

# **Jenis-Jenis Nafsu dan Pengelolaannya Dalam Al-Qur'an**

*By Prof. Dr. H.A. Ya'qub Matondang, MA.*

*Universitas Medan Area*

*6 Maret 2018*

***Buletin Taqwa Universitas Medan Area Periode Februari 2019***

*Assalaamu'alaikum warahmatullaahi wabarakaatuh.*

Perlu kita samakan persepsi lebih dulu bahwa *An-Nafs* itu berbeda dengan *Al-Jasad*. Kalau *Al-Jasad* itu tubuh kasar kita, fisik kita. sedangkan yang dimaksud dengan *An-Nafs* di sini adalah diri yang bahagian dalam, *inner* dari *Al-Insan* itu. Jadi ada manusia dari bentuk fisiknya, tapi ada manusia dari bahagian dalamnya. Al-Qur'an membicarakan *An-Nafs* ini dalam berbagai ayat. Kalau dihimpun keseluruhannya diadakan pembahagian atau taksonominya itu ada tiga bentuk *An-Nafs*.

Yang pertama, *An-Nafsul Muthmainnah*. Ini adalah diri, bagian dalam manusia itu yang tenang. Ketenangannya itu karena mendapat ridho Allah Swt. Sehingga apapun yang dilakukannya di dalam kehidupan ini adalah sejalan dengan prinsip-prinsip yang ada di dalam *Diinul Islam*. Baik itu terkait dengan masalah *aqidah*, demikian juga ibadah, *muamalah*, dan *akhlaq*. Ini semua mengacu pada tuntunan Al-Qur'an dan *As-Sunnah*, sehingga ia memiliki kehidupan yang nyaman, baik dalam kehidupan duniawi, demikian juga ukhrawi. Ia berbuat secara benar, bertindak jujur, ia melakukan amanah, ia melakukan semua *Akhlaqul Kariimah*. Kehidupannya tidak was-was, ia yakin betul tentang apa yang terjadi di muka bumi ini adalah atas kehendak dari Allah Swt.

Di dalam Al-Qur'an surat Al-Fajr ayat 27-28 disebutkan yang artinya, "*Wahai diri yang tenang, kembalilah kepada Tuhanmu secara rela (tidak membantah, tidak membangkang, pasrah) dan diridhoi oleh Allah Swt. Masuklah kamu ke dalam hamba-hambaKu, dan masuklah kamu ke dalam surgaKu.*" Ini kalau kita banding dengan jasad sebagai tubuh kasar atau fisik manusia, ini manusia yang memiliki sehat jasmaninya. Tidak sakit, tapi ia memiliki kesehatan prima yang tidak diganggu oleh berbagai penyakit.

Yang kedua, disebut dengan *An-Nafs Al-Lawwaamah*. Dalam surat Al-Qiyamah dijelaskan yang artinya, "*Aku bersumpah dengan hari Kiamat. Dan Aku bersumpah demi jiwa yang selalu menyesali (dirinya sendiri). Apakah manusia mengira bahwa Kami tidak akan*

*mengumpulkan (kembali) tulang-belulanginya? (Bahkan) Kami mampu menyusun (kembali) jari-jemarinya dengan sempurna.” Lawwaamah ini dari arti bahasa yaitu selalu melakukan cercaan. Ini berarti diri yang melakukan penyimpangan, tapi apabila diri ini melakukan penyimpangan ia masih mampu untuk menerima nasihat. Ia mampu menerima masukan-masukan yang bisa kembali menyetatkan nafsnya dari penyimpangan itu. Karenanya, orang yang memiliki An-Nafs Al-Lawwaamah, ia menyadari apabila ia melakukan penyimpangan, ia menerima An-Nasiihah dari pihak manapun. Sepanjang An-Nasiihah itu merupakan ajakan di dalam Diinul Islam, Ad-Diin An-Nasiihah.*

Yang ketiga, disebut *An-Nafs La Ammaarotun Bissuu'*, diri yang amarah *Bissuu'*. Yang selalu mengajak kepada kejahatan, mengajak kepada penyimpangan, mengajak kepada keingkaran dan kemaksiatan. Diri yang seperti ini sebenarnya akan mendapat ganjaran yang negatif dalam kehidupan dirinya. Ia akan melakukan berbagai bentuk penyimpangan, baik penyimpangan kalbu, dalam gerakan kalbunya, gerakan lisannya, demikian juga dalam gerakan anggota badannya.

Al-Qur'an surat Yusuf ayat 53 menjelaskan kepada kita yang artinya, “*Karena sesungguhnya nafsu itu selalu mendorong kepada kejahatan, kecuali (nafsu) yang diberi rahmat oleh Tuhanku.*” *Ammaarah Bissuu'* ini kecuali yang dirahmati oleh Allah Swt, yang disayangi oleh Allah Swt. Karena itu dalam pengelolaan *An-Nafs*, kita bersandar kepada kasih sayang dari Allah Swt. Kita tetap melakukan *At-Tadzkiyyah*, pembersihan terhadap *An-Nafs* dengan banyak zikir kepada Allah. Membaca Al-Qur'an serta membiasakan diri dengan *Al-Akhlaq Al-Kariimah* dalam kehidupan keseharian kita. Mudah-mudahan bermanfaat untuk kita semua.

*Wassalaamu 'alaikum warahmatullaahi wabarakaatuh.*