

Muraqabah

Oleh : Ust. Muhammad Afrizal, Lc

Sesungguhnya Allah Ta'ala tidaklah menciptakan jin dan manusia melainkan hanya untuk beribadah kepada-Nya semata. Ibadah yang merupakan tujuan penciptaan jin dan manusia itu di bangun atas dua tiang, yaitu perintah dan larangan. Kedua hal tersebut banyak disebutkan di dalam Al-Quran dan As-Sunnah Rasulullah Shallallahu 'Alaihi wa Sallam.

Imam Asy Syafi'i berkata, tentang firman Allah Ta'ala, "Apakah manusia mengira bahwa ia akan dibiarkan begitu saja (tanpa dipertanggungjawabkan)", artinya tidak diperintah dan tidak dilarang! "Jika bukanlah karena sikap *muraqabah* seorang hamba kepada Rabbnya, bagaimana mungkin dia akan mengerjakan perintah dan meninggalkan hal-hal yang dilarang? Agama islam mempunyai tiga tingkatan, hal itu sebagaimana dijelaskan dalam hadist yang diriwayatkan oleh imam Muslim dalam shahihnya dari jalur Umar bin Khaththab; Islam, iman dan ihsan. Ihsan disini maksudnya adalah Muraqabatullah baik secara sembunyi maupun terang-terangan.

Yang dimaksud dengan *muraqabah* adalah seseorang selalu menyadari bahwa tidak ada sesuatu apapun yang tersembunyi dari ilmu Allah. Abdullah ibnu Mubarak pernah berkata kepada seorang laki-laki, "Selalulah kamu memuraqabah kepada Allah!" laki-laki itu balik bertanya tentang maknanya. Dia menjawab, "Yaitu,

kamu seolah-olah selalu melihat Allah."

Bahwa menjadikan diri kita sebagai hamba sesuai dengan yang diperintahkan Allah dan Rasul-Nya, yaitu selalu merasakan kehadiran Allah disetiap waktu yang kita lewati. Dia selalu melihat, mendengar dan memperhatikan semua yang lahir dan batin, yang terlintas dalam pikiran dan gerakan anggota badan. Dalil tentang keutaman muraqabah ini sangat banyak ditemukan dalam al-Quran dan Sunnah. Diantaranya, firman Allah Ta'ala dalam surat An-Nahl ayat 128

إِنَّ اللَّهَ مَعَ الَّذِينَ اتَّقَوْا وَالَّذِينَ هُمْ
مُحْسِنُونَ.....

" Sesungguhnya Allah bersama orang-orang yang bertakwa dan orang-orang yang berbuat kebaikan"

Orang yang selalu memiliki nilai muraqabah dalam dirinya akan mendapatkan *ma'iyah khoshshoh* dari Allah Ta'ala, ini hanya untuk hamba-hamba yang bertakwa dan berbuat kebaikan. Mereka itu orang-orang yang meraih pertolongan, bantuan dan taufiq dari Allah Ta'ala.

Kisah-kisah Salafuna Shalih

Abdullallah ibn Dinar pernah bercerita, " Saya satu ketika pernah pergi bersama Abdullah ibn Umar ke mekah, tiba-tiba datang seorang pengembala yang baru turun gunung. Lalu Abdullah ibn Umar mengujinya, " Wahai sang pengembala, juallah seekor kambing kamu kepada saya! Dia

menjawab, " Saya seorang budak." Bilang saja kepada tuanmu nantik, bahwa kambing itu dimakan serigala, sahut Ibn Umar. Si pengembala menjawab, " Dimanakah Allah?! " Mendengar jawaban itu Ibnu Umar langsung meneteskan air mata. Lalu dia pergi kepada tuan sibudak tersebut untuk membeli dan memerdekakannya. Kemudian Ibnu Umar berkata kepada si budak, " Saya merdekakan kamu dengan kalimat tersebut (dimana Allah), semoga kelak kalimat itu juga yang akan memerdekakan kamu di akhirat" (Tarikh Dimasq dan Siyar A'lamin nubala')

Al-Ghamidiyah datang menemui Rasulullah seraya berkata, " Wahai Rasulullah sesungguhnya saya telah melakukan perbuatan zina, maka bersihkanlah saya (dari dosa ini). Ternyata Rasulullah menolaknya. Keesokkan harinya, al-Ghamidiyah datang lagi, " Wahai Rasulullah kenapa kamu tidak menerima pengakuanku, barangkali kamu menolaku sebagaimana kamu menolak Maiz (dia pernah berzina dan bertobat), demi Allah saya telah hamil!

Yang menakjubkan disini adalah apa yang mendorong dia untuk membeberkan dosanya kepada Rasulullah dan bahkan juga diketahui banyak orang! Dan sebelumnya tidak ada seorangpun yang mengetahui perbuatan

maksiat yang telah dia lakukan tersebut, selain dari pada Allah! Itulah nilai-nilai muraqabah dan akidahnyanya yang benar kepada Allah Ta'ala. Untuk itu mari kita kembali kepada Allah, karena semua kita pasti berdosa. Al-hamdulillah kita tidak terjerumus kedalam hal-hal yang dimurkai Allah, namun walaupun demikian termometernya disisi Allah adalah taubat Al-Qhamidiyah sekalipun telah terjatuh kelembah kemaksiatan, tapi dia bertobat dan mendapat pengampunan serta jaminan surga. Jangan mengira kita yang tidak berbuat yang sama akan mendapat jaminan ampunan dari Allah!, karna syaratnya adalah tobat.

Trik-trik Melahirkan Nilai-Nilai Muraqabah

1. Merenungi dan memahami nama-nama dan sifat-sifat Allah Ta'ala.

Yaitu seorang hamba selalu menghadirkan didalam dirinya bahwa Allah itu mempunyai nama *al-alim*, yaitu yang Maha Mengetahui dan sifat *al-ilmu*, yaitu mengetahui. Dan ilmu Allah itu meliputi segala sesuatu, baik yang telah terjadi, yang sedang terjadi dan yang akan terjadi serta sesuatu yang belum Allah ciptakan, Allah pun telah mengetahui apa yang kelak akan dia lakukan. Ketika hal itu tertanam kuat didalam jiwa seseorang, maka pintu-pintu kemaksiatan akan kelihatan tertutup dihadapannya serta akan enggan untuk melakukan hal-hal yang dilarang Allah dan Rasul-Nya.

Berkata 'Amir ibn Abdi Qais, "*Tidaklah saya memandangi kepada sesuatu apapun, melainkan saya merasakan Allah itu lebih dekat dari benda tersebut*"

Allah mempunyai nama *as-*

Sami' dan *al-Bashir*, yaitu Maha Mendengar dan Maha Melihat. Pada dua nama tersebut juga terkandung dua sifat Allah, yaitu melihat dan mendengar. Allah Ta'ala mendengar semua apa saja yang di langit dan bumi, baik yang diucapkan secara sembunyi-sembunyi maupun terang-terangan serta melihat apa yang dibawah tanah. Seseorang yang menucapkan kedua nama dan sifat Allah ini didalam dirinya, maka tidak akan berbicara kecuali terhadap hal-hal yang baik, dan tidak akan melakukan apa saja melainkan sesuatu yang diridhai Allah subhanahu wa ta'ala. Karena dia yakin bahwa Allah itu Maha Melihat dan Maha Mendengar, dan penghilatan serta pendengaran Allah itu selalu bersama dia.

Sebagai contoh, seorang hamba yang suka berkata-kata kotor dan melakukan perbuatan maksiat. Lalu dikatakan kepadanya, bahwa di tempat ini terdapat satu kamera, maka spontanitas dia pasti akan minta maaf, meninggalkan kemaksiatannya, dan akan berubah menjadi orang yang tersenyum. Kenapa dia bisa melakukan hal itu, karena malu dilihat dan didengar orang banyak. Sekiranya hal itu hanya berhubungan dengan makhluk, bagaimana dengan Allah Ta'ala yang selalu melihat, mendengar dan mengetahui semua yang dilakukan hamba-hambanya.

Dan terkadang perbuatan maksiat yang dilakukan seseorang bisa berbekas di dalam penampilannya. Sehingga tanpa dia sadari orang lain bisa mengetahui perbuatan yang pernah dia lakukan. Ini merupakan dalil yang menunjukkan tentang keberadaan Allah Ta'ala, yaitu memberikan balasan kepada seorang hamba di dunia sebelum datang akhirat.

Kisah yang paling ajaib tentang hal ini adalah apa yang telah diriwayatkan dari jalur Abu Ja'far as-Sa'ah, bahwa ia berkata, Dahulu ada seorang pedagang yang bernama Habib Abu Muhammad. Pekerjaan kesehariannya adalah memberikan pinjaman kepada orang lain untuk mendapatkan untung yang banyak. Satu ketika dia pernah melewati sekelompok anak yang sedang bermain. Tiba-tiba sebagian mereka berkata, "Telah datang seorang pemakan riba!" langsung beliau menundukkan kepala seraya berucap, "Ya Rabb, engkau telah bukakan aib dan rahasiaku kepada mereka" Dia langsung pulang ke rumah dan mengumpulkan semua hartanya lalu berkata, "Ya Rabb, aku adalah seorang yang tertawan dan saya akan membeli diri saya dari Mu dengan semua harta saya ini, maka merdekakan dan bebaskan diriku" Keesokan harinya langsung dia menyedekahkan semua harta tersebut dan menyibukkan dirinya dengan beribadah kepada Allah Ta'ala. Pada kesempatan lain, dia kembali melewati sekelompok anak-anak kecil yang sedang bermain tersebut. Ketika anak-anak itu melihat dia, sebagian mereka berkata, "diamlah kalian semua! sungguh telah datang Habib sang ahli ibadah" Mendengar komentar mereka itu, Habib langsung menangis, "ya Rabb, engkau mencelaku satu kali dan memujiku satu kali, semuanya itu dari Mu" (*Kitab Tarikh Dimasq dan Tahzibul Kamal fi Asmaair rijal*)

Bilal ibn Sa'd pernah berkata, "janganlah kamu memandangi kepada kecilnya maksiat, akan tetapi pandanglah kepada keagungan zat yang kamu bermaksiat kepadanya" (*Tarikhul Baghdad dan Siyar a'lamin nubala*)

2. Selalu merasakan dan memikirkan nikmat-nikmat-Nya kepada kita.

Hal itu dengan melihat betapa besar dan banyaknya nikmat Allah yang diberikan kepada kita.

Semua pemberian tersebut tanpa dibeli dan dibayar, sekiranya dibeli tidak mampu manusia untuk melakukannya. Sebagai contoh nikmat sehat, terkadang banyak dari para hamba Allah yang menganggap suatu hal yang biasa, tanpa menimbang nilai satu kesehatan dan hikmah tatkala sakit. Sebenarnya jika manusia itu jujur, dia tidak akan bisa menikmati harta yang tersedia, kemewahan yang ada dan merasakan segarnya cahaya matahari di pagi hari, jika dia ditimpa satu penyakit. Tidakkah dia merasakan tatkala sakit, nafsu makannya berkurang, tidur dengan sangat tidak nyenyak, tidak bisa berbuat apa saja dan bahkan butuh kepada bantuan orang lain. Kiaskanlah hal tersebut dengan nikmat-nikmat yang lain, nikmat mata, telinga, hidung, lidah dan yang lain. Apakah semua nikmat yang telah diberi tanpa dibeli tersebut akan kita pergunakan untuk mendurhakai-Nya atau pantaskah kita membalas semua itu dengan bermaksiat kepada-Nya. Jika kita introspeksi diri, sudah berapakah dari nikmat-nikmat tersebut kita syukuri.

3. Mengingat Akhirat

Yaitu dengan membayangkan apa yang kelak akan terjadi terhadap diri setiap hamba. Masing-masing akan ditanya terhadap apa yang telah dia perbuat selama di dunia. Seluruh anggota badan akan menjadi saksi terhadap apa yang telah dia kerjakan, sedangkan mulut tertutup rapat. Hal itu sebagaimana Allah jelaskan dalam surat Yasin ayat 65, Fushshilat ayat 20-22

الْيَوْمَ نَخْتِمُ عَلَىٰ أَفْوَاهِهِمْ وَتُكَلِّمُنَا أَيْدِيهِمْ وَتَشْهَدُ أَرْجُلُهُمْ بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ (65)

Artinya: Pada hari ini kami tutup mulut mereka;tangan mereka berkata akan berkata kepada kami dan kaki mereka akan memberi kesaksian terhadap apa yang dahulu mereka kerjakan (QS. Yasin:65)

حَتَّىٰ إِذَا مَا جَاءُوهَا شَهِدَ عَلَيْهِمْ سَمْعُهُمْ وَأَبْصَارُهُمْ وَجُلُودُهُمْ بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ (20)

وَقَالُوا لَوْلَا جُلُودِهِمْ لِمَ شَهِدْتُمْ عَلَيْنَا قَالُوا أَنْطَقَنَا اللَّهُ الَّذِي أَنْطَقَ كُلَّ شَيْءٍ وَهُوَ خَلَقَكُمْ أَوَّلَ مَرَّةٍ وَإِلَيْهِ تُرْجَعُونَ (21) وَمَا كُنْتُمْ تَسْتُبْرُونَ أَنْ يَشْهَدَ عَلَيْكُمْ سَمْعُكُمْ وَلَا أَبْصَارُكُمْ وَلَا جُلُودُكُمْ وَلَكِنْ ظَنَنْتُمْ أَنَّ اللَّهَ لَا يَعْلَمُ كَثِيرًا مِمَّا تَعْمَلُونَ (22)

Artinya: Sehingga apabila mereka sampai ke neraka, pendengaran, penglihatan dan kulit mereka menjadi saksi terhadap apa yang telah mereka lakukan. Dan mereka berkata pada kulit mereka "Mengapa kamu menjadi saksi terhadap kami?" (kulit) mereka menjawab, "Yang menjadikan kami dapat berbicara adalah Allah yang juga menjadikan segala sesuatu dapat berbicara, dan Dia lah yang menciptakan kamu yang pertama kali dan hanya kepada-Nya kamu dikembalikan. Dan kamu tidak dapat bersembunyi dari kesaksian pendengaran, penglihatan, dan kulitmu terhadapmu bahkan kamu mengira Allah tidak mengetahui banyak tentang apa yang kamu lakukan (QS. Fushshilat:20-22)

4. Memperbanyak Melakukan Ketaatan

Seseorang yang menyibukkan diri dengan ketaatan kepada Allah, akan semakin sulit untuk jatuh ke dalam kemaksiatan.

Manfaat dan Faedah Muraqabah

1. Merasakan kelezatan iman.
2. Terhindar dari perbuatan maksiat.
3. Melahirkan keikhlasan.
4. Akan mengerjakan ibadah dalam bentuk sesempurna mungkin.
5. Masuk surga.