1998), hlm. ...

³⁷ Imam Junaid Al-Baghdadi, *Risalah Suluk* (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 2000), hlm.

kepada Allah. Muraqabah diajarkan oleh mursyid kepada murid agar mereka dapat mencapai kesadaran ilahi yang tinggi. Praktik ini melibatkan: Dzikir Khafi, dzikir dalam hati yang dilakukan dengan penuh kesadaran bahwa Allah selalu hadir dan mengetahui setiap gerak-gerik hati dan pikiran. Ketenangan dan Kehadiran Hati, Murid dilatih untuk selalu fokus dan menenangkan hati, menjauhi pikiran yang melalaikan Allah. Pengawasan Diri (Muhasabah). Muraqabah melahirkan sifat muhasabah, yakni introspeksi diri untuk mengevaluasi amal perbuatan setiap waktu.

Menurut Syekh Abdul Qadir al-Jailani dalam *Al-Fath ar-Rabbani*, muraqabah adalah: "Hendaklah engkau selalu merasa dilihat Allah, karena Dia tidak pernah lalai dari dirimu walau sekejap mata. Kesadaran ini akan membuat hatimu selalu hidup dalam ingatan kepada-Nya."³⁸

5. Mahabbah lillah

Dalam thoriqoh, mahabbah lillah tidak hanya menjadi perasaan batiniah, tetapi juga diwujudkan melalui perilaku, antara lain:

- a. Taat kepada Perintah Allah: Menjalankan ibadah wajib dan sunnah dengan penuh kesadaran dan keikhlasan.
- b. Menjauhi Maksiat: Menahan diri dari hal-hal yang dilarang Allah sebagai bentuk penghormatan dan rasa cinta kepada-Nya.
- c. Mengutamakan Allah di Atas Segalanya: Menempatkan cinta kepada Allah melebihi cinta kepada dunia, keluarga, atau harta.

³⁸ Syekh Abdul Qadir al-Jailani, *Al-Fath ar-Rabbani*, (Beirut: Dar al-Fikr, 1994), hlm.

- d. Berakhlak Mulia: Menjalankan akhlak al-karimah sebagai wujud cinta dan penghambaan kepada Allah SWT.

Mahabbah lillah dalam thoriqoh adalah inti dari perjalanan spiritual seorang hamba untuk mencintai Allah secara tulus dan murni. Cinta ini didasarkan pada ma'rifatullah (pengenalan terhadap Allah) dan diwujudkan melalui dzikir, ibadah, muraqabah, serta kepatuhan kepada perintah-Nya. Mahabbah lillah mengantarkan seseorang pada kedekatan hakiki dengan Allah dan merasakan kenikmatan iman yang sejati.³⁹

6. Ma'rifatillah

Ma'rifatullah dalam thoriqoh adalah pengenalan hakiki terhadap Allah SWT yang melampaui pemahaman akal. Ma'rifatullah adalah puncak dari perjalanan spiritual seorang hamba setelah melalui proses penyucian jiwa (tazkiyah al-nafs), dzikir, dan ibadah yang ikhlas. Dengan ma'rifatullah, seorang hamba merasakan kedekatan dengan Allah SWT dan menyaksikan kehadiran-Nya dalam setiap aspek kehidupan.⁴⁰

D. Tujuan dan Manfaat dari Thoriqoh Qodiriyah Naqsabandiyah

Secara keseluruhan, tujuan utama dari Thoriqoh Qodiriyah Naqsabandiyah adalah mencapai kedekatan dengan Allah melalui berbagai praktik spiritual yang terarah dan terstruktur. Beberapa manfaat yang bisa didapatkan oleh para murid yang mengikuti tarekat ini antara lain:

³⁹ Imam Al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin*, (Beirut: Dar al-Fikr, 2002), hlm.

⁴⁰ Syekh Abdul Qadir al-Jailani, *Al-Fath ar-Rabbani*, (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 2000), hlm.

1. Pembersihan Hati: Melalui dzikir dan muraqabah, hati akan menjadi lebih bersih dari kecemasan duniawi dan keinginan nafsu.
2. Ketenangan Batin: Dzikir yang dilakukan dengan kesadaran penuh memberikan kedamaian dalam jiwa dan ketenangan batin.
3. Meningkatkan Kualitas Ibadah: Dengan melakukan dzikir dan suluk yang tepat, kualitas ibadah menjadi lebih khusyuk dan mendalam.
4. Pengendalian Diri: Tarekat ini mengajarkan pengendalian hawa nafsu, sehingga murid bisa hidup dengan lebih bijaksana dan sabar.
5. Mendekatkan Diri kepada Allah: Dengan mengikuti bimbingan mursyid dan melaksanakan dzikir secara konsisten, murid akan merasakan kedekatan dengan Allah dan mendapatkan petunjuk spiritual yang lebih jelas.

Pengalaman self-transcendence dalam konteks Thoriqoh Qodiriyah Naqsabandiyah di Pondok Kencong merupakan proses transformasi spiritual yang melibatkan pengendalian ego, pencapaian kedamaian batin, dan pengabdian kepada Tuhan. Melalui latihan dzikir yang intensif dan bimbingan spiritual, jamaah diajak untuk mengatasi keterikatan duniawi dan mencapai kesadaran yang lebih tinggi, yang tercermin dalam perubahan sikap, perilaku, dan kedekatan mereka dengan Allah. Konsep self-transcendence ini, yang dipadukan dengan prinsip-prinsip tasawuf, memberikan gambaran yang jelas tentang bagaimana pengalaman spiritual ini dapat terjadi dalam konteks ajaran Thoriqoh Qodiriyah Naqsabandiyah.

Manfaat dari mengamalkan Thoriqoh Qodiriyah Naqsabandiyah tidak hanya bersifat spiritual tetapi juga berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari. Berikut ini adalah manfaat-manfaat yang dapat dirasakan oleh seorang murid atau pengikut TQN:

1. Meningkatkan Kedekatan dengan Allah SWT

Dzikir yang menjadi inti dari TQN membantu seorang murid untuk senantiasa mengingat Allah dan merasakan kedekatan-Nya. Hal ini memperkuat hubungan ruhani antara hamba dan Tuhannya

2. Ketentraman Jiwa dan Hati

Amaliah dzikir dan penyucian jiwa membantu menghilangkan kegelisahan, kecemasan, dan keresahan dalam hidup. Dengan senantiasa berdzikir, hati menjadi lebih tenang dan tentram. “Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tentram.” (QS. Ar-Ra'd: 28).

3. Menghilangkan Sifat-sifat Buruk

Proses tazkiyah al-nafs yang diajarkan dalam TQN membantu murid membersihkan dirinya dari sifat-sifat tercela seperti riya, sombong, hasad, dan cinta dunia yang berlebihan. Hal ini menjadikan murid lebih jujur, rendah hati, dan berperilaku baik.

4. Mendorong Akhlak Terpuji

Dengan mengikuti tuntunan thoriqoh, seorang murid dapat membentuk akhlak yang baik sesuai dengan ajaran Rasulullah SAW. Akhlak seperti tawadhu', ikhlas, sabar, syukur, dan qana'ah menjadi nilai yang ditanamkan dalam hati murid.

5. Kekuatan dalam Menghadapi Cobaan Hidup

Dzikir dan penguatan keimanan membantu murid menjadi pribadi yang sabar dan tegar dalam menghadapi cobaan hidup. TQN mengajarkan sikap tawakal kepada Allah sebagai bentuk keyakinan bahwa semua ketentuan-Nya adalah yang terbaik.

6. Memperbaiki Hubungan Sosial

Thoriqoh ini tidak hanya berfokus pada hubungan antara manusia dan Allah (hablum minallah) tetapi juga memperbaiki hubungan antara manusia dengan sesamanya (hablum minannas). Murid TQN diajarkan untuk berperilaku baik, saling tolong-menolong, dan menjaga ukhuwah.

7. Mencapai Kebahagiaan Dunia dan Akhirat

Melalui pengamalan TQN, seorang murid mendapatkan kebahagiaan sejati yang tidak hanya terbatas pada aspek duniawi tetapi juga bersifat ukhrawi. Kebahagiaan ini diperoleh melalui kedekatan kepada Allah dan ketenangan hati.

Thoriqoh Qodiriyah Naqsabandiyah memiliki tujuan utama untuk membantu para pengikutnya mencapai ma'rifatullah atau pengenalan hakiki terhadap Allah SWT. Tujuan ini dicapai melalui dzikir, penyucian jiwa, dan pembinaan akhlak mulia. Adapun manfaat dari TQN antara lain meningkatkan ketenangan batin, membersihkan sifat-sifat buruk, membentuk akhlak terpuji, serta memperkuat kesabaran dan tawakal dalam menjalani kehidupan. Dengan demikian, TQN tidak hanya membantu murid dalam urusan spiritual tetapi

juga membentuk karakter yang baik dalam kehidupan sosial sehari-hari.