

**SUMBANGAN ABŪ ṬĀLIB AL-MAKKĪ
TERHADAP PEMBANGUNAN PSIKOLOGI INSAN
BERDASARKAN MAQĀMĀT DALAM
QŪT AL-QULŪB**

A CONTRIBUTION OF ABŪ ṬĀLIB AL-MAKKĪ TO THE
DEVELOPMENT OF HUMAN PSYCHOLOGY BASED ON
MAQĀMĀT IN QŪT AL-QULŪB

Sharifah Basirah Syed Muhsin

Department of `Aqidah & Islamic Thought. Academy of
Islamic Studies. University of Malaya. 50603.
Kuala Lumpur. Malaysia.

Email: basirah@um.edu.my

DOI: <https://doi.org/10.22452/afkar.vol20no1.4>

Khulasah

Nama sebenar Abū Ṭālib al-Makkī ialah Abū Ṭālib Muḥammad Ibn ‘Alī Ibn ‘Atīyyah al-Ḥārith al-‘Ajamī al-Makkī merupakan salah seorang tokoh ilmuan Islam yang terkenal khususnya dalam ilmu tasawuf. Ketokohan beliau dalam bidang tersebut telah diakui oleh ramai sarjana dan tokoh Islam antaranya ialah Abū Ḥāmid al-Ghazālī. Ini dapat dibuktikan dengan hasil penulisan yang beliau tinggalkan iaitu karya *Qūt al-Qulūb* merupakan karya agung dalam bidang tasawuf yang menjadi rujukan utama dalam bidang ini. Karya tersebut banyak menonjolkan elemen-elemen spiritual dan pengalaman kerohanian dalam usaha pembangunan rohani yang dilakarkan secara teratur serta sistematik antaranya ialah perbincangan mengenai konsep *maqāmāt*. Secara umumnya *maqāmāt* ialah suatu kedudukan atau tingkatan spiritual yang memerlukan usaha untuk mencapai dan berpindah dari satu *maqām* ke *maqām* yang lebih tinggi dalam perjalanan kerohanian seorang salik. Kesungguhan dan usaha ini, sebenarnya mengandungi nilai-nilai spiritual yang tinggi dan didapati mampu untuk menyelesaikan masalah-masalah yang berkaitan

dengan psikologi manusia. Oleh yang demikian, makalah ini akan membincangkan serta mengupas konsep *maqāmāt* yang telah dibahaskan oleh Abū Ṭālib al-Makkī dalam kitab *Qūt al-Qulūb*nya sebagai elemen psikoterapi Islam dalam usaha untuk mambagunkan psikologi insan. Keunggulan psikologi insan dapat menyumbangkan kepada kebaikan dan kebahagiaan hidup diri individu, masyarakat dan alam sekeliling sebagai khalifah di muka bumi ini.

Kata kunci: Abū Ṭālib al-Makkī; *Qūt al-Qulūb*; *maqāmāt*; pembangunan psikologi.

Abstract

The exact name of Abū Ṭālib al-Makkī is Abū Ṭālib Muḥammad Ibn ‘Alī Ibn ‘Aṭīyyah al-Ḥārith al-‘Ajāmī al-Makkī is one of the most famous Islamic scholars in Sufism. His conviction in Sufism is recognized by many scholars and Islamic figures including Abū Ḥāmid al-Ghazālī. This is proven by the result of his writing that work of *Qūt al-Qulūb* is a masterpiece in the field of Sufism that becomes as the main reference in this discipline. The work highlights the spiritual elements and spiritual experiences systematically in an effort to develop man’s spiritual, among which is the discussion about the concept of *maqāmāt*. *Maqāmāt* generally denotes the meaning of a position or spiritual level that requires effort to achieve and move from one *maqām* to a higher *maqām* in the spiritual journey of a person. These passion and effort actually contain high spiritual values and is found to be capable of solving problems related to human psychology. Therefore, this article will discuss and examine the concept of *maqāmāt* which has been discussed by Abū Ṭālib al-Makkī in his *Qūt al-Qulūb* as an element of Islamic psychotherapy in order to develop human psychology. Excellence in human psychology can contribute to the well-being and happiness of the individual’s life, society and the environment as the caliphs on this earth.

Keywords: Abū Ṭālib al-Makkī; *Qūt al-Qulūb*; *maqāmāt*; psychology development.

Pendahuluan

Makalah ini membincangkan mengenai beberapa unsur pembangunan psikologi insan bertunjangkan kepada doktrin yang digunakan dalam ilmu tasawuf iaitu *maqāmāt*. Perbincangan *maqāmāt* ini dimanfaatkan dari kitab tasawuf *Qūt al-Qulūb* karangan Abū Ṭālib al-Makkī. Pembangunan psikologi amat berkait rapat dengan subjek atau entiti insan itu sendiri. Ini kerana hakikat manusia adalah sebagai makhluk yang diciptakan oleh Allah S.W.T. yang terdiri daripada dua unsur iaitu roh dan jasad. Setelah diciptakan, dia mengakui semenjak di alam roh lagi untuk dipertanggungjawabkan melaksanakan tugas khalifah serta untuk tunduk dan patuh akan perintah Allah S.W.T. di atas muka bumi ini.

Untuk merealisasikan pertanggungjawapan tersebut, individu yang bergelar insan perlu memiliki keunggulan dan keutuhan peribadi serta entiti kerohanian insan yang dikenali sebagai *nafs* yang perlu dibangunkan dengan ketetapan iman, keteguhan jiwa, dan kemuliaan akhlak yang juga dikenali sebagai pembangunan psikologi. Ia adalah sangat penting di samping keperluan kepada elemen-elemen lain seperti pembangunan mental dan fizikal. Justeru, dalam usaha mencapai keunggulan psikologi insan, di antara metode yang dilihat penting ialah melalui jalan *maqāmāt*.

Biodata dan Ketokohan al-Makkī dalam Tasawuf

Nama sebenar Abū Ṭālib al-Makkī ialah Abū Ṭālib Muḥammad Ibn ‘Alī Ibn ‘Aṭīyyah al-Ḥārith al-‘Ajamī al-

Makkī¹. Beliau dilahirkan di wilayah al-Jibal² satu daerah yang terletak di antara kota Baghdad dan Wasith. Namun tarikh kelahiran al-Makkī tidak dapat ditentukan disebabkan tidak banyak penulisan atau maklumat mengenai kehidupan awal beliau.

Beliau dikatakan sempat hidup sezaman dengan Ibn Sālim (350H/ 960M). Selain itu, al-Makkī juga telah mendapat pendidikan awal daripada Abū Sa'īd Ibn al-'Arabī (341H/ 950M)³. Kemudian beliau telah berhijrah ke Mekah bersama-sama keluarganya ketika masih kecil. Setelah sekian lama menjalankan kehidupan dan menimba ilmu di Mekah, beliau berhijrah pula ke Basrah dan seterusnya ke Baghdad⁴ untuk berdakwah dan menyampaikan ilmu-ilmu khususnya ilmu tasawuf.

Gelaran yang diberikan kepada al-Makkī dinisbahkan kepada seorang sufi yang datang dari Mekah. Sementara nama al-Ḥārith merupakan nasabnya, yakni dari keturunan suku al-Ḥārith, salah satu dari suku yang terdapat di tanah Arab⁵. Manakala gelaran al-'Ajami pula dinisbahkan kepada sekumpulan penduduk yang tidak bertutur dalam bahasa Arab terutama bagi mereka yang tinggal di wilayah Iran. Kehidupan dan pendidikannya tidak banyak dibincangkan oleh pengkaji sufi. Tetapi beliau diakui oleh ramai tokoh tasawuf sebagai tokoh sufi yang tekun dan rajin dalam mendalami dan mengkaji ilmu-ilmu keagamaan, sehingga beliau dapat menguasai ilmu tersebut.

¹ Ibn Khallikān, *Wafāyāt al-A'yān*, jil. 4, ed. Iḥsān 'Abbās (Beirut: Dār Sādir, 1977), 303; Lihat juga Abdel Kader, *The life, Personality and Writings of al-Junayd* (London: Luzac, 1962), XIV.

² Ibn Khallikān, *Wafāyāt al-A'yān*, 303; Lihat juga Gerhard Bowering, *The Mystical Vision of Existence in Classical Islam* (NewYork: Walter de Gruyter, 1980), 25.

³ Wan Mohd Azam Bin Mohd Amin, "Evaluation of the *Qūt al-Qulūb* of al-Makkī with an Anotated Translation of his Kitab *al-Tāwba*", (Tesis PhD, University of Edinburgh, 1991), 1.

⁴ Bowering, *The Mystical Vision*, 25.

⁵ Azyumardi Azra, *Ensiklopedi Tasawuf*, jil. 1 (Bandung, Indonesia: Angkasa, 2008), 150.

Di antara ilmu tersebut ialah Tauhid⁶, Hadith, Fekah, dan beliau banyak terlibat dalam bidang tasawuf⁷.

Oleh yang demikian, berdasarkan sumber-sumber yang terhad mengenai riwayat hidup beliau, penulis mendapati beliau terkenal dengan gelaran al-Makkī kerana beliau menetap dan mempelajari ilmu kesufian secara sistematik di Mekah⁸ yang pada ketika itu merupakan pusat ilmu yang terkenal dengan para ilmuan dari pelbagai bidang dan kepakaran. Selain itu, al-Makkī juga merupakan seorang tokoh yang berkepakaran dalam pelbagai jenis ilmu agama, mempunyai pengetahuan yang amat luas dan terkenal dengan ketokohnya dalam ilmu tasawuf serta perjalanan kerohaniannya⁹.

Manakala dalam sejarah pendidikan pula, beliau bukan sahaja mempunyai ilmu yang tinggi dalam bidang tasawuf, malah terkenal dalam ilmu hadith. Perjalanan pendidikan al-Makkī bermula apabila beliau berhijrah dari tanah kelahiran ke Mekah. Di sana beliau membesar dan telah mempelajari ilmu keagamaan daripada ramai tokoh-tokoh Islam. Antara guru-guru tasawuf al-Makkī ialah Abū

⁶ Abū Ṭālib al-Makkī, *ʿIlm al-Qulūb* (Mesir: Maktabah al-Qāherah, t.t), 9.

⁷ Azyumardi Azra, *Ensiklopedi Tasawuf*, 151.

⁸ Julian Baldick, *Mystical Islam: An Introduction to Sufism* (London: I.B Tauris & Co Ltd, 1989), 56; Lihat juga terjemahan bahasa Indonesia Julian Baldick, *Islam Mistik*, terj. Satrio Wahono (Indonesia: PT Serambi Ilmu Semesta), 2000, 79.

⁹ Abū Ṭālib al-Makkī, *Qūt al-Qulūb fī Mu`āmalat al-Maḥbūb wa Wasf Ṭariq al-Murīd ilā Maqām al-Tawḥīd*, jil. 2 (Beirut: Dār al-Kitāb al-Ilmiyyah, 1997), 2; Lihat juga Abū Ṭālib al-Makkī, *ʿIlm al-Qulūb* (Mesir: Maktabah al-Qāherah, t.t), 9.

Sa'īd Ibn al-'Arabī¹⁰, 'Ābid al-Shaṭṭ al-Muzaffar b. Sahl¹¹, Abū 'Alī al-Kirmānī¹² dan Sahl al-Tustārī. Di antara kalangan guru tasawuf tersebut, dikatakan al-Makkī telah mendapat pendidikan sepenuhnya dari Abū al-Ḥasan bin Salīm al-Baṣrī al-Ṣaghīr, yang merupakan seorang tokoh sufi terkenal pada ketika itu¹³. Pada masa yang sama al-Makkī juga telah mempelajari ilmu hadith terutama hadith Ṣaḥīḥ al-Bukhārī daripada Abū Zayd al-Marwazī (m. 372H/982M)¹⁴. Dari huraian di atas jelas al-Makkī telah memilih guru atau mursyid sebagai pembimbing dalam memantapkan kerohaniannya di alam kesufian serta dalam

¹⁰ Abū Sa'īd Aḥmad Ibn Muḥammad Ibn Ziyād Ibn Bisr Ibn al-'Arabī merupakan salah seorang murid yang sangat terkenal kepada al-Junayd (m. 298H/910M). Beliau dilahirkan di Basrah dan dikatakan tinggal di Baghdad serta terlibat secara aktif dalam kesufian di bawah tunjuk ajar al-Junayd. Sila rujuk, Abū Nu'aym al-Īsfahānī, *Ḥilyat al-Awliyā'*, jil. 1 (Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1932), 375; al-Subkī, *Ṭabaqāt al-Shāfi'iyyah al-Kubrā*, jil. 1 (Kaherah: 'Īsā al-Bābī al-Ḥalābī, 1964), 23. Setelah meninggalkan Baghdad, beliau telah berhijrah dan menetap di Mekah dan menjadi Syaikh di sana. Beliau mempunyai himpunan karya dalam pelbagai bidang termasuk ilmu tasawuf dan sejarah. Rujuk Abū al-Falāḥ b. al-'Imād al-Ḥanbalī, *Shaḍḍharāt al-Dḥahab fī Akhbār Man Dḥahab*, jil. 3 (Kaherah: Maktabah al-Qudsī, 1350H), 154.

¹¹ Wan Mohd Azam, "Evaluation of the *Qūt al-Qulūb*," 2.

¹² *Ibid.*

¹³ Azyumardi Azra, *Ensiklopedi Tasawuf*, jil. 1, 151; Lihat juga al-Makkī, *Īlm al-Qulūb*, 9.

¹⁴ Shihāb al-Dīn Ibn Ḥajar al-Asqalānī, *Lisān al-Mīzan*, jil. 5 (Beirut: Mu'assasah al-'Alamiyyah li Maṭbū'āt, 1981), 300. Selain itu, al-Makkī juga sempat belajar hadith dengan seorang guru hadith di sebuah perkampungan yang bernama Qut iaitu Muḥammad b. Yaḥyā b. Sulaymān Abū Bakr al-Mawarzī (m. 298H/910M). Disebabkan kebijaksanaan dan kecekapan al-Makkī dalam ilmu hadith, beliau telah diijazahkan oleh 'Abd Allāh b. Ja'far b. Fāris (m. 364H/957M) untuk memberi penerangan dan menyampaikan hadith. Al-Makkī turut mempelajari autoriti hadith daripada Abū Bakr al-Mufid al-Jararayī (m. 364H/973M) yang pada ketika itu terkenal sebagai *muhaddith*. Ibn Qayyim al-Jawziyyah, *al-Muntaẓam fī Tārīkh al-Muluk wa al-Umam*, jil. 7 (Haiderabad: Dā'irāt al-Ma'ārif, 1358H), 189-190.

bidang-bidang agama yang lain. Ini membuktikan pendirian beliau dalam melihat peranan guru yang amat penting sebagai pembimbing kepada seorang murid dalam perjalanannya menuju sesuatu matlamat¹⁵.

Setelah sekian lama menuntut ilmu di Mekah, beliau berhijrah ke daerah yang penting di Timur Tengah iaitu Basrah dan Baghdad. Tidak banyak maklumat yang penulis perolehi mengenai kehidupan al-Makkī di Basrah tetapi didapati bahawa ajaran tasawuf yang beliau pelajari dan kembangkan ialah tasawuf Salafiyah yang diambil dari gurunya iaitu al-Ḥasan bin Sālīm al-Baṣrī di wilayah Iraq¹⁶.

Ajaran tasawuf ini berkembang dengan meluas dan mencatatkan ramai pengikut terutama di kalangan masyarakat Basrah yang dikenali sebagai Sunni Maliki¹⁷. Ia bersumberkan dari seorang tokoh sufi yang terkenal iaitu Sahl ibn ‘Abd Allāh al-Tustārī (m.282H/ 896M) yang dikenali sebagai Sālimiyyah¹⁸. Al-Makkī telah menyertai

¹⁵ Hal ini selari dengan pendapat yang telah dikemukakan oleh Abū Yazīd al-Biṣṭāmī yang meyakini, "Sesiapa yang tidak berguru, maka pembimbingnya adalah syaitan". Ini jelas menunjukkan pentingnya seseorang murid itu dipantau atau dibimbing oleh mursyid atau guru. Al-Qushayrī, *Risālah al-Qushayriyyah* (Beirut: Dār al-Khayr, 2003), 577.

¹⁶ Baldick, *Mystical Islam*, 56.

¹⁷ Bowering, *The Mystical Vision*, 66.

¹⁸ Aliran Sālimiyyah merupakan satu aliran *mutakallimūn* kerohanian yang dimulakan oleh golongan Maliki Sunni di Basrah pada abad ketiga dan keempat Hijrah. Ia diasaskan oleh Abū Muḥammad Sahl b. ‘Abd Allāh b. Yūnus al-Tustārī yang dilahirkan di Tustar pada sekitar 200H/ 815M dan merupakan seorang tokoh pemikir yang terkenal di selatan barat Iran, dan kemudiannya di selatan Iraq. Aliran ini menimbulkan banyak percanggahan pendapat di kalangan ahli kalam, fuqaha’ dan kaum sufi sendiri. Terdapat sesetengah doktrin yang dibawa oleh aliran ini yang ditolak oleh kebanyakan sarjana, terutama ajaran yang berkaitan dengan "Tuhan boleh dilihat di akhirat", di mana mereka mendakwa bahawa Tuhan dapat dilihat dalam bentuk dan rupa manusia dan binatang. Antara ahli sufi yang bercanggah pendapat mengenai doktrin-doktrin yang dikemukakan oleh aliran Sālimiyyah ialah Ibn Khafīf dan juga pengikut mazhab Hanbali. Ibn

aliran ini semasa di Basrah sebelum beliau berhijrah ke Baghdad¹⁹, malah menjadi pengganti sebagai ketua aliran tersebut selepas kematian Abū 'Abd Allāh Muḥammad b. Sālīm²⁰.

Kemudian, al-Makkī berhijrah ke Baghdad setelah kematian gurunya al-Ḥasan bin Sālīm al-Baṣrī al-Ṣaghīr pada 286M sebagai destinasi terakhir dan menetap di sana sehingga akhir hayat beliau. Di Baghdad, al-Makkī telah menetap dan menjalani kehidupan seharian di samping mengembangkan ilmu tasawuf yang dipelajari setelah sekian lama. Namun perjalanan al-Makkī dalam mengembangkan tasawufnya di wilayah Baghdad yang pada ketika itu merupakan pusat penyebaran ilmu tasawuf, tidak semudah yang disangkakan. Beliau banyak mengalami kesusahan dan kesulitan disebabkan faktor perbezaan fahaman yang dipegang oleh masyarakat. Ini kerana kehidupan tasawuf penduduk di Basrah berfahaman

Khafīf mempunyai pendapat yang berbeza dengan aliran Sālimiyyah mengenai Tuhan. Beliau menyatakan bahawa seseorang manusia itu tidak mampu untuk mencapai *ma'rifah* Allah S.W.T kecuali melalui ibadah dan Tuhan tidak dapat dilihat di dunia ini. Beliau melontarkan pandangan yang menyatakan: "Sejak azali lagi Allah S.W.T. telah melihat (*ra'ā*) segala sesuatu". Disebabkan oleh kata-kata itu masyarakat Basrah telah menjauhinya. Dalam hal ini, Ibn Khafīf tidak bersetuju dengan pandangan tersebut yang menunjukkan bahawa Ibn Sālīm telah meletakkan sifat *qidam* itu pada zaman. Pendapat tersebut telah dijawab oleh Shaykh al-Islām (di sini penulis kitab tidak menyatakan nama Sheikh tersebut), beliau menyatakan bahawa Ibn Khafīf tidak wajar berpendirian begitu, kemungkinan *ra'ā* yang dimaksudkan oleh Ibn Sālīm ialah dalam erti kata 'mengetahui'. Lihat Louis Massignon, *The Passion of al-Hallaj Mystic and Martyr of Islam*, jil. 2 (United Kingdom: Princeton University Press, 1982), 52, 71, 130. Baldick, *Mystical Islam*, 37 dan 74; Mawlana Nūr al-Dīn 'Abd al-Raḥmān al-Jāmī, *Nafahāt al-Uns min Ḥaḍarat al-Quds*, ed. Muhammad Āḍīb, jil. 1 (Beirut: Dār al-Kitāb al-'Ilmiyyah, 2003), 181; Lihat juga al-Jāmī, *Nafahāt al-Uns Min Ḥaḍarat al-Quds*, Kamran As'ad Irsyady (*Pancaran Ilahi Kaum Sufi: Maulana Abd al-Rahman Jami*) (Yogyakarta: Penerbit Pustaka Sufi, 2003), 232.

¹⁹ Bowering, *The Mystical Vision*, 25.

²⁰ *Ibid.*, 26.

aliran Sālimiyyah, sedangkan penduduk di wilayah Baghdad pula berfahaman aliran Junaydiyyah.

Disebabkan perbezaan fahaman ini, al-Makkī dilarang untuk mengembangkan ajaran tasawufnya di daerah Baghdad²¹ dan beliau dipulau oleh penduduk di situ²² disebabkan lafaz yang diutarakan oleh al-Makkī yang menimbulkan keraguan kepada masyarakat serta dituduh sebagai bidaah²³ sebagaimana katanya:

ليس على المخلوقين أضر من الخالق

Terjemahan: Tiada sebarang makhluk yang lebih memberi mudarat melainkan al-Khāliq.

Setelah ditolak oleh masyarakat di wilayah Baghdad, al-Makkī dikatakan hidup secara *khalwah* sehingga akhir hayatnya²⁴.

Keperibadian dan keunggulan sifat-sifat *maḥmūdah* al-Makkī jelas ditonjolkan dengan kehidupan beliau yang kuat beribadah, *warā'*, zuhud²⁵, sentiasa menghambakan diri kepada Allah S.W.T. untuk beribadah²⁶ dan menjalankan latihan kerohanian (*mujāhadah*). Latihan kerohanian yang beliau lakukan diakhiri dengan *mushāhadah* iaitu mengetahui segala yang berlaku di alam ghaib dan *mushāhadah* tersebut telah mendapat keizinan dari guru beliau, Abū al-Ḥasan al-Baṣrī²⁷.

²¹ Azyumardi Azra, *Ensiklopedi Tasawuf*, jil. 1, 151; Lihat juga al-Makkī, *ʿIlm al-Qulūb*, 10.

²² Bowering, *The Mystical Vision*, 26.

²³ Ibn Kathīr, *al-Bidāyah wa al-Nihāyah*, jil 12 (Beirut: Maktabah al-Maʿārif, 1977), 319; Lihat juga al-Makkī, *ʿIlm al-Qulūb*, 10.

²⁴ Abū Bakr Aḥmad Khāṭib al-Baghdādī, *Tārīkh al-Baghdād*, jil. 3 (Beirut : Dār al-Kitāb al-ʿArabī), 275.

²⁵ Abū Muḥammad ʿAbd Allāh b. Asʿad al-Yāfiʿī, *Mirʿāt al-Jinān wa ʿIbārat al-Yaqzan*, jil. 3 (Beirut: Muʿassasah al-ʿAlamī li Maṭbūʿah, 1970), 430.

²⁶ Al-Baghdādī, *Tārīkh al-Baghdād*, 89.

²⁷ Al-Yāfiʿī, *Mirʿāt al-Jinān*, 430.

Di samping latihan-latihan kerohanian, al-Makkī juga menunjukkan sikap yang bersungguh-sungguh dalam menuntut ilmu khususnya dalam bidang tasawuf. Ini dapat dibuktikan dengan penghijrahan beliau dari satu wilayah ke wilayah yang lain²⁸. Sifat sabar dan keikhlasan dalam diri al-Makkī ketika beliau menyampaikan ilmu kepada masyarakat jelas terpancar apabila beliau diuji dan dipulaukan oleh masyarakat Baghdad.

Abū Ṭālib meninggal dunia pada 6 Jamadil Akhir 386H/ 966M setelah hidup beberapa lama di Baghdad²⁹. Beliau dimakamkan di bahagian tenggara Baghdad³⁰. Sesetengah pendapat menyatakan al-Makkī dimakamkan di kawasan perkuburan Maliki³¹ manakala ada juga pendapat yang menyatakan al-Makkī dimakamkan di Lembah Tigris³².

²⁸ Khallikān juga turut menyatakan akhlak dan peribadi yang ditonjolkan oleh al-Makkī: "Abū Ṭālib Muḥammad Ibn 'Alī Ibn 'Aṭīyah al-Hārith al-Makkī, pemilik kitab *Qūt al-Qulūb*. Seorang yang soleh, bersungguh dalam beribadah, banyak menyampaikan dakwah dan berceramah di masjid. Al-Makkī banyak menulis karya mengenai Tauhid dan datang dari daerah Jibal kemudian berhijrah ke Mekah. Di sana beliau dinisbahkan sebagai al-Makkī. Beliau banyak melakukan latihan jiwa sehingga tidak makan dalam tempoh yang lama. Dikatakan beliau hanya makan rumput (sekadarnya) sehingga bertukar warna muka. Al-Makkī banyak bertemu dan mempelajari dari syeikh-syeikh dalam bidang hadith dan tariqah. Malahan beliau mengambil tariqah dari syeikh tersebut." Ibn Khallikān, *Wafayāt al-A'yān*, jil. 4 (Qum: Manshūrāt al-Riḍā, 1968), 303-304; al-Ḥanbalī, *Shadharāt al-Dhahab*, jil. 3, 120.

²⁹ *Ibid.*

³⁰ Al-Ḥanbalī, *Shadharāt al-Dhahab*, jil. 3, hlm 120.

³¹ Bowering (1980), *op.cit.*, hlm. 66.

³² *Ibid.*, 26. Peristiwa kematian al-Makkī telah digambarkan oleh Ibn Qayyim al-Jawzī: "Aku telah mendengar guru kita Abū al-Qāsim Ismā'īl b. Aḥmad al-Samarqandī menyatakan: Aku mendengar guru kita Abū 'Alī Muḥammad b. Aḥmad b. Maslama berkata yang aku mendengar guru Abū al-Qāsim b. Bishr menyatakan: Aku telah berjumpa dengan Abū Ṭālib al-Makkī ketika beliau hampir meninggal dan aku berkata: "Sila berikan pesananmu kepadaku", beliau menjawab: "Jika kau dapati Allah S.W.T. telah mengakhiri hidupku

Ketokohan al-Makkī dalam bidang tasawuf diakui oleh ramai sarjana Islam dan juga barat. Idea pemikiran yang dibawakan oleh al-Makkī dijadikan sebagai rujukan dan panduan kepada ahli sufi selepasnya. Kitab *Qūt al-Qulūb*, karya agung Abū Ṭālib al-Makkī dalam bidang tasawuf telah menonjolkan elemen-elemen spiritual dan pengalaman kerohanian³³ yang teratur dan sistematik dalam doktrin kesufiandan telah memberi pengaruh yang besar terhadap karya sufi seterusnya³⁴.

Dalam karya *Qūt al-Qulūb*, al-Makkī telah mengemukakan ilmu-ilmu sesuai dengan pendapat Sunni serta tidak menonjolkan mazhab yang dipegang olehnya³⁵. Secara umumnya, kitab ini mengandungi empat puluh lapan bab kesemuanya yang merangkumi aspek teori dan juga praktikal. Manakala perbincangan *maqāmāt* yang akan dibincangkan penulis hanya menumpukan kepada bab ke tiga puluh dua yang merujuk kitab *Qūt al-Qulūb* terbitan Beirut, Dār al-Kitab al-Ilmiyyah tahun 1997 yang mempunyai dua jilid.

dengan kebaikan, maka taburlah kacang dan gula ke atasku sewaktu membawaku ke tanah perkuburan. Ini untuk menyampaikan (sesuatu)". Aku bertanya: "Bagaimana untuk aku mengetahui tentang kematian itu?" Beliau menjawab: "Genggamlah tanganku, jika aku mati ketika aku berjabat tangan dengan tanganmu, maka aku mati dalam keadaan baik. Jika aku tidak berjabat tanganmu, maka aku akan mati dalam keadaan yang tidak baik". Guru kita Abū al-Qāsim berkata: "Aku duduk bersebelahan dengannya, dan dia telah meninggal dunia ketika dia berjabat tangan erat denganku. Ibn Qayyim, *al-Muntaẓam fī Tārīkh al-Muluk wa al-Umam*, 189-190.

³³ Zakaria Stapa, "Tasawuf dan Pembangunan Hakiki Ummah," dalam *Tasawuf dan Ummah*, ed. Wan Suhaimi Wan Abdullah dan Che Zarrina Sa'ari (Kuala Lumpur: Jabatan Akidah dan Pemikiran Islam, Universiti Malaya, 2004), 76.

³⁴ Margaret Smith, *Rabi'a the Mystic & Her Fellow-Saints in Islam* (New York: Press Syndicate of the University of Cambridge, 1984), 47.

³⁵ Baldick, *Mystical Islam*, 52.

Perbahasan *Maqāmāt al-Makkī*

Maqāmāt ditakrifkan sebagai perhentian-perhentian spiritual yang menjadi asas utama dalam membentuk kesempurnaan insan yang perlu ditempuhi oleh seorang yang *sālik*³⁶. Ia adalah hasil (*al-makāsib*) yang diperolehi

³⁶ Perkataan *sālik* dari sudut bahasa ialah seseorang yang menuju kepada sesuatu matlamat atau perkara. Dari segi istilah pula dapat dibahagikan kepada dua iaitu dari pengertian umum dan juga khusus. *Sālik* dalam pengertian umum ialah melibatkan semua mukmin, kerana setiap mukmin dikira sedang berjalan menuju Allah S.W.T. atau sedang menempuhi jalan yang digariskan oleh Allah S.W.T. Manakala *sālik* dari pengertian khusus pula ialah istilah yang digunakan oleh pengikut tasawuf seperti hamba yang bertaubat dari hawa nafsu dan syahwatnya, beristiqamah pada jalan kebenaran dengan melakukan *mujāhadah*, ketaatan dan keikhlasan. Selain itu juga *sālik* dalam pengertian yang khusus juga didefinisikan sebagai orang yang berjalan atau melalui *maqāmāt* dengan *ḥāl* bukan dengan ilmu (yang *zahir*) dan tasawwurnya (gambaran, bayangan atau khayalan akal) di mana ilmu atau pengetahuan yang diperolehi itu melalui penglihatan mata hati yang menolak keraguan yang dapat menyesatkan. Manakala menurut al-Herawi, para sufi atau *sālik* dikategorikan kepada tiga kategori, pertamanya dikenali sebagai *al-murīd*, kategori yang kedua disebut *al-murād* dan kategori yang ketiga adalah golongan yang mendakwa sesuatu yang palsu (*mudda'ī*), terkeliru atau yang ditimpa fitnah (*al-maftun*) dan yang tertipu (*makhdu'*). *Al-Murīd* adalah golongan yang sentiasa melakukan amalan yang menjadi suruhan dalam keadaan takut dan mengharap. *Al-Murād* pula seseorang yang dipilih oleh Allah S.W.T. dianugerahkan kepada rahmat penyaksian (*mushāhadah*). Manakala golongan yang ketiga ialah golongan yang selain dari golongan di atas. Lihat Hasan al-Sharqawī, *Mu'jam Alfaz al-Ṣūfiyyah* (Kaherah: Mu'assasah al-Mukhtār li al-Nashr wa al-Tawzī', 1987), 171; Lihat 'Alī Ibn Muḥammad al-Jurjānī, *al-Ta'rīfāt* (Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1983), 116; 'Abdullāh al-Anṣārī al-Herawī, *Manāzil al-Sā'irīn*, (Beirut: Dār al-Kitāb al-'Alamiyyah), 73; Wan Suhaimi Wan Abdullah, "Konsep Manazil Sufi 'Abdullah al-Ansari al-Herawi dalam kitab Manazil al-Sa'irin", *Jurnal Usuluddin*, bil. 15, (Julai 2002), 7.

melalui kesungguhan dalam bermujahadah kepada Allah S.W.T.³⁷

Selain itu juga, *maqāmāt* juga didefinisikan sebagai satu perjalanan yang sukar dan panjang. Perjalanan tersebut perlu disertakan dengan melakukan latihan amalan, sama ada amalan lahiriah atau batiniah dalam usaha mendekatkan diri kepada Allah S.W.T seperti *mujāhadah*, *ṣabr*, *zuhd*, *warā'* dan sebagainya dengan melalui beberapa peringkat atau *maqāmāt* yang tertentu.³⁸ Ia dapat dicapai melalui jalan usaha dan *mujāhadah*³⁹ dan mempunyai tingkatan yang tersendiri berdasarkan pengalaman yang dialami oleh para sufi.

Dalam hal ini, al-Makkī telah membahagikan *maqāmāt* kepada sembilan *maqām* mengikut tertib iaitu *maqām tāwbah*, *ṣabr*, *shukr*, *rajā'*, *khawf*, *zuhd*⁴⁰, *tawakkal*, *riḍā* dan *maḥabbah*⁴¹. Setiap peringkat tersebut dibincangkan dengan panjang lebar dan terperinci seperti definisi setiap *maqām*, konsep, syarat memperolehi *maqām*, ciri-ciri *maqām*, kedudukan *maqām* dan sebagainya.

Peranan *Maqāmāt* al-Makkī dalam Pembangunan Psikologi Insan

Disiplin ilmu tasawuf menekankan aspek spiritual, intelektual dan juga fizikal. Ketiga-tiga aspek ini saling

³⁷ Amanatullah Armstrong, *Sufi Terminology (al-Qamus al-Sufi): The Mystical Language of Islam* (Kuala Lumpur: A.S. Noordeen, 1995), 140.

³⁸ Al-Sharqawī, *Mu'jam Alfaz al-Ṣūfiyyah*, 115; H. A Rivay Siregar, *Tasawuf dari Sufisme Klasik ke Neo-Sufisme* (Jakarta: Pt RajaGrafindo Persada, 2000), 113-114.

³⁹ 'Abd Qādir b. 'Abd Allāh al-Suhrawardī, *'Awārif al-Ma'ārif* (Beirut: Dār al-Kitāb al-'Arabī, 1966), 470; lihat juga Abū Naṣr al-Sarrāj Al-Tūṣī, *al-Luma'* (Kaherah: al-Maktabah al-Tawfiqiyyah), 46.

⁴⁰ Abū Ṭālib al-Makkī, *Qūt al-Qulūb fī Mu'āmalat al-Maḥbub wa Wasf Ṭariq al-Murīd ilā Maqām al-Tawḥīd*, jil. 2 (Beirut: Dār al-Kitāb al-Ilmiyyah, 1997), 317-326.

⁴¹ *Ibid.*, jil. 2, 3-63.

berkaitan antara satu sama lain dalam pembentukan rohani atau spiritual seseorang. Ia mampu membina dan membangunkan psikologi dan keperibadian muslim melalui pembersihan jiwa (*tazkiyah al-nafs*) yang mempunyai hubungan yang rapat dalam memperoleh *ma'rifat* Allah S.W.T dan pemurnian terhadap akhlak. Ia merupakan metodologi atau sebagai terapi yang disarankan kepada umat Islam dalam menangani masalah sosial dan penyakit rohani.

Secara umumnya, *tazkiyah al-nafs* bermaksud penyucian, pembersihan dan penyuburan diri. Ia adalah satu usaha yang gigih untuk membersihkan diri seseorang individu tersebut dari sifat-sifat keji dan buruk (*madhmūmah*). Apabila pembersihan diri sudah selesai, seseorang individu tersebut perlu kepada pengisian dan perhiasan diri supaya proses tersebut menjadi lebih sempurna⁴².

Oleh itu, peranan yang dimainkan oleh konsep *maqāmāt* sebagai *tazkiyah al-nafs* dapat memberi kesan yang positif terhadap pembangunan psikologi seseorang manusia seperti yang telah dibahaskan oleh al-Makkī. Berdasarkan perbincangan ini, maka penulis akan membincangkan proses serta merumuskan satu bentuk psikoterapi Islam berdasarkan *maqāmāt* al-Makkī dengan membahagikannya kepada empat peringkat atau proses. Ia adalah seperti berikut:

⁴² Che Zarrina Sa'ari, "Peranan Tasawuf dalam Pembangunan Spiritual Umat Islam di Malaysia." Makalah, Seminar Pemikiran Islam Peringkat Kebangsaan 1, Jabatan Akidah dan Pemikiran Islam, Akademi Pengajian Islam, Universiti Malaya, 2003, 11. Lihat juga Abd. Halim Mohd Hussin dan Muhammad Khairi Mahyuddin, *7 Langkah Kepulihan Dalam Penagihan: Aplikasi Pendekatan Agama Islam dalam Kepulihan* (Negeri Sembilan: Universiti Sains Islam Malaysia, 2011), 68; Mizan Adiliah Ahmad Ibrahim, Wan Mohd Fazrul Azdi Wan Razali dan Hasnit Osman, *Kaunseling dalam Islam*, cet. 2, (Negeri Sembilan: Universiti Sains Islam Malaysia, 2011), 109.

i) Peringkat Pertama: Penerimaan dan Penyerahan diri kepada Allah S.W.T.

Dalam peringkat ini, penulis telah meletakkannya kepada tiga aspek *maqām* yang telah dibincangkan oleh al-Makkī iaitu *tāwbah*, *ṣabr* dan *shukr*. Aspek-aspek tersebut disarankan oleh penulis berdasarkan kepada pemahaman terhadap kupasan dan perbahasan yang telah dikemukakan oleh al-Makkī dalam susunan atau tertib *maqāmāt* beliau.

Dalam peringkat pertama, ia bermula dengan penerimaan dan penyerahan diri kepada Allah S.W.T yang melibatkan *maqām tāwbah*, *ṣabr* dan *shukr*. Langkah ini merupakan permulaan untuk meneruskan langkah berikutnya bagi merawat penyakit rohani. Al-Makkī menyeru agar kembali kepada Allah S.W.T serta meninggalkan tipu daya syahwat dan hawa nafsu supaya manusia beroleh keuntungan dan selamat dari azab api neraka, di mana keadaan ini juga diertikan sebagai *tāwbah*. Tipu daya dan hawa nafsu tersebut akan melahirkan penyakit hati atau rohani. Akibat dari penyakit ini, kehidupan manusia akan bergelumbang dengan dosa yang menyebabkan psikologi individu tersebut merasa gelisah dan cemas selama rasa berdosa itu melekat pada dirinya⁴³.

Menurut al-Makkī, dosa adalah penghalang kepada masuknya iman ke dalam hati seseorang. Untuk memperolehi keimanan tersebut, seseorang hamba perlulah menerima bahawa dirinya bergelumang dengan dosa. Dengan adanya penerimaan tersebut akan timbul perasaan keinsafan, kesedihan, dan penyerahan diri semata-mata kerana Allah S.W.T.

Oleh yang demikian, unsur *tāwbah* adalah satu keperluan dalam merawat penyakit rohani ini. Proses ini

⁴³Menurut al-Makkī, rasa gelisah dan cemas yang tanpa diketahui penyebabnya merupakan kifarrah terhadap seseorang di atas dosa-dosanya. Al-Makkī, *Qūt al-Qulūb* jil. 1, 330. Lihat juga Zakiah Darajat, *Puasa Meningkatkan Kesihatan Mental* (Jakarta: Ruhama, 1989), 58.

merupakan langkah pertama kerana ia bersifat penyucian diri dari segala kekotoran (dosa) dan amat berkesan dalam merawat jiwa serta sekaligus dapat meraih ketenangan dan kebahagiaan jiwa. Sehubungan itu, seseorang individu yang berdosa akibat daripada penyakit rohani ini, perlu mengikuti dua langkah *tāwbah* yang telah digariskan oleh al-Makkī.

Pada peringkat pertama iaitu semasa dalam proses *tāwbah*, seseorang itu perlulah berikrar dan membuat pengakuan terhadap dosa yang telah dilakukan, berjanji supaya tidak melakukan dosa dan menuruti hawa nafsu, membersihkan makanan dari segala yang haram, sentiasa bersedih di atas segala dosa yang telah dilakukan dan perlu istiqamah dalam melakukan suruhanNya serta menjauhi laranganNya.

Manakala pada peringkat kedua pula, peringkat selepas *tāwbah*, seseorang itu mestilah berusaha dalam membaiki perilaku buruk yang telah dilakukan, menggantikan perilaku buruk tadi kepada kebaikan, sentiasa menyesal secara berterusan di atas segala dosanya, dan berjanji agar tidak mengulangi dosa tersebut. Kedua-dua proses tersebut perlu dilaksanakan urutan yang telah digariskan dengan menyelesaikan dahulu peringkat pertama kemudian beralih kepada peringkat kedua pula.

Apabila selesai seseorang individu itu melakukan *tāwbah* dari segala dosa yang telah dilakukan, elemen kedua yang perlu dilalui ialah *ṣabr*. Elemen ini merupakan salah satu unsur dalam merealisasikan *tāwbah* iaitu seseorang yang berdosa perlulah menahan diri dari hawa nafsu untuk melakukan perkara-perkara yang dilarang. Ini bererti seseorang perlu mengekang diri mereka agar tidak melakukan sifat-sifat negatif yang lahir dari hati serta dimanifestasikan oleh tindakan dan menekan diri agar tekun beramal kepada Allah S.W.T.

Dengan kesungguhan seseorang itu dalam *ṣabr* akan menumbuhkan ketaatan kepada Allah S.W.T dalam bentuk penyerahan diri kepadaNya. Penyerahan diri ini dapat

dilihat dari pelbagai aspek antaranya ialah menahan diri dalam melakukan perbuatan keji dan mungkar seperti *ṣabr* dalam memerangi hawa nafsu, *ṣabr* dalam kecintaan yang melampau terhadap dunia dan *ṣabr* supaya sentiasa berada di jalan Allah S.W.T dalam mengendalikan lidah (kata-kata), hati, tindakan dan sebagainya⁴⁴. Dalam latihan diri untuk ber*ṣabr* ini, secara tidak sedar seseorang itu telah merangkumi jalan-jalan *tāwbah* yang telah dijelaskan oleh al-Makkī⁴⁵.

Ṣabr juga adalah salah satu kunci ketenangan psikologi dalam Islam⁴⁶. Dengan kesabaran yang tinggi, ia dapat menghasilkan output yang positif. Oleh yang demikian berdasarkan kepada pengertian yang telah dibuat oleh al-Makkī, seseorang itu mestilah melatih dirinya agar *ṣabr* dalam menghadapi musibah seperti tidak keluh kesah, menerapkan unsur *riḍā* dengan ketetapan dari Allah S.W.T dan cinta serta kasihkan segala ciptaanNya. Ketiga-tiga bentuk *ṣabr* ini saling berhubungan dalam menghasilkan rasa kehambaan dan penyerahan diri terhadap Allah S.W.T.⁴⁷

Keadaan ini secara tidak langsung akan membuahkan rasa ketenangan dan kebahagiaan hati sekaligus mencerminkan perilaku yang terkawal dan positif. Justeru, *ṣabr* juga merupakan di antara pintu terbesar dalam melatih jiwa yang sedang dalam proses pemulihan.⁴⁸ Malahan psikologis telah membuktikan bahawa kecelaruan mental dan spiritual mungkin berpunca dari ketiadaan perasaan *ṣabr* dalam menghadapi tekanan hidup seperti kesusahan, kematian, kegagalan dan sebagainya.⁴⁹

⁴⁴ Al-Makkī, *Qūt al-Qulūb*, jil. 1, 346.

⁴⁵ *Ibid.*, 317.

⁴⁶ Mizan Adiliah et al, *Kaunseling dalam Islam*, 141.

⁴⁷ Al-Makkī, *Qūt al-Qulūb*, jil. 1, 346.

⁴⁸ *Ibid.*, 352.

⁴⁹ Che Zarrina Sa'ari, "Penyakit Gelisah (*al-Halu'ul-Anxiety*) Dalam Masyarakat Islam dan Penyelesaiannya Menurut Psiko-Spiritual Islam", *Jurnal Usuluddin*, bil. 14, (Disember 2001), 1-22.

Elemen seterusnya ialah *shukr*. Elemen ini perlu diterapkan kepada seseorang dalam memperlihatkan atau menzahirkan nikmat atau rasa berterima kasih kepada pemberi nikmat melalui lisan dan hati. Dalam perbincangan ini, al-Makkī sangat menekankan aspek pemberi nikmat. Penekanan aspek ini dapat difahami dengan seseorang hamba yang mengalami penyakit rohani hendaklah memahamkan dirinya agar mengetahui bahawa pemberi nikmat tersebut ialah Allah yang Maha Agung. Hal ini dikenali oleh al-Makkī sebagai *shukr* melalui hati. Daripada kenyataan tersebut dapat dilihat terdapat unsur penyerahan dan pengembalian diri terhadap pemberi nikmat yakni Allah S.W.T.

Seseorang hamba perlu mengetahui bahawa segala nikmat yang dikecapi di dunia ini adalah bersumberkan daripada Allah S.W.T dan tiada sesuatu yang lain selainNya. Oleh yang demikian, tidak perlulah untuk merasa bangga, sombong, riak dan sebagainya di atas nikmat yang telah dikurniakan kerana setiap nikmat yang dikecapi tersebut adalah hak Allah S.W.T dan kepunyaanNya⁵⁰.

Latihan dalam mencernakan *shukr* telah disarankan oleh al-Makkī dengan beberapa praktikal antaranya ialah secara lisan dengan berzikir, secara hati dengan mengakui dan beri'tiqad bahawa Allah S.W.T adalah pemberi nikmat dan melalui anggota badan dengan menghindarkan diri dari melakukan maksiat di samping mengerjakan amalan soleh serta menggunakan nikmat tersebut ke jalanNya⁵¹. Panduan praktikal ini boleh dijadikan sebagai peringatan kepada seseorang bagi menunjukkan rasa penyerahan diri kepada *al-Khāliq*.

⁵⁰ Al-Makkī, *Qūt al-Qulūb*, 361.

⁵¹ *Ibid*.

ii) Peringkat Kedua

Selepas seseorang itu melepasi peringkat 'pengukuhan dan penerimaan diri kepada Allah S.W.T', seseorang itu haruslah mengikut peringkat kedua pula iaitu 'peringkat latihan dan didikan kejiwaan' yang melibatkan tiga unsur *maqām* iaitu *rajā'*, *khawf* dan *zuhd*. Ketiga-tiga elemen ini perlu dilalui secara tertib bermula dari *rajā'*, *khawf* dan *zuhd* kerana hal ini mampu melatih serta mendidik jiwa agar sentiasa berada dalam keadaan terkawal di samping telah dikukuhkan oleh unsur *tāwbah*, *ṣabr* dan *shukr* pada peringkat pertama tadi.

Berdasarkan perbincangan *rajā'* yang telah dinyatakan oleh al-Makkī, maka dapat dimanfaatkan beberapa perkara dalam usaha merawat serta membangunkan psikologi seseorang insan. Dalam perbincangan *maqām rajā'*, al-Makkī telah menekankan aspek baik sangka dengan Allah S.W.T. Unsur ini dilihat penting kepada seseorang itu supaya dapat menanam serta mendidik jiwa mereka agar sentiasa berfikir positif di atas segala ketentuan yang telah ditetapkan olehNya. Ini kerana pengharapan perlu diiringi dengan perasaan baik sangka serta kesedaran sepenuhnya harapan tanpa keraguan terhadap pertolongan, rahmat serta kekuasaanNya.

Menurut al-Makkī, pertolongan, keampunan serta rahmatNya bukan tertakluk kepada kewajipan Allah S.W.T tetapi ia berdasarkan kepada sangkaan baik hambaNya terhadap kekuasaanNya. Oleh itu, seseorang itu mesti difahamkan bahawa pengharapan sebenar-benarnya adalah hanya kepada Allah S.W.T disertakan dengan keyakinan dan bergantung sepenuhnya kepadaNya secara mutlak.⁵²

Dengan keadaan ini seseorang individu dapat membina keyakinan diri terhadap Allah S.W.T, melahirkan rasa tanggungjawab dalam membetulkan kesilapan yang pernah dilakukan dan seterusnya melakukan perubahan

⁵² *Ibid.*, 379.

dalam kehidupannya. Seseorang yang telah dijangkiti oleh penyakit rohani perlulah memperbaiki diri dan hubungannya dengan Allah S.W.T dan bertanggungjawab membetulkan kesilapan yang pernah dilakukan terhadap orang lain. Rasa tanggungjawab dalam mengubah diri ini mestilah secara berterusan di samping dibekalkan dengan perasaan yakin dan *rajā'* bahawa Allah S.W.T akan memberikan kekuatan dalaman serta luaran dan pertolongan untuk berubah. Seseorang yang inginkan personaliti yang sihat perlu berani mengambil risiko sihat untuk mengubah, memperbaiki serta mempertingkatkan kualiti dalaman dirinya. Pendek kata, personaliti yang bersepadu dan sihat merupakan asas kepada keselesaan dan kebahagiaan hidup.

Rajā' serta keyakinan dapat menyedarkan seseorang mengenai tanggungjawab dirinya terhadap Pencipta secara amali. Antaranya ialah seseorang itu haruslah bersegera dalam melakukan ibadah kerana ditakuti tidak mendapat kesempatan untuk beribadah lagi serta berharap agar amalannya diterima. Dia juga perlu menzahirkan rasa tanggungjawab itu dengan memperbanyakkan solat tahajud pada waktu malam diiringi dengan doa dengan penuh rasa *khawf* pada *al-Khāliq*⁵³. Situasi tersebut merupakan langkah pencegahan (*preventive*) dan juga langkah pengubatan (*curative*) kepada seseorang yang dijangkiti oleh penyakit hati. Latihan ini akan menyebabkan seseorang itu mendidik hatinya supaya sentiasa bersangka baik terhadap Allah S.W.T. Hal ini akan mencegah dirinya daripada bertindak negatif. Justeru langkah didikan jiwa juga dapat dilihat apabila rasa tanggungjawab terhadap diri, Pencipta dan masyarakat sekeliling itu lahir lalu dizahirkan dengan tindakan dan amalan yang sepatutnya.

Apabila unsur pengharapan sepenuhnya kepada Allah S.W.T telah wujud dalam diri, ia juga perlu diiringi oleh *khawf* terhadapNya melalui elemen mengenali diri.

⁵³ *Ibid.*

Mengenali diri sendiri adalah asas kepada pengenalan kepada Allah S.W.T yang telah mencipta segala makhlukNya dengan segala potensi yang mampu memajukan diri sendiri. Apabila seseorang mengenali dirinya dan PenciptaNya yang Maha Agung, akan timbul bibit-bibit *khawf* terhadap segala kekuasaanNya. Seseorang itu perlu meneroka sifat negatif yang wujud dalam diri seseorang serta asal usul kejadian diri kerana ia adalah prinsip utama dalam mengenal diri. Penerokaan ini juga turut dikenali sebagai *muhāsabah* diri. Hasil dari penerokaan diri ini, akan muncul rasa kerdil, kehambaan, lemah serta *khawf* di hadapan Pencipta⁵⁴.

Justeru, situasi ini juga dapat mewujudkan rasa insaf tentang kejadian, kehidupan serta segala perbuatannya di mana ia tertakluk kepada Allah S.W.T. Apabila perasaan insaf telah menguasai diri, muncul perasaan *khawf* terhadap kekuasaan PenciptaNya, *khawf* terhadap segala dosa-dosa yang telah dilakukan, *khawf* terhadap azab Allah S.W.T yang menanti akibat dosa yang dilakukan, *khawf* mati dalam keburukan serta takut terhadap balasan dan siksaan yang telah dijanjikan kepada individu yang mengingkari perintahNya⁵⁵.

Langkah seterusnya ialah *zuhd*, di mana ia juga bertujuan bagi mendidik serta melatih jiwa agar lebih kukuh menahan segala cabaran dan dugaan yang mendatang. Untuk memperoleh semua itu, seseorang hendaklah menanam jiwanya agar bersikap *zuhd* iaitu dengan tidak menyukai dunia dan berpaling daripadanya dari dalam hati, malah hati tersebut juga tidak ada sedikit pun sesuatu perkara berkaitan keduniaan. Di samping meninggalkan segala keinginan yang bersifat keduniaan, ia digantikan dengan beribadah bersungguh-sungguh kepada Allah S.W.T.

⁵⁴ *Ibid.*, 396.

⁵⁵ *Ibid.*

Kebencian terhadap dunia bukanlah bermaksud membuang dunia sama sekali, namun ianya bererti tidak menjadikan dunia sebagai keutamaan di hati sehingga menyebabkan seseorang hayut di dalamnya. Seseorang itu perlulah hidup di dunia ini tetapi hatinya untuk akhirat. Namun, tidak semua kebencian terhadap dunia itu dianggap buruk, malah al-Makkī menjelaskan sesiapa yang bersikap *zuhd* terhadap dunia dengan mencari dan mengumpulkan harta dunia, tetapi digunakan ke jalan Allah S.W.T dan berjihad kerana Allah S.W.T, mereka juga digolongkan sebagai *zuhd*.⁵⁶

Al-Makkī turut menyatakan beberapa punca atau pendorong wujudnya kecintaan dunia iaitu salah satunya ialah mengikuti kehendak hawa nafsu. Hawa nafsu yang bersarang tanpa kawalan dan landasan akan menerbitkan penyakit-penyakit jiwa seperti tamak, bakhil, dengki, sombong takbur dan sebagainya. Akibatnya, berlakulah tindakan yang tidak rasional, tidak matang dan membabi buta. Oleh itu, dalam mencapai tujuan ini, seseorang perlulah menanam sifat fakir dalam konsep *zuhd* yang ditekankan oleh al-Makkī dan boleh dijadikan model bagi menghalangi berlakunya penyakit-penyakit jiwa tersebut.

Ia dapat dijadikan sebagai asas didikan, pengukuhan dan latihan kejiwaan terhadap seseorang yang tamak dan melampau dalam mengejar keduniaan. Didikan ini dapat membantu individu supaya sentiasa prihatin dengan tanggungjawab dirinya terhadap Allah S.W.T, sesama manusia dan tanggungjawab terhadap dirinya sendiri. Sebagai tanda kehambaan dan makhluk yang lemah, seseorang itu haruslah bersikap *zuhd* dalam melatih dan mengukuh serta mendorong seseorang supaya meninggalkan segala sifat yang buruk dan menggantikannya dengan sifat yang baik.

⁵⁶ *Ibid.*, 471.

iii) Peringkat Ketiga

Peringkat seterusnya ialah pemantapan jiwa. Setelah jiwa seseorang itu telah dikukuhkan dengan unsur *tāwbah*, *ṣabr* dan *shukr*, kemudian melalui peringkat latihan dan didikan kejiwaan dengan unsur *rajā'*, *khawf* dan *zuhd*, seterusnya seseorang itu perlu melalui peringkat ketiga untuk memantapkan jiwa dengan dua unsur *maqām* iaitu *tawakkal* dan juga *riḍā*.

Proses pertama dalam pemantapan jiwa ini ialah *tawakkal*. Setiap manusia yang inginkan perubahan ke arah kebaikan sudah pasti memerlukan usaha yang berterusan seiring dengan proses penyucian jiwa dan kebergantungan sepenuhnya kepada Allah S.W.T. Konsep kebergantungan ini diertikan sebagai *tawakkal*. Dalam usaha untuk mencapai hasrat ini, seseorang perlulah sentiasa meletakkan dirinya dengan kebergantungan sepenuhnya kepada Allah S.W.T.

Namun kebergantungan ini perlu diiringi dengan usaha. Ini kerana konsep usaha tersebut hanya dilakukan semata-mata kerana Allah S.W.T dan keadaan ini juga merupakan cabang kepada konsep *tawakkal*. Selain itu, kesan *tawakkal* dapat dilihat melalui usaha dan pergerakan bagi mencapai sesuatu tujuan⁵⁷. Oleh yang demikian, seseorang yang inginkan kesejahteraan jiwa dari dikotori dengan penyaki-penyakit rohani perlulah berusaha keras dan bertekad tidak mengulangi perbuatan negatif di samping menguatkan hati agar sentiasa bertawakkal kepada Allah S.W.T.

Apabila seseorang itu bertawakkal, ia dapat membangkitkan semangat dirinya bahawa Allah S.W.T sentiasa bersamanya setiap detik dan ketika. Keadaan ini dapat mengelakkan perasaan putus asa bersarang dalam diri seseorang. Oleh kerana itu al-Makkī menyatakan bahawa *tawakkal* adalah kebergantungan keseluruhan hidup seseorang hamba hanya kepada Allah S.W.T tanpa keluh

⁵⁷ *Ibid.*, 3.

kesah dan yakin dengan ketentuan Allah S.W.T itu akan terlaksana⁵⁸.

Penekanan al-Makkī terhadap *al-Wakīl* iaitu Allah S.W.T. juga dilihat penting dalam membangkitkan serta menguatkan keazaman seseorang untuk berjaya⁵⁹. Ia juga dapat dikenali sebagai potensi mengenal Pencipta⁶⁰. Jelas, seseorang perlu meyakini dan bergantung sepenuhnya kepada *al-Wakīl*, *ṣabr* dengan segala dugaanNya, *riḍā* kepadaNya, sentiasa bersangka baik terhadapNya dan sentiasa mengingati hikmatNya terhadap sesuatu yang berlaku. Ia seterusnya akan melahirkan rasa semangat dan ketabahan hati serta lebih kuat daya tahan dalam menghadapi segala musibah. Hal ini akan mengikis rasa lemah dan ketidakupayaan diri kepada sifat-sifat yang positif dalam menjalani kehidupan.

Dalam konteks untuk membangunkan psikologi insan, seorang muslim wajib menerapkan sifat *tawakkal* sebagai pengukuhan benteng akidah seseorang. Al-Makkī menjelaskan perhubungan *tawakkal* dengan Qada' dan Qadar Allah S.W.T seperti menyakini setiap sesuatu yang diperolehi dan dialami adalah rezeki dan ketetapan yang telah ditetapkan sejak azali lagi⁶¹. Apabila seseorang meyakini ketetapan tersebut, tidak timbul persoalan dengki mendengki sesama manusia, sombong, putus asa, marah dan sebagainya. Jiwa seseorang yang benar-benar *tawakkal* kepada Allah S.W.T tidak akan mengalami kecelaruan dan ketegangan serta tidak dibimbangi sesuatu yang akan berlaku samada ianya musibah atau nikmat. Ini kerana keyakinannya yang kuat terhadap segala urusan Allah S.W.T yang telah menetapkan hikmah yang tersendiri.

⁵⁸ *Ibid.*

⁵⁹ *Ibid.*

⁶⁰ Manusia telah dibekalkan naluri mengenal Pencipta, Allah S.W.T. Ia dapat dibuktikan dengan ayat al-Qur'an surah al-A'rāf 7: 172. Peristiwa ikrar dalam ayat tersebut menunjukkan manusia telah mengaku Allah S.W.T sebagai Tuhan yang disembah.

⁶¹ Al-Makkī, *Qūt al-Qulūb*, 15-16.

Seterusnya, usaha pemantapan jiwa yang kedua setelah *tawakkal* ialah *riḍā*. Proses ini lahir bertujuan menjadikan seseorang itu lebih kukuh menahan segala cabaran dan dugaan yang mendatang. Seseorang pesakit telah sedar bahawa kesan penyakit hati ini telah membawa banyak kemusnahan dalam dirinya dan masyarakat sekeliling serta tidak mahu ianya terus berulang. Oleh yang demikian, unsur pengukuhan diri kepada Allah S.W.T. secara menyeluruh amat penting bagi meghindarkan penyakit-penyakit tersebut bertapak kembali di dalam hati seseorang. Ini dapat dilihat apabila penerapan elemen *riḍā* dijadikan asas sebagai pemantapan jiwa tersebut.

Daripada perbincangan *riḍā* yang telah dinyatakan oleh al-Makkī,⁶² maka dapat dimanfaatkan beberapa perkara dalam usaha membangunkan spiritual dan potensi rohani seseorang insan. Dalam aspek tegahan dari Allah S.W.T, perlu ditekankan kepada seseorang insan supaya menanam keyakinan dalam dirinya bahawa ia bukannya bererti Allah S.W.T bersifat bakhil atau tidak memakbulkan permintaan hambaNya, tetapi ia merupakan tarbiyah atau ujian terhadap hambaNya itu. Dia juga mesti difahamkan bahawa ujian dan tarbiyah daripada Allah S.W.T itu sebenarnya dapat melahirkan rasa keyakinan yang kukuh serta teguh pendirian terhadap Allah serta menjadikannya sebagai batu loncatan untuk mendekati lagi dirinya kepadaNya.

Dia juga perlu difahamkan secara realitinya bahawa manusia yang sering terdedah kepada kesusahan, kepayahan, kesakitan, ditimpa pelbagai bencana dan sebagainya akan sentiasa mengharapkan suatu kuasa ghaib yang Maha Agung untuk membantunya membebaskan diri dari belenggu tersebut⁶³ di samping sentiasa berdaya usaha

⁶² *Ibid.*, 74.

⁶³ Rujuk Surah al-An'am 6: 63-64.

memohon ketahanan jiwa untuk menghadapinya⁶⁴. Justeru, dia akan dapat mencapai kekuatan jiwa melalui *maqām riḍā* tersebut kerana keyakinan yang timbul terhadap segala pemberian dan tegahan itu adalah semata-mata kerana Allah S.W.T. Hasilnya, ia akan dapat membantu seseorang itu menghindari pelbagai masalah penyakit jiwa dan mental seperti murung, gelisah, kecelaruan mental dan sebagainya⁶⁵.

Dalam hal ini, seseorang yang menghadapi masalah kehidupan juga hendaklah ditanamkan perasaan *riḍā* yang tinggi terhadap ketentuan yang telah ditetapkanNya dengan melihat ianya sebagai keadilan dan ketetapan yang penuh hikmah. Dari situ, maka tidak timbulah perasaan hasad dengki dan sombong di antara sesama manusia kerana apabila seseorang itu bersabar dengan ujian seperti kesusahan dalam hidup yang menyimpannya, disertakan dengan kesedaran terhadap kesan buruk yang terbit dari penyakit-penyakit hati yang boleh membawa kepada dosa dan menzalimi diri dan masyarakat sekeliling, maka dia akan menghindari perkara-perkara keji tersebut. Ini bersesuaian dengan pandangan al-Makkī yang melihat bahawa ketentuan yang telah ditentukan dalam bentuk musibah atau kesusahan yang menimpa seseorang itu adalah sebagai balasan kepada seseorang individu tersebut di atas segala dosa-dosanya⁶⁶.

iv) Peringkat Keempat

Peringkat pertama lebih menekankan kepada aspek permulaan dalam merawat penyakit rohani iaitu berbentuk

⁶⁴ Zahir, Rafiqī, *Qiṣṣah al-Adyān Dirāsāt Tarikhiyyah Muqāranah* (Kaherah: Maktabah al-Nahdah al-Misriyyah, 1980), 7; Che Zarrina Sa'ari, "Peranan Penyucian Jiwa (*Tazkiyah al-Anfus*) Terhadap Pembangunan Insan dalam Masyarakat Bertamadun" (prosiding Seminar Tasawuf Negeri Sembilan, Jabatan Mufti Kerajaan Negeri Sembilan, Negeri Sembilan, 2007), 97.

⁶⁵ Al-Makkī, *Qūt al-Qulūb*, 74.

⁶⁶ *Ibid.*

pengukuhan dan penyerahan. Ia kemudian disusuli dengan peringkat kedua iaitu proses dalam melatih serta mendidik jiwa agar sentiasa terkawal. Seterusnya peringkat ketiga menekankan unsur pemantapan jiwa. Manakala peringkat yang terakhir ialah unsur pengekal dalam meningkatkan kepulihan seseorang. Langkah ini dilihat amat penting bagi merealisasikan hasil yang terbaik daripada peringkat pertama hingga ketiga.

Peringkat pengekal serta meningkatkan kepulihan ini boleh dicapai bermula daripada keazaman seseorang yang tinggi disertai dengan komitmen secara berterusan dari diri sendiri. Oleh itu, *mahabbah* dilihat mampu merealisasikan proses pengekal dan peningkatan tersebut. Dalam usaha ini, seseorang perlulah menanam rasa sayang, cinta dan rindu kepada Allah S.W.T. Apabila rasa cinta dan sayang ini meresap ke dalam jiwa seseorang, maka akan terbit rasa tenang serta kemanisan dalam mendekati diri kepada Allah S.W.T.⁶⁷

Hal ini akan menjauhkan diri seseorang dari melakukan perkara-perkara yang mungkar dan negatif kerana merasa malu dengan kekasihnya yakni Allah S.W.T. Oleh yang demikian, perasaan cinta dan sayang ini dapat mengekalkan serta meningkatkan pemulihan jiwa seseorang dari dimasuki oleh anasir-anasir negatif dan buruk.

Demi mencapai komitmen *mahabbah* secara berterusan pula, seseorang itu haruslah menumpukan minda, diri dan jiwa dengan sentiasa mengingatiNya selaku pemberi nikmat iaitu membasahkan lidah dengan lafaz-lafaz zikir. Amali tersebut tergolong di antara amalan para *mahabbah*. Mereka sentiasa membasahkan lidah mereka dengan berzikir bagi meraih cinta Allah S.W.T ke atas diri mereka. Zikir yang berterusan juga merupakan

⁶⁷ *Ibid.*, 110.

kesempurnaan kepada *maḥabbah*⁶⁸. Selain itu juga, seseorang perlulah menghiasi malam dengan bertahajud, munajat serta beribadah kepadaNya juga sebagai tanda mengingatiNya. Ini kerana praktikal tersebut dapat menghasilkan bibit-bibit cintaNya serta sekaligus memperolehi ketenangan dan kesenangan yang dapat dirasai oleh jiwa⁶⁹.

Dalam peringkat ini, seseorang juga perlu melatih jiwanya agar kasih serta sayang kepada Allah S.W.T kerana ia dapat melahirkan rasa *khawf* (takut) serta mendekatkan lagi diri seseorang kepada PenciptaNya apabila seseorang itu mengenali Allah S.W.T. Situasi ini membangkitkan rasa ketenangan serta menerbitkan akhlak yang baik. Di samping itu juga, al-Makkī telah mengkategorikan beberapa sifat sebagai *maḥabbah* antaranya ialah sentiasa cergas, teguh serta bersungguh-sungguh dalam beribadah

⁶⁸ Zikir yang hakiki kepada Allah S.W.T. dapat melupakan segala sesuatu yang lain selain dariNya. Dalam hal ini zikir dilihat mampu menjadi benteng yang kuat kepada jiwa seseorang. Antara implikasi positif yang diperolehi daripada zikir ialah membebaskan seseorang dari belenggu rohani seperti kelalaian dan kealpaan, menghilangkan hijab yang menghalang *shuhud*, sentiasa abadi bersamaNya, dan sentiasa merindukan kalam-kalam Allah S.W.T. Namun kesan zikir yang berterusan sahaja dapat memberi impak yang positif kerana kesan praktikal ini berbeza-beza ke atas manusia berdasarkan keikhlasan dan kesungguhan seseorang. Penguasaan hati yang sepenuhnya ketika berzikir mampu memberikan kesan yang mendalam kepada pengamalinya, hal ini juga berlaku jika sebaliknya. Lihat Al-Qushayrī, *Risālah al-Qushayriyyah*, 357; Amir al-Najjar, *Psikoterapi Sufistik dalam Kehidupan Moden (Al-Taṣawwuf al-Nafsi)* (Jakarta: Penerbit Hikmah, 2004), 29; Hasan Muḥammad al-Sharqawī, *Nahw 'Ilm Nafs Islāmī* (Iskandariah: Mu'assasat Shabab al-Jāmi'ah, 1984), 239.

⁶⁹ Al-Makkī, *Qūt al-Qulūb*, 84. Lihat juga Anas Aḥmad Karzon, *Tazkiyah al-Nafs* (Beirut: Dār Ibn Hazm, 2007), 177 dan 182. Dalam praktikal solat sunat tahajjud ini terdapat banyak kelebihan, faedah dan manfaatnya dari pelbagai sudut seperti kesihatan tubuh, emosi dan jiwa telah dibuktikan secara saintifik. Untuk penjelasan lanjut, sila rujuk Mohammad Salleh, *Terapi Solat Tahajjud* (Malaysia: PTS Millennia Sdn. Bhd., 2007), 136-176.

serta tidak lemah iman dan hati. Ia dilihat dapat membantu mengentalkan lagi semangat seseorang dalam menghadapi apa jua musibah, ujian dan keadaan yang melanda.

Ini bertepatan dengan kenyataan beliau bahawa ujian dan musibah adalah tanda Allah S.W.T menyatakan kasih sayangNya terhadap hambaNya yang merupakan nikmat yang terbesar kepada manusia kerana ia adalah impian yang ditunggu-tunggu dalam mencapai *ma'rifah*Nya⁷⁰. Situasi ini akan membangunkan spiritual seseorang ke arah yang lebih sihat. Apabila spiritual seseorang sihat dan sempurna, maka implikasi positif akan terserlah melalui perilaku, minda, emosi serta tubuh badan yang sihat.

Setelah lengkap melalui keempat peringkat tersebut, seandainya seseorang itu kecundang di tengah jalan dia perlulah melakukan proses terapi ini bermula dari peringkat pertama tadi sehingga ke peringkat akhir.

Rumusan

Sebagai kesimpulannya, peringkat-peringkat berdasarkan kepada pendekatan tasawuf iaitu *maqāmāt* yang dijelaskan di atas mampu membentuk nilai-nilai akhlak yang baik dan sempurna kepada personaliti manusia. Kaedah psikoterapi Islam yang berlandaskan *maqāmāt* Abū Tālib al-Makkī adalah satu kaedah terapi yang membersihkan jiwa seseorang dari penyakit-penyakit rohani menurut metode psikospiritual Islam dalam merealisasikan matlamat kehidupan sebenar manusia bagi mencapai *ma'rifah* Allah S.W.T. Kaedah ini disarankan kepada individu yang menginginkan pemulihan dari penyakit hati dan mempunyai kesanggupan untuk berubah. Namun langkah ini juga tertakluk kepada hidayah Allah S.W.T diikuti dengan azam yang kuat untuk berubah serta berusaha agar ia tidak berulang lagi. Ini kerana, proses penyucian jiwa ini mampu membuahkan ketenangan dan kebahagiaan hidup seseorang di dunia mahupun di akhirat.

⁷⁰ Al-Makkī, *Qūt al-Qulūb*, 82.

Rujukan

- Abd. Halim Mohd Hussin dan Muhammad Khairi Mahyuddin. *7 Langkah Kepulihan Dalam Penagihan: Aplikasi Pendekatan Agama Islam dalam Kepulihan*. Negeri Sembilan: Universiti Sains Islam Malaysia, 2011.
- Abdel Kader. *The Life, Personality and Writings of al-Junayd*. London: Luzac, 1962.
- Amir al-Najjar. *Psikoterapi Sufistik dalam Kehidupan Moden*. Jakarta: Penerbit Hikmah, 2004.
- Armstrong, Amanatullah. *Sufi Terminology (al-Qamus al-Sufi): The Mystical Language of Islam*. Kuala Lumpur: A.S. Noordeen, 1995.
- Al-Asqalānī, Shihāb al-Dīn Ibn Ḥajar. *Lisān al-Mīzan*, jil. 5. Beirut: Mu'assasah al-'Alamī li Maṭbū'āt, 1981.
- Azyumardi Azra. *Ensiklopedi Tasawuf*, jil. 1. Bandung, Indonesia: Angkasa, 2008.
- Al-Baghdādī, Abū Bakr Aḥmad Khātib. *Tārīkh al-Baghdād*, jil. 3. Beirut: Dār al-Kitāb al-'Arabī.
- Baldick, Julian. *Mystical Islam: An Introduction to Sufism*. London: I.B Tauris & Co Ltd. 1989.
- Baldick, Julian. *Islam Mistik*, terj. Satrio Wahono. Indonesia: PT Serambi Ilmu Semesta, 2000.
- Bowering, Gerhard. *The Mystical Vision of Existence in Classical Islam*. New York: Walter de Gruyter, 1980.
- Che Zarrina Sa'ari, "Penyakit Gelisah (*al-Halu*/'Anxiety) dalam Masyarakat Islam dan Penyelesaiannya Menurut Psiko-Spiritual Islam", *Jurnal Usuluddin*, bil. 14, (Disember 2001).
- Che Zarrina Sa'ari, "Peranan Tasawuf dalam Pembangunan Spiritual Umat Islam Di Malaysia." Seminar Pemikiran Islam Peringkat Kebangsaan 1, Jabatan Akidah dan Pemikiran Islam, Akademi Pengajian Islam, Universiti Malaya, 2003.
- Al-Ḥanbalī, Abū al-Falāḥ b. al-'Imād. *Shadḥarāt al-Dhahab fī Akhbār Man Dhahab*, jil. 3. Kaherah: Maktabah al-Qudsī, 1350H.

- Al-Herawī, ‘Abdullāh al-Anṣārī. *Manāzil al-Sā‘irīn*. Beirut: Dār al-Kitāb al-‘Alamiyyah.
- Ibn Kathīr. *Al-Bidāyah wa al-Nihāyah*, jil 12. Beirut: Maktabah al-Ma ‘ārif, 1977.
- Ibn Khallikān. *Wafayāt al-A‘yān*, jil. 4. Qum: Manshūrāt al-Riḍā, 1968.
- Ibn Khallikān. *Wafayāt al-A‘yān*, jil. 4, ed. Iḥsān ‘Abbās. Beirut: Dār Ṣādir, 1977.
- Ibn Qayyim, al-Jawziyyah. *Al-Muntaẓam fī Tārīkh al-Muluk wa al-Umam*, jil. 7. Haiderabad: Dā‘irāt al-Ma‘ārif, 1358H.
- Al-Īsfahānī, Abū Nu‘aym. *Hilyat al-Awliyā’*, jil. 1, Beirut: Dār al-Kutub al-‘Ilmiyyah, 1932.
- Al-Jāmī, Mawlana Abū al-Barakat ‘Abd al-Raḥmān. *Pancaran Ilahi Kaum Sufi: Maulana Abd al-Rahman Jami (Nafahāt al-Uns Min Ḥaḍarat al-Quds)*, terj. Kamran As‘ad Irsyady. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Sufi, 2003.
- Al-Jāmī, Mawlana Nūr al-Dīn ‘Abd al-Raḥmān. *Nafahāt al-Uns Min Ḥaḍarat al-Quds*, ed. Muhammad Āḍīb, jil. 1. Beirut: Dār al-Kitāb al-‘Ilmiyyah, 2003.
- Al-Jurjānī, ‘Alī Ibn Muḥammad. *Al-Ta‘rīfāt*. Beirut: Dār al-Kutub al-‘Ilmiyyah, 1983.
- Karzon, Anas Aḥmad. *Tazkiyah al-Nafs*. Beirut: Dār Ibn Ḥazm, 2007.
- Al-Makkī, Abū Ṭālib. *Qūt al-Qulūb fī Mu‘āmalat al-Maḥbub wa Waṣf Ṭarīq al-Murīd ilā Maqām al-Tawḥīd*, jil. 2. Beirut: Dār al-Kitāb al-‘Ilmiyyah, 1997.
- Al-Makkī, Abū Ṭālib. *‘Ilm al-Qulūb*. Mesir: Maktabah al-Qāherah, t.t.
- Massignon, Louis. *The Passion of al-Hallaj Mystic and Martyr of Islam*, jil. 2. United Kingdom: Princeton University Press, 1982.
- Mizan Adiliah Ahmad Ibrahim, Wan Mohd Fazrul Azdi Wan Razali dan Hasnit Osman. *Kaunseling Dalam*

- Islam*. Negeri Sembilan: Universiti Sains Islam Malaysia, 2011.
- Mohammad Salleh. *Terapi Solat Tahajud*. Malaysia: PTS Millennia Sdn. Bhd., 2007.
- Al-Qushayrī. *Risālah al-Qushayriyyah*. Beirut: Dār al-Khayr, 2003.
- Al-Sharqawī, Ḥasan. *Mu'jam Alfaz al-Ṣūfiyyah*. Kaherah: Mu'assasah al-Mukhtār li al-Nashr wa al-Tawzī', 1987.
- Al-Sharqawī, Ḥasan Muḥammad. *Nahw 'Ilm Nafs Islāmī*. Iskandariah: Mu'assasat Shabab al-Jāmi'ah, 1984.
- Siregar, H. A Rivay, *Tasawuf dari Sufisme Klasik ke Neo-Sufisme*. Jakarta: Pt Raja Grafindo Persada, 2000.
- Smith, Margaret. *Rabi'a The Mystic & Her Fellow-Saints in Islam*. New York: Press Syndicate of The University of Cambridge, 1984.
- Al-Subkī. *Ṭabaqāt al-Shāfi'iyyah al-Kubrā*, jil. 1. Kaherah: 'Īsā al-Bābī al-Ḥalābī, 1964.
- Al-Suhrawardī, 'Abd Qādir b. 'Abd Allāh. *'Awāriḥ al-Ma'ārif*. Beirut: Dār al-Kitāb al-'Arabī, 1966.
- Al-Tūṣī, Abū Naṣr al-Sarrāj. *Al-Luma'*. Kaherah: al-Maktabah al-Tawfiqiyyah, t.t.
- Wan Mohd Azam Bin Mohd Amin. "Evaluation of the *Qūt al-Qulūb* of al-Makkī with an Annotated Translation of his Kitāb *al-Tāwba*". (Tesis PhD, Universiti Edinburgh, 1991).
- Wan Suhaimi Wan Abdullah, "Konsep Manazil Sufi 'Abdullah al-Ansari al-Herawi dalam kitab *Manazil al-Sa'irin*", *Jurnal Usuluddin*, bil. 15, (Julai 2002).
- Al-Yāfi'ī, Abū Muḥammad 'Abd Allāh b. As'ad. *Mir'āt al-Jinān wa 'Ibārat al-Yaqzan*, jil. 3. Beirut: Mu'assasah al-'Alamī li Maṭbū'ah, 1970.
- Zakaria Stapa, "Pendekatan Tasawuf: Satu Alternatif Ke Arah Memperkasakan Nilai-Nilai Akhlak Islam Dalam Menghadapi Cabaran Era Globalisasi", *Proceeding of the International Seminar on Islamic Theology and*

Sharifah Basirah, "Sumbangan Abū Ṭālib al-Makkī Terhadap Pembangunan Psikologi Insan," *Afkār* Vol. 20 Issue 1 (2018): 109-142

Philosophy, Universiti Kebangsaan Malaysia, Bangi, Selangor, Jun 1996.

Zakaria Stapa. "Tasawuf dan Pembangunan Hakiki Ummah." Dalam *Tasawuf dan Ummah*, ed. Wan Suhaimi Wan Abdullah dan Che Zarrina Sa'ari, Kuala Lumpur: Jabatan Akidah Dan Pemikiran Islam, Universiti Malaya, 2004.

Zakiah Darajat. *Puasa Meningkatkan Kesehatan Mental*, Jakarta: Ruhama, 1989.

Sharifah Basirah, “Sumbangan Abū Ṭālib al-Makkī Terhadap Pembangunan Psikologi Insan,” *Afkār* Vol. 20 Issue 1 (2018): 109-142