



PERANAN KEROHANIAN DALAM MENANGANI GEJALA DADAH

Yuseri bin Ahmad
Sapora bt. Sipon
Marina Munira Abdul Mutalib¹

ABSTRAK

Pelbagai pendekatan pencegahan dan pemulihan telah digunakan untuk menyelesaikan masalah penagihan dadah dan salah satu yang sering dibincangkan ialah pendekatan agama. Artikel ini membincangkan tatacara menangani masalah dadah dengan melihat kepada perspektif agama sebagai satu alternatif yang boleh memantapkan kerohanian generasi pewaris. Elemen ini sangat berperanan sebagai benteng sahsiah yang boleh menghalang individu daripada terjebak dengan masalah-masalah sosial hari ini. Antara perkara-perkara yang dihuraikan di dalam kertas kerja ini ialah peranan agama dalam kehidupan manusia, manusia sebagai khalifah Allah dan pemegang amanah, unsur-unsur yang membentuk manusia seperti unsur qalb (hati), aql, nafs, yang dilihat berperanan untuk menghalang manusia daripada terjebak dengan gejala ini dan cara-cara pembersihan jiwa melalui tingkatan-tingkatan nafs di dalam Islam.

ABSTRACT

A multitude of prevention and rehabilitation approaches have been used to solve the problem of drug addiction and one that was frequently discussed is the religious approach. This article discusses the method to solve the drug problem by adopting views from the religious perspective as an alternative that is capable to strengthen the spirituality of the present generation. This element plays an important role as a deterrant factor that can assist individuals from getting involved in social ills. The issues presented in this article include the role of religion in human lives; humans as the Caliph of

¹ Universiti Sains Islam Malaysia



Allah on earth representing those who can be trusted; fundamental elements that form humans such as "qalb, aql and nafs", of which are seen as taking on the role of preventing humans from getting involved with these social problems. Also discussed here are the methods for spiritual cleansing through the levels of "nafs" in Islam.

PENGENALAN

Masalah dadah adalah masalah sejagat dan satu-satunya masalah sosial paling rumit yang sedang dihadapi oleh negara. Sehubungan itu, pihak kerajaan telah membelanjakan beratus-ratus juta ringgit dalam memerangi gejala penagihan dadah namun masih lagi belum menampakkan keberkesanan yang positif. Walaupun terdapat organisasi-organisasi yang sentiasa berkempen untuk pencegahan dadah tetapi masalah ini masih menjadi masalah utama negara. Apa yang paling membimbangkan ialah penyalahgunaan dadah dalam kalangan remaja semakin berleluasa dan masih belum dapat diselesaikan. Di samping itu, penyalahgunaan dadah berkait rapat dengan bermacam penyakit sosial seperti pelacuran, lepak dan perjudian. Perkara inilah yang banyak menggugat dan memudaratkan keadaan sesebuah negara sama ada dalam bidang ekonomi, sosiobudaya, politik mahupun keselamatan.

Gejala sosial negatif yang berlaku akhir-akhir ini benar-benar mencabar emosi dan intelek mereka yang prihatin terhadap nilai-nilai kemanusiaan. Hampir setiap pakar dalam pelbagai bidang telah memberikan pandangan mengenai cara-cara mengatasi gejala sosial ini. (Muhammad Yusuf Khalid, 2005, 82) Masing-masing berusaha untuk memperlihatkan melalui kajian-kajian yang dijalankan, faktor-faktor utama yang menyumbang kepada masalah ini serta bagaimana usaha atau cara-cara untuk menghalang gejala ini daripada terus menular dalam masyarakat kita. Yusuf (2005) ada menyatakan di dalam tulisannya antara faktor penyumbang kepada masalah sosial yang kian meruncing ini adalah disebabkan oleh kurangnya penghayatan agama terutamanya dalam kalangan generasi muda dan belia yang menjadi penyumbang utama kepada statistik masalah sosial termasuk penyalahgunaan dadah. Ternyata, semua pihak amat prihatin terhadap musuh nombor satu negara ini dan pelbagai usaha telah direncana dan dilaksanakan untuk melihat satu generasi yang bebas daripada belenggu dadah.



Berdasarkan Laporan Buletin Dadah AADK Bil:1.2006, sepanjang suku pertama tahun 2006 iaitu dari Januari hingga Mac, seramai 7,001 orang penagih dadah telah dikesan. Mereka terdiri daripada 2,933 orang (41.89%), penagih baru dari 4,068 orang (58.11%) penagih berulang. Keseluruhannya berlaku peningkatan sebanyak 1.32% berbanding tempoh masa yang sama tahun lalu (6,910 orang). Taburan jumlah penagih yang dikesan menunjukkan, Kedah mencatatkan bilangan penagih paling ramai dikesan berbanding negeri-negeri lain iaitu seramai 1,282 orang diikuti Pualau Pinang (1,086), Perak (1,000), Kelantan (843) dan WP Kuala Lumpur (756). Jumlah penagih terkumpul yang direkodkan oleh Agensi Antidadah Kebangsaan sejak tahun 1988 hingga Mac 2006 adalah seramai 292,696 orang iaitu kira-kira 1.10% daripada jumlah penduduk Malaysia.

Jadual 1 : Taburan Penagih yang Dikesan Mengikut Negeri Pada Tahun 2006

Negeri	Bil
Kedah	1282
Pulau Pinang	1086
Perak	1000
Kelantan	843
WP K.Lumpur	756
Johor	565
Selangor	459
Melaka	210
Sarawak	210
Pahang	201
N.Sembilan	179
Terengganu	86
Perlis	67
Sabah	57
WP Labuan	-
Jumlah	7001

Sumber : Buletin Dadah AADK Bil:1/2006



**Jadual 2 : Penagih Dadah yang Berdaftar dengan
Agensi Dadah Kebangsaan (1988-2001)**

Negeri	Jumlah Penagih	Jumlah Populasi	Ratio Penagih Kepada Populasi (1:1 000)
Johor	24,965	2,783.8	9
Kedah	12,605	1,689.6	9
Kelantan	15,297	1,344.9	11
Melaka	7,304	648.5	11
Negeri Sembilan	11,348	878.5	11
Pahang	13,537	1,319.3	10
Perak	26,941	2,157.7	12
Perlis	2,256	209.1	11
Pulau Pinang	26,941	1,337.4	20
Sabah	8,422	2,716.8	3
Sarawak	2,144	2,119.0	1
Selangor	27,488	4,270.0	6
Terengganu	10,092	919.3	11
WPKL	30,783	1,401.4	22

Sumber : NADI 2002

PROFIL PENAGIH

Profil penagih-penagih yang dikesan bagi tempoh Januari hingga Mac 2006 adalah 97.94% adalah lelaki dan sebanyak 72.73% terdiri daripada kaum Melayu. Majoriti iaitu sebanyak 69.60% terdiri daripada golongan belia dan majoriti adalah berumur antara 20-29 tahun. 78.65% berpendidikan hingga sekolah menengah di mana 89.74% mempunyai pekerjaan yang kebanyakan adalah buruh am. 60.73% mengakui mula terjebak dengan dadah disebabkan oleh pengaruh kawan. Faktor-faktor lain yang menyebabkan individu terlibat dengan dadah ialah untuk keseronokan, perasaan ingin tahu, rangsangan, tahan sakit dan tekanan jiwa.

Kesan

Secara ringkasnya, dadah menunjukkan kesan ketagihan dalam bentuk pergantungan fizikal, mental dan emosi. Kesan fizikal dapat dilihat



daripada beberapa aspek. Ini termasuk pengaruhnya terhadap sistem penting pada tubuh manusia seperti sistem pernafasan, saraf, jantung, metabolisme dan otot-otot. Dengan lain perkataan, keadaan mereka tidak terurus, proses kehidupan akan terjejas dan menjadi tidak normal. Kadar pernafasan menjadi lebih pendek dan perlahan, kadar degupan jantung berkurangan, tubuh menggigil akibat penurunan kadar metabolisme badan. Selain daripada itu, mata penagih akan menjadi merah dan kuyu serta badan akan terjejas (Dzulkifli Abdul Razak, 2002).

Kesan Mental dan Emosi

Kesan ini lazimnya dipanggil kesan psikologi iaitu kesan akibat pengaruh dadah pada otak dan minda. Ini termasuk rasa seronok dan khayal (euphoria). Mereka seakan-akan tidak berpijak di alam nyata. Pada masa yang sama seseorang itu hilang kawalan diri dan pemikiran. Sekiranya bekalan dadah tidak diperoleh mereka akan berasa keluh kesah, gian dan amat menderita. Penagih boleh bertindak ganas dan hilang kawalan emosi. Apabila rasa ketagih berterusan, penagih akan mungkin mengalami gangguan mental dan menjadi tidak waras. Penagih mula melakukan sesuatu yang tidak masuk akal yang berlawanan dengan tatasusila dan peradaban masyarakat.

Kesan Sosial

Dari kesan sosial pula, kebanyakan penagih akan hilang minat dan tidak mempedulikan tanggungjawab terhadap pekerjaan, keluarga serta masyarakat sekeliling. Prestasi dan disiplin kerja merosot, tingkah laku dan sikap berubah daripada apa yang biasa diamalkan. Mereka juga tidak menghiraukan keselamatan diri. Kebanyakan penagih tidak tinggal bersama keluarga. Mereka hidup di tempat-tempat yang tersorok atau terpencil untuk memudahkan mereka menggunakan dadah.

PERANAN AGAMA DALAM KEHIDUPAN MANUSIA

Agama ISLAM yang diturunkan kepada manusia bersifat *rahmatan lil'alamin* iaitu penganugerahan rahmat yang tidak ternilai kepada sekalian makhluk ciptaan Allah sepertimana yang dikhabarkan di dalam al-Quran, Surah al-Anbiya' ayat 107 yang bermaksud "*Dan tiadalah Kami mengutuskan Engkau (Wahai Muhammad), melainkan untuk menjadi rahmat bagi seluruh alam.*"



Rahmat ditakrifkan sebagai satu kebaikan yang berterusan. Malah sebagai Muslim kita percaya bahawa rahmat ini akan berkekalan selagi mana manusia itu berada utuh di atas landasan agama. Maka, rahmat dan agama ternyata mempunyai satu rabitah yang tidak boleh dipisahkan sama sekali dalam hidup manusia. Sepertimana dinukilkan di dalam al-Quran, "...*Aku telah sempurnakan bagi kamu agama kamu, dan Aku telah cukupkan nikmatKu kepada kamu, dan Aku telah redakan Islam itu menjadi agama untuk kamu.*" (Al-Maidah, 5: 3). Ini kerana agama berupaya membentuk dan menjadikan manusia lebih berdisiplin dan sentiasa akur kepada fitrah semula jadi yang sesuai dengan kehendak dan naluri seorang insan.

Sebagai Muslim kita mengakui agama Islam adalah agama yang benar akan tetapi ramai saudara seislam kita yang mengalami krisis nilai yang sangat mendukacitakan. Sepatutnya Islam diturunkan untuk membimbing manusia ke jalan yang benar tetapi apa yang terjadi adalah sebaliknya. 'Ini adalah kerana Islam tidak dihayati dan tidak diamalkan, maka Islam tidak akan menjadi rahmat sebaliknya menjadi satu fenomena alam yang biasa seperti sejarah.' (Muhammad Yusuf Khalid. 2005. 84) Malah, gejala sosial yang kian meruncing ini membuktikan bahawa lemahnya iman pemuda-pemudi kita akhir-akhir ini serta kurangnya penghayatan kerohanian terhadap ajaran agama Islam itu sendiri.

Hadis Nabi SAW riwayat Muslim ada menyebut bahawa; "*Seseorang tidak akan mencuri ketika dalam keadaan beriman, dan seseorang tidak akan berzina selagi mana dia beriman.*" Jika diamati hadis ini sedalam-dalamnya bolehlah disimpulkan bahawa seseorang yang mempunyai penghayatan agama yang tinggi mampu menjadi benteng diri yang boleh menghalang seseorang itu daripada terjerumus dengan masalah krisis nilai dan keruntuhan akhlak.

Fitrah manusia yang diciptakan juga mampu bertindak selari dengan kehendak Ilahi seperti mana ia diciptakan untuk mengenal siapa Penciptanya, seterusnya mendekatkan diri dan mengakui KetuhananNya (Muhammad Asad. 2003). Justeru, manusia yang lari atau terpesong daripada fitrah ini ialah manusia yang tidak kenal siapa Tuhannya malah terpesong jauh dengan fenomena-fenomena yang rosak nilainya serta jauh sekali diterima oleh akal fikiran dan perasaan seseorang manusia. Ini sesuai dengan kata-kata seorang ulama tersohor Islam Abu Hassan al-Syaziliyy: "*Sesiapa berupaya mengenali dirinya serba*



lemah, akan mengenali Tuhannya yang Maha Berkuasa, sesiapa yang mengenali dirinya akan mati, akan mengenali Tuhannya Yang Kekal Abadi, sesiapa yang mengenali dirinya sebagai makhluk yang diciptakan akan mengenali Tuhannya Yang Maha Pencipta."

INSAN : KHALIFAH DAN PEMEGANG AMANAH ALLAH

Allah berfirman di dalam surah al-Ahzab, ayat 72 yang bermaksud "Sesungguhnya Kami telah bentangkan amanah ini kepada langit dan bumi, tetapi ditolak dan mereka meminta belas kasihan, sebaliknya manusia menerima amanah ini walaupun sesungguhnya manusia jahil dan menzalimi diri mereka sendiri." Amanah iaitu tanggungjawab sebagai khalifah Allah inilah yang menyumbang kepada *raison d'être* iaitu sebab kewujudan dan kejadian manusia ketika diciptakan manusia pertama iaitu Adam a.s untuk mentadbir alam ini. Jelas di dalam ayat di atas, Allah telah menawarkan amanah ini kepada makhluk lain seperti langit, bumi dan gunung-ganang tetapi ternyata semuanya takut untuk memikulnya. Faruqi (1992) di dalam bukunya *al-Tawhid: Its Implications for Thought and Life* menyebut; "The trust or divine will, which no heaven and earth can realize is the moral law which demands freedom from the agent. In heaven and earth the will of God is realized with the necessity of natural law." (p.5) Amanah yang tidak mampu dipikul oleh makhluk lain ini ialah amanah meletakkan akhlak dan nilai di tempatnya dan menjadikan ia sebagai pedoman manusia di mana ia memerlukan sepenuh kebebasan dalam setiap tindakan manusia. Natijahnya, manusia diberi dua pilihan sama ada memilih jalan yang benar atau jalan yang tidak diredai oleh Tuhannya. "Dan Kami telah menunjukkan kepadanya dua jalan, (jalan kebaikan untuk dijalaninya, dan jalan kejahatan untuk dijauhi)?" (Al-Balad, 90 : 10)

Sesungguhnya manusia diciptakan dengan tujuan yang satu iaitu memikul beban amanah yang telah dipilih oleh manusia sendiri dan ia bukanlah untuk sesuatu yang sia-sia. Kejadian Adam dan Hawa kedua-duanya juga membawa misi Tuhan iaitu bersama-sama merealisasikan amanah ini dan seterusnya bertindak sebagai khalifah Allah yang memakmurkan bumi ini dengan kalimah-kalimah Allah yang benar. Malah, pengusiran Adam dan Hawa ke muka bumi ini juga dilihat sebagai terkandung dalam ilmu Allah yang Maha Agung. (Ibrahim Zain, 1998)

Pengurniaan amanah ini kepada manusia merupakan satu penghormatan dan kelebihan yang mana dapat dilihat sebelum manusia



diciptakan, Allah SWT telah pun meletakkan manusia di atas satu kedudukan yang amat mulia di sisiNya. Seinggakan para malaikat turut sama mempersoalkan kedudukan ini yang jelas digambarkan di dalam surah al-Baqarah ayat 30 di mana Allah berfirman yang bermaksud, “*Bahawasanya Aku mengetahui apa yang engkau tidak ketahui*”. Ini juga menggambarkan betapa Allah memandang tinggi akan makhluk ciptaanNya ini iaitu manusia.

TANGGUNGJAWAB MANUSIA

Faruqi (1992) pernah menyebut bahawa, “*Since everything is created for a purpose – the totality of being no less – the realization of that purpose must be possible in space and time.*” (13) Oleh kerana manusia dijadikan untuk menunaikan satu tanggungjawab yang telah direncanakan, maka pelaksanaan kepada beban tugas itu mestilah sesuatu yang mampu dilaksanakan oleh manusia. Atau dengan kata lain, manusia dibekalkan dengan keupayaan-keupayaan ini. Justeru, melalui tindakan dan keupayaan inilah manusia akan dinilai, dan juga ia akan dipersoalkan di hadapan Tuhan yang Maha Agung.

UNSUR KEROHANIAN

Manusia dicipta oleh Allah SWT dengan mempunyai dua unsur yang utama. Selain jasad yang merupakan unsur zahir bagi manusia terdapat unsur lain yang lebih penting iaitu roh yang sebenarnya menjadi hakikat diri insan. Namun begitu terdapat juga beberapa istilah lain yang berkaitan dengan unsur roh ini seperti *aql*, *nafs*, dan *qalb* yang sebenarnya menunjukkan kepada zat diri yang sama tetapi berbeza dari segi peringkat seseorang itu berada. Sebagaimana jasad yang perlu kepada penjagaan dan makanan agar ia menjadi sihat dan bertenaga, begitu jugalah roh ini memerlukan penjagaan dan rawatan agar ia sentiasa segar dan bersifat positif dalam menjalani kehidupan seharian. Sebenarnya kekuatan kerohanian inilah yang paling diperlukan oleh manusia bagi mengawal dirinya agar tidak terjebak ke dalam perkara-perkara negatif seperti penagihan dadah contohnya. Justeru itu kita perlu mengenal diri sendiri dengan mengenali istilah-istilah yang disebutkan tadi supaya ia dapat digunakan sebagai benteng dalaman bagi mengekang gejala sosial yang kini semakin parah.

ROH

Kita tidak didedahkan menerusi sumber syariat mengenai hakikat sebenar roh. Di dalam al-Quran Allah SWT berfirman:



وَسَأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي

Surah al-Isra', 17: 85

Terjemahannya "... dan mereka bertanya kepada kamu tentang roh, katakan bahawa roh itu adalah urusan Tuhanku."

Menurut Imam al-Ghazali roh adalah 'Latifah'² yang dengannya manusia dapat memahami dan mengerti, ia sesuatu yang menakjubkan yang datang daripada Tuhan dan tidak mampu segala akal untuk memahami hakikatnya. (al-Ghazali .1987. jilid 3 : 5). Oleh kerana roh adalah sesuatu yang tidak dijelaskan hakikatnya oleh al-Quran dan hadis maka para ulama membataskan perbahasan mereka tentang roh ini kepada dua sudut iaitu:

1. Mengembalikan roh kepada pengetahuannya yang asal
2. Mengembalikan kesempurnaan pengabdianya kepada Tuhannya

Pada asal kejadian, roh sebenarnya mengenal Allah sebagai pencipta dan mengakui kehambaannya pada Allah SWT. Namun setelah ia bercampur dengan jasad dan bergelumang dengan anasir-anasir luar yang mendatang maka pengetahuan dan kehambaannya pada Tuhan itu semakin hilang akibat faktor persekitarannya. Ini sebagaimana yang disabdakan oleh Rasulullah SAW :

(يولد الإنسان على الفطرة فأبواه يهودانه أو ينصرانه أو يمجسانه)

Riwayat al-Bukhari

Maksudnya : "Manusia dilahirkan dalam keadaan fitrah (bersih, suci, kenal Tuhan) maka kedua-dua ibu bapanyalah yang mencorakkannya sama ada menjadikannya Yahudi, Nasrani atau Majusi)."

Faktor-faktor luaran itu mula mempengaruhi roh dan akibatnya roh itu semakin menjauh daripada pengetahuan dan kehambaan asalnya pada Allah SWT. (Said Hawwa, 1999: 43)

Apabila roh semakin jauh daripada Allah SWT maka ia sebenarnya semakin mendekat kepada hawa nafsunya yang sentiasa mendorong

² Istilah Sufi: Makna asalnya adalah kelembutan. Setiap isyarat yang terlalu halus untuk difahami yang tidak dapat diungkapkan dengan kata-kata seumpama ilmu rasa. (al-Jurjani. 1991)



melakukan dosa dan maksiat. Oleh itu untuk membolehkan seseorang itu meninggalkan kejahatan dan maksiat maka perlulah rohnya dikembalikan kepada asal pengetahuan dan kehambaannya pada Allah SWT. Untuk mengembalikan roh pada asalnya memerlukan kepada mujahadah dan perlu diikuti jalannya yang sudah digariskan sendiri oleh Allah SWT di dalam al-Quran. Said Hawwa dalam kitabnya *Tarbiyyatuna al-Ruhiyyah* menjelaskan bahawa jalan untuk mengembalikan roh pada asalnya adalah dengan memiliki ilmu yang sah, bergaul dengan ahli ilmu dan zikir pada Allah SWT.

Ilmu yang sah yang perlu diketahui ialah ilmu tentang sifat-sifat Allah SWT yang maha sempurna dan ilmu tentang melakukan ibadah dengan ikhlas pada Allah. Untuk memperolehi ilmu ini maka perlulah bertanya pada ahlinya. Firman Allah SWT:

فَسْأَلْ بِهِ خَيْرًا

Surah al-Furqan, 25: 59

Maksudnya: "Maka bertanyalah tentangNya (Allah) kepada yang lebih mengetahui".

Mengenai zikir pula ia amat diperlukan kerana sabda Rasulullah SAW di dalam sebuah hadis Qudsi bahawa Allah SWT berfirman :

(وأنا معه إذا ذكرني)

Riwayat al-Bukhari dan Muslim

Maksudnya: "dan Aku (Allah) bersama dengannya (hamba) apabila dia berzikir kepadaKu."

Maka Allah SWT akan bersama-sama dengan hamba yang berzikir mengingatiNya. Kesannya adalah sangat banyak, antaranya ia akan dipelihara oleh Allah dan terjaga daripada tersilap dan tergelincir dalam kehidupan.

QALB

Perkataan *Qalb* bermaksud hati. Perkataan ini digunakan untuk menunjukkan hati yang zahir iaitu jantung manusia, dan hati yang bukan zahir iaitu hati nurani manusia. Dalam al-Quran perkataan *qalb* ini banyak disebut oleh Allah dan apabila disebut ia bermaksud hati yang



bukan zahir. *Qalb* diertikan sebagai “*Latifah Rabbaniyyah* atau unsur halus yang bersifat rabbani atau yang dibangsakan kepada rabbani dan mempunyai hubungan dengan jantung hati jasmani”. (Mohd Sulaiman Yasin. 1992 : 195)

Dalam hadis Rasulullah SAW menjelaskan bahawa hatilah yang menjadi penentu seseorang itu menjadi baik atau jahat. Menurut Islam hati inilah yang menjadikan manusia hidup dengan kehidupan yang sebenar dan ia jugalah yang menjadikan manusia sebenarnya mati dalam hidupnya. Hati juga menjadi tempat bagi iman, taqwa, ikhlas, amanah dan tempat mengambil peringatan. Sebaliknya hati juga menjadi tempat kekufuran dan kemunafikan. Ia juga menjadi tempat bagi segala sifat terpuji dan sifat tercela. Justeru, hati manusia boleh jadi ia sakit atau ia sihat.

Di antara penyakit hati ialah kekufuran, kesesatan, kemunafikan, kesangsian kepada tanda-tanda kebenaran dan kesempurnaan Allah, berat hati daripada berjihad di jalan Allah, kerakusan hati kepada maksiat, kederhakaan kepada perintah Allah, bersifat dengan sifat-sifat tercela seperti takabbur, hasad, riya', marah, bakhil, khianat, *hubbul jah*, *hubbul mal*, mengikut hawa nafsu, buruk sangka dengan Allah, putus asa daripada rahmat Allah, memusuhi dan membenci ulama dan lain-lain.

Manakala hati yang sihat pula sudah tentulah hati yang tidak mempunyai penyakit-penyakit yang telah disebutkan. Hati yang sihat disebut sebagai hati yang *salim* (sejahtera). Di antara sifat hati yang *salim* ialah hati yang sentiasa kembali kepada Allah. Hati orang yang kembali kepada Allah ialah mereka yang mempunyai sifat seperti rasa takut kepada Allah, penyerahan kepada Allah, tawakal, mengingati ayat-ayat Allah, bersih daripada bentuk kesyirikan dan penyembahan *taghut*, bertaqwa dan yang paling asas sekali ialah tetap mendirikan solat dan rukun-rukun Islam yang lain. (Mohd Sulaiman Yasin, 1992 : 200)

Oleh itu bagi merawat hati yang berpenyakit, sebahagian daripada ulama merumuskan terdapat lima penawar iaitu:

- Membaca al-Quran
- Mengosongkan perut (puasa)
- Qiyamullail
- Memohon keampunan dan rahmat di waktu sahur
- Menduduki majlis para solihin



'AQL

Menurut Imam al-Ghazali *'aql* adalah sumber bagi ilmu dan asas ilmu. Maka ilmu dinisbahkan kepada *'aql* adalah seumpama buah bagi pokok, atau cahaya bagi matahari, atau melihat bagi mata. Justeru, salah satu maksud *'aql* yang ditakrifkan oleh al-Ghazali ialah "mengetahui hakikat sesuatu perkara." (al-Ghazali, 1987, j1 : 5). Takrifan seperti ini adalah merujuk kepada hasil daripada sesuatu perkara itu. Maka ilmu itu adalah hasil daripada kewujudan akal yang mana dengan ilmu itu manusia boleh membezakan mana yang baik dan mana yang buruk, seterusnya memilih untuk melakukan yang baik atau yang buruk.

Pada peringkat ini seseorang manusia itu selalunya akan berperang dengan nafsunya dalam memilih mana yang mahu dibuat, kerana kemahuan akal yang dibantu oleh ilham malaikat itu mahu melakukan kebaikan tetapi kemahuan nafsu yang disokong pula oleh was-was syaitan mahukan sebaliknya. Dalam keadaan sedemikian sekiranya seseorang itu menggunakan daya akal untuk melawan, mengawal dan bermujahadah terhadap hawa nafsunya maka hatinya akan menjadi tempat penurunan malaikat untuk mencampakkan ilham yang memberikan kebaikan kepadanya sama ada dalam bentuk peringatan, panduan atau makluman. (Mohd Sulaiman Yasin, 1992: 191)

Ulama juga membahagikan *'aql* kepada dua jenis iaitu *'aql taklifi* dan *'aql syar'i*. *Aql taklifi* (akal yang menerima bebanan hukum) dimiliki oleh semua manusia selagi ia tidak gila, dan dengan adanya akal itu maka manusia menjadi mukallaf. Ini adalah peringkat *aql* yang paling rendah. *'Aql syar'i* pula ialah *aql* yang dimiliki oleh manusia yang mampu mengawal nafsunya kepada taat pada Allah, di samping mengenal Tuhannya dan tunduk kepadaNya.

Dalam keadaan manusia ini, berlaku pertembungan antara kemahuan nafsu dan kemahuan akalnya maka apakah yang seharusnya dia buat untuk menjauhkan dirinya daripada maksiat tersebut. Said Hawwa menjelaskan dalam masalah ini, katanya "Terdapat beberapa perkara, sama ada dia meningkatkan cahaya hatinya, meninggikan kejiwaannya, mengikuti jalan yang betul untuk memenuhi syahwatnya dalam batas-batas yang dibenarkan, ataupun dia mengendurkan dorongan syahwatnya dengan cara latihan seperti mengawal pemakanan, memenatkan tubuh badannya, mengurangkan makan,



menjauhkan diri daripada faktor-faktor yang menaikkan nafsu dan sebagainya, semua itu adalah sebahagian daripada rawatan bagi Muslim mengatasi maksiat, dan menang melawan maksiat itu sebenarnya adalah aql.” (Said Hawwa, 1999: 49) Inilah *aql syar’i* yang perlu ada pada diri setiap Muslim bagi mengatasi maksiat.

NAFS

Kalimah ini selalunya merujuk kepada hawa nafsu yang mengajak kepada kejahatan. Imam al-Ghazali menjelaskan bahawa kalimah ini mempunyai dua pengertian. Yang pertama ia bermaksud daya marah dan syahwat yang ada pada manusia. Penggunaan ini sering digunakan oleh ahli tasawuf kerana mereka memaksudkan dengan *nafs* itu ialah asal yang menghimpunkan segala sifat-sifat mazmumah pada manusia. Contohnya mereka mengatakan “mestilah ada mujahadah nafsu dan mematahkannya”.

Pengertian kedua pula ialah *Latifah* yang menjadikan manusia itu pada hakikatnya. Ia adalah diri manusia dan zatnya. (al-Ghazali, 1987, jilid 3: 5) Pengertian ini membawa maksud bahawa manusia yang sebenarnya adalah pada *nafs* (diri)nya, bukan pada jasadnya. Adapun jasad hanyalah alat yang akan patuh pada segala kemahuan *nafs*nya.

Peringkat-peringkat Nafs

Seperti yang telah dijelaskan bahawa hakikat manusia yang sebenarnya adalah pada diri *nafs*nya, semakin tinggi tahap *nafs*nya itu maka semakin tinggilah tahap kemuliaan seseorang, sebaliknya semakin rendah tahap *nafs*nya maka semakin rendahlah tahap kemuliaannya. Justeru, para ulama membahagikan *nafs* kepada beberapa peringkat. Hanya disebut di sini empat yang utama sahaja iaitu:

- *Nafs Ammarah*
- *Nafs Lawwamah*
- *Nafs Mulhimah*
- *Nafs Mutma‘innah*

1. *Nafs Ammarah* - Ini adalah peringkat *nafs* yang paling rendah sekali. Bahasa Melayu menyebutnya sebagai nafsu amarah. Al-Quran menyifatkan peringkat ini sebagai peringkat yang menyuruh kepada kejahatan semata.



Firman Allah SWT:

إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ

Surah Yusuf, 12: 53

Maksudnya : “*Sesungguhnya nafsu itu sentiasa menyuruh kepada kejahatan.*”

Pada peringkat ini diri insan itu telah dikuasai sepenuhnya oleh unsur kejahatan dan kerendahan sehingga manusia itu menjadi hamba kepada hawa nafsunya. Malah dia tidak berasa apa-apa sesalan di atas kejahatan yang dilakukannya. Pada peringkat ini seseorang perlu bermujahadah melawan nafsu syahwahnya dengan mendidik nafsunya supaya ia meningkat ke peringkat yang kedua iaitu *nafs lawwamah*.

2. *Nafs Lawwamah* – Firman Allah SWT:

وَلَا أَقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ

Surah al-Qiyamah, 75: 2

Maksudnya : “*Aku bersumpah dengan diri yang mencela.*”

Dinamakan dengan *Lawwamah* kerana diambil daripada ayat Quran di atas. Pada peringkat ini diri nafs insan itu sudah meningkat daripada yang pertama kerana pada peringkat ini seseorang yang melakukan dosa akan berasa menyesal di atas perbuatannya. Dirasakan dalam dirinya semacam ada sesuatu yang mengutuk dan mencela. Adanya suara kutukan atau celaan dari dalam diri ini menunjukkan bahawa nafsnya masih hidup, walaupun berpenyakit tetapi penyakit itu masih belum parah menjadi barah, dan masih menerima rawatan dan pemulihan melalui usaha *tazkiyah* untuk kembali sembuh dan sihat. (Mohd Sulaiman Yasin, 1992: 189)

3. *Nafs Mulhimah* – Dinamakan *Mulhimah* (yang memberi ilham) berdasarkan firman Allah SWT dalam surah al-Syams ayat 8:

فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا

Maksudnya: “*Serta mengilhamkannya (diri) jalan yang membawa kepada kejahatan dan yang membawanya kepada bertaqwa.*”

Ayat ini menjelaskan bahawa diri manusia boleh menerima suatu saranan dalam dirinya sama ada yang berunsur kejahatan atau berunsur



kebaikan. Peringkat ini adalah lebih baik daripada peringkat kedua kerana kebarangkalian seseorang itu melakukan dosa tidak begitu kuat. Maksudnya hati yang menjadi markas bagi *nafs* manusia sentiasa menjadi tempat pertarungan antara lintasan malaikat dan lintasan syaitan. Hanya berbeza dari segi kuat atau lemahnya salah satu daripada dua unsur tersebut. Kuat atau lemahnya adalah bergantung kepada sejauh mana kuat atau lemahnya mujahadah kita untuk menentang hawa nafsu, dan untuk mempergunakan akal bagi memikirkan kebenaran Allah dan ayat-ayatNya. (Mohd Sulaiman Yasin, 1992 : 192)

4. *Nafs Mutma'innah* – Ia bermaksud jiwa yang tenang. Inilah peringkat *nafs* yang ingin dicapai oleh manusia hasil daripada mujahadahnya melawan nafsu. Pada peringkat ini *nafs* seseorang itu akan mudah terasa dengan kesalahan dosa. Ukuran dan timbangan ke atas sesuatu amalan kebaikan semakin halus. Ketenangannya bukan sahaja dinikmati oleh dirinya tetapi juga oleh orang sekelilingnya.

Peringkat ini tidak dapat dirasakan melainkan setelah diri insan merasakan seperti mana yang disebutkan oleh Mohd Sulaiman Yasin, (1992: 192)

- Tenang dengan hukum-hukum Allah dan manhajNya
- Tenang dengan qada' dan taqdirNya
- Tenang dengan mengingati Allah
- Khusyuk dalam ibadah
- Menghayati konsep kehambaan diri kepada Allah
- Sentiasa kembali pada Allah
- Hatinya sihat daripada segala penyakit-penyakitnya

Firman Allah SWT:

يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَةً

Surah al-Fajr, 89: 27-28

Maksudnya: "Wahai jiwa yang tenang, kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diredhaiNya."

KAITAN PERINGKAT NAFS DENGAN ISTILAH SEBELUMNYA

Apabila diteliti keempat-empat peringkat *nafs* ini maka didapati ia tidak terkeluar daripada lingkungan istilah-istilah lain yang telah dijelaskan sebelum ini iaitu *aql*, *qalb* dan *roh*. Penjelasannya adalah seperti berikut; (Mohd Sulaiman Yasin, 1992: 194)



1. Apa yang dimaksudkan dengan *al-Nafs* (nafsu) dalam istilah ini ialah diri insan yang tertumpu kepada keinginan (syahwah) dan hawa nafsunya yang rendah. Inilah dia yang dinamakan *Nafs Ammarah*.
2. Apa yang dimaksudkan dengan *aql* pula ialah diri insan yang telah dikawal daripada kebebasan keinginan nafsunya dan dikekang dengan tali syariat. Walaupun demikian ia masih dipengaruhi oleh nafsu rendahnya. Ini adalah *Nafs Lawwamah*.
3. Manakala *qalb* pula adalah diri insan yang telah agak tenang daripada nafsu kerendahan dan kejahatan tetapi masih dalam perubahan (bolak-balik) antara lalai dan sedar. Cahaya dalam dirinya sudah mula memancar. Ini adalah *Nafs Mulhimah*.
4. Akhirnya istilah roh merupakan keadaan diri insan yang sudah meningkat kepada sifat damai dan tenang, damai kembali kepada Allah dan tenang dengan mengingatiNya. Ia adalah *Nafs Mutma'innah*.

RAWATAN UNTUK KELUH KESAH DAN PEMBERSIHAN HATI

Al-Quran menjelaskan bahawa manusia dicipta dalam keadaan keluh kesah. Akibat keluh kesah itulah banyak berlakunya perlakuan salah dan tidak bermoral termasuklah penagihan dadah. Lalu rawatan kepada keluh kesah itu dijelaskan sendiri oleh Allah SWT sebagai kemudahan bagi manusia untuk mengikutinya. Firman Allah dalam surah al-Maarij ayat 19 - 35:

❦ إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا

﴿١٩﴾ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ﴿٢٠﴾ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا ﴿٢١﴾ إِلَّا

الْمُصَلِّينَ ﴿٢٢﴾ الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ ﴿٢٣﴾ وَالَّذِينَ فِي

أَمْوَالِهِمْ حَقٌّ مَّعْلُومٌ ﴿٢٤﴾ لِلسَّائِلِ وَالْمَحْرُورِ ﴿٢٥﴾ وَالَّذِينَ يُصَدِّقُونَ

يَوْمَ الدِّينِ ﴿٢٦﴾ وَالَّذِينَ هُمْ مِنْ عَذَابِ رَبِّهِمْ مُشْفِقُونَ ﴿٢٧﴾ إِنَّ عَذَابَ

رَبِّهِمْ غَيْرُ مَأْمُونٍ ﴿٢٨﴾ وَالَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَافِظُونَ ﴿٢٩﴾ إِلَّا عَلَىٰ

أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ ﴿٣٠﴾ فَمَنْ ابْتَغَىٰ وَرَاءَ

ذَٰلِكَ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْعَادُونَ ﴿٣١﴾ وَالَّذِينَ هُمْ لِأَمْتِنَتِهِمْ وَعَهْدِهِمْ رَاعُونَ

﴿٣٢﴾ وَالَّذِينَ هُمْ بِشَهَادَتِهِمْ قَائِمُونَ ﴿٣٣﴾ وَالَّذِينَ هُمْ عَلَىٰ صَلَاتِهِمْ يُحَافِظُونَ

﴿٣٤﴾ أُولَٰئِكَ فِي جَنَّاتٍ مُّكْرَمُونَ ﴿٣٥﴾



Maksudnya: “*Sesungguhnya manusia dicipta bersifat keluh kesah lagi kikir. Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah. Dan apabila mendapat kebaikan ia amat kikir, kecuali orang yang mengerjakan solat, yang mereka itu tetap mengerjakan solatnya, dan orang-orang yang dalam hartanya tersedia bahagian tertentu, bagi orang (miskin) yang meminta dan orang yang tidak mempunyai apa-apa (yang tidak mahu meminta), dan orang-orang yang mempercayai hari pembalasan, dan orang-orang yang takut terhadap azab Tuhannya, kerana sesungguhnya azab Tuhan mereka tidak dapat orang berasa aman (daripada kedatangannya), dan orang-orang yang memelihara kemaluannya, kecuali terhadap isteri-isteri mereka atau hamba-hamba yang mereka miliki, maka mereka dalam hal ini tiada tercela. Barangsiapa mencari yang sebalik itu maka mereka itulah orang-orang yang melampaui batas, dan orang-orang yang memelihara amanah-amanah dan janjinya, dan orang-orang yang memberikan kesaksiannya, dan orang-orang yang memelihara solatnya, mereka itu (kekal) di syurga lagi dimuliakan.*”

Said Hawwa menjelaskan bahawa sifat keluh kesah ini (yang utamanya terlalu resah ketika musibah, dan tidak bersyukur ketika dapat nikmat) tidak dapat diatasi oleh manusia melainkan apabila terhimpun padanya sifat-sifat berikut: solat, infaq, membenarkan hari akhirat, rasa gerun dengan azab Allah, memelihara kemaluan, dan memberikan kesaksian dengan penuh kebenaran dan keadilan. Sesiapa yang terhimpun padanya sifat-sifat ini hatinya akan terlepas daripada penyakit dan mendapat sihat. Apabila seseorang benar-benar mencapai sifat-sifat ini maka secara automatiknya sifat keluh kesah akan hilang daripadanya. (Said Hawwa, 1999: 155)

Para ulama juga telah menggesa agar kita melakukan perkara-perkara berikut sebagai amalan harian kita bagi mempertingkatkan tahap *nafs* kita ke tahap yang lebih tinggi:

1. Solat berjemaah, termasuk Solat Rawatib, Qiyamullail dan Solat Duha
2. Istighfar tidak kurang 100 kali
3. Membaca:

لا إله إلا الله وحده لا شريك له, له الملك وله الحمد وهو على كل شيء قدير

Tidak kurang daripada 100 kali.



4. Selawat ke atas nabi SAW tidak kurang daripada 100 kali
5. Membaca surah al-Ikhlas tiga kali
6. Membaca al-Quran
7. Membaca doa-doa bagi setiap perbuatan seperti doa makan, tidur, masuk/keluar rumah dan sebagainya
8. Perbanyakkan zikir-zikir yang sangat dituntut seperti istighfar, selawat atas nabi, tahlil, tasbih, tahmid dan sebagainya yang kita digesa agar melakukannya

RUJUKAN

Al-Quran dan terjemahannya.

Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad b. Muhammad al-Ghazali. *Ihya' Ulum al-Din*, Jilid 1&3, 1987. Kaherah: Dar al-Rayyan Li al-Turath.

Al-Jurjani, Ali b. Muhammad al-Sayyid al-Syarif. (1991). *Kitab al-Ta'rifat*. Kaherah: Dar al-Rasyad.

Buletin Dadah AADK. Bil:1/2006.

Dzulkifli Abdul Razak. 2002. *Dadah: Senario Sejagat Yang membimbangkan*. <http://www/adk.gov.my>.

Ismail Al-Faruqi. (1992). *Al-Tawhid: Its Implications for Thought and Life*. Kuala Lumpur: IIIT.

Mohd Sulaiman Yasin. (1992). *Akhlak dan Tasawuf*. Bangi: Yayasan Salman.

Muhammad Asad. 2003. "Is Religion Relevant Today?" dalam Riza Mohamad dan Dilwar Hussain (ed.). *Islam The Way of Revival*. Kuala Lumpur: IIIT.

Muhammad Yusuf Khalid. (2005). "Gejala Sosial dan Penyelesaiannya dari Perspektif Tasawuf" dalam Syamsul Bahri et.al, *Membangun Masyarakat Moden Yang Berilmu dan Berakhlak*. Fakulti Kepimpinan dan Pengurusan: KUIM.

NADI. (2002). Buletin Dadah AADK Bil:1/2006.

Said Hawwa. (1999). *Tarbiyyatuna al-Ruhiyyah*. Cetakan ke-6. Kaherah: Darus Salam.