

Nasihat untuk sedar akan perjuangan melawan nafsu

- Adalah lumrah manusia untuk berterima kasih kepada barangsiapa yang bermurah hati. Renungkan dan pertimbangkan nikmat yang zahir dan tersirat yang dikurniakan Allah. Semua makhluk Tuhan tidak boleh memberi sedikitpun kurniaan yang sebesar ini.
- Lihatlah udara yang kita hirup setiap saat dan kewujudan kita dan makhluk lain yang bergantung kepada udara tersebut. Tiada sesuatupun yang akan hidup jika tiada udara walaupun beberapa minit. Alangkah besarnya nikmat Allah ini! Jikalau seluruh umat manusia di dunia ini bekerja keras untuk mencipta kurniaan ini, mereka pasti akan gagal untuk menciptanya. Dalam keadaan yang sama, renungkan nikmat Allah yang lain, seperti pancaindera penglihatan, pendengaran, rasa, bau dan sentuhan dan juga pancaindera dalaman seperti daya fikiran, daya imaginasi serta keupayaan membuat kesimpulan, setiap satunya membawa faedah yang tiada batasan yang dikurniakan oleh Tuhan. dialah Pencipta dan Pemerintah sekalian alam. Manusia, satu makhluk kerdil yang berpijak di atas salah satu planet terkecil sekalipun gagal untuk menguasai kandungan dalam dunia kecilnya sendiri, di mana matahari mereka tidak boleh dibandingkan dengan jutaan matahari galaksi lain. Sistem solar kita tiada hebatnya jika dibandingkan dengan beberapa sistem solar yang lain, yang mana dunia kita masih bergantung pada kajian-kajian peneroka-peneroka hebat. Lihatlah pada otak manusia- betapa menakjubkan ciptaan ini! Bolehkah kerjasama tenaga manusia dapat mencipta satu neuron yang hidup (sel otak) yang Allah ciptakan dan masih menciptakannya sepanjang masa!? Pastinya otak kurniaan Allah ini perlu dipenuhi dengan fikiran-fikiran dan idea yang mengilhamkan dan bukan dipenuhi dengan fikiran durjana!
- Setiap makhluk yang hidup di alam semesta ini berada di bawah pemerhatiannya, jadi ingatlah Tuhan dan segala nikmat yang dikurniakan dan jangan sesekali ingkar perintahNya. Dia memenuhi keperluan kita tanpa memerlukan kasih sayang kita. Walau kita mentaati atau mengingkari perintahNya, ia tidak membawa apa-apa perbezaan padaNya. Adalah demi kebaikan kita, kita disuruh berbuat baik dan meninggalkan kejahatan. Atasi semua fikiran syaitan dan tukarkan fikiran itu kepada yang baik dengan mengeluarkan kuasa anasir jahat dan membiarkan hanya perkara yang baik memenuhi diri, supaya Allah dapat membantu dan melindungi daripada bahaya yang mengundang kepada pergelutan ini. Jangan mengharapkan bantuan sesiapa kecuali Allah. Dengan rasa yang penuh rendah hati dan titisan air mata, berdoalah kepada Allah dan carilah bantuan daripadaNya agar dapat berjaya dalam peperangan dalam diri.

Kesimpulannya:

- Imam Ali (a) berkata : “Barangsiapa yang bergelut dengan dirinya sendiri untuk mentaati Allah, dia adalah seperti syahid di sisi Allah [Al-Amidi, *Ghurar ul Hikam wa Durar ul Kalim*, hadith # 3546]

Untuk maklumat lanjut tentang Islam sebenar, layari:

<http://al-islam.org/faq/>

Demi diri manusia dan Yang menyempurnakan kejadiannya serta mengilhamkannya untuk mengenal jalan yang membawanya kepada kejahatan dan yang membawanya kepada bertaqwa. Sesungguhnya beruntunglah orang yang mensucikan jiwanya.

(Qur'an, 91: 7-9)

Imam Ja'far al Sadiq (a) berkata: “Rasulullah telah menghantar seangkatan tentera ke medan perang. Sekembalinya mereka dengan kemenangan, baginda (s) berkata: “Allah merahmati sesiapa yang telah melaksanakan jihad kecil dan yang akan melaksanakan jihad besar.” Apabila ditanya, “Apakah itu jihad besar?” Rasulullah (s) berkata menjawab: Jihad besar itu adalah perjuangan melawan nafsu.”

[Al-Majlisi, *Bihar al-Anwar*, jilid 19, ms. 182, hadith no. 31]

Sifat Terpuji ...

Perjuangan melawan Nafsu *(jihad al-nafs)*

Jiwa seorang insan ialah tapak pergelutan dua kuasa yang berlawanan. Kuasa Tuhan memikat insan ke arah kerohanian dan mengilhamkannya untuk berbuat baik. Kuasa syaitan pula menggoda ke arah alam kejahatan dan mempengaruhi perlakuan jahat. Apabila kuasa Tuhan menang, insan tampil baik dan dirahmati, berada di kalangan para Nabi, wali dan anbiya. Namun jika kuasa syaitan menguasai, insan menjadi derhaka dan kejam serta digolongkan bersama kafir, penindas, orang yang melakukan kesalahan dan dilaknati.

Apakah perjuangan melawan nafsu?

Jihad al-nafs ialah perjuangan menentang idea durjana, keinginan, perasaan nafsu berahi, amarah dan imaginasi yang keterlaluan dengan menempatkannya di bawah kekuasaan iman dalam usaha mematuhi perintah Allah, dan mengeluarkan semua pemikiran dan pengaruh syaitan tersebut dari jiwa. Perjuangan ini dianggap sebagai perjuangan besar (jihad al-akbar) kerana ia adalah lebih sukar daripada berjuang di medan perang. Untuk berjuang menentang nafsu, seseorang perlu melawan musuh yang berada dalam diri sendiri. Ajaran Islam menunjukkan bahawa barangsiapa yang berjaya dalam perjuangan ini, darjatnya melebihi malaikat. Barangsiapa yang gagal, darjatnya lebih rendah daripada darjat binatang dan boleh dikategorikan dalam kelompok kejahatan iaitu syaitan.

Langkah-langkah perjuangan melawan nafsu

□ Langkah 1: Muhasabah diri: Seseorang itu perlu meluangkan masa setiap hari untuk merenung tanggungjawabnya terhadap Allah, siapa yang menciptakannya di muka bumi ini, menganugerahkannya jasad dan akal fikiran, dan memperlengkapkan dirinya dengan pelbagai keupayaan dan kecerdikan, semuanya adalah untuk kesenangan hidup di dunia ini. Allah juga telah mengutuskan rasul dan kitab suciNya sebagai petunjuk dan panduan. Tujuan hidup ini dan sebab anugerah ini adalah lebih mulia berbanding keinginan dan niat durjana yang bersifat sementara. Pintu maut boleh terbuka bila-bila masa. Dunia ini adalah tempat untuk melakukan amalan baik yang hasilnya membawa kebahagiaan yang kekal abadi. Seorang insan haruslah merenung akan nasib dan kelemahannya di tangan masa dan usia yang berlalu. Dia harus kesal atas kehilangan banyak masa serta amalan buruk yang telah dilakukan yang mana akan memalukannya di hari perhitungan. Bermulalah perjuangan dalam diri dengan memohon bantuan Allah supaya diberi harapan, keikhlasan dan kekuatan untuk melawan kecenderungan ke arah pengaruh dan fikiran syaitan, seterusnya melangkau kemewahan duniawi.

□ Langkah 2: Azam dan tekad: Keazaman yang kuat adalah intipati kemanusiaan dan keperluan asas untuk mendapatkan kebebasan daripada pengaruh syaitan. Keazaman pada tahap ini adalah seperti meletakkan batu asas pada kehidupan yang baik. Pejuang diri ini mesti membersihkan diri dari dosa, melakukan semua perkara wajib, berniat untuk mengganti rugi hari-hari yang bergelumang dengan dosa dan bertekad untuk menjadi seorang insan beriman. Perlakuannya harus mencontohi Rasulullah yakni mempelajari dan mengikut peraturan shari'ah dengan bersungguh-sungguh.

□ Langkah 3: Penilaian diri: Setelah bertekad untuk menjadi seorang yang berazam kuat, seseorang harus sedar di alam akhirat kelak adalah tempat di mana segala rahsia diri akan terbongkar. Dengan itu, dia harus menilai diri sendiri setiap hari agar dapat membuang keinginan dan tindakan syaitan, supaya

dapat mencapai ciri-ciri manusia unggul serta melakukan amalan yang lebih baik. Dia mesti sedar perbuatan yang berdosa akan menjauhkannya daripada intipati kemanusiaan. Seharusnya dia berdoa kepada Allah, memohon bantuanNya dan syafaat Nabi (s) serta ahli keluarga Nabi(a).

□ Langkah 4: Membiasakan diri: Keazaman dan penilaian diri dari langkah-langkah sebelum ini seharusnya akan membentuk iltizam tertentu dan seterusnya pembiasaan diri. Contohnya, seorang yang bermata keranjang, mengumpat atau sombong, harus berkata pada diri sendiri, "Saya tidak akan melanggar undang-undang Allah hari ini" dan secara sadar elak perangai tersebut pada hari itu. Dengan melakukan perbuatan tersebut secara ikhlas dan azam, akan timbul kesedaran bahawa perubahan itu semakin mudah. Jangan peduli pengaruh syaitan yang hanya meremehkan langkah kecil ini sebagai amat susah malah tidak mungkin dilakukan. Lama-kelamaan, langkah-langkah ini menjadi semakin senang dan akhirnya akan mendapat ganjaran baik.

□ Langkah 5: Menghadapi kejahatan: Seorang yang berjuang terhadap diri mesti menumpukan diri kepada niat. Jika timbul sebarang pengaruh jahat, dia harus sedar bahawa fikiran tersebut diasak oleh syaitan dan sekutunya, yang mahu mensasarkannya daripada azam dan tekad murni. Dia harus melaknati syaitan, memohon perlindungan Allah dan menyingkirkan fikiran jahat itu daripada hati nurani. Dengan pertolongan Allah, syaitan akan dijauhkan. Seharusnya sipejuang mesti berada dalam keadaan begitu sehingga malam apabila tiba masa untuk penilaian diri terhadap segala perbuatan pada hari tersebut. Inilah masanya untuk dia melihat jika dia jujur terhadap Penciptanya. Jika dia setia pada Tuhannya, dia harus bersyukur. Orang sebegini telah melangkah ke arah Tuhannya dan menjadi tumpuanNya. Allah akan terus membantunya dalam pelaksanaan semua urusan dunia dan akhirat, dan akan mengurangkan keperitan perjuangan terhadap diri keesokan hari. Jika ini diulang berkali-kali, sipejuang akan membiasakan diri dengan amalan baik dan pengaruh jahat akan dipadamkan. Dia akan mendapati perjuangan ini tidaklah sukar dan keabadian kepada Tuhan menghasilkan kenikmatan rohaniah. Jika sipejuang leka, dia harus memohon keampunan Allah seikhlasnya dan berazam akan lebih berhati-hati pada masa hadapan Allah Maha Pemurah akan membuka pintu rahmatNya dan membimbing ke jalan lurus.

□ Langkah 6: Peringatan: Di sepanjang perjalanan perjuangan terhadap diri ini, seorang harus sentiasa ingat akan Allah dan kemurahanNya yang dikurniakan kepadanya. Dalam setiap langkah dia harus selalu bersyukur atas segala bantuanNya, rahmatNya dan bimbinganNya. Tahap kesyukuran mesti bertambah semakin tinggi tahap perjuangan tersebut. Dia harus sedar bahawa disebabkan pertolongan Allah jua, dia mencapai intipati kemanusiaan sebenar. [diadaptasi dari from Al-Khumayni, *Forty Hadith*, bab. 1, '*Jihad al-Nafs*']