

Epistemologi Sufi *Healing* di Tarekat Qadiriyyah Naqsyabandiyyah Pondok Pesantren Suryalaya

Teten Jalaludin Hayat

Institut Agama Islam Latifah Mubarakiyah (IAILM)
Pondok Pesantren Suryalaya Tasikmalaya Jawa Barat, Indonesia.
Email: teten.suryalaya@gmail.com

Abstract

This study aims to explain epistemologically about Sufi healing in the Qadiriyyah Naqsyabandiyyah Sufi order of Suryalaya. The research method used is qualitative and epistemological through a content analysis knife, so that conclusions can be obtained with practical qualities for adherents of Sufi healing. The epistemological process of Sufi healing is carried out through the most important healing tool (akbar) and provides the strongest psychological influence (asyadd ta'tsiran), namely dhikr jahr. Dhikr jahr is nafy (negation) and itsbat (affirmation) function, which work in tandem to produce its axiological fruit, namely clean and stable mind (tsabat). In the process of nafy and itsbat, at times the mind will experience a state of trance (half consciousness), the inner warehouse is wide open, so that the inner impurities (al-muhaddatsat, hadith al-nafs, mind defilements) will come out on their own and spill over into the sky of the mind. After that, for full healing, the certain method of consciousness power is carried out through nazhr al-fana' (missing sight). If the process of nazhr al-fana' is successful, the mind becomes cleaner and calmer, the view becomes brighter. Thus, the epistemological process of Sufi healing through dhikr jahr was successfully carried out by a healer.

Keywords: Zikir, Epistemologi, Sufi Healing, TQN Suryalaya.

Abstrak

Penelitian ini ditujukan untuk menjelaskan secara epistemologis tentang sufi healing di Tarekat Qadiriyyah Naqsyabandiyyah Pondok Pesantren Suryalaya. Metode penelitian yang digunakan bersifat kualitatif dan epistemologis melalui pisau analisis isi, sehingga bisa diperoleh kesimpulan dengan kualitas praktis bagi penganut sufi healing. Proses epistemologis sufi healing dilakukan melalui alat healing yang paling utama (akbar) dan memberikan pengaruh kejiwaan paling kuat (asyadd ta'tsiran), yaitu dzikir jahr. Dzikir jahr bersifat nafy (negasi) dan itsbat (afirmasi), yang berkerja secara beriringan untuk melahirkan buah aksiologisnya, yaitu bersih dan tetapnya batin (tsabat). Di dalam proses nafy dan itsbat, pada masanya batin akan mengalami kondisi trans (half consciousness), gudang batin terbuka lebar, sehingga kotoran batin (al-muhaddatsat, hadits al-nafs, mind defilements) akan berkeluaran sendiri dan tumpah di langit pikiran. Setelah itu, untuk meng-healing secara penuh, dilakukan metode kasadaran melalui nazhr al-fana' (pandangan lenyap). Bila berhasilnya proses nazhr al-fana', batin menjadi lebih bersih dan tenang, pandangan menjadi lebih terang. Dengan demikian, proses epistemologis sufi healing melalui dzikir jahr berhasil dilakukan oleh seorang healer.

Kata Kunci: Dzikir, Epistemologi, Sufi Healing, TQN Suryalaya.

PENDAHULUAN

Healing merupakan salah satu cara manusia untuk membebaskan jiwa dan pikirannya dari berbagai sampai-sampah emosi dan kilesa (*diseases and impurities of the heart*) yang kerap kali menggelisahkan (Mitha, 2019; Muslaini & Sofia, 2020). Sehingga dengan keterbebasan itu jiwa menjadi tenang dan pikiran menjadi terang, aktivitas kehidupan di dunia ini bisa diselenggarakan secara lebih aktif, kreatif, asosiatif, dan maksimal di kekiniannya, mengarah secara konsisten pada orientasi kehidupan yang telah direncanakan (Soleh, 2016).

Ada ragam model *healing* yang berkembang sekarang ini, dari yang bersifat umum hingga yang bersifat khusus. Secara umum, untuk masalah-masalah kejiwaan yang ringan, *healing* bisa dilakukan melalui rangsangan inderawi pada mata dan telinga, seperti melihat pemandangan yang indah dan mendengar musik-musik relaksasi (Aisa et al., 2021), walaupun Mutohharoh menyebut hal ini lebih ke rekreasi ketimbang *healing* (Annisa Mutohharoh, 2022).

Adapun untuk masalah-masalah kejiwaan yang berat, seperti dalam masalah-masalah traumatis, sehingga konsentrasi terganggu, susah tidur (*insomnia*), *negativity* (selalu berpikiran negatif), hingga berhalusinasi, yang menunjukkan adanya gejala stres dan depresi yang berat, maka tentu saja harus dilakukan proses *healing* melalui terapi yang lebih khusus (Hafidz, 2022; Muliani, 2019; Mulyati & Nihayah, 2020).

Di dalam tradisi Tarekat Qadiriyyah Naqsyabandiyyah di Pondok Pesantren Suryalaya, telah lama dipertahankan model *healing* untuk menyikapi masalah-masalah kejiwaan tadi, yang bisa disebut sebagai *sufi healing*. *Sufi healing* di dalam madrasah sufi ini tidak hanya difungsikan untuk relaksasi tetapi juga penyembuhan penyakit kejiwaan (*diseases of the heart*) sangat berat yang diakibatkan kekecewaan, kesedihan, atau trauma masa lalu (Hafidz, 2022). Bahkan untuk masalah-masalah kejiwaan yang lebih berat, yaitu sebagaimana para korban penyalahgunaan narkoba dan kenakalan remaja di Pondok Remaja Inabah (Mulyati & Nihayah, 2020). Pondok Remaja Inabah yang dibina oleh Pangersa Abah Anom, yang telah mulai dirintis sejak tahun 1960an, dan diresmikan pada tahun 1970, menerapkan *sufi healing* dengan kurikulum yang sangat khusus. Bukti nyata keberhasilan Pondok Remaja Inabah ini sebagai lembaga *healing* adalah diperolehnya piagam emas *Distinguished Service Awards* dari Perserikatan Bangsa Bangsa (PBB) melalui International Federation of Non-Government Organization (IFNGO) oleh Pangersa Abah Anom di tahun 2009 (Kosasih & Kosasih, 2021).

Ada begitu banyak penelitian berkenaan dengan *Sufi healing*, baik berkenaan dengan ke-TQN-an, juga *healing* yang diselenggarakan di Pondok Remaja Inabah, dengan berbagai perspektif. Dalam catatan Sri Mulyati, khusus di Inabah, terdapat 19 penelitian terhitung sejak

tahun 2002 hingga 2020, yang dilihat dari perspektif pendidikan, psikologi, historis, komunikasi, filsafat, sosiologi, politik, dan sebagainya (Mulyati & Nihayah, 2020). Sejak 2021 hingga 2022 sekarang ini, masih terdapat banyak penelitian lainnya, seperti penelitian Muhajir dan Hasanah, dalam “Metode Dzikir dan Mandi Taubat Sebagai Terapi Pendidikan Bagi Orang Ketergantungan Narkoba” (Muhajir & Hasanah, 2022); Jawade Hafidz, dalam “*The Effectiveness of the Rehabilitation of Islamic Boarding Schools Responsibilities as a Method of Healing of Drug Abuser*” (Hafidz, 2022); Naan, dalam “Epistemologi Sufi: Telaah Literatur atas Definisi Pengobatan Cara Sufi” (Naan, 2018). Namun dari sekian penelitian yang ada, belum terlihat penelitian khusus berkenaan epistemologi sufi *healing*, yang menjadi tujuan utama penelitian ini.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini didasarkan pada kepustakaan dari berbagai literatur, baik buku maupun jurnal. Metode yang digunakan bersifat kualitatif yang menekankan kualitas konsep dan pengertian mendalam berkenaan dengan epistemologi sufi *healing*, utamanya di madrasah TQN Suryalaya. Pisau analisis yang digunakan adalah *content analysis* (penalaran substansial), di dalam menjelaskan dimensi epistemologis sufi *healing* yang berkembang di dalam tradisi TQN Suryalaya, terutama epistemologi dzikir *jahr*, mengingat di dalam tradisi TQN Suryalaya dzikir inilah yang paling sering digunakan sebagai alat *healing*. Dengan demikian diharapkan diperoleh kesimpulan epistemologis yang bersifat objektif-kualitatif yang bisa dijadikan sebagai orientasi sufi *healing*, khususnya bagi pengikut madrasah tarekat ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tradisi Sufi Healing

Epistemologi merupakan merupakan cabang filsafat yang membahas tentang teori pengetahuan, dirumuskan dalam pertanyaan epistemologis, yaitu bagaimana, berkenaan dengan sumber, metode, atau tatacara, sehingga diperoleh bangunan epistemologis yang mengarah pada nilai dan kesimpulan aksiologisnya (A.M.W., 1987, p. 3). Di dalam penelitian ini, kajian epistemologis menekankan pada dimensi metode atau tatacara dari sufi *healing* di TQN Suryalaya.

Membicarakan epistemologi sufi *healing*, tentu saja sebelum itu harus didudukkan terlebih dahulu makna ontologisnya, ke-apa-an, atau takrif dari sufi *healing*, sehingga penggalan epistemologisnya dibangun di atas basis ontologis yang jelas dan tegas.

Sufi *healing*, berasal dari dua kata, yang sufi dan *healing*. Sufi, dari bahasa Arab: *Shufiy*, yaitu orang yang menjalani praktek tasawuf (sufisme). Sedangkan tasawuf merupakan ilmu yang mengkhaskan diri pada dimensi esoterik dan spiritualitas (Rohmanan, 2021); ilmu tentang bagaimana memperhatikan dan menyadari (*'arif, awaring*) keadaan atau pergerakan hati, jiwa (*soul*), ruh (*spirit*), atau pikiran (*mind*), yang selalu berbolak balik antara *ghaflah* (*mindlessness*) dan *hudhur* (*awareness, mindfulness*) (Husnaini, 2016; Mitha, 2019; Mujiburrahman, 2017).

Hati sebagai objek utama (*al-maudhu'*) kajian tasawuf, paling tidak memiliki tiga fungsi utama, yaitu: (1) sebagai gudang batin atau wadah memori, ingatan, atau pikiran (*mahal al-'ilm*), baik pikiran positif atau negatif, pikiran sadar (*conscious mind*) atau bawah sadar (*subconscious mind*); (2) sebagai pengendali keseluruhan diri (*al-mudbirah al-rabbaniyyah*) (Rohmanan, 2021), dan berkerja sesuai kandungan memori di wadah hati tadi; dan (3) sebagai magnet (*attraction*), yang menarik apapun, baik orang, kejadian, peristiwa, bahkan benda, untuk hadir mendekat, dan fungsi hati ini di dalam neurosains populer sebagai hukum ketertarikan (*law of attraction*) (TJ. Hayat, 2021: 86–89).

Hati bila dilihat dari kekuatan yang dikandungnya terbagi menjadi tujuh lapisan, yaitu (1) *shadr*, hati luaran, paling kasar, dan titik berangkat perjalanan hati; (2) *qalb*, hati yang berbolak-balik, ke masa lalu atau ke masa depan; (3) *fu'ad*, hati yang tenang; (4) *syaghaf*, hati yang dipenuhi cinta dan kemesraan; (5) *lubb*, hati yang dipenuhi hikmah dan makrifat; (6) *sirr*, hati yang tenggelam di lautan makrifat; dan (7) *ana*, hati yang tunggal, tetap, benar-benar *hudhur* di kekiniannya, *baqa' bi Allah*, dan merupakan akhir dari perjalanan hati (TJ. Hayat, 2021: 91–103).

Secara historis, tasawuf sebagai pembinaan hati spiritual pada awalnya masih bersifat individual yang dilakukan berdasarkan semangat individu yang melakukannya (Ab, 2011; Rohmanan, 2021). Belum terdapat sistematika dan kurikulum khusus dan konsisten di dalam penyelenggaraannya (Maisyaroh, 2019). Para pendahulu Sufi ini dikenal sebagai penganut tasawuf asketik, yang berkelana (*safar*) dari satu negeri ke negeri yang lain, sebagaimana Nabi Isa, dan mengukuhkan identitas mereka sebagai *al-faqir*, menghabiskan waktu dengan ibadah dan *riyadhah* yang tidak lazim, ekstrim, bahkan terkesan menyiksa diri, seperti tidak makan, tidak minum, dan tidak tidur, dalam jangka waktu yang sangat lama (Sakdullah, 2020). Karena *riyadhah* yang ekstrim itu, tidak heran bila mereka sering mengalami *fana' al-nafs* (lenyap kesadaran diri), dan berhalusinasi, mabok (*sakr*), sehingga merasakan seakan-akan sedang

mengalami penyatuan dengan Tuhan (Hairuddin, 2019). Seperti aliran *al-hubb al-Ilahi (mahabbah)* yang melahirkan puisi mistik dari Rabi'ah al-Adawiyah, misalnya; atau aliran *hulul* (Tuhan mengambil tempat di alam *nasut*) dalam pengalaman mistik al-Hallaj, atau ittihad (penyatuan dengan Tuhan) dalam pengalaman Abu Yazid al-Bustami, merupakan refleksi dari latihan-latihan yang ekstrim tadi (Lubis, 2022; Rohmanan, 2021; Mukhlisin & Al Halim, 2020).

Pada masa berikutnya, ketika tasawuf diorganisir dalam sebuah lembaga tertentu yang disebut tarekat (*thariqah, sufi order*), praktek tasawuf mulai terbimbing secara khusus oleh seorang Guru spiritual, Syaikh, sehingga latihan sufistik dan olah batin tidak lagi seekstrim sebelumnya dan disesuaikan dengan kadar kemampuan para murid (salik), sehingga diperoleh harmoni badan dan batin (Ab, 2011; Maisyaroh, 2019; Ulum, 2020). Dalam hikmah Syaikh Ibnu Athaillah Sakandari, “*Berbedanya amalan para murid disebabkan oleh perbedaan kondisi batin mereka*” (Nafazi, 1988, 47). Di sini peranan Syaikh bagai seorang dokter batin yang mendiagnosa, memberikan obat berdasarkan dosis yang bisa diterima oleh pasiennya, dan menyembuhkannya (Kurdi, n.d., 405).

Berkenaan dengan *healing*, terdapat perbedaan mencolok antara Sufi asketik dengan Sufi tarekat. Di dalam praktek Sufi asketik, bisa dikatakan, hampir seluruh waktu digunakan untuk *healing*, sehingga *healing* seakan menjadi tugas individu tanpa akhir yang diorientasikan untuk *fana' al-kulli fi Allah* (lenyap total di dalam Allah) (Lubis, 2022; Maisyaroh, 2019). Hal ini berbeda dengan Sufi tarekat yang mendudukkan *healing (takhalli)* hanya sebagai proses pendahuluan di dalam tahapan-tahapan pembinaan spiritual, yang menyusul setelahnya *tahalli* (pengindahan, ketenangan batin), *tahaqqul bi al-ikhlah* (teguhnya batin dengan melepaskan) (Arifin, 1990: 322), dan, atau, *tajalli* sempurna (tercerahkan, terlepaskan, *mukhlash*) di dalam pengalaman *baqa' bi Allah* (tetap di dalam Allah) (Rohmanan, 2021; Hairuddin, 2019; Husnaini, 2016).

2. Tradisi Sufi Healing di Madrasah TQN Suryalaya

Syaikh Ahmad Shohibulwafa Tajul Arifin, atau populer dengan Pangersa Abah Anom, merupakan seorang Syaikh Mursyid ke-37 di rangkaian silsilah TQN yang berpusat di Pondok Pesantren Suryalaya. Ajaran utama yang dikandung di dalam TQN adalah dzikir. Di dalam masterpis Beliau, *Miftah al-Shudur*, dzikir merupakan amalan teragung (*akbar*) dari semua amalan yang paling utama (*al-umur al-fadha'il*) (Arifin, 1990, 262).

Terdapat dua macam dzikir yang dikuatkan di madrasah ini, sesuai dengan nisbat dari TQN (Tarekat Qadiriyyah Naqsyabandiyyah) itu sendiri, di mana nisbat Qadiriyyah adalah dzikir *jahr*, sedang nisbat Naqsyabandiyyah adalah dzikir *khafi* (Arifin, 1990, 273).

Untuk bisa mendapatkan dan mengamalkan kedua dzikir TQN ini, seseorang harus mendapatkan izin dari Syaikh yang difasilitasi melalui upacara *talqin* (*ta'lim*) (Arifin, 1990, 281). Setelah *talqin*, kedua dzikir inipun menjadi kewajiban praktis individual yang harus diamalkan di setiap sebakda shalat fardhu, di mana dzikir *jahr* minimal diucapkan sebanyak 165 kali atau lebih (290), sedangkan dzikir *khafi* minimal satu kali tarikan napas yang ditahan sekuatnya (*muhbisan nafasah*) (292).

Di dalam naskah Tanbih, sebuah naskah yang dijadikan standar perilaku *salik*, yang disusun oleh Syaikh Abdulloh Mubarak (Mursyid TQN Suryalaya ke-36), dijelaskan, bahwa kedua dzikir tadi merupakan kunci untuk mendapatkan (*ngahontal*) segala kebaikan zahir dan batin, sekaligus agar terhindar (*nyingkahan*) dari segala keburukan zahir dan batin (Junaedi, 2020).

Di dalam proses *sufi healing*, dzikir yang paling utama (*afdhal*) dan paling memberikan dampak *healing* sangat kuat (*asyadd ta'tsiran*) dari dua bentuk dzikir tadi adalah dzikir *jahr*, yaitu dzikir dengan suara pada kalimat *La ilaha illa Allah* (Arifin, 1990, 263). Syaikh Ahmad Kamsyakanawi juga menjelaskan, bahwa dzikir *jahr* pada kalimat *La ilaha illa Allah* memiliki daya *healing* sangat kuat, tidak hanya mampu membersihkan sifat-sifat jelek kehewan (*radzail al-shifat al-hayawaniyyah*), tetapi juga hingga syirik yang nyata (*al-syirk al-jali*) (Kamsyakanawi, n.d., 173). Dzikir adalah alat *healing* yang paling hebat (Sucipto, 2020).

Namun dalam penjelasan Mulyati dan Nihaya, dzikir bukan satu-satunya alat *healing*, sebagaimana terlihat penyelenggaraannya di lembaga rehabilitasi Pondok Remaja Inabah. Terdapat alat *healing* lainnya, yaitu mandi taubat, shalat-shalat sunnat, dan *khataman*, yang terus menerus dilakukan selama proses *healing* berlangsung di lembaga ini. Dengan alat-alat *healing* ini, korban penyalahgunaan narkoba dan kenakalan remaja yang terhimpun di lembaga ini bisa dipulihkan kembali ke sedia kala; yang sebelumnya stres akut, resah, dan gelisah bagai sapi liar, menjadi lebih lunak, terkendali, dan tenang; yang sebelumnya depresi berat dan ingin bunuh diri, mulai terbuka pandangannya pada hidup yang penuh makna (Mulyati & Nihayah, 2020). Sumbangan kemanusiaan inilah yang mengantarkan Pangersa Abah Anom mencapai puncak reputasi dan prestasi dengan diperolehnya piagam emas *Distinguished Service Awards* dari Perserikatan Bangsa Bangsa (PBB) melalui International Federation of Non-Government Organization (IFNGO) pada tahun 2009 (Kosasih & Kosasih, 2021).

Tentu saja sufi *healing* yang tersedia di madrasah TQN Suryalaya ini tidak dikhususkan bagi para korban penyalahgunaan narkoba dan kenakalan remaja, sebagaimana di Pondok Remaja Inabah, melainkan untuk siapa saja yang ingin terbebaskan atau membersihkan batinnya (hatinya) dari segala kotoran, kilesa, ilusi, *khurafat*, dan *takhayyul*, sehingga mendapatkan ketenangan batin (*thuma 'ninah*) dan pandangan terang (*tabshirah*). Semua berkesempatan untuk melakukan *healing* dengan alat dzikir tarekat ini.

3. Epistemologi Sufi *Healing* Dzikir *Jahr*

Dzikir di dalam TQN Suryalaya merupakan alat epistemologis paling utama untuk *healing*. Pangersa Abah Anom di dalam masterpis Beliau, *Miftah al-Shudur*, menjelaskan bahwa dzikir punya dua tujuan, yaitu: (1) untuk membersihkan *ghaflah* (*mindlessness*, *mind wandering*), karena *ghaflah* akan mengendalkan pada keburukan atau kemaksiatan (Arifin, 1990, 305); dan agar diperolehnya kelanggengan kesadaran kekinian hati bersama Allah (*dawam hudhur al-qalb ma'a Allah*) (307), atau dalam istilah lain bisa disebut sebagai sadar Allah, sadar penuh, *baqa' Billah*, atau *mindfulness* (T. J. Hayat, 2022, 15). Untuk tujuan pertama tadi proses *healing* akan banyak dilakukan, dan alat *healing* paling utama adalah dzikir *jahr*.

Dzikir *jahr* merupakan dzikir yang diucapkan oleh lidah, suara yang jelas (*jahri*), bertenaga (*shaut qawiy*, *powerful*), pukulan yang kuat (*dharb syadid*), dengan memejamkan mata (*mughammidhan 'ainah*), dan menggerakkan kepala, pada kalimat *La ilaha illa Allah*. Gerakan kepala yang mengiringi *La ilaha illa Allah*, di mana ketika mengucapkan *La*, ditarik ke atas dari bawah pusat (*udel*) ke otak di kepala; ketika mengucapkan *ilaha*, diturunkan ke bawah dari otak di kepala ke dada sebelah kanan; dan ketika mengucapkan *illa Allah*, diserongkan ke samping dari dada kanan ke dada kiri, hingga berakhir di *lathifah qalbi* kira-kira dua jari di bawah susu kiri (Arifin, 1990, 268–269).

Informasi tentang tata cara dzikir *jahr* ini dijelaskan lengkap oleh Pangersa Abah Anom di dalam masterpis Beliau. Namun di dalam tradisi tarekat Sufi, khususnya TQN Suryalaya, walaupun cara melakukan dzikir *jahr* ini bisa diketahui dengan membaca dan mendengar, namun dzikir seperti ini termasuk dzikir awam, dzikir yang tidak memberikan banyak faidah pada batin. Ibarat benih, merupakan benih yang tidak sempurna, dan kemungkinan besar tidak akan tumbuh (Arifin, 1990: 281). Oleh karena itu, kalimat dzikir *jahr* dan cara mengamalkannya harus diperoleh dari seorang Syaikh, seorang yang hatinya benar-benar takwa (*taqiy*) dan benar-

benar bersih (*naqiy*) dari apapun selain Allah (264). Karena itu di TQN ada fasilitas khusus yang disebut *talqin* dzikir. *Talqin* merupakan pengajaran dan pembelajaran dzikir dari seorang Syaikh (wakil Syaikh, wakil *talqin*) kepada murid yang ingin belajar dzikir TQN tadi.

Secara epistemologis, dzikir *jahr* berfungsi untuk *nafy* dan *itsbat*. *Nafy* berarti menegasikan (*ankara*), menghilangkan (*azala*), membuang (*nabadza*), atau mengeluarkan (*akhraja*) (Munawwir, 1997: 1450). Sedang *itsbat* berarti mengafirmasi, menetapkan, atau meneguhkan (145).

Fungsi *nafy* dan *itsbat* ini menunjukkan ada proses *healing* di dalam batin yang terus menerus. Proses *nafy* dan *itsbat* ini tidak berkerja terpisah, tetapi sekaligus, beriringan, berjalani bergelindan. Di mana ada proses *nafy*, maka di sana otomatis ada proses *itsbat*, dan hasil dari dua proses ini melahirkan *tsabat* (tetap, terafirmasi). Analoginya seperti seseorang menyapu lantai rumah. Ketika dia sekali menyapu, dia membuang kotoran (*nafy*, negasi) dan sekaligus membersihkan (*itsbat*, afirmasi), dan hasil dari proses ini adalah bersih (*tsabat*) (Penyusun, 2012: 2).

Atau seperti debu di atas sebuah batu besar, di mana seseorang hendak duduk di atasnya. Lalu dia menghembus debu itu dengan mulutnya, sehingga debu itu berterbangan dan batu itupun menjadi bersih, siap untuk menjadi tempat duduk. Di sini, ketika dia menghembus, dia telah melakukan proses *nafy* (negasi), dan pada saat yang bersamaan dia melakukan aktivitas membersihkan, *itsbat* (afirmasi), sehingga diperoleh buahnya, yaitu bersih (*tsabat*).

Demikian juga di dalam proses meng-*healing* atau mendetoksifikasi batin melalui alat dzikir *jahr* pada kalimat *La ilaha illa Allah*, telah terjadi proses *nafy* dan *itsbat* ini. Kunci epistemologis di dalam proses dijelaskan oleh Pangersa Abah Anom di dalam masterpis Beliau, *Miftah al-Shudur* (Arifin, 1990: 269).

وَمِنْ كَلِمَةِ النَّفْيِ يُنْفِي جَمِيعَ وُجُودِ الْمُحَدَّثَاتِ مِنَ النَّظْرِ وَالْإِعْتِبَارِ وَيَنْظُرُهَا نَظْرَ الْفَنَاءِ.

“Dan sebagian maksud kalimat *nafyi* (yakni dzikir *jahr*), yaitu untuk menafikan semua wujud *al-muhaddatsat* yang bentuknya *al-nazhr* dan *al-i'tibar*, dan melihat *al-muhaddatsat* itu dengan pandangan lenyap.”

Terdapat tiga kata kunci epistemologi sufi *healing* di sini, yaitu *al-muhaddatsat*, *al-nazhr wa al-i'tibar*, dan *nazhr al-fana'*. Dengan memahami ketiga kata kunci ini, proses *healing* melalui *nafy* dan *itsbat* akan bisa dipahami secara epistemologis.

Kata *al-muhaddatsat*, dari *haddatsa-yuhadditsu*, berarti *al-mulhamat*, yakni ilham (*inspiration*), yaitu pikiran-pikiran bawah sadar yang bermunculan sendiri di langit pikiran, dan seseorang tidak memiliki kekuatan untuk mengendalikan kemunculannya.

Hanya saja di dalam pengalaman dzikir, ilham dalam wujud *al-muhaddatsat* ini harus dinafikan, dibersihkan, dan dibuang. Kata ini juga seakar dengan kata *hadats*, yang artinya kotoran, dan dalam konteks spiritualitas, kotoran di sini disebut kileasa atau kotoran batin (*mind defilements*) (T. J. Hayat, 2021: 55).

Di dalam hadits Nabi SAW, *al-muhaddatsat* ini disebut juga *hadits al-nafsi*, sebagaimana yang teralami di dalam shalat dalam wujud pikiran yang menyimpang begitu saja, seperti ilham.

مَنْ صَلَّى رَكَعَتَيْنِ لَمْ يَحْدِثْ فِيهِمَا نَفْسُهُ بِشَيْءٍ مِنْ أَمْرِ الدُّنْيَا غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ.

“Siapa yang shalat dua rakaat, batinnya tidak mengilhaminya sesuatupun (tidak memunculkan lintasan pikiran sedikitpun) tentang perkara dunia, akan diampuni dosadosa yang telah lalu.” (HR. Bukhari dan Muslim) (TJ. Hayat, 2021: 56).

عَفِيَ عَنِ أُمَّتِي مَا حَدَّثَتْ بِهِ نَفْسُهَا.

“Dimaafkan atas umatku apa-aoa yang muncul dari *hadits al-nafs* (lintasan lintasan pikiran yang muncul begitu saja) dari batin mereka. (HR. Bukhari) (TJ. Hayat, 2021: 56).

Contoh yang lebih jelas pernah dialami seorang Sahabat yang bernama Utsman bin Mazh'un, saahabat sesusu dengan Nabi SAW, *al-sabiqun al-awwalun*, Ahli badar, juga termasuk Sahabat *muhajirin* pertama yang wafat di Madinah, yaitu di bulan Sya'ban tahun ke-3 Hijriyah.

Utsman bin Mazh'un dikenal sangat giat beribadah, berpuasa di siang hari, menghidupkan malam, juga menjauhi syahwat dan perempuan. Memang bakat ibadahnya sudah terlihat sejak zaman jahiliah, karena ia termasuk sahabat yang anti meminum khamar. Karena rajinnya Utsman bin Mazh'un melakukan olah spiritual, maka teralamilah olehnya *al-muhaddatsat* atau *hadits al-nafsi*. Di dalam sebuah hadits yang diriwayatkan oleh Hakim dijelaskan:

جَاءَ عُثْمَانُ بْنُ مَطْعُونٍ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ وَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، نَفْسِي تُحَدِّثُنِي أَنْ أُطَلِّقَ حَوْلَةَ؟ قَالَ: مَهْلًا، إِنَّ مِنْ سُنَّتِي النَّكَاحُ. قَالَ: نَفْسِي تُحَدِّثُنِي أَنْ أَحِبَّ نَفْسِي؟ قَالَ: مَهْلًا، خِصَاءُ أُمَّتِي دُؤُوبُ الصِّيَامِ. قَالَ: نَفْسِي تُحَدِّثُنِي أَنْ أَتْرَهَّبَ؟ قَالَ: مَهْلًا، رَهْبَانِيَّةُ أُمَّتِي الْجِهَادُ وَالْحُجُّ. قَالَ:

نَفْسِي تُحَدِّثُنِي أَنَّ أَتْرَكَ اللَّحْمَ؟ قَالَ: مَهْلًا، فَإِنِّي أُحِبُّهُ، وَلَوْ أَصَبْتُهُ لَأَكَلْتُهُ، وَلَوْ سَأَلْتُ اللَّهَ
لَأَطَعَمَنِيهِ.

“Utsman bin Mazh’un datang kepada Rasulullah dan bertanya, ‘Ya Rasulullah, batinku mengilhamiku untuk menceraikan Khaulah?’, Nabi SAW menjawab, ‘Tenang, sesungguhnya sebagian dari sunnahku adalah nikah.’ Utsman bertanya lagi, ‘Batinku mengilhamiku untuk mengebiri diriku?’, Baginda SAW menjawab, ‘Tenang, pengebirian umatku adalah melanggengkan puasa.’ Utsman bertanya lagi, ‘Batinku mengilhamiku untuk melakukan kerahiban?’, Baginda SAW menjawab, ‘Tenang, kerahiban umatku adalah jihad dan haji.’ Utsman bertanya lagi, ‘Batinku mengilhamiku untuk meninggalkan makan daging?’ Baginda SAW menjawab, ‘Tenang, karena sesungguhnya aku menyukainya; andai aku mendapatkannya, aku akan memakannya; andai aku meminta kepada Allah, niscaya Dia akan memberikan makanan daging kepadaku.’ (HR. Hakim) (TJ. Hayat, 2021: 57–58).

Kemudian, kandungan *al-muhaddatsat* tadi ada dua, yaitu *al-nazhr* dan *al-i’tibar*. Kata *nazhr*, artinya memandang (Munawwir, 1997: 1433), dan memandang selalu ke depan. Bila dihubungkan dengan *al-muhaddatsat* tadi, maka *al-nazhr* berarti pikiran-pikiran yang kemunculannya seperti ilham dari masa depan, seperti pikiran tentang janji, rencana, program, cita-cita, dan sebagainya. Sementara *al-i’tibar* adalah kebalikannya, karena memang kata ini untuk menunjukkan sejarah masa lalu untuk diambil pelajarannya (Munawwir, 1997: 888). Pikiran masa lalu ini akan sering muncul di dalam pengalaman dzikir bila di batin masih menyimpan memori kecewa, trauma, kemarahan, dan sebagainya di gudang hati bawah sadarnya.

Kotoran-kotoran batin ini, bila dilihat dari kekuatannya, bisa juga dikalisifikasi menjadi tiga, yaitu: (1) kotoran sakit hati dan trauma; (2) kotoran yang bersifat intelektual; dan (3) kotoran yang bersifat ilusi (TJ. Hayat, 2021: 112–121).

Terdapat beberapa ciri khas sangat kuat dari kotoran batin, yaitu: (1) wujudnya seringkali berupa memori negatif; (2) kemunculannya seperti ilham; (3) memori tersebut menggelisahkan; (4) memunculkan psikosomatik di badan;¹ dan (5) mengganggu kekinian (TJ. Hayat, 2021: 60–67).

Berdasarkan penjelasan di atas, apapun pikiran-pikiran yang muncul di langit pikiran di dalam proses *healing* melalui dzikir *jahr*, maka semua itu merupakan *al-muhaddatsat* (*hadits al-nafs, mind defilments*), yang harus dinafikan, dinegasikan, dibersihkan, dan dibuang. Walaupun ilham-ilham atau pikiran-pikiran yang muncul dari batin bawah sadar itu bagus dan positif, yang kelihatannya seperti gagasan-gagasan cemerlang, atau sebagaimana yang dialami Utsman bin

¹ (Hafidz, 2022) Menurutnya psikosomatik disebabkan oleh kotoran hati (*diseases and impurities of the heart*) yang kemudian dilempar ke badan.

Mazh'un tadi, tetapi karena kontradiksi dengan tujuan dzikir, yaitu agar batin tidak *ghaflah* (menyimpang dari kekinian [*hudhur, presence*]), maka semua itu dianggap sebagai *al-muhaddatsat* yang harus dinafikan. Inilah sikap yang dicontohkan di dalam sabda Baginda Nabi SAW tadi, dan yang diteguhkan oleh Pangersa Abah Anom. Syaikh Zainuddin Ali al-Syafi'i menegaskan, hendaknya seseorang tidak sibuk dan melayani *hadits al-nafs*, karena akan mengeraskan hati (Nawawi, n.d.:26).

Kemudian, bagaimana proses kemunculan ilham-ilahm yang merupakan kotoran batin ini dilangit pikiran ketika proses *healing* dzikir *jahr*? Pertama, seseorang hanya perlu memperbanyak dzikir *jahr*, dan dalam kondisi tertentu, seorang *healer* akan mengalami kondisi trans (*half consciousness*), yaitu kondisi antara tidur dan jaga, maka gudang batin akan terbuka lebar, sehingga kotoran-kotoran batin yang tersimpan di dalamnya akan berkeluaran dengan sendirinya, tumpah di langit pikiran (TJ. Hayat, 2021: 93).

Setelah disadari adanya kotoran batin dalam wujud memori-memori bawah sadar (*al-muhaddatsat*) di langit pikiran, maka seorang *healer* tentu saja harus bersedia untuk melakukan proses *healing* untuk membersihkan dan membuangnya. Ini proses selanjutnya yang terkandung dalam kata *nazhr al-fana'*.

Nazhr al-fana' berarti pandangan lenyap atau pandangan hancur (Munawwir, 1997: 1075). Artinya, ketika seorang pedzikir (*healer*) melihat adanya kotoran batin (*al-muhaddatsat*) di langit pikirannya, maka yang harus dia lakukan adalah hanya melihatnya, atau hanya memandangnya, maka dengan cara seperti ini, memori yang seperti ilham yang merupakan kotoran batin tadi akan lenyap atau hancur (*fana'*) dengan sendirinya.

Pandangan lenyap (*nazhr al-fana'*) ini disebut juga dengan pandangan makrifat (*ma'rifah*), seperti di dalam hadits Baginda Nabi SAW yang disebutkan oleh Syaikh Abdul Qadir Jilani di dalam *Sirr al-Asrar* (Al-Jilani, n.d.: 63–64):

الْعَالِمُ يُنْقِشُ وَالْعَارِفُ يَصْقِلُ.

“Seorang *'alim* (intelekt) mengukir (pengetahuan di hatinya), sedangkan seorang *'arif* (*aknower*), membersihkan (batinnya).”

Hadits ini merupakan argumentasi *nazhr al-fana'* tadi, namun dengan istilah yang berbeda. Di dalam kitab *Miftah al-Shudur* istilah yang digunakan adalah *nazhr* (memandang), sedangkan dalam hadits dengan istilah *'arif* (mengetahui). Walau istilahnya berbeda, namun cara kerjanya sama, hanya memandang, atau hanya *'arif* (mengetahui), maka yang dipandang atau yang diketahui akan lenyap (*fana'*) dan bersih (*yushaqqil*) dengan sendirinya.

Hanya saja di sini terdapat dua istilah yang seperti identik, sebagaimana di dalam hadits tadi, yaitu *'alim* dan *'arif*, karena di dalam terjemahan bahasa Indonesia kedua kata ini mengandung makna yang sama, yaitu orang yang mengetahui. Padahal kedua kata ini secara praktis sangat berbeda maknanya, dan akan semakin terlihat ketika kedua kata ini di-*mashdar*-kan, yaitu *al-'ilmu*, artinya ilmu atau sains, sedang *al-ma'rifah* artinya pengetahuan. Bila *al-'ilm*, adanya proses berpikir epistemologis, dengan cara memikirkan atau menganalisis suatu objek ilmu tertentu, sehingga diperoleh konklusinya, apakah menerimanya (termasuk di dalamnya netral) atau menolaknya. Adapun *ma'rifah* berhenti hanya di “mengetahui”, berhenti di titik gnosis. Dengan demikian, seorang *'arif*, artinya hanya mengetahui, titik; hanya sampai di sini. Ketika “mengetahui” ini kebablasan, keterusan, sehingga terjadi proses berpikir, menilai, merespon, menganalisis, hingga memberikan kesimpulan, maka ini disebut berpikir *'ilmiyah*, dan ini sudah bukan *wilayah al-ma'rifah ('arif)* lagi, tetapi wilayah *al-'ilm ('alim)*.

Oleh karena itu, ketika seorang mampu hanya *'arif*, hanya mengetahui, hanya menyadari, atau hanya memandang, artinya batin bersifat pasif, pikiran ilmiah yang suka berpikir, menilai, dan menganalisis tidak aktif, maka pandangan lenyap atau pandangan makrifat tadi akan bisa berkerja maksimal membersihkan atau meng-*healing* batin, sehingga kotoran batin dari pikiran masa lalu dan masa depan yang muncul di langit pikiran akan lenyap dan bersih dengan sendirinya.

Berdasarkan penjelasan di atas, proses sufi *healing* harus mengandung tiga anasir *healing*, yaitu: (1) dzikir *jahr*, sebagai alat *healing*; (2) kotoran batin yang akan di-*healing*, yaitu *al-muhaddatsat*, dari pikiran masa lalu dan masa depan; dan (3) cara membersihkannya, yaitu *nazhr al-fana'* (pandangan lenyap).

Hanya saja proses epistemologis *healing* sufi ini tidak mudah dilakukan, sebagaimana di lembaga rehabilitasi Pondok Remaja Inabah, atau bagi orang-orang yang mengalami trauma. Hal ini disebabkan kotoran batin yang terlalu kuat dan dominan, sehingga sangat sulit untuk membangkitkan kesadaran mereka di dalam proses *nazhr al-fana'*. Bahkan, ketika mereka mencoba untuk memandang dan menyadari kotoran batin yang muncul, justeru disusul dengan pengalaman psikotomatik yang sangat parah di sekujur badan. Hal ini disebabkan adanya penolakan dari batin bawah sadar untuk merilis dan membuang memori negatif dominan itu yang mengendap di gudang batin bawah sadar.

Sebagai contoh, seseorang yang baru saja putus dan dikhianati oleh kekasih yang sangat dicintainya, maka otomatis dia akan menyimpan memori sakit hati di gudang batinnya. Memori sang kekasih otomatis menjadi kotoran batinnya yang sangat kuat dan dominan. Karena itu, ketika dia ingin melakukan *healing* dengan dzikir *jahr*, hingga sampai ke kondisi trans, lalu

gudang batin terbuka lebar, maka otomatis memori sang kekasihnya akan muncul begitu saja di langit pikirannya. Tentu saja kemunculan memori negatif (*impurities of the heart*) ini akan sangat menggelisahkan, dan juga akan memunculkan psikosomatik sangat parah (*psychosomatic disease*) di badan (Hafidz, 2022). Hal ini karena batinnya masih menolak kehadiran memori kekasihnya itu, atau dengan kata lain, dia belum bersedia untuk memaafkan kesalahan sang kekasih dan merilis memorinya dari gudang batinnya. Karena itu, dalam kondisi seperti ini tidak mudah baginya untuk membangun kesadaran dan melakukan proses *nazhr al-fana'*. Dalam kasus seperti ini proses sufi *healing* biasanya tidak melibatkan *nazhr al-fana'* terlebih dahulu, melainkan cukup dengan dzikir yang sebanyak-banyaknya, dan membiarkan proses *healing* mengalir sebebas-bebasnya.

Ini artinya, berdasarkan klasifikasi kotoran batin tadi, untuk trauma *healing*, untuk kotoran-kotoran batin yang berat dan dominan, proses *healing* diserahkan penuh pada kekuatan dzikir, tanpa melibatkan kekuatan kesadaran melalui proses *nazhr al-fana'*. Adapun untuk klasifikasi kotoran batin yang lebih ringan dan halus, yaitu kotoran intelektual dan ilusi, barulah proses *healing* melalui kekuatan kesadaran *nazhr al-fana'* bisa dilakukan.

Bila didalami secara lebih mendalam di dalam kitab *Miftah al-Shudur*, dzikir *jahr* merupakan dzikir yang kasar, dan sangat berbeda dengan dzikir *khafi* yang halus dan lembut. Kekasaran dzikir *jahr*, karena dzikir ini tidak hanya disuarakan dengan *jahri*, tetapi juga diikuti dengan gerakan kepala, bahkan diikuti juga dengan tarian di seluruh badan. Ternyata hal ini sangat berkaitan erat dengan sufi *healing* untuk masalah-masalah yang bersifat traumatis

Di dalam anasir dzikir *jahr* yang telah dijelaskan sebelumnya, yaitu suara yang *jahri*, dan tarian di kepala yang juga diikuti seluruh badan, yang mengikuti kalimat *La ilaha illa Allah*, akan bisa membentuk musik dan irama yang harmoni dan estetik. Anasir dzikir *jahr* ini mengandung hikmah *healing*, terutama bagi kasus-kasus kejiwaan yang berat dan traumatis. Dengan keindahan estetik dzikir *jahr* ini, batin menjadi tidak terlalu gelisah, badan menjadi tidak menanggung beban psikosomatik yang terlalu berat, karena tersentuh oleh musik dan irama dzikir *jahr*. Dengan demikian, proses *healing* pun bisa diselenggarakan dengan lebih lama dan berdampak (*asyadd ta'tsirah*).

SIMPULAN

Epistemologi sufi *healing* menjelaskan adanya proses *healing* yang bertahap yang dilakukan oleh para sufi, terutama di TQN Suryalaya binaan Syaikh Ahmad Shohibulwafa Tajul

Arifin (Pangersa Abah Anom). Alat *healing* yang paling utama adalah dzikir *jahr*, yang mengandung anasir suara dan tarian kepala yang kadang diikuti dengan tarian seluruh badan pada kalimat *La ilaha illa Allah*. Dengan alat ini seorang *healer* akan mudah masuk ke kondisi trans, sehingga gudang batin terbuka lebar, dan *al-muhaddatsat*, yang merupakan kotoran batin terpendam, akan bermunculan sendiri di langit pikiran. Ketika kotoran batin sudah terlihat, maka selanjutnya membersihkannya dan membuangnya dengan kekuatan kesadaran (*al-ma'rifah*) melalui metode *nazhr al-fana'* (pandangan lenyap). Hanya saja cara tidak mudah dilakukan bila kotoran batin terlalu kuat dan dominan, seperti kotoran-kotoran sakit hati dan traumatis. Adapun untuk kotoran batin yang lebih halus dari itu, seperti kotoran intelektual dan ilusi, kekuatan kesadaran melalui *nazhr al-fana'* bisa diterapkan untuk meng-*healing* dan membersihkan batin. Dengan berhasilnya proses sufi *healing* ini, batin menjadi lebih tenang, pandangan menjadi lebih terang. Implikasi teoretik dari riset ini ialah penegasan bahwa jalan tarekat bisa dikaitkan dengan disiplin ilmu psikologi dan medis.

DAFTAR PUSTAKA

- Ab, Z. (2011). Sejarah Perkembangan Tasawuf. *Substantia: Jurnal Ilmu-Ilmu Ushuluddin*, 13(2), Article 2. <https://doi.org/10.22373/substantia.v13i2.4828>
- Aisa, A., Hasanah, I., Hasanah, U., & Wahyuningrum, S. R. (2021). Self-Healing untuk Mengurangi Stres Akademik Mahasiswa saat Kuliah Daring. *Pamomong: Journal of Islamic Educational Counseling*, 2(2), Article 2. <https://doi.org/10.18326/pamomong.v2i2.136-153>
- Al-Jilani, A. Q. (n.d.). *Sirr al-Asrar fima Yahtaj Ilaih al-Abrar*. Mathba'ah Bahiyyah.
- A.M.W., P. (1987). *Epistemologi Dasar: Suatu Pengantar*. Centre for Strategic and International Studies (CSIS).
- Annisa Mutoharoh. (2022). Self Healing: Terapi atau Rekreasi ? *JOUSIP: Journal of Sufism and Psychotherapy*, 2(1), 73–88. <https://doi.org/10.28918/jousip.v2i1.5771>
- Arifin, A. S. T. (1990). Thoreqat Qodoriyah Naqsabandiyyah: Sejarah, Asal Usul, dan Perkembangannya. In *Miftah al-Shudur li al-Tabarruk fi Thariq al-Rabb al-Ghafur* (2nd ed.). IAILM Suryalaya.
- Hafidz, J. (2022). The Effectiveness of the Rehabilitation of Islamic Boarding Schools Responsibilities as a Method of Healing of Drug Abuser. *Jurnal Daulat Hukum*, 5(2), Article 2. <https://doi.org/10.30659/jdh.v5i2.19310>

- Hairuddin, H. (2019). Puncak Kulminasi dalam Dunia Tasawwuf: Sebuah Kajian Sufistik. *Jurnal Ilmiah AL-Jauhari: Jurnal Studi Islam dan Interdisipliner*, 4(1), 194–218. <https://doi.org/10.30603/jiaj.v4i1.830>
- Hayat, T. J. (2021). *Sufi Healing Dzikir Jahr Bebas Trauma Ala Sufi* (1st ed.). Syirarpedia.
- Hayat, T. J. (2022). *Meditasi Tawajjuh: Latihan Konsentrasi dan Keteguhan Batin*. CV. Putra Surya Santosa.
- Hayat, TJ. (2021). *Terapi Dzikir: Epistemologi Healing Sufi* (1st ed.). Guepedia.
- Husnaini, R. (2016). Hati, Diri dan Jiwa (Ruh). *Jaqli: Jurnal Aqidah dan Filsafat Islam*, 1(2), Article 2. <https://doi.org/10.15575/jaqfi.v1i2.1715>
- Junaedi, J. (2020). Tarekat Da'wah through the Islamic Educational Institutions at Pesantren Suryalaya. *Ilmu Dakwah: Academic Journal for Homiletic Studies*, 14(2), Article 2. <https://doi.org/10.15575/idajhs.v14i2.10708>
- Kamsyakanawi, D. A. (n.d.). *Jami' al-Ushul fil Awliya'*. Mathba'ah Haramain.
- Kosasih, F., & Kosasih, E. (2021). Kepemimpinan Inabah dalam Meningkatkan Peran Pelayanan terhadap Korban Napza Melalui Tarekat Qodiriyah Naqsabandiyah. *Tsaqafatuna*, 3(2), 77–94. <https://doi.org/10.54213/tsaqafatuna.v3i2.83>
- Kurdi, M. A. (n.d.). *Tanwir al-Qulub fi Mu'amalah 'Allam al-Ghuyub*. Makatib Syahirah.
- Lubis, A. H. (2022). Pendekatan Mistisisme Dalam Pengkajian Islam. *Al Irsyad: Jurnal Studi Islam*, 1(2), Article 2. <https://doi.org/10.54150/alirsyad.v1i2.94>
- Maisyaroh, M. (2019). Tasawuf sebagai Dimensi Batin Ajaran Islam. *At-Taqfir*, 12(2), 141–151. <https://doi.org/10.32505/at.v12i2.1243>
- Mitha, K. (2019). Sufism and Healing. *Journal of Spirituality in Mental Health*, 21(3), 194–205. <https://doi.org/10.1080/19349637.2018.1464423>
- Muhajir, M., & Hasanah, H. (2022). Metode Dzikir dan Mandi Taubat Sebagai Terapi Pendidikan Bagi Orang Ketergantungan Narkoba. *Proceeding Annual Conference on Islamic Education*, 2(1), Article 1. <http://acied.pp-paiindonesia.org/index.php/acied/article/view/95>
- Mujiburrahman, M. (2017). Perjumpaan Psikologi dan Tasawuf Menuju Integrasi Dinamis. *TEOSOFI: Jurnal Tasawuf Dan Pemikiran Islam*, 7(2), Article 2.
- Mukhlisin, A., & Al Halim, A. A. (2020). Ajaran Tasawuf Abu Yazid Al-Busthami. *Al-Munqidz : Jurnal Kajian Keislaman*, 8(1), 41–62. <https://doi.org/10.52802/amk.v8i1.179>

- Muliani, N. (2019). Trauma Healing Bencana Perspektif Islam dan Barat (Sufi Healing dan Konseling Traumatik). *Jurnal Al-Irsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 1(2), Article 2.
- Mulyati, S., & Nihayah, Z. (2020). Sufi Healing in Indonesia and Malaysia: An updated Study of Rehabilitation Methods practiced by Qadiriyya Naqshbandiyya Sufi Order. *ESOTERIK*, 6(1), 1. <https://doi.org/10.21043/esoterik.v6i1.7085>
- Munawwir, A. W. (1997). *Munawwir: Kamus Arab Indonesia*. Pustaka Progresif.
- Muslaini, R., & Sofia, N. (2020). Efektivitas Terapi Zikir terhadap Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) pada Penyintas Tsunami Palu. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 3(2), Article 2. <https://doi.org/10.15575/jpib.v3i2.8749>
- Naan, N. (2018). Epistemologi Sufi: Telaah literatur atas definisi Pengobatan cara sufi. *Jaqfi: Jurnal Aqidah dan Filsafat Islam*, 3(1), Article 1. <https://doi.org/10.15575/jaqfi.v3i1.9552>
- Nafazi, I. A. (1988). *Al-Hikam al-'Atha'iyah li Ibni Athaillah al-Sakandari* (1st ed.). Muassasah al-Ahram.
- Nawawi, M. (n.d.). *Syarh Qami' al-Thughyan*. Dar al-'Ilm.
- Penyusun. (2012). *Kumpulan Kuliah Subuh Sesepuh Pondok Pesantren Suryalaya*. Ponpes Suryalaya dan PT. Murawwamah Warohmah.
- Rohmanan, M. (2021). Konsep Tasawuf Al-Ghazali dan Kritiknya Terhadap Para Sufi (Telaah Deskriptif Analitis). *JASNA: Journal For Aswaja Studies*, 1(2), Article 2. <https://doi.org/10.34001/jasna.v1i2.2206>
- Sakdullah, M. (2020). Tasawuf di Era Modrnitas: Kajian Komperhensif Seputar Neo-Sufisme. *Living Islam: Journal of Islamic Discourses*, 3(2). <https://doi.org/10.14421/lijid.v3i2.2504>
- Soleh, H. (2016). Doa dan Zikir dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosi. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 2(1). <https://doi.org/10.19109/psikis.v2i1.1055>
- Sucipto, A. (2020). Dzikir as a Therapy in Sufistic Counseling. *Journal of Advanced Guidance and Counseling*, 1(1), Article 1. <https://doi.org/10.21580/jagc.2020.1.1.5773>
- Ulum, M. (2020). Pendekatan Studi Islam: Sejarah Awal Perkenalan Islam dengan Tasawuf. *Al-Mada: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 3(2), Article 2. <https://doi.org/10.31538/almada.v3i2.632>